

Madre de Rafaella Santibáñez revela singular manera de relajarse de su hija antes de un torneo

"Le hablé de cosas que pasan en la familia, de las copuchas y especialmente del cumpleaños de su tata Sergio"

La esgrimista de 20 años ganó medalla de oro en Florete en el Panamericano Junior de Asunción. Su mamá tiene que hablarle hasta 20 minutos antes de la competencia. En ese momento, Rafaella se para y se va.

MARCO VALERIA

Rafaella Santibáñez Blumel (20) saltó de alegría cuando consumó la obtención de la medalla de oro en florete en los Juegos Panamericanos Junior, que se disputan en Asunción, Paraguay. La antofagastina liberó las compuertas de la concentración y el ensimismamiento para dar paso a la felicidad total. Su mamá, Bárbara Blumel, que había pedido un día libre en el trabajo, la acompañó desde las tribunas y mientras celebraba también pensaba en todos los años de esfuerzo que había detrás del triunfo. Y además se le cruzó por la mente la cábala técnica que su hija ocupa siempre antes de los torneos para relajarse y entrar más enfocada a los combates.

"Ella es muy enfocada en los logros y llegó a Paraguay con el foco puesto en ganar esta medalla de oro. Este deporte depende mucho del día, de si amaneciste concentrada, de si dormiste bien y de si estás completamente iluminada", contó Blumel, subgerente de Atracción de Talentos



y Diversidad en SQM Litio, poco antes de que despegara el avión de regreso a Santiago.

¿Y qué es lo que hace su hija para relajarse?

"No hablar de esgrima hasta 20 minutos antes de competir. Y, en este caso, le hablé de cosas que pasan en la familia, de las copuchas, de la vida, pero 20 minutos antes del combate se

"Hay que estar concentrada, pero no tensa. Si estás tensa te quedas congelada en la pista", dice Rafaella.

paró y se fue para concentrarse. Y la conversa quedó hasta ahí, no más. Y durante la competencia no puedo gritar ni alentar. Tengo que estar calladita. Sólo ponerle tema de conversación cuando lo necesita".

¿De qué más le habló?

"De mi trabajo, de las cosas que tengo que hacer de vuelta en Chile y, especialmente, del cumpleaños de su tata Sergio. Mi papá cumple 80 años este sábado. Así que vamos a celebrar el cumpleaños y la medalla de oro de la Rafi, en patota, en Con Cón, que es donde viven mis papás. Vamos a ir como 20 porque es doble celebración".

¿Por qué cree que Rafaella se enfoca de esa manera?

"Pienso que es por la confianza. Me puede decir si está enojada, pero si está contenta lo disfruta y también si no quiere hablar no hablo. Hace tiempo que descubrimos esta fórmula, pero cuesta harto, porque uno también quiere decirle lo que está viendo en la pis-

Bárbara Blumel pidió un día libre en su trabajo para acompañar en Asunción a Rafaella. Este martes volvió al país.

ta, pero al final me di cuenta que era su forma de relajarse y lograr posteriormente una buena concentración".

Rafaella, estudiante de tercer año de ingeniería civil en la Universidad Católica, tiene clara la película sobre por qué evita hablar de esgrima antes de la competencia. "Una se pone nerviosa ¿Qué voy a hacer? ¿Qué no voy a hacer? ¿Qué me puede hacer esto? ¿Qué no? Eso hay que pensarlo, pero muy poco antes de la competencia. Pensar todo el rato en una misma cosa, como la esgrima, te puede volver loca. Me gusta que me hablen, que me cambien el tema. Alguna gente llega y pide que no me desconcentren, pero yo les digo que me hablen, no más. Mi mamá me conversa de cualquier cosa y al final cuando hay que calentar me enfoco en qué voy a hacer y cuál es el plan, porque tener un plan es súper importante", dijo.

"Ahora, antes de la competencia, le pregunté por los tatas, porque mi tata está de cumpleaños y lo vamos a ir a ver. Entonces, como que me desenfoco un poco para no llegar tan tensa. Hay que estar concentrada, pero no tensa. Si estás tensa te quedas parada en la pista, como congelada. Como en una presentación, cuando estás nervioso y no sabes qué decir, te congelas. Así mismo pasa en el deporte".

¿De qué le gusta que le hable su mamá?

"De cualquier cosa, en verdad. Una conversación que se puede tener cualquier día, cuando estamos comiendo, por ejemplo".

¿Cuándo descubrió que eso la ayudaba?

"Siempre me ha gustado desconcentrarme un poco, porque una empuja a sobrepensar y a pasarlo mal. Entonces es mejor tener un tiempo de relajo, aunque quizás no a todo el mundo le funciona. Tener mi tiempo, relajar la cabeza, no pensar en nada me sirve un montón. Igual hay que saber cuándo tener esos break y cuándo no, y saber también cuándo y cómo conectarse".

¿Tiene alguna otra cábala?

"Mi abuela, la Moka, Mónica González, me tiene que decir a moriiirrr. Cada vez que viajo, llamo mi abuela para avisarle que estoy en el aeropuerto. Ella me dice que vaya con garra, con fuerza y a moriiirrr, como dice Américo".

MEDALLERO PANAMERICANOS

Lugar	País	Oro	Plata	Bronce	Total
1	Brasil	24	9	13	46
2	Chile	9	5	5	19
3	Estados Unidos	7	15	6	28
4	Colombia	6	3	8	17
5	México	3	9	7	19
6	Argentina	2	8	9	19
7	Ecuador	2	1	1	4
8	Canadá	1	3	6	10
9	Venezuela	1	3	5	9
10	Paraguay	1	3	1	5

El remo la lleva en Asunción: seis medallas de oro y tres de plata

El remo chileno descolla en los Juegos Panamericanos Junior, que se realizan en Asunción, Paraguay. Este martes ganó su sexta medalla por intermedio del Ocho con timonel femenino. Las chilenas se impusieron con un tiempo de 6:23.73, seguidas por Canadá (6:27.64) y Brasil (6:36.59). El bote estuvo tripulado por Amanda Araneda, Camila Cofré, Antonia Liewald, Emilia Liewald, Antonia Pichott, Emily Serandour, Felipa Rosas, Emilia Rosas y Josefa Ceballos. Se trató de la segunda presea de oro de la jornada, porque temprano por la mañana Camila Cofré y Emilia Liewald se alzaron con el oro en los dos remos sin timonel. De esa manera, el remo ha conseguido seis medallas de oro y tres platas.

