



## OLIMPIADAS: curiosidades

Los Juegos Olímpicos (JJ. OO) de verano son, sin lugar a dudas, uno de los eventos deportivos más significativos, difundidos y con más impacto a nivel global que existen. Haciéndonos eco de la reciente celebración de los Juegos Olímpicos 2024 en París, hemos querido rendirle un más que merecido homenaje a ese evento en formato de artículo cargado de curiosidades, anécdotas, y por supuesto, un poco de ejercicio.

### Un poco de historia

Los Juegos Olímpicos de la antigüedad tenían un marcado carácter religioso, aparte de atlético, celebrándose cada cuatro años en el santuario de Zeus en Olympia (Grecia). Su fecha "oficial" se remonta, nada más y nada menos, que al 776 A. C.; y fueron celebrados durante casi un milenio, hasta su prohibición en el 393 D. C. por el emperador Teodosio, por motivos también religiosos.

Los JJ. OO. modernos, tal cual los conocemos en la actualidad, se iniciaron nuevamente en 1896,

celebrándose en Atenas. Siempre quedará en nuestra memoria colectiva la figura del impulsor clave de esta recuperación, el barón Pierre de Coubertin.

## ¿Qué deportes son "fijos" en las olimpiadas?

En los JJ.OO. de París han estado presentes 45 deportes, con más de 15.000 deportistas y 200 países representados.

Sin embargo, solo existen 4 disciplinas que han estado presentes en TODAS las olimpiadas modernas: atletismo, natación, esgrima y gimnasia artística.

## Dopaje: El dilema de Goldman

En las décadas de 1980-1990, se hizo ampliamente famoso el conocido como "Dilema de Goldman". Este autor lanzaba la siguiente pregunta: "¿consumirías sustancia dopantes prohibidas, garantizándote que conseguirías el oro olímpico, sabiendo que existe una posibilidad elevada de que a los cinco años murieras de un ataque cardíaco?" (González et al., 2018).

Según ese estudio, se señalaba que el 50% de los deportistas encuestados habían respondido de manera afirmativa, algo que se ha puesto bastante en entredicho en los últimos años, reduciéndose dicho porcentaje a más bien el 1-2% de los encuestados (Woolf et al., 2017).

## ¿Viven más los deportistas olímpicos?

En muchas ocasiones escuchamos aquello de "tanto deporte no puede ser bueno", y frases similares.

La realidad estadística es clara: los deportistas de élite tienen más esperanza de vida que la población general, punto (Lemez & Baker, 2015).

Si nos centramos en atletas olímpicos, podemos poner ejemplos de ambas partes del mundo: los olímpicos estadounidenses viven de media 5 años más que sus coetáneos (Antero et al., 2021); mientras que los olímpicos japoneses, también tienen mayor esperanza de vida, sobre todo si solo han participado en 1 olimpiada (a mayor número de participaciones, las diferencias en longevidad respecto a la población general disminuyen) (Takeuchi et al., 2019).

## ¿Qué deportes son los más lesivos?

Disponemos de un interesante análisis estadístico lesional de los JJ.OO. de Río 2016, donde se analizaron a más de 11.200 atletas (Soligard et al., 2017).

El personal médico informó 1.101 lesiones y 651 enfermedades: En total, el 8% de los deportistas sufrió al menos una lesión y el 5% al menos una enfermedad durante el período de 17 días de celebración de los JJ.OO.

La incidencia de lesiones fue mayor en el ciclismo BMX (38% de los atletas lesionados), el boxeo (30%), el ciclismo de montaña (24%), el taekwondo (24%), el waterpolo (19%) y el rugby (19%).

Los deportes con menos lesiones fueron slalom en canoa, remo, tiro, tiro con arco, natación, golf y tenis de mesa (0%-3%).



## Bibliografía

- Antero J, Tanaka H, De Laroche Lambert Q, Pohar-Perme M, Toussaint JF. Female and male US Olympic athletes live 5 years longer than their general population counterparts: a study of 8124 former US Olympians. *Br J Sports Med.* 2021 Feb;55(4):206-212. doi: 10.1136/bjsports-2019-101696. Epub 2020 Jul 29. PMID: 32727712.
- González, J. M., Johnson, F. R., Fedoruk, M., Posner, J., & Bowers, L. (2018). Trading health risks for glory: a reformulation of the Goldman dilemma. *Sports medicine*, 48, 1963-1969.
- Lemez, S., & Baker, J. (2015). Do elite athletes live longer? A systematic review of mortality and longevity in elite athletes. *Sports medicine-open*, 1, 1-14.
- Soligard T, Steffen K, Palmer D, Alonso JM, Bahr R, Lopes AD, Dvorak J, Grant ME, Meeuwisse W, Mountjoy M, Pena Costa LO, Salmina N, Budgett R, Engebretsen L. Sports injury and illness incidence in the Rio de Janeiro 2016 Olympic Summer Games: A prospective study of 11274 athletes from 207 countries. *Br J Sports Med.* 2017 Sep;51(17):1265-1271. doi: 10.1136/bjsports-2017-097956. Epub 2017 Jul 29. PMID: 28756389.
- Takeuchi T, Kitamura Y, Sado J, Hattori S, Kanemura Y, Naito Y, Nakajima K, Okuwaki T, Nakata K, Kawahara T, Sobue T. Mortality of Japanese Olympic athletes: 1952-2017 cohort study. *BMJ Open Sport Exerc Med.* 2019 Nov 13;5(1):e000653. doi: 10.1136/bmjsem-2019-000653. PMID: 32206340; PMCID: PMC7078660.
- Woolf, J., Mazanov, J., & Connor, J. (2017). The Goldman dilemma is dead: what elite athletes really think about doping, winning, and death. *International journal of sport policy and politics*, 9(3), 453-467.



## Iván Gonzalo Martínez

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Creador y CEO de Elements System.