

JUAN RAMÓN ALVAREDO RODRÍGUEZ, PROFESOR DE PROFESORES EN LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

JUAN RAMÓN ALVAREDO RODRÍGUEZ: PROFESSOR OF PROFESSORS IN SPORTS PSYCHOLOGY

Ernesto Pacheco Rodríguez (ernestopr@uclv.cu); Rosa de la Cruz Hernández Moya (rhmoja@uclv.cu); Armando Iznaga Muñoz (aiznaga@uclv.cu)

Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Facultad de Cultura Física. Cuba

Fecha envío: 19/02/2018

Fecha aceptación: 19/04/2018

Resumen: El trabajo que se presenta tiene como objetivos reseñar y valorar la trayectoria deportiva y pedagógica de Ramón Alvaredo Rodríguez en el béisbol cubano; la figura objeto de estudio ha dedicado más de 30 años a la psicología del deporte y a pesar de desarrollar una meritoria labor en varias disciplinas deportivas, se destacan los aportes realizados por él en el béisbol cubano siendo el pionero en este sentido, además se realiza un acercamiento a su colaboración en otros países y su constante superación profesional. Para la obtención de la información se utilizaron los siguientes métodos científicos: analítico-sintético, inductivo-deductivo, histórico lógico; análisis de documentos, biográfico, historia de vida, entrevista y triangulación. Todo ello permite emitir valoraciones de los propios autores, compañeros de equipos, periodistas, comentaristas deportivos y familiares, sobre el trabajo desempeñado por Alvaredo y sus resultados en la preparación psicológica de los deportistas que lo han tenido a su lado; su accionar en la actividad agonística primero como pelotero y posteriormente como psicólogo lo convierten en una figura destacada de la provincia y el país en esta esfera, digno de ser estudiado y conocido.

Palabras claves. Béisbol cubano, psicología del deporte y superación profesional

Abstract: The main objective of this work is to point out and to value the sports and pedagogical trajectory of Ramón Alvaredo Rodríguez in the Cuban baseball; the person who is been studied has dedicated more than 30 years to the sport psychology, and in spite of having developed a meritorious work in several sport disciplines, the most outstanding contribution carried out by him is in the Cuban baseball, being the pioneer in this sense, he has also made contributions during his collaboration in other countries and in his professional and constant studies. In order to gather the information different scientific methods were used. Among them: analysis and synthesis, inductive - deductive, the history of life, the interview, and the triangulation. All of this allows to emit valuations from: authors, teammates, journalists, sport and family commentators, and other people on the work carried out by Alvaredo and his results in the psychological preparation of the sportsmen that have had him to their side; his work in the agonistic activity, first of all as baseball player and later on as psychologist makes him as an outstanding personality in the province and in the country in this sphere, worthy of being studied and well-known.

Key words: Cuban baseball, psychology of the sport and professional study



1. Introducción

Cuba en el deporte siempre ha sido ejemplo para el mundo y no es menos cierto, pero aún falta mucho por escribir para que su historia sea conocida y difundida, conocer figuras relevantes en el deporte y especialmente del béisbol en el país, así como adentrarse en su mundo interior, para constatar los valores personales dentro y fuera del territorio nacional, es de gran importancia para las generaciones actuales y futuras. En la actualidad se realizan esfuerzos dirigidos a obtener toda la información que sobre el deporte existe, esto no es solo una tarea de profesionales, sino de todos aquellos que en este campo de la actividad humana laboran para cumplirlo; esta necesidad ha estado latente durante mucho tiempo y, aunque parte de esta historia se conoce, no está escrita, incluso algunos de sus protagonistas han sido olvidados.

En esta investigación se tratará el tema de la psicología del deporte y en especial dentro del béisbol; un equipo que participe en Series Nacionales de Béisbol que se realizan en Cuba, está conformado por más de 30 integrantes, entre ellos se destaca: el colectivo técnico (director, entrenadores y preparador físico), atletas, colectivo médico (masajista, psicólogo y médico). Es precisamente a una de estas importantes figuras, a quien se dedica esta investigación: Juan Ramón Alvaredo Rodríguez, que jugó en series nacionales de béisbol y es actualmente psicólogo deportivo, con más de 30 años de trabajo en esta función.

La labor que desempeña un psicólogo dentro del equipo de béisbol queda en muchas ocasiones en el anonimato, aún cuando siempre deja perenne su quehacer en momentos críticos de la competencia, entre los que se pueden señalar: cuando algún jugador o todo el equipo se encuentra en estados de tensiones, depresivos, cansados, irritados, inestables, estresados, ansiosos, con pre-arranque, prejuiciados, fracasados, etc.

Alvaredo no es un caso aislado en la psicología del deporte cubano, específicamente en el béisbol, pero sí es el primero que comenzó en estas funciones en el deporte nacional. Las Series Nacionales de Béisbol en Cuba se desarrollan con dieciséis (16) equipos y cada uno de ellos tienen un psicólogo, así ocurre en todos los deportes que se desarrollan en las categorías sub-23 y de mayores; en el caso del deporte escolar y juvenil existe en el país una red de centros de medicina deportiva, por lo que cada provincia tiene un grupo de profesionales en estos centros médicos, que atienden los deportistas agrupados en deportes de combates, deportes de tiempos y marcas, deportes de arte competitivo y deportes con pelotas.

De esa manera médicos especializados en la medicina del deporte, psicólogos deportivos, masajistas, fisiatras, estomatólogos y un grupo de técnicos trabajan para garantizar la atención médica de todos los deportistas en todos los deportes que se practican en la isla en todas las categorías

En el entrenamiento deportivo la preparación se realiza en cinco direcciones principales de trabajo: la preparación física, la preparación técnica, la preparación táctica, la preparación teórica y la preparación psicológica, a partir de la faena que se desarrolla en el centro nacional y en los centros provinciales de medicina deportiva, se garantiza la atención psicológica a los deportistas cubanos desde el 1966, año en que se comienzan a dar los primeros pasos en esta esfera, por lo que Cuba tiene más de cincuenta años de experiencia en estas funciones.

En la conferencia magistral ofrecida por el director del Instituto de Medicina Deportiva en el VIII Taller Nacional de Historia del Deporte en el 2017, se pudo conocer que existen en Cuba 433 médicos especialistas en el deporte, 211 psicólogos en la misma esfera, 261 rehabilitadores físicos, 687 técnicos, 44 con categoría investigativa, 15 doctores en ciencias, 47 con categoría docente y 147 másteres, Ramón Alvaredo Rodríguez forma parte de ese nutrido grupo de personas que contribuyen a que el deporte cubano obtenga los logros internacionales que ha mostrado hasta la actualidad.

2. Desarrollo

2.1 Métodos y técnicas empleadas en la investigación

La investigación realizada se adscribe a la metodología cualitativa; se desarrolló en la provincia de Villa Clara y abarca el período en que se desarrolló las Series Nacionales de Béisbol 2011-2012 y 2013-2014; se abordan los hechos más relevantes de la trayectoria deportiva y extensa labor pedagógica de Juan Ramón Alvaredo Rodríguez, desde 1962 hasta la actualidad; está encaminada a proporcionar una imagen fiel de sus resultados en ambos aspectos, por lo que se emplean métodos y técnicas cualitativas que posibilitan la recopilación de información. Entre los métodos y técnicas utilizados se encuentran. Del nivel teórico: analítico-sintético, inductivo-deductivo e histórico lógico. Del nivel empírico: análisis de documentos, biográfico, historia de vida, entrevista, triangulación; así como la distribución empírica de frecuencia.

Los autores de la investigación se apoyan en los criterios emitidos por las autoras Estévez C. Migdalia y Margarita Arroyo, que en su obra "La Investigación Científica en la Actividad Física: Su Metodología", dan a conocer los métodos principales para la investigación cualitativa en la actividad física.

En el caso de los métodos teóricos se utilizaron para realizar el análisis objetivo de los hechos en una secuencia lógica, ubicándolos en tiempo, transitando de lo más general a lo individual; facilitó transmitir la información respetando las fechas en que se producen los acontecimientos y, por ende, expresarlos en una secuencia lógica. Se compararon informaciones, datos de su trayectoria deportiva y pedagógica para garantizar la veracidad de los hechos históricos.

Los métodos empíricos fueron utilizados con el objetivo de recopilar toda la información necesaria, relacionada con la vida de Ramón Alvaredo. El análisis de documentos facilitó consultar documentos oficiales y personales, emitidos por la comisión nacional de béisbol, y otros que se encuentran en poder del investigado, se consultaron: diario, fotos y reconocimientos, además se consultaron periódicos de la época en la que se enmarca la investigación, por lo que la fecha de los mismos tiene que coincidir con la etapa estudiada.

El método biográfico permitió obtener una autobiografía de Alvaredo, como documento inicial, que fue importante para conocer distintas etapas de su vida y poder conformar su historia de vida, esto fue posible además porque se aplicó la entrevista semi estandarizada, la misma posibilitó una mayor flexibilidad respecto a la manera, el orden y el lenguaje con que se abordan los puntos o preguntas, se pudieron adecuar a cada situación concreta, lo que permitió una mayor riqueza de obtención de datos cualitativos.

La triangulación se utilizó para constatar la información obtenida desde diversos ángulos, lo que permitió minimizar errores y buscar la confiabilidad en el proceso investigativo. De los diferentes tipos de triangulación se empleó la triangulación por la fuente, para verificar si las informaciones aportadas por una vía, fueron confirmadas por la otra, lo que permite corroborar la veracidad de las mismas y; la triangulación por el método, que sirve para constatar la información recopilada durante el transcurso de la investigación a través de los diferentes métodos empleados.

Finalmente, la distribución empírica de frecuencia fue utilizada para conocer la efectividad del sujeto investigado, en los distintos eventos en que ha participado como pelotero y se tuvo en cuenta los atletas que han sido atendidos por él como psicólogo y que han obtenido medallas en distintos eventos deportivos; el resultado es un número expresado en porcentaje para ser interpretado y emitir juicios o criterios en relación con su accionar en el deporte, por parte de los investigadores.

2.2 El nacimiento e inicio de una futura personalidad en el béisbol

Al completar la biografía de Juan Ramón Alvaredo Rodríguez, se pudo conocer que nace en el seno de una familia campesina, el 8 de febrero de 1954, en la provincia de Cienfuegos, su

infancia transcurrió en un ambiente muy humilde, en el que sólo su padre trabajaba como obrero agrícola, su mamá como ama de casa se ocupaba de las labores del hogar.

Cursó sus estudios en la Escuela Primaria Rural “Jorge Alfonso Delgado”, perteneciente al batey de la granja Fructuoso Rodríguez; desde los 8 años, comenzó a jugar el béisbol, es este y no otro deporte, porque imitó a sus tíos que jugaban los fines de semana en campeonatos de segunda categoría.

Su primer entrenador oficialmente fue Pedro Moret, en 1967 en la Escuela de Iniciación Deportiva (EIDE) de Cienfuegos; él fue quien apreció sus cualidades deportivas y lo seleccionó para la escuela de alto rendimiento.

2.3 Su participación en Juegos Escolares

Comenzó el séptimo grado en la Secundaria Básica “Nguyen Van Troi”, en la ciudad de Cienfuegos, a la vez practicaba el béisbol, su primera posición fue la de lanzador, pero cuando no lanzaba jugaba primera base o los jardines, pues aprovechaban su ofensiva que era bastante buena.

El noveno grado lo cursó en la EIDE “Luís Augusto Turcios Lima”, en la ciudad de Santa Clara, por sus resultados en el deporte pudo integrar el equipo de Las Villas al sexto, séptimo y octavo Juegos Escolares Nacionales, celebrados en La Habana; su actuación en estas competencias fue buena obtuvo dos medallas de plata (segundos lugares en los años 1968 y 1970) y un primer lugar (medalla de oro en 1969).

2.4 Actuación en Juegos Juveniles

En 1970 cursa el décimo grado en la Secundaria Básica “José Gregorio Martínez”, de Cienfuegos; su desarrollo en el béisbol continuó, participó en los Juegos Juveniles Nacionales efectuados en Santiago de Cuba, competencia en la que obtuvo la medalla de plata (segundo lugar).

En el año 1971 fue seleccionado para la Academia Provincial de Béisbol de Las Villas, en la ciudad de Santa Clara, actual provincia de Villa Clara, donde comenzó su onceno grado en el Preuniversitario “Osvaldo Herrera”. En ese año participa por segunda ocasión, en los Juegos Juveniles Nacionales, celebrado en La Habana, evento en el que obtuvo nuevamente medalla de plata por lo que fue seleccionado para la preselección de béisbol de Las Villas.

2.5 Sus primeros pasos en Series Nacionales

Participó en 3 campeonatos provinciales de béisbol en la provincia de Cienfuegos, en uno de ellos obtuvo el primer lugar jugando como jardinero con el equipo del Combinado de Cienfuegos; en los dos restantes se desempeñó como lanzador con el equipo municipal de Palmira, alcanzó primero y segundo lugar, respectivamente. En uno de estos eventos propinó un Juego de cero hits, cero carreras, al equipo Aguada de Pasajeros.

Al respecto, los periodistas Humberto Duarte y Raúl Pérez González, publican en el periódico Juventud Rebelde el miércoles 18 de mayo de 1973 el siguiente artículo:

“...el lanzador Ramón Alvaredo, del equipo Palmira, propinó un juego de cero hits, cero carreras, al Combinado de Aguada de Pasajeros, en el terreno provincial de primera categoría que se desarrolla cada fin de semana. Este es el tercer juego de no hits, no room, que se produce en el estadio Antonio Leal de Palmira, el primero correspondió a Sergio Ferrer, cuando clasificó en la categoría escolar, y el segundo se lo acreditó Héctor Olivera con el Combinado de la unidad militar número 1520...”. Esta actuación evidencia que Ramón Alvaredo se destaca en la práctica del béisbol desde sus comienzos en las competencias de primera categoría, como lanzador.

Su desempeño con el equipo de Las Villas comienza en la XIII serie nacional de 1973, como jardinero izquierdo; el equipo obtiene el 11no lugar. Terminado el campeonato nacional, en 1974 participa con el equipo Azucareros en una competencia nacional especial de béisbol, fuera de la serie nacional.

Durante sus estudios de bachillerato, continuó como miembro de Academia Provincial de Béisbol y de nuevo, integró el equipo Las Villas para las Series Nacionales XIV y XV.

Al consultar la "Guía oficial de béisbol" editada en el 2015, p 259 y 372, documento oficial publicado por el Centro de investigación e informática del deporte (CINID), se puede constatar los números estadísticos de Alvaredo en el béisbol cubano, estos se presentan a continuación: tabla 2, labor como lanzador en Series Nacionales de Béisbol, tablas 1 y 3, muestran sus resultados ofensivos y defensivos como jardinero, además se identifica la leyenda utilizada en la guía.

Tabla 1. Estadísticas como lanzador en Series Nacionales de Béisbol

Resultados ofensivos como jardinero										
Series	VB	H	AVE	2B	3B	HR	BR	CI	BB	SO
2	30	4	133	0	0	0	0	0	1	9

Leyenda como lanzador: JL (juegos lanzados), JI (juegos iniciados), JR (juegos relevados), JG (juegos ganados), JP (juegos perdidos), INN (inning lanzados), H (hits permitidos), CL (carreras limpias permitidas), PCL (promedio de carreras limpias) y SO (ponches propinados).

Tabla 2. Estadísticas ofensivas en Series Nacionales de Béisbol

Resultados como lanzador										
Series	JL	JI	JR	JG	JP	INN	H	CL	PCL	SO
1	16	2	14	1	1	49.1	39	17	3.10	31

Leyenda ofensiva: VB (veces al bate), H (hits), AVE (average ofensivo), 2B (dobles conectados), 3B (triples conectados). HR (home ron conectados), BR (bases robadas), CI (carreras impulsadas), BB (bases por bolas recibidas) y SO (ponches recibidos).

Tabla 3. Estadísticas defensivas en Series Nacionales de Béisbol

Resultados defensivos como jardinero				
JJ	INN	TL	E	AVE
29	85.1	14	0	1000

Leyenda defensiva: JJ (juegos jugados), INN (inning jugados), TL (total de lances), E (errores cometidos) y AVE (average defensivo).

Aunque su desempeño en competencias nacionales de mayores no fue por mucho tiempo como pelotero, se puede observar que logró mejores resultados como lanzador que como jardinero; además como jugador, nunca fue campeón por lo que se quedó con el deseo de saborear este título que tanto disfruta el atleta y la provincia para la que juega.

2.6 Sus pasos por el béisbol universitario

Después de concluidos sus estudios de preuniversitario y de haber participado en tres Series Nacionales de Béisbol, continuó sus estudios en la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas, en la carrera de psicología.

Durante su desempeño universitario en la casa de altos estudios, obtuvo muy buenas calificaciones docentes y resultados en la actividad deportiva, por lo que al culminar sus estudios fue seleccionado como graduado destacado de su facultad, (ver documentos 1 y 2).



Figura 1. Título de Licenciado en Psicología deporte

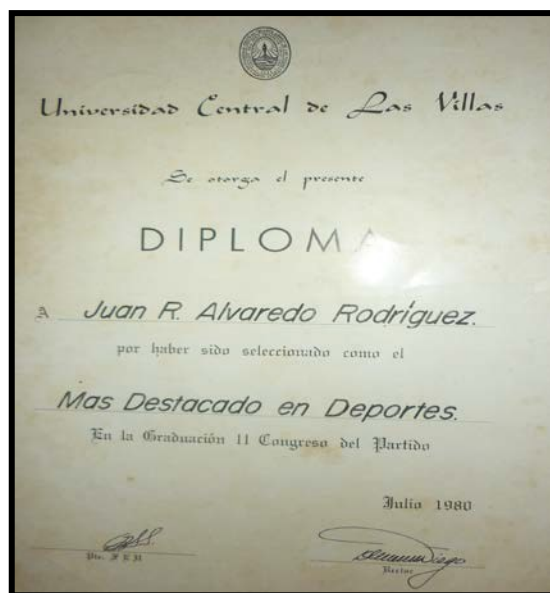


Figura 2. Diploma graduado más destacado en

En el periódico Granma publicado el miércoles 5 de mayo y el 16 de agosto de 1976, aparecen dos artículos del periodista Alfonso Nacienceno, en ellos se pudo constatar la participación de Alvaredo en la preselección e integración del equipo de béisbol que representó a Cuba en los II Juegos Centroamericanos Universitarios, en este tipo de competencia obtuvo buenos resultados. Algo similar ocurre al consultar el artículo del periodista Elio Méndez en el periódico Juventud Rebelde el 16 de mayo de 1978, donde aparece el investigado como integrante del equipo Cuba a los III juegos antes mencionados (ver tabla 4).

Tabla 4. Años en que Ramón Alvaredo integra el equipo Cuba a Juegos Centroamericanos Universitarios

Participación y resultados		
Años	Sede	Lugar
1976	R. Dominicana	Oro
1978	Venezuela	
1980	Nicaragua	

Como se aprecia, participa en los II, III y IV juegos, en estas competencias alcanzó tres primeros lugares para un 100 % de efectividad a nivel universitario, en el área Centroamericana y se desempeñó como lanzador, donde ganó un juego y salvó otro.

El triunfo que no pudo alcanzar en Series Nacionales de Béisbol, lo obtiene en este tipo de competencia internacional, vistiendo el uniforme del equipo Cuba, actuación que recuerda con mucha alegría y satisfacción en su corta carrera deportiva.

2.7 De pelotero a psicólogo

El cambio de función fue difícil, pues, hasta ese momento su trayectoria siempre estuvo ligada al béisbol, pero pensó que podía hacer una carrera universitaria y combinarla con el deporte, podría ser: psicología deportiva; durante sus estudios de pregrado se vinculó a las actividades docentes e investigativas del deporte en la provincia, al graduarse, después de cumplir el servicio social como psicólogo en una policlínica en el municipio de Sagua La Grande, se incorporó como

trabajador en la sección técnico metodológica del deporte en Villa Clara, con lo cual se inició en la medicina del deporte en la provincia.

En los inicios, asesoró varios deportes como psicólogo, trabajó con el béisbol y el equipo multicampeón de fútbol en la primera categoría, de manera simultánea; durante los cinco años que estuvo con el equipo de fútbol villaclareño, conquistó cinco campeonatos nacionales; mejor comienzo para un profesional no puede existir. Un elemento interesante fue su estreno en el béisbol, como psicólogo en la Serie Nacional 1982-83; por primera vez fue campeón nacional con el equipo de Villa Clara, la psicología jugó un gran rol en esa victoria. Ese fue su gran debut como psicólogo del béisbol.

A los 6 años de graduado en psicología, culminó su segunda carrera universitaria: Licenciatura en Cultura Física y Deporte, en la Facultad de Cultura Física Villa Clara (ver documento 3), culminando con muy buenos resultados docentes; esto le permitió enriquecer sus conocimientos en las ciencias aplicadas al deporte.



Figura 3. Título de Licenciado en Cultura Física obtenido por Ramón Alvarado

Además del béisbol y el fútbol, trabajó con el baloncesto, en el territorio nacional. En el extranjero, ha tenido experiencias de trabajo con varios deportes como: atletismo, clavados, esgrima, gimnástica, pesas, boxeo, tiro con arco, gimnasia rítmica, polo acuático y remo. Ha cumplido varias misiones de colaboración como psicólogo del deporte en Nicaragua, México y Japón. Esta información se obtuvo de la entrevista al sujeto y sus familiares, además de los documentos que guarda como evidencia de estos resultados.

Con el equipo Cuba de béisbol trabajó por varios años, además con el equipo juvenil cubano, en 1990; en todas estas funciones ha vivido grandes experiencias, ya que ha realizado su sueño como psicólogo del deporte, además de aplicar sus conocimientos científicos adquiridos y vincularlos con su experiencia deportiva (ver tabla 5). En su curriculum vitae aparecen las siguientes funciones desarrolladas como psicólogo:

Tabla 5. Resultados de su participación como psicólogo en competencias nacionales e internacionales

	Eventos	Años	Lugar
1	Campeonatos Nacionales de fútbol	-	Cuba
2	Series Nacionales de Béisbol	1982-1994 y 2000-2005	
3	Olimpiadas del deporte cubano y Superligas de Béisbol	2005 y 2007	
	Campeonato Mundial de Béisbol juvenil	1990	

4			
5	Campeonato Mundial de canotaje	1994	México
6	Copa de las Américas de Tiro con arco	1994	Cuba
7	Festivales Olímpicos	1994 y 2000	México
8	Copas del Mundo de Esgrima, Villa de La Habana	1995 y 2000	Cuba
9	Copas del Mundo de Clavados-CANAME	1997 y 2000	Canadá, México y Estados Unidos
10	Juegos Centroamericanos y del Caribe	1998	Venezuela
11	Juegos Panamericanos	1999 y 2003	Canadá y R. Dominicana
12	Juegos Olímpicos de Verano	2000 y 2004	Australia y Grecia
13	Copas del Mundo de Béisbol	2003, 2005 y 2007	Cuba, Holanda y China Taipéi
14	Campeonato Pre-Olímpico de Béisbol	2003	Panamá
15	Primer Clásico Mundial de Béisbol	2006	Puerto Rico y Estados Unidos
16	Pre-Olímpico de Béisbol de Las Américas	2006	Cuba
17	Copa Intercontinental de Béisbol	2007	China Taipéi
18	Pre-Mundial y Pre-Panamericano de Béisbol	2011	Puerto Rico

Como muestra la tabla anterior, Ramón Alvaredo, durante su trayectoria como psicólogo ha participado en 62 eventos deportivos, algunos de ellos en varias ocasiones; en total los atletas que él ha atendido han alcanzado 24 medallas de oro a nivel nacional e internacional, lo que representa un excelente 39 % de efectividad. Si a estos títulos se agregan las medallas de plata y bronce, la suma total es de 43 preseas, que equivale a un 69 %; para los autores este resultado se puede catalogar de muy bueno y corrobora la calidad, conocimiento y prestigio que ha ganado Alvaredo dentro y fuera del país.

Por lo antes expuesto, se aprecia que el investigado ha tenido una amplia participación en eventos deportivos, existe un detalle importante en su carrera y es que Alvaredo fue el primer psicólogo en el país en formar parte de un equipo de béisbol, por lo que puede ser considerado el pionero en Cuba en esta función, labor que ha desempeñado hasta la actualidad, combinando su trabajo en la provincia con la labor desarrollada en el equipo nacional y colaboraciones que ha prestado de forma positiva en países como: México, Nicaragua y Japón.

Alvaredo participó en todas las competencias pertenecientes al ciclo olímpico, que culminó con los juegos de la olimpiada de verano en Sídney 2000, en estos juegos acompañó a la delegación de México, y dos de los atletas que atendió como psicólogo, conquistaron medallas de oro y plata, el primer lugar fue en Levantamiento de Pesas con la atleta Soraya Jiménez Mendivil (ver documento 4), y el segundo lugar en Clavados, en plataforma de 10 metros, con el atleta Fernando Platas.



Figura 4. Alvaredo junto a la pesista mexicana Soraya Jiménez Mendivil, oro en los juegos olímpicos de Sídney 2000.

Otra competencia de gran nivel que se muestra en la tabla 5, en la que Alvaredo participó con el equipo de Cuba como psicólogo, fue en el Primer Clásico Mundial de Béisbol, evento en el que finalizó en segundo lugar, solo superado por la selección de Japón.

Los datos que se muestran en la tabla anterior posibilitan que los autores y sujetos entrevistados afirmen que el psicólogo Ramón Alvaredo Rodríguez, es un hombre de éxito en su trabajo, lo que demuestra el conocimiento que posee de su especialidad. Todo ello contribuye a que su experiencia profesional sea amplia entre la que se destacan las siguientes funciones (ver tabla 6). Información obtenida de su expediente laboral, certificados y curriculum vitae.

Tabla 6. Funciones desarrolladas por Ramón Alvaredo en Cuba y en el exterior:

	Labor realizada	Años	Lugar
	Psicólogo clínico de salud pública	1980-1982	Villa Clara
	Psicólogo de deportes con pelota	1982-1994	
	Psicólogo asesor del equipo nacional de béisbol de Nicaragua	1987	Nicaragua
	Psicólogo asesor del Comité Olímpico Mexicano	1994-2000	México
	Psicólogo del equipo nacional juvenil de béisbol cubano	1990	Cuba
	Psicólogo del equipo Cuba de béisbol	2003-2010	Cuba
	Psicólogo asesor del equipo de béisbol profesional japonés "Gigantes de Tokio"	2005	Japón

En los datos que se reflejan en la tabla anterior se destacan dos importantes:

Primero el tiempo que laboró como psicólogo asesor del Comité Olímpico Mexicano, en la que prestó servicios en un centro de atención a deportistas de alto rendimiento, trabajó con varios deportes entre ellos: atletismo, boxeo, levantamiento de pesas, clavados, béisbol, judo, lucha, esgrima y gimnasia. Además, trabajó como psicólogo en una consulta especializada para deportistas de élite, e impartió cursos de superación para entrenadores y técnicos del deporte mexicano, tarea importante que supo desarrollar con mucha calidad profesional, culmina esa etapa con el logro de las dos medallas anteriormente mencionadas en los juegos olímpicos de Sídney 2000.

La segunda es la colaboración que desarrolló como psicólogo asesor del equipo de béisbol profesional japonés "Gigantes de Tokio" (Ver documento 5), uno de los equipos de más nivel en la liga profesional japonesa, en la que puso en práctica toda su experiencia como asesor cubano en psicología del deporte.



Figura 5. Ramón Alvaredo como miembro del colectivo técnico del equipo de béisbol Gigantes de Tokio en Japón año 2006.

2.8 La superación e investigación científica, tarea permanente durante su vida

Es una realidad que en la actualidad el avance técnico, tecnológico y táctico, tanto en el béisbol como en otros deportes, están muy desarrollados, por lo que se hace casi imposible sacar a flote a todo un equipo sin la ayuda de la psicología; es por ello que la constante superación de Ramón Alvaredo ha sido importante durante su carrera, esto se puede constatar en los estudios postgraduados que ha realizado, después de culminar su carrera universitaria, entre los que se destacan:

Estudios de post grado:

1. Psicología del deporte año 1985 en el Instituto de Medicina Deportiva (IMD), Ciudad Habana
2. Actualización en psicología del deporte año 1988 en el IMD, Ciudad Habana
3. Psicopedagogía año 1988, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Facultad Villa Clara
4. Computación básica año 1988, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Facultad Villa Clara
5. Acupuntura curso básico año 1990, en el Instituto Superior de Ciencias Médicas de Villa Clara
6. Entrenamiento deportivo año 1992, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Facultad Villa Clara
7. Psicología y psicofarmacología año 1993, en el Instituto Superior de Ciencias Médicas de Villa Clara
8. Control médico psicológico del entrenamiento deportivo año 1993 en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Facultad Villa Clara
9. Curso para entrenadores de béisbol año 2001-2002, en Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Facultad Villa Clara

La preparación recibida, le permitió socializar sus conocimientos en Cuba y en el extranjero como se muestra a continuación:

Cursos impartidos:

1. Profesor del curso de psicología deportiva año 1987, en la Universidad Nacional de Nicaragua.
2. Profesor de psicología deportiva año 1989, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Facultad Villa Clara.
3. Profesor de la asignatura psicología experimental años 1990-91, Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.
4. Profesor del curso de control médico del entrenamiento deportivo años: 1989, 1990 y 1991, en la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Facultad Villa Clara.

5. Profesor del Diplomado sobre entrenamiento deportivo año 1997, en la Universidad Intercontinental de México.
6. Profesor del Diplomado en psicología deportiva año 1998, en la Universidad Nacional del Estado de México.
7. Profesor del Diplomado en control médico psicológico año 1999, en la Universidad del Valle de México.
8. Profesor del curso de post grado en psicología deportiva años: 1996-2000, en el Comité Olímpico de México.
9. V Curso para entrenadores de béisbol, impartido en colaboración con: la Confederación Panamericana de Béisbol, la Federación Cubana de Béisbol y la Federación Dominicana de Béisbol, en mayo del 2003.
10. Profesor del curso internacional de béisbol, Solidaridad Olímpica, en los años 2004, 2005 y 2006 en la Habana Cuba.
11. Profesor del Curso de entrenadores de pitcheo en Ciudad Habana, 2009

Todo este conocimiento le ha servido para presentarse en varios eventos científicos y publicar numerosos artículos, entre los que se destacan los siguientes eventos:

Eventos científicos:

1. Congreso Internacional de Medicina Deportiva año 1985, en La Habana Cuba.
2. Congreso Internacional Medicina Deportiva año 1988, en La Habana Cuba.
3. Congreso Panamericano de Medicina Deportiva año 1991, en La Habana Cuba.
4. Jornadas Científicas Nacionales de Ciencias Aplicadas al Deporte años: 1984, 1994, en La Habana Cuba.
5. Congreso Internacional de Natación año 1998, en el Distrito Federal México.
6. Congreso Internacional de Medicina del Deporte año 1999, en el Distrito Federal México.
7. V Curso Internacional para Entrenadores de Béisbol de la Confederación Panamericana de Béisbol (COPABE), año 2003 en República Dominicana.
8. XXII Coach Convention Base Ball Riccione, 2007 en Italia

Publicaciones:

1. Frustración y Tensión Provocados Experimentalmente año 1984, Revista Hospital Psiquiátrico, La Habana.
2. Estudio del Pensamiento Táctico en Lanzadores de Béisbol año 1988, Centro de Documentación del INDER, en Villa Clara.
3. La Concentración de la Atención en los Bateadores año 1991, Centro de Documentación del INDER, en Villa Clara.

Además, ha sido tutor de varios trabajos de diplomas en la facultad de psicología en la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas y de trabajos relacionados con la psicología del deporte en la Facultad de Cultura Física de la misma universidad, toda la información que se ha expresado en este epígrafe 2.8, está avalada por certificados que conserva Alvaredo en su poder y forman parte de su curriculum vitae como psicólogo en el deporte, así como en su expediente laboral y docente, que evidentemente no pueden ser mostrados en este artículo en su totalidad para ser consecuente con el espacio con que se dispone.

2.9 Valoraciones

El trabajo desarrollado por Alvaredo durante su trayectoria en el deporte y en especial en béisbol, le ha dado gran prestigio dentro y fuera del país, y en varias ocasiones pudo compartir sus experiencias con personalidades de la psicología, la cultura y la política dentro y fuera del país.

En las entrevistas escritas y orales realizadas a directores y entrenadores de otros equipos en las Series Nacionales de Béisbol en los años 2011-2012 y 2013-2014 como: Roger Machado, de Ciego de Ávila, Héctor Olivera, de Cienfuegos, Lourdes Gourriel, de Sancti Spíritus, Esteban Lombillo, de La Habana y Antonio Pacheco, de Santiago de Cuba, todos grandes personalidades del béisbol cubano, que aparecen en el libro "Personalidades del deporte cubano" del autor Miguel Ángel Mas Juan, se pudo conocer las opiniones que sobre Alvaredo emitieron los mismos, entre las valoraciones emitidas se encuentran las siguientes:

La importancia que ellos le atribuyen a un psicólogo dentro del equipo de béisbol: "...es suprema, vital, es una divinidad; ya que ayuda a los atletas en momentos difíciles, cuando algunos pasan por un mal momento o en buena racha, los ayuda a mantener la concentración, les enseña psicológicamente lo que deben hacer en cada situación del juego..."

Todos los miembros del equipo, participen o no directamente en el juego, tienen sesiones de trabajo con el psicólogo, les hace falta todo el tiempo, pues éste se convierte en su brazo derecho. Todos coinciden en la idea de que tener a Juan Ramón Alvaredo dentro del equipo de trabajo, es de gran ventaja y un gran honor para cualquier manager.

Al entrevistar a los directores y entrenadores con la siguiente interrogante:

La preparación física, técnica y táctica es calificada por la mayoría de los especialistas de gran importancia, para obtener resultados en el béisbol. ¿Colocaría usted la preparación psicológica en el mismo lugar, por qué?

Todos respondieron sin vacilación: "...sí, la colocaría en el mismo lugar de la preparación física, técnica y táctica, a pesar de que las tres anteriores, los especialistas las catalogan muy importantes para obtener buenos resultados en el juego, pero resaltan que, si éstas están en óptimas condiciones y la psicológica es deficiente, por ahí, se van los juegos y los resultados propuestos para un enfrentamiento o una competencia de larga duración como la Serie Nacional de Béisbol cubana..."

Los sujetos entrevistados valoran el desempeño de Alvaredo como psicólogo dentro del equipo como muy buena y expresan que: "...es uno de los artífices de las victorias, logros y resultados del equipo Villa Clara y del equipo Cuba; en los dos espacios les da aliento, señala las deficiencias y orienta en todo momento a los integrantes del equipo..."

Lourdes Gourriel destacado pelotero cubano al ser entrevistado manifiesta que: "...en su etapa de pelotero, en algunos juegos, él se desconcentraba y luego de hablar con Alvaredo, no había quién lo dominara, porque aumentaba su rendimiento en el juego y la competencia..."

Entre las cualidades del investigado, reconocidas por las personas entrevistadas, se encuentran las siguientes: "...es una gran persona, amigo, compañero y humano; en su persona se destaca la humildad y la sencillez con que actúa para el equipo, en Villa Clara y en el equipo Cuba, siempre lo encontramos dando consejos y sirviendo de guía. Todos esos valores hacen posible que los atletas que forman parte de los equipos donde él ha estado, se preparen para la vida en general, además, se caracteriza por su entereza, su hombría y grandeza en su trabajo..."

"...Los entrenadores se apoyan en lo que dice Alvaredo, es su psicólogo dentro y fuera del terreno, pues la psicología y la mente, acompaña a todos durante toda la vida, no solamente en el juego..."

Los peloteros de otras provincias emitieron varias opiniones, entre ellos se encuentran: Yorelvis Charles, José Dariel Abreu, Yorvis Borroto, Mayito Vega, Lisdey Díaz y Yulieski Gourriel. Todos aparecen también en el libro antes mencionado de Mas Juan, y que en algún momento de sus vidas fueron atendidos por Alvaredo como psicólogo, en el equipo Cuba de béisbol. Se pudo conocer que ellos le conceden gran importancia a la presencia de un psicólogo dentro del equipo, plantean que es vital y si es de la talla de Alvaredo es una dicha. Muchos de ellos han estado en equipos nacionales en los que Alvaredo forma parte del colectivo técnico, para asistir a eventos internacionales y plantean que: "...su ayuda en los entrenamientos, en los juegos, es fundamental; siempre está trabajando para eliminar los errores que cometen por la presión diaria, los enseña a concentrarse..."

Cuando un equipo tiene un psicólogo la dirección está fortalecida, pues es otro entrenador que ayuda a la dirección, tanto en el juego como fuera de él; además, expresan que: "...en momentos tensos, como en juegos con los equipos de Estados Unidos, los orienta para minimizar

algunos errores, que vienen arrastrando desde pequeños en las preselecciones nacionales, los quiere a todos como a sus hijos, les inculca que cada juego es una historia y lo que hicieron hoy mal, mañana pueden hacerlo bien; la gran mayoría alega que, sin dudas es el mejor, ¡por algo ha sido el psicólogo titular del equipo Cuba durante muchos años!”.

Tanto los atletas de Villa Clara, como los de otras provincias, valoran su trabajo en Series Nacionales de Béisbol y en el equipo nacional como excelente, ya que tener a Alvaredo como psicólogo en estos equipos, les ofrece gran seguridad, unos exclaman que: “...es el profe de profes...”, otros peloteros de diferentes provincias coinciden en: “...envidiamos a Villa Clara, sin ofender a nuestros propios psicólogos, por tener al mejor: Ramón Alvaredo Rodríguez...”.

Entre las personas que más saben de béisbol, por lo mucho que lo siguen, son los comentaristas deportivos y los periodistas, entre los que se encuentran: Normando Hernández, Osmany Peraza y Osvaldo Rojas Garay; ellos corroboran lo planteado por otros entrevistados, al ratificar la importancia del psicólogo dentro del equipo de béisbol.

Según expresan los comentaristas deportivos y periodistas: “...los amantes del deporte, la dirección del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER) y pueblo en general, pueden estar tranquilos porque contamos con un gran psicólogo como Alvaredo, en él podemos encontrar ayuda y apoyo...”. Agregan que: “...el trabajo de la figura investigada es muy bueno para Eduardo Martín, por ser el director del equipo Villa Clara y Cuba en estos últimos años, pero también para cualquier persona que tenga la misión de dirigir estos equipos, porque no tiene que preocuparse por el aspecto psicológico de los peloteros...”, este aspecto es tratado por Martín Saura cuando hace alusión a la importancia de la figura del psicólogo para el buen desempeño en un equipo de béisbol, en la tesis “Eduardo Martín Saura, un maestro del Béisbol”, del autor Fuerte Peraza, J.

El comentarista deportivo Normando Hernández plantea que: “...la presencia de Alvaredo en el equipo es importante, tanto en la parte médica, como en el colectivo de dirección, porque puede intercambiar con los atletas antes y después del juego, pero también por ser un amigo, un compañero y hasta un confidente, ya que le cuentan hasta sus problemas más íntimos...”.

“...Muestra de lo planteado es que su trabajo lo realiza en cualquier momento, se ha observado cómo en el ómnibus, en el hotel y en la calle conversa de forma muy atenta con los atletas. Es evidente que la psicología lo acompaña a cada lugar que se dirige en los 365 días del año...”.

Un elemento de gran importancia para una figura de tanto trabajo y resultados como Alvaredo, es la combinación de su trabajo con el hogar; su familia está compuesta por: Mercedes Alejandra Soria Sánchez, esposa y psicóloga, sus hijos Manuel Alejandro Alvaredo Soria, médico cirujano y Cecilia María Alvaredo Soria, estudiante de psicología.

En las entrevistas realizadas a los miembros de su familia se pudo conocer que sus relaciones son muy buenas: “...él no descuida este aspecto de su vida, a pesar de tener mucho trabajo, en Cuba y en el extranjero; a sus hijos los ha ayudado y preparado para la vida en todos los aspectos...”.

Al preguntarle a la hija: ¿cómo te sientes al ser parte de una familia en la que uno de sus miembros es tan importante en la esfera de la psicología y el deporte en Cuba?, ella respondió:

“...Es muy reconfortante, me siento muy orgullosa y quisiera ser como él, es un ejemplo a seguir, tanto así, que estudio psicología y aspiro a realizar la especialidad de psicología deportiva; para ella es difícil la separación cuando su padre está lejos del hogar, de mayor lo extraña más que de niña, pues siempre lo tiene presente y necesita en muchas ocasiones de sus consejos y comprensión...”.

Al preguntarle si ella ayuda a su padre en su trabajo y si a la vez éste la ayuda a ella como estudiante, su respuesta es muy interesante porque manifiesta que: “...sí nos ayudamos mucho, yo le facilito información actualizada, sobre psicología para que esté al día, le doy ideas para los programas de radio en que tiene que intervenir, escucho los criterios en la calle de los aficionados y le transmito el pensar de las personas, para que le sirva de retroalimentación en su trabajo, además, he realizado investigaciones científicas con mi padre y le hago búsqueda en Internet y lo apoyo en la ciencia informática...”.

Alvaredo le da todo el apoyo a su hija, basta decir que él es su tutor en todos los trabajos científicos que realiza en la universidad. Su esposa plantea que: "...sus relaciones con Alvaredo son divinas, en la parte sentimental, sobre todo, porque comparten la vida desde que estudiaban hace ya más de 30 años...".

Mercedes resalta el sentido de pertenencia de Alvaredo en relación con su trabajo, por eso se pasan horas hablando acerca del tema, en el cual tienen varios puntos en común y el primero es que estudiaron la misma carrera; además manifiesta que: "...su esposo es inteligente, trabajador, integrado y que mantiene magníficas relaciones con sus vecinos y amistades...".

Al preguntarle lo que siente por compartir su vida con una persona tan importante para el deporte cubano, sin pensar expresa: "...es para mí un orgullo, una gran satisfacción y eso me hace muy feliz, porque su trabajo es reconocido en cualquier lugar donde ha estado, su presencia es un elemento importante para la familia, porque a pesar de no estar siempre físicamente en el hogar, él se preocupa por estar en contacto con ellos de forma permanente, queda el ejemplo de su esposo en relación a la conducta, forma de ser y de actuar de una persona en la vida y ella como sus hijos, lo imitan...".

Al ser los dos, psicólogos, es muy factible la ayuda que ambos se brindan y sus resultados se verán plasmados en un libro que está en ejecución, sobre la psicología del deporte.

Todas las valoraciones plasmadas en este trabajo son extraídas de las entrevistas realizadas a los sujetos que intervienen en la investigación y lo que se plantea coincide con las opiniones originales emitidas por los mismos, de todo ello se infiere que la entrevista en esta investigación tuvo gran importancia.

Aunque este trabajo reseña la mayor parte de la vida de Juan Ramón Alvaredo Rodríguez, primero como pelotero y después como psicólogo deportivo, es evidente que le falta mucho por aportar al deporte en Villa Clara, Cuba y en el extranjero. Esta historia deberá ser escrita dentro de otros 30 años aproximadamente y de esa forma contar toda la historia de vida de una verdadera personalidad en el deporte cubano.

3. Conclusiones

1. Juan Ramón Alvaredo Rodríguez participó en Juegos Escolares Nacionales, Juegos Nacionales Juveniles, Campeonatos Nacionales de 1ra categoría y Juegos Centroamericanos Universitarios como pelotero.
2. Su participación, como Psicólogo, ha sido extensa desde el nivel provincial hasta el internacional, desempeñándose en varios deportes, fue el primer psicólogo en Cuba en trabajar con un equipo de béisbol.
3. Juan Ramón Alvaredo Rodríguez es reconocido por sus compañeros de equipo, atletas de otras provincias y familiares, como una persona de amplios conocimientos en psicología y de muchos valores humanos.
4. Juan Ramón Alvaredo Rodríguez ha participado como psicólogo deportivo en 62 eventos a nivel nacional e internacional, los atletas atendidos por él han obteniendo 24 medallas de oro, 19 de plata y bronce, para un total de 43 preseas, lo que representa un excelente 66 % de efectividad.

Referencias

- Alfonso, N. "Integran preselección de béisbol a los Juegos Centroamericanos Universitarios", *Granma*. 5 de agosto de 1976.
- Alfonso, N. "Reducen a 25 peloteros la selección universitaria a Centroamericanos", *Granma*. 16 de agosto de 1976.
- Centro de investigación e informática del deporte. *Guía Oficial de Béisbol*. La Habana: Editorial Deportes, 2015.
- Duarte, H. "Ramón Alvarado da el primer triunfo al CV de Cienfuegos", *Juventud Rebelde*. 15 de junio de 1973.

- Elio, M. "Integrado equipo cubano de béisbol a los III Juegos Universitarios Centroamericanos", *Juventud Rebelde*. 16 de mayo de 1978.
- Estévez C. Migdalia y Margarita Arroyo, *La Investigación Científica en la Actividad Física: Su Metodología*, 1987. La Habana: Editorial Deporte, 318.
- Fuerte Peraza, J., "Eduardo Martín Saura, un maestro del Béisbol". (Tesis de grado, Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas Facultad de Cultura Física, 2010).
- González, Antonio. *Ellos cuentan la historia. Apuntes para la historia del béisbol en Villa Clara*. Villa Clara: Propaganda del INDER, 1981.
- Mas Juan, Salmón, M. A. *Personalidades del deporte cubano*. La Habana: Editorial Deporte, 2007.
- Pablo, D. "Barren los Caribes en el tope universitario celebrado en Camagüey", *Granma*. 8 de junio de 1976.