

A propósito de la pelea entre los periodistas Harold Mayne-Nicholls y Antonio Neme

Investigación gringa aconseja que la mejor estrategia si se va a las manos es "esquivar y contraatacar"

FABIAN LLANCA

Aunque fue una trifulca en un estacionamiento, sin reglas ni jueces, la pelea entre el presidenciable Harold Mayne-Nicholls y el periodista Antonio Neme puso de manifiesto las diversas técnicas pugilísticas que ambos expusieron en el luctuoso suceso del martes pasado.

En esta materia, según un estudio publicado en la revista "Military Review", del Ejército de Estados Unidos, el contraataque es la mejor forma de pelear ofensivamente desde una posición defensiva (<https://acortar.link/bacAkR>). Es decir, "esquivar y contraatacar".

El artículo enfatiza que el principio clave radica en que al lanzar un golpe el adversario expone una vulnerabilidad momentánea en su defensa, que puede ser aprovechada con un contraataque rápido.

En la estrategia de combate, significa esquivar o defender el ataque para luego contragolpear al oponente expuesto. En el ámbito fisiológico, este método maximiza la eficiencia energética al evitar el impacto y se beneficia del momento de vulnerabilidad del adversario, cuando sus defensas están bajas y su equilibrio está comprometido.

"Lo importante primero es dominar la defensa", asevera Santiago Traipe, profesor de la escuela de boxeo Brooklyn Fight Club, en Las Condes. Para eso, recalca, "tenemos que vencer el miedo a ser golpeados".

Agrega que "instintivamente al recibir un golpe o un ataque nos cubrimos, cerramos los ojos, nos inmovilizamos y no respondemos. Entonces, antes de contraatacar lo primero es vencer el miedo al golpe, tratar de dominar ese miedo para aplicar la técnica y contraatacar".

Traipe enfatiza que "mi forma de enseñar boxeo tiene que ver más con la defensa que con el ataque. Al enseñarle a detener un directo, un uppercut o un gancho, la persona estará más segura porque no solo sabe golpear. Golpear es algo natural, todos golpeamos, pero defender es muy difícil. No es lo natural. Golpear cualquiera lo hace, defender, no".

En todo caso, menciona también matices que dependen de las diver-

Estudio publicado en la revista "Military Review", del Ejército de Estados Unidos, explica que el contraataque es la mejor forma de pelear ofensivamente desde una posición defensiva.



sas disciplinas de contacto: "En la lucha o en las artes marciales es distinto. En boxeo es aprovechar una recurso técnico para que tu rival falle el golpe y crear espacios para contraatacar y conectar un golpe".

Desde su rincón como técnico, Santiago Traipe, refiere que "por lo general, la guardia es más cerrada que en otras disciplinas, hay que cuidar la cara con las dos manos y los codos en el cuerpo para que no te llegue un golpe, como una cajita".

Por estar replegados, sigue, "con el contragolpe aprovechamos que a través del golpe del rival se generen los espacios que estás buscando, que saque los codos del cuerpo o las manos de la cara para ocupar ese espacio para el contragolpe".

Posturas

David Matamala, segundo dan bujinkan budo raijutsu, piensa que este método "tiene lógica, mucho sentido. Al menos nosotros en prácticas utilizamos posturas de defensas que se disimulan con una postura que no delata".

Desde ese punto, asevera, "se utiliza siempre la fuerza del ataque a nuestro favor, el peso del rival, la fuerza. Mientras el ataque tiene más fuerza, mejor lo puedes devolver. Si sabes utilizarlo a tu favor y tienes una práctica constante".

Añade que "una posición delata tú estado. Si no lo muestras, sorprendes al oponente. Eso no quiere decir que no lo esperes".

¿Esperar el ataque antes que sorprender con el golpe?

"Eso depende del contexto o escenario. Lo evalúas. Es nuestra disciplina, eso es importante. Razonar más que reaccionar. Es una diferencia importante del resto de las disciplinas".

Para Erison Bravo -profesor de taekwondo y académico de la carrera de Entrenador Deportivo de la Universidad Andrés Bello sede Concepción- ejecutar esta estrategia requiere "trabajar la base, la coordinación, la fuerza explosiva en distintos planos, la percepción, sentirse bien, tratar la anticipación, concentración total y un control emocional que tiene que estar trabajado".

Agrega que esquivar y contragolpear "evita el gasto excesivo, no desperdiciamos ADT, adenosin trifosfato, o energía, de manera innecesaria".

Recalca que "podemos aprovechar los errores del oponente para hacer algún tipo de contraataque que sea eficaz, ocupar la misma fuerza del oponente, el rechazo hacia atrás para impulsarse y dosificar la intensidad del combate porque hay momentos y momentos".