

FACTORS QUE INCIDEIXEN EN L'ACCÉS A LA PRÀCTICA DE L'ALPINISME I L'ESCALDA: ANÀLISI DES DE LA PERSPECTIVA DE GÈNERE

TREBALL DE FI DE GRAU

María J. Quero Trigo
4rt CAFE Matí
Tutora: Marta Moragas
2018-2019

Agraïments

A la meva família per la seva confiança i afecte, per haver donat tot allò que estava a les seves mans pel meu futur.

A la meva tutora d'aquest treball, Marta Moragas. Pel seu treball i dedicació, i per esdevenir un exemple i inspiració per mi, com a professional i com a dona.

I per últim, per totes aquelles dones, amigues i companyes que van introduir-se a aquest esport, com a molts altres, i van lluitar per fer-se un racó a tots als cims i grans parets del món. Com també a la meva fillola Maria, que està en camí, per ser una raó per compartir el paper de la dona a la història... per mantenir la història viva, per tu i totes les que venen.

Resum

Aquest estudi tracta sobre els factors que incideixen en l'accés a la pràctica de l'alpinisme i l'escalada realitzant una anàlisi des de la perspectiva de gènere. L'objectiu d'aquest estudi és, per tant, la cerca de les barreres o facilitadors que influeixen en l'accés o el desenvolupament de la dona en l'escalada i l'alpinisme.

La metodologia d'aquest estudi s'ha desenvolupat a través d'una anàlisi de documents, entrevistes i enquestes. Les entrevistes estan formades per una mostra d'un total de cinc esportistes, tres dones i dos homes, i les enquestes de caràcter anònim amb una mostra total de quaranta-un subjectes.

Tal com ens mostren i podem concloure a partir dels resultats de l'estudi a través de la mostra analitzada, existeixen unes barreres i facilitadors sobre la pràctica d'ambdós esports en el cas de la pràctica i desenvolupament de la dona com són: La maternitat i la percepció del risc, els referents i els mitjans de comunicació, la influència de l'entorn proper i les institucions i esponsors.

Paraules clau

Alpinisme, escalada, gènere, barreres i facilitadors.

Abstract

This study is focused on the factors that affect access to the practice of mountaineering and climbing, performing analysis from a gender perspective. The objective of this study is, therefore, the search for barriers or facilitators that can influence the access or development of women in climbing and mountaineering.

The methodology of this study has been developed through an analysis of documents, interviews and surveys. Interviews were made from a sample of a total of five athletes, three women and two men, and also anonymous surveys were made with a total sample of forty-one subjects.

As the results show, we can conclude from the samples analysed, that there are some barriers and facilitators on the practice and development of women such as maternity and risk perception, references and mass media, influence of the surrounding environment, public institutions and sponsors.

Keywords

Mountaineering, climbing, gender, barriers and facilitators.

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ.....	7
2. MARC TEÒRIC	8
2.1. Alpinisme	11
2.2. Escalada	12
2.3. Sostre de vidre i participació de la dona a l'àmbit esportiu	12
2.4. Referents i paper als mitjans de comunicació.....	14
2.5. Maternitat, muntanyisme i rols de gènere.....	15
2.6. Fisiologia de l'esportista, demandes de l'esport i lesions	17
2.7. Motivacions a la pràctica	21
3. METODOLOGIA.....	22
3.1. Mètode	22
3.2. Model d'anàlisi	24
3.3. Instruments.....	29
3.3.1. Anàlisi de documents.....	29
3.3.2. Entrevista en profunditat.....	29
3.3.3. Enquesta.....	29
3.4. Mostra	30
3.4.1. Criteris d'intencionalitat de la mostra.....	31
3.5. Tractament i anàlisi de les dades.....	32
3.5.1. Entrevistes.....	32
3.5.2. Enquestes	33
3.6. Criteris de qualitat	35
3.7. Aspectes ètics.....	36
3.7.1. Originalitat.....	36
3.7.2. Privacitat i confidencialitat.....	36
4. RESULTATS	37
4.1. Enquestes.....	37
4.2. Entrevistes	46
5. DISCUSSIÓ	57
Maternitat i percepció del risc	57
Referents i mitjans de comunicació	64

Influència de l'entorn proper	69
Institucions i espònsors.....	73
Factors facilitadors de la pràctica.....	75
6. CONCLUSIONS	78
7. LIMITACIONS	80
8. LINIES FUTURES DE RECERCA.....	81
9. BIBLIOGRAFIA.....	83
Annex	88
1.1. GUIA DE L'ENTREVISTA	89
1.2. MODEL D'ENQUESTA.....	91
1.3. MODEL DE FITXA IDENTIFICACIÓ ENTREVISTES	94
1.4. MODEL DE CONSENTIMENT INFORMAT	95
1.5. UNITATS D'ANÀLISI DE LES ENTREVISTES REALITZADES.....	96
1.5.1. ENTREVISTA SUBJ. 1 (HAMATESC1).....	96
1.5.2. ENTREVISTA SUBJECTE 2 (DPROFESC2).....	104
1.5.3. ENTREVISTA SUBJECTE 3 (DAMATESAL3).....	105
1.5.4. ENTREVISTA SUBJECTE 4, LYNN HILL (traducció de l'anglès) (DPROFESC4).....	106
1.5.5. ENTREVISTA SUBJECTE 5 (HAMATESAL5).....	110
1.6. ANÀLISI EXCEL REFERENTS ENQUESTA.....	112

ÍNDEX DE TAULES

Taula 1. Disponibilitat de material propi segons l'Enquesta Espanyola d'Hàbits esportius (2017).....	10
Taula 2. Distribució de les lesions segons sexe i edat (Nelson & McKenzie, 2009).	20
Taula 3. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes. Gènere femení i masculí	47
Taula 4. . Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes dels subjectes de gènere masculí.	48
Taula 5. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes dels subjectes de gènere masculí.	49

ÍNDIX DE FIGURES

Figura 1. . Freqüència d'elecció dels motius per la pràctica de l'escalada diferenciats per gènere. Font: López, García i Garrido. (2013). Estudio sobre las motivaciones para la práctica de la escalada en roca. Apunts. Educación Física y Deportes, (113), pàg. 23-29. ISSN.	21
Figura 2. Estructura de codificació generat a partir del programa QDA Miner Lite. Elaboració pròpia.	23
Figura 3. Taula d'anàlisi dels factors extrets de les entrevistes en profunditat, inspiració de Moragas (2014). Elaboració pròpia	28
Figura 4. Introducció del document al programa QDA Miner Lite i associació dels codis en aquest. Elaboració pròpia.	32
Figura 5. Selecció del codi per generar l'agrupació posterior de les unitats d'anàlisi associades a aquest. Exemple, Lesions. Elaboració pròpia.....	33
Figura 6. Agrupació de les unitats d'anàlisi del codi "Lesions" de la mostra de l'estudi a partir del programa QDA Miner Lite. Elaboració pròpia.....	33
Figura 7. Gràfic de la valoració quantitativa de la participació a l'enquesta segons sexe. Dades extretes de GoogleFormularis i Excel.	37
Figura 8. Gràfic sobre la freqüència de la pràctica de les modalitats. Gènere masculí.	38
Figura 9. Gràfic sobre la freqüència de la pràctica de les modalitats. Gènere femení.....	38
Figura 10. Gràfic sobre la tipologia de pràctica de muntanya (Escalada o alpinisme i nivell). Gènere femení.	39
Figura 11. Gràfic sobre la tipologia de pràctica de muntanya. Gènere masculí.....	39
Figura 12. Gràfic de barres, Motius d'interrupció o abstenció de la pràctica segons el sexe del subjecte.	40
Figura 13. Gràfic de barres, Factors motivadors de la pràctica segons el sexe del subjecte.....	41
Figura 14. Gràfic sobre la influència del gènere del/la practicant i si existeix una possible incidència sobre la pràctica i desenvolupament de l'escalada i l'alpinisme Gènere masculí.	43
Figura 15. Gràfic sobre la influència del gènere del/la practicant i si existeix una possible incidència sobre la pràctica i desenvolupament de l'escalada i l'alpinisme. Gènere femení.....	43
Figura 16. Gràfic de barres, Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi en les entrevistes segons sexe del subjecte. Taula d'anàlisi inspirada en Moragas (2014).	50
Figura 17. Gràfic sobre els referents de la pràctica esportiva dels subjectes entrevistats. Gènere masculí.	54
Figura 18. Gràfic sobre els referents de la pràctica esportiva dels subjectes entrevistats Gènere femení.	54

1. INTRODUCCIÓ

L'escalada i l'alpinisme, en els seus orígens han estat pràctiques associades a la pràctica esportiva principalment masculina. I en els seus principis, únicament.

En aquest estudi, s'analitzaran les barreres i els facilitadors que porta l'accés a la pràctica d'aquesta modalitat i el seu desenvolupament respecte a un itinerari esportiu. Unes modalitats esportives que es troben des de fa anys en un creixement i expansió, quant a pràctica, d'innovació i fins i tot socialment, com a eina de desenvolupament i integració d'alguns sectors. Sobretot pel que fa a l'escalada, esdevenint en l'actualitat esport Olímpic.

Tenint en compte els precedents d'aquest esport, és necessària una revisió de l'estat de la pràctica de la dona en aquest àmbit i quines possibles barreres encara són evidents, o quins facilitadors poden generar la introducció i desenvolupament en aquesta pràctica, així esdevenint una eina per fomentar projectes amb els factors que puguin existir. En aquest estudi també trobem la participació d'homes, cosa que ens dóna informació en contrastar amb les dones d'aquelles barreres que són pròpiament de gènere.

La viabilitat de l'estudi és generada per l'accés proper a la mostra i l'estat de la qüestió, tot i que poc aprofundit, amb quantitat d'informació pel que fa a fonts secundàries de vivències i relats sobre la pràctica i el conflicte d'igualtat i inclusió de gènere existent.

2. MARC TEÒRIC

L'esport i el gènere és un tema que ha anat evolucionant i patint diferents transformacions al llarg de la història. A l'esport, les diferències i barreres per a la dona han estat d'una forta visibilitat i s'han anat trencant de forma evolutiva al llarg dels anys. Dins de l'esport a la muntanya, la dona presenta diferència pel que fa a la inserció en les seves modalitats i des de fa molts anys lluita per una visibilitat igualitària.

“Perquè la representació de les dones és encara, a tots els àmbits de l'esport, menor que la dels homes. I no es deu a una falta d'interès per part de les dones, sinó que reflecteix una llarga història en què les dones han estat tradicionalment excloses d'aquest món esportiu per ser considerat socialment incompatible amb el rol que tenien assignades a la família”.

Conferència Mundial sobre Dona i Esport. Mont-real, 2002

Segons Santos, Balibrea, López et. al (2005), trobem un gran nombre de situacions de desigualtat en relació a la dona i l'esport que persisteixen en el temps, es reproduïxen o sorgeixen altres formes que contrasten amb els avenços ja conquerits de la matèria. Segons dades extretes de l'informe d'Hàbits esportius de la població valenciana (2000), extrauen obstacles que segons els autors segueixen condicionant l'accés de la dona a l'esport. Algunes de les esmentades són:

- **Pervivència de pràctiques sexuades:** Les diferències fisiològiques i l'educació cultural sobre aquestes determinen la predilecció per certs esports.
- **Identificació amb l'esport i la virilitat.**
- **Mitjans de comunicació i la difusió d'estereotips negatius** (lligat amb els anteriors punts).
- **Disminució de les taxes de participació en l'adolescència:** Moment òptim pel reforç de valors, models esportius, construcció de la personalitat. Lligat amb els punts anteriors, mentre que els nois reforcen valors culturalment introduïts i acceptats que l'apropen a l'esport de característiques més tradicionals i troben ídols masculins d'èxit gràcies a la difusió dels mitjans de comunicació. Les noies en l'adolescència tendeixen a reforçar uns valors més allunyats de l'esport dins dels cànons més tradicionals i trobar ídols d'èxit femenins a l'esport al seu dia a dia gràcies als mitjans de comunicació és més difícil i poc

freqüent per la difusió selectiva d'aquests.

- **Desigualtats en l'ús del temps / desigualtats esportives:** Derivat de les polítiques familiars, polítiques d'ús del temps i serveis socials que puguin facilitar l'accés a l'esport. En el cas de famílies estructuralment tradicionals i amb un desequilibri a les reparticions de les tasques de la llar o en famílies amb dificultats econòmiques la dona disminueix el seu temps lliure aproximadament un 20 % (Encuesta de empleo del tiempo 2002-2003, INE).

Així doncs torbem barreres essencialment construïdes culturalment per la societat i carregades d'estereotips reforçats per aquest discurs cultural allunyat de la igualtat de gènere.

Com a dades d'actualitat segons l'enquesta d'hàbits esportius espanyola del 2017, trobem les següents dades:

- Entre homes i dones ocupats que realitzen esport, trobem una diferència l'any 2017 de 119,4 mil homes practicants a 83,8 mil dones practicants. Cal dir, que la dona tot i patir una davallada al dos mil quinze, manté un creixement regular fins a l'actualitat. La diferència de practicants entre homes i dones cada cop es redueix més tot i la pujada regular dels homes practicants des de l'any dos mil tretze al creixement de dones irregular. Al dos mil disset però, podem dir que un 54,4% d'homes laboralment actius practiquen esport, en relació a un 45,5% de dones de la mateixa condició que en practiquen.
- Pel que fa a les llicències federatives, trobem una gran diferència entre homes i dones dins de l'anuari d'estadística Esportiva 2017, on tot i el gairebé creixement continu de les dones en l'àmbit federatiu l'any 2016 encara trobem uns dos mil vuit-cents catorze mil homes federats vers a un total de set-cents setanta-dos dones.
- De forma més general, trobem que a partir dels 15 anys el nombre d'homes practicants d'esport a l'aire lliure és del 55,6% mentre que pel que fa a les dones és d'un 34,3%. El total comporta un 45,9% de la població.
- I en el cas més concret de l'activitat física al medi natural, trobem un indicador indirecte sobre la disponibilitat de material propi. En el cas del material de muntanya trobem que

pel que fa al general de la població, els homes que tenen útils de muntanyisme es troba en el 20,7% mentre que la dona a un 18,1%. Pel que fa a l'equip de pesca, caça, busseig, esquí i navegació també trobem una diferència d'entre 0,5 i 5,6% de diferència entre home i dona, de menor nombre en el cas de la dona en tots els casos. Si analitzem de forma més concreta la modalitat esportiva, trobem les següents comparacions sobre dades del 2015, amb 11.358 homes enquestats i 9.482 dones. La disponibilitat de material propi és una dada interessant pel que fa l'autonomia de realització de la pràctica i la seva freqüència.

Taula 1. Disponibilitat de material propi segons l'Enquesta Espanyola d'Hàbits esportius (2017).

ESPORT (% mils)	HOMES	DONES
Piragüisme, rem	4,8%	2,5%
Esports d'hivern	10,5%	8,3%
Senderisme/muntanyisme	32,1%	31,6%
Pesca	14,2%	3,1%

Taula 1. Font: Ministerio de educación, cultura y deporte (2017). Anuario de estadísticas deportivas 2017. Recuperat a: http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano_mecd/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/deporte/anuario-deporte/AED-2017/Anuario_de_Estadisticas

En resum trobem una diferenciació tant a la pràctica com a la federació i competició a l'última Enquesta d'Hàbits esportius (2017). Les raons de pràctica esportiva també mostren diferències abans citades. I en general el nombre de dones és menor. I trobaríem valors més allunyats d'aquells relacionats amb els esports al medi natural.

De forma més concreta, trobem el *Estudio del perfil de deportistas federados y aficionados a los deportes de montaña*, realitzat per la FEDME (Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada). Dins del seu informe de resultats trobem certa informació relacionada amb la dona i més concretament en l'àmbit dels esports de muntanya:

- En el cas de les dones, trobem un flux més gran de practicants joves d'entre 35 i 45 anys respecte als homes amb un nombre més gran d'homes d'entre 40 i 50 anys.
- Els enquestats van ser federats i ex-federats de la federació espanyola, i a més a més aficionats per mitjà d'enllaços a revistes, blocs, per correu electrònic, etc. En la participació

trobem una diferència molt gran entre dones i homes. Amb un 78,6% de homes i un 24,1% de dones.

En aquesta anàlisi, ens centrarem exclusivament en l'escalada i l'alpinisme, esport de risc en l'entorn de la muntanya de caràcter físic, psicològic i tècnic de molta exigència. Són esports que requereixen habilitats mentals i físiques molt determinades per la gestió del risc i l'exposició als factors de l'entorn (medi natural). També per la seva ubicació necessiten una gestió del temps exigent quant als punts de pràctica o el seu entrenament. Per tant, són esports que requereixen molta determinació, constància i adaptació de l'estil de vida cap a aquests que pot estar alterat per diferents factors en els seus potencials practicants i practicants existents.

2.1. Alpinisme

Segons la FEDME (Federació Espanyola de Muntanyisme i escalada), *“l'alpinisme és la més antiga i completa de les modalitats esportives de muntanya. Podria definir-se com l'acció de pujar muntanyes, però sempre per afany de superació, com a resposta a un impuls personal diferent en cadascú o pel plaer d'arribar al cim i observar el terreny que s'obre davant dels ulls”*.

L'alpinisme en els seus inicis, va desenvolupar-se i avançar a partir de la curiositat de l'ésser humà. Sobretot, pel que fa a l'alpinisme en la cultura occidental, les primeres passes en aquest esport són desenvolupades per científics que busquen cartografiar fins i tot els punts més alts del planeta, o per diferents estudis i investigacions que s'obren des de les facultats de les alçades (oxigen, adaptació, materials, flora, etc.).

El paper de la dona, al llarg del temps ha anat avançant i fent-se un lloc dins del món de l'alpinisme, però aquests avenços han estat difícils i plens de barreres. La muntanya, per la dona, era un excés de llibertat que l'home no estava disposat a atorgar. A més a més, experts en medicina i del sector de la muntanya, asseguraven que la muntanya no era bona per la salut de la dona i per un dels seus objectius més importants a exercir dins del seu rol a la família, la maternitat.

Alpinistes molt importants amb grans desafiaments socials per ser les primeres dones com són: Anne Peck, Lucy Walker, Marie Paradís, Junko Tabei, Míriam García, Míriam O'Brien, Elvira Shataeva, Wanda Rutkiewicz, Gertrude Bell, Alison Hargreaves, Magda Nos, Mónica Verge... Dones que van imposar-se en un món majoritàriament masculí per diferents raons, però totes en major part comparteixen un fet, una societat que no les recolzava ni confiava en les seves capacitats i competències en aquest sector.

En el cas de les alpinistes més pioneres, datades entre el 1800 – 1950, en la seva major part eren dones que no havien format una família per perseguir els seus somnis d'alçada, la qual cosa era concebuda per la societat com un fet estrany i fins i tot, obviant la falta de feminitat de la dona.

En tot cas, les barreres de la dona en aquest món són evidents al llarg dels anys, i el paper d'aquesta ha tingut molta rellevància socialment i polític fins i tot com a espai de reivindicació dels seus drets més fonamentals, com és l'exemple Fanny Bullock Workman, qui l'any 1912 desplega un diari a l'Himàlaia que exposava "*Votes for women*".

2.2. Escalada

L'escalada és un esport que es basa en l'ascensió vertical de les parets de les muntanyes, aquesta neix a partir del senderisme i l'alpinisme cercant un augment de la dificultat i del repte a assolir. Aquesta neix, tal com entenem l'escalada, a finals del 1800. Els mecanismes de seguretat van avançant pel que fan les cordes i els ancoratges, i cada vegada s'augmenta més el grau de dificultat gràcies als mecanismes de seguretat i al desenvolupament de la tècnica i els entrenaments.

L'escalada consta de moltes variants com són: Escalada en lliure, artificial, Big Wall, bloc o boulder, *psicobloc*, etc. Fins i tot, l'any 2020 esdevé una disciplina olímpica.

El paper de la dona en aquest món també ha estat ple de barreres i estereotips sobre les seves possibilitats. Tot i això, exemples nacionals com Josune Bereziartu qui va ser la primera dona a assolir un 9a+ (grau de dificultat) en escalada esportiva. O exemples internacionals de reptes assolits per primer cop per una dona, com Lynn Hill, un exponent d'importància a l'escalada, la qual va fer la primera ascensió en lliure¹ de la *The nose* situada a *El Capitán* (Yosemite, EEUU). Aquesta última, així desafiant a tots els factors psicològics, físics i socials no associats amb la dona en aquell àmbit ni moment històric, i així trencant amb molts estereotips en l'escalada i convertint-se en un referent per molts escaladors i escaladores amb una trajectòria brillant.

En aquests moments, moltes escaladores nacionals i internacionals assoleixen alts graus a escalada esportiva o clàssica. Assolint reptes mà a mà, en cordades femenines o mixtes.

2.3. Sostre de vidre i participació de la dona a l'àmbit esportiu

Segons Gilbert (2014) al diari *Ara*, "*el terme sostre de vidre, que es va fixar per primera vegada el 1986, es refereix als obstacles invisibles que fan difícil per a una dona tenir una carrera professional ascendent en la mateixa proporció que la que pot tenir un home*". En general, és un terme que és utilitzat de forma més freqüent en el món laboral pel que fa a la desigualtat de la dona en aquest. Però també podem lligar-ho a una carrera esportiva, en aquest cas com podria ser en esports de muntanya com l'escalada

¹ L'escalada en lliure es tracta de una modalitat de l'escalada en roca, la qual només es fan servir els propis mètodes corporals, no s'utilitza material que ajudi a l'ascensió (estreps, etc.).

i l'alpinisme. En aquests esports dones amb una gran trajectòria esportiva i currículum d'expedicions i vies obertes, senten la desigualtat d'espònsors, de medis per accedir a les expedicions, i una dificultat més elevada per poder dedicar la seva vida a la seva major passió, l'esport a la muntanya.

Com citen Gallego i Estebaranz (2003, p.1), *“A aquesta situació li podem sumar els mites que assenyala Benilde Vázquez (2001) i que tradicionalment han frenat la participació de les dones: la masculinització a través de l'esport, l'esport és perjudicial per a la salut de la dona, les dones no tenen aptituds per a l'esport, les dones no tenen interès en l'esport”*. I d'aquesta afirmació, podem extreure un altre factor determinant en la inserció de la dona a l'esport, o pràctiques o sectors on ha estat sempre potencialment masculinitzat. Aquest factor és la “profecia autocomplerta”, una teoria impulsada per Robert Merton, aquest autor, citat per Vargas (2016, p.65), expressa:

“Una definició falsa de la situació que suscita una conducta nova, la qual converteix en veritable el concepte originàriament fals”.

Robert Merton, *Teoría y estructuras sociales*, (1979, p.505).

Traduint aquesta cita al context d'aquest estudi podríem posar un exemple que ho clarifiqués i ho fes més entenedor, l'exemple és el següent:

Una dona està buscant nous esports on introduir-se, i veu els esports de muntanya com podrien ser l'escalada o l'alpinisme com a opció. Però veu que són esports on preval la força i de caràcter molt masculí (revistes, referents, etc.). A aquesta dona, des de petita l'hi han dit que les dones tenen menys força i l'han guiat cap a esports d'un caràcter menys agressiu, menys exposat al risc i al descobriment. Així doncs, creu que no és esport per ella, perquè no té aquestes qualitats. Una definició falsa d'una situació, que genera una conducta que fa tornar vertader un fet fals. Com afirma al seu article Vodden i Schell (2010, p.136), *“Com en moltes altres activitats esportives, l'escalada en roca i el muntanyisme sovint es consideren no aptes per a la participació femenina, ja que molts creuen que les dones no posseeixen els requisits de força física o fortalesa mental per a participar en una activitat tan exigent i perillosa”*.

L'escalada i l'alpinisme han estat en els seus orígens modalitats esportives reservades per a un públic masculí i que expressaven un caràcter i una imatge de força, supervivència, incertesa, domini o exposició al perill entre d'altres. Expressions que no estaven dins dels sinònims de feminitat. Per tant,

les dones des d'un principi per raons socials excloses d'aquest món de muntanya, creuen que aquestes qualitats no s'adeqüen a les seves pròpies característiques, per tant genera una falsa definició de què aquest esport no és per dones (menys força, predisposició a altre tipus de tasques, no mostra un caràcter a escala social tan agressiu i intrèpid, etc.). Per tant, crea una falsa creença d'inferioritat per tal d'assolir els objectius perseguits en esports com aquests i genera una barrera invisible que és falsa però l'hem esdevingut certa respecte a creença social. Per ser més exactes, l'escalada demana molta força, però també gran tècnica, amplitud de moviment, potència, etc. Algunes de les quals les dones tenen més rellevància, per la qual cosa l'escalada segueix desenvolupant-se en un fals mite sobre les qualitats bàsiques que demana i sobre les seves característiques pròpies.

Així doncs, trobem dos conceptes similars que són bastant visibles en el desenvolupament de la dona a la pràctica i competició d'aquests esports i generen una barrera que impedeix a la dona guanyar nombre de participants del seu sexe donada la seva falsa creença de qualitats essencials i naturals.

2.4. Referents i paper als mitjans de comunicació

Ibáñez (2001), apunta: *“els mites en l'esport que amb tant d'entusiasme i dedicació crea la premsa, la ràdio i la televisió són sempre homes, no hi ha dones en aquest Olimp informatiu, amb la qual cosa a la nena se li acaba inculcant una versió final de l'esport només per a homes”*.

Pel que fa als referents en l'escalada i l'alpinisme, són escassos, tot i la seva evolució quantitativament amb el pas dels anys i la visibilitat de la dona en aquest àmbit.

Segons Colell, et al. (2017, p.799) en un estudi sobre 3 diaris importants a nivell nacional, exposa: *“només 81 portades de 672 (n=81; el 12%) contenen informació sobre la dona a l'esport en el transcurs de cinc anys en els quatre diaris analitzats”*.

I en el cas de la representació de dones en els mitjans de comunicació, moltes vegades es representen sota un filtre estereotipat. Com exposa Vodden i Schell (2010), en la majoria dels casos la dona atleta que apareix en els mitjans de comunicació s'exposa de la següent forma:

- Centrant l'article en la seva vida privada (Rol d'esposa, de mare, de xicota, etc.).
- Sexualitzant la imatge de la dona (Fotografies fora del terreny de l'esport, amb un entorn més acord amb els paràmetres femenins imposats per la societat).

- Infantilitzant la dona exposada (P.ex.: adreçar-se a ella com a noia “girl” i no com a dona “woman”).
- Juxtaposant imatges de la dona en el seu entorn esportiu i de la feminitat tradicional (terme definit com a “ambivalència” per Duncan (1986, 1988, 1990)).
- Donar més importància a la dona pel fet de ser dona i mantenir el seu paper social juntament amb l'esport i ser rellevant en aquest que al fet que ha aconseguit o el seu talent sense remarcar el seu paper com a dona i el fet de ser-ho.

En el mateix estudi realitzat per Vodden i Schell (2010), partint d'una mostra de 114 exemplars de la revista *Climbing Magazine*, analitzada entre els anys 1991 i el 2004. De 421 articles totals a aquesta revista prestigiosa en el món de l'escalada, només el 3% (13) estan dedicats a dones escaladores. Fins al 1997, no apareix la dona per primera vegada en portada, i durant el barem d'anys analitzat, només està present un 16%.

Tenint en compte aquests aspectes, la dona als mitjans de comunicació es manté en una constant lluita per poder aparèixer com a referent (sobretot en esports com l'alpinisme, i una mica més avançat avui dia en l'escalada), però com a referent sa i real, pel seu talent i la seva figura en l'esport a escala quantitativa i qualitativa. Aquest fet repercuteix de forma molt directe en els termes tractats en els punts anteriors, com són "el sostre de vidre" i la "profecia autocomplerta" donat que és un principal referent i informació prèvia en tota l'etapa formativa de la dona i en la seva trajectòria, donant i creant uns estereotips i preestablint una imatge i unes creences cap a si mateixa, les seves possibilitats i els seus potencials.

2.5. Maternitat, muntanyisme i rols de gènere

Per desenvolupar el tema de la maternitat i la conciliació familiar juntament amb la pràctica de l'alpinisme o l'escalada d'alt nivell, introdueixo un tema a través d'un cas concret.

Alison Hargreaves, vas ser una dona alpinista la qual va esdevenir la 5à dona a culminar el K2, en comparació amb més de 100 homes en aquelles dates (90's). Aquesta dona va morir descendint el segon pic més alt del món, l'any 1995 posteriorment a la seva ascensió al K2. En el moment de la seva mort, la societat la va assenyalar com una “mala mare”, degut a seguir amb la seva pràctica de l'alpinisme d'alt nivell tot i ser mare.

Frohlick (2006, p.482), citant a Miller, (1984) als seu llibres *On Top of the World: Five women explorers in Tibet* i *An Anthology of Women's Travel Writing*, exposa:

“En general està acceptat pels homes que aquests viatgin lliurement a les seves expedicions de muntanya en distàncies com Pakistan, Nepal o qualsevol altre llunyà punt del mapa sense culpabilitat com a pares, mentre que les dones s’espera que es mantinguin a casa amb els seus fills”.

Segons l'autora, Alison Hargreaves va ser un dels principals referents per Nord Amèrica i Regne Unit sobre les complicacions donades pel gènere en el desenvolupament del muntanyisme d'alt nivell. Així doncs, es va veure reflectit en el cas d'una esportista la realitat de moltes de les alpinistes al llarg dels anys. També casos exposats al llibre *Cuerdas Rebeldes*, mostres de l'elecció de moltes de les esportistes, sobretot alpinistes, que es veien exposades a l'elecció de la maternitat o les seves fites esportives i que com a alpinistes quedaven retratades socialment com dones que "han abandonat el seu rol" i són "causes perdudes", aquestes no concebien, ja que segons els rols ubicats a la família tradicional, establir-se en una família tradicional o poder encaixar-se en això. Avui dia trobem major flexibilitat i mares que coordinen la seva carrera esportiva i la maternitat, però el nivell entre home i dona no resulta equitatiu, encara queden llargues diferències quant a càrregues del mateix rol imposades per la societat. Cal afegir i com també hem vist a anteriors apartats, Hargreaves (2000) expressa que *“el petit nombre de dones les quals formen part de l’agressiu, muscular, tradicional esports masculins veuen la seva sexualitat negada i etiquetades com a “mannish” or “freakish”, presentada de forma andrògina o més usualment, com “super-femenina”.*

Cal afegir que quant a pràctica amb embaràs pel que fa al nivell més fisiològic, si s'adapta el nivell i el risc es pot desenvolupar la pràctica fins a un avançat estat de l'embaràs. En el cas de l'altitud, sí que aquesta pot afectar a l'embaràs i pot ser causa de la interrupció d'aquest, tot i que no està evidenciat (Jean et. Al., 2006). Trobem estudis, com Gonzales (2012) que apunten el següent:

“L’embaràs d’una dona exposada de forma aguda, intermitent o permanent a grans altures, genera majors riscos pels resultats adversos del embaràs que al observar-los si el embaràs es desenvolupa a nivell del mar. Es recomanable evita que les dones que viuen a nivell del mar desenvolupin embarassos a grans altures, en tot cas hauran de tenir un major nivell de control prenatal. Igualment, es recomana evita el suplement de ferro en dones amb nivells alts d’hemoglobina en alçada (>14,5 g/dL)”.

En el cas de l'escalada no hi ha riscos evidents durant el primer trimestre de l'embaràs. Es recomana per tal que els riscos siguin els mínims un arnès complet o que ometi la pressió abdominal i evitar

assegurar per les possibles estivades, així com evitar l'escalada les últimes etapes de l'embaràs a causa de l'augment del pes i allò que pot suposar a escala lesiva (òssiament, muscular i sobre els tendons).

2.6. Fisiologia de l'esportista, demandes de l'esport i lesions

En general, els escaladors es determinen per un baix pes corporal i un baix tant per cent de greix corporal. És evident que a diferència dels homes, el tant per cent de greix de les dones és més elevat i té més tendència a la necessitat pel bon funcionament dels seus sistemes.

Segons un estudi realitzat per Hum (2013) de l'estructura del rendiment d'un escalador d'escalada esportiva que va efectuar a 30 escaladors avançats en escalades 7a-8a, i va ser assajat en vies 7b +- 8b+/c és va extreure que els escaladors destaquen per:

- **Resistència isomètrica:** els escaladors destaquen per la resistència al treball isomètric dels flexors dels dits.
- **Força màxima de pressió manual:** Segons Hum (2013) les dones és troben en 30kg i 50kg els homes. Tot i que, si aquests resultats els comparem amb la població no escaladora no hi han molts canvis significatius, ara bé, si els comparem en relació al seu pes corporal (força relativa), els escaladors mostren una força major respecte la població no escaladora.
- **Força màxima als dits:** En la prova de força en els dits, els escaladors professionals destaquen per generar una força de 38,8kg respecte els no escaladors que són capaços de generar una força de 26,6 kg.
- **Consum d'oxigen VO2max:** En la prova de consum d'oxigen el escalador professional és comparat amb els valors d'oxigen que consumeix un gimnasta professional. Els resultats són similars. En canvi si aquests resultats els comparem amb un esportista de resistència aquests valors són molt inferiors. Per tant, segons Hum (2013), l'escalada té un component anaeròbic.
- **Freqüència cardíaca:** Les variacions de la freqüència cardíaca estan directament relacionades amb la dificultat de la via, mentre que el V2max és manté igual. Aquest fet, pot ser causat per les contraccions isomètriques produïdes en les extremitats superiors basant-nos en l'article citat anteriorment. Els metabòlits que és troben dins del teixit quan aquest treballa provoquen el augment de la freqüència cardíaca a través d'una resposta del sistema simpàtic. Tot i això, si la

via és complicada o és la primera vegada que l'escalador l'experimenta es pot produir un estrès psicològic i aquest pot provocar un augment de la freqüència cardíaca, pels nervis o la por que pot generar a l'escalador. És a dir, es tracta d'una variant que està afectada tant a nivell fisiològic com psicològic. Per tant, el seu entrenament és molt dual.

- **Àcid làctic:** A l'escalada hi ha una forta implicació dels sistemes energètics anaeròbics, és per això que un escalador ha de tenir una tolerància alta al lactat durant l'escalada.
- **Composició corporal:** Segons Hums (2013), un baix índex de greix és fonamental per tot escalador.

D'altra banda i com a factors que influeixen a tot escalador, segons Mermier, et al. (2000), tenir èxit en escalada té a veure amb un 58,9% en l'entrenament. Per tant, potenciar la força de braços i cames i la subjecció és un factor determinant, igual que tenir un baix nivell de greix corporal. Són característiques essencials de l'esportista.

Segons els mateixos autors un 0,3% es un component antropomètric (massa corporal, alçada i longitud d'extremitats). Un 1,8% correspon al nivell de flexibilitat, en concret l'angle de mobilitat del maluc, i un 34% són habilitats tècniques i tàctiques.

Horst (2008), autor de manuals i llibres d'escalada, classifica el perfil de l'escalador en el llibre *Conditioning for climbers*. Determina que un 38% és la condició física (força de dits, resistència isomètrica, i força dels braços), també dins d'aquest 38% classifica les qualitats antropomètriques com (massa corporal, índex APE i flexibilitat de maluc). I amb un 25% són les capacitats mentals, i finalment un 33% són capacitats tècniques i tàctiques.

Per tant, aquest autor afegeix les capacitats mentals, manté en un tant per cent alt la tècnica i tàctica, i pel que fa la condició física, s'apropa molt a la teoria expressada per Mermier et al., (2000).

Oliver Guidi mencionant al llibre publicat per Horst (2008), fa una correcció a la web de la Federació Francesa d'escalada (FFME) i modifica les característiques del escalador amb un 50% les capacitats mentals, un 27% capacitats físiques, un 15% capacitats tàctiques i amb un 8% capacitats tècniques.

Per tant, extraient una conclusió basant-nos en els autors anteriors, tot escalador professional ha de destacar en la part física per una força d'extremitats superiors, en especial dits i també ha de ser una

persona flexible a nivell del maluc i glenohumeral, però podríem dir que de forma general. Les extremitats inferiors també són molt necessàries en moments de força isomètrica. Tot escalador professional ha de ser capaç de suportar el lactat, igual com al treball anaeròbic.

En la part més tècnica, els escaladors han d'aprendre a fer els moviments i a treballar amb la força del cos i els punts de recolzament per tal de realitzar el menor desgast físic. Per tant, una bona tècnica és essencial. També afegir, que la tècnica també compta amb la rapidesa d'anàlisi (pel que fa la roca i les seves possibilitats) i la reacció, juntament amb el control del risc i de les capacitats sota pressió.

Per que fa les **qualitats mentals**, extraiem que és essencial en tot escalador. La percepció del risc, l'autocontrol, aprendre a gestionar les emocions, etc. És una part fonamental a l'escalada.

És evident que fisiològicament trobem diferències pel que fa a sexes com la força, la flexibilitat, la potència o l'elasticitat. I també antropomètricament, on normalment la dona tendeix més a tenir un major índex de greix i és necessari pel bon funcionament hormonal i fèrtil, però en un escalador es busca el mínim tant per cent de greix. Però també trobem que en gran part les qualitats físiques queden a una banda donant menys importància si tenim en compte els autos anteriors i les seves afirmacions. Així doncs, veient que les qualitats mentals i la tècnica i tàctica també tenen un pes que per tant ha de resultar una barreja de diferents qualitats i una bona adaptació a allò que doni resultat a un bon escalador o escaladora.

Així doncs, podem veure que la idea que es té principalment de la força a l'escalada, és rellevant, i principal motiu de justificació de la diferència de practicants o nivell entre homes i dones. Però un bon escalador i eficient està format per un conjunt de qualitats físiques i psicològiques i la adaptació més gran i potenciació de les nostres qualitats donada l'heterogeneïtat de les vies i les necessitats de cadascuna d'aquestes.

Per últim, pel que fa a les lesions trobem contradiccions en part dels estudis però també es realitzen comparacions entre gènere amb diferent nivell pel que fa el grau d'escalada. En un nivell més generalista trobem l'estudi de Nelson & McKenzie (2009), que mostra un nivell més elevat de lesions en dones que en homes. Tot i la possible diferència entre sexes, la informació més rellevant que podem extreure és un alt grau lesiu en aquest àmbit esportiu degut a la exposició al risc i l'alt nivell tècnic. Les dones aparentment, segons l'estudi, tenen més lesions d'esquinç o hiperextensió (segurament degut al nivell de flexibilitat i a la inestabilitat en articulacions que pot generar, o també per forçar aquest tipus de moviment).

Taula 2. Distribució de les lesions segons sexe i edat

Table 2. Proportion of body parts injured and diagnosis of rock climbing injuries treated in U.S. emergency departments, 1990–2007, by age, gender, and hospitalization

	National estimate (%) ^a	Hospitalized % ^a (OR; 95% CI)	Age % ^a (OR; 95% CI)			Gender % ^a (OR; 95% CI)	
			≤19 years	20–39 years	≥40 years	Male	Female
Body part injured	40198 (100)						
Lower extremity ^b	18907 (46.3)	33.3 (0.55; 0.28, 1.07)	40.7 (0.73; 0.55, 1.01)	49.7 (1.38; 1.02, 1.85)	44.0 (0.90; 0.60, 1.35)	46.0 (0.97; 0.68, 1.50)	40.8 (1.04; 0.73, 1.40)
Upper extremity ^c	11735 (29.2)	16.9 (0.40; 0.17, 1.25)	32.5 (1.20; 0.91, 1.74)	27.2 (0.81; 0.56, 1.18)	29.7 (1.05; 0.62, 1.73)	28.6 (0.91; 0.60, 1.40)	30.5 (1.09; 0.72, 1.67)
Head ^d	4910 (12.2)	24.1 (2.08; 1.04, 4.38)	15.0 (1.54; 0.95, 2.48)	10.3 (0.68; 0.46, 0.99)	12.3 (1.02; 0.52, 1.99)	12.3 (1.05; 0.65, 1.65)	11.9 (0.97; 0.61, 1.54)
Trunk ^e	4259 (10.5)	22.2 (2.80; 1.50, 5.45)	9.4 (0.84; 0.49, 1.43)	10.5 (1.00; 0.60, 1.54)	12.8 (1.50; 0.70, 2.42)	10.4 (0.96; 0.53, 1.70)	10.8 (1.04; 0.57, 1.90)
Diagnosis	57872 (100)						
Fracture	10996 (29.0)	69.6 (8.19; 5.17, 12.98)	23.8 (0.78; 0.55, 1.14)	26.0 (0.87; 0.67, 1.15)	38.9 (1.88; 1.35, 2.63)	29.5 (1.54; 1.09, 2.17)	21.4 (0.65; 0.40, 0.92)
Sprains/strains	10822 (28.6)	0.0	25.3 (0.89; 0.65, 1.24)	29.6 (1.37; 1.03, 1.82)	19.4 (0.62; 0.42, 0.90)	23.8 (0.59; 0.40, 0.88)	34.5 (1.68; 1.13, 2.51)
Laceration ^f	9473 (17.1)	4.1 (0.20; 0.06, 0.08)	23.1 (1.99; 1.14, 3.49)	12.9 (0.59; 0.34, 1.01)	14.0 (0.83; 0.47, 1.40)	17.8 (1.05; 1.03, 2.07)	11.0 (0.60; 0.38, 0.98)
Soft tissue ^g	9419 (16.9)	2.6 (0.13; 0.03, 0.02)	12.8 (0.71; 0.58, 1.32)	17.3 (1.20; 0.80, 2.00)	17.1 (1.10; 0.64, 1.89)	15.4 (0.88; 0.60, 1.17)	17.2 (1.14; 0.85, 1.52)
Dislocation	1022 (4.3)	0.0	5.0 (1.70; 0.85, 3.40)	3.0 (0.79; 0.41, 1.55)	2.4 (0.54; 0.13, 2.37)	3.9 (0.91; 0.20, 3.22)	4.9 (1.10; 0.31, 3.85)
Other	1187 (3.1)	15.3 (11.45; 0.18, 21.21)	4.2 (1.57; 0.69, 3.58)	3.2 (1.00; 0.48, 2.32)	0.7 (0.19; 0.02, 1.50)	3.2 (1.12; 0.50, 2.25)	2.9 (0.90; 0.45, 1.79)
Mechanism	51110 (100)						
Fall	24,124 (77.5)	81.5 (1.32; 0.75, 2.35)	75.5 (0.85; 0.61, 1.18)	79.0 (1.20; 0.83, 1.74)	70.4 (0.93; 0.56, 1.55)	70.8 (0.85; 0.49, 1.48)	79.0 (1.18; 0.68, 2.04)
Hit/strike	2207 (7.1)	0.7 (0.08; 0.01, 0.73)	7.5 (1.10; 0.55, 2.21)	7.0 (1.18; 0.61, 2.27)	4.5 (0.55; 0.21, 1.43)	7.3 (1.12; 0.60, 2.08)	0.0 (0.00; 0.48, 1.67)
Hit/stuck by	1981 (6.4)	13.0 (2.88; 1.53, 5.45)	10.1 (2.28; 1.27, 4.10)	3.9 (0.39; 0.23, 0.68)	7.7 (1.27; 0.39, 4.18)	8.0 (4.24; 1.83, 11.05)	2.0 (0.24; 0.09, 0.61)
Overexertion	978 (5.1)	1.4 (0.40; 0.10, 1.79)	0.7 (0.17; 0.04, 0.71)	3.9 (1.78; 0.63, 5.09)	5.5 (2.10; 0.80, 5.96)	2.4 (0.43; 0.10, 1.19)	5.3 (2.33; 0.84, 6.45)
Other	1,820 (5.9)	2.8 (0.42; 0.10, 1.78)	0.1 (1.08; 0.51, 2.28)	5.0 (0.92; 0.52, 1.62)	0.1 (1.05; 0.40, 2.78)	5.0 (0.85; 0.50, 2.40)	0.0 (1.18; 0.42, 3.34)

^aPercentages may not add up to 100 because of rounding.

^bLower extremities include upper leg, knee, lower leg, ankle, foot, and toe.

^cUpper extremities include shoulder, upper arm, elbow, lower arm, wrist, hand, and finger.

^dHead includes neck, face, eyes, ears, and mouth.

^eTrunk includes hip, groin, lower trunk, and upper trunk.

^fLaceration includes lacerations, punctures, and avulsions.

^gSoft tissue includes contusions, abrasions, hematomas, and crushing injuries.

Taula 2. Font: Extreta de Nelson i McKenzie, (2009). Rock climbing injuries treated in emergency departments in the U.S., 1990-2007. American Journal of Preventive Medicine, 37, 195-200.

I pel que fa a el “mal d'alçada” en estils com l'alpinisme, escalada en gel o escalada en grans parets podem trobar les següents evidències segons Jean et. al (2011) segons les diferències en les malalties d'alçada i l'aclimatació pel que fa a les dones:

- No s'han trobat diferències entre homes i dones en la incidència del mal agut de muntanya (MAM).
- La incidència d'edema pulmonar d'altitud sembla més baixa en dones que homes.
- La incidència d'edema perifèric es més alt en dones que en homes.
- Tot i que la progesterona a nivell del mar augmenta la ventilació i la resposta ventilatòria en hipòxia, no hi ha diferències entre sexes en acimatació ventilatòria en gran altitud.
- La incidència de les MAM no està clarament afectat pel cicle menstrual, tot i que el cicle menstrual pot quedar afectat per l'esforç, l'acimatació, etc. I també incidència sobre la presa d'anticonceptius per via oral (Jean et. Al, 2006).
- Únicament, tenir molt en compte la suplementació de ferro en dones amb un nivell baix de ferritina

2.7. Motivacions a la pràctica

En el cas de López, Garcia i Garrido (2013), trobem una diferenciació entre les motivacions a la pràctica segons el gènere pel que fa a l'escalada en roca. En el cas de les dones, amb diferència apareix el factor motivador de “*Divertirme y pasar un rato agradable*”, i els homes només escullen aquest motiu en un 46,1%. Pel que fa als homes trobem dos factors amb la decantació més gran per part del sexe masculí com el “*Reto personal*” i “*Búsqueda de aventura*”.

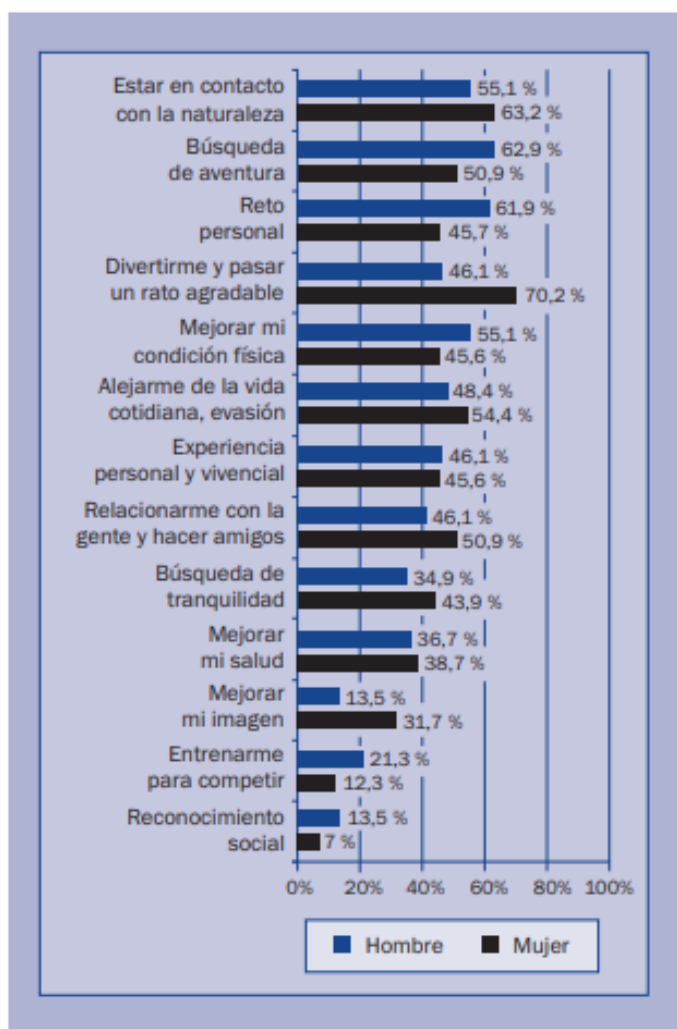


Figura 1. . Freqüència d'elecció dels motius per la pràctica de l'escalada diferenciats per gènere. Font: López, García i Garrido. (2013). Estudio sobre las motivaciones para la práctica de la escalada en roca. Apunts. Educación Física y Deportes, (113), pàg. 23-29. ISSN.

Seguint en la línia de principals diferenciacions a l'hora dels motivadors a la pràctica, el 31,6% de les dones tenen en compte “*Mejorar mi imagen*”, tot i que els homes només un 13,5% així doncs les dones donant aquest motiu més del doble de vegades que els homes ($p=0,008$). També hi ha algun motiu que també mostra diferències com és el *reto personal*, mentre que el 45,7% de les dones ho marquen com

un motivador el 61,9% dels homes ho escollien, per tant podem apreciar també una gran diferència. Igual que el reconeixement social, més votat pels homes que per les dones.

Principalment podem observar que segons López, Garcia i Garrido (2013), que menys pel fet de la imatge i la salut les dones tenen més motivació en relació amb l'entorn humà i el medi, mentre que els homes tenen més motivadors pel que fa a ells mateixos, la seva condició esportiva i més relacionat amb l'àmbit competitiu.

3. METODOLOGIA

L'estudi dels factors que incideixen en l'accés a la pràctica de l'alpinisme i l'escalada, és de caràcter qualitatiu i es desenvolupa a través d'un mètode deductiu i inductiu, l'objectiu d'aquest estudi és extreure les principals barreres i els facilitadors que duen a l'accés de realitzar aquesta pràctica des d'una perspectiva de gènere, així doncs desenvolupar una eina que ens ajudi a visualitzar aquelles barreres existents i quines motivacions tenen i per tant, poden generar una major integració de la dona en el món dels esports de muntanya tenint en compte aquestes dues variables.

L'objectiu s'assoleix a través d'una anàlisi teòrica de documents, entrevistes en profunditat i enquestes que es creen a través d'aquesta revisió teòrica. Tot i que, l'anàlisi de les entrevistes i enquestes es genera en funció d'un esquema desenvolupat a través de l'anàlisi de documents, hi ha una retroalimentació de forma contínua entre els documents i l'anàlisi inductiva.

3.1. Mètode

En primer lloc, es va realitzar una revisió teòrica de l'estat en qüestió. Partint d'entrevistes, articles, tesis, audiovisuals i altres arxius que aportessin informació necessària per a la recerca. Seguidament, es desenvoluparen les entrevistes partint de la revisió i els aspectes que incideixen en aquest àmbit esportiu, per tal de poder analitzar-los amb els subjectes als qui se'ls va realitzar l'entrevista. Amb l'objectiu de poder exposar aquestes barreres i els factors que faciliten l'accés a la pràctica. El contingut de l'entrevista va ser analitzat amb el programa *QDA Miner Lite* per poder extreure'n la informació i classificar-la.

El programa *QDA Miner Lite* és una versió lliure (*freeware*) del software *QDA Miner*. Aquest programa de lliure accés està destinat a l'anàlisi qualitativa de dades tant pel que fa a documents (PDF, Html, Excel, etc.) com també d'imatges. Aquest ens permet crear una codificació de forma oberta on estructurar els nostres codis prèviament dissenyats i distribuir-los generant un esquema amb l'objectiu d'associar posteriorment la informació dels nostres documents introduïts al programa als codis generats i així codificar entrevistes, documents, articles, etc.

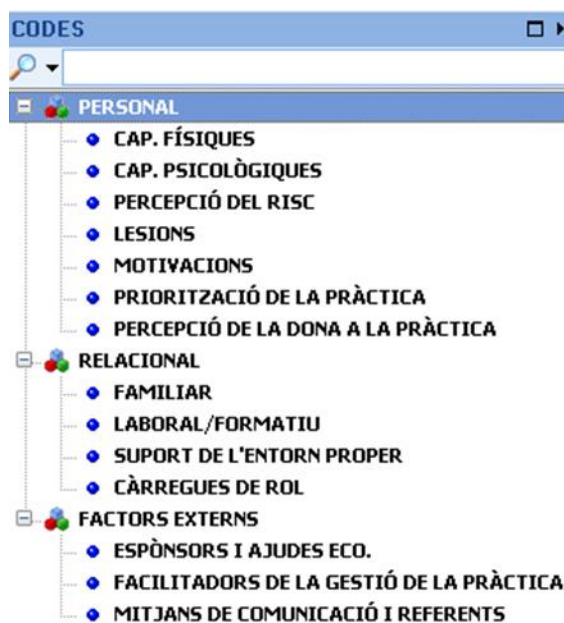


Figura 2. Estructura de codificació generat a partir del programa QDA Miner Lite. Elaboració pròpia.

Seguint la metodologia d'estudi, i tenint en compte el seu caràcter deductiu i inductiu, durant el procés més pràctic de la investigació també es realitzen modificacions pel que fa al sentit més inductiu de la recerca, com és l'exemple de la construcció del marc teòric o les possibles modificacions de la conceptualització del model d'estudi a causa dels possibles factors apareguts i necessitats d'una contextualització.

Més concretament i posteriorment a l'estructuració del model d'anàlisi i la recerca teòrica, es va generar la pauta de les entrevistes en profunditat i esmentat anteriorment, la realització d'aquestes. D'aquestes es va realitzar la transcripció només d'aquelles dades rellevants així doncs per facilitar la posterior revisió i simplificar-la acotant la informació a unitats d'anàlisi.

D'altra banda, de forma paral·lela a les entrevistes i seguint el mateix patró per desenvolupar-les, a més a més d'una influència clara del marc teòric desenvolupat i la guia de les entrevistes en profunditat, es realitzà una enquesta tancada de forma ràpida i senzilla de caràcter més objectiu.

Per últim, tenint en compte els resultats extrets de les entrevistes i les enquestes, es determinen aquestes possibles barreres i facilitadors d'accés des d'una perspectiva de gènere. Les comparacions entre ambdós sexes i el contrast amb l'anàlisi de documents esdevenen fonamentals per poder extreure quines barreres troba la dona en aquest esport, quina pot ser la raó de la diferència de practicants i quins són els factors facilitadors que poden ajudar a igualar aquest nombre de participants.

3.2. Model d'anàlisi

El model d'anàlisi és generat a partir de la revisió de fonts secundàries, i una metodologia inductiva i deductiva pel que fa als canvis generats a partir de la influència de la investigació, el treball de camp i la revisió teòrica desenvolupada durant l'estudi. Aquesta taula s'ha dissenyat també amb la influència del model d'anàlisi de Moragas (2014). Per tant, la conceptualització del model d'estudi s'ha construït a partir del disseny estructural influència de l'autora citada anteriorment, i les seves dimensions i variables s'han confeccionat a partir de l'anàlisi exhaustiva dels diferents factors i teories que componen l'estudi.

Pel que fa a les dimensions que distribueixen les variables, aquestes es tracten de tres nivells: Personal, relacional i factors externs:

En el cas de la dimensió personal, aquesta abraça aquelles variables que tendeixen de l'autopercepció, les capacitats pròpies biològiques i antropomètriques i factors psicològics, actitudinals i educacionals. Així doncs, totes aquelles variables que parteixen de la mateixa persona i la seva influència directa transmesa a partir de la personalitat i les seves qualitats i condició física i psicològica.

La dimensió relacional engloba aquelles variables que es generen a través de les relacions directes amb les persones de l'entorn, aquelles variables en les quals podem tenir una influència directa com a persones i que també estan generades per terceres persones, sobretot pel que fa a un entorn de forma propera en el dia a dia.

Per últim, pel que fa a la dimensió de factors externs, aquesta està composta per aquelles variables que fan referència a institucions, factors econòmics i influenciadors que són unes variables que tenen influència sobre nosaltres normalment indirecte, tot i que en alguns casos la seva influència transcorre de forma directa. Però que, en general, són factors externs a nosaltres mateixos i la nostra relació directa amb l'entorn més proper i que construeix el nostre dia a dia amb una influència recíproca i on tenim poder de canvi directe.

Cada dimensió està formada per un conjunt de variables que fan més concret la seva anàlisi i objectivitat sobre aquest, evidentment també facilitant la distribució de les dades de forma raonada. A continuació s'exposen les diferents variables que componen les dimensions prèviament analitzades:

DIMENSIÓ PERSONAL

- **Capacitats físiques:** Entenem per capacitats físiques totes aquelles qualitats fisiològiques, antropomètriques o biològiques que en aquest cas tenen incidència sobre la pràctica d'aquests esports. Sobretot amb majoritària incidència a les capacitats físiques bàsiques, sobretot adaptades i enteses cap a les necessitats d'aquestes modalitats.
- **Capacitats psicològiques:** Entenem per aquestes capacitats, aquelles mentals o emocionals que tinguin incidència sobre aquesta practica i el seu desenvolupament. Tant en positiu com en negatiu.
- **Percepció del risc:** Amb aquesta variable defineix tot allò relacionat a com detectem un risc, com entenem la dimensió d'aquest i com ho gestionem. Cal afegir també, si existeix una tendència a exposar-se a aquest, quines motivacions s'experimenten i quins limitadors ens autoimposem o són imposats.

- **Motivacions:** La variable de motivacions ateny a tots aquests factors que són rellevants per la pràctica de l'individu i que poden desembocar a l'objectiu d'aquesta. Dins d'aquesta variable trobem una segona distribució, la qual gestiona les motivacions depenent del seu caràcter i sobre que/qui sorgeixen. Aquestes motivacions es classifiquen segons l'estructura utilitzada per López, Garcia i Garrido (2013) com a model d'anàlisi.
- **Lesions:** Aquesta variable agrupa aquells contingut que pertanyen a les lesions i experiències lligades amb aquestes, degut a la importància d'aquestes en aquesta pràctica esportiva donada la seva exposició al risc i el alt grau lesiu d'aquestes modalitats.
- **Priorització de la pràctica:** La variable de priorització de la pràctica abraça tots aquells arguments de priorització de la pràctica esportiva vers altres àmbits, d'adaptació i/o de renúncia per una causa directe de l'esport.
- **Percepció pròpia de la dona a l'escalada/alpinisme:** Totes aquelles referències que continguin idees envers la dona en la pràctica de l'esport, el seu desenvolupament i el seu paper en aquesta pràctica.

RELACIONAL

- **Familiar:** Variable que es relaciona amb el nucli familiar proper, la seva influència i gestió en relació a la pràctica.
- **Laboral/Formatiu:** Variable enfocada a totes aquelles referències lligades amb l'adaptació de la vida laboral o formativa per tal de poder desenvolupar la pràctica, ja sigui en funció del temps o enfocant aquesta a la mateixa pràctica, etc.
- **Càrregues de rol:** Pel que fa les càrregues de rol, aquesta ateny totes aquelles dinàmiques que exposa el subjecte derivat a càrregues com són la maternitat, càrregues domèstiques o relacionades amb purament el rol que desenvolupa a nivell relacional influenciat pel gènere i la seva tradició cultural.

- **Suport de l'entorn proper:** Pel que fa l'entorn proper, aquest es basa en l'entorn el qual ens envoltam per la pràctica de l'escalada i/o el nucli amb incidència directe en la gestió del temps, espai compartit, preferències o necessitats. Fa referència a amics, coneguts i d'altres subjectes amb una relació directe sobre la persona.

FACTORS EXTERNS

- **Espònsors i ajudes econòmiques:** En aquest cas, aquells factors externs de caire més econòmic que ajudin a desenvolupar la pràctica a nivell més professional o a federacions i clubs per poder seguir amb la pràctica i a la dedicació a aquests esports.
- **Facilitadors de la gestió de la pràctica (polítiques/accions per la inserció/igualtat de col·lectius):** Aquesta variable tracta sobre aquells facilitadors que ajuden a la pràctica i al desenvolupament de la pràctica d'aquests esports. Són aquelles accions que fan els espais on es realitza la pràctica, clubs, associacions, col·lectius, etc. Per exemple, la implantació de servei de llar d'infant als rocòdroms o creació de sortides i formació per grups de dones o altres col·lectius entre d'altres.
- **Mitjans de comunicació i referents:** Per totes aquelles referències al treball dels mitjans de comunicació en la promoció d'aquest esport i el seu recorregut en l'àmbit social, econòmic, esportiu, etc. A més a més, aquesta variable també fa menció i inclou als referents, aquelles persones importants en aquests esports que comparteixen i inculquen els seus valors, formes de veure l'entrenament, esport i vida. Cal remarcar, que els referents estan molt influenciats pels mitjans de comunicació, tot i que les Xarxes Socials tenen molta influència en aquests moments, els medis són aquells que ajuden a generar aquests referents com a font principal.

DIMENSIONS		VARIABLES
DIMENSIONS	PERSONAL	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capacitats físiques 2. Capacitats psicològiques 3. Percepció del risc 4. Motivacions <ol style="list-style-type: none"> 4.1. <i>Estar en contacte amb la natura</i> 4.2. <i>Cerca de l'aventura</i> 4.3. <i>Repte personal</i> 4.4. <i>Diversió i passar una bona estona</i> 4.5. <i>Millorar la meva condició física</i> 4.6. <i>Allunyar-me de la vida quotidiana, evasió</i> 4.7. <i>Experiència personal i vivencial</i> 4.8. <i>Relació amb gent i amics</i> 4.9. <i>Cerca de tranquil·litat</i> 4.10. <i>Millorar la salut</i> 4.11. <i>Millorar la imatge</i> 4.12. <i>Entrenament per competició</i> 4.13. <i>Reconeixement social</i> 5. Lesions 6. Priorització de la pràctica 7. Percepció de l'estat de gènere en l'escalada/alpinisme
	RELACIONAL	<ol style="list-style-type: none"> 8. Familiar 9. Laboral/Formatiu 10. Càrregues de rol 11. Suport de l'entorn proper
	FACTORS EXTERNS	<ol style="list-style-type: none"> 12. Espònsors i ajudes econòmiques 13. Facilitadors de la gestió de la pràctica (polítiques/accions per la inserció/igualtat de col·lectius) 14. Mitjans de comunicació i referents

Figura 3. Taula d'anàlisi dels factors extrets de les entrevistes en profunditat, inspiració de Moragas (2014) i López, García i Garrido (2013). Elaboració pròpia

3.3. Instruments

3.3.1. Anàlisi de documents

Per tal d'analitzar el punt de partida, els precedents i la situació actual de la dona a l'escalada i l'alpinisme, es realitzen lectures en profunditat de llibres, articles, entrevistes i un visionament de documentals i arxius audiovisuals. D'aquest treball analític, sorgeix el model d'anàlisi de l'objecte d'estudi (barreres/facilitadors) de l'accés a la pràctica d'aquests esports, a més a més de l'estructura de l'entrevista i una anàlisi sobre quins conceptes haviem de sorgir per tal de poder-los treballar i posteriorment, comparar.

3.3.2. Entrevista en profunditat

L'entrevista en profunditat², es tracta d'un seguit de qüestions realitzades amb el subjecte de la mostra, les quals estan desenvolupades a través de l'anàlisi de documents. Aquesta és de realització pròpia, amb exemple i inspiració de Moragas (2014) com a model esquemàtic del model d'anàlisi de la mateixa.

Pel que fa a les variables, aquestes s'entenen tant com a factor positiu o negatiu i estan distribuïdes en diferents dimensions³.

3.3.3. Enquesta

L'enquesta és un formulari, de caràcter més tancat, dóna suport a les entrevistes per tenir una informació addicional que ajudi a proporcionar pes i tenir una visió més general de les barreres i les motivacions de la pràctica.

Aquesta enquesta, és un formulari ràpid de vuit qüestions a practicants d'aquest esport. Està generada a partir de *Google Formularis*. I compartida a través de xarxes socials (*Facebook i Instagram* generalment, en perfil d'afluència d'escaladors). És una enquesta oberta a tots els practicants i totalment anònima.

Concretar que els motivadors que s'extreuen de l'enquesta són analitzats a través del programa *QDA Miner Lite*, i són classificats a partir dels motivadors exposats per López, Garcia i Garrido (2013) que observem dins de la *Figura 3, apartat 3.2. (p.28)*.

² Veure Guia de l'entrevista, Annex Apartat 1. (p.89)

³ Veure Figura 3. Apartat 3.2. (p.28).

3.4. Mostra

La mostra es basa, en el cas de les entrevistes en profunditat, de subjectes de diferents edats, sexe, grau de pràctica esportiva i vincle amb l'esport. El nombre de subjectes es determinarà per la variabilitat de la mostra i la informació aportada atenent a les variables de l'enquesta. El nombre de subjectes intenta presentar una mostra equitativa i unes comparacions més estrictes, tot i que es determina per la possibilitat d'acordar entrevistes dels subjectes i dins dels tempos preestablerts. La mostra mínima es va marcar sobre dos subjectes de sexe masculí i dos subjectes de sexe femení i aquestes han estat escollides a través dels propis contactes i coneixement d'esportistes d'aquest àmbit, com també per mitjà de l'estratègia de la bola de neu. A través d'aquesta, es desenvoluparan els contactes de la mostra sobretot en el cas de les entrevistes. Segons Tamez et al. (2018, p.4),

“Aquesta tècnica no probabilística sustenta que els membres d'una població tenen una xarxa social, la qual ens permetrà contactar-los. Tracta que els individus seleccionats per ser estudiats recluten a nous participants entre els seus coneguts, així la mida de la mostra incrementa durant el desenvolupament del mostreig”.

Per tal de facilitar el posterior anàlisi de la mostra, aquesta quedarà codificada de la següent manera:

H/D: Home o Dona

AMAT/PROF: Amateur/Professional

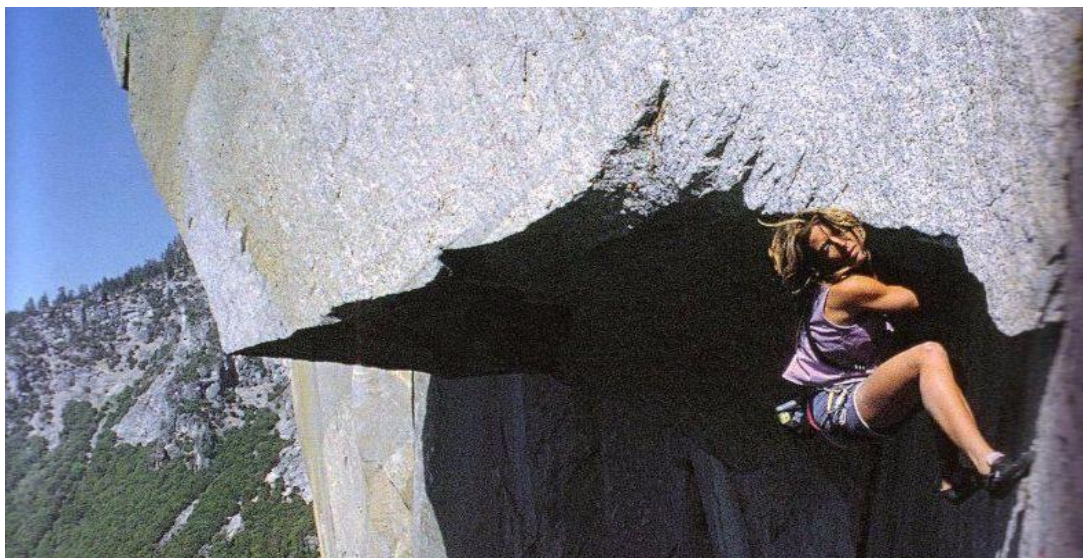
ESC/ALP/ESAL: Escalada/Alpinisme/Ambdues

I seguit del número de la entrevista, per ordre de realització **(1,2,3,...)**

P. Ex.: HAMATESC1, aquest és un home, que practica escalada a nivell amateur i és la entrevista n.1

I així obtenint i classificant els següents subjectes:

- **SUBJECTE 1:** HAMATESC1
- **SUBJECTE 2:** DAMATESAL2
- **SUBJECTE 3:** DPROFESC3
- **SUBJECTE 4:** DPROFESC4*
- **SUBJECTE 5:** HEAMATESAL5



Il·lustració 1. Lynn Hill a la primera ascensió en lliure de la via The Nose a Yosemite. Imatge extreta de: Hawkins (2019). In conversation with Lynn Hill.

*El subjecte quatre és l'escaladora internacional de gran renom Lynn Hill. Donat el consentiment previ de fer pública la seva participació en aquest estudi.

3.4.1. Criteris d'intencionalitat de la mostra

La mostra total de les entrevistes resulta de dos homes i tres dones. En una variabilitat d'entrevistats de modalitat practicada com són l'escalada, alpinisme o mixta com també d'una realització i nivell amateur o professional.

Cal esmentar que com la creació de la mostra revela, en relació a la tècnica d'accés i proporció de la mostra, el contacte amb el subjecte 5 em va poder fer arribar al contacte 3. Desenvolupant l'estratègia de la bola de neu.

I el subjecte 4 resultava de gran interès i intencionalitat pel que fa a l'edat sobretot i el seu recorregut professional, igual que el fet d'haver sigut mare.

És per tant, que la mostra ha estat intencionada per presentar subjectes força heterogenis pel que fa a les edats, espais de pràctica (rocòdrom, roca, ambdós) i itineraris personals i professionals. Així per tant, tot i ser una mostra relativament petita, intentar tenir punts de vista diferents que aportin riquesa a les entrevistes, contrast i diversitat i per tant que els resultats s'apropin més a la possible realitat.

Pel que fa a les enquestes, no es genera una mostra intencionada o es realitzen a persones concretes. És una enquesta totalment oberta compartida en públic intentant arribar a un major nombre de practicants possible. La mostra total és de 41 persones, de forma totalment anònima i voluntària.

3.5. Tractament i anàlisi de les dades

3.5.1. Entrevistes

Les entrevistes, un cop realitzades i a la vegada enregistrades, amb el previ consentiment informat signat⁴ (Totes les entrevistes van ser presencials i enregistrades a través del telèfon mòbil en format MP3, menys l'entrevista amb la subjecte DPROFESC4, realitzada a través de l'Skype i enregistrada a través del mateix ordinador en format MP4), aquestes es van transcriure de forma més concreta i adreçada a la posterior anàlisi qualitativa. És a dir, es van transcriure només aquelles unitats amb tendència i intencionalitat a la posterior revisió i anàlisi.

Així per tant, una vegada transcrits a format de Document de Microsoft Word (.docx) van ser pujades al programa *QDA Miner Lite*. Prèviament va ser dissenyada en el mateix programa la taula de codificació presentada al model d'anàlisi. En tenir generada la taula de codificació, es van introduir en un mateix projecte les cinc entrevistes en subjectes diferents.

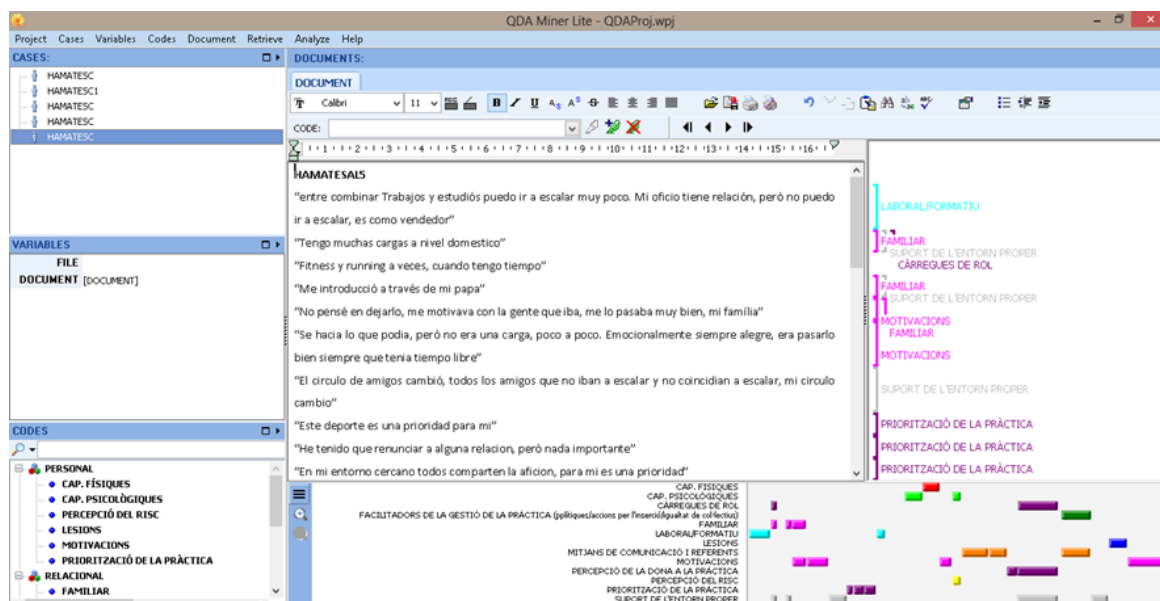


Figura 4. Introducció del document al programa QDA Miner Lite i associació dels codis en aquest. Elaboració pròpia.

⁴ Veure model de consentiment informat, Annex, Apartat 4 (p.95)

Entrevista per entrevista es van anar associant els codis a les unitats d'anàlisi transcrits de cada subjecte de forma manual segons el caràcter de la informació en cada unitat.

Posteriorment, es van analitzar les respostes a través de les codificacions i tenint en compte els subjectes generadors d'aquestes. Agrupant per codis i extraient la informació necessària per a la confecció i anàlisi dels resultats.

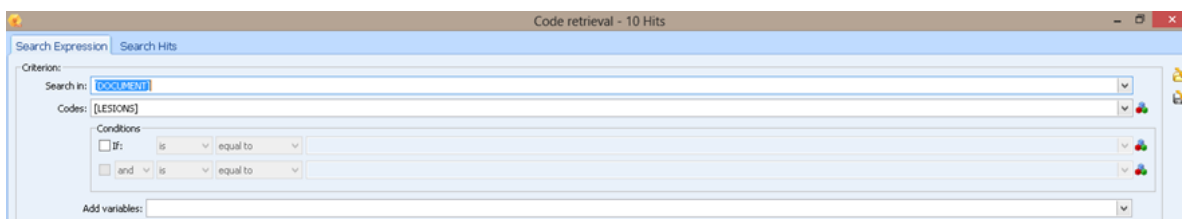


Figura 5. Selecció del codi per generar l'agrupació posterior de les unitats d'anàlisi associades a aquest. Exemple, Lesions. Elaboració pròpia.

Category	Code	Case	Text	Date	Words	% Words	Comment	Variable
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	he tingut un parell de lesions derivades de la feina, dos accidents laborals però han sigut períodes curts en total sumen dues setmanes o així, que s'han fet dures de collons. És dur perquè no t'adones del que necessites anar a escalar cada cap de setmana, perquè és una ràbia i vas l'agrada i ja ho distries. Però en el moment en què no pots anar hi, és com deixar de fumar estas de mal humor i no pots fer el que t'agrada, no acabes d'entendre el perquè. Amb les meves lesions no eren massa greus, era una infecció i un cop que em vaig donar. Són coses que no t'afecten, que no estàs caradíssim al llit, però no pots fer el que t'agrada fer i llavors és una sensació que dius, ostal Encara vull escalar més. Fa ràbia no poder escalar, llavors a l'hora de tornar-hi i això unes ganes d'escalar que t'hi cagues.	17/04/2019	167	4,7%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	Si sí, tenia moltes ganes. Sí que vaig poder tornar, tenia moltes ganes de tornar i ho estava esperant, que em donessin l'alta per poder tornar a escalar. Suposo que si parléssim de lesions de més llarga durada potser seria diferent. En aquest cas no vaig tenir dificultats per tornar, gens ni mica. Les ganes van pujant tot.	17/04/2019	58	1,6%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	En el fondo, a no ser que sigui una lesió molt severa, no crec que hi hagi res que pugui ser una mala experiència, tot, et vingui com et vingui ho has de poder mirar i buscar coses en positiu perquè segur que en pots aprendre.	17/04/2019	46	1,3%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"Em vaig fer mal a un dit i vaig deixar de competir, però tornaré"	17/04/2019	14	3,3%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"La pitjor quan em vaig trencar el peroné escalar"	17/04/2019	9	2,1%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"Vaig parar per lesions, però vaig poder tornar-hi. És un esport desgraciat, però sempre em torno a lesionar quan arribo al 60/65+)"	17/04/2019	24	3,1%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"No vaig deixar-ho al començament ni en cap moment que no fos una lesió o perquè estava fent diners per escalar més. Em feia feliç i la curiositat i com en seria em feien seguir endavant"	17/04/2019	37	2,5%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"Vaig parar d'escalar només per lesions, o quan no podia pel meu embaràs, però igualment feia coses en relació"	17/04/2019	20	1,4%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"La pitjor experiència que tinc en ment es quan vaig caure en una via per un error meu. Per sort vaig sobreviure, però va ser un miracle. Sí, és la història que apareix en el llibre que t'has llegit. Un petit error i podia haver mort aquell dia"	17/04/2019	49	3,3%		DOCUMENT
PERSONAL	LESIONS	HAMATESC	"La peor fue cuando me caí y me rompí la muñeca, pero tampoco es un trauma. Me caí, recuperé el largo y repetamos"	17/04/2019	23	4,8%		DOCUMENT

Figura 6. Agrupació de les unitats d'anàlisi del codi "Lesions" de la mostra de l'estudi a partir del programa QDA Miner Lite. Elaboració pròpia.

3.5.2. Enquestes

Les enquestes, es van crear a través de *Google Formularis* i el model d'enquesta està totalment basat en relació a la guia de l'entrevista, reforçant punts claus que comenten possibles barreres o facilitadors així cercant amb les enquestes un reforç a les possibles hipòtesis extretes dels resultats de les entrevistes.

Després de crear les enquestes, aquestes van estar compartides a través de Xarxes Socials en gran part, com són *Instagram* i *Facebook*. També via *WhatsApp* en grups de persones amb raó de l'escalada o la pràctica d'esports d'*Outdoor*. Però no va ser una mostra en cap moment intencionada cercant un grup d'escaladors o alpinistes d'un nivell, edat o gènere concret. Cal afegir, que l'enquesta també va ser compartida en diferents perfils de Xarxes Socials o grups de *WhatsApp* de terceres persones així amb l'objectiu d'un major abast de participants. Puntualitzar que l'enquesta és de caràcter totalment anònim i voluntari, esdevenint un material de suport a les entrevistes de caràcter més genèric i amb una major mostra.

Una vegada tancada la opció a resposta després d'un període de dues setmanes, el procés d'anàlisi va ser el següent:

En primer lloc, es va realitzar un buidatge del general de les respostes en un document d'Excel. Posteriorment, es van generar tres pestanyes en el mateix document separant els tres gèneres identificats: masculí, femení, altre (no especificat), entenen també la pluralitat de les enquestes i la seva potencial mostra. En aquestes tres pestanyes es diferenciaven les vuit respostes de cada subjecte de l'enquesta separat per gènere.

En segon lloc, es va analitzar resposta per resposta a través de l'Excel de forma quantitativa, a excepció de tres qüestions:

- **Motivadors de la pràctica:** Els motivadors es formulaven com una pregunta oberta, i aquests van estar analitzats a partir del programa *QDA Miner Lite*. Segons la classificació de motivadors amb influència de López, Garcia i Garrido (2013).
- **Referents:** Els referents es van analitzar amb el programa Excel realitzant una taula de forma aïllada donat l'anàlisi més exhaustiu del nombre de referents, el sexe, etc.
- **Pregunta oberta sobre la creença de la influència del gènere del/la practicant en el desenvolupament o la introducció en aquest esport:** Aquesta qüestió va ser analitzada a través del *QDA Miner Lite*, amb la mateixa taula de codificadors que les entrevistes en profunditat (Barreres/Facilitadors).

3.6. Criteris de qualitat

Per tal de realitzar unes entrevistes de qualitat, la pauta d'aquesta genera un model d'anàlisi a través de revisió teòrica de lectures i arxius audiovisuals. L'enquesta realitzada de suport a l'entrevista està determinada pels mateixos factors i revisió prèvia.

Els entrevistats no tenen cap referència prèvia sobre les lectures ni audiovisuals que s'han utilitzat per desenvolupar l'enquesta per tal de tractar punts d'interès per la investigació, així doncs evitant una possible influència en les respostes. De la mateixa manera, els participants a l'enquesta també es troben en la mateixa situació.

S'han descrit els passos de forma exhaustiva per tal de poder-ho replicar i el treball presenta una revisió realitzada per altres professionals de l'àmbit esportiu, com la tutora d'aquest treball de recerca.

La mostra s'ha definit de forma intencionada atenent als criteris rellevants per a l'anàlisi de les variables per tal de poder aportar diversitats dels punts de vista a nivells d'edat, sexe i nivell a l'àmbit esportiu⁵.

⁵ Veure Fitxa identificació entrevistes, Annex Apartat 3 (p.94).

3.7. Aspectes ètics

3.7.1. Originalitat

Aquest treball és totalment original, no hi ha cap còpia i aquella informació extreta d'altres treballs es troba referenciada.

3.7.2. Privacitat i confidencialitat

Es prendran totes les mesures necessàries per resguardar la intimitat del/la subjecte que participi i la confidencialitat de tota la informació personal proporcionada pel treball, com queda reflectit a la declaració de Hèlsinki, juny de 1964.

El/la subjecte no haurà de respondre a totes les qüestions de l'entrevista. De la mateixa manera, se'l proporcionarà informació prèvia sobre el caràcter de l'estudi i se'l demanarà un consentiment previ⁶, també es garanteix el seu anonimats.

Es demanarà permís per desenvolupar les gravacions de les entrevistes pertinents, en ser enregistraments que també suposen una dada de caràcter personal. Per tant, l'entrevistat/da estarà informat/da sobre que es desenvoluparà aquesta gravació de l'entrevista i se l'explicarà on s'utilitzaran aquests registres i on s'emmagatzemaran. Segons la Llei Orgànica 15/1999 del 13 de desembre.

El subjecte entrevistat haurà de firmar un consentiment. I l'enregistrament només s'emprarà pels fets que l'han estat comunicats anteriorment.

En el cas de participar menors d'edat, s'exigeix una autorització prèvia dels pares/tutors legals.

⁶ Veure Model de consentiment informat, Annex Apartat 4 (p. 95 Annex).

4. RESULTATS

En aquest apartat podem observar els resultats de forma quantitativa tant pel que fa l'enquesta com pel que fa a les entrevistes.

4.1. Enquestes

En el cas de l'enquesta, aquesta va ser resposta per un total de 41 persones. En aquest cas el 73,2% que hi han respost són homes (30 subjectes), el 24,4% són dones (10 subjectes) i el 2,4% altre (1 subjecte). En aquest cas, una enquesta oberta sobre l'escalada i l'alpinisme així doncs per practicants d'aquests esports i exposada de forma totalment oberta a diferents sexes ha estat resposta en major grau per homes amb una gran diferència.

Valoració quantitativa de la participació en l'enquesta segons sexe

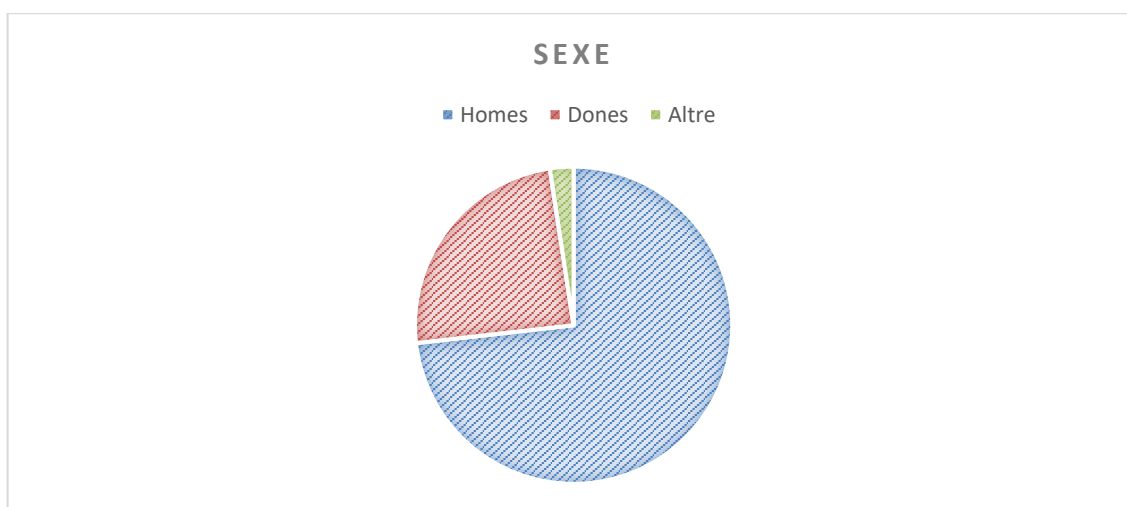


Figura 7. Gràfic de la valoració quantitativa de la participació en l'enquesta segons sexe. Dades extretes de GoogleFormularis i Excel.

En el cas de la següent qüestió, la freqüència de la pràctica, majoritàriament els enquestats senyalen ser practicants en una freqüència alta (tres o més dies a la setmana), un 48,8% (20 subjectes) senyalen aquesta opció. A diferència de "menys de tres dies a la setmana", amb un 29,3% (12 persones), i per últim de forma esporàdica 22% (9 subjectes). Per tant, de forma general podem extreure que els practicants enquestats mostren una freqüència de pràctica regular.

En fraccionar per gènere, observem el següent:

Freqüència de la pràctica de les modalitats (escalada, alpinisme)

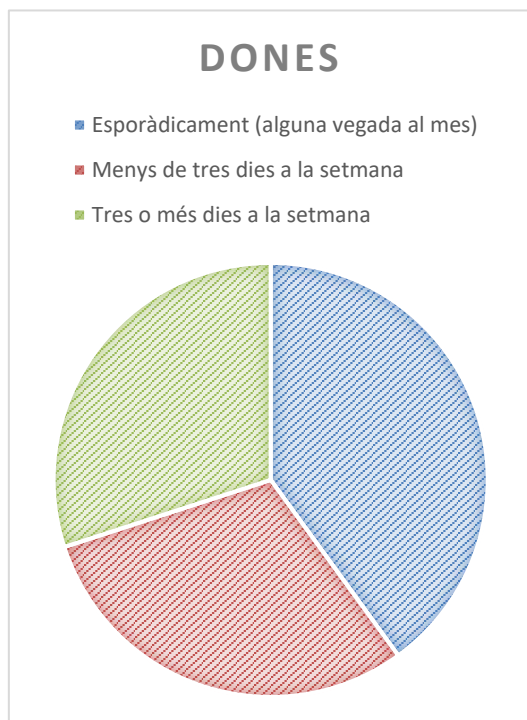


Figura 8. Gràfic sobre la freqüència de la pràctica de les modalitats. Gènere femení.

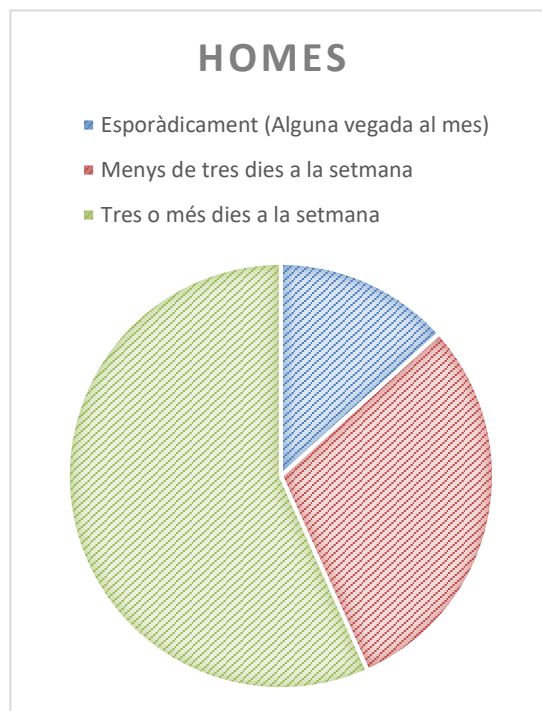


Figura 9. Gràfic sobre la freqüència de la pràctica de les modalitats. Gènere masculí.

Veiem una clara diferència entre dones, homes i altres. Pel que fa a les dones, predomina la pràctica esporàdicament, un 40% de les enquestades afirmen aquesta freqüència. D'altra banda, els homes centren la seva freqüència en la variable més contrària a la pràctica esporàdica amb un 56,66% de practicants amb una freqüència de tres o més dies a la setmana. En el cas del sexe altre, el 100% (1 subjecte), apunta a una pràctica esporàdica.

Pel que fa a la tipologia de pràctica, aquella amb més freqüència general és l'escalada i alpinisme, és a dir, aquells practicants que realitzen ambdues pràctiques. Aquests representen més del 50%. A les següents taules podem observar la comparació en els diferents gèneres, tenint en compte que el subjecte de gènere "altre" pràctica escalada:

Tipologia de pràctica de muntanya (Escalada o alpinisme i nivell)

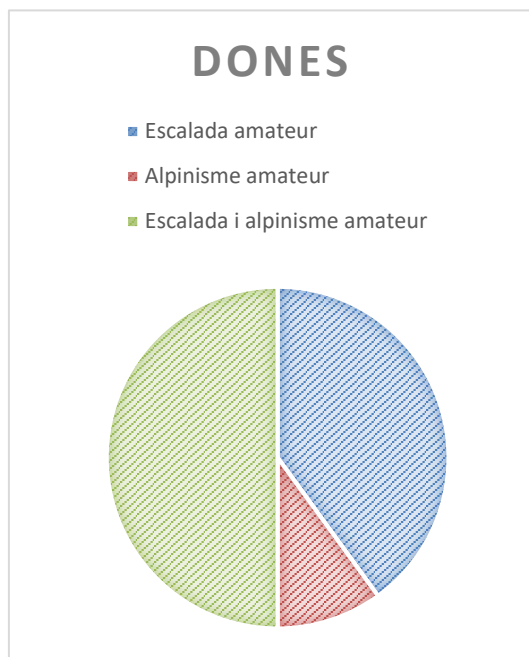


Figura 10. Gràfic sobre la tipologia de pràctica de muntanya (Escalada o alpinisme i nivell). Gènere femení.

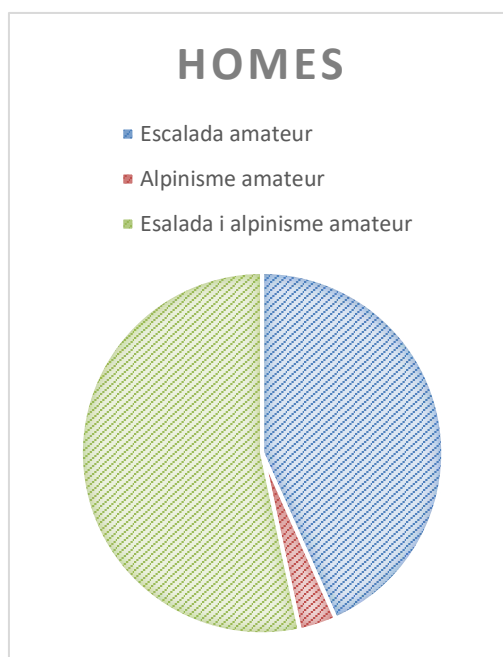


Figura 11. Gràfic sobre la tipologia de pràctica de muntanya (Escalada o alpinisme i nivell). Gènere masculí.

En el cas de la modalitat, en la totalitat d'homes i dones són practicants de nivell amateur. Pel que fa a les dones el 50% així essent majoria practicant d'escalada però també d'alpinisme de forma amateur. I els homes obtenen també la freqüència més gran en practicants duals, d'escalada i alpinisme, 53,3%. Cal dir que, sorprenentment, el nombre de dones que realitzen únicament alpinisme, 10% (1 subjecte), és el mateix que homes 3,33% (1 subjecte).

En el cas d'haver d'interrompre la pràctica, en el cas de les raons del general de l'enquesta segons la freqüència trobem que aquella raó més donada és el temps disponible (ocupacions laborals/formatives) amb un 65,7% de freqüència seleccionada pels enquestats. Seguit de les lesions (45,7%) i falta de motivació (20%). Si comparem els resultats dels diferents sexes, trobem el següent, determinat pels tants per cents de la freqüència: (En haver un nombre desigualat de participació dels sexes, la manera comparativa més real és realitzar-ho amb tants per cent, en el cas del sexe indefinit, aquesta pausa la seva practica per dos motius, així 50% per lesió i 50% per temps disponible com a motius de pausa).

Motius d'interrupció o abstenció de la pràctica segons el sexe del subjecte

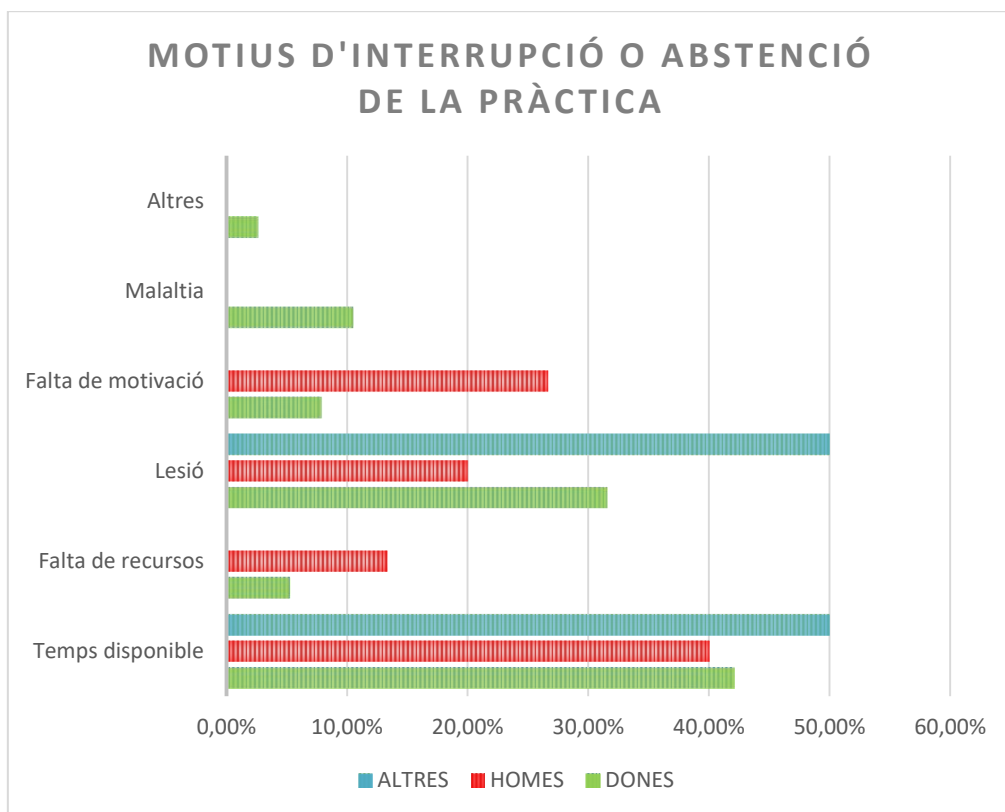


Figura 12. Gràfic de barres, Motius d'interrupció o abstenció de la pràctica segons el sexe del subjecte.

Els motius d'interrupció de les dones enquestades es troben majoritàriament en el temps disponible i la lesió, així coincidint amb la comparativa general. Així de la mateixa manera el gènere altre comparteix les mateixes raons que el general (50% temps disponible, 50% lesions) i el sexe femení amb unes raons de temps disponible en un 42,10% i de lesió un 31,57%. En el cas dels homes, segons la freqüència de selecció, trobem en primer lloc el temps disponible (raons laborals o formatives) amb un 40%, però en segon lloc trobem una falta de motivació que queda en un 26,66%. Així per tant, diferenciant-se del general, ja que les lesions ocupen un 20%.

En el cas dels motivadors, estan analitzats amb la influència de l'estudi de López, Garcia i Garrido (2013). Podem observar que aquells factors que més motiven als practicants a desenvolupar i ocupar el seu temps en aquest esport és en primer lloc, estar en contacte amb la natura, aquest motivador mencionat en un 19,6% en 11 dels participants. En segon lloc, trobem una forta relació amb la cerca de la natura, en un 16,1% i mencionat en 9 dels subjectes. Aquests estan seguits de la relació amb gent i amics i de l'experiència personal i vivencial (14,3%).

Pel que fa en comparació amb els gèneres podem extreure el següent:

Factors motivadors de la pràctica segons el sexe del subjecte.

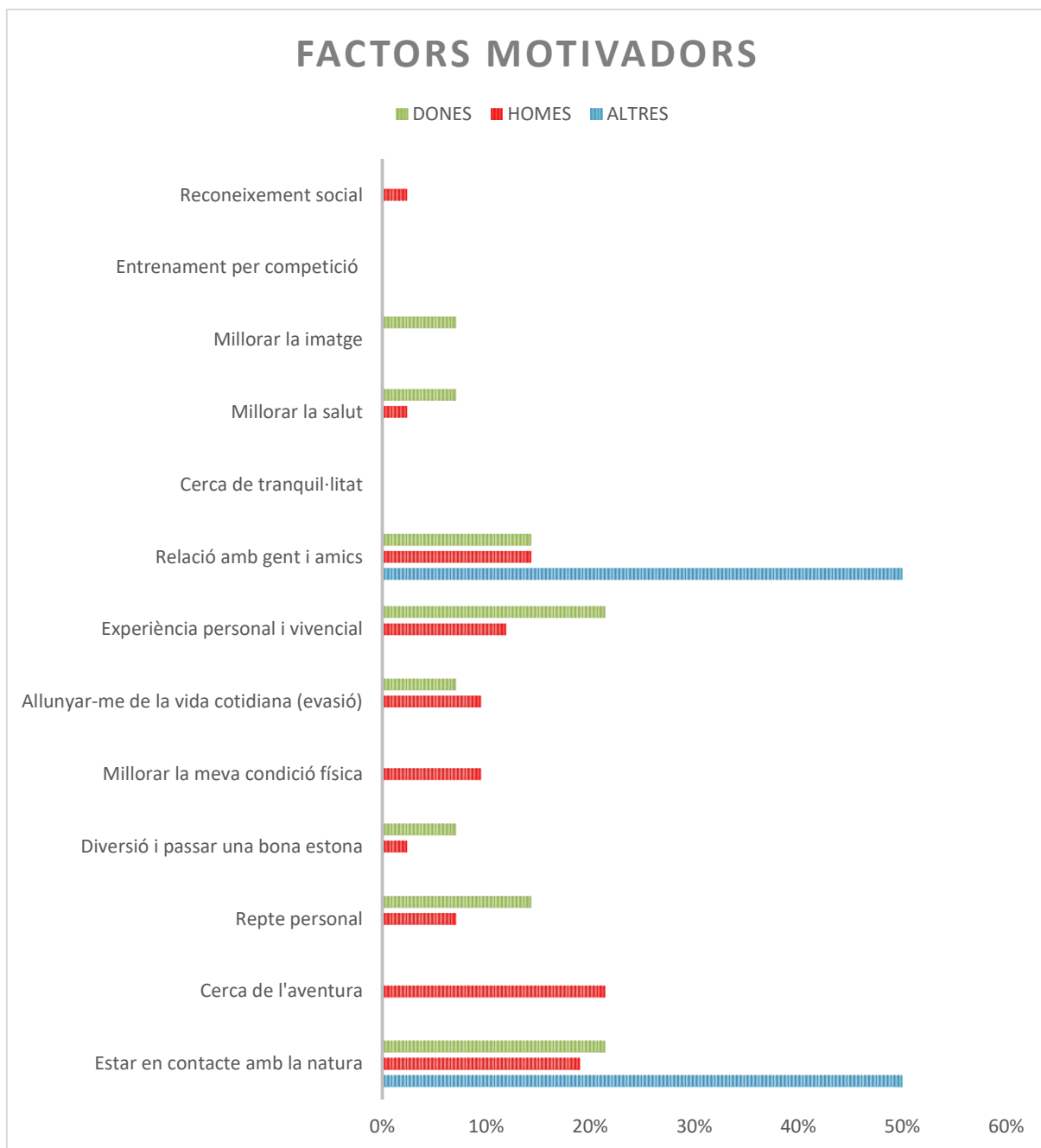


Figura 13. Gràfic de barres, Factors motivadors de la pràctica segons el sexe del subjecte.

Pel que fa al contrast amb els gèneres detectats, observem que segons la freqüència les dones trobem més motivació a través dels factors "Experiència personal i vivència" i "Estar en contacte amb la natura" ambdós amb un 21,4%. En canvi, en homes, trobem que aquell factor motivador amb més freqüència és la "Cerca de l'aventura" en una freqüència del 21,4%, factor que no ha nomenat cap de les dones

enquestades. En segon lloc, seguit de també com també les dones l'"Estar en contacte amb la natura" en una freqüència de 19,0%. Gènere neutre manté una opinió d'un subjecte que es basa en la motivació causada pel contacte amb la natura i la relació amb gent i amics.

Com a factors motivadors més aïllats trobem, per exemple, el factor "*Reconeixement social*" només apareix amb homes, tot i que amb una freqüència baixa (2,4%) o també "millorar la condició física" (9,5%). O el motivador de "*millorar la imatge*", només anomenat per les dones en una freqüència (7,1%). Aquests dos factors són aïllats, però s'han donat només en el cas dels homes o només en el cas de les dones. Pel que fa als referents, trobem un total de 40 homes i dones anomenats pels 41 enquestats. Cal dir que d'aquests 40 referents sorgits, només 13 són dones. També hi ha enquestats sense referents, aquests en són 5. El 31,7% de subjectes nomenen a una dona. El 56,1% de subjectes nomenen un home i el 12,2% no tenen referents.

És per tant, que trobem una gran diferència entre el gran volum d'homes com a referents en comparació al 31,7% de dones aparegudes com a referents. Cal puntualitzar que quant a repetició de referents, el tercer referent més repetit és l'escaladora Lynn Hill, entrevistada en aquest treball i dona amb un llarg currículum de fites esportives importants en l'àmbit internacional de forma federada o lliure, entre d'altres, com és la Margo Hayes una jove escaladora que apunta com a nova promesa després de resoldre vies de dificultat major a 9è grau. Com a homes, trobem figures importants com Adam Ondra, un dels millors escaladors de l'escena actual.

Respercte als referents, ha estat analitzat a través d'Excel⁷ i el percentatge de subjectes que anomenen algun dels referents femenins és un 60% en dones i un 26,6% en homes, com podem veure a l'apartat 6 de l'annex. Hi ha més homes que no presenten cap referent aparent i un percentatge més petit que mostren referents femenins en algun dels anomenats. Podem dir que la majoria de dones escaladores mostren com a algun dels seus referents una dona (Lynn Hill, Margo Hayes, Edurne Pasabán, Núria Picas...).

⁷ Veure Annex punt 6. (p.112)

Pe acabar, respecte a la qüestió “Creus que el gènere del/la practicant té incidència a la pràctica i desenvolupament en aquestes dues modalitats?” el 61% (25 subjectes) creuen que No. D'altra banda, un 39% creu que Sí (16 subjectes). Amb una visió més concreta quant al sexe del subjecte podem observar el següent:

Existència segons el gènere del/la practicant en una possible incidència sobre la pràctica i desenvolupament de l'escalada i l'alpinisme

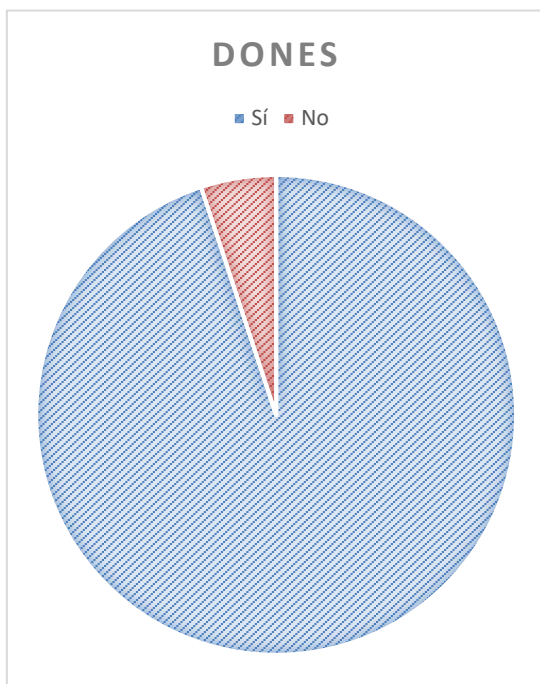


Figura 14. Gràfic sobre la influència del gènere del/la practicant i si existeix una possible incidència sobre la pràctica i desenvolupament de l'escalada i l'alpinisme. Gènere femení.

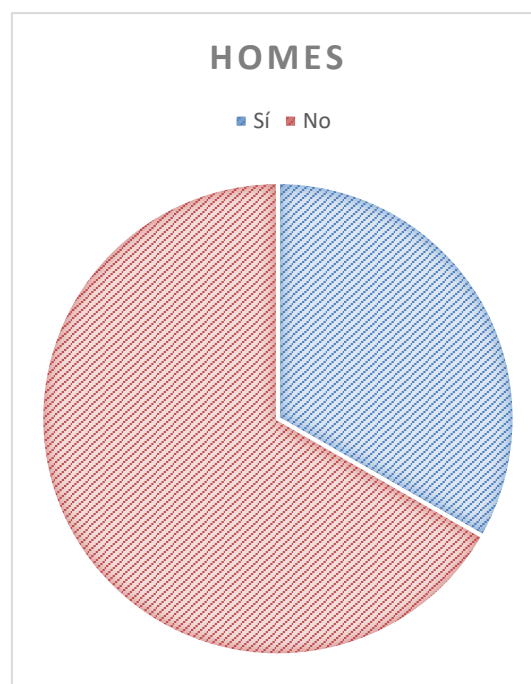


Figura 15. Gràfic sobre la influència del gènere del/la practicant i si existeix una possible incidència sobre la pràctica i desenvolupament de l'escalada i l'alpinisme. Gènere masculí.

En el cas dels resultats quan els diferenciem per gènere veiem una gran diferència segons el sexe. Les dones afirmen un 60% que Sí que té incidència el sexe del/la practicant en el desenvolupament de la pràctica. En canvi, els homes opinen en un 67,3% que No, el sexe del/la practicant no té incidència en el desenvolupament de la pràctica. Amb això podem extreure una clara sensació per part del gènere femení de què el sexe té incidència sobre la pràctica i el desenvolupament en aquesta en les dues modalitats, i el sexe masculí no veu aquesta barrera. És una informació molt clara i rellevant. Pel que fa a les raons, en el següent punt exposem aquelles raons que es donen separades per sexes.

En el cas de les dones, trobem els següents motius de l'anterior resposta afirmativa:

- "Com a tots els esports i la societat en general vivim en un **sistema patriarcal** que ens **invisibilitza** en tots els àmbits. Està clar que es pot arribar a viure d'això o a **donar-te a conèixer si ets dona**, però l'esforç de fer-ho és superior al que han de fer els homes, ja que cada dia patim **desigualtats que ens condicionen en l'àmbit professional; el sou, la maternitat, les tasques quotidianes que generalment recauen sobre nosaltres...**".
- "**Temps de cures** que invertim dones i homes. **Estereotips en relació a la força i la temeritat.** Aprenentatges culturals en relació a **rols i actituds**".
- "L'esport **i la força, la valentia i el punt salvatge han estat sempre coses per homes.** Encara costa molt sortir a la muntanya i veure dones, O per exemple **grups de dones. Poques dones soles veus a la muntanya.** Encara queda feina a **fer naturalitzant el rol de la dona muntanyenca**".
- "**La discriminació**".
- "**Cada cop hi ha més dones** que escalen al mateix nivell i més que homes, la qual cosa ajuda a fer que hi hagi més dones que el practiquen. S'està tancant aquella esquerra. La manera d'escalar és diferent en els diferents gèneres. **Físicament** potser hi ha diferències, però s'equival amb **flexibilitat, tècnica i força mental**, una cosa que en molts altres esports no és possible. Hi ha pocs esports en els quals persones de diferents gèneres poden competir al mateix nivell".

En general trobem raons lligades amb les **capacitats físiques, càrregues de rol, referents i visió de la dona a la muntanya.** És molt important la pròpia visió de les dones sobre aquest fet, i realment no donen raons d'incapacitat física o psicològica, sinó que té una estreta relació amb la visió d'aquesta i com el sistema que ens trobem ajuda a exagerar aquests estereotips. Per tant, es tracta més del rol que té la dona en el seu entorn i que ha jugat en aquest esport durant tots aquests anys. Per tant, extraïem que hi ha un problema de visualització de la dona en aquest àmbit i d'altre banda de reconstrucció del rol que faciliti la pràctica i esdevingui cohesionat a les demandes de l'entorn.

En el cas dels homes:

- “Crec que escalant les dones desenvolupen millor **tècnica** a causa de la **diferència biològica de força** respecte els homes”.
- “En cas professional per una qüestió de **patrocini i salaris**, i en qüestió de pràctica en cas de **maternitat tenir un període on el cos no permet la pràctica o si més no una constància**”.
- “Motius **culturals i educatius**”
- “En general **fisiològicament parlant** el sexe femení té un cos dotat de **menys musculatura** cosa que afecta en què la manera d'adaptar-se és haver de ser una escaladora més **"tècnica"** per tal d'assolir objectius que alguns aconseguen amb més força bruta. En l'alpinisme en general la **manera d'afrontar el fred**. El gènere femení, en general, té més tendència a passar més fred pel fet que el corrent sanguini està distribuït majorment en la zona ventral (més en comparació els homes). De tal manera que, en general, **passa més fred el gènere femení**”.
- “Penso que són pràctiques que requereixen **molt temps i malauradament vivim en una societat en el que les dones segueixen fent-se càrrec de moltes més tasques domèstiques**. Penso que hi ha molts escaladors d'èxit que tenen família i poden **marxar a fer les seves expedicions** i això seria **impensable en el cas d'una dona**. Espero que tot això vagi canviant, ja que cada vegada són més les dones que practiquen aquestes modalitats tant a escala amateur com professional”.
- “Cada vegada és més normal que les noies facin muntanya, però encara hi ha la **mentalitat que els riscos els ha d'assumir l'home** per una qüestió de **protecció de la dona**. Per exemple, a l'hora de fer de primer un llarg difícil o exposat”.
- “En l'escalada els homes **solen tenir més força física però molta menys flexibilitat** en canvi les dones al contrari”.

- “Els dos gèneres tenen coses positives i negatives. Les dones solen ser més **tranquil·les davant un pas complicat i solen pensar més** que els homes la importància que tenen els peus, per contra les **dones tenen menys força física** que això no vol dir que amb esforç i entrenament poden arribar al mateix nivell de força que els homes”.
- “Els **homes solen ser molt més impulsius, nerviosos que això pot suposar la frustració** davant d'un pas complicat amb la conseqüència de no poder acabar la via”.
- “Els **rols de gènere interioritzats** per la societat poden influir en la facilitat de desenvolupament potser **sociològica i tècnica** segons el gènere del practicant i els del seu entorn pel fet de sentir-se “**el sexe dèbil**” o el que “**ha de deixar fer**”. **Físicament** crec que la resposta hauria de ser “no””.

En el cas dels homes, també fan al·lusió a les **capacitats físiques** però en el cas dels homes, en algun dels arguments sí que és anomenat com a determinant de diferència pel desenvolupament i pràctica. També, igual que les dones, fan referència a la **càrrega de rol**, però també a les **capacitats mentals** i les possibles diferències. També i a diferència de les dones, ells parlen sobre la dificultat que suposa el desenvolupament de la dona en aquests esports donada la baixa **implicació dels espònsors**.

Pel que fa al gènere neutre, no presenta cap al·lusió i manté una posició en contra que hi hagi una diferència a conseqüència del gènere quant al desenvolupament a l'escalada i/o alpinisme.

4.2. Entrevistes

A continuació, s'analitzaran les entrevistes en profunditat de forma més quantitativa segons la freqüència dels paràmetres analitzats per tal de poder observar les primeres diferències o dades de rellevància. S'analitzaran algunes de les respostes, principalment aquelles amb més importància i les quals una interpretació qualitativa pugui facilitar la seva anàlisi i extracció de conclusions.

En primer lloc, la freqüència de l'aparició dels casos en les entrevistes és rellevant per tal d'observar la incipiència d'alguns factors en el seu itinerari esportiu, que posteriorment poden tenir una influència positiva o negativa. És a dir, aquelles variables que han sorgit durant les entrevistes amb quina freqüència ho han fet. Per tant, quins factors tenen més presència sobre la vida dels escaladors i alpinistes entrevistats:

Taula 3. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes.

CODI	Núm. de vegades que apareix el codi en el total d'entrevistes	% (sobre el total)	Número de casos que fan referència a algun dels codis durant les entrevistes (5 totals)	% Casos
CAP. FÍSQUES	15	8,3%	5	100,0%
CAP. PSICOLÒGIQUES	13	7,2%	5	100,0%
PERCEPCIÓ DEL RISC	10	5,6%	4	80,0%
LESIONS	10	5,6%	5	100,0%
MOTIVACIONS	24	13,3%	5	100,0%
PRIORITZACIÓ DE LA PRÀCTICA	15	8,3%	5	100,0%
PERCEPCIÓ DE LA DONA A LA PRÀCTICA	14	7,8%	5	100,0%
FAMILIAR	9	5,0%	5	100,0%
LABORAL/FORMATIU	7	3,9%	5	100,0%
SUPORT DE L'ENTORN PROPER	27	15,0%	5	100,0%
CÀRREGUES DE ROL	12	6,7%	5	100,0%
ESPONSORS I AJUDES ECO.	4	2,2%	1	20,0%
FACILITADORS DE LA GESTIÓ DE LA PRÀCTICA (polítiques/accions per la inserció/igualtat de col·lectius)	8	4,4%	5	100,0%
MITJANS DE COMUNICACIÓ I REFERENTS	12	6,7%	5	100,0%

Taula 3. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes. Gènere femení i masculí (totalitat de la mostra)

Podem observar, una gran freqüència de l'aparició del suport de l'entorn proper i de les motivacions, així esdevenint dos dels aspectes amb major influència sobre la pràctica dels subjectes o que presenten més aparició en tots els aspectes d'aquesta (conciliació de la pràctica, importància, experiències, etc.). Que segons la guia de les entrevistes i la interacció amb el subjecte han sorgit com a caràcter de les respostes associant així el codi. En la majoria dels casos, es fa al·lusió a tots als codis per part de tots els subjectes. És un exemple, el codi sobre espònsors i ajudes econòmiques que només fa al·lusió un dels subjectes.

En el cas dels homes de forma aïllada, trobem dos subjectes (HAMATESAL1 i HPROFESC5) i els resultats sobre la freqüència d'aparició dels codis durant les seves entrevistes és el següent:

Taula 4. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes dels subjectes de gènere masculí

CODI	Núm. de vegades que apareix el codi en el total d'entrevistes	% (sobre el total)	Número de casos que fan referència a algun dels codis durant les entrevistes (2 totals)	% Casos
CAP. FÍSiques	6	8,0%	2	100,0%
CAP. PSICOLÒGIQUES	7	9,3%	2	100,0%
PERCEPCIÓ DEL RISC	6	8,0%	2	100,0%
LESIONS	4	5,3%	2	100,0%
MOTIVACIONS	7	9,3%	2	100,0%
PRIORITZACIÓ DE LA PRÀCTICA	7	9,3%	2	100,0%
FAMILIAR	5	6,7%	2	100,0%
LABORAL/FORMATIU	3	4,0%	2	100,0%
SUPORT DE L'ENTORN PROPER	11	14,7%	2	100,0%
CÀRREGUES DE ROL	5	6,7%	2	100,0%
ESPONSAORS I AJUDES ECO.	0	0%	0	0%
FACILITADORS DE LA GESTIÓ DE LA PRÀCTICA (polítiques/accions per la inserció/igualtat de col·lectius)	2	2,7%	2	100,0%
MITJANS DE COMUNICACIÓ I REFERENTS	6	8,0%	2	100,0%
PERCEPCIÓ DE LA DONA A LA PRÀCTICA	6	8,0%	2	100,0%

Taula 4. . Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes dels subjectes de gènere masculí. (subjectes HAMATESAL1 i HPROFESC5)

Pel que fa als homes, els dos subjectes fan al·lusió a tots els factors, menys a espònsors i ajudes econòmiques al qual cap dels dos fa referència durant les entrevistes. Aquell factor amb més freqüència d'aparició per part del conjunt de la mostra d'entrevistes masculina és el suport de l'entorn proper.

Taula 5. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes dels subjectes de gènere femení

CODI	Núm. de vegades que apareix el codi en el total d'entrevistes	% (sobre el total)	Número de casos que fan referència a algun dels codis durant les entrevistes (3 totals)	% Casos
CAP. FÍSQUES	8	7,7%	3	100,0%
CAP. PSICOLÒGIQUES	6	5,8%	3	100,0%
PERCEPCIÓ DEL RISC	4	3,8%	2	66,7%
LESIONS	6	5,8%	3	100,0%
MOTIVACIONS	16	15,4%	3	100,0%
PRIORITZACIÓ DE LA PRÀCTICA	8	7,7%	3	100,0%
PERCEPCIÓ DE LA DONA A LA PRÀCTICA	8	7,7%	3	100,0%
FAMILIAR	4	3,8%	3	100%
LABORAL/FORMATIU	4	3,8%	3	100%
SUPORT DE L'ENTORN PROPER	17	16,3%	3	100,0%
CÀRREGUES DE ROL	7	6,7%	3	100,0%
ESPONSAORS I AJUDES ECO.	4	3,8%	1	33,3%
FACILITADORS DE LA GESTIÓ DE LA PRÀCTICA (polítiques/accions per la inserció/igualtat de col·lectius)	6	5,8%	3	100,0%
MITJANS DE COMUNICACIÓ I REFERENTS	6	5,8%	3	100,0%

Taula 5. Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi durant les entrevistes dels subjectes de gènere masculí. (subjectes DAMATESAL2, DPROFESC3 i DPROFESC4)

Pel que fa a les dones, aquestes mostren també com a factor amb major freqüència comentat durant les entrevistes al suport de l'entorn proper. Però a diferència dels homes, hi ha un altre factor que destaca sobre la resta, les motivacions. És a dir, que amb gran freqüència (referència de 15,4% d'al·lusió al codi respecte dels altres codis) la motivació ha sorgit durant les entrevistes realitzades als subjectes de gènere femení. Per tant, fent gran al·lusió a aquelles coses per les quals els motiva a pràctica. Principalment, la totalitat dels subjectes femenins fan referència a tots els factors, menys la percepció del risc que només dues de les tres subjectes anomenen i per últim, els espònsors i ajudes econòmiques, on només una subjecte fa referència (DPROFESC4).

En línies generals, és interessant veure la comparació dels tant per cent de freqüència d'aquelles variables que han sorgit durant les entrevistes, així observant de forma més gràfica i visual els resultats.

Com s'exposa a continuació:

Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi en les entrevistes segons sexe del subjecte

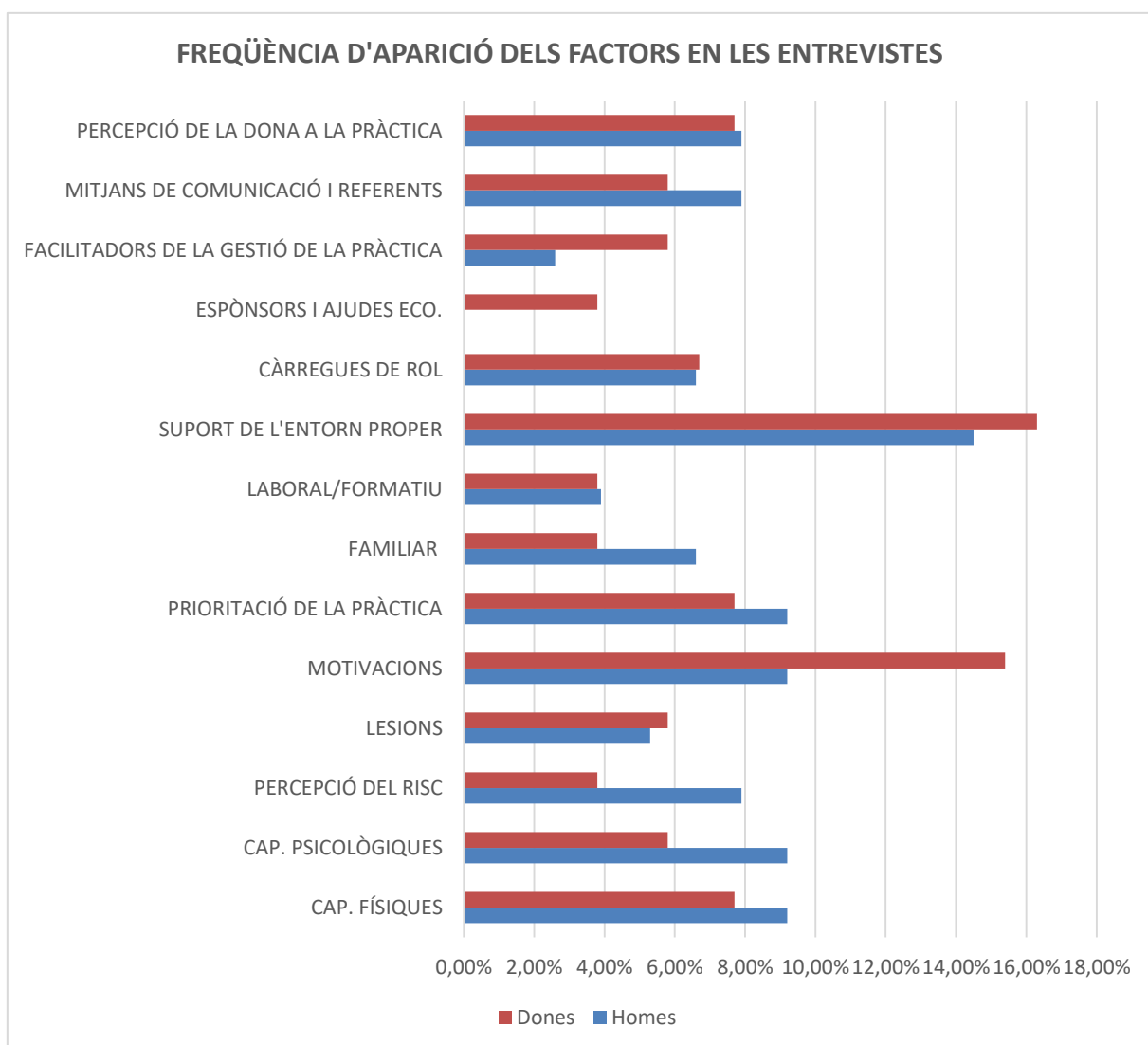


Figura 16. Gràfic de barres, *Freqüència d'aparició dels factors d'anàlisi en les entrevistes segons sexe del subjecte. Taula d'anàlisi inspirada en Moragas (2014).*

Cal dir, que és evident que hi ha factors determinats per les respostes a les qüestions prèviament formulades. Però en general, les respostes són de caràcter obert que donen peu a donar rellevància als temes que major incidència presenten en el desenvolupament o proximitat durant aquest als escaladors o alpinistes.

Ambdós sexes presenten una gran freqüència sobre el que fa la referència sobre l'entorn proper (entre el 14 i el 16%), és a dir, aquells qui envolten i acompanyen el seu temps i el desenvolupament en aquest esport, la influència en alguns casos positiva o negativa, però generalment la importància és la influència que pot arribar a tenir aquest sector.

Com a diferències més visuals, els espònsors i ajudes com també els facilitadors de la gestió de la pràctica (ja siguin els mateixos rocòdroms, federacions, etc.), un 3,8% i 5,8% respectivament. O per exemple, també les motivacions. És evident que dues de les entrevistades són professionals d'alt nivell, és a dir, tenen més visió sobre els espònsors i ajudes de forma més involucrada, igual que dels facilitadors de la pràctica tenint en compte que una d'elles és mare també.

En el cas del grup masculí, els entrevistats presenten més freqüència en comparació a les capacitats tant físiques com psicològiques i a la percepció del risc. Esmentar també que els dos subjectes entrevistats també fan força més referència a la família(6,6%).

Trobem alguns elements de presència comuna i altres que en diferencien ambdós gèneres i possiblement la seva percepció de l'esport i allò que els hi motiva, o tot el contrari, però manté una influència sobre la seva vida esportiva i per tant pot esdevenir una eina de foment de la pràctica i una base per l'enfocament dels mitjans de comunicació sobre aquest i que tipus d'imatge creen sobre la pràctica per la gent que ho desconeix.

Afegir que els valors s'han comparat en tant per cent a causa del nombre de subjectes desiguals quant a ambdós gèneres (3 dones i 2 homes), per tal que la idea visual s'avingui més a la realitat comparada.

Referents i introductors a la pràctica

Quatre dels cinc referents són introduïts per homes, entre amics i familiars, i l'únic referent que no és introduït directament per un home ho fa a través d'una federació i hem de tenir en compte que majoritàriament les federacions a escala estatal tenen una representació generalment femenina.

En el cas dels referents trobem els següents resultats:

- SUBJECTE 1: HAMATESC1

"Hi ha gent molt bona fent escalada esportiva i són boníssims, costarà trobar algú tan bo com ells. Però com més referents aquests pillo penya més propera que conec, que he pogut xerrar amb ells, i amb les seves idees i formes de veure-ho t'acaben fent que tu vegis les coses diferents, per exemple el **Bru Bosom o Roger Cararach**, que el Bru és un amic i Roger és un amic del grup. Fan alpinisme de molta dificultat i són molt bons i xerres amb ells i veus que són... la seva forma de veure l'alpinisme i l'escalada, això sí que inspira això sí...".

Els referents són principalment masculins, anomenant a dos practicants homes, però també cal afegir el canvi en el vocabulari. Comença parlant de "gent molt bona fent escalada" però al continuar la frase segueix amb "i són boníssims" canviant el vocabulari a un referent masculí sobre el col·lectiu d'escaladors i escaladores.

- SUBJECTE 2: DAMATESAL2

"Referent, l'**Albert Crusats**. La qualitat que més destacaria és que està com un llum i que és un tio que és enginyós, és molt segur, és molt clar".

Presenta com a referent un home, el qual és una persona emprenedora professionalment i que a nivell esportiu és un gran esportista i proper. Destaca la referència que fa a la percepció del risc i al seu nivell tècnic i personalitat.

- SUBJECTE 3: DPROFESC3

"Referents: Tots els **escaladors famosos**, però també amb tota aquella gent que vaig a escalar perquè al final s'esforcen igual que els bons. Com a escalador referent, l'**Adam Ondra** i com a dona, **Janja Garnbret**". "Són constants, tenen molt equilibrades les qualitats, són molt complets"

El primer referent resulta un home, després fa referència a una dona. També és una dona de nivell professional, que té una visió més propera i amplia sobre els practicants.

- SUBJECTE 4: DESCALPROF4 (LYNN HILL)

“No tinc referents com a tal, hi ha gent que escala molt bé com l'Adam Ondra, o moltíssimes dones que escalen i ho fan de forma impressionant. Però en general, m'agrada veure com la gent escala. Ara per exemple, que es tornarà una disciplina olímpica, veure la dificultat dels blocs o com ha canviat l'escalada m'encanta, com distorsionen els blocs per complicar-ho i el joc de moviments que crea”.

La subjecte número 4, parla de no tenir referents però anomenant a gent que escala molt bé identifica a un home i generalitza un gran grup de dones però els hi dóna gran rellevància en la seva forma d'escalar.

- SUBJECTE 5: HEAMATESAL5

“Referents, gent que conec: **el meu pare**, tot el cercle: **Joaquín Olmo**... No són famosos però per mi són importants, em vaig fixar. Quan jo vaig començar no hi havia grans estrelles” “Valoro la manera que tenien ells d'entendre l'escalada i la muntanya, que no era tant un esport com és ara”.

En aquest cas, els seus referents són homes i propers. Resulta interessant observar que la majoria de persones que anomenen a referents propers parlen d'ells per la manera que tenen d'entendre la muntanya, una visió una mica romàntica però perduda en les qualitats de l'esport com a tal avui dia.

Generalment, observem que tres dels cinc entrevistats anomenen a homes com a referents. En el cas dels dos subjectes restants i són dones i anomenen tant a homes com a dones. Cal puntualitzar que en primer lloc anomenen a un home.

Així per tant, veiem que principalment i lligat amb les **enquestes els principals referents de l'escalada són homes**, ja sigui pel seu reconeixement mediàtic (referents coneguts internacionalment) com per ser entorn proper i essent homes en gran part com a practicants.

Referents de la pràctica esportiva dels subjectes entrevistats

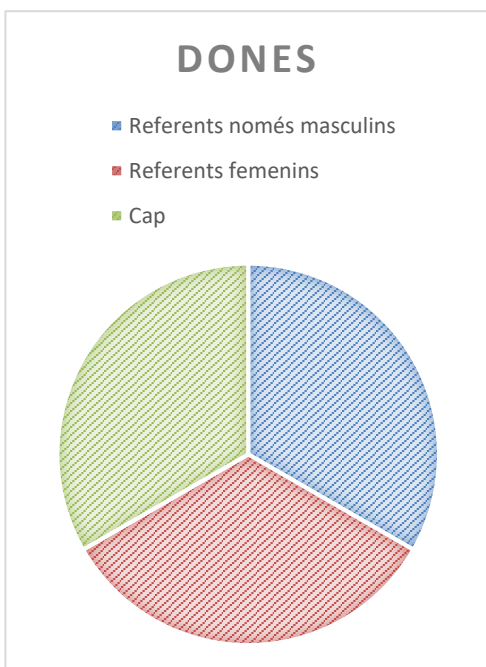


Figura 17. Gràfic sobre els referents de la pràctica esportiva dels subjectes entrevistats Gènere femení.

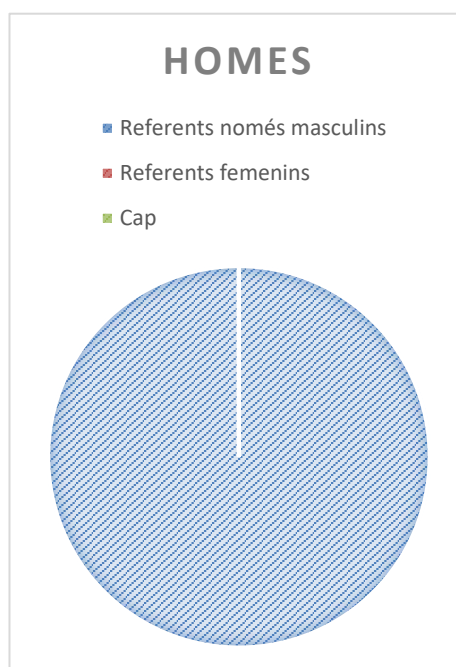


Figura 18. Gràfic sobre els referents de la pràctica esportiva dels subjectes entrevistats. Gènere masculí.

Motivadors

En el cas del subjecte 1 (HAMATESC1), aquest presenta com a motivadors principals:

- Diversió i passar una bona estona
“Quan vaig a fer alpinisme, com és una cosa que domino poc també, el meu objectiu és arribar a dalt i gaudir-ho”
- Repte personal
“Quan anem a fer esportiva l’objectiu és superar-te a tu mateix, escalar vies més difícils que les que has escalat anteriorment”

En el cas del subjecte 5 (HPROFESC5), aquest presenta els següents motivadors:

- Relació amb gent i amics
“em motivava la gent amb la que hi anava, m’ho passava molt bé, la meva família...”
- Estar en contacte amb la natura
“Quan vaig estar escalant en les agulles darrere del Montblanc, pel seu entorn sobretot... Dius, uaaaaau, que disfrutón!”

- Diversió i passar una bona estona
“Emocionalment sempre alegre, era passar-ho bé sempre que tenia temps lliure”
- Allunyar-me de la vida quotidiana (evasió)
“Em motiva desconnectar de totes les obligacions, és el meu espai de respirar”
- Repte personal
“La meva millor experiència, la primera vegada que vaig fer un 8a. Més que la primera que vaig fer un 8b” (Repte de passar al nivell de 8è grau, considerat un grau molt alt, penúltim grau de dificultat 8a, 8a+, 8b, 8b+, 8c, 8c+ i posteriorment, 9a).

Així doncs, trobem una aparició clara del motivador sobre la diversió. No són molt representatius pel que fa a l'enquesta, ja que aquells amb més freqüència són sobretot l'aventura o el contacte amb la natura, per exemple. Tot i que sí que són factors que es comparteixen amb l'enquesta. Veiem rellevant sobretot l'entorn de pràctica i la superació personal per tal d'arribar a un grau més elevat, una conquesta física i mental. Tot i que també gaudir de la pràctica. Concretar que són perfils poc competitius en general respecte al tarannà de les seves intervencions.

Pel que fa les dones, trobem el següent:

La subjecte 2, (DAMATESAL2), comparteix els següents motivadors:

- Estar en contacte amb la natura i Relació amb gent i amics
“Em motiva la natura, que és una cosa que pots fer tu però necessites d'altra gent, i no només pe fer l'activitat sinó el que involucra fer l'activitat... implica un estil de vida”
- Repte personal i Allunyar-me de la vida quotidiana (evasió)
“Quan vaig a entrenar, la motivació que tinc és el cap de setmana i no només això, sinó escalar. És de les poques activitats que estic totalment concentrada i també, l'esperit de motivació”.

La subjecte 3, (DPROFESC3) presenta els següents motivadors:

- Experiència personal i vivencial, Relació amb gent i amics i Repte personal
“Millor experiència, encadenar una via que em feia molta il·lusió i compartir-ho amb els meus amics i amigues”
- Diversió i passar una bona estona
“Ho faig perquè em fa feliç”

La subjecte 4, (DPROFESC4), expressa els següents motivadors:

- Repte personal i Reconeixement social

“Escarlar quan hi ha una motivació de tot cor. Per exemple, quan vaig escalar la primera via en lliure, The Nose a Yosemite, volia fer això perquè pensava que era una cosa que empoderaria a les dones, a part d'això pensava que era important per mi perquè seria la primera ascensió en lliure, la primera persona que ho feia. Era una cosa que volia compartir, era una motivació per mi però també pels altres”.

- Evasió

“Però bon moment en qualsevol lloc maco per escalar, quan sento que estic escalant bé, fluïnt... sense sabotjar-me a mi mateixa”

- Diversió i passar una bona estona

“Per mi és important anar a escalar amb qui riguis i ho passis bé. Gaudir de l'entorn i passar una bona estona”

- Estar en contacte amb la natura i Relació amb gent i amics

“La meva motivació és l'entorn, la bellesa dels paisatges. (...) Algunes vies quan dormies a dalt i veies el Sol sortir, la muntanya majestuosa...”

“Avui dia allò que realment m'importa és amb qui escalo i a on”

En resum, trobem diferències pel que fa a les enquestes per la comparació de perfils amateurs tant d'homes i dones a les entrevistes de dues dones de nivell de competició quant a esport com a tal pel que fa al subjecte 3 i un altre a nivell no de competició pura, tot i la seva aparició en algunes competicions, sinó en la conquesta de fites històriques i la importància de la seva figura en el món de l'escalada professional. En general, trobem una importància sobretot en l'entorn tant personal com natural, el 100% de les escaladores fan referència als amics o entorn proper de la seva pràctica, com també al repte personal, donant importància a la conquesta dels seus objectius, tot i que no fan referència a dificultats ni nivells, es centren més en projectes personals. I de forma més puntual, a la diversió o a la vivència personal. Cal dir que a diferència de les enquestes trobem una aparició del motivador *“repte personal”* de forma més freqüent, però com s'ha puntualitzat abans, pot tenir referència pel nivell de les esportistes.

5. DISCUSSIÓ

“Les dones mai havien proposat afegir-se a les travesses per intuïció de que els hi dirien que no, cosa que no va ser al contrari” paraules de Magda Nos i Mònica Verges, fragment extret del documental *Encordades*⁸ dirigit per Montero (2013), on s'exposen els diferents relats de dones escaladores i alpinistes en un contrast amb el passat i fent visibles totes aquelles barreres trobades durant la carrera esportiva, però també allò que les va motivar a perseguir els seus somnis i fites esportives. Una manifestació de coratge i il·lusió que trenquen i van trencar barreres per demostrar al món la força d'un gènere silenciats a les muntanyes.

Aquest fragment ens mostra una barrera important, la qual anys enrere era una evidència pels components socioculturals i els rols de gènere que determinaven en gran part la carrera esportiva de moltes dones. En l'àmbit de l'escalada i l'alpinisme coexisteix també un *“sostre de vidre”* i es dona també el fenomen de la *“profecia autocomplerta”* descrita per Vargas (2016, p. 65) que se sustenta i esdevé certa per la influència de diferents factors que s'exposen a continuació, i també conviuen i es reforcen a través de barreres reals generades per la pressió i convicció social dels estereotips i càrregues de rols o altres sustentades per les mateixes com són barreres institucionals o de promoció més lligades al caràcter econòmic i la conciliació de la pràctica.

Maternitat i percepció del risc

En primer lloc, trobem un factor important, la maternitat. Aquesta, de forma evident, genera una pausa obligada a la pràctica física de l'esport però que també suposa una càrrega de rol i una posterior adaptació, o fins i tot retirada de l'esport com apunta Sánchez (2018, para.7) *“Una limitació freqüent són les càrregues familiars. Hem detectat que les llicències federatives de les dones descendeixen en un tram d'edat que coincideix just amb l'etapa en la qual la majoria d'elles són mares”*. Així doncs, podem afirmar que hi ha un factor biològic que per termes físics impedeix la pràctica, per tant generant una pausa, però la qüestió és el fet que aquesta pausa es mantingui i quines són les raons.

La maternitat com a tal, l'observem com un factor biològic real generador d'una barrera, sobre tot el procés d'embaràs i lactància. Però posterior a aquest també trobem una càrrega social com el cas ja exposat per Frohlick (2006) sobre l'alpinista Alison Hargreaves. En aquests moments, encara trobem lligada una necessitat i tasca predeterminada a les dones sobre la cura dels seus fills i la càrrega sobre

⁸ Montero, G. (Dir). (2012). Encordades [documental]. Espanya: Televisió de Catalunya

aquests.

Aquestes dades es poden relacionar amb les de Sánchez, (2018, para.17), existeixen reaccions externes a la pràctica que generen barreres, concretament exposa les respostes a una enquesta del Treball de Fi de Màster de la precursora del projecte, i diferents dones responen com a principals discriminacions: subestimació per considerar-les més vulnerables físicament, excessiu proteccionisme, els hi preguntaven “*On has deixat els fills?*”, infravaloració dels coneixements incloent a les guies... Un dels possibles factors amb influència directa és l'educació que reforça els rols de gènere i provoca aquest tipus d'actituds i constituint també profecies autocomplertes. Veiem una evident diferència en el paper de l'home, sobretot en els itineraris esportius com és un exemple el cas referenciat anteriorment, els entrevistats i aquest estudi. Socialment no hi ha una càrrega constant pel que fa als subjectes més mediàtics o referents masculins, i és un fet rellevant desembocat de la maternitat com a punt més visible en el cas de la dona però que és present aparentment en l'idealisme i imposició del cicle de vida del sexe femení influenciat per la societat i el sistema establert. Afegir, les paraules d'Alison Hargreaves compartides per López (2001, p.141); responent al diari *The Times* que qüestionava el seu paper de mare a causa de la seva pràctica esportiva amb el que ella responia “*a cap escalador home se li pregunta si és pare o no. Quan vaig a escalar sé que vaig preparada físicament, que el temps serà bo i que sé per on baixar. Tinc moltes coses per les quals seguir vivint, així que em considero bastant conservadora a l'hora d'assumir riscos...*”, cal afegir que a aquesta l'hi van retirar la custòdia dels seus fills per la seva pràctica esportiva i ella va lluitar fins al últim moment per ser la millor alpinista a nivell mundial i poder reclamar-la, d'aquí el seu intent al K2 on va morir.



Il·lustració 2. Alison Hargreaves juntament amb els seus fills en el camp base d'una expedició. Imatge extreta de: Burton (2017). *The forgotten female hero of mountain climbing*. Recuperada a: <https://www.ozy.com/the-huddle/the-forgotten-female-hero-of-mountain-climbing/81209>

Lligat a la maternitat, i observant la creixent exposició d'aquest fet que suposa l'esdevenir mare, trobem el factor de percepció del risc. Lynn Hill, subjecte (DPROFESC4), durant les entrevistes en profunditat, exposa:

“En el passat els homes deien que les dones s'havien de quedar a casa. En esports més perillosos hi han menys dones com l'escalada en gel o l'alpinisme perquè les dones som més conscients quan hi ha un risc. Pot ser per biologia, el fet de ser mares, que vols veure créixer els teus fills, i veus el fet d'arriscar la teva vida d'una altra manera. I els homes no veuen com un gran obstacle...”.



Il·lustració 3. Lynn Hill i el seu fill fent Boulder. Imatge extreta de: <http://house-under-a-rock.tumblr.com/post/118622644040/lynn-hill-owen-bouldering-i-feel-that-right>

Hill, és una de les millors escaladores de la història a escala internacional i referent a l'escalada com mostra l'enquesta realitzada en aquest estudi, ella esdevé el tercer referent més anomenat. És mare d'un nen de 16 anys en l'actualitat i això no l'ha desfet el vincle amb l'esport però sí que ella mostra una adaptació de la pràctica evident. El 80% dels casos entrevistats fan referència en algun moment a la maternitat com a causa de pausa a la pràctica o com a motiu interferent a aquesta de forma pròpia o com a possible barrera en un futur o en relació a casos aliens. Seguint les paraules de Hill, Mònica Verges també expressa un sentiment semblant en el documental *Encordades* (2013), després d'unes caigudes en una esquerra en una de les expedicions expressa la seva por a tenir un accident, després de jugar-se la vida, ja no tenia ganes de tornar tenint en compte el moment de la vida el qual es trobava, i ara gaudeix de la muntanya d'altres formes. Així doncs, no només és la duració del procés d'embaràs i aquelles fases derivades d'aquest sinó d'un reforç de la percepció del risc, augmentada la seva importància per factors biològics i socials que a les dones ens transmeten de forma adoctrinada com a éssers a càrrec d'altres éssers, és a dir, la nostra figura té necessitat de ser sobretot amb el fi per desenvolupar una tasca de cura al nostre entorn i a desenvolupar aquest rol. Penso que pot tenir un aspecte biològic però en gran part és una convicció social introduïda a la dona en la seva educació i entorn socialitzador en el seu procés de creixement i referents.

Varela (2013, p.494), senyala compartint les idees de Subirats (2013) *“les dones han estat predominantment educades com un ésser per un altre, com un ésser que hauria de dedicar-se a la cura dels demès”*. Aquest fet té una evident incidència sobre el desenvolupament de la dona en esports com l'escalada i sobretot l'alpinisme, esports de risc. El fet que la dona tingui aquesta càrrega de rol és un fet que genera una clara barrera en el seu desenvolupament en comparació amb l'home i una percepció del risc diferent. La figura de l'home mostra una nul·la rellevància sobre aquest factor, com és la percepció del risc, en la incidència sobre la pràctica. Per aquest, esdevé un dels principals motivadors⁹ com s'ha vist als resultats de les enquestes i ja sigui social com biològic, l'adaptació de la pràctica és molt mínima i fins i tot inexistent. També ho mostra així la subjecte DPROFESC4:

“En el passat els homes deien que les dones s’havien de quedar a casa. En esports més perillosos hi han menys dones com l’escalada en gel o l’alpinisme perquè les dones som més conscients quan hi ha un risc. Pot ser per biologia, els ser mares, que vols veure créixer els teus fills, etc. I els homes no veuen com un gran obstacle. No hi ha grans dones que vulguin fer free solo¹⁰ a Yosemite (riu) tot i que crec que homes tampoc”

Com comparteix Frohlick (2006), els homes al camp base bromejaven sobre estar fora de l'entorn familiar i allunyat de les càrregues mentre que a les dones se les jutjava i no només per estar allà, sinó per estar realitzant aquella pràctica esportiva tot i ser mare, apuntades per la societat com "males mares", posant la seva vida en risc tenint en compte la seva tasca com a mare. I això és degut a una percepció i avenç per part de la dona sobre si mateixa, la seva percepció i les seves potencialitats però que l'home no ha acabat d'introduir o ha generat un canvi en ell, que és evident i necessari per poder adaptar les càrregues de rol i poder compartir-les i entendre-les de forma cohesionada per tal de tenir accés als mateixos objectius. Aquest factor produeix influència tant des dels nuclis propers com a nivells internacionals, generant així lleis que disminueixen aquesta equitativitat d'oportunitats. És un fet tal com ja exposa Varela (2013, p.495) amb inspiració de Subirats (2013),

“Els codis diferencials són ara menys inflexibles i menys impositius, però al mateix temps els gèneres no estan canviant al mateix ritme doncs, mentre el gènere femení ha patit transformacions en el sentit d’una major apertura, el masculí segueix essent bastant rígid i més dependent de models tradicionals”.

⁹ Veure Figura 13. Gràfic de barres, *Factors motivadors de la pràctica segons el sexe del subjecte*. (p.41)

¹⁰ Modalitat d'escalada sense corda ni cap tipus d'assegurament en vies llargues o esportives.

És una evidència que podem contrastar aquest fet de mantenir uns conceptes i referents de caràcter més tradicional. Trobem així la resposta sobre els referents en els dos subjectes masculins entrevistats.

Tant el subjecte HAMATESC1:

“...per exemple el Bru Bosom o Roger Cararach, que el Bru és un amic i Roger és un amic del grup. Fan alpinisme de molta dificultat i són molt bons i xerres amb ells i veus que són... la seva forma de veure l'alpinisme i l'escalada, això sí que inspira, això sí...”

Com el subjecte HPROFESAL5:

“valoro la manera que tenien ells d'entendre l'escalada i la muntanya, que no era tant un esport com és ara”

Són models força tradicionals, sobretot de la vessant de l'alpinisme que de les dues modalitats és aquella que més ferma manté els seus valors arrelats als seus inicis. Però sobretot parlen dels referents amb la inspiració de la seva forma de veure i entendre la muntanya o com la comparteixen. Per tant, i com ja exposava Varela (2013), tenen un entorn més proper, depenent de models tradicionals i això desemboca a una aversió al canvi.

Un exemple clar de la visió més tradicional dels homes, és la major rellevància o creença en les capacitats físiques com a determinant i diferenciador. Aquest fet que és present en les entrevistes en profunditat, on les capacitats físiques apareixen amb més contundència, i freqüència en el cas de les enquestes com a possible factor que determini una diferència en el procés de desenvolupament de l'itinerari esportiu, o en la introducció en l'esport. Afegir que en la freqüència d'aparició del factor analitzat a les entrevistes en profunditat és major en homes i també mostra una importància en aquest sexe com a factor desencadenant d'un èxit o pràctica. Cal dir, que és evident que l'escalada o l'alpinisme són esports que requereixen una excel·lent condició física, on la força juga un paper important, però com quantitat creixent d'autors exposa com són Mermier, et al. (2000) o Horst (2008), és una barreja de molts factors, per tant no ha de suposar una barrera, així com ens han demostrat referents de tots els temps en realitzar fites importants al mateix nivell o superior que el gènere masculí (Lynn Hill, Josune Bereziartu, Catherine Destivelle, Edurne Pasabán...).

Com apunta el subjecte DPROFESC4 a les entrevistes en profunditat,

“Físicament hi ha gent que està molt forta, però hi ha moviments que no pot realitzar. Jo per exemple, faig poc més d'un metre cinquanta i no tinc les mans molt grans i això em dificulta

algunes preses¹¹ (fa el gest) però sí que tinc la flexibilitat per algunes posicions o les mans petites que s'adapten a alguns forats on a altres homes no els hi caben. Cap qualitat és essencialment imprescindible, és adaptar les teves qualitats”.

Per tant, les capacitats físiques o psicològiques no presenten una barrera real, igual que el fet de les lesions que es remarca com un factor de risc més alt per les dones segons Nelson & McKenzie (2009), i que veient les entrevistes on la freqüència de les lesions és gairebé igual o les enquestes on també veiem una incidència de pausa per lesions però que ambdós sexes manifesten amb regularitat, no mostra grans dificultats de retorn o de repercussió a llarg termini, tot i ser un factor de pausa important. No presenta diferències molt grans entre gènere. Salomon TV (2018) en el seu documental “*Liv Along The Way*”, relata en primera persona la història de Liv Sansoz, que tot i les nombroses lesions, la seva passió per la muntanya la fa mirar endavant cap a la seva fita. Sansoz, per Salomon TV (2018) al documental expressa, “*A la muntanya penso que els homes són naturalment salvatges i penso que lluiten de forma més natural, però això no vol dir que les dones no puguin fer-ho*”. Ella és un clar exemple de la realitat de potencial de les dones, i tot i ser uns esports durs i l'alt índex de lesió, això no es mostra com una barrera de gènere. Concretament centrant-nos en les lesions.

És per tant, que físicament o antropomètricament pel que fa a el rendiment, té major rellevància la creença social i l'estabilització d'aquest fals referent de diferència o barrera que no pas la realitat que aquest comporta, que ha esdevingut clarament una "profecia autocomplerta" com és un exemple l'afirmació de la subjecte DPROFESC3,

“Crec que hi ha una diferència pel que fa les dones en el nombre de presència. A la universitat estàvem tractant aquest tema i al final vam quedar que l'escalada es veu com un esport d'homes i les dones doncs ho veuen així i no... no els hi motiva. També és veritat que els homes tenen més facilitats al final, com és la força. Però també les dones tenim altres punts forts com és la flexibilitat, major força de dits...”.

La subjecte, també creu en la força com un facilitador, però que es veu neutralitzat per la barreja de components que forma un bon escalador/a. L'important és quina és la imatge que es transmet de l'escalada a causa de la importància que és donada pels seus practicants i espectadors al component físic i que s'ha compartit com a component essencial i diferenciador de les fites d'homes i dones durant anys enrere, així propiciant una barrera basada en el menor índex de força de les dones i la necessitat essencial de la força en la pràctica d'aquests esports. Aquest fet, juntament amb l'estereotip de la dona que resulta totalment contrari, allunyat tant estèticament com en l'àmbit funcional de l'associació de

¹¹ Preses: Forats o sortints de la roca que permeten l'adherència i/o poder agafar-se a aquestes per realitzar l'ascensió.

la condició física bàsica com és la força durant períodes anteriors històricament i fins avui dia encara mitificats per aquest pensament, queda reforçat i no esdevé un facilitador per la introducció de la dona. La visió tradicional d'aquest esport ha de flexibilitzar-se i ser més heterogènia pel que fa als aspectes bàsics necessaris, els quals poden generar una barrera sobre la introducció i desenvolupament, una barrera que no és real però sí preconcebuda. Els estereotips sobre la dona, i l'educació sobre aquests, en les mateixes sí que genera aquest abisme de nombre de pràctica i federats entre home i dona quantitativament, i és un punt molt important que està reforçat pels referents i els mitjans de comunicació que com és un exemple, mostren una imatge masculina de l'escalada on els components més exigents i diferenciadors resulten la força i el risc.

El paper inculcat de la dona com a cuidadora és un fet al llarg de la història, el qual ha anat evolucionant sobretot respecte a l'autopercepció de la mateixa, tot i que cal puntualitzar que aquesta autopercepció és heterogènia pel que fa a diferents cultures i territoris, essent més concrets en el nostre àmbit més proper com és la cultura occidental trobem un canvi de mentalitat força evident en part del propi sexe femení. Tot i que la influència i el manteniment dels estereotips pel que respecta a la societat més generalment parlant, agreuja aquesta funció associada a la dona que l'allunya d'un itinerari esportiu en la seva vida, de forma completa i alliberada de pressions socials, i tampoc facilita una combinació d'ambdós papers ni legislativament ni culturalment.

Aquest factor és un fet històric que podem observar al llarg de la lectura de l'obra de López (2018), *Cuerdas Rebeldes*¹². En aquest llibre, la totalitat de casos exposen un no plantejament del rol matern o manifesten el fet que aquelles dones patien directament una desfeminització, una visió de la societat com a casos perduts fora del cicle vital de les dones marcat culturalment, per tant la seva visió de dones cap a la societat no era rellevant per aquesta, no era d'interès mediàtic. Aquelles dones van lluitar contra la visió de les famílies, dels cercles propers i de l'entorn esportiu allunyant-se del fi reproductor i d'esdevenir per obligació de rol un pilar del nucli familiar al qual acotava la societat a la vida de les dones. A no ser que formessin un nucli familiar amb un home de la mateixa dedicació, on llavors segons els relats, en molts casos esdevenien com "acompanyant", lluny del seu objectiu d'empoderament i autonomia en la muntanya i les seves fites.

Aquestes dones viatgeres, aventureres i desobedients a les pressions socials que van obrir pas a totes aquelles futures escaladores i alpinistes van haver de trencar amb molts estereotips i endinsar-se en solitud en un món dissenyat i només apte per homes. Trobem en aquest llibre una visió de la societat

¹² López, A. (2018). *Cuerdas rebeldes: Retratos de mujeres alpinistas* (2a edició). Madrid: Ediciones Desnivel.

d'aquells moments on totes les dones que apareixen com són Anne Peck, Gerturde Bell, etc. estan titllades com a "solterones", "estranyes"... Abandonen el seu rol en gran part dels casos i lluiten contra els estereotips per fer-se un lloc entre els millors, però no s'allunya de la realitat actual tot i els canvis generats, sobretot quant a imatge i de pressió social.

És així com la prevalença de la visió tradicional que els mitjans de comunicació reforcen, els quals no generen ni impulsen el canvi, i per tant també resultant generadors d'una barrera. Sobretot pel que fa a la introducció però també en el cas del desenvolupament. Pensar a poder arribar a realitzar fites importants, tot això sense haver de renunciar a generar un nucli familiar o el simple fet de plantejar-se la maternitat en algun moment de la carrera esportiva és una gran càrrega social, moltes vegades molt reforçada per l'opinió de l'entorn proper, que com es pot observar tant en els resultats de les entrevistes com en el cas de les enquestes, té una gran importància l'entorn, i així per tant la seva opinió.

Referents i mitjans de comunicació

Els referents són un factor amb molta rellevància i són molt ferma de construcció de la "profecia autocomplerta" en aquests esports. Varela (2013, p. 499) apunta *"les nenes no troben per tant referents en la vida pública amb els quals identificar-se, d'aquí que segueixin acceptant un paper secundari i que interioritzin activament que són pitjors en algunes matèries"*.

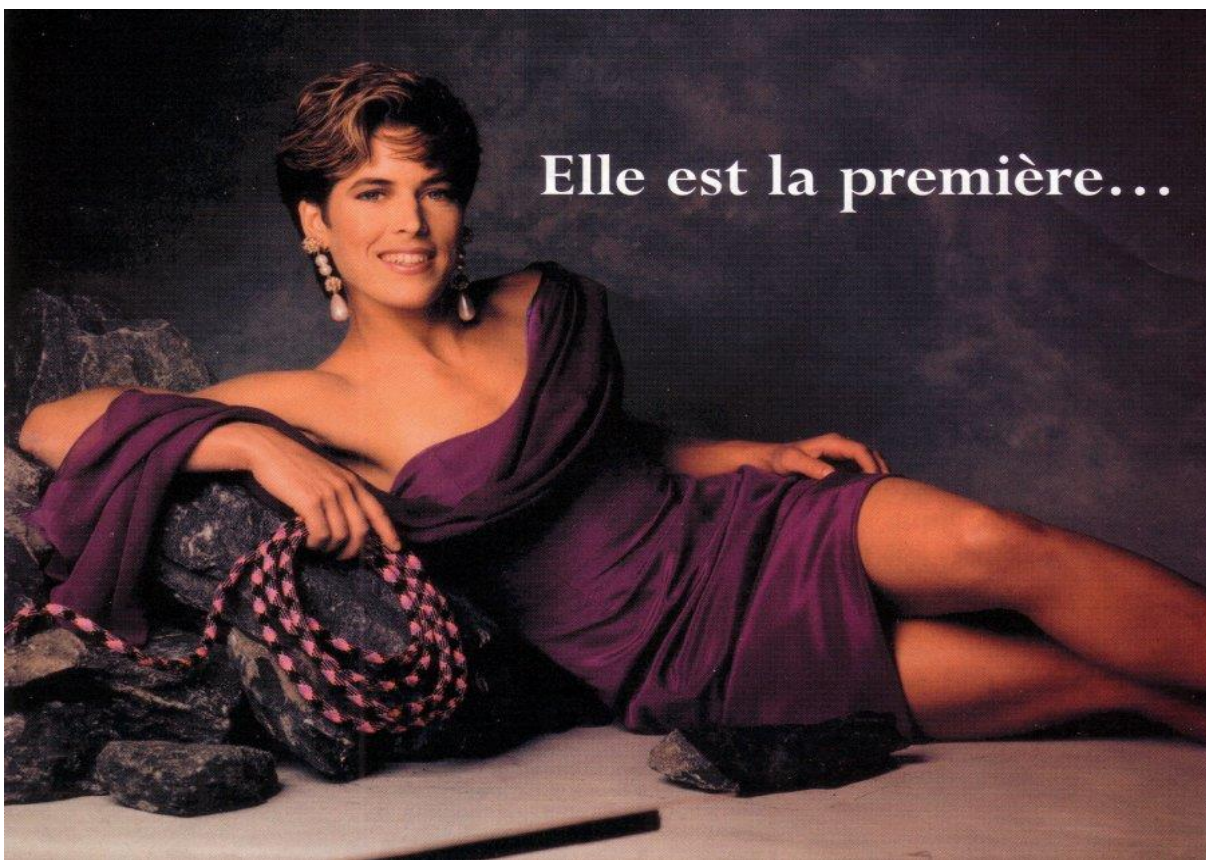
Existeix una falta de referents femenins que és una realitat, però no és pas per la no existència d'aquests sinó que es basa en el foment i propaganda que fan els mitjans de comunicació. *"Quan parlem d'alpinisme i d'alta muntanya, és difícil recordar a totes aquestes dones que han realitzat grans gestes en aquest espai, o com han participat i gaudit d'aquesta realitat. Aquesta és la reflexió sobre el llenguatge, allò que no es nomena no existeix"* (López, 2014, p. 760). La societat androcèntrica en la qual vivim, i donat això el continu ressalt de la figura masculina, genera invisibilitat en molts casos del paper de la dona i les fites d'aquestes.

Com mostren les enquestes i entrevistes, majoritàriament els referents dels practicants són homes, però quan parlem de dones en aquestes sí que apareixen una majoria de referents femenins. Tot i que, fins i tot les dones entrevistades en profunditat que mostren un referent femení abans mostren un referent masculí.

La imatge que construeix la societat i els estereotips que fomenta de forma rígida són barreres més fortes que les capacitats físiques i mentals, i així ho expressa, citat per Vodden (2010, p. 136), en el

llibre *Women Climbing: 200 years of achievement*, Brikett i Peascod (1989), explicant la dona intentant participar en l'escalada "les dificultats psicològiques o mentals de l'escalada en si mateixes està comprovat que són secundàries envers els prejudicis i problemes imposats per la societat". I és un clar factor fomentat per la falta de referents que trenquin públicament amb aquests prejudicis i problemes imposats per la societat.

No només trobem una falta de referents, com ja compartia l'estudi de Vodden (2010), quan apareix una dona en revistes, TV, etc. moltes vegades s'altera la imatge d'aquesta, reforçant els rols imposats per la societat, ultrafeminitzant la dona... És un exemple la imatge exposada a continuació compartida per una revista francesa on es referència la primera ascensió en lliure de *The Nose* per Lynn Hill, però en comptes de posar imatges sobre ella en el seu terreny es difon una imatge d'ella molt feminitzada i recolzada en els cànons de bellesa acceptats per la societat occidental.



Il·lustració 4. Lynn Hill posa per una revista francesa en referència a la seva fita esportiva. Imatge extreta de: Grimper (1996) *Portrait Lynn Hill Entre Les Lignes*, p. 15. Recuperat a:
http://www.supertopo.com/climbing/thread.php?topic_id=878033&tn=80

La hípersexualització de les dones esportistes per part dels medis de comunicació també genera una forma més de pèrdua d'autoritat i imatge de la dona com esportista.

És per tant, que el paper dels medis de comunicació i dins d'aquests els referents, juguen un paper molt important en la reafirmació de barreres i el reforç de “*profecies autocumplertes*”.

Tant a nivell de promoció del referents, com a les imatges que es donen a través de marques de material esportiu, marques de roba, etc. És un exemple la campanya de *GQ Style* i la contracampanya que va llençar l'Associació de dones *Outdoor Women Alliance's*.



Il·lustració 4. Imatge de la esquerra, campanya GQ Style, i imatge de la dreta contracampanya de OWA. Imatge extreta de: LaVozdelMundo (2017). La ingeniosa respuesta de un grupo de escaladoras ante un reportaje machista . Recuperat a: <https://lavozdelmuro.net/publican-un-reportaje-machista-y-estas-mujeres-escaladoras-copian-las-fotos-para-dar-una-leccion/>

Però no només és la imatge de les campanyes publicitàries reforçant un rol o els reportatges fets a aquells grans referents mostrant una imatge d'elles fora de la seva vida esportiva, i que s'ateny més als rols i la imatge de la dona exigida per la societat. Entre aquests factors, un dels més importants és la invisibilització de la dona en la muntanya i el seu paper.

Desnivel (2008, para.1), en el seu relat sobre el repte de l'Annapurna “*El lugar de la mujer está en la cumbre*”, narrant la història d'aquest grup d'alpinistes femenines en relació al seu exigent repte expressa “*Han passat cent anys i les eres han iniciat una carrera inigualable en tots els camps, però la dona continua menysvalorada en el camí de les grans muntanyes i fan falta més exemples que encastellin l'activitat femenina*”.

I no només revistes referents pensen això, sinó que també escaladors i relacionats amb l'alpinisme com expressa el subjecte HPROFESAL5.:

“S’hauria de fomentar. Hi ha grups de dones que fan coses molt bestials però gairebé totes les activitats són més d’homes. També les revistes donen més “bombo” a les coses que fan els noi”.

És a dir, ens trobem amb una invisibilització de la dona com a referent, per factors com són la imatge que transmet. Els esports de risc volen una imatge agressiva, salvatge o impactant, que segons els estereotips que fomenta la societat s'allunyen del que pot transmetre una dona. Fet des del meu punt de vista incert.

La muntanya com a tal, no entén de gènere, però la societat sí que genera unes barreres, i aquestes estan totalment fomentades des dels referents i la imatge que projecten per interès els mitjans de comunicació. Els mitjans de comunicació, al cap i a la fi mostren una imatge exagerada que generi impacte, però que es basa en els prototips i s'emmarca en les idees i creences de la societat. El fet de promocionar les proeses realitzades per dones com per ser dones i no com a persones recalçant la fita aconseguida, també és una forma de rebaixar a la dona sobre les seves capacitats com a alpinista o escaladora.

A *Cuerdas Rebeldes* (2018, p.10) i també exposat a les entrevistes en profunditat, trobem ja aquesta idea:

“El dia que arribem a ser completament humans, segurament veurem tantes escaladores com escaladors en les parets del món, les dones no escriuran sobre dones intrèpides i els homes serem més lliures”.

Juanjo San sabastián Bilbao, Abril 2001.

Extret de “Cuerdas rebeldes: Retratos de mujeres alpinistas”

Fragment que recull la idea principal de la problemàtica dels estereotips i el treball dels mitjans de comunicació sobre aquests, que realment parteixen i són un mirall de la idea de la societat sobre la dona i la pràctica d'aquests esports. És interessant veure quines van ser les reaccions sobre aquest fragment segons els entrevistats:

Les dones entrevistades opinen (DAMATESAL2, DPROFESC3, DPROFESC4):

“em ve al cap que no hi ha igualtat a l'escalada”, “Bé, estic d'acord. Ja sé quin llibre és, sí això en tots els àmbits. Ni tant sols existirà el gènere, serà igual. Les gestes no seran d'una dona o d'un home sinó d'una persona”, “És important tant homes com dones facis activitats junts perquè ens podem complementar molt bé, m'agradaria pensar que en el futur hi hauran tants homes com dones. Tot i que també ara passa, no és la mateixa exacte però hi ha molta igualtat, per exemple en un rocòdrom. Som menys dones, però arribarà un moment que sigui igual. És un molt bon esport per les dones i les nenes”.

Opinen que no hi ha una igualtat existent, però aposten per una millora i arribar a un punt on aquest fragment esdevingui una realitat.

En el cas dels homes, trobem el subjecte 5 (HPROFESC5) a qui l'hi suggereix igualtat i afegeix,

“que tot es valorés pel que es fa independentment del sexe, és el que em suggereix”.

I el subjecte número 1 (HAMATESAL1) expressa:

“Estic completament d'acord amb el que diu el text en veritat, la reflexió aquesta de les dones escriuen sobre les dones és bastant veritat, perquè bé pot ser que sigui perquè sinó ningú escriu sobre elles. Jo crec que actualment ara mateix a nivell de resultats de màxim nivell hi ha una equiparació molt molt igual i no hi ha una diferència entre el que fan els homes i el que fan les dones. Per tant, estic d'acord amb què diu el text però crec que ara potser ha quedat una mica obsolet tal com estem ara mateix o a dia d'avui que estem a la par realment, se'ls valora igual. Potser tenen menys repercussió mediàtica però a part d'això estem al mateix nivell”.

El subjecte número 1, que és home, creu fermament en el fet que avui dia no hi ha una problemàtica existent o una barrera, cosa que podem relacionar directament amb els resultats de les enquestes, que mentre que la majoria dels homes creuen que el gènere no té incidència sobre l'accés o el desenvolupament a la pràctica d'aquesta tipologia d'esports la majoria de dones de forma contundent afirmen trobar una incidència deguda al gènere. I es reafirma el mateix subjecte (HAMATESAL1) en la següent afirmació aquesta teoria:

“Potser per algun motiu donat perquè no han tingut opció d'interessar-s'hi o entrar-hi o perquè no els interessa de moment no ho practiquen, perquè no crec que l'esport en sí sigui gens limitant per qüestions de sexe”.

Per tant, ens trobem amb un problema latent de factors limitadors però invisibilitzats per una creença d'una millora. És clar que hi ha una millora en la situació d'aquests esports, però des del meu punt de vista, a part de ser més quantitativa que qualitativa i d'acord amb Varela (2013) és deguda al canvi de la dona i l'aprofitament de la menys inflexibilitat i menys imposició dels codis diferencials. Pel que fa al gènere masculí però, ara com ara i segons pot semblar degut als resultats de l'estudi, existeix una rigidesa i dependència dels models tradicionals dels homes i un menor canvi en el seu rol. Afegir, que en la majoria de mitjans de comunicació i marques relacionades amb l'escalada s'hi troben al capdavant homes i és per tant, i en relació a l'afirmació, els mitjans de comunicació en la majoria dels casos transmeten encara una imatge estereotipada i sota judici dels rols de gènere per part de moltes revistes, xarxes socials, promocions i anuncis, etc. Això de forma clara, allunya a la inserció de més dones a la pràctica, donada la imatge retransmesa d'aquesta pràctica i sobre quins motivadors està fomentada, uns motivadors de consum per un públic masculí. I per tant, de forma resumida trobem una invisibilització de la dona a la muntanya, una imatge distorsionada del seu paper i la transmissió de l'escalada i alpinisme com a esports de caràcter masculí a causa de la imatge que es promociona d'aquestes disciplines.

Un exemple d'aquest fenomen de menor visualització i repercussió mediàtica de la dona, des del Club de Muntanya Adebán (primera associació d'esportistes de muntanya liderada per dones a escala nacional), també realitzen una enquesta al seu entorn i recalquen la falta de referents femenins (Sánchez, 2018, para. 21). A la seva enquesta, les dones entrevistades no sabes anomenar a més de tres esportistes famoses per les seves fites; la majoria ho associaven a no aparèixer en els mitjans de comunicació. A l'enquesta es donava peu a reconèixer alguns alpinistes i escaladors famosos, i mentre que el més reconegut per les dones va ser Juanito Oiarzabal, primer espanyol a realitzar els 14 vuit mils, però no reconeixien a Edurne Pasabán, primera dona a escala mundial a realitzar els 14 vuit mils. Igual que la desconeixença també de l'escaladora Josune Bereziartu primera dona a escalar 8c, 8c+, 9a i 9a+.

Influència de l'entorn proper

L'entorn proper, aquells que ens acompanyen durant la pràctica i comparteixen espais i moments de desenvolupament personal. Com demostren els resultats d'aquest factor, té una gran influència sobre els escaladors i alpinistes que formen part de l'estudi. Tant com a motivador i per tant un possible facilitador de la introducció i el desenvolupament, ja que un dels principals motivadors de la pràctica extrets i on coincideixen homes i dones, i d'altra banda, en les entrevistes en profunditat, on l'entorn ha estat dels factors comentats amb més freqüència així exposant la rellevància i incipiència sobre

l'itinerari esportiu d'homes i dones practicants.

Ara bé, quan als entrevistats se'ls pregunta per si han presenciat algun moment de discriminació o que desprengui desigualtat, en la totalitat dels subjectes es parla de l'entorn proper, aquelles persones que es troben escalant juntament amb nosaltres, companys de cordada i/o entorns de gimnasos. I n'extreuen el següent:

"Se senten els típics comentaris entre alguns menyspreant la seva condició física", "Per exemple, quan vaig a entrenar a algun rocòdrom on ningú em coneix i faig un bloc que algun noi no l'hi surt sempre em miren malament com, ella sí i jo no", "no he viscut situació de rebuig o masclisme però sí que he presenciat actituds de jo anar amb nois, perquè sempre vaig a escalar amb nois normalment, i que quan ve una noia la tracten com molt princesa, diferent", "alguna parella on el noi té més experiència i ell no té ganes d'ensenyar-li i crea una mala experiència cap a ella i la posa en situacions que poden generar un trauma, pot acabar plorant... Però no ho veig sovint, són situacions dins i fora de l'escalada", "algun comentari quan hi ha una noia escalant i no pot, no animen de la mateixa forma".

Veiem que són bàsicament comentaris o actituds, micromasclismes¹³ normalitzats en el llenguatge i de forma indirecta, en el món de l'escalada. Passen totalment desapercibuts en la majoria dels casos però que al llarg del temps construeixen una imatge de la dona i reforcen estereotips dins de la pràctica.

És per tant, que un dels majors factors que generen motivació i també un facilitador per la pràctica i introducció d'homes i dones com és l'entorn, també pot generar una barrera sobretot en el cas del desenvolupament. Aquestes idees de la influència de l'entorn proper també s'exposen en el petit film de Talweg Creative (REI), (2017) titulat *Within Reach*. Shelma Jun, afirma en el documental: *"Els temes que estem abordant en l'escalada només són microcosmos del que passa a la societat"*, en aquest s'aborden temes sobre les barreres i les situacions de masclisme o desigualtat que es generen i en gran part succeeixen al propi entorn de l'escalador/a. Cal dir, que coincideixen amb els comentaris citats a les entrevistes, la majoria sobre la condició física, exposant la vulnerabilitat o reafirmant una necessitat per part dels homes de protecció cap a la dona així infravalorant-la, aquesta última actitud visionada pel documental *"Benasque: Alpinismo en femenino"* exposant un exemple per Perezgueso (2017), els quals anomenen a aquest factor "moments princesa"¹⁴.

¹³ Segons l'Ajuntament de Barcelona (2019) basat en Bonino (2008), són maniobres que també restringeixen la llibertat i la dignitat de les dones però de manera pràcticament invisible i que, per tant, es realitzen impunement. Aquelles conductes que estan tan normalitzades que no identifiquem com a pràctiques nocives fins que prenem consciència de les desigualtats que generen.

¹⁴ Moments en els quals l'home assumeix el risc de forma automàtica sense deixar a la dona exposar-se a aquest de forma voluntària. Sobreproteccionisme imposat pels rols de gènere.

Si tenim en compte el baix nombre de referents, i la imatge exposada pels mitjans de comunicació més conservadors, la idea que pot generar-se la dona sobre el seu desenvolupament pels comentaris o idees pot generar mancances autoimposades en el seu itinerari. Apareixen grans esquerdes, però si a més a més, el seu entorn reforça aquests estereotips associats a la dona, encara que sigui de forma involuntària fem que aquesta esquerda es fixi i es mantingui.

Una de les barreres més importants i que s'evidencien tant en els relats de primera mà, com les enquestes o entrevistes però també en nombrosos articles, estudis o reportatges, és la falta d'un entorn proper femení que empoderi i reforci el paper de la dona a la muntanya a través de referents més propers i d'accés directe. Com n'és exemple, dues de les tres dones entrevistades fan referència a un entorn de pràctica absolutament masculí:

“Perquè sempre vaig a escalar amb nois normalment” o l'altre subjecte, DPROFESC3 “Per exemple, jo sempre que vaig a escalar mai vaig amb dones, i a entrenar sempre entreno sola o amb nois”.

O com expressa Perezgueso, (2017) en el documental *“Benasque: Alpinismo en femenino”*, *“és estrany que dues noies vagin soles”*.

Així doncs, com ja afirmaven Sánchez (2018), a Talweg Creative (2017), i a les enquestes, la invisibilització de grups de dones a la muntanya i la falta de creació d'aquests grups esdevé una barrera important per la introducció d'aquesta, i sobretot per l'existència de referents propers que creïn associació. Un clar exemple són els referents exposats pels dos casos dels homes entrevistats, ambdós expressen com a referent homes del seu entorn proper. En canvi, les dones, tenen referents allunyats de dones, cap es troba en el seu entorn proper. Una de les respostes sorgides a les enquestes anònimes expressa aquesta idea d'invisibilitat:

“L'esport i la força, la valentia i allò salvatge han estat sempre coses per homes. Encara costa molt sortir a la muntanya i veure dones, O per exemple grups de dones. Poques dones soles veus a la muntanya. Encara queda feina a fer naturalitzant el rol de la dona muntanyenca”.

És una barrera amb potencialitat al canvi, la invisibilització o poca promoció de grups femenins, d'associacions femenines i aquesta pràctica pot influir molt com a facilitador de la introducció de la dona en aquests esports.

Lina Quesada per Desnivel (2008), expressa el següent sobre les cordades únicament femenines *“Fer-ho tot per nosaltres mateixes i prendre decisions entre nosaltres, sense la influència d'homes, fa que sigui un projecte més nostre, més femení”*.

La necessitat històrica de l'acompanyament per homes de les dones a la muntanya, com consta al llibre *Cuerdas Rebeldes*, citat anteriorment, és un fet normalitzat, i que ha generat una imatge de la dona en segon pla i generat una falsa necessitat dels homes per aconseguir fites.

És important, i un gran pilar de sustentació de la pràctica i nombre de practicants, el fet de generar grups femenins o la major introducció de dones a la muntanya. Generar una sororitat lligada per l'esport que ajuda a superar altres barreres, com és el cas d'Edurne Pasaban com relata en el Festival de Picos narrat per Desnivel (2011, para.13),

“Quan veia el vídeo de les dones poloneses m'he sentit identificada. Algunes ho van fer tenint fills. Per a mi no ha estat fàcil donar tot per la muntanya i deixar de costat el fet de fundar una família. M'ha agradat veure i escoltar com se sentien. Jo he tingut por que en decidir tenir fills, hagués de deixar la muntanya. Sempre ho vaig deixar per a més tard, perquè em passava el que a elles. Vaig travessar una època molt difícil en 2006 i vaig sofrir una depressió quan vaig optar per continuar fent muntanya. No sé si era bo o no; ara miro enrere i crec que vaig prendre la decisió encertada. Puc dir que sóc feliç, una cosa molt important per a una persona.”

El fet de veure altres dones que apostaven per la seva carrera esportiva, fent front a la pressió social de complir amb el rol establert per la societat, ajudava a l'esportista a reafirmar-se sobre les seves decisions i valentia cap a la dedicació a l'esport i les muntanyes i amb allò cap a allò la feia realment feliç.

El sentiment de tenir referents i de la cohesió entre dones per la creació de clubs de muntanyes, associacions o com és la introducció de la dona a càrrecs federatius és totalment necessari, i la no estabilització d'aquests fets agreuja una barrera com és els referents i l'entorn proper. És una necessitat un entorn proper on la dona se senti còmode i necessària, on siguin adaptades les seves necessitats i sobretot compreses, és per això que l'entorn proper ha d'esdevenir principalment un motivador i per conseqüència un facilitador i no generar una barrera ja sigui a través dels micromasclismes normalitzats com amb la no existència d'un entorn proper de pràctica o la facilitació d'aquest per part de federacions i institucions nacionals.

Institucions i espònsors

Trobem que en els esports d'elit la maternitat és un fet complicat de coordinar, com a principal exemple del paper dels espònsors i institucions i com es troben afectats o quines accions fan a conseqüència d'aquesta etapa en la vida d'algunes dones. Dins de l'entorn laboral ja no està regulat a escala nacional de forma totalment còmode i ben estipulada, per tant, podem imaginar que en esportistes, tenint en compte que majoritàriament no es compatibilitza amb la maternitat, les institucions no juguen un paper pas facilitador.

Arribant fins i tot a com revela Vallejo (2018, para.4) a clàusules antiembaràs, recalcant que la maternitat i l'esport no existeixen per conuiu en un mateix itinerari personal.

Fora de l'entorn nacional, trobem alguns facilitadors per part d'institucions d'àmbit més petit com són els rocòdroms. La subjecte DPROFESC4, que resideix a Boulder (Colorado, EEUU) en la seva entrevista en profunditat expressa el següent:

“El meu fill té 16 anys i viu amb mi, per entrenar quan era més petit a la llar d'infants del rocòdrom i els viatges llargs a vegades es quedava amb amics meus. El seu pare es va desentendre.”

Observant que fora del perfil de gimnasos nacionals, marquen un pas per davant per ajudar als escaladors i escaladores a conciliar la vida familiar i l'entrenament. Un perfil de gimnàs menys observat en el nostre territori.

Però els factors com la maternitat o la poca ajuda i esperança cap a la realització de fites importants per dones, tanca des dels pensaments més tradicionals la promoció i ajuda de molts espònsors com expressen Magda Nos i Mónica Verges a l'entrevista realitzada per Morenilla (2014) pel diari *ELPaís* “Una expedició només de dones ens tancava la porta a molts patrocinadors. No creien en nosaltres” i va ser per aquest fet que una cordada de quatre dones a l'expedició va esdevenir només de dues dones per raons purament econòmiques. Hem de tenir en compte que tant l'escalada com l'alpinisme necessiten ajudes econòmiques per la seva pràctica en l'àmbit professional a causa dels viatges, encadenament de projectes, etc. I com l'anterior exemple, per les dones suposa una barrera en alguns casos una ajuda econòmica per part de l'estat o de patrocinadors/espònsors. Per tant, en un nivell de pràctica més enllà de l'escalada amateur, les institucions i espònsors resulten una barrera pel desenvolupament dels seus itineraris esportius en comparació amb els homes.

En aquest punt afegir, també com en el punt sobre l'entorn proper, la falta de dones liderant federacions o els mateixos projectes adreçats a dones. S'ha avançat molt sobre la inclusió de les dones en aquest entorn, però falta recolzar aquells projectes generats per dones i per a dones que impulsen a la introducció d'aquesta en el món de l'escalada i l'alpinisme. Com és l'exemple de l'Equip Femení d'Alpinisme dins de la FEDME, sempre liderat per homes, actualment per Marc Subirana. Igual que els equips de tècnics de les proves d'accés a aquests, format per: Óscar Gogorza, Jonatan Larrañaga, Mikel Zabalza, Jorge Valle, Oriol Baró i Marc Subirana. Un entorn de dones creat per homes, sota les seves decisions i creences.

Pot ser un factor facilitador compartir la responsabilitat de diferents associacions, federacions, clubs o empreses esportives dedicades a aquests esports per tal de generar polítiques de proximitat i millor adaptació per la dona, gràcies a la pluralitat de punts de vista. A més a més, de donar visibilitat a la dona en aquest entorn i fer-la responsable i amb un paper estable en el món d'aquestes pràctiques, generant referents i facilitant un punt de vista necessari per millorar qualitativament en qüestió de gènere per part d'aquestes institucions.

Com expressen el col·lectiu patrocinat en el documental de Talweg Creative (2017):

- “6 de cada 10 dones diuen que els interessos de les activitats d'*Outdoor* dels homes són presos més en serio que el de les dones”.

Per tant, la falta de dones i el paper d'aquestes en posicions de responsabilitat i de presa de decisions sobre les polítiques esportives d'aquests esports esdevé també una barrera pel que fa les conseqüències d'aquest fet. Podem veure un clar exemple en l'experiència de l'associació generada per Blanca Izuel. I ens demostra un exemple de tots els punts esmentats anteriorment a través de les paraules recollides per Sánchez (2018, para. 8-9):

“En la Federació aragonesa, des que la va deixar la nostra companya Astrid, ara ni tan sols hi ha cap vocal que porti la secció. A Aragó, al maig es va aprovar el primer pla per a promoure l'esport en la dona. I a Espanya hi ha plans d'igualtat des de fa anys, però no arriben, al final no acaben arribant a la realitat, a les dones.

Han de ser iniciatives privades, com la nostra, sense pressupost, les que posen en marxa activitats de muntanya per a dones. Ho hem aconseguit. Vam néixer al maig, ja tenim gairebé 200 sòcies i en cada activitat que realitzem vénen cada vegada més dones. També vénen cada vegada més homes i s'ho passen millor”.

Així doncs, és una realitat la carència de referents femenins propers promoguts per les institucions, juntament amb la introducció d'aquests i la interferència en les polítiques facilitadores de la introducció i el desenvolupament de la dona en l'esport. El qual generaria un àmbit de sororitat, aproximació i comprensió per facilitar la destrucció de les barreres institucionals que generen els espònsors, patrocinadors o les mateixes institucions (com són lleis que ajudin a la conciliació familiar en relació a la feina).

Factors facilitadors de la pràctica

Els factors facilitadors de la pràctica, tal com expressen els resultats de les enquestes i les entrevistes es regeixen bàsicament pels motivadors. Aquests, i també en contrast amb l'estudi de López, Garcia i Garrido (2013), principalment són l'entorn, pel que fa als amics i gent de l'entorn de pràctica. La dona extreu alguns motivadors diferenciats concretament, s'encara sobretot al repte personal i al contacte amb la natura. Podem veure un exemple clar de l'escaladora Lynn Hill que, tot i el seu nivell i la seva carrera esportiva, mostra el següent com a principal motivador:

“La meva motivació és l'entorn, la bellesa dels paisatges... Em fa feliç, en algunes vies quan dormies a dalt i veies sortir el Sol..., la muntanya majestuosa”.

O l'altra dona d'àmbit professional, la qual comparteix:

“millor experiència encadenar una via que em feia molta il·lusió i compartir-ho amb els meus amics i amigues”

O sense ser de l'àmbit professional (DAMATESAL2):

“Em motiva la natura, que és una cosa que pots fer tu però necessites gent, i no només és fer l'activitat sinó el que involucra fer l'activitat... Implica un estil de vida”.

En canvi, podem comparar-ho amb els dos subjectes masculins que comparteixen la seva motivació pel que fa també arribar a les pròpies fites, però no generen rellevància al fet de compartir-ho amb l'entorn:

“És una cosa meva més que de cara a l'exterior, vies que vull fer i que tinc pendants, i millorar. Molta gent no sap ni que vull fer, jo ho penso....(...)”

“La primera vegada que vaig fer un 8a més que un 8b, o quan vaig estar a les agulles de darrere del Montblanc, per l'entorn sobretot (paisatge)”.

Aquells moments més importants pels entrevistats i que generen una motivació intrínseca deixen veure algunes diferències pel que fa a la rellevància de l'entorn en el desenvolupament esportiu, sobretot en el cas de les dones en contrast amb els homes.

Per tant, i sobre aquests dos factors, l'entorn és un facilitador directe sobretot pel que fa a la introducció. Partint que són esports no comuns que poden ser introduïts per escoles, majoritàriament parlant, trobem que l'entorn proper i la família són els principals iniciadors dels subjectes a l'esport, per tant aquells que faciliten la introducció de forma més directe. D'altra banda, trobem que sorgeixen motivadors com són la natura i el repte personal, i en aquests dos casos, la promoció i divulgació d'aquests factors relacionats amb l'escalada per part dels mitjans de comunicació i referents també podria generar un facilitador. Aquest fet seria una conseqüència directa del canvi de la imatge que poden rebre els consumidors de publicitat o mitjans informatius i així provocar un facilitador de la introducció a causa de la motivació que pot generar en un públic femení.

A diferència en l'home per qui la principal motivació és la cerca d'aventura com s'intueix a través de la mostra d'aquest estudi, és a dir, el risc és un component important pel que fa a l'atracció cap a la pràctica entorn del sexe masculí a diferència de la dona que no hi fa referència sobre aquest, menys a l'experiència de la subjecte DAMATESAL2, on aprecia el risc com a una de les millors experiències experimentades en l'escalada i l'alpinisme. També cal dir, que com altre component motivador al qual no fa referència la dona però sí l'home trobem el reconeixement social. Això podem contrastar-ho amb les següents dades compartides per DPROFESC4 a l'entrevista en profunditat, també creu en el reconeixement social però amb un fi diferent...

“La qualitat essencial per escalar és tenir una motivació de tot cor. Per exemple, quan vaig escalar la primera via en lliure, The Nose a Yosemite, volia fer això perquè pensava que era una cosa que empoderaria a les dones. A part d'això, pensava que era important per mi perquè seria la primera ascensió en lliure, la primera persona que ho feia. Era una cosa que volia compartir, era una motivació per mi però també pels altres”.

El seu reconeixement es basa a compartir un èxit, i que aquest reconeixement social també tingui un aprenentatge de cara a futures fites desenvolupades per dones, o per motivar a aquestes. Ella entén que l'exemple d'una dona aconseguint els seus objectius és un facilitador pel desenvolupament i la introducció d'aquestes, com també un canvi positiu en aspectes més personals. Com va dir l'escaladora en acabar de solucionar en lliure aquesta via de grans longituds, *“It goes, boys!”*. El seu reconeixement social, no passava però abans per un reconeixement a través de la seva fita cap a la potencialitat de totes les escaladores.

Tornant al facilitador que suposa l'entorn proper, tenir en compte qui és aquest entorn és una dada rellevant. Hem observat al llarg de les entrevistes que el principal introductor de la dona i l'home a l'escalada són homes (parella, amics, pare, etc.). Per tant, aquest fet, juntament amb el baix nombre de dones que practiquen i s'agrupen per realitzar aquest tipus d'activitats genera un facilitador i també un motivador que es veu frenat per una barrera real com és la falta d'un entorn femení a la muntanya i la visibilització d'aquest, com també la creació de referents o donar a conèixer aquests. El reforç d'aquest motivador pot generar un gran augment de la introducció de la dona a l'esport. Que no està actualment incentivat o tot el que es podria.

D'altra banda, el major índex de pràctica masculina i la representació institucional d'homes o a les marques de material o roba les quals també influeixen en els models a través de la publicitat, també fan que es transmetin més els valors i motivadors que a ells els hi atrau a la muntanya i a aquesta pràctica, cosa que com hem pogut observar, és diferent tant en homes com en dones. Per tant, la imatge que es transmet de l'esport pot allunyar-se dels motivadors que cerca la dona en la pràctica i per tant, ser un altre factor que generi una barrera. La no potenciació d'alguns valors i factors que constitueixen aquest àmbit esportiu i que la dona cerca en la pràctica ideal, cosa que l'atrau i que és un potencial principal factor d'introducció, queda en part anul·lat per la imatge que transmeten els homes de l'esport i com el comparteixen en tots els seus àmbits, campanyes, idees que transmeten les federacions, etc. donat que és un producte generat per homes pel consum d'homes. Així, obviant possibles facilitadors generats per la influència dels mitjans de comunicació i les institucions i les seves accions.

És per tant, que els motivadors són diferents pel que fa als sexes. Ambdós presenten inquietuds heterogènies, que no són qualificables, són factors que simplement estan en la pràctica i que es potencien depenent dels interessos/entorn o tots dos. És així per tant, que els motivadors que poden compondre els facilitadors també poden esdevenir una barrera en la seva no potenciació o poca visibilitat d'aquests, però que resulten una bona guia si volem potenciar la futura pràctica de la dona i seguir avançant per arribar a un esport que transmeti una equitativitat real, allunyada d'estereotips masculistes i còmode per tots els gèneres i edats. Amb aquesta última premissa, matissar també que en comparació l'escalada es troba en un punt més favorable en aquest camí en relació amb l'alpinisme. L'alpinisme manté unes condicions més dures, una gestió del temps més important i un arrelament als valors tradicionals més sòlids. Aquest fet l'he pogut observar al llarg d'algunes entrevistes en profunditat o d'alguna de les respostes de les enquestes. Però l'escalada, tenint en compte el creixement que està suposant a escala internacional la seva pràctica i esdevenir en els últims anys genera comentaris com el següent, de part de l'entrevista realitzada a DPROFESC4:

“Si la comunitat és oberta i s’obre, la comunitat escaladora s’obre sempre a tothom, no hi ha una gran discriminació i en general és una comunitat molt liberal, inclús amb transgènere”.

És per tant, que és important treballar sobre l’entorn proper que pot esdevenir el principal facilitador i pot resultar més fàcil d’arribar per tal de generar un canvi. Les petites comunitats d’escalada que es generen entorn de punts de referència com són rocòdroms, sectors coneguts d’escalada en roca, refugis de muntanya, etc. Treballar sobre els facilitadors com són la visibilitat de la dona a la muntanya i l’erradicació d’estereotips fomentats per l’entorn i els factors externs, no sense abans no haver treballat les barreres, així per tal de generar comunitats obertes i predisposades al canvi.

6. CONCLUSIONS

La muntanya és un espai que transmet valors de llibertat, d’igualtat de condicions, no entén de gènere ni d’edats ni de races però l’èsser humà ha generat conviccions socials durant el llarg camí històric del muntanyisme que generen barreres sobretot pel que fa al paper de la dona en els esports que es practiquen en aquesta.

Les dones, tot i les possibles barreres generades, han tingut la valentia i força suficient per a realitzar aquelles fites marcades per elles mateixes de forma autònoma i encoratjada. Però des de les primeres dones a realitzar aquests objectius, silenciades. De la mateixa manera que en una societat en procés de canvi, tot i un canvi majoritàriament superficial, també són possiblement silenciades aquelles barreres que allunyen a la dona d’empoderar-se en l’àmbit de la muntanya, com ens mostren algunes dades rellevants d’aquest estudi sobre la mostra analitzada. La falsa creença de millora només per l’evolució quantitativa del nombre de dones que s’han adherit a la pràctica d’aquesta tipologia esportiva, és un reflex de moltes de les problemàtiques de gènere existents en l’actualitat.

D’aquest estudi puc concloure que sí que existeixen barreres diferenciades pel gènere i algunes de les barreres bàsiques entorn de la introducció i el desenvolupament de la dona en aquest esport com s’extreu dels subjectes analitzats podrien ser la maternitat, la conciliació del temps a causa de les càrregues de rol, algunes de les derivades de l’anterior, i l’entorn proper. Aquestes barreres serien emmarcades en un subgrup, aquestes arrelades i potenciades per les dues grans barreres, que des del meu punt de vista són aquelles que fomenten l’existència de les barreres anteriors. Aquestes són els referents i mitjans de comunicació i d’altra banda, les institucions. Gràcies als resultats obtinguts i conclusions que se n’extreuen de la mostra i la revisió teòrica d’arxius.

En primer lloc, els referents i mitjans de comunicació, evidentment retroalimentats un per l'altre, són aquells que generen i reafirmen, segons podem observar, actituds i rols en la societat i a més a més, tenen un gran poder d'influència sobre aquesta. Sobretot pel que fa a la creació d'exemple, la visibilitat de la dona en l'esport i el canvi de perspectiva, lluny d'estereotips, sobre aquestes pràctiques. Aquesta barrera pot ser un dels principals reductors de la introducció de la dona i sobretot el seu desenvolupament, reafirmant un "sostre de vidre" i possiblement enfortint el fenomen observat de "profecies autocomplertes". D'altra banda, les institucions, evidentment amb possible influència sobre els mitjans de comunicació, semblen no generar polítiques de proximitat a la dona eficients. Juntament amb la possible manca de dones en alts càrrecs d'aquestes institucions, també pot generar una estabilitat de les barreres com són la facilitat sobre la maternitat i la seva normalització d'ambivalència d'ambdós itineraris i inquietuds en la vida d'una dona, les càrregues de rol, una major exposició i rellevància als referents femenins i per tant la creació d'exemple des d'una educació inclusiva primerenca, entre d'altres.

Per tant, és necessari un empoderament de la dona sobre aquest sector, en el documental creat per Talweg Creative (2017), Lynn Hill també ho expressa de la següent manera: *“La realitat és que no és realment cert (parlant d'una igualtat), si volem ser tractades de la mateixa manera, hem d'exigir-ho, hem de demanar-ho o hem de sortir i aconseguir-ho”*. I la creació d'associacions esportives femenines, els mitjans de comunicació amb influència femenina i tot allò que pugui apropar a la dona des d'un ambient de sororitat, de visibilitat de la dona i de descomposició dels rols, podria fer augmentar i pal·liar les barreres que encara avui dia segueixen existint i dificultant un itinerari esportiu ambiciós a dones de tot el món.

Per concloure, segons l'autor del documental *Encordades*, Gerard Montero, aquest documental rep aquest títol, ja que entre aquestes dones en la història de l'alpinisme i l'escalada, aquestes generacions passades i actuals, estan encordades, ja que cap hagués evolucionat més endavant sense allò que hagués fet l'anterior a ella. I és per això, que gràcies i en honor a totes aquelles dones que van fer un pas més cap al cim d'aquest sostre imposat per la societat, avui és necessari seguir treballant sobre aquestes barreres i generar i augmentar aquests facilitadors del seu desenvolupament i la seva introducció.

7. LIMITACIONS

Pel que fa a les limitacions d'aquest estudi, es divideixen en tres elements: La mostra, el temps i la delimitació de l'aprofundiment o concreció de la recerca.

En primer lloc, pel que fa a la mostra, el temps i la disponibilitat d'esportistes dedicats de forma activa i d'alt nivell ha estat un factor de dificultat d'una mostra nombrosa i per tant, més propera a la realitat sobre l'estudi. Cal dir, que sobretot en l'àmbit d'alpinisme, poder concretar una cita per entrevistar o que poguessin dedicar temps a aquesta ha estat factor que com a conseqüència a la gestió del temps de la pràctica i vida personal, ha delimitat molt les entrevistes per la seva possibilitat de realització. També posteriorment a la realització del treball, en cas de concretar més el tema cap a una problemàtica o una de les barreres més influenciadores i diferenciadores en el desenvolupament de la pràctica i el seu recorregut al llarg dels anys, hauria estat interessant realitzar entrevistes en profunditat a una mostra més enfocada a el fet estudiat. Per exemple, la gestió del risc en relació amb la maternitat i el desenvolupament en la trajectòria esportiva de l'escalada i/o l'alpinisme i concretar una mostra de dones i homes posterior a la paternitat i la maternitat. Afegir que la majoria de mostra en edat "jove", no extreu una gran problemàtica ni visualització de les barreres que poden sorgir a través de les responsabilitats i les càrregues de rol o nucli familiar. Per tant, enfocar millor la mostra depenent del factor a tractar hagués estat interessant.

En segon lloc, el temps d'anàlisi a causa de la variació de dates d'entrevistes o necessitat d'ajornament per tancar els resultats de les enquestes o mostra de l'entrevista també resulta un limitador per l'aprofundiment del tracte dels resultats i el desenvolupament de la discussió de forma detallada i treballada. Afegir, una prolongació del temps disponible per la recerca també hauria pogut donar suport a l'anàlisi de les dades qualitatives per minvar la possible subjectivitat.

Per últim i tenint també en compte els anteriors punts, amb una prèvia anàlisi sobre els factors de forma més aprofundida i així esdevenint una delimitació del treball quant a l'esport analitzat o el factor que genera una barrera o aquell que esdevé un motivador hagués estat més enriquidor i desenvolupat, amb una evident millora de la representació real dels resultats en l'àmbit estudiat i la seva generalització. Una de les raons d'aquest punt, per exemple, és la gran diferència respecte a l'escalada i l'alpinisme donat l'estat de practicants i el rang d'edat i per tant, el major abisme pel que fa al tema de gènere. Concretament, les necessitats tècniques, el risc i les dures condicions, fan que l'alpinisme

tingui pocs participants així fent més difícil un canvi d'enfocament en l'esport i les seves dinàmiques socials i relacionals. D'altra banda, trobem l'escalada, un esport bastant més obert i que es troba en creixement pel que fa al general de practicants tant en homes com dones. També el fet que estigui creixent i per exemple, esdevenint un esport olímpic l'any 2020, fa que tingui una major visualització i crea una major motivació a la pràctica en tots els públics, obviant l'heterogeneïtat d'aquest.

És evident que pel perfil dels practicants i el seu estil de vida, juntament amb l'heterogeneïtat de la possible mostra i juntament amb el nombre elevat de paràmetres d'estudi potencials a treballar, aquest treball mostra delimitacions a causa de l'ambició de recerca i la generalitat que això comporta. Afegir que el no elevat nombre de recerques posteriors en la mateixa tendència o temàtica també resulta un limitant pel que fa al possible acotament o comparació d'aquest estudi amb recerques anteriors. Sobretot a escala nacional.

8. LINIES FUTURES DE RECERCA

Com a futures línies inspirades durant el desenvolupament del treball de camp o dels seus resultats. Presento els següents punts a tractar, com algun d'ells esmentat a l'apartat anterior sobre limitacions de l'estudi:

- Gestió del risc en relació amb la maternitat i el desenvolupament en la trajectòria esportiva de l'escalada i/o l'alpinisme. En aquest cas, molt interessant i observat en els resultats d'aquest Treball de Fi de Grau, la diferent gestió del risc en homes i dones i l'al·lusió a aquest, sobretot en perfils on trobem també la maternitat. La diferent perspectiva i com es gestiona el risc atenent al gènere és un factor molt important i interessant d'estudi pel caire d'aquest àmbit esportiu totalment lligat a aquest factor, el risc.
- Conseqüències i anàlisis dels referents en l'escalada i/o l'alpinisme i la introducció de la dona. En el cas de l'anàlisi dels resultats, és molt evident una falta de referents femenins en la pràctica, sobretot quant a la seva difusió i imatge. Cal puntualitzar, que no només com a nombre de dones practicants de l'escalada o l'alpinisme, sinó que qualitativament, no generant un referent només pel seu gènere, entès així com a factor que es preconcep com a barrera i així franquejat com a dona esdevenint un fet important només per ser dona sinó que la normalització de la dona a la muntanya reconeixent els passos com a esportista i els mèrits de tal manera que els homes, ja que és evident el mateix nivell de grans esportistes d'elit i la possibilitat i potencialitat de la dona en l'àmbit competitiu i professional. Una normalització de la dona a la muntanya i visualització

d'aquesta resulta essencial per desestereotipar aquest àmbit esportiu i generar una imatge d'aquest esport real així com les característiques d'aquest.

De forma general, es podrien estudiar molts dels factors que es presenten com a barrera d'accés o com a motivadors de forma més concreta. Així, treballant les barreres més profundament es poden generar punts a reforçar en les polítiques esportives o en les línies de treball de federacions, clubs i associacions dedicades a aquest esport. De la mateixa forma pel que fa als motivadors.

Com a opinió personal, allò que em sembla més interessant com a futura línia de treball és la percepció del risc i el desenvolupament en aquest esport per part de la dona a diferència de l'home, sobretot posteriorment a la maternitat. Crec que és un factor molt decisiu en el desenvolupament de la pràctica.

9. BIBLIOGRAFIA

- Agut, S. i Martín, P. (2007). Factores que dificultan el acceso de las mujeres a puestos de responsabilidad: una revisión teórica. *Apuntes de Psicología*, Vol. 25, (2), p. 201-214. ISSN 0213-3334.
- Ajuntament de Barcelona (s.d.). *Drets de Ciutadania, Cultura, Participació i Transparència: Com podem identificar els micromasclismes i les vilòencies quotidianes?*. Recuperat a: <https://ajuntament.barcelona.cat/recursospedagogics/ca/masculinitats/micromasclismes>
- Alborde (2001). *Código del montaña UIAA: Extraído del sitio oficial del C.A.B.A.* Recuperat a: <http://www.alborde.com.ar/monta/monta31.htm>
- Albuixech, S. i Doltra, A. (Diputació de Barcelona) (2010). REFLEXIONS EN FEMENÍ: Dona i esport. Recuperat a: <https://www1.diba.cat/uliep/pdf/48892.pdf>
- Barberà, E., Ramos, A., Sarrió, M. i Candela, C. (2002) Más allá del «techo de cristal»: Diversidad de género. *Revista del ministerio de trabajo y asuntos sociales*, (40), p. 55- 68. ISSN 1137-5868.
- Beristain, I. (2012). *Valores en la escalada y en la vida*. Recuperat a: <http://www.i-beristain.com/valores-en-la-escalada-y-en-la-vida/>
- CMDsport (2014). *Simón Elías: "El alpinismo femenino está sobrevalorado"*. Recuperat a: <https://www.cmdsport.com/montana/entrevistas-montana/simn-elas-el-alpinismo-femenino-est-sobrevalorado/>
- Colell, E., Medina, P. i Ramon, X. (2017). La presencia invisible de la mujer deportista en la prensa deportiva española. Análisis de las portadas de Marca, As, Mundo Deportivo y Sport (2010-2015). *Estudios sobre el Mensaje Periodístico*, 23(2), p. 793-810. DOI: 10.5209/ESMP.58016
- Couceiro, J. (2010). *Perfil antropométrico y respuesta psico-fisiológica en escalada Deportiva en roca: diferencias entre modalidades*. (Tesi Doctoral). DOI: 10.13140/RG.2.1.1691.2729.
- Benito, A., Cuadrado, G., Izquierdo, J. M., Redondo, J. C. i Sedano, S. (2007). Estudio de la eficacia de dos programas de entrenamiento de la fuerza en el rendimiento de la escalada Deportiva. *European Journal of Human Movement*,(19), p.61-76. ISSN 0214-0071, ISSN-e 2386-4095.
- Desnivel (2008). *Annapurna: el lugar de la mujer está en la cumbre*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/expediciones/annapurna-el-lugar-de-la-mujer-esta-en-la-cumbre/>
- Desnivel(2008). Lina Quesada, ochomiles y mujeres. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/expediciones/expediciones-alpinistas/lina-quesada-ochomiles-y-mujeres/>

- Desnivel (2008). *Mujeres alpinistas*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/alpinismo/mujeres-alpinistas/>
- Desnivel (2011). *Encordades: "Las mujeres lo han tenido difícil en la montaña"*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/cultura/documental-encordades-las-mujeres-lo-han-tenido-dificil-en-la-montana/>
- Desnivel (2011). *Festival de Picos: una jornada sobre el significado y las contradicciones de ser mujer y alpinista*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/cultura/festival-de-picos-una-jornada-sobre-el-significado-y-las-contradicciones-de-ser-mujer-y-alpinista/>
- Desnivel (2011). *Plan "pirenaico" para promocionar el montañismo entre las mujeres*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/cultura/la-asociacion-desarrollo-de-la-mujer-del-pirineo-pone-en-marcha-un-plan-de-sensibilizacion-deportiva/>
- Desnivel (2016). *Día de la mujer: la montaña no entiende de sexos*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/cultura/dia-de-la-mujer-la-montana-no-entende-de-sexos/>
- Desnivel (2017). *La escalada femenina brilla en el día internacional de la mujer*. Recuperat a: <https://www.desnivel.com/escalada-roca/la-escalada-femenina-brilla-en-el-dia-internacional-de-la-mujer/>
- FEDME (2017). *Estudio del perfil de los deportistas y los clubes de montaña españoles*. Recuperat a: http://adm-suances.es/sites/default/files/2017/Noticias/Estudio_Clubes_Montaña_Esp.pdf
- Frohlick, S. (2006). *Wanting the Children and Wanting K2: The incommensurability of motherhood and mountaineering in Britain and North America in the late twentieth century*. *Gender, Place & Culture*, 13(5), p. 477-490, DOI: 10.1080/09663690600858820
- Hargreaves, J. (2000). *Heroines of Sport: The politics of difference and identity*. [GoogleBooks version]. Recuperat a: https://books.google.es/books?id=ntLoZp6LnyEC&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Gallego, B., Estebanz, A. (2003). *Mujeres que abren camino en el deporte: factores influyentes en las situaciones de igualdad y discriminación*. Recuperat a: https://www.researchgate.net/publication/266405269_MUJERES_QUE_ABREN_CAMINO_EN_EL_DEPORTE_FACTORES_INFLUYENTES_EN_LAS_SITUACIONES_DE_IGUALDAD_Y_DISCRIMINACION
- Gilbert, T. (17 de febrer de 2014). *Dona i amb èxit: quan el sostre de vidre s'esberla*. *Diari Ara*. Recuperat a: <https://www.ara.cat/premium/Dona-sostre-sesberla-volta->

conciliacio_0_1086491347.html

- Gómez, E. (2015). Adolescència i esport: absència de referents femenins en els mitjans per a les adolescents. *Apunts: Educació Física i Esports* (122), p. 81-87. DOI: [http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.\(2015/4\).122.09](http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.(2015/4).122.09)
- Gómez, M. (20 de setembre de 2018). Tolerancia cero: Alpinistas, sherpas y cruzadas por la igualdad. *RTVE*. Recuperat a: http://mvod.lvt.rtve.es/resources/TE_STOLER/mp3/2/2/1537521700722.mp3
- Gonzáles, G. (2012). Impacto de la altura en el embarazo y en el producto de la gestación. *Revista Peruana de medicina experimental y salud pública*, 2(29). ISSN: 1726-4634
- Hum, J. (2013). The Structure of Performance of a Sport Rock Climber. *Journal of Humans Kinetics*. DOI: 10.2478/hukin-2013-0011
- Horst, E. (2008). Conditioning for Climbers. *The Complete Exercise Guide*. Maryland: Rowman & Littlefield.
- Ibáñez, I. (2001). Informació sobre esport femení: el gran oblit. *Apunts: Educació Física i Esports* (65). p.111-113.
- Jean, D., Leal, C., Kriemler, S., Meijer, H. I Moore, L. G. (2006). Recomendaciones médicas para mujeres que van a altitud: Documento de consenso de la comisión médica de la UIAA. *Apunts. Medicina de l'esport*. 151, (41) p.116 – 124.
- Le Breton, D. (2009). Pasiones del riesgo y contacto con la naturaleza: Risk passion and outdoor activitie. *Educación Física y Ciencia*, pàg. 1113-31. ISSN 2314-2561.
- López, A. (2018). *Cuerdas rebeldes: Retratos de mujeres alpinistas* (2a edició). Madrid: Ediciones Desnivel.
- López, E. M. (2014). *Efectos de diferentes metodos de entrenamiento de fuerza y resistencia de agarre en escaladores deportivos de distintos niveles*. (Tesi doctoral). Recuperat a: <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/5402/TESIS%20López%20Rivera.pdf?sequence=>
- López, I., García, L. I Garrido, F. (2013). Estudio sobre las motivaciones para la práctica de la escalada en roca. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (113), p.23-29. DOI: [http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2013/3\).113.01](http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2013/3).113.01)
- López, V. (2014). La invisibilidad del género femenino en los deportes de alta montaña. *Libro de Actas del II Congreso Internacional de Comunicación y Género*, p.760-771. ISBN: 978-84-9085-030-5.

- Mermier, C.; Janot, J.; Parker, D.; Swan, J. (2000). Physiological and anthropometric determinants of sport climbing performance. *Br J Sports Med*. DOI:10.1136/bjism.34.5.359
- Ministerio de educación, cultura y deporte (2018). *Anuario de estadísticas deportivas 2018*. Recuperat a: http://www.culturaydeporte.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/deporte/anuario-deporte/AED-2018/Anuario_de_Estadisticas_Deportivas_2018.pdf
- Ministerio de educación, cultura y deporte (2017). *Anuario de estadísticas deportivas 2017*. Recuperat a: http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/deporte/anuario-deporte/AED-2017/Anuario_de_Estadisticas_Deportivas_2017.pdf
- Miranda, M. I Luján, M. (2011). Mujer y maternidad: entre el rol sexual y el deber social: (Argentina, 1920-1945). *Locus: revista de història, Juiz de Fora*, 17 (2) p. 75-101.
- Montero, G. (Dir). (2012). *Encordades [documental]*. Espanya: Televisió de Catalunya.
- Moragas, M. (2014). *Les dones que presideixen els clubs esportius a Catalunya. Factors que incideixen en l'accés i en l'exercici del càrrec, i estil de lideratge* (Tesis doctoral). Recuperada de: <https://www.tdx.cat/handle/10803/145029>
- Morenilla, J. (2014). Alpinismo: "Fuimos un ejemplo para la mujer". *El País*. Recuperat a: https://elpais.com/deportes/2014/02/19/actualidad/1392843491_132618.html
- Morilla, P., Rebollo, S., Baena, A. Miranda, M^a. I Martínez, M. (2013). Análisis del perfil sociodemográfico, deportivo y psicológico en una práctica de escalada deportiva de estudiantes universitarios. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* (24), p. 9-15. ISSN 1579
- Nelson, G. N., McKenzie, B. L. (2009). Rock climbing injuries treated in emergency departments in the U.S., 1990-2007. *American Journal of Preventive Medicine*, (37) p.195-200.
- Perezgusio, A. (2017). *Benasque: Alpinismo en femenino (Al filo de lo imposible)*. Espanya: RTVE.
- Reizabal, M. (2017). Josune Bereziartu, como madre con un hijo. *Mundo deportivo*. Recuperat a: <https://www.mundodeportivo.com/guipuzcoa/20170203/413960468296/josune-bereziartu-como-madre-con-un-hijo.html>
- Romero, V.; Artero, E.G.; Ortega, F.B.; Jiménez-Pavón, D.; Gutiérrez, A.; Castilllo, M.J. y Ruiz, J.R. (2009). Aspectos fisiológicos de la escalada deportiva. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de*

la Actividad Física y el Deporte, 9 (35). p.264-298. ISSN: 1577-0354

- Salomon [Salomon TV]. (7 de Maig de 2018). *Liv Along The Way* [Arxiu de vídeo]. Recuperat a: <https://youtu.be/ny18Pv>
- Sánchez, A. (2018). “La mitad de las mujeres ha sufrido discriminación al practicar deportes de montaña”. *ElDiario*. Recuperata: https://www.eldiario.es/aragon/sociedad/mujeres-sufrido-discriminacion-practicar-deportes_0_822067934.html
- Sánchez, X. i Torregosa, M. (2005). El papel de los factores psicológicos en la escalada deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*. 14, (2) p.177-194. ISSN: 1132- 239X
- Santos, A., Balibrea, E., López, A., Castro, R. i Arango, V. (2005). *Mujer, deporte y exclusión: Experiencias Europeas de inserción por el Deporte*. València: Editorial de la UPV.
- Suzzane (Al Andalus Activa) (2015). *Mujeres y deportes de riesgos*. Recuperat a: <https://escuelasierranevada.com/blog/noticias/mujeres-y-deportes-de-riesgo/>
- Talweg Creative [REI].(12 de Maig del 2017). *Within Reach* [Arxiu de vídeo]. Recuperat a: <https://youtu.be/-NsBqB21RPo>
- Varela, J. (2013). Reseña: Forjar un hombre, moldear una mujer. *Revista Teknokultura*, 10 (2), pàg. 493-500. ISSN: 1549 2230.
- Vargas, D. A. (2016). Profecía autocumplida o los dos tiempos de la verdad. *Jardín de Freud*, (16). p.63-75. ISSN: 1657 – 5477.
- Vodden, S. i Schell, L. A. (2010). Climbing High or Falling Flat? Representations of Female Rock Climbers in Climbing Magazine (1991-2004). *Journal of Research on Women and Gender*, p. 156 – 131.

FACTORS QUE INCIDEIXEN EN L'ACCÉS A LA
PRÀCTICA DE L'ALPINISME I L'ESCALDA: ANÀLISI
DES DE LA PERSPECTIVA DE GÈNERE

ANNEX

1.1. GUIA DE L'ENTREVISTA

Introducció

- Agrair la predisposició a entrevistar-se
- Contextualitzar l'entrevista, no massa explícitament (Pot condicionar l'entrevista)
- Recordar la durada aproximada
- Demanar permís per gravar l'entrevista i fer les comprovacions que s'escaiguin

Situació actual respecte a la pràctica esportiva

- En quin moment de pràctica esportiva d'alta muntanya o escalada et trobes?
 - Estàs treballant? La teva feina té relació amb l'escalada o l'alpinisme? Quin horari tens? Treballes els caps de setmana?
- El teu estat civil quin és? Tens fills? De quines edats?
- Vius sola? Quines càrregues a nivell de feina domèstica o familiars tens?
- Fas alguna altre pràctica esportiva?

Introducció a l'escalada/alpinisme

- Com i a través de qui et vas introduir al món de l'escalada i/o l'alpinisme?
- Durant el procés d'iniciació vas pensar en deixar-ho? Per quines raons?
- Quines raons van motivar-te per practicar aquests esports?
- Com et senties físicament? Psicològicament? Emocionalment?
- Va produir canvis en la teva vida?
- Com et van afectar?

Pràctica, gestió del temps i les prioritats

- Aquest esport és una prioritat per tu?
- Has hagut de renunciar a alguna cosa per realitzar la pràctica o entrenament?
- El teu entorn proper (amics, familiars, etc.) comparteixen la teva afició?
- Amb els anys, la teva pràctica ha disminuït? Per quines raons?
- Escalar, ha ajudat al teu desenvolupament personal?
- Creus que t'ha privat d'alguna cosa?

- Has hagut de pausar la teva pràctica en algun moment per alguna raó? Vas poder tornar-hi? Vas tenir dificultats per fer-ho?

Facultats necessàries per la pràctica i referents

- Què creus que és necessari a nivell psicològic per l'escalada/alpinisme?
- Què creus que és necessari a nivell físic per l'escalada/alpinisme?
- Quina és la teva motivació quan vas a escalar o a fer alpinisme?
- Quina creus que és la qualitat més essencial a l'escalada?
- Quines és la teva meta a l'escalada/alpinisme?
- Tens algun referent? Pots nombrar alguns?
- Què valors o quines qualitats destacaries més d'aquest esportista?

Situació de la dona a l'escalada

- Penses que la dona no està tant present com l'home en la pràctica d'aquest esport? Quines penses que són les raons?
- Creus que hi ha algun factor que desiguali o manqui a la dona en la pràctica i desenvolupament (assolir grau) de l'escalada i/o alpinisme?
- Penses que s'hauria de fomentar la pràctica femenina a l'escalada i/o l'alpinisme?
- Has viscut o presenciat alguna situació de desigualtat/masclisme/rebuig durant la pràctica d'aquests esports?
- Explica la teva millor experiència i la teva pitjor experiència al món de l'escalada/alpinisme.

Que et suggereix aquest fragment?

“El día que lleguemos a ser completamente humanos, seguramente veremos tantas escaladoras como escaladores en las paredes del mundo, las mujeres no escribirán sobre mujeres intrépidas y los hombres seremos más libres”.

Juanjo San Sabastián Bilbao, Abril 2001

Extret de “Cuerdas rebeldes: Retratos de mujeres alpinistas”

Comiat

- Agraïment per la participació en l'entrevista
- Omplir fitxa de dades
- Comiat

1.2. MODEL D'ENQUESTA

FACTORS QUE INCIDEIXEN EN L'ACCÉS A LA PRÀCTICA DE L'ALPINISME I L'ESCALDA: ANÀLISI DES DE LA PERSPECTIVA DE GÈNERE

Em dic María J. Quero i sóc estudiant de 4rt del grau de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport cursat a la facultat Blanquerna (URL). Aquesta enquesta es tracta de senzilles preguntes relacionades amb la pràctica de l'escalada i l'alpinisme, tema principal del meu Treball de Fi de Grau. Agraieixo la vostra participació i em trobo a la vostra disposició per qualsevol dubte. (E-mail: mariajoseqt@blanquerna.url.edu)

*Obligatorio

Sexe *

- Dona
- Home
- Altre

Freqüència de la pràctica *

- Tres o més dies a la setmana
- Menys de tres dies a la setmana
- Esporàdicament (Alguna vegada al mes)

Tipus de pràctica *

- Escalada amateur
- Escalada professional
- Alpinisme amateur
- Alpinisme professional

Si has hagut de pausar o deixar la teva pràctica, marca la raó per la qual s'ha donat aquest fet.

- Lesió
- Malaltia
- Embaràs/Maternitat/Paternitat
- Temps disponible (Ocupacions laborals/formatives)
- Falta de motivació
- Falta de recursos
- Altres

Que et va motivar a la pràctica? *

Tu respuesta _____

Anomena algun dels teus referents en aquest esport: *

Tu respuesta _____

Creus que el gènere del/la practicant té incidència a la pràctica i desenvolupament en aquestes dues modalitats? *

- Sí
- No

Si la resposta anterior és sí, anomena quins factors creus que causen aquesta incidència.

Tu respuesta

ENVIAR

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google. [Notificar uso inadecuado](#) - [Condiciones del servicio](#)

Google Formularios

1.3. MODEL DE FITXA IDENTIFICACIÓ ENTREVISTES

CODI DE TRANSCRIPCIÓ ENTREVISTA

Data:

Lloc de l'entrevista:

Duració de l'entrevista:

DADES ENTREVISTAT/DA

Nom i cognoms:

Edat:

Sexe:

Estat civil:

Fills (número):

Professió:

Relació amb l'escalada/alpinisme:

1.4. MODEL DE CONSENTIMENT INFORMAT

MODEL DE CONSENTIMENT INFORMAT

Treball de Fi de Grau: “Factors que incideixen en l'accés a la pràctica dels esports de muntanya: anàlisi des de la perspectiva de gènere”.

Autora: María José Quero Trigo

Tutora: Marta Moragas i Rovira

Contacte: mariajoseqt@blanquerna.url.edu

Jo, accedeixo a participar en el Treball de fi de grau “Factors que incideixen en l'accés a la pràctica dels esports de muntanya: anàlisi des de la perspectiva de gènere”.

L'autora, María J. Quero, m'ha informat de totes les qüestions a tractar i de l'objectiu de la recerca, així també contestant possibles dubtes.

Per la qual cosa, accedeixo a participar i a que les meves respostes quedin enregistrades. Constant que la informació enregistrada s'emprarà únicament per aquesta recerca o possibles investigacions que es puguin derivar d'aquesta.

La informació donada en aquesta entrevista, quedarà emmagatzemada i s'utilitzarà en aquest treball mantenint l'anonimat i la confidencialitat de les respostes.

Atenent a la informació donada per l'autora i en conseqüència a aquesta, firmo per constatar la participació de forma voluntària i la autorització per tal de poder emprar la informació donada a la entrevista per desenvolupar l'estudi.

Data:

Signatura de la investigadora informant

Signatura del/la participant

1.5. UNITATS D'ANÀLISI DE LES ENTREVISTES REALITZADES

1.5.1. ENTREVISTA SUBJ. 1 (HAMATESC1)

Entrevistadora: D'acord, començarem parlant per la situació actual que tens a la pràctica esportiva l'escalada. En quin moment de pràctica esportiva d'alta muntanya o escalada estran trobes actualment?

HAMATESC1: Actualment practico quasi sempre escalada esportiva i trobo que és més referent al alpinisme o en escalada clàssica realitzo poca. De totes maneres, també va lligada a condicions climàtiques i ara quan arribi el fred suposo que ens hi tornarem a posar.

E.: Perfecte, estàs treballant?

HAMATESC1: Si treballo.

E.: I la teva feina té relació amb l'escalada o l'alpinisme?

HAMATESC1: (mmm) No, jardiner.

E.: I quin horari tens?

HAMATESC1: (aaah) Entre setmana de set a tres o de set a sis.

E.: I treballes els caps de setmana?

HAMATESC1: No

E.: El teu estat civil quin és?

HAMATESC1: Solter **E.:** I tens fills?

HAMATESC1: No

E.: Vius sol?

HAMATESC1: (ammm) Sí, comparteixo pis amb un parell de companys. **E.:** Quines càrregues a nivell

de feina domèstica o familiar tens?

HAMATESC1: Poques... poques...

E.: Fas alguna pràctica esportiva, és a dir, alguna a part d'escalar?

HAMATESC1: Alguna caminada entre setmana pel bosc.

HAMATESC1: Vale, ara parlarem una mica sobre com et vas introduir i de quina manera, amb quina gent,...

E.: En quin moment, com i a través de qui et vas introduir el món de l'escalada ei alpinisme?

HAMATESC1.: Vaig patir una lesió a l'esquena i el metge em va recomanar que practiquéssis esport i em va recomanar l'escalada. Que tenia força col·legues que practicaven... vaig començar-hi a anar i a partir d'aquí m'hi vaig enganxar.

E.: Vas pensar en deixar ho en algun moment?

HAMATESC1: Jo crec que no, perquè el fet d'anar a fer una activitat que t'agrada amb els teus amics t'ajuda a no deixar-ho. No ens ho preniem com a anar a fer esport, ens ho preniem com a anar a passar-ho bé. Amb el temps hem anat agafant com una manera de viure més o menys. Però el fet d'anar amb els amics ens va impedir que ho veiéssim com un intent de progressar i d'alguna manera ens ho passàvem bé.

E.: Si això ja serien motivant, i a part d'això vas tenir algun altre motivant?

HAMATESC1: Externs jo crec que no, sempre ha sigut a través d'anar escalant i anar coneixent gent que han acabat formant part del meu entorn i que també escalen, i doncs, et vas motivant i acabes dedicant-te quasi exclusivament escalar.

E.: Com et senties físicament al principi? psicològicament i emocionalment?

HAMATESC1: Al principi jo crec que no érem massa conscients del que estaven fent, i a nivell de seguretat com de tot. Anàvem allà, ens enfilàvem a la paret i baixàvem. I no érem conscient del que fèiem, llavors no teníem moltes sensacions. Algunes vegades teníem por però tampoc sabíem que teníem por. Dèiem que no podíem i baixàvem. No relacionàvem aquelles sensacions amb la por o simplement, no buscàvem solucions. No podem, doncs avall... Ha sigut més endavant, a mesura que hem progressat i aprenent que has anat veient que el perquè dels errors, en què falles i perquè i intentar-ho solucionar...

E.: O sigui, va introduir canvis de la teva vida?

HAMATESC1: Sí. En quasi bé tot els factors. Tot el que faig en el dia a dia va relacionat amb poder escalar i mantenir-me en forma per escalar. Tant a la feina com en les relacions d'amistat. Els meus amics que no escalen quasi bé no els veig mai i hem d'esforçar-nos tots per poder trobar un dia per poder quedar que no sigui cap de setmana o faci bon temps... Podríem dir que només els veig els dies de pluja (riu).

A part d'això, també a la feina tenia una actitud més despreocupada pel tema físic, ara en canvi vaig amb molt compte per prevenir qualsevol cosa possible que m'impedeixi escalar. Que més deia la pregunta?

E.: Més que res el canvis que t'ha suposat...

HAMATESC1: Ah, vale vale.

E.: Quins canvis així a la feina, relacions, etc.

HAMATESC1: Al final a la vida tenim prioritats, no? i hi ha un punt en què t'acaba pesant sempre més anar a escalar que fer qualsevol altre cosa. Però la resta de coses que feies ara les ocupes escalant no les fas. Així que trobar una mena d'equilibri per poder satisfer les teves necessitats de veure la família, els amics, i gent que també és important per tu que no pots coincidir amb ells quan vas a escalar. Un canvi bastant radical, també ha comportat deixar de sortir de festa del tot per els caps de setmana s'ha d'aprofitar per anar a escalar. No pots estar dormint un dissabte al matí (jajajaja). Ha canviat bastant la meua vida.

E.: Ara parlarem una mica del que és la pràctica a nivell de gestionar el teu temps i quines són les teves prioritats, que ja ho hem enfocat una mica ara però més directament.

E.: Aquest esport és prioritari per a tu?

HAMATESC1: Completament.

E.: Has hagut de renunciar a alguna cosa per la pràctica o l'entrenament?

HAMATESC1: (ahhmmm) Renunciar no és ben bé la paraula adequada, perquè com renunciar com que implica que no ho vols fer i jo tot el que no estic fent a canvi d'escalar ho estic fent voluntàriament i em sembla bé fer-ho. És un preu que s'ha de pagar, i es paga i punto, no tinc cap problema a pagar-ho. Segur que moltes coses que he hagut de renunciar veig menys a la meua família i veig menys als meus amics i els meus companys de pis gairebé no els veig... doncs, renunciés a moltes coses també. A plans que fa la gent i decideixes no anar-hi. I com és un ritme de vida molt diferent al que porta la gent que no escala renunciés en moltes coses però bé és el que deia abans que és un preu de s'ha de pagar, pagues i punto.

E.: El teu entorn proper (amics, familiars,..) comparteixen la teva afició?

HAMATESC1: Tinc alguns amics que escalen, a nivell de compromís molt més baix, doncs per ells sí que ha seguit sent una activitat de lleure, que van allà s'ho passen bé, escalen i estornen cap a casa. Algú comparteix de la meua família. Tinc un parell o tres cosins que són escaladors i a casa de jove mon pare havia escalat a nivell molt molt amateur, bueno amateur... a nivell zero (jajajajaj).

E.: Amb els anys la teua pràctica ha disminuït?

HAMATESC1: De moment no. De moment va en augment. Cada cop que passa escalo més, ja veurem fins a quin punt es manté aquesta pujada.

E.: Escalar ha participat en el teu desenvolupament personal?

HAMATESC1: Sí seguríssim. Ara potser ja no tant, va arribar un punt en què vaig començar a ser conscient de moltes coses del meu cos que abans era inconscient completament. Tant com és el meu cos físic i com sóc físicament i interiorment lògicament. Escalar m'ha ajudat molt a madurar com a persona, tot el tema d'afrontar les pors i les situacions que estan fora de la teua zona en confort. Al practicar escalada per a mi t'ajuda a saber-les afrontar millor, a perdre una mica la por a equivocar-nos i a caure. Són coses que passen i la qüestió és tornar-hi. També es va donar les circumstàncies que jo vaig començar quan tenia el meu pare amb una malaltia, Bueno tenia càncer el meu pare, i també em va ajudar molt a tenir un alliberament. En els moments en els quals jo estava escalant només pensava en això i no estava pensant en que el meu pare està morint i em va anar molt bé. Sí realment t'ajuda psicològicament si ets capaç d'analitzar les pors, surts més fort quan vas a escalar. Quan tornes a casa cada dissabte a la tarda ets més fort de lo que has marxat al matí.

E.: Creus que t'ha privat d'alguna cosa?

HAMATESC1: Sí, segur que sí però al no donar-li importància no sabia dir-te el què. Però segur que alguna cosa que he deixat de fer inconscientment per poder anar a escalar, seguríssim.

E.: Has hagut de interrompre la teua pràctica en algun moment per alguna raó?

HAMATESC1: Sí he tingut un parell de lesions derivades de la feina, dos accidents laborals però han sigut períodes curts en total sumen dues setmanes o així, que s'han fet dures de collons. És dur perquè no t'adones del que necessites anar a escalar cada cap de setmana, perquè és una rutina i vas i t'agrada i ja ho gaudeixes. Però en el moment en què no pots anar hi, és com deixar de fumar estàs de mal humor i no pots fer el que t'agrada, no acabes d'entendre el perquè. Amés les meves lesions no eren massa greus, era una infecció i un cop que em vaig donar. Són coses que no t'afecten, que no estàs cardadíssim

al llit, però no pots fer el que t'agrada fer i és una sensació que dius, ostia! Encara vull escalar més. Fa ràbia no poder escalar, a l'hora de tornar-hi i això unes ganes d'escalar que t'hi cagues.

E.: Osigui que vas poder tornar, no?

HAMATESC1: Sí sí, tenia moltes ganes. Sí que vaig poder tornar, tenia moltes ganes de tornar i ho estava esperant, que em donessin l'alta per poder tornar a escalar. Suposo que si parléssim de lesions de més llarga durada potser seria diferent. En aquest cas no vaig tenir dificultats per tornar, gens ni mica. Les ganes van poder amb tot.

E.: Ara parlarem una mica de les facultats necessàries per a la pràctica i quin referents tens sobre l'escalada.

HAMATESC1: Vale

E.: Què creus que és necessari a nivell psicològic per l'escalada?

HAMATESC1: Crec que al principi, si estem parlant d'una iniciació, és només tenir curiositat o ganes de provar-ho i si tens ganes ho proves i les sensacions que tens ja et faran saber si vols seguir esculant i segueixes si has gaudit el primer dia. També hi ha un tema, de les ganes de superar-se d'un mateix. Moltes vegades si vas amb gent que no hi va sovint o que és el primer cop diuen la frase aquella de: no puc, no puc. Quan vas a escalar amb algú que no em diu el no puc i penses, aquest tio té ganes de fer l'esforç i es superen. Per tant jo crec que és tenir ganes i anar hi. I sempre amb algú que en sàpiga garantir que ho fas tot segurament sense cometre cap imprudència. Ganes i algú que et supervisi

E.: I a nivell físic creus que hi ha algú necessari?

HAMATESC1: Home, com més en forma estiguis més fàcil serà. Però no és cap impediment, un tio de 121kilos patirà el doble que un tio que pesi 60. Però clar, podràs pujar igualment segur, potser en vies de menys grau però podràs realitzar algun tipus de via seguríssim, en menys grau, però podràs fer el que vulguis.

E.: Quina és la teva motivació quan vas a escalar?

HAMATESC1: Ahmm, jo crec que és diferent depenent l'activitat. Quan anem a fer esportiva l'objectiu és superar-te a tu mateix, escalar vies més difícils que les que has escalat anteriorment. També hi ha èpoques que em ve de gust una escalada on haig d'apretar més i altres que em ve de gust fer alguna via més tranquil·la, per sota del nivell assolit. Depèn molt de l'objectiu i el dia. Si vaig a fer una via llarga, una agulla a Montserrat, l'objectiu és arribar a dalt i sempre de la forma més polida possible. Si pots escalar en lliure tots els llargs, millor que millor. Intentar escalar en l'estil més pur possible i no fer coses rares, sinó és com si no haguessis escalat ben bé la via. I has arribat a dalt, sí, però per mi no de

forma adequada. Quan vas a fer alpinisme, com és una cosa molt tècnica i que domino poc també, el meu objectiu és arribar a dalt i gaudir fent-ho. Encara no estic en un nivell d'exigir-me fer les coses correctament, intento anar el més polit possible, però com el meu nivell no és suficientment bo, si no es pot no es pot.

E.: Quina és la teva meta a l'escalada?

HAMATESC1: És una cosa que no m'he plantejat mai a la vida, de moment ho faig perquè és el que més m'agrada fer.

Sí que és veritat que a tu mateix a vegades et dius, abans d'acabar l'any vull estar fent això o allò. O aquest hivern vull provar de fer una via que tinc controlada no sé, són més objectius a curt termini, certes vies que et criden l'atenció, escalar unes agulles que em ve de gust fer, més que metes de dir... jo no sóc una persona competitiva, i el que és competició purament no m'interessa així que mai diré que vull guanyar el campionat de no sé què m'és absolutament igual. Jo mentre m'ho estigui passant bé no tinc un objectiu així final. És una cosa meva més que de cara a l'exterior, vies que vull fer, i que tinc pendents, i millorar. Molta gent no sap ni el que vull fer, jo ho penso, ho provo i si ho veig possible ho provaré fins al final. I si no surt a final d'any, ja sortirà al gener, tampoc passa res (jajajaj).

E.: Tens algun referent? Em pots nombrar algun?

HAMATESC1: Això també torna a ser un altre cop una mica rotllo el que comentàvem abans que depèn de què hi ha gent que destaca més o menys. Hi ha gent molt bona fent escala esportiva i son boníssims, costarà trobar algú tant bo com ells. Però com més referents aquests pillo penya més propera que conec, que he pogut xerrar amb ells, i amb les seves idees i formes de veure- ho t'acaben fent que tu vegis les coses diferent, per exemple el Bru Bosom o Roger Cararach, que el Bru és un amic i Roger és un amic del grup. Fan alpinisme de molta dificultat i són molt bons i xerres amb ells i veus que són... la seva forma de veure l'alpinisme i l'escalada, això sí que inspira això sí...no voler ser com ells però et fan reflexionar, fan pensar, dius hòstia! Sempre que vas a xerrar amb ells d'aquests temes aprens un munt en referents per més gent així més propera que són molt bons i segurament en l'anonimat la gran majoria de gent fan una feina molt ben feta.

E.: Ara parlarem una mica de la situació de la dona a l'escalada, d'acord? Penses que la dona no és tant present com l'home a la pràctica d'aquest esport?

HAMATESC1: Jo crec que no, és bastant una cosa... osigui, objectivament podria ser que menys dones que homes aconseguixin certs objectius però ser objectius del rotllo els catorze vuit mils hi ha molts més homes que dones els han pujat. Però jo crec que és més un tema que no ho ha fet perquè no ha interessat o perquè no han pogut... no m'estic explicant bé.

Segurament hi ha gent menys dones que estiguin fent esport sí.

E.: I quines podrien ser les raons de que no hi hagi potser tantes dones practicant escalada?

HAMATESC1: No ho sé... es que no tinc clar, si que hi ha moltes dones que practiquen l'escalada. Moltes dones tenen un altíssim nivell tant d'escalada com d'alpinisme de dificultat i hi han moltes, moltes dones. De fet hi ha dones que han fet primers hivernals de vuit mils. Jo crec que és un tema potser d'interessos, no? Potser per algun motiu donat perquè no han tingut opció d'interessar-s'hi o entrar-hi o perquè no els interessa de moment no ho practiquen, perquè no crec que l'esport en sí sigui gens limitant per qüestions de sexe. L'esport en si, l'activitat física en si no crec que sigui laminant però sí que és veritat que hi han menys dones que homes que han aconseguit objectius que coneixem tots.

E.: Creus que hi ha algun factor que limiti a la dona en aquest fet, osigui, a fer les mateixes vies, a estar en el mateix nombre presents?

HAMATESC1: Jo crec que físicament no, a l'hora de vies d'escalada esportiva de dificultat jo crec que no hi ha cap. Les diferències que hi poden haver físiques queden compensades entre uns i altres. Jo crec que no hi ha molta diferència i s'està demostrant que hi ha dones que tenen encadenades vies de màxima dificultat esportiva, llavors jo crec que no, que l'entorn hi ha altres factors derivats com podria ser la maternitat per exemple. Potser sí que les impedeix durant un temps realitzar, és un exemple clar, són nou mesos que no pots fer esport fins ara. I contant que el dia 1 que tens el fill et desentens i et poses a escalar (jajajajaja). Segur que ja has perdut moltes coses. Segur que hi ha coses que els impedeix una mica.

E.: Penses que s'hauria de fomentar la pràctica femenina?

HAMATESC1: Penso que s'hauria de fomentar la pràctica femenina sí, però igual que la masculina també. I no crec que s'hagués de fer una diferenciació concreta perquè jo crec que no crec que sigui un problema que no que les dones ho hagin de fer perquè no és un problema certament perquè van igual que els homes.

Jo crec que s'hauria de fomentar prou tots dos costats.

E.: Has presenciat alguna vegada alguna situació de desigualtat, masclisme, etc. ?

HAMATESC1: Descaradament no, tot i que sempre alguna vegada se senten els típics comentaris entre alguns menyspreant la seva condició física. Però una cosa deliberada que haguessin impedit fer qualsevol cosa per ser dona, no.

E.: Explica'm la teva millor experiència i la teva pitjor experiència en el món de l'escalada.

HAMATESC1: Potser la millor experiència segurament sigui el fet de vèncer la por, de dir bua es que sí

que puc pujar però la por m'impedeix pujar i al final poder resoldre aquest problema i tirar endavant és segurament el millor que treus. Superar-te a tu mateix i fora de la teva zona confort hi ha un munt de coses que pots fer i que no fem per por. És el més positiu segurament. Com més negatiu, em costa trobar algun negatiu, alguna vegada fent via llarga per exemple, passar molta molta molta por, no saber, portar la por gairebé a l'ansietat no saber gestionar el fet d'estar molt fora de la zona de confort i que la situació et bloquegi. Un dia estàvem escalant una via que era una via clàssica, però era curteta i al final vam calcular malament el temps i se'ns va fer de nit i el meu company de cordada estava anant a la reunió, estava fent l'últim llarg abans d'acabar havia i jo assegurant en una repisa molt còmode, bé, i el fet de no trobar els parabolts i nosabia on tibar. Jo no el veia perquè estàvem en un desplom, i el fet de que no podia fer res per ajudar-lo. L'únic que feia és que si queia el recolliria i em va començar a fer sentir la sensació de pèrdua de control i d'això una por extrema no justificada que acaba derivant en ansietat. Aquest potser és el pitjor record però tampoc és una cosa que m'arrepenteixi, ho vaig saber gestionar amb encert vam superar i quan va baixar amb els companys ho vam estar parlant.

En el fondo, a no ser que sigui una lesió molt severa, no crec que hi hagi res que pugui ser una mala experiència, tot, et vingui com et vingui ho has de poder mirar i buscar coses en positiu perquè segur que en pots aprendre.

E.: Ara et llegiré un fragment. I després de llegir tant m'agradaria que em digués que et suggereix.

HAMATESC1: Estic completament d'acord amb el que diu el text en veritat, la reflexió aquesta de les dones escriuen sobre les dones és bastant veritat, perquè bé pot ser que sigui perquè sinó ningú escriu sobre elles. Jo crec que actualment ara mateix a nivell de resultats de màxim nivell hi ha una equiparació molt molt igual i no hi ha una diferència entre el que fan els homes i el que fan les dones. Per tant, estic d'acord amb què diu el text però crec que ara potser ha quedat una mica obsolet tal com estem ara mateix o a dia d'avui que estem a la par realment, se'ls valora igual. Potser tenen menys repercussió mediàtica però a part d'això estem al mateix nivell.

E.: Així estaríem amb la entrevista, moltes gràcies.

HAMATESC1: De res

1.5.2. ENTREVISTA SUBJECTE 2 (DPROFESC2)

"Em vaig fer mal a un dit i vaig deixar de competir, però tornaré"

"Visc amb els pares, no tinc gaires càrregues domèstiques"

"Em vaig introduir a través del meu pare"

"Sempre m'havia agradat l'escalada, no se'm donava molt bé al principi però mai vaig pensar en deixar-ho"

"Actualment els meus amics escalen, el meu nòvio escala, tot ha canviat per l'escalada, és la meua vida"

"És prioritari per mi"

"He renunciat a sopar amb les amigues, per entrenar. Prefereixo fer altres coses"

"La meua pràctica ha augmentat amb els anys"

"He après com a persona, abans era més competitiva, ara ja no".

"M'ha privat de sortir de festa, de compartir estones amb les amigues però no ho considero com alguna cosa negativa"

"Qualitativament psicològicament crec que s'ha de ser conscient del que estàs fent i físicament ha de tenir força, ha de tenir resistència... Flexibilitat també"

"Ho faig perquè em fa feliç"

"Com a qualitat essencial crec que és estar bé amb tu mateix"

"Referents: Tots els escaladors famosos, però també amb tota aquella gent que vaig a escalar perquè al final s'esforcen igual que els bons. Com a escalador referent, l'Adam Ondra i com a dona, la Janja".

"Són constants, tenen molt equilibrades les qualitats, són molt complets"

"Crec que hi ha una diferència pel que fa a les dones en el nombre de presència. A la uni estàvem tractant aquest tema i al final va quedar com que l'escalada es veu com un esport d'homes i les dones doncs ho veuen així i no... no els motiva. També és veritat que els homes tenen més facilitats al final, com és la força. Però també les dones tenim altres punts forts com és la flexibilitat, força de dits..."

"Sí que hi ha diferències, la diferència bàsica és la força. Però quant a força de dits nosaltres en tenim més, ells tenen més força bruta"

"Sí, s'ha de fomentar la pràctica i més ara que serà un esport olímpic. Per exemple, jo sempre que vaig a escalar mai vaig amb dones, i entrenar entreno sola o amb nois"

"Per exemple, quan vaig a entrenar a algun rocòdrom que ningú em coneix i faig un bloc que algun noi no l'hi surt sempre em miren malament com, ella sí i jo no".

"millor experiència encadenar una via que em feia molta il·lusió i compartir-ho amb els meus amics i amigues"

"La pitjor quan em vaig trencar el peroné escalant"

FRAGMENT: "em ve al cap que no hi ha igualtat a l'escalada"

1.5.3. ENTREVISTA SUBJECTE 3 (DAMATESAL3)

Cap de setmana lliure + parella + fill parella 8 anys

"En teoria està molt repartit entre els dos, càrregues domèstiques"

"practico tennis a part de l'escalada i alpinisme"

"m'ha agradat escalar des de petita però a casa meva no els hi agradava, vaig començar amb 13-14 anys amb els barrancs al centre excursionista de Torrella, però com que ballava a una companyia que cobràvem i després competint al tennis. Fins a adolescent uns 19 anys no m'hi vaig centrar"

"No he pensat a deixar-ho en cap moment"

"Em motiva la natura, que és una cosa que pots fer tu però necessites d'altra gent, i no només és fer l'activitat sinó el que involucra fer l'activitat... implica un estil de vida"

"Físicament, psicològicament i emocionalment em sentia molt bé"

"Primer em va donar estabilitat, harmonia... em sentia molt millor en comparació amb altres esport. Lluites molt, tothom a donar el màxim"

"Canvies una mica el teu entorn d'amic, per algú que és del món de la muntanya és incompatible que no vingues del món de la muntanya, perquè és un estil de vida"

"He agut de renunciar a molts sopars, sortir de festa, sí que renunciés a coses. A la comoditat, la vida de muntanya és molt tirada".

"Entre setmana vull escalar per poder anar el cap de setmana, entrenar una mica entre setmana. Sortir pitant de la feina per anar a escalar. És difícil"

"La meva parella sí que està relacionada amb el món de la muntanya. Els meus amics i la meva família són del món de la natura al ser d'un poble petit... senderisme i tal... però no de l'escalada"

"és intermitent no és que redueixis sinó que passes com per èpoques de pràctica, algunes vegades més altres menys"

"Escarlar m'ha ajudat en el desenvolupament personal, veus les coses amb altres perspectives. Jugar-te la vida i que l'altra persona t'estigui assegurant i tingui la vida a les seves mans"

"L'escalada no m'ha provat de res, sí que per exemple en el tema de la maternitat sí que es contempla. Saps que aquest tipus d'esport no el podràs fer tot el temps, i quan neixi la criatura no el podràs fer fins X temps"

"vaig parar per lesions, però vaig poder tornar-hi. És un esport desagraït, però sempre em torno a lesionar quan arribo al 6b/6b+)."

"Psicològicament crec que has de ser una persona molt conscient de les teves limitacions, tenir

paciència amb tu i amb la resta i no tenir molta por, Bé ser conscient del perill"

"Físicament depèn, pels primers nivells no fa falta molt. A partir d'un 6a/6a+ necessites tenir un cert físic i tècnica, Bé i alçada"

"Quan vaig a entrenar la motivació que tinc és el cap de setmana i no només això, sinó escalar. És de les poques activitats que estic totalment concentrada i també, l'esperit de superació"

"Qualitat essencial, la dedicació, que siguis insistent"

"Com a meta, m'agradaria arribar a tenir el màxim nivell que pugui tenir però sense haver d'entrenar cada dia. Que pugui fer qualsevol via llarga"

"Referent, l'Albert Crusat. El sharma, Sasha Diguilian, etc." "La qualitat que més destacaria és que està com un llum i que és un tipus que és enginyós, és molt segur, és molt clar". "Em dona seguretat".

"Tradicionalment, hi ha més nois que noies però crec que és de les pràctiques que més repartit està. La raó pot ser la història, però el grau que s'ha assolit és el mateix. L'hi manca la força, és molt tècnic però exigeix molta força i les dones han d'entrenar més"

"la pràctica femenina s'hauria de fomentar sempre, però justament a l'escalada... a l'alpinisme sí s'hauria de fomentar perquè no hi ha gairebé dones que ho facin". "L'alpinisme és molt més sacrificat, el fred i tot"

"No he viscut cap situació de rebuig o masclisme però sí que he presenciat actituds de jo anar amb nois, perquè sempre vaig a escalar amb nois normalment, i quan ve una noia nova la tracten com molt princesa, diferent"

Millor experiència lligada a superació, jugar-se la vida, allaus, de les millors experiències. I escalada amb gel amb el Cursats. I en escalada el primer 5è que vaig obrir a 100 metres"

"Pitjor experiència, algun accident, sempre és més aprenentatge i que forma part dels mateixos esports però com a pitjor experiència la del fred"

FRAGMENT: "Bé, estic d'acord. Ja sé quin llibre és, sí això en tots els àmbits. Ni tan sols existirà el gènere, serà igual. Les gestes no seran d'una dona o d'un home sinó d'una persona".

1.5.4. ENTREVISTA SUBJECTE 4, LYNN HILL (traducció de l'anglès) (DPROFESCA)

"Em trobo realitzant un projecte que és una pàgina web d'escalada, sobre tècnica i consells d'entrenament. Està enfocat a la iniciació en escaldada. També faig algunes conferències i alguns sponsors. A més a més, estic arreglant una part de casa meva que ofereixo com a Arib&b, tinc obres a casa i això" "Realment segueixo escalant, però tinc altres objectius i formes d'entrenar".

"El meu fill té 16 anys i viu amb mi, per entrenar quan era més petit a la guarderia del rocòdrom i els viatges llargs a vegades es quedava amb amics meus. El seu pare es va desentendre bastant d'ell"

"En aquests moments prefereixo dedicar temps a estar amb el meu fill, fer viatges més curts i més a prop, intento quedar-me el màxim possible"

"Em vaig introduir a través del nuvi de la meva germana i ella quan era bastant jove, em van fer pujar a una paret sense jo saber-ne res, i és clar anàvem amb tascons, no com ara, i vaig pujar sense saber ni que havia de fer amb el material. La meva germana també escalava amb la seva parella, que realment era la que dedicava la vida a això".

"No vaig deixar-ho al començament ni en cap moment que no fos una lesió o perquè estava fent diners per escalar més. Em feia feliç i la curiositat i com em sentia em feien seguir endavant"

"Vaig canviar el meu mode de vida per poder escalar"

"La meva motivació és l'entorn, la bellesa dels paisatges. Per exemple, a aquesta casa que visc tinc unes vistes increïbles a la muntanya. Em fa feliç. Algunes vies quan dormies a dalt i veies sortir el Sol, la muntanya majestuosa..."

"No és una prioritat perquè no utilitzo aquesta paraula. No crec a posar per davant les coses ni en donar més importància, sinó que gestionar el temps segons les necessitats i voluntats"

"No vaig haver de renunciar a res perquè la meva vida es va anar adaptant a l'escalada, i l'escalada era el que volia fer, per tant tot era en aquest objectiu, no vaig renunciar a res"

"la meva manera d'escalar ha canviat, ha reduït intensitat i el tipus de pràctica i s'ha anat adaptant a la meva vida, però no he parat d'escalar".

"Sí que ha suposat un gran fet pel meu desenvolupament personal"

"Segur que em va privar d'alguna cosa però no vaig donar-li gens d'importància"

"Vaig parar d'escalar només per lesions, o quan no podia pel meu embaràs, però igualment feia coses en relació"

"No tinc referents com a tal, hi ha gent que escala molt bé com l'Adam Ondra, o moltíssimes dones que escalen i ho fan de forma impressionant. Però en general, m'agrada veure com la gent escala. Ara per exemple, que es tornarà una disciplina olímpica, veure la dificultat dels blocs o com ha canviat l'escalada m'encanta, com distorsionen els blocs per complicar-ho i els jocs de moviments que crea".

"Psicològicament ha de tenir clar perquè vols escalar aquella via, per impressionar a algú o per tu... Jo quan tinc la via al davant és el que em motiva. Penso "wow" i miro la paret i sé que pujaré... "mediation climbing", pensar a escalar i res més".

"Físicament hi ha gent que està molt forta, però hi ha moviments que no pot realitzar. Jo per exemple, faig poc més d'1,50 i no tinc les mans molt grans i això hem dificulta algunes preses (fa el gest) però sí la flexibilitat per algunes posicions o les mans petites que s'adapten a alguns forats on altres homes no els hi cap. Cap qualitat és essencialment imprescindible, és adaptar les teves qualitats"

"Prefereixo entrenar directament a la via"

"Avui en dia el que realment m'importa és amb qui escalo i a on"

"És important confiar en la persona que t'assegura, que el lloc sigui maco. Aquí al costat de casa meva hi ha una roca que m'agrada molt i l'important és anar a escalar amb qui riguis i ho passis bé. Gaudir

de l'entorn i passar una bona estona"

"M'agrada viatjar per trobar aquesta variabilitat de roca"

"La qualitat essencial per escalar és quan hi ha una motivació de tot cor. Per exemple, quan vaig escalar la primera via en lliure, The Nose a Yosemite, volia fer això perquè pensava que era una cosa que empoderaria a les dones, a part d'això pensava que era important per mi perquè seria la primera ascensió en lliure, la primera persona que ho feia. Era una cosa que volia compartir, era una motivació per mi però també pels altres".

"És una bona excusa per viatjar i conèixer cultures"

DONES

"Sí, estan amagades en l'escalada. Sempre ha estat un esport d'homes, i ells han tingut el control i el poder d'aquest món i perquè l'havien de donar a les dones"

"Els homes volen que la dona s'integri i això, però en el moment de la unitat quan han de pagar més a un home o una dona per exemple, pagaran més a l'home"

"Encara que les dones estiguin lluitant i estigui avançant seguim en desigualtat""La dona ha de treballar una mica més sempre per aconseguir el mateix"

"Les dones necessiten més suport per qualsevol cosa"

"jo sóc dona d'una generació on els homes pensen que nosaltres hem d'assumir totes les càrregues dels nens però realment no és just"

"físicament, si són escalades menys verticals o més tècniques les dones tenen més facilitat, en canvi quan són desplomes són més fàcils pels homes. Sovint els escaladors diuen "això és una escalada de ties" quan es torben amb vies així"

"Però els detalls tècnics són igual d'importants que saber utilitzar el cos"

"Capacitat psicològica igual que els homes, però jo crec que les dones som més pacients i ens beneficia en esports com aquests". "També els homes tenen més ego. Es crea una necessitat de fer les coses com un home i realment no és així ni és necessari"

"encara que un home pugui saltar més lluny per la seva musculatura, per estar més fort, hi ha molts factors i tots són importants per escalar"

"en els gimnasos d'escalada s'ofereixen classes només per dones i cursos, serveis com per exemple guarderia. És important per les dones, amb això no vull dir que només les dones s'ocupin dels seus fills"

"Si la comunitat és oberta i s'obre, la comunitat escaladora s'obre sempre a tothom, no hi ha una discriminació i en el Senegal és una comunitat molt liberal, inclús amb transgènere"

"en el passat els homes deien que les dones s'havien de quedar a casa. En esports més perillosos hi han menys dones com l'escalada en gel o l'alpinisme perquè les dones som més conscients quan hi ha un risc. Pot ser per biologia, el fet de ser mares, que vols veure créixer els teus fills, etc. I els homes no

veuen com un gran obstacle. No hi ha grans dones que vulguin fer free solo a Yosemite, jajajaj tot i que crec que homes tampoc".

"Nosaltres som diferents, la nostra manera de gestionar el risc per exemple".

"Quan estava començant a competir recordo una competició que no volien dir quan pagaven a cadascú, home i dona" "En competició sí que he vist algunes coses que mostren diferències"

"Però en roca actualment alguna parella on el noi té més experiència i ell no té ganes d'ensenyar-li i crea una mala experiència cap a ella i la posa en situacions on pot crear un trauma, acabar plorant... Però no ho veig sovint, són situacions fora i dins de l'escalada normalment"

"una experiència maca, tornar a fer The Nose amb la Nina Capresse, Vam tenir un moment molt emocional que no m'esperava, jo no sóc de plorar però quan vam arribar a dalt de la via, la Nina es va emocionar molt i va plorar, jo també. Realment feia un mes que estàvem entrenant juntes i compartint moltes emocions, com sol passar en una via llarga. Vam estar un mes escalant juntes, coneixent-nos"

"Però bon moment en qualsevol lloc maco per escalar, quan sento que estic escalant bé, fluïnt... sense sabotejar-me a mi mateixa"

TEXT

"És important tant homes com dones facis activitats junts perquè ens podem complementar molt bé, m'agradaria pensar que en el futur hi haurà tants homes com dones. Tot i que també ara passa"

"No és la mateixa exacta però hi ha molta igualtat, per exemple en un rocòdrom. Som menys dones, però arribarà un moment que sigui igual. És un molt bon esport per les dones i les nenes".



Il·lustració 5. Fotografia durant l'entrevista per Skype amb Lynn Hill des de Boulder, Colorado (EEUU).

1.5.5. ENTREVISTA SUBJECTE 5 (HAMATESAL5)

"Entre combinar trabajos y estudios puedo ir a escalar muy poco. Mi oficio tiene relación, pero no puedo ir a escalar, es como vendedor"

"Tengo muchas cargas a nivel domestico"

"Fitness y running a veces, cuando tengo tiempo"

"Me introdujo a través de mi papa"

"No pensé en dejarlo, me motivaba con la gente que iba, me lo pasaba muy bien, mi familia"

"Se hacía lo que podía, pero no era una carga, poco a poco. Emocionalmente siempre alegre, era pasarlo bien siempre que tenia tiempo libre"

"El circulo de amigos cambió, todos los amigos que no iban a escalar y no coincidían a escalar, mi circulo cambio"

"Este deporte es una prioridad para mí"

“He tenido que renunciar a alguna relación, pero nada importante”

“En mi entorno cercano todos comparten la afición, para mí es una prioridad”

“A día de hoy mi practica ha reducido por los estudios”

“no me ha privado de nada, porque hay tiempo para todo”

“No tuve dificultades cuando he pausado la escalada para retomarlo”

“a nivel psicológico creo que es necesario ser cabezón o persistente, es insistir por todas las veces que fracasas”

“A nivel físico sigue siendo insistir, si quieres progresar tienes que intentar las cosas una vez y otra”

“me motiva desconectar de todas las obligaciones, es mi espacio de respirar”

“cualidad esencial, la tranquilidad, no entrar en pánico”

“Referente, gente que conozco: mi padre, todo el círculo: Joaquín Olmo... No son famosos pero para mí son importantes, me fijé. Cuando yo empecé no habían grandes estrellas”

“valoro la manera que tenían ellos de entender la escalada y la montaña, que no era tanto un deporte como es ahora”

“Ahora menos, antes se notaba mucho que habían menos mujeres”

“Ahora está muy igualado, antes era más porque eres una chica con un grupo de chicos estaba mal visto, ahora no. También como chica irte una semana o un mes solo rodeada de tíos también te podía cohibir un poco. Te podía cohibir el ser un entorno de hombres”

“yo creo que no”

“Se debería fomentar, hay grupos de chicas que hacen cosas muy bestiales pero casi todas las actividades son más de tíos. También las revistas dan más bombo a las cosas que hacen los chicos”

“Algún comentario cuando hay una chica escalando y no puede. No animan de la misma forma. Tampoco nada grave”.

“La peor fue cuando me caí y me rompí la muñeca, pero tampoco es un trauma. Me caí, recuperé el largo y rapelamos”

“La mejor, la primera vez que hice un 8a. Más que la primera vez que hice un 8b”

“Cuando estuve escalando en las agujas detrás del Montblanc, por el entorno sobretodo. Dices uaaaaa, es disfrutón” no sabría con que quedarme

FRAGMENTO: sería igualdad. Todo se valorase por lo que hace independientemente del texto, es lo que me sugiere.

1.6. ANÀLISI EXCEL REFERENTS ENQUESTA

ADAM ONDRA	8
ALEX HONNOI	7
ALEX HUBER	1
ALEX MENGONI	2
ANGY EITER	1
ARACELI SEGARRA	1
BARBARA ZANON	1
BRU BUSOM	1
CATHERINE DEBAILLON	2
CHRIS SHARMAN	3
EDURNE PASARIN	1
EL MEU COSÍ	1
ERIN HORST	1
ESCALADORS I ESCALADORS	1
FERRAN RODRIGUEZ	1
GERMANS POISSON	3
JOHN BACHAR	1
JORDI PONS	1
JORDI SANS	1
KILIAN JORNET	3
LYNN HILL	3
MARC TORALLA	1
MARGO HAYE	2
MARIA QUERO	1
MAURIZIO ZAI	1
NINA CAPREZ	1
NINA WILLIAMSON	1
NONAKA MIHARA	1
NÚRIA PICAS	2
OLFGANG GIJSSBERG	2
PATXI USOBIA	1
PAU ESCALER	2
REINHOLD MENZ	1
ROGER CARAP	1
SASHA DIGIULIO	2
SEAN VILLANUEVA	1
SENSE REF.	3
SHAUNA COX	1
TOMMY CADWELL	2
UELI STECK	4
	80

13/41 PERSONES NOMENEN A DONES PROMIG DE REFERENTS: 2
 14/40 REFERENT DONES 23/80 DONES

3/41 SENSE REFERENTS
 3R REFERENT MÉS REPETIT = DONA (LYNN HILL)

EL 31.70731707317073% DELS SUBJECTES NOMENEN UNA DONA
 EL 12.195121951219512% DELS SUBJECTES NO TENEN REFERENTS
 EL 56.09756097560976% DELS SUJECTES NOMENEN UN HOME