

---

**El camino de las preseas mundiales: Tres peldaños para Yoelmis**

25/10/2013



Muchos desconocen la realidad de cada deportista cubano a la hora de enfrentar la competencia fundamental del año. Sin embargo todos los amantes del deporte en Cuba exigen resultados a nuestros deportistas al máximo nivel. En ese sentido el pesista Yoelmis Hernández Paumier (25 de abril de 1986) no ha defraudado, pues acaba de materializar en Polonia su tercer eslabón de podio en lides universales, nuevamente en la modalidad de envión, amparado en esa potencia de piernas envidiable, su arma fundamental a la que acudió para alzar 208 kilogramos esta vez.

Pudiera parecer que entre Yoelmis y yo queda poco de que hablar, pero no. Siempre le saco algo a nuestras conversaciones. En ocasiones me descubre cuando llego al gimnasio del Cerro Pelado. Sucede que es de esas personas inquietas por naturalezas, al punto de que una bicicleta de carrera constituye su medio de transporte, como un bici-volador en los límites de la Escuela de formación de alto rendimiento.

Pero vayamos al grano. Su historia la comenzó a tejer en Goyang, Sudcorea 2009: allí comandó el grupo B con biatlón de 367 (162-205), entonces tenía 23 años y en la elite de su división les confieso era un completo desconocido.

Poco menos de 12 meses bastaron para catapultarse y exigir respeto entre forzudos. Antalya 2010 según el propio Yoelmis confesó, marcó su momento deportivo de mayor gloria, solo comparado con el nacimiento de su hijo Kevin Yoelmis. Lógico, nunca antes ni después ha elevado sobre sus hombros 374 kilogramos (164-210).

El brillo de su plata en Turquía, bien merecido. Sirvió de pie forzado para futuras hazañas, ser visto como

contendiente en cualquier latitud. Allí incluso fue el de menor peso corporal entre los inscritos en el apartado B, apenas 83.05 kg.

Como si estar a la sombra de los “monstruos” le imprimiera una especie de poder sobrenatural. Tanto así que su secuencia fue perfecta, a tono con lo proyectado por sus mentores Jorge Luis Barcelán y Vicente Gálvez: arranque (152-158-164), envión (200-206-210).

Ya en París 2011 no podía despistar ni al menos pinto de la paloma. En el apartado A pulseó como siempre, sin estar en su mejor forma, pues al certamen del orbe solo lo separaron dos semanas de los XVI Juegos Panamericanos de Guadalajara y encima su espalda baja no estuvo completamente a punto durante toda la campaña. Si a eso le sumamos el peso corporal... ¿El saldo? Bronce en el llamado clean and jerk con 205.

## AVATARES VS. PREPARACIÓN EXITOSA Y... TRIUNFO

Hay dos handicaps que han marcado la carrera de Yoelmis, además de la posible aparición de una lesión o molestia: su peso corporal y la flexibilidad de sus tobillos, esencialmente a la hora de ejecutar movimientos de arranque.

Esos pudieran decirse son algunos de sus avatares, a los que en ocasiones, —sin el mero afán de justificar—, se adicionan cuestiones de otra índole, como preocupaciones externas, alimentación, el acceso a todos los recuperantes requeridos.

El 2013 en este sentido puede catalogarse como un año de pasos firmes e iniciados con el pie derecho si de argot popular se trata. Pocas interrupciones, título continental de la disciplina 360 (160-200) como buen presagio de su futura actuación mundialista, base de tres semanas en tierra venezolana cuyo objetivo, al decir del propio Barcelán se cumplió con creces y estribaba en:

“El plan de entrenamiento, centrado en lograr altos volúmenes de trabajo con intensidades pequeñas, tuvo como proyecciones llegar en la mejor forma al certamen universal de Polonia, previsto para celebrarse entre el 16 y el 27 de octubre próximos, y luego continuar el engranaje rumbo a los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz 2014; cita regional a la que asistiremos con siete hombres. Gracias a la gestión del Ministerio de Deportes de Venezuela, y de la misión Barrio Adentro, pudimos cumplir lo previsto en el gimnasio de la Universidad Politécnica Andrés Bello Blanco, de Barquisimeto, Estado Lara”.

Luego vino otra gestión fortuita, esta vez en coordinación con la comitiva ecuatoriana, y Barcelán y Yoelmis recalaron en España por período de otros 21 días. Optimización de la forma deportiva era un pensamiento que no se sacaba ninguno de los dos de entre ceja y ceja, hasta que este 25 de octubre dieron fe estrategia y alumno en la arena polaca: el primero diseñando las cargas a levantar, el segundo, materializándolo sobre la plataforma.

Sin pedirle peras al olmo, pues aún el arranque de Yoelmis dista de los punteros de su división logró su mejor alzada en ese movimiento con 165 kg. Luego se aferró al envión de 208 para acortar distancias pero en definitiva culminó en el quinto escaño de la clasificación general individual, respaldado por 373 kg y airoso ante sus adversarios perennes, pues la flexibilidad no le jugó una mala pasada y su desempeño a la hora cero fue con 84.34 kg, lo que nunca. Le antecedieron por ese orden el ruso Apti Aukhadov 387 (175-212), subcampeón olímpico de Londres 2012, el búlgaro Iván Markov 381 (175-206), subtitular europeo en la presente campaña y

quinto en la capital británica, y el aún juvenil Artem Okulov 381 (172-209), titular universal en dicha categoría y subcampeón de las Universiadas de Kazan en este 2013, igualmente defendiendo los colores de Rusia, y el polaco Adrian Zielinski 380 (175-205), todos bien curtidos en confrontaciones bélicas de palanqueta.

En definitiva el cinco marcó a nuestros dos representantes en la competición. Parto de que tanto Yoelmis como Lázaro Maykel Ruiz 275 (122-153) sellaron performances de relieve, en una edición 80 de estas justas, —nacieron en la ciudad del Big-Ben en 1891—, que únicamente ha deparado medallas para 14 naciones, y coronas en poder de cuatro, con China a la cabeza (5-1-2), Rusia (3-2-2) y la República Popular Democrática de Corea (1-5-0) a la vanguardia.

Yoelmis se afianza, peldaño a peldaño materializa su estabilidad en la crema y nata universal de los 85 kg. Hasta ahora son tres sus escalones de nombre medallas. Esperemos escale más.

---