

UNIVERSIDAD MONTEÁVILA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

ESCUELA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

ELABORACIÓN DEL DOCUMENTAL “EL SUEÑO OLÍMPICO”

Autor:

Sevilla Brand, Rubén Alfonzo

Tutor:

Profesor Pedro García

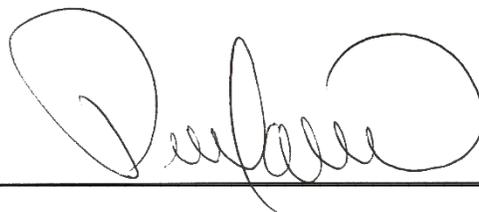
Asesor:

Profesor Sergio Monsalve

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi carácter de tutor del Proyecto Final de carrera presentado por el ciudadano Rubén Alfonzo Sevilla Brand, para optar por el título de Licenciado en Comunicación Social, considero que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Caracas, a los 12 días del mes de marzo de 2020

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Pedro García', is written over a solid horizontal line.

Profesor Pedro García

C.I. V-6.242.402

ÍNDICE GENERAL

1. Resumen. _____	4
2. Presentación del proyecto. _____	4
3. Manual de producción. _____	6
3.1. Pre-Producción. _____	6
3.1.1. Cronograma. _____	6
3.1.2. Planteamiento Estético. _____	6
3.1.3. Sinopsis. _____	8
3.1.4. Idea, tema y argumento. _____	8
3.1.5. Personajes. _____	9
3.1.6. Escaleta. _____	10
3.1.7. Preguntas. _____	11
3.1.7.1. Entrevista a Emmanuel Pacheco. _____	11
3.1.7.2. Entrevista a Elbano Villarreal. _____	12
3.1.7.3. Entrevista a Wilfreddys León. _____	12
3.1.8. Guion de Montaje. _____	13
3.1.9. Permisos. _____	15
3.2. Producción. _____	15
3.2.1. Plan de Rodaje. _____	15
3.2.2. Informe de Equipos. _____	15
3.3. Post-Producción. _____	15
3.3.1. Flujo de Trabajo. _____	15
3.3.2. Informe de Recursos. _____	16
3.3.3. Propuesta de Musicalización . _____	16
3.3.4. Informe de Corrección de Color. _____	17
3.3.5. Informe de Imagen Gráfica. _____	17
3.3.6. Presupuestos. _____	17
3.4. Conclusiones. _____	17
3.5. Recomendaciones. _____	18
3.6. Referencias. _____	18
3.7. Anexos. _____	20

RESUMEN

En “El Sueño Olímpico” damos un vistazo a la vida de Emmanuel y de las razones que tuvo para romper su ciclo olímpico para los Juegos de Río 2016 desde un punto de vista personal, acompañado de expertos en el tema que explican con mayor detalle los obstáculos que todo atleta venezolano debe afrontar para representar el tricolor frente a los mejores del mundo en la mayor competición atlética del mundo.

PRESENTACION DEL PROYECTO

Este año se celebran las olimpiadas en Tokio y hay grandes expectativas internacionales de los resultados que darán los atletas venezolanos. Sin embargo, hasta la fecha sólo dos competidoras han clasificado para atletismo.

Una de ellas es Yulimar Rojas, que logró batir el récord mundial en el triple salto en pista bajo techo en febrero de este año, alimentando los sueños de miles de venezolanos que todos los días entrenan y se imaginan a sí mismos en sus zapatos.

Lamentablemente, para la mayoría de los atletas venezolanos este sueño nunca se hará realidad.

Las condiciones económicas y sociales de nuestro país truncan hasta el mejor de los esfuerzos para ser el mejor y conseguir batir las marcas. Tan sólo con visitar el Estadio Olímpico de la Universidad Central de Venezuela, el Instituto Nacional de Deporte o el Estadio Brígido Iriarte y comprobar el estado de las instalaciones y la pista se puede reparar que Venezuela ya no es una potencia deportiva.

En cambio, ahora los atletas élite deben salir del país para culminar su preparación, ya que allí es donde cuentan con la infraestructura, los entrenadores y los especialistas que están a la vanguardia en el deporte.

El presente trabajo audiovisual muestra desde la piel de un atleta de alto rendimiento de una de las universidades más prestigiosas del país las dificultades que vive para lograr entrenar y buscar conseguir las marcas clasificatorias de las olimpiadas.

Hoy en día la situación económica y social de Venezuela hace que para los jóvenes sea cuesta arriba prepararse para lograr cumplir con los tiempos estipulados para clasificar a las competiciones internacionales.

Para un atleta de este nivel, la preparación se vuelve su trabajo pues deben entrenar hasta ocho horas al día, siendo difícil para ellos lograr estudiar o trabajar a la vez. Además, requieren una alimentación especializada de acuerdo a su disciplina y momento de preparación en que se encuentren, complementada con suplementos y recuperantes que lo ayudarán a evitar lesiones y a desarrollar su máximo potencial.

La finalidad de este trabajo documental es exponer al público en general los retos que enfrenta día tras día un atleta élite, con la esperanza de motivar al Estado y organizaciones privadas a hacer más inversiones en atletismo para que las próximas generaciones de jóvenes venezolanos gocen de mayores oportunidades que la juventud actual.

PROPUESTA

- **PIEZA FINAL**

El documental “El Sueño Olímpico” está disponible en el siguiente [enlace](#).

- **MANUAL DE PRODUCCIÓN**

1. PRE-PRODUCCIÓN

a. Cronograma:

Ver Anexo 1

b. Planteamiento Estético

En “El Sueño Olímpico” es un documental donde a través del uso de la narrativa convencional se logra contar la historia de su protagonista.

Se decidió hacer el trabajo de manera expositiva, buscando usar la voz para conducir la historia y dejando la imagen en un plano de soporte para complementar lo que el narrador expone ya que se prefirió utilizar el relato de la entrevista al protagonista como hilo conductor de la historia. Así mismo, se planteó una narrativa aristotélica pues ésta permite contar una historia y que sea comprendida en su totalidad más fácilmente.

Esta pieza estaría clasificada dentro de la corriente del Free Cinema, pues se acerca a la cotidianidad de los personajes anónimos de la sociedad narrando un relato que puede no ser muy popular en la mayoría de los públicos, además de utilizar recursos técnicos mínimos para lograr un film de muy bajo presupuesto.

Se hace uso de planos generales y planos de conjunto para la descripción del espacio que rodea al protagonista y las acciones que éste realiza, a la vez que se usan planos medios para hacer énfasis en la narración. Estos planos van acompañados en algunos casos por movimientos físicos u ópticos para apoyar la idea descrita en la narración.

Se hace una especie de paralelismo entre lo que narra el protagonista y lo que se ve cuando corre. Esto se evidencia cuando cuenta que solía correr en la madrugada y se hace una transición al *cañal* donde sale corriendo en la noche; también cuando comenta que el atleta busca patrocinarse él mismo cuando carece de apoyos y se ve en un plano general cruzando una intersección, solo y vulnerable; y al relatar su relación con el atletismo, en el instante que dice que llega un momento que se quiere retirar se observa claramente como cambia la sonrisa y la postura de su cuerpo.

Cabe destacar que esta actuación no fue orquestada por el director, sino cuidadosamente seleccionada entre decenas de otros actos documentados al compartir con el protagonista durante la pauta.

Sirvieron de inspiración tres documentales que abordan la historia de sus protagonistas de una manera parecida. É pues usan el esquema narrativo convencional para transmitir el relato de sus atletas de manera ordenada y eficiente, permitiendo al espectador conocer la información gradualmente sin complicaciones. desarrollando una línea de tiempo cohesiva a partir de las voces en off de las entrevistas y haciendo uso eficiente de los planos y la música para generar empatía en el público por los sentimientos y las vivencias que suceden. Estos tres documentales son: *El Sendero Luminoso* (Renan Ozturk – 2014), *Meru* (Jimmy Chin, Elizabeth Chai Vasarhelyi – 2015) y *Forgiving Pipeline* (Tay Steele – 2018).

c. Sinopsis :

“El Sueño Olímpico” es un documental que nos invita a conocer parte de la vida de Emmanuel, el capitán de la selección de atletismo de la Universidad Simón Bolívar, que desea batirse contra los mejores del mundo en las Olimpiadas del 2024. Acompañado a personajes importantes para el atletismo venezolano, logran esbozar algunos de los múltiples obstáculos que todos los competidores deben superar si aspiran a competir en este alto compromiso.

d. Idea, Tema y Argumento :

La idea matriz de la pieza surgió al conocer el atleta Emmanuel Pacheco en un evento social y conversar sobre las dificultades de un atleta élite para realizar su deporte con un buen rendimiento a pesar de los impedimentos que la falta de apoyo por parte del Estado pueda ocasionar.

El declive en los deportes de alto rendimiento se empezó a ver desde principios de la década con la merma en el rendimiento de los atletas venezolanos, como muestra una estadística de los últimos tres juegos centroamericanos y del caribe:

- Mayagüez 2010: 322 medallas en total, 114 oros.
- Veracruz 2014: 245 medallas en total, 56 oros.
- Santa Marta 2018: 155 medallas en total, 34 oros.

Y también se evidencia en la cantidad de atletas clasificados para las olimpiadas, en este momento sólo se encuentran clasificadas Rosbeilys Peinado y Yulimar Rojas en la disciplina de atletismo, mientras que para los Juegos Olímpicos de Río habrían clasificado quince en esa misma disciplina.

Sólo con visitar los estadios y ver el estado de las pistas y las instalaciones se puede concluir que el deporte en Venezuela no es lo mismo que hace unos años.

La crisis económica ha permeado de tal manera en la sociedad que deportes relativamente accesibles, como el atletismo, se han tornado complicados de practicar debido a la dificultad de conseguir dinero para renovar zapatos y ropa deportiva, pues el costo de éstos puede ser mayor que veinte sueldos mínimos.

A esta problemática se le agrega la de la comida, pues según el Colegio Americano de Medicina del Deporte, cuando un atleta consume menor cantidad de calorías que la que ingiere está comprometiendo su rendimiento y negándose los beneficios del entrenamiento. Ya que el cuerpo usará la grasa y el tejido magro (músculo, hueso) para producir energía. Si se pierde mucho tejido magro se podría perder también fuerza y resistencia, a la vez que se ponen en riesgo los sistemas inmunológico, endocrino y musculoesquelético. Si la canasta básica para una familia de tres integrantes es el equivalente a 60 sueldos mínimos, es improbable que muchas familias puedan mantener a sus jóvenes deportistas bien alimentados.

El presidente de la Federación Venezolana de Atletismo asegura que para un atleta completar su formación es necesario que salga de Venezuela y, de hecho, las dos atletas que lograron la marca para clasificarse a Tokio hace años que ya no entrenan aquí.

e. Personajes :

- Emmanuel Pacheco: Protagonista. Corredor élite representante de la selección del Estado La Guaira y capitán de la selección de atletismo de la Universidad Simón Bolívar.
- Elbano Villarreal: Entrenador de atletas de alto rendimiento de la Universidad Simón Bolívar. Especialista en maratón.
- Wifreddys León: Presidente de la Federación Venezolana de Atletismo y exatleta de la selección nacional.

f. Escaleta :**ESC 1 – EXTERIORES – UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR - DÍA.**

Emmanuel se encuentra en la pista de la Universidad Simón Bolívar calentando para entrenar, cuenta cómo empezó su vida como atleta y de cómo empezó su interés por las olimpiadas. Su entrenador, Albano Villarreal, comenta la dificultad de entrenar para esta competencia debido al ciclo de clasificaciones que se deben de superar.

ESC 2 – INTERIORES – MISIÓN VIVIENDA PLAYA GRANDE – DÍA Y NOCHE.

El protagonista nos lleva a casa de su tía en La Guaira, nos presenta a su familia, muestra parte de su rutina y muestra unas fotos de competencias pasadas en la computadora.

ESC 3 – EXTERIORES – LA GUAIRA – DÍA.

Después hace un paseo por La Guaira y cuenta cómo su entrenamiento se ha visto afectado por sufrir de epilepsia y de la vez que tuvo que cortar su ciclo olímpico debido a esta enfermedad.

ESC 4 – INTERIORES – OFICINAS FVA – DÍA.

Hacemos una visita a las oficinas de la Federación de Atletismo de Venezuela, donde su presidente comenta sobre lo que necesita un atleta para llegar a los altos niveles de competencia que acarrearán unos juegos olímpicos.

ESC 5 – EXTERIORES – LA GUAIRA – DÍA

Se recorre La Guaira al ritmo de Emmanuel, nos da su opinión sobre el trato de los atletas en su universidad y en su selección estatal para luego hablar sobre la dificultad de ser atleta y no contar con el apoyo suficiente.

ESC 6 – EXTERIORES – POLIDEPORTIVO Y ADYACENCIAS EN LA GUAIRA – DÍA.

Emmanuel explica cómo siente su pasión por el atletismo y finaliza afirmando su convicción para asistir a los juegos olímpicos del 2024.

ESC 7 – EXTERIORES – UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR – DÍA.

Por último, el entrenador hace unas acotaciones importantes con respecto al caso de Emmanuel y de cómo debe ser realista con su situación.

g. Preguntas :

- ENTREVISTA EMMANUEL PACHECO:

1. ¿Desde hace cuánto tiempo estás corriendo?
2. ¿Empezaste entrenando fútbol sala y terminaste en atletismo?
3. Cuando empezaste en el atletismo, ¿qué pruebas hacías?
4. ¿Qué significa doblar?
5. ¿En qué momento te diste cuenta que querías ir a las Olimpíadas?
6. ¿Cuánto venías haciendo en 1.500m?
7. Extrapolando tus 31m30s en 10k a 1500m, ¿cuánto estarías haciendo?
8. ¿Y cuánto están pidiendo para Tokio?
9. Debes de bajar más o menos un minuto...
10. ¿Tú empezaste el ciclo olímpico para Tokio?
11. ¿Cuándo tenías que comenzar y cuándo lo empezaste?
12. ¿Qué te pasó en cuestiones de salud?
13. ¿Sigues trabajando?
14. En esa época que trabajaste, ¿estabas estudiando?
15. Me comentaste que tuviste una época en la que te daban ataques de ansiedad, ¿en algún momento te consultaste con un psicólogo?
16. ¿Sabes cuál era la causa de esa ansiedad? ¿Tendrá que ver con el atletismo?
17. ¿En qué época?
18. ¿Y cuándo cortaste tu ciclo olímpico?
19. Ahora, el ciclo para las olimpíadas del 2024, ¿cuándo lo vas a empezar?

20. ¿Qué competencias tienes planificadas para el primer trimestre del 2020?

21. Me comentaste sobre una competición universitaria en febrero...

- ENTREVISTA ELBANO VILLARREAL:

1. ¿Desde cuándo entrena usted a Emmanuel?
2. Especialmente en estos cuatro años que lleva entrenando a Emmanuel, ¿cómo ha visto usted su progreso de cómo empezó con respecto a como esta ahora?
3. ¿Qué es un macrociclo?
4. ¿Usted personalmente tiene alguna experiencia internacional?
5. ¿Alguna vez usted ha entrenado a alguien que haya logrado llegar a las Olimpiadas?
6. ¿Qué opina usted de la ambición de Emmanuel de lograr competir en los Juegos Olímpicos del 2024?

- ENTREVISTA WILFREDDYS LEÓN:

1. ¿Cuántos atletas van a las olimpiadas de Tokio 2020?
2. ¿En cuáles disciplinas destacan los venezolanos?
3. ¿En cuáles otras disciplinas se destacan los venezolanos?
4. ¿Qué otros atletas podrían entrar por Ranking?
5. ¿Dónde entrenan los atletas?
6. ¿Ya se sabe de algunos atletas que vayan a debutar en las Olimpiadas?
7. ¿Ahora hay algún atleta que tenga la posibilidad de ir que esté viviendo aquí en Caracas?
8. ¿A dónde podría ir yo a conocer a algunos de estos entrenadores que están preparando a atletas que vayan a Tokio?
9. Entonces todo este proceso lo realizan los atletas una vez que están en el equipo...
10. ¿Se les da algún tipo de sueldo o incentivo a los atletas que están aspirando?
11. Y los fondos para este centro de alto rendimiento...

12. ¿Desde hace cuántos años existe este centro y desde hace cuánto está financiado por el gobierno?
13. ¿Usted considera que el atletismo en Venezuela en las últimas 2-3 décadas ha mejorado?
14. ¿Los atletas reciben algún tipo de ayuda psicológica?
15. ¿Cuál es el mayor reto que los atletas en Vzla deben superar para llegar a ser olímpicos?
16. ¿Qué le recomendaría usted a una familia venezolana que esté formando un joven con la intención de que sea olímpico?
17. ¿Sabe usted qué hacen las familias para llevar la disciplina tan rigurosa de un atleta?
18. -Es común ver a atletas venezolanos patrocinados?
19. ¿Qué marcas u organizaciones están patrocinando atletas venezolanos ahora?
20. Cuando un atleta viaja, ¿va solo o con el entrenador?

h. Guion de Montaje:

ESCENA 1

Empieza con unas frases estadísticas en fondo negro para llamar la atención de la audiencia e introducir la historia. La pantalla negra se funde a un par de tomas de ubicación y luego se da pie a la voz en off de Emmanuel contando la introducción a su vida y al mundo del atletismo, que acompañado por las tomas de apoyo de él calentando y concluyen la presentación del personaje principal. Luego se presenta Elbano Villareal, su entrenador, y comenta un poco sobre el ciclo olímpico y el apoyo familiar que todo atleta requiere.

ESCENA 2

Secuencia de planos del protagonista desde que llega a su casa, mostrando su familia y actividades que realiza en el hogar.

ESCENA 3

Comienza con una cita referente a la adversidad por un corredor/entrenador famoso y luego con una voz en off de Elbano y una música triste. En esta escena Emmanuel habla sobre su enfermedad y de cómo afecta su entrenamiento. Sale corriendo bien o mal, de acuerdo a lo que esté contando. Se finalizará con otra frase inspiradora dicha por algún corredor/entrenador famoso.

ESCENA 4

Al principio de muestra una toma de ubicación y luego el presidente de la Federación Venezolana de Atletismo explica varios factores claves de por qué el atletismo de alto rendimiento es tan exigente. Se usará una música de guitarra suave y melancólica que cambiará hacia el final para resaltar algún aspecto importante de la entrevista.

ESCENA 5

Secuencia de planos de Emmanuel recorriendo La Guaira y con voz en off comentando sobre su falta de apoyo. Hacia el final empieza una pista musical para empezar a cambiar la disposición hacia un desenlace.

ESCENA 6

Secuencia de planos de Emmanuel recorriendo la Guaira con una cara más fresca, con una voz en off cuenta lo que el atletismo significa para él. Se utiliza un música suave de fondo. Culmina con una frase estadística.

ESCENA 7

Planos medios y cerrados de Elbano hablando sobre su opinión de los retos que Emmanuel se plantea. Termina con unas fotos de Emmanuel y un par de datos sobre su carrera.

i. Permisos

Ver en carpeta de Anexos.

2. PRODUCCIÓN

a. Plan de Rodaje

Ver Anexo 2.

b. Informe de Equipos

- Cámaras: Canon EOS 6D, Canon EOS Rebel T5, GO PRO Hero 4 y Canon Power Shot A4000 IS.
- Ópticas: Canon 16mm-35mm f/2.8, Canon 50mm f/1.8, Canon 70mm-200mm f/4, Canon 18mm-55mm f/3.5-5.6 y ópticas integradas.
- Micrófonos: Rode VideoMic GO y micrófono lavalier genérico.

3. POST-PRODUCCIÓN

a. Flujo de Trabajo

1. Observar el material completo una primera vez.
2. Pietar las entrevistas.
3. Observar el material completo una segunda vez, anotando frases importantes y el momento que las dicen.
4. Hacer un borrador de guion escrito.
5. Montar el borrador en una secuencia nueva de Premiere Pro.
6. Exportar una vista previa en baja resolución.
7. Consultar con tutor y recibir recomendaciones.

8. Montar segunda edición con recomendaciones.
9. Exportar un segundo borrador en baja resolución.
10. Consultar con tutor y familiares y recibir recomendaciones.
11. Montar tercera edición con recomendaciones.
12. Agregar SFX y musicalizar.
13. Consultar con tutor, familiares, amigos y colegas y recibir recomendaciones.
14. Montar cuarta edición con recomendaciones.
15. Colorizar.
16. Exportar versiones finales. Una en alta y otra en baja resolución.
17. Ver detalladamente por última vez tratando de notar cualquier error.
18. Subir a Youtube.

b. Informe de Recursos

- Hardware: Laptop Lenovo Y510P con procesador Intel Core i7-4700MQ de 2.40GHz, 8gb de memoria RAM y tarjeta de video Nvidia 650GTM.
- Software: Adobe Premiere Pro, TOPAZ Video Enhance AI.

c. Propuesta de Musicalización

Teniendo en cuenta que el documental cuenta una historia de un fracaso, se optó por utilizar música suave y melancólica. En algunos fragmentos se prefirió silenciar la música y dejar la voz en off nada más para acentuar el sentimiento de la toma.

Las pistas empleadas fueron:

- Pista: [Le Gentil & the Transit of Venus](#)
Artista: Rob Scallon
- Pista: [Trust](#)
Artista: MrBusiness
- Pista: [Woods](#)
Artista: Federico Fabbiano

- Pista: [Chill Acoustic](#)
Artista: Oak Studios

d. Informe de Corrección de Color

Se realizó una corrección del color mínima en las tomas que carecían de suficiente contraste.

Se prefirió dejar una tonalidad neutra para conservar una estética cruda que permita al espectador concentrarse en la acción y el testimonio y no en la apariencia cinematográfica de los planos.

e. Informe de imagen gráfica y animación

Con la finalidad de mantener una apariencia limpia y sencilla, se trató de utilizar la menor cantidad de títulos e inserts necesarios para designar personas y éstos fueron diseñados de tal manera de contribuir con la imagen minimalista del documental. Se aprovechó la utilización de pausas en el testimonio para agregar citas que aportaran a la historia.

f. Presupuestos

El proyecto audiovisual documental “El Sueño Olímpico” no contó con presupuesto al ser una producción sin mayores dificultades técnicas o logísticas.

g. Conclusiones

El principal aprendizaje obtenido fue en el área de post-producción, pues se implementó un sistema que logró agilizar mucho los procesos de creación del guion

y montaje. Dicho sistema consistió en pitar las entrevistas y anotar las frases importantes, con el fin de luego poder armar un esqueleto de guion fácil y rápidamente.

Otro aprendizaje que vale la pena destacar radica en saber identificar los respiros que necesita el espectador y darle las pausas adecuadas que le permitan asimilar la información de manera más organizada y fácil.

El tercer aprendizaje que deja este proyecto es el de saber soltar el material que no aporta a la historia sin importar lo bueno o entretenido que sea.

h. Recomendaciones

Se podría optimizar la pre-producción de manera de pautar a todos los entrevistados en una sola semana, o dos, con el fin de agilizar los tiempos de producción.

Es importante continuar la implementación del sistema que se usó para clasificar la información relevante ya que permitió reducir en gran parte los tiempos de producción.

Al exportar una secuencia con videos estabilizados hubo un problema que el programa dejaba de responder, pero se solucionó al aislar el video en cuestión, exportarlo aparte y luego exportar la secuencia completa, sustituyendo el video que presenta problemas con su versión ya renderizada.

i. Referencias

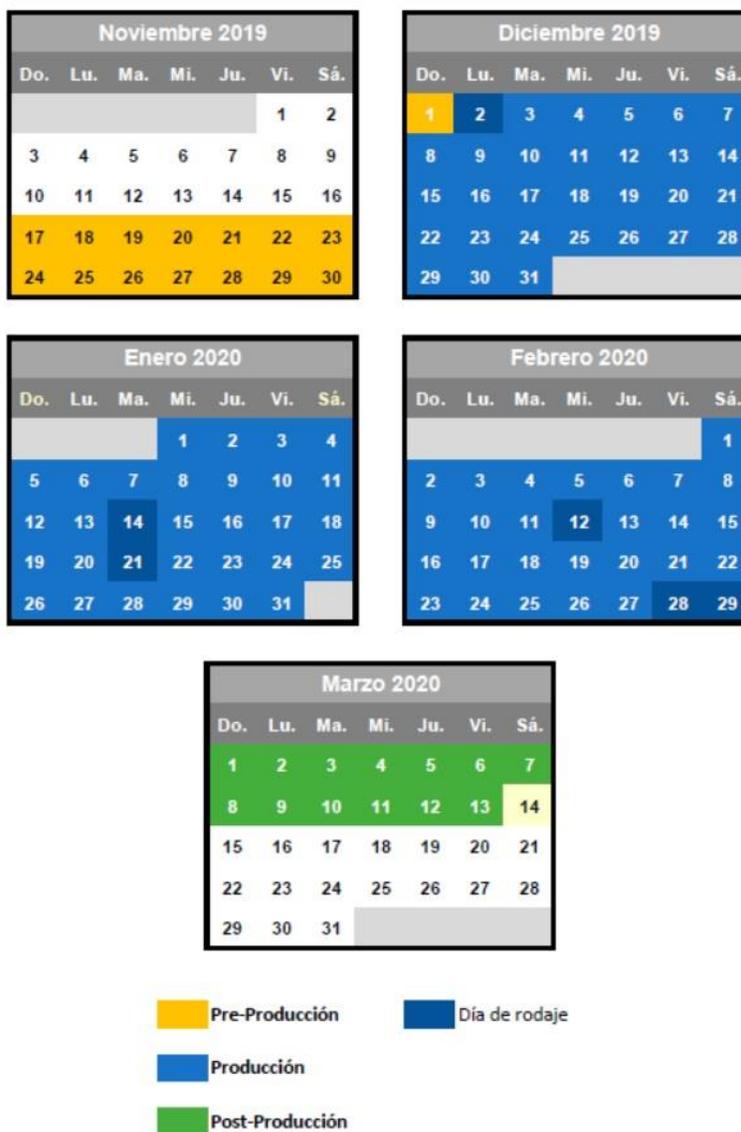
- Carrión Pedro Hernández. (1996). *Imagen y sonido* (1st ed.). México, D.F.: Alhambra Longman.
- CENDA - Resumen Ejecutivo - Canasta Alimentaria de los Trabajadores. (2020). Recuperado el 12 de marzo de 2020, de

http://cenda.org.ve/fotos_not/pdf/CENDA.RESUMEN_EJECUTIVO.CAT_ENERO_2020_WEB.pdf

- Davis, J. (2016). How Often Do You Have to Replace Running Shoes? Recuperado el 12 de marzo de 2020, de <https://runnersconnect.net/how-long-before-you-have-to-change-running-shoes/>
- Dupin, C. (s.f.). Recuperado el 12 de marzo de 2020, de <http://www.screenonline.org.uk/film/id/444789/index.html>
- González, F. (2019). ¿El deporte en Venezuela vive el peor momento de su historia? Recuperado el 12 de marzo de 2020, de <https://latinamericanpost.com/es/27150-el-deporte-en-venezuela-vive-el-peor-momento-de-su-historia>
- Nichols, B. (2001). Introduction to documentary. Bloomington: Indiana University.
- Press.Olympian DatabaseFacts about the Olympics - choose your perspective. (s.f.). Recuperado el 12 de marzo de 2020, de <http://www.olympiandatabase.com/>
- Palumbo, C. M., Schaaf, P. M., Kalman, D., & Anding, R. (2009). Nutrition and Athletic Performance : Medicine & Science in Sports & Exercise. Recuperado el 12 de marzo de 2020, de https://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/2009/03000/Nutrition_and_Athletic_Performance.27.aspx
- Peña, F. (2019). La encrucijada del atleta venezolano: el silencio o el colapso. Recuperado el 12 de marzo de 2020, de <https://prodavinci.com/la-encrucijada-del-atleta-venezolano-el-silencio-o-el-colapso/Venezuela> - Atletismo.
- Venezuela en los XVIII Juegos Bolivarianos (s.f.). Recuperado el 12 de marzo de 2020, de <https://www.juegosbolivarianos2017.gov.co/deporte/esquema/3/organizacion/356/deporte/1278>

j. Anexos

Anexo 1:



Anexo 2.

Plan de Rodaje													
	Día	Fecha	Hora	Tiempo	Escena	Lugar	Exteriores	Interiores	Diurno	Nocturno	Cámaras	Micrófonos	Trípodes
1	Lunes	2/12/2019	9:00am	60 minutos	4	FVA	-	x	x	-	2	1	2
2	Martes	14/01/2020	7:00am	60 minutos	1,3,6,7	USB	x	-	x	-	1	2	1
3	Martes	21/01/2020	3:30pm	45 minutos	Eliminada	UCV	x	-	x	-	1	2	1
4	Miércoles	12/2/2020	4:00pm	60 minutos	Eliminada	UCV	x	-	x	-	1	1	1
5	Viernes	28/02/2020	4:30pm	360 minutos	2,3,5,6	La Guaira	x	-	x	x	2	-	-
6	Sábado	29/02/2020	9:00am	60 minutos	3,5	La Guaira	x	-	x	-	2	-	-