



## **EVOLUCIÓN DEL REGLAMENTO OFICIAL DE LUCHAS OLÍMPICAS Y SUS CONSECUENCIAS SOBRE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES Y HABILIDADES TÉCNICO-TÁCTICAS**

*Evolution in the official Olympic wrestling regulation and its impact on the physical  
fitness profile and technical/tactical skills*

José María López-Gullón  
Alberto Martínez-Abellán

Recibido: 25/11/2010  
Aceptado: 06/12/2010

Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia. España

Correspondencia:

Dr. José María López-Gullón  
E-mail: luchamurcia@gmail.com

### **Resumen**

La Federation Internationale de Lutte Amateur (FILA), principal organismo responsable de los diseños de la Lucha Olímpica desde 1912, ha llevado a cabo numerosas modificaciones del reglamento oficial de este deporte, propiciando que la Lucha actual sea sustancialmente diferente de la que se combatía a comienzos del Siglo XX. Estas modificaciones se han centrado principalmente en el establecimiento de un sistema cerrado de categorías de peso y en la disminución del tiempo de combate así como de cada uno de los periodos que lo componen. Estos cambios del reglamento han propiciado un mayor equilibrio del potencial físico entre rivales, un control estricto sobre los programas de competición, una disminución de las probabilidades de lesión o daño físico de los luchadores, así como un aumento del porcentaje de rendimiento que depende de las habilidades técnico-tácticas y psicológicas que demuestre cada rival sobre el tapiz. En esta revisión se detallarán pormenorizadamente estas modificaciones del reglamento de forma cronológica y las implicaciones que todas ellas han tenido sobre la lucha Olímpica del Siglo XXI.

*Palabras clave:* Libre Olímpica; Libre Femenina; Greco-romana; combate; torneo.

## Abstract

The Federation Internationale de Lutte Amateur (FILA), the lead agency responsible of the Olympic Wrestling since 1912, has carried out numerous modifications of the official wrestling rules. These changes have also promoted a very different wrestling style compared to the beginning of the twentieth century. This update has been mainly focused on establishing a strict weight class system as well as the reduction in the duration of combats and their respective periods or bouts. Furthermore, these rules changes have led to a better balance out in the physical characteristics between wrestlers, a tight control on the tournament programs and schedules, a decrease in the risk of injury or physical damage between counterparts, as well as an increase in the percentage of performance that depends on technical and psychological skills. In this review the authors aim to perform a chronological description of these rules changes as well as the consequences that these modifications have promoted on the Olympic Wrestling of the XXI century.

*Key words:* Freestyle; female wrestling; greco-roman, combat, tournament

## Introducción

La lucha puede considerarse la más antigua forma de combate que existe y uno de los deportes que acompaña al hombre desde épocas ancestrales. Ningún país puede afirmar con datos fidedignos ser el creador de este deporte. La lucha fue una de las primeras modalidades que tomaron parte en los Juegos Olímpicos de la antigua Grecia en el 776 a. C y, desde su renacimiento en 1896, también ha estado presente en los Juegos Olímpicos modernos con la única excepción de París 1900 (Coulon, 1962; Stromback 1987; Chiu, 2005). En los primeros Juegos Modernos de 1896 celebrados en Grecia solo estuvo presente la especialidad de lucha Greco-romana para unirse posteriormente la especialidad de Libre Olímpica masculina en los Juegos de San Luis 1904 (Coubertin, 1973; Stromback, 1987). Cien años después de la introducción en el programa olímpico de la especialidad de Libre Olímpica, la lucha mundial entró en una nueva era con el reconocimiento de la lucha Libre Femenina como una disciplina de pleno derecho en el programa olímpico de los JJOO de Atenas en 2004.

### Evolución del Reglamento

Este deporte de combate se fundamenta en un sistema de categorías por pesos que trata de equilibrar el potencial físico entre rivales, y de esta forma disminuir las probabilidades de lesión o daño físico de los luchadores así como de aumentar el porcentaje del rendimiento que depende de las habilidades técnico-tácticas y psicológicas que demuestre cada rival sobre el tapiz. Para Amador (1996) los deportes de lucha se definen como “Juegos deportivos de confrontación bipersonal que se desarrollan en un espacio común y estandarizado; con interacción de oposición, generalmente directa y cuyo blanco es siempre el cuerpo del adversario, conforme a las reglas de competición de cada modalidad”. Más concretamente, Gresser (1994) define la lucha olímpica como “Un cuerpo a cuerpo directo, sometido a unas reglas de juego, en el que el cuerpo es a la vez blanco y medio de acción entre dos individuos que buscan simultáneamente llevar al suelo al otro, controlarle y colocarle sobre la espalda (dos omoplatos) sin hacerle daño en un espacio delimitado y durante un tiempo determinado”.

La modalidad de Lucha Olímpica posee actualmente tres especialidades incluidas en el programa olímpico: Grecoromana, Libre Olímpica Masculina y Libre Femenina. Ambos estilos de lucha (Grecoromana y Libre) se diferencian principalmente por el uso de las piernas. En lucha Grecoromana los contendientes deben aplicar todas las presas y agarres por encima de la cintura, no permitiéndose el uso de las piernas para puntuar o defenderse. Por el contrario, en el estilo de Libre Olímpica las piernas son un elemento más de ataque y defensa. La variante femenina de este estilo se ha denominado Lucha Libre Femenina o simplemente Lucha Femenina (International Federation of Associated Wrestling Styles, 2009).

La Federación Internacional de Luchas Asociadas (FILA) se creó en 1912 (Suecia) y es el organismo internacional que dirige el deporte de la Lucha. FILA fue creada con el principal objetivo de trazar reglas claras y precisas que pudieran estandarizarse e internacionalizarse para la práctica de la lucha en todo el mundo. Para alcanzar este objetivo, la federación internacional se ha visto en la imperiosa necesidad de transformar las reglas que rigen este deporte a través de los años. Estas modificaciones se han centrado principalmente en los siguientes aspectos:

#### *El pesaje*

Desde 1912, en el deporte de la lucha siempre ha sido obligatorio realizar un pesaje oficial de todos los contendientes para poder establecer su categoría de peso de competición, y a partir de ese momento efectuar el sorteo y establecer los emparejamientos de cada una de las divisiones. No obstante, el tiempo que separa este pesaje oficial y el comienzo del torneo sí que ha sufrido importantes cambios en la historia moderna de este deporte.

Durante los años comprendidos entre 1912-1987, el pesaje oficial se efectuaba el mismo día de la competición y todos los días que duraba la misma. El primer día, el pesaje comenzaba cuatro horas antes del primer combate, y el resto de días de competición comenzaba tan sólo dos horas antes. Posteriormente, el pesaje del segundo y tercer día de competición se estableció con un margen de apenas 30 minutos antes de comenzar la jornada de competición.

En enero de 1987, el pesaje comenzó a efectuarse el día antes de comenzar el torneo, entre las 18:00-20:00. El resto de días de competición el pesaje oficial se realizaba una hora y media después de que finalizase el último combate de cada división. En 1997 FILA tomó la decisión de efectuar un solo pesaje el día antes de comenzar la competición entre las 18:00-20:00, limitando la competición a un máximo 2 días por división. Actualmente el pesaje oficial se realiza el día anterior al comienzo del torneo, entre las 18:00-20:00, limitando la competición a un solo día por división.

#### *Las categorías de peso*

Las diferentes categorías de peso que componen el programa de los Campeonatos del Mundo y Juegos Olímpicos también han sufrido considerables cambios en los últimos años:

En Estocolmo 1912, en los primeros JJOO reglados por FILA, se establecieron 5 categorías de peso y únicamente se competía en lucha Grecoromana. En 1904 se establecieron las mismas categorías de peso, pero esta vez se incluyó la especialidad de Libre Olímpica. En 1921 se incluyó una sexta categoría de peso en ambas disciplinas, y en Londres 1949 se subió a 8 categorías de peso. En la olimpiada de Tokio 1964 se añadió una más (categoría de +97kg) y en México 1968, tomando como justificación la altitud de la ciudad, se establecieron 10 categorías. Finalmente, para los JJOO de Atenas 2004, y debido a la incorporación de la Lucha Femenina en el programa Olímpico, la lucha masculina pasó a disponer de

7 categorías tanto en Libre Olímpica como en Grecorromana para todos los campeonato internacionales, continentales y Juegos Olímpicos. Por su parte, en Lucha Femenina se establecieron 4 categorías de peso en los JJOO y 7 en torneos internacionales y continentales.

#### *Duración de los combates*

La duración total del combate, de los periodos que lo componen y del tiempo de recuperación entre estos ha sufrido importantes cambios en los últimos años, cambios que han propiciado modificaciones determinantes en las capacidades físicas y las acciones técnico-tácticas condicionales del éxito en lucha.

En los primeros años de práctica de este deporte, hasta 1912, el tiempo de duración de un combate podía ser ilimitado, a un número establecido de caídas o tocados. Con este sistema de competición se produjeron situaciones extremas de duración de combate. Por ejemplo, el combate entre el ruso Martin Klein y el finlandés Alfred Asikarnei, en la Olimpiada de Estocolmo de 1912, duró 11 horas y 40 minutos. En estos mismos Juegos Olímpicos, el combate entre el sueco Anders Ahlgren y el finlandés Ivan Bohling fue detenido cuando se superaron las 9 horas de combate sin que se encontrara un vencedor; el combate se declaró nulo y ambos luchadores fueron galardonados con sendas medallas de plata.

En el congreso internacional de lucha celebrado en Berlín el año 1913, el tiempo de combate se limitó a 60 minutos, en dos periodos de 30 minutos, con un breve descanso intermedio. Ese mismo año, FILA modificó de nuevo este reglamento y estableció un sistema de dos periodos de 20 minutos cada uno, con 1 minuto de descanso entre periodos. De nuevo en 1921 y 1922 FILA promovió sendos cambios del reglamento en lo relativo a la duración del combate, estableciendo finalmente un periodo único de 20 minutos, con una prolongación de combate de suelo de dos periodos de 3 minutos en caso de empate. Con el transcurso de los años la duración del combate de lucha continuó reduciéndose; primero a 15 minutos, después a 12 minutos, pero conservando el principio de la posición en tierra de forma obligatoria. Para la celebración de los Juegos Olímpicos de Tokio en 1964, la duración del combate fue nuevamente modificada a dos tiempos de 5 minutos, con un minuto de descanso intermedio, eliminando la posición en tierra obligatoria. Para los Juegos Olímpicos de México en 1968, justificado de nuevo por la altitud de la ciudad sede, se volvió a modificar la duración del combate oficial a tres tiempos de 3 minutos, con un minuto de descanso después del primer y segundo período.

En 1981, FILA volvió a reducir la duración del combate, estableciéndose un sistema de dos periodos de 3 minutos, con un minuto de descanso intermedio. Poco tiempo después, en el año 1986, el reglamento vuelve a modificarse para establecer un sólo periodo de 5 minutos de duración.

Finalmente, en el año 2000 se estableció el sistema que rige actualmente la competición oficial de lucha con tres periodos independientes de 2 minutos de duración, con un descanso entre ellos de 30 segundos. Con este sistema, existen principalmente dos formas de alcanzar la victoria en el combate:

- 1º Por tocado: cuando un luchador mantiene controlado con los dos omoplatos sobre el tapiz a su adversario el tiempo suficiente para que el cuerpo arbitral lo constate. No importa el marcador.
- 2º Ganando dos de los tres periodos: Si un luchador gana los dos primeros periodos, el tercero no se disputa.

Igualmente existen dos formas de vencer un periodo:

- 1º Por superioridad técnica (tres casos): a) diferencia de 6 puntos; b) dos técnicas de 3 puntos; o c) una técnica de 5 puntos. Cuando un luchador gana los dos periodos por superioridad técnica, se considera que se ha ganado el combate entero por superioridad técnica.
- 2º Por puntos: por conteo de puntos acumulados cuando se termina el tiempo de un periodo. En este caso gana el primero que cumpla por este orden los siguientes requisitos: 1º mayor número de puntos; 2º menor número de amonestaciones; 3º número de técnicas de mayor puntuación; 4º último punto marcado. En el caso de empate a cero, se efectuará una prórroga de 30 segundos en la cual un luchador mediante sorteo agarra una pierna del rival y si no es capaz de anotar, es él el que pierde un punto y por tanto el periodo.

Esta clara tendencia que ha manifestado FILA desde sus orígenes a reducir la duración del combate ha tenido como principal motivación la de proteger la integridad física de los luchadores. Además, la reducción del tiempo total de combate y la inclusión de los tiempos de recuperación entre periodos han fomentado un estilo de lucha más dinámica y menos pasiva, potenciando principalmente la victoria por puntos en lugar de la victoria por tocado.

Aunque la duración total de los periodos es similar en ambas especialidades (Greco-romana y Libre Olímpica), un período en lucha Greco-romana está dividido en un minuto y 30 segundos de lucha en posición de pie y en 30 segundos de lucha en suelo. El combate se inicia en el centro del tapiz en la posición de pie. Los luchadores pueden realizar cualquier tipo de acción pero, una vez alcanzado los 90 segundos, el árbitro detendrá el combate y colocará al luchador que vaya por debajo en el marcador en la posición de cuatro puntos o de agarre ordenado. El luchador que está en pie tiene el derecho a elegir entre ponerse al lado del luchador y levantarlo (cintura revés) o colocarse detrás del luchador, de pie o con una rodilla en el tapiz, con sus manos en los hombros de su oponente. En todos los períodos, el luchador que gane por puntos después de 90 segundos tendrá la ventaja del agarre ordenado, y no será penalizado si no anota puntos durante los 30 segundos. En ésta situación, si el luchador de arriba no se muestra activo, ambos luchadores serán puestos en posición de pie nuevamente para completar el período. Al final de los dos minutos, se declarará al ganador del período. Si después de 90 segundos el marcador del periodo está empatado 0-0, la posición de ventaja en el agarre ordenado será dada en el primer periodo al luchador con maillot rojo y si la situación se repite en el segundo periodo, el agarre ordenado se dará al luchador con maillot azul (International Federation of Associated Wrestling Styles, 2009).

#### *Evaluación de las técnicas*

La evaluación o calificación de las diferentes acciones técnicas que puntúan en lucha también ha sufrido importantes transformaciones en los últimos años. Desde los comienzos de FILA en 1912, las acciones técnicas únicamente podían ser evaluadas con 1 ó 2 puntos. Las acciones de ataque efectivo y controlar al oponente se evaluaban con un punto, mientras que alcanzar con el rival la posición de peligro o tocado se valoraba con dos puntos.

Ya en los Juegos Olímpicos de Tokio en 1964, las acciones de dominación y control se evaluaban con 1, 2 y 3 puntos, además de un punto por la amonestación, aunque este último aspecto se suprimió después de varios años. Posteriormente, mantener cinco segundos en la posición de peligro al rival se valoró con otro punto adicional. Esta regla fue entrando y saliendo del reglamento oficial en los diferentes congresos internacionales organizados por FILA. La evaluación de 4 puntos se incluyó en el reglamento durante

diferentes campeonatos internacionales con objeto de potenciar la ejecución de acciones de dominación de “gran técnica” (i.e., gran amplitud). Posteriormente, en el congreso de Budapest de 1986, fue aprobada la evaluación de cinco puntos y abolida la de cuatro.

En la actualidad, FILA contempla una evaluación de 1, 2, 3 y 5 puntos en función de la acción técnica realizada por los luchadores (International Federation of Associated Wrestling Styles, 2009):

#### 1 punto

- Derribos en los que no se llega a poner al rival de espaldas.
- Controlar por detrás al luchador rival que no está de espaldas en acciones de suelo.
- Si el rival huye de una técnica o del tapiz o si sale de pie de la superficie de combate (pisa la zona de protección).
- Por mantener cinco segundos en “posición de peligro” (de espaldas, sobrepasando los 90º) al rival.
- Si el rival realiza una acción ilegal que impide realizar una técnica.

#### 2 puntos:

- Técnica de suelo que pone al rival en “posición de peligro” o de tocado inmediato.
- Salida del rival de la superficie de combate en “posición de peligro”.
- Si el rival realiza una acción ilegal que impide realizar una técnica.
- Al luchador que bloquea y pone en “posición de peligro” al rival después de haber sufrido él una proyección.

#### 3 puntos:

- Técnica de pie que pone al rival en “posición de peligro”, incluso si lo ha levantado desde una posición de suelo.
- Técnica de pie de “gran amplitud” (que describe un gran arco en el espacio) que no pone al rival en “posición de peligro”, incluso si lo ha levantado desde una posición de suelo.

#### 5 puntos:

- Técnica de pie de “gran amplitud” (que describe un gran arco en el espacio) que pone al rival en “posición de peligro”, incluso si lo ha levantado desde una posición de suelo.

## Referencias

- Amador, F. (1996). *Manual completo de Lucha Canaria*. Las Palmas de Gran Canaria: EDECA.
- Chiu, D. (2005). *Wrestling: Rules, tips, strategy, and safety*. New York, EEUU: Rosen Central.
- Coubertin, P. (1973). *Ideario Olímpico. Discursos y Ensayos*. Madrid: INEF de Madrid.
- Coulon, P. (1962). *Fifty Years of Greco-Roman and Freestyle Wrestling in the FILA*. Lausanne: FILA.
- Gresser, B. (1994). Tres chicos y un tapiz. Conceptos didácticos y pedagógicos. *Revista de Educación Física*, 59, 23-28.
- International Federation of Associated Wrestling Styles. (2009). *International Wrestling Rules: Greco-Roman Wrestling, Freestyle Wrestling, Women's Wrestling*. FILA. Recuperado el 29 de junio de 2010, de <http://www.fila-wrestling.com/images/documents/lutte/wr230107.pdf>
- Stromback, P. (1987). *75 Ans Federation Internationale de Lutte Amateur*. Stockholm: FILA.

#### Referencia del artículo:



López-Gullón, J.M., y Martínez-Abellán, A. (2011). Evolución del reglamento oficial de luchas olímpicas y sus consecuencias sobre las capacidades condicionales y habilidades técnico-tácticas. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte* 7 (Suppl.), 39-44. <http://www.e-balonmano.com/ojs/index.php/revista/index>