

# Ana Fidelia Quirot : les défis de l'athlétisme cubain

## Entretien avec l'ancienne championne du monde du 800m

[Nuria Barbosa Leon](#) 28 avril 2017 16:04:08

SURNOMMÉE la « tempête de la Caraïbe » pour sa fougue, sa combativité et sa persévérance sur les pistes d'athlétisme du monde, l'ancienne championne du monde du 800 mètres aime prendre le temps de consacrer quelques minutes à ses nombreux admirateurs et n'hésite pas à signer des autographes ou se faire prendre en photo.

Née le 23 mars 1963 dans la commune de Palma Soriano, à Santiago de Cuba, Ana Fidelia s'était adjugée le Grand Prix depuis 1987 jusqu'en 1991. Elle a également reçu le trophée de la Communauté ibéro-américaine, décerné par les Rois d'Espagne à la meilleure sportive mondiale dans sa discipline, lors d'une cérémonie à Monaco.

Elle remporta 39 courses consécutives sur 800 mètres entre 1987 et 1995, et 15 sur 400 mètres en 1990. Elle fut élue meilleure athlète cubaine en 1987, 1988, 1989, 1990 et 1991. En reconnaissance de ses performances, le 13 septembre 1995, elle reçut l'Ordre du mérite sportif des mains du commandant en chef Fidel Castro.

Dans une interview accordée à *Granma international*, elle nous a parlé de son travail actuel. « *Je travaille actuellement avec la Fédération cubaine d'athlétisme et la Commission nationale de prise en charge des sportifs.*



Les principaux objectifs de l'athlétisme cubains sont d'accéder à des podiums aux jeux olympiques et aux championnats du monde, a déclaré Ana Fidelia Quirot.

*J'aide à la mise en place des programmes visant à relancer les épreuves de vitesse à l'échelle nationale.*

*« Aujourd'hui notre pays doit faire face à un déficit de coureurs spécialisés, alors qu'il y a quelques années nous avions des figures de la taille de Silvio Leonard, Aurelia Penton, Silvia Chivas et Alberto Juantorena, pour n'en citer que quelques-uns. Notre objectif est de nous replacer dans les premières positions aux Jeux d'Amérique centrale et des Caraïbes dans les distances courtes. »*

### **Quelles sont vos projections pour les prochains Jeux olympiques?**

À l'heure actuelle, plusieurs de nos athlètes ont signé de bonnes performances dans les épreuves comme le saut à la perche et le lancer du disque féminin, et nous accordons une attention particulière aux courses de relais court masculin.

### **Quels sont, d'après vous, nos athlètes les plus prometteurs ?**

Je peux mentionner Yarisley Silva (saut à la perche), Denia Caballero (lancer du disque). Ce sont des athlètes de niveau mondial. Reynier Mena (course de 200 m), Zurian Hechavarria (400m haies), Yaniuvis Lopez (lancer du poids), Paula Beatriz Alvarez (saut en longueur), et Leandro Zamora, spécialiste du 400 mètres haies sont des jeunes talents très prometteurs.

### **Cuba parviendra-t-elle à briller de nouveau aux compétitions internationales ?**

Nous avons organisé la Coupe de Cuba au mois de mars, qui nous tient lieu de championnat national. Nous avons été agréablement surpris par les performances des jeunes au triple saut, des performances proches de celles des meilleurs athlètes du monde. Ils ont tout pour s'améliorer et participer aux prochaines compétitions internationales. C'est le cas d'Andy Diaz, qui s'est imposé au triple saut, une épreuve où plusieurs athlètes ont franchi plus de 17 mètres. Ce jeune de 22 ans a signé sa meilleure performance personnelle avec un saut de 17,40 mètres, devant Cristian Napoles (17.27) et Lazaro Martínez (17.05).

## **Quels sont les défis ?**

Améliorer les résultats et hisser une nouvelle fois Cuba sur les podiums internationaux, notamment aux Jeux d'Amérique centrale et aux Jeux panaméricains.

## **Comment pouvez-vous afficher un corps aussi svelte après ces années de retraite ?**

Je me sens très bien et en pleine forme. J'ai suivi les conseils de mes entraîneurs pour diminuer la charge physique à la fin de ma carrière dans le sport de haut niveau. Je continue à suivre au pied de la lettre les instructions des spécialistes en médecine sportive. Je fais chaque jour du footing et des exercices physiques afin d'améliorer ma qualité de vie.

## **Un régime alimentaire spécifique ?**

J'ai une alimentation équilibrée, saine et variée. J'évite les aliments à haute teneur calorique et énergétique. Je reste très attentive à mes indicateurs de santé comme le cholestérol et d'autres maladies chroniques silencieuses. Je mange beaucoup de fruits et de légumes, et je consomme moins d'hydrate de carbone, même si j'en mange.

## **Un message à nos lecteurs.**

Je leur conseille une alimentation saine combinée à des exercices physiques pour avoir un corps sain.

## **Votre rêve le plus cher ?**

Voir mes enfants suivre la formation de leur choix à l'université.