

Maturité gymnasiale

Session 2026

EXAMEN DE L'OPTION SPÉCIFIQUE ESPAGNOL

Durée : 3 heures

Matériel autorisé : de quoi écrire et effacer (l'élève apporte son matériel)

Todo sucede en el gimnasio, el nuevo epicentro de las relaciones sociales

El gimnasio se posiciona como el espacio en el que se define nuestra vida social. Acuden cada vez más las mujeres y las generaciones jóvenes. Espejo de los vicios y las virtudes de la sociedad contemporánea, visitamos algunos de los 4.800 locales de 'fitness' en España para entender su imparable poder de atracción.

Cada 10 metros, José Luis Castarcelas (Lleida, 61 años) debe parar para atender a alguien. Alguna duda, alguna felicitación, alguna petición o, simplemente, una puesta al día rápida, ya sea en la zona de aguas, en la sala de *fitness*, en el vestuario masculino, en la puerta de alguna sala de actividades dirigidas, en la ludoteca o en la cafetería. Castarcelas es el director de Viding Ekke, un gimnasio en Lleida que cuenta con más de 8.000 socios —la cuota es de unos 55 euros al mes— en una ciudad de 147.000 habitantes. Lleva 18 años en funcionamiento, primero como un espacio municipal destinado al deporte; desde hace unos años, como una suerte de ágora¹ de gestión privada en la que se cuida la imagen, la salud y el bienestar. Pero también se come, se tienen reuniones de trabajo, se deja un rato a los niños en la ludoteca, se hacen contactos, amistades e incluso se encuentra el amor. Lo que antes se hacía en varios espacios y en varias jornadas ahora se lleva a cabo en medio día bajo el techo de grandes centros como este, que tiene 8.000 metros cuadrados. El gimnasio es el nuevo bar. Y también la nueva oficina. Y la nueva guardería. Y el nuevo restaurante. Datos del pasado mes de septiembre cifran en 4.800 el número de gimnasios en España. Mientras, según el INE, en los últimos 15 años han cerrado más de 40.000 bares, un 20% del total.

Castarcelas ejerce casi como el alcalde de un microcosmos en el que se encuentran casi todos los vicios y virtudes de la sociedad contemporánea. Desde la pasión por la salud hasta la obsesión por el cuerpo perfecto, pasando por el choque generacional, la brecha de género, el individualismo o la gestión de la soledad pospandémica. “Desde el confinamiento hemos notado que ha aumentado mucho el público más joven. Antes, estos chavales solo venían a un sitio así si practicaban otro deporte, atletismo, balonmano, no sé. Ocupan la zona de pesas”, apunta el director, quien fue profesor de judo y a veces se encuentra en su gimnasio a antiguos alumnos suyos que vienen acompañados de sus hijos. “También ha aumentado la franja de gente mayor, y como los jóvenes, se lo toman muy en serio, y son muy disciplinados”. Cuenta que es normal que muchos pasen el día aquí, entre sala de *fitness*, piscina, spa, cafetería y la zona de terraza y las pistas de pádel —cada una patrocinada² por una entidad comercial distinta—, un deporte este último que gimnasios de envergadura ya no pueden ignorar y que es uno de los que más fomentan³ la socialización. “Organizamos torneos, y tras ellos cenas, reuniones. Aquí se conoce a gente. Ya he ido a varias bodas de parejas surgidas en este gimnasio”, informa el director. Ha venido al encuentro vestido de corto, pues en un rato va a salir a correr con un amigo. En la puerta del vestuario nos presenta a Joaquín Prenafeta, de 49 años, habitual del gimnasio. Lleva 26 años haciendo *fitness* y siete como socio de Ekke. No tiene apenas un gramo de grasa en el cuerpo. “En una ciudad como esta, un gimnasio así es un eje⁴ social y de relaciones muy fuerte”, comenta. “Yo mismo, si tengo un día libre entre semana, puedo llegar aquí a las nueve de la mañana y salir a las cuatro de la tarde. Aquí puedes hacerlo todo”. Al despedirnos de él, Castarcelas bromea: “A estos debería cobrarles más”.

Para la psicóloga clínica Violeta Alcocer, que cada vez podamos hacer más actividades de índoles distintas bajo un mismo techo y alrededor de objetivos más o menos deportivos y saludables tiene elementos positivos, pues “facilita hábitos, reduce barreras y permite integrar el movimiento en el día a día. Eso

¹ plaza pública, lugar de reunión

² financiada

³ promueven

⁴ base, centro

40 puede favorecer el bienestar”. Pero también tiene sus riesgos. “El gimnasio se convierte en un ecosistema total, donde todo gira alrededor de la misma idea de éxito corporal. Desaparecen los límites entre salud y productividad y el cuerpo empieza a vivirse como una máquina que nunca debe parar. Hay socialización, sí, pero también mucho escaparate y mucha mirada externa”, dice Alcocer.

45 Esa mirada la sufren las mujeres más que los hombres, pues, como indica María José Camacho, profesora de la Universidad Complutense de Madrid y miembro del Instituto de Estudios Feministas, el gimnasio sigue siendo un espacio esencialmente masculino, por mucho que las mujeres se hayan hecho fuertes en la zona de peso libre. “En estos locales no es solo que te plantees unos objetivos propios, sino que existe una autovigilancia continua sobre el cuerpo. Hemos avanzado poco con esta idea del empoderamiento femenino. Vale, muestro mi cuerpo con mis mallas⁵ ceñidas en las máquinas. Eso, individualmente, me
50 parece bien. Lo que pasa es que en el ámbito social es una práctica que redundante en que mientras las mujeres se reafirman a la vez caen de nuevo en el cuerpo objeto. Todas estas prácticas juegan con los afectos y siguen queriendo conseguir esos cuerpos que van asociados al éxito no solo personal, sino también social. Aunque cognitivamente seas crítico, al final caes en esa rueda”.

En otro barrio de [Lleida] se encuentra uno de los dos espacios que tiene en la ciudad la cadena de
55 gimnasios Synergym. [...] Joan, Juliá y Eduard tienen 18 años y esta tarde están en este Synergym entrenando, sin prisa, charlando y esperando diligentemente que otro chaval libere la máquina que quieren ahora utilizar para seguir su rutina. “Llevamos apenas tres meses entrenando, empezamos cuando arrancamos las clases en la universidad. Hacemos pecho, piernas..., y venimos unas tres veces por semana. Sin objetivos más allá de hacer algo de deporte y quedar con los colegas después de clase”,
60 apunta Joan. “Es increíble cómo antes la media era de 40 años y ahora veo a chavales de 17 con sus trípodes grabándose, un rollo muy pro”, interviene Jennifer Feijóo, *influencer* de *crossfit* nacida en Barakaldo hace 35 años y que entrena en gimnasios de Barcelona, donde vive. “Lo bueno de esto es que se graban y comparten, y esto llega a más gente. Lo malo es que es complicado navegar la sala porque está llena de teléfonos [...]”. Jennifer empezó en redes sociales casi por jugar y en el deporte se enfocó en lo cardio.
65 Ahora hace fuerza y tiene 325.000 seguidores en Instagram. “Antes todo el mundo del gimnasio iba a su bola⁶ con los cascos. Ahora es muy distinto”, remata.

“Movernos es positivo a cualquier edad, pero hay que mirar qué se busca en ello”, interviene Alcocer al respecto de la cada vez más temprana edad (hay que cumplir los 16 para poder inscribirse en un gimnasio) con la que los jóvenes entran en la sala de *fitness*. “Si un adolescente va al gimnasio para disfrutar, socializar
70 y descargar energía, estupendo. Si va para cumplir un ideal corporal imposible o para no sentirse menos frente a otros, ahí aparecen los riesgos. El problema no es tonificar, sino perseguir un único modelo corporal como si fuera sinónimo de salud. Se generan falsas expectativas, frustración y sensación de fallo personal. Y, sobre todo, convertimos la diversidad corporal en un defecto a corregir. Una sociedad donde todos los cuerpos aspiran a ser clones no es más sana: es más ansiosa y más insegura. Que el gimnasio
75 esté ocupando el lugar del deporte al aire libre habla de una sociedad más productivista, orientada al rendimiento y a la comparación, incluso en el ocio”. Para Pau Mateu, profesor de Sociología del Deporte en el INEF Pirineus, el auge del *fitness* entre los más jóvenes tiene mucho que ver con que “es una opción atractiva que no exige el compromiso que piden el fútbol u otros deportes de equipo: tres entrenos semanales, partido el sábado por la mañana... Compaginar el *fitness* con otras actividades es más sencillo”.
80 El 25% de los jóvenes que hace deporte, hace musculación. Y aunque esta práctica haya subido mucho, lo cierto es que la tendencia hacia el deporte es tan grande que también ha provocado que hoy haya

⁵ ropa deportiva elástica

⁶ sin preocuparse por los demás

85 4,3 millones de deportistas federados en España, 900.000 más que hace tres años. Según un estudio realizado por Synergym, el 66% de los españoles que practican deporte lo hace en un gimnasio. “Yo no sé decirte si el gimnasio es el nuevo bar, pero sí que la clave de todo está en la dosificación, tanto en el ejercicio que hagas como en las cervezas que te tomes”, bromea Mateu. [...]

90 El aumento en paralelo de una oferta de gimnasio asequible con otra de espacios más sofisticados y lujosos puede ser otra fuente de estrés para ese segmento de la población más desfavorecido que, como rezaba el clásico indie de la banda James, podría vivir con ser pobre si no hubiera visto tanta riqueza. Una vez más, las redes crean necesidades complicadas de gestionar, sobre todo, porque parecen banalizar lo complicado o hasta imposible que es para muchos colmarlas⁷. “Hay unas prácticas de distinción. Se va a ciertos gimnasios por la relevancia y por poder relacionarte, hacer contactos, en fin, seguir trabajando incluso en tu tiempo libre. Trabajar sobre sí mismo. Es la idea del capitalismo, de vivir el yo y conceptualizarlo como una empresa. Estas prácticas son ejemplo de que estás haciendo lo moral y deseable para cuidar tu salud. Lo ves en redes y el mensaje es que tú también puedes, aunque no tengas ni el tiempo ni el dinero. Si lo logras en el *gym*, lo lograrás en todos los aspectos de la vida. Tendrás una casa perfecta, una mascota perfecta. El gimnasio forma parte de todo ese paquete de perfección que encaja en esta lógica de mercado, de consumo continuo para conseguir esa idea de la perfección”, informa Camacho. Así pues, el gimnasio no es neutral y tiene una carga política que se refuerza en el momento en que entra a formar parte de nuestra vida social y a definir algunos de nuestros objetivos vitales. Pau Mateu está de acuerdo en que esta es una actividad cargada de ideología, aunque no cree que el gimnasio y el *fitness* tengan solo una. “Está ahí la tentación de asociar el gimnasio a la extrema derecha. Creo que es un relato interesado por esta gente que busca defender el gimnasio como el lugar en el que construyes cierta masculinidad, la reserva de los hombres duros. Como todo espacio social, está abierto a la disputa y la resignificación, por lo que podría tener el poder narrativo anticapitalista también, de sitio al que llegas huyendo de la alienación del trabajo, y formas relaciones de amistad no centradas en el objetivo laboral. Los medios de trabajo aquí te pertenecen solo a ti. Se ha visto a veces el gimnasio como caldo de cultivo⁸ de jóvenes de extrema derecha, y no digo que no existan perfiles así, pero creo que hablar en estos términos es hacer una caricatura poco productiva”. [...]

Xavi Sancho, *El País Semanal*, 4 de enero de 2026

⁷ satisfacerlas

⁸ situación que favorece algo

Preguntas sobre el texto (30 puntos)

Contesta a las siguientes preguntas con tus propias palabras.

1. (60 palabras)

Basándote en el texto, menciona dos ventajas y dos riesgos del hecho de que el gimnasio se haya convertido en el principal lugar de ocio para mucha gente.

2. (60 palabras)

¿Cómo explica María José Camacho que la imagen del cuerpo femenino no ha cambiado mucho?

3. (60 palabras)

Explica lo que dice Violeta Alcocer en las líneas 71-72 “El problema no es tonificar, sino perseguir un único modelo corporal como si fuera sinónimo de salud” con tus propias palabras.

4. (150 palabras)

En tu opinión, ¿hasta qué punto están relacionadas la práctica del deporte en los gimnasios y la lógica productivista de nuestra sociedad?

Traducción (30 puntos)

Contexto: Tom, un pintor joven, se aburre en la recepción del célebre artista Gaylor y sube al primer piso. Abí encuentra un cadáver en el estudio de Gaylor y sale corriendo.

Beaucoup plus tard dans la nuit, pendant l'interrogatoire, deux femmes dirent qu'en sortant des toilettes, elles avaient vu un homme, jeune, brun, grand, avec une chemise rouge, qui courait comme un fou dans le couloir. Il les avait poussées, il ne s'était pas excusé et il les avait regardées comme un dément⁹. Elles insistaient sur ce terme de dément. Il devait avoir fait quelque chose de mal. Le garçon qu'on avait embauché comme portier pour la réception avait aussi vu cet homme sortir en chemise rouge, sans manteau, et courir dans l'escalier - comme si un taureau l'avait poursuivi, avait-il expliqué. Oui, il était espagnol, et madame Gaylor l'avait invité à la fête annuelle. Mais personne n'était capable de dire qui était cet homme.

On continuait d'interroger chacun des invités. On avait appelé tous ceux qui étaient déjà partis au moment où on avait découvert le corps. Mais c'était impossible de savoir qui était monté au premier étage et quand. Il y avait eu tellement de monde qu'on ne pouvait croire personne. Finalement, vers quatre heures du matin, on trouva une jeune femme qui avait parlé avec le fugitif¹⁰ en rouge. Soler. Il lui avait dit son nom de famille. Elle s'en souvenait parce que son oncle s'appelait presque comme ça. Thomas Soler. Ce n'était pas plus difficile que ça.

Fred Vargas, *Les Jeux de l'amour et de la mort*, pp. 37-38, texto adaptado

⁹ demente

¹⁰ fugitivo