

# “Un silbato morado”, una propuesta de *podcast* sobre el mundo del arbitraje femenino en diferentes deportes.

Podcast “Un silbato morado”

**RESUMEN:** Elaboración de un formato de podcast sobre el mundo del arbitraje femenino en fútbol, baloncesto, voleibol y patinaje.

[Enlace a Spotify](#)

[Enlace iVoox](#)

[Enlace a nuestro perfil de Instagram](#)

**TRABAJO FIN DE GRADO** realizado por:

Ana Pizarroso Fuentes

DNI: 52013382D

[a.pizarroso.2020@alumnos.urjc.es](mailto:a.pizarroso.2020@alumnos.urjc.es)

Trabajo de Fin de Grado- Curso 2024/2025

Convocatoria: Noviembre

Tutor: David García Marín

Grado en Periodismo

Campus de Vicálvaro

Universidad Rey Juan Carlos, URJC

Este proyecto no hubiera sido posible sin la colaboración y el apoyo de personas muy importantes para mí, como mi familia, pareja y amigos. Gracias a todos por formar parte de este proceso.

De manera especial, quisiera agradecer a mi tutor, David García Marín, por haberme guiado y apoyado a lo largo de todo el desarrollo. Gracias a su dedicación y consejos, he podido superar los desafíos de este trabajo con mayor confianza.

Por último, pero no menos importante, agradezco al departamento de laboratorios del campus de Vicálvaro, por haber facilitado el material necesario para la realización de este proyecto. Sin su colaboración, no hubiera sido posible llevarlo a cabo de manera tan eficiente.

Gracias a todos por formar parte de este logro.

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	pág. 5
1.1 Justificación del tema.....	pág. 5
1.2 Objetivos.....	pág. 6
1.3 Metodología .....	pág. 6
2. MARCO TEÓRICO.....	pág. 7
2.1 Podcasts deportivos.....	pág. 8
2.2 Podcasts de feministas en España.....	pág. 9
2.3 Plataformas.....	pág. 11
2.3.1 Spotify.....	pág. 11
2.3.2 iVoox.....	pág. 11
3. DESARROLLO Y DISEÑO DEL PODCAST.....	pág. 12
3.1 Capítulo I.....	pág. 12
3.1.1 Preproducción.....	pág. 13
3.1.2 Producción.....	pág. 13
3.1.3 Postproducción.....	pág. 14
3.1.4 Guion técnico-literario.....	pág. 15
3.2 Capítulo II.....	pág. 21
3.2.1 Preproducción.....	pág. 21
3.2.2 Producción .....	pág. 21
3.2.3 Postproducción .....	pág. 22
3.2.4 Guion técnico-literario.....	pág. 23
3.3 Capítulo III.....	pág. 26
3.3.1 Preproducción .....	pág. 26
3.3.2 Producción .....	pág. 26
3.3.3 Postproducción .....	pág. 27
3.3.4 Guion técnico-literario.....	pág. 28
3.4 Capítulo IV.....	pág. 32
3.4.1 Preproducción .....	pág. 32
3.4.2 Producción .....	pág. 32
3.4.3 Postproducción .....	pág. 33

3.4.4	Guion técnico-literario.....	pág. 33
3.5	Capítulo V.....	pág. 37
3.5.1	Preproducción.....	pág. 37
3.5.2	Producción.....	pág. 38
3.5.3	Postproducción.....	pág. 38
3.5.4	Guion técnico-literario.....	pág. 39
3.6	Capítulo VI.....	pág. 44
3.6.1	Preproducción .....	pág. 44
3.6.2	Producción.....	pág. 44
3.6.3	Postproducción.....	pág. 45
3.6.4	Guion técnico-literario.....	pág. 45
4.	CONCLUSIONES.....	pág. 49
5.	BIBLIOGRAFÍA.....	pág. 50
6.	ANEXOS .....	pág. 54
6.1	Imágenes.....	pág.51

## 1. Introducción

La intervención de la mujer siempre ha sido menor que la de los hombres en muchos ámbitos como el deporte, debido a que ha tenido que superar muchas barreras creadas por estereotipos sociales y culturales de la sociedad. El deporte ha sido históricamente un espacio dominado por hombres, donde las mujeres han luchado por hacerse un hueco y ser reconocidas en igualdad de condiciones. Con este proyecto nos hemos querido centrar en la creación de un podcast que realce las experiencias y desafíos o trabas a los que se enfrentan las árbitras, así como los problemas psicológicos que pueden acarrear, en cuatro disciplinas deportivas: fútbol, baloncesto, voleibol y patinaje.

A medida que el deporte femenino ha ido ganado visibilidad y popularidad, también ha aumentado la participación de mujeres en roles arbitrales. Sin embargo, a pesar de los avances logrados, las mujeres todavía continúan enfrentándose a numerosos obstáculos. Según un estudio realizado por Fink y Pastore (2019), las árbitras a menudo son objeto de críticas más severas en comparación con sus compañeros que son hombres, lo que puede afectar su desempeño y autoestima.

### 1.1 Justificación del tema

Este *podcast* “Un silbato morado” trata de explicar las dificultades a las que se enfrentan las mujeres a través de entrevistas con árbitras de diferentes deportes: fútbol, baloncesto, voleibol y patinaje artístico. Durante los seis capítulos se abordarán diversos temas como las trabas que tiene el ser mujer en el mundo del deporte, las experiencias vividas en el campo, es decir, una visión desde dentro hasta la evolución de la mujer en este papel en la sociedad contemporánea. No solo nos hemos centrado en ligas femeninas, sino que hemos hablado del arbitraje en el contexto de ligas masculinas, femeninas o mixtas.

Con este trabajo se pretende, no solo visibilizar las voces y ofrecer cómo lo viven o cómo les puede llegar afectar psicológicamente, sino animar a las nuevas generaciones a continuar rompiendo barreras. De esta forma, seguir con la lucha por la igualdad en el deporte que otras mujeres empezaron.

## 1.2 Objetivos

El objetivo principal de este proyecto es abordar las experiencias y principales obstáculos que enfrenta la mujer en el mundo del deporte, específicamente en el ámbito del arbitraje. A través de este *podcast*, hemos querido dar voz a las dificultades que afrontan las mujeres en comparación con los hombres.

## 1.3 Metodología

La metodología empleada para el desarrollo de este trabajo ha sido la realización de cinco entrevistas, cuatro de ellas a árbitras de los diferentes deportes tratados y la última a un psicólogo deportivo. En cuanto al formato, se trata de podcast de seis capítulos, el primer capítulo es introductorio donde hablamos de lo que significa ser árbitro y mujer en España, además es el único capítulo en el que no tendremos un entrevistado. Los siguientes cuatro episodios estarán dedicados a un deporte diferente, como he explicado más arriba se trata de fútbol, baloncesto, voleibol y patinaje artístico. Cada uno de ellos cuenta con una primera parte en la cual mi compañera y yo daremos datos y explicaremos el papel de las mujeres y sobre todo de las árbitras en ese deporte. Después hay una entrevista a cada una de las arbitras de las diferentes disciplinas, Alba Ramírez, Claudia Rodríguez, Esperanza Mendoza y Rocío Balongo, para profundizar más en el tema y conocer de primera mano sus vivencias.

Por último, el capítulo VI es un cierre en el cual hemos querido profundizar más en los temas, pero con vistas a un futuro. En él, contamos con la entrevista de un psicólogo deportivo, Álvaro Muelas, de esta forma hemos podido conocer una visión más psicológica, desde cómo puede afectar esa diferencia de género hasta los trastornos que puede ocasionar.

## 2. Marco teórico

Antes de comenzar con el desarrollo del trabajo es necesario hablar del mundo del *podcast* y su evolución en los últimos años en España. Para ello, tenemos que remontarnos a su creación, en el año 2004 en Estados Unidos. No fue hasta febrero de ese mismo año cuando el término *podcasting* se utilizó por primera vez. Apareció en un artículo de Ben Hammersley en el periódico *The Guardian*, titulado *Audible Revolution*, donde se sugirieron varios nombres para este nuevo medio de distribución de contenidos. A lo largo del tiempo, diversas personas y colectivos han contribuido a la aparición y popularización de los *podcasts*. El término *podcast* es un acrónimo que surge de la combinación de dos palabras. La primera de ellas “Pod” proviene de su relación con el iPod (reproductor de mp3 o mp4 de Apple), mientras que “cast” es una abreviación de la palabra *Broadcasting*, que se refiere a la transmisión de contenidos.

El *podcast* es un formato digital que brinda a los usuarios la posibilidad de descargar y reproducir este tipo de contenido adaptándose a sus horarios, gustos y preferencias. Una diferencia significativa respecto a la radio convencional es que este formato se puede escuchar en cualquier momento y lugar, proporcionando una experiencia más personalizada y bajo demanda. Como señala Wikipedia, “un podcast es una serie de archivos de multimedia digitales que un usuario puede descargar desde un dispositivo personal o bien reproducirlos en línea”.

El *podcast* ha cambiado la manera en que se produce y consume el periodismo, ampliando significativamente el alcance de las historias y la cobertura de noticias más allá de los límites de los medios tradicionales. Este formato permite a los periodistas profundizar en los temas y ofrecer análisis más detallados, sin las limitaciones de tiempo y espacio que existen en otros medios. Además, el *podcast* logra una mayor implicación del oyente en comparación con la radio tradicional, evolucionando la interacción y participación del público ya que, de esta forma, los oyentes pueden opinar, comentar y compartir los capítulos, es decir, pueden dar un *feedback* a los *podcasters*.

A finales de 2004, José Antonio Gelado fue quien llevó el *podcasting* a España, luego de un período de experimentación influenciado por el trabajo que los pioneros del formato habían estado desarrollando durante varios meses en Estados Unidos. El *podcast*, como

he dicho antes, ofrece libertad por su flexibilidad en el consumo y su forma independiente y autónoma de escucha, algo totalmente diferente a la radio, que chocó con la diversidad de temas que ofrece el *podcasting*.

Fue a partir del 2006 cuando creció el interés por el *podcasting* por parte de los grandes medios. El nacimiento de la Asociación Podcast en 2010 y la consolidación de las Jornadas Nacionales de Podcasting (JPod), promovió una nueva etapa para los amantes de este formato. Desde 2015, ha surgido un aumento significativo en la cantidad de redes de podcasts, que abarcan tanto a creadores independientes y aficionados como a grandes corporaciones mediáticas, como es el caso de Grupo Prisa con *Podium Podcast*. Además, como ya veremos en el punto 2.3, el *podcast* se puede encontrar en diversas plataformas como *YouTube*, páginas web, redes sociales, *Spotify*, *iVoox*, entre muchas otras.

## 2.1 Podcasts deportivos

Los podcasts deportivos en España se han convertido en una plataforma muy popular para los aficionados de algunos deportes que tratan de buscar análisis, debates y opiniones sobre sus equipos o deportistas favoritos. Gracias a este formato pueden disfrutar de contenido en cualquier momento.

El deporte rey en España es el fútbol y uno de los ejemplos más destacados es ‘El Larguero’, un programa de la Cadena SER que ha sabido adaptarse al formato podcast. Presentado por Manu Carreño, este pequeño espacio ofrece análisis de los partidos de fútbol, así como un resumen de las noticias más destacadas de este deporte y entrevistas a jugadores, entrenadores y expertos. Este podcast se encuentra en diferentes plataformas como *Spotify*, *Apple Podcast* o *iVoox*.

**Imagen 1-** Portada del podcast de ‘El Larguero’ en *Spotify*



Fuente: <https://open.spotify.com/show/0Bhyr7HDEijAinRGEyTVmm>

Por otro lado, el podcast ‘El Partidazo de COPE’ es otro referente en el ámbito futbolístico, muy parecido al anterior. Este programa, presentado por Juanma Castaño, ofrece resúmenes de partidos, entrevistas con jugadores y entrenadores, y opiniones de expertos como Paco González y Manolo Lama. Además, se puede ver en directo, pero también en diferido en otras plataformas como *YouTube*, *Apple Podcast* o desde su propia web.

### Imagen 2- Portada del podcast de ‘El Partidazo de COPE’ en *Apple Podcast*



Fuente: <https://podcasts.apple.com/es/podcast/el-partidazo-de-cope/id1146392357>

## 2.2 Podcasts feministas en España

Durante muchos años las mujeres han estado silenciadas, pero con la llegada de las nuevas tecnologías hemos encontrado otros espacios y formas de darnos voz. En esta última década, los *podcast* femeninos en nuestro país ha presentado un notable auge, consolidándose como una plataforma indispensable para dar voz y discutir sobre tema importante desde una perspectiva de género. Este formato ha creado un espacio donde las mujeres pueden expresar sus opiniones, compartir sus experiencias y abordar temas de su vida cotidiana.

Uno de los primeros *podcast* en saltar a la fama en España fue ‘Estirando el chicle’. Este proyecto, que nació durante la pandemia de Covid-19, se desarrolló de manera muy casera y con un enfoque humorístico, gracias a la colaboración de Carolina Iglesias y Victoria Martín. El podcast abarca una amplia variedad de temas y, gracias a esto, cada semana cuentan con una invitada diferente, como Silvia Abril, Carmen Machi, Yolanda Ramos o Laura Pausini, entre otras. Publican un nuevo episodio todos los domingos en diversas plataformas, como *Podium Podcast*, *Spotify*, *Amazon Music*, *iVoox* y muchas más.

**Imagen 3-** Portada del podcast de ‘Estirando el chicle’ en *Spotify*



Fuente: <https://open.spotify.com/show/6V1DDzXVZg6wFXFo0SanY2>

Entre los muchos podcast que hay en nuestro país, se puede encontrar el que creó Alicia Revilla: ‘Poco a poco y buena vibra’ en el año 2022 y con 57 episodios hasta el día de hoy. La misma Alicia Revilla narra en una entrevista que se hizo el 17 de diciembre de 2022 en el podcast ‘No Preguntis’ que si tuviese que definir su proyecto sería como “una charla entre amigas”. En este, se tratan temas muy relacionados con temas de actualidad (como por ejemplo los autocuidados, la salud mental, etc.), temas dedicados para el público femenino (como las últimas tendencias en moda), experiencias vitales, etc. Ha colaborado con otras mujeres como Luna Javierre y, según Alicia y Luna, se dan “consejos de hermanas mayores para las que no tuvieron”. Se publica todos los lunes un nuevo episodio en las plataformas de *Spotify*, *iVoox* y *Apple Podcast*.

**Imagen 4-** Portada del podcast de ‘Poco a poco y buena vibra’ en *Spotify*



Fuente: <https://open.spotify.com/show/5EheXkaQdSO5q27LT3spJo>

Por otro lado, tenemos podcast destinados a las madres como ‘Club de Malasmadres’, dirigido por Laura Baena, fundadora del Club de Malasmadres y presidenta de la Asociación Yo No Renuncio por la Conciliación. Este proyecto que surge con el objetivo de desafiar el mito de la madre perfecta y abogar por una conciliación auténtica y una sociedad más igualitaria. En este espacio, podrás encontrar reflexiones y entrevistas con diversas invitadas que compartirán sus perspectivas sobre la mujer, la maternidad y el feminismo. Al igual que el anterior podcast, se puede encontrar en diferentes plataformas como *Spotify* e *iVoox*.

**Imagen 5-** Portada del podcast de ‘Club de Malasmadres’ en *Spotify*



Fuente: <https://open.spotify.com/show/14YGS4nlalNT6WSZo4WDRQ>

## 2.3 Plataformas

### 2.3.1 Spotify

Spotify es una de las plataformas más populares a nivel mundial. Tal y como ellos mismos se definen en su página web, "es un servicio de música, *podcasts* y vídeos digitales que te da acceso a millones de canciones y a otro contenido de creadores de todo el mundo". Se trata de una empresa sueca, cuyo creador es Daniel Ek, que nació en 2006 para difundir contenidos multimedia. Esta plataforma nació con el objetivo de que grandes artistas pudieran subir su música para llegar a más oyentes, sin necesidad de que sus fans tuvieran que comprar el producto físico.

Este proyecto fue lanzado dos años más tarde, en 2008, y en un año ya contaba con una aplicación móvil. Desde sus comienzos, Spotify dio a sus usuarios la opción de tener acceso de dos formas: con una cuenta gratuita y con una cuenta premium, modalidades que continúan hasta el día de hoy. No fue hasta el año 2019 que la plataforma decidió expandirse abriéndose al *podcasting*, algo que ha sido todo un éxito entre sus consumidores.

### 2.3.2 iVoox

*iVoox* es otra de las plataformas más usadas para escuchar *podcast*. Es una plataforma online que nació en 2010 de la mano de Juan Ignacio Solera, online donde se puede reproducir, descargar y compartir audios, ya sean *podcast*, programas de radio, audiolibros, etc. Actualmente ya suma más de 60 millones escuchas y más 10 millones de programas. A diferencia de otras plataformas, en *iVoox* no es necesario suscribirse para poder acceder a los diversos contenidos.

### 3. Desarrollo y diseño podcast

Para ofrecer un seguimiento más detallado del proceso de grabación de nuestro pequeño proyecto hemos creado una cuenta de Instagram. A través de @unsilbatomorado, hemos compartido contenido exclusivo, desde el detrás de las cámaras hasta los invitados que hemos traído. Por otro lado, todos los capítulos están disponibles en *Spotify* e *iVoox*.

**Imagen 6-** Perfil de Instagram de @unsilbatomorado



Fuente: [https://www.instagram.com/unsilbatomorado?utm\\_source=ig\\_web\\_button\\_share\\_sheet&igsh=ZDNlZDc0MzIxNw==](https://www.instagram.com/unsilbatomorado?utm_source=ig_web_button_share_sheet&igsh=ZDNlZDc0MzIxNw==)

**Imagen 7-** Logo de “Un Silbato Morado”



Fuente: Canva

### **3.1 Capítulo I**

Este capítulo introductorio tiene una duración de 9 minutos y 9 segundos. Además, es el único de los seis episodios que no cuenta con una entrevista. Su propósito es ofrecer una visión del papel de la mujer en el arbitraje deportivo en España a lo largo de los años.

Durante este episodio, se abordan los retos históricos y actuales que enfrentan las mujeres árbitras, destacando las barreras de género, los estereotipos, y la falta de visibilidad que, en muchos casos, limita su desarrollo profesional. Además, este capítulo también busca concienciar sobre la importancia de continuar trabajando en la igualdad de género en el deporte, resaltando las dificultades particulares que experimentan las mujeres en un entorno tradicionalmente dominado por hombres, y cómo el camino hacia la equidad aún está lleno de obstáculos.

#### **3.1.1 Preproducción**

El proceso de preproducción de este primer episodio ha constado de varias partes. En primer lugar, hemos hablado con Leo para poder reservar el material de grabación. Tras concretar unas fechas para tener el material, se ha trabajado en la estructuración del guion, así como definir los temas que queremos tratar y la forma en la que los vamos a desarrollar a lo largo del capítulo. Una vez hecho esto, hemos llevado a cabo una búsqueda exhaustiva de información para asegurar que el contenido esté bien fundamentado. Después de realizar estos dos primeros pasos, hemos hablado entre nosotras para organizarnos con tiempo cuando podíamos grabar. Finalmente, se ha decidido realizar la grabación en casa de Carlota. Al no haber entrevistas en este episodio, no ha sido necesario contactar con invitados ni reservar.

#### **3.1.2 Producción**

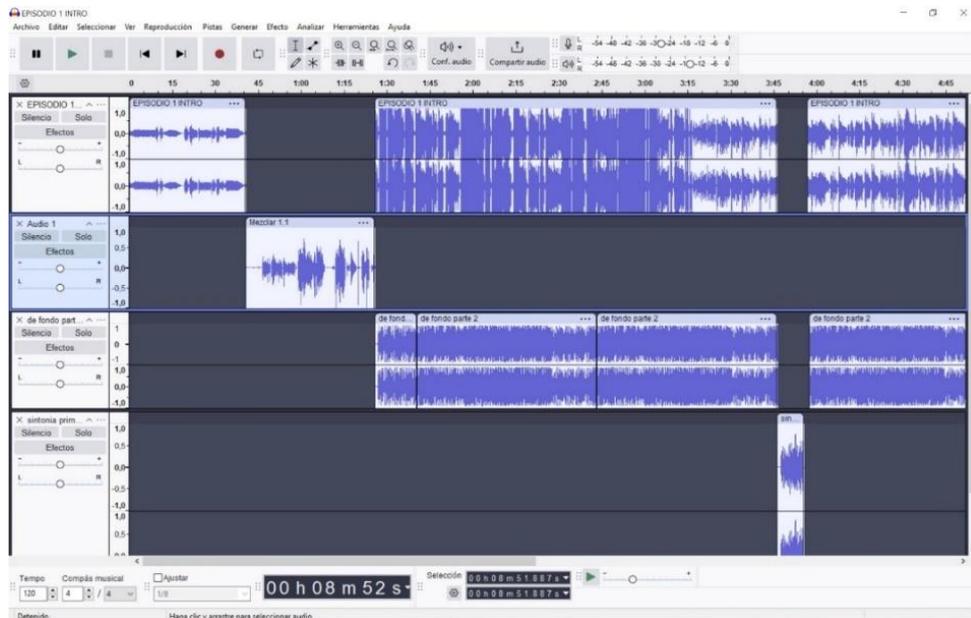
Para el proceso de producción del podcast nos hemos ceñido a todo lo que habíamos planificado en la fase anterior. En primer lugar, hemos grabado el episodio, siguiendo el guion previamente estructurado. Como este capítulo no cuenta con una entrevista, la grabación es más fluida ya que nos centramos en el contenido informativo.

Durante la grabación, hemos controlado la calidad del audio para que sea lo óptima posible. Como bien he dicho en la etapa anterior, la grabación se realizó en casa de Carlota, utilizando el equipo necesario proporcionado por la universidad.

### 3.1.3 Postproducción

Una vez grabado todo el contenido del episodio, se pasa a la edición. Para ello, hemos usado el programa de edición *Audacity*. Durante este proceso, se cortan las partes innecesarias, se añaden efectos de sonido, se selecciona la música o se ajusta el audio. Para ello, hemos empleado *Jamendo*. Una fase que nos ha requerido mucho tiempo ya que Carlota y yo tenemos distinto tono de voz y nos ha costado ajustar ambas voces. Además, en esta etapa hemos creado la careta de nuestro podcast. Después de tenerlo editado, hemos escuchado el episodio por si había alguna errata o algún cambio e hicimos el guion técnico-literario. Por último, y con el aprobado del tutor, los subimos Spotify e *iVoox*.

**Imagen 8-** Proceso de edición del capítulo I del *Podcast* en *Audacity*



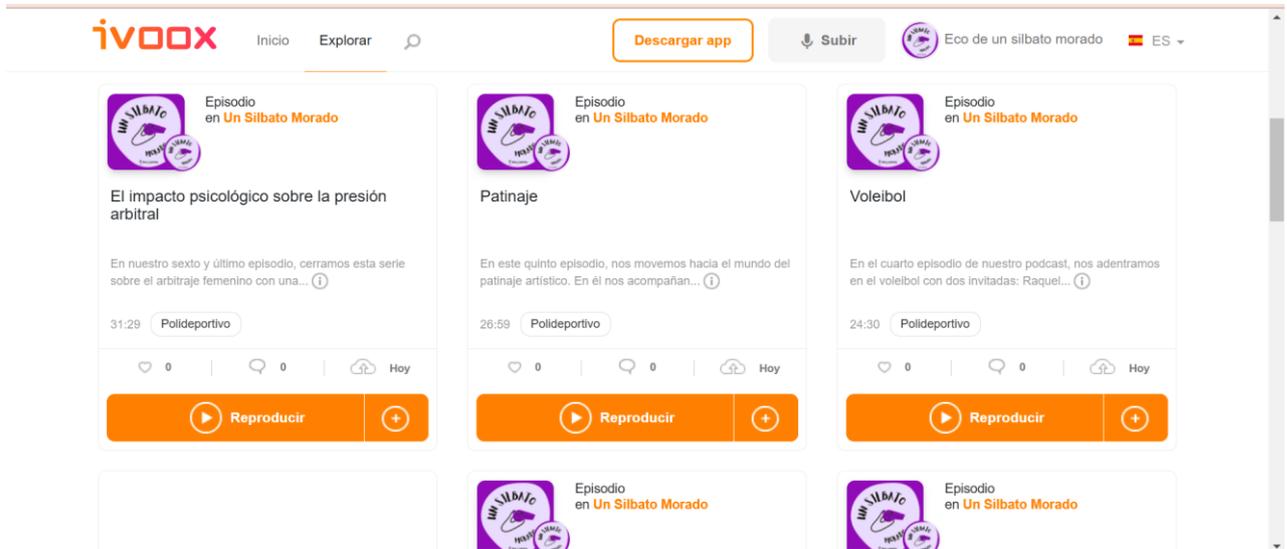
*Fuente: Captura del programa edición Audacity*

**Imagen 9-** Logo de *Jamendo*



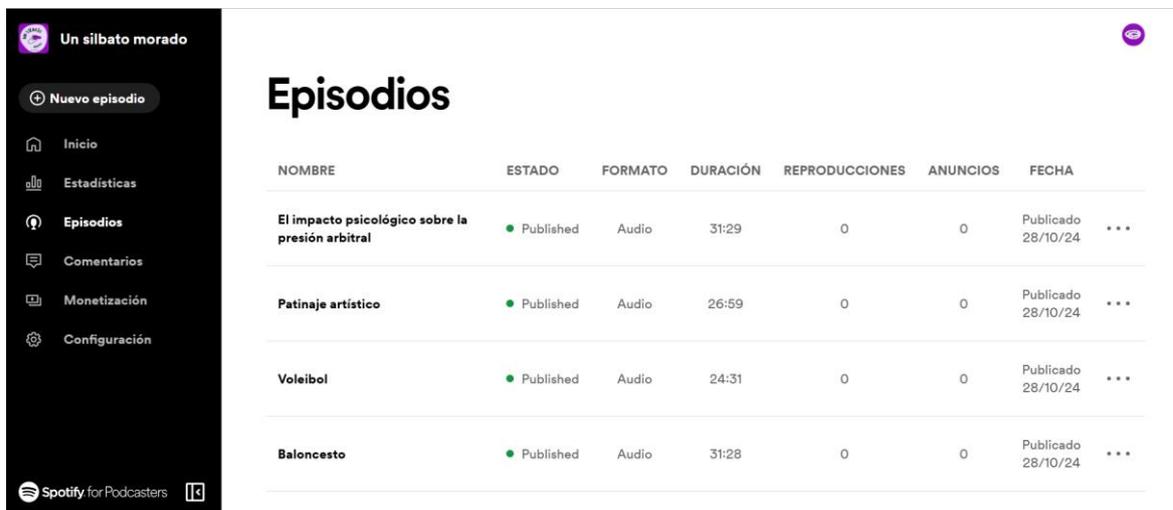
Fuente: <https://www.jamendo.com/explore>

### Imagen 10- Cuenta de iVoox de “Un Silbato Morado”



Fuente: [https://www.ivoox.com/suscripciones\\_jb\\_70318244\\_1.html](https://www.ivoox.com/suscripciones_jb_70318244_1.html)

### Imagen 11- Cuenta de Spotify de “Un Silbato Morado”



Fuente: <https://podcasters.spotify.com/pod/dashboard/home>

#### 3.1.4 Guion técnico-literario

LOCA 1: Carlota

LOCA 2: Ana

	Locutor	Texto	Duración
<b>CARETA</b>		Música (00:00-00:20) Voz (00:09-00:12)	00:00-00:19
<b>PRESENTACIÓN</b>	LOCA 1	Bienvenidos a un silbato morado, [...] desde el centro del campo	00:20-00:00:29
	LOCA 2	Somos Ana Pizarroso	00:29-00:30
	LOCA 1	Y Carlota Duarte	00:30-00:31
		Música pasa a primer plano	00:32-00:40
<b>INTRODUCCIÓN</b>	LOCA 2	Bueno, bienvenidos al primer [...] que significa ser árbitro y mujer en España. Entra colchón musical 00:41-04:27	00:41-00:49
	LOCA 1	Este capítulo va a ser [...] vamos a ser solo nosotras.	00:49-00:55
	LOCA 2	Si, estaréis atrapados solo con nosotras, lo siento.	00:55-00:59
	LOCA 1	Bueno, queremos empezar [...] en algún deporte.	00:59-01:07
	LOCA 2	Si y los JJOOS tienen [...] de diferentes deportes y países.	01:07-01:15
	LOCA 1	Por cada mujer federada en España, [...] solo 13 pertenecen a mujeres.	01:15-01:30
	LOCA 2	Para nuestros oyentes [...] Comité Olímpico Español.	01:30-01:35
	LOCA 1	Esto es un dato bastante [...] los hombres tienen poder de decisión.	01:35-01:50

	LOCA 2	Y es que no es ninguna [...] es así. Socialmente esto viene de muy atrás.	01:50-02:00
	LOCA 1	Desde la antigüedad se ha [...] y ser ama de casa ni se contemplaba.	02:00-02:16
	LOCA 2	Igualmente, durante muchos [...] violentas o incluso poco estéticas.	02:16-02:31
	LOCA 1	Hay estudios que enseñan [...] enseñan desde casa y desde el colegio.	02:31-02:49
	LOCA 2	Así es Carlota. Además, [...] en la sociedad.	02:49-03:05
	LOCA 1	Y luego, aunque pueda [...] a querer esconderte.	03:06-03:23
	LOCA 2	Añadir también que esto puede [...] que está reservado para los hombres.	03:23-03:40
	LOCA 1	Y como resultado, se [...] saben menos que un hombre.	03:40-03:49
	LOCA 2	Por otra parte, se cuestiona [...] poca masculinidad entrecomillas.	03:49-03:55
	LOCA 1	A mí me pasa por ejemplo [...] más casualmente y ya.	03:56-04:14
	LOCA 2	Sí tía te entiendo [...]	04:14-04:25
	LOCA 1	Ya te entiendo ya	04:25-04:27
		Sale colchón musical 00:41-04:27	
<b>SINTONÍA</b>			04:27-04:34
<b>DESARROLLO (Historia)</b>	LOCA 2	Ahora vamos a hacer un pequeño repaso	04:35-04:49

		[...] por la sociedad, como ya hemos hablado.  Entra colchón musical 04:35-07:01	
	LOCA 1	De hecho, tenían literalmente [...] ha ido ganado visibilidad.	04:49-04:57
	LOCA 2	Entre las muchas mujeres [...] Cuéntanos más Carlota:	04:57-05:03
	LOCA 1	En primer lugar, a Charlotte Cooper. [...] la única, no Ana?	05:03-05-29
	LOCA 2	Que va, Lili Álvarez, [...] y centrarse en el tenis.	05:29-05:51
	LOCA 1	Además de todo esto, [...] Vamos, es todo un icono esta mujer.	05:51-06:05
	LOCA 2	Mi anécdota favorita de los [...] carrera destinada únicamente para hombres.	06:05-06:23
	LOCA 1	Lo especial es que ella [...] poder correr distancias largas.	06:23-06:35
	LOCA 2	¡Durante el transcurso de la carrera, [...] carrera y devuélveme el dorsal!?”.	06:35-06:41
	LOCA 1	Hay una foto bastante famosa [...] corredora le aparta de un empujón al oficial para ayudarla.	06:41-06:57
	LOCA 2	Sí, todo un icono de imagen  Sale colchón musical 04:35-07:01	06:57-07:01
<b>SINTONÍA</b>			07:01-07:10

<b>DESARROLLO (Arbitraje)</b>	LOCA 1	<p>Por otra parte, y ya centrándonos [...] el carné del colegio de árbitros en 1980.</p> <p>Entra colchón musical 07:10-08:38</p>	07:10-07:21
	LOCA 2	Como muchas otras pioneras, [...] en antena 3 deportes.	07:21-07:30
	Corte 1	"Me dijeron: 'tú sabes [...] que por ser mujer a lo mejor te violan'",	07:30-07:37
	LOCA 1	Rosa todavía recuerda las [...] que no cumpliera su sueño.	07:37-07:42
	Corte 2	"Me suspendieron el práctico para ver si me desanimaba y lo dejaba"	07:42-07:47
	LOCA 2	Como ya ha dicho Carlota, [...] Federación Española de Fútbol	07:47-07:53
	LOCA 1	También llamada la RFEF	07:53-07:55
	LOCA 2	Todo un hito que le convirtió [...] cuando ejercen en un partido	07:55-08:04
	Corte 3	Estábamos a una cierta distancia, el jugador [...] no vuelves a jugar en tu vida al fútbol'	08:04-08:16
	LOCA 2	Ejerció hasta que una lesión le [...] árbitros. Todo un ejemplo.	08:16-08:24
	LOCA 1	<p>Actualmente el arbitraje femenino [...] Y más aún si se trata de deportes.</p> <p>Sale colchón musical 07:10-08:38</p>	08:24-08:38
<b>SINTONÍA</b>			08:38-08:46

<b>CIERRE</b>	LOCA 2	Y con esto llegamos al final de nuestro primer [...] de seguir impulsando la igualdad en el deporte.	08:46-08:55
	LOCA 1	No olvides seguimos en nuestra de [...] ¡Nos vemos en el siguiente!	08:55-09:03
	LOCA 2	¡Hasta la próxima!	09:03-09:04
<b>MÚSICA DE CIERRE</b>			09:04-09:09

**Guion técnico-literario Capítulo I.** *Fuente:* Elaboración propia

## 3.2 Capítulo II

Este segundo capítulo, con una duración 31 minutos y 16 segundos, cuenta con una entrevista especial a Rocío Balongo, árbitra en Zaragoza. Durante la misma, nos comparte su experiencia personal en el arbitraje siendo mujer en un deporte tradicionalmente masculino como es el fútbol.

A lo largo de la conversación, la entrevistada nos cuenta desde dentro como ha enfrentado ser mujer en este ámbito y las trabas, que, a día de hoy, se siguen viviendo. Todo ello, en un contexto donde las mujeres aún luchan por abrirse espacio. En este capítulo también se tratan los avances que se han logrado en la última década, así como inspirar a futuras generaciones de mujeres a seguir luchando por sus derechos.

### 3.2.1 Preproducción

El proceso de preproducción del episodio II, centrado en el fútbol, ha sido bastante similar al primero. Al igual que el anterior, hemos hablado con Leo para poder reservar el material de grabación. Después se ha trabajado en la estructuración del guion, así como definir los temas que queremos tratar y la forma en la que los vamos a desarrollar. Tras ello, hemos buscado información, así como las preguntas clave para la entrevista con Rocío Balongo.

A diferencia del capítulo anterior, este cuenta con una entrevista. Para ello, nos hemos coordinado con la invitada para concretar una fecha para poder realizarla, ajustándonos a su disponibilidad. Una vez hecho esto, hemos hablado entre nosotras para organizarnos para grabar. Por último, la grabación se ha realizado en casa de Carlota.

### 3.2.2 Producción

Para el proceso de producción del podcast, nos hemos tenido que organizar mi compañera y yo en cuanto a los tiempos. Para ello, la grabación se realiza en casa de Carlota, donde se siguen las pautas del guion previamente estructurado. En este episodio que incluye la entrevista de Rocío, se lleva a cabo por *Zoom*, tratando de asegurar la máxima calidad de audio posible y una coordinación fluida con la invitada. Por otro lado, nos reunimos en persona para grabar las secciones adicionales del podcast, como la introducción o desarrollo de este, empleando el material proporcionado por la universidad.

### Imagen 12- Entrevista a Rocío Balongo por Zoom

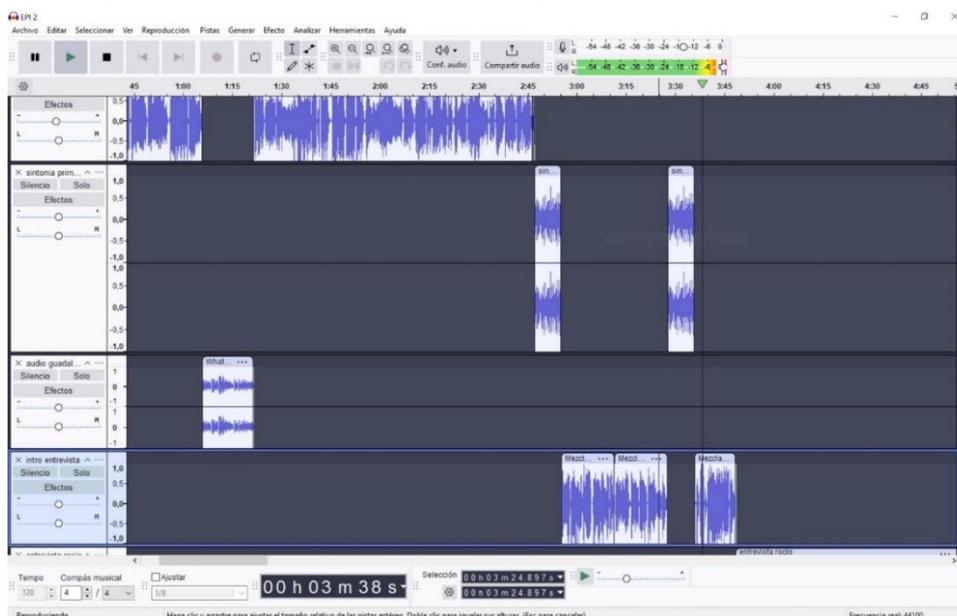


*Fuente: Captura de Zoom*

### 3.2.3 Postproducción

Al igual que el primer capítulo, tras tener todo grabado, se pasa a la edición. Para ello, hemos usado el programa de edición *Audacity*. Durante este proceso, se cortan las partes innecesarias, se añaden efectos de sonido, música o ajustes de audio. Esta parte nos ha requerido mucho tiempo por la diferencia en el tono de voz. Una vez editado el capítulo entero, lo hemos escuchado por si había alguna errata o algún cambio e hicimos el guion técnico-literario.

### Imagen 10- Proceso de edición del capítulo II del Podcast en Audacity



*Fuente: Captura del programa edición Audacity*

### 3.2.4 Guion técnico-literario

	Locutor	Texto	Duración
<b>CARETA</b>		Música (00:00-00:20) Voz (00:09-00:12)	00:00-00:19
<b>PRESENTACIÓN</b>	LOCA 1	Bienvenidos a un silbato morado, [...] desde el centro del campo	00:20-00:00:29
	LOCA 2	Somos Ana Pizarroso	00:29-00:30
	LOCA 1	Y Carlota Duarte	00:30-00:31
		Música pasa a primer plano	00:32-00:40
<b>INTRODUCCIÓN</b>	LOCA 2	Hoy vamos a dedicar el episodio al deporte [...] de la mujer ha sido y es bastante escasa.  Entra colchón musical 00:40-03:27	00:41-00:56
<b>CUERPO</b>	LOCA 1	Ya hablamos en el capítulo [...] la segunda división española.	00:56-01:14
	LOCA 2	Ya se cogió un poco más el ritmo [...] a Primera División en 2019.	01:14-01:22
	LOCA 1	Esto fue especialmente importante, [...] internacional, en la Europa League.	01:22-01:34
	LOCA 2	La extremeña siempre ha tenido [...] para la escuela de árbitros de Navalморal en 2020.	01:34-01:44
	Corte 1	“Simplemente pues ahora todas esas chicas [...] con	01:44-02:00

		mucho trabajo y mucho sacrificio”	
	LOCA 1	Por otra parte, a nivel europeo fueron un año por [...] por mi pronunciación	02:00-02:12
	LOCA 2	Este año hemos dado un pasito para atrás. [...] ninguna representación femenina.	02:12-02:34
	LOCA 1	Sin embargo, no todo está perdido. [...] segunda división masculina de fútbol.	02:34-02:50
	LOCA 2	Por otro lado, la Copa de América de 2024 contó [...] pero es mejor que nada.	02:51-03:02
	LOCA 1	Por último, la extremeña María Ángeles García Chaves [...] fútbol en lograrlo, después de Eva Parera.  Sale colchón musical 00:41-03:27	03:03-03:27
<b>SINTONÍA</b>			03:27-03:34
<b>INTRODUCCIÓN ENTREVISTA</b>	LOCA 2	No hay duda de que en los últimos años se [...] mediática siempre ha sido muy inferior.	03:34-03:51
	LOCA 1	Además de los insultos y amenazas que [...] y la discriminación de género que tal vez no tenga todo el mundo.	03:51-04:09

	LOCA 2	Para ello, en este capítulo hemos querido invitar a Rocío Balongo. [...] mundo de primera mano.	04:09-04:21
<b>ENTREVISTA ROCÍO BALONGO</b>			04:23-30:50
<b>SINTONÍA</b>			30:50-30:58
<b>CIERRE</b>	LOCA 2	Después de esto llegamos al final del capítulo [...] más equidad y respeto en el césped	30:59-31:09
	LOCA 1	No olvides seguirmos en nuestra de [...] ¡Hasta la próxima!	31:09-31:15
	LOCA 2	¡Chao!	31:15-31:16
<b>MÚSICA DE CIERRE</b>			31:16-31:22

**Guion técnico-literario Capítulo II.** *Fuente:* Elaboración propia

### 3.3 Capítulo III

En este capítulo cuenta con una duración de 31 minutos y 30 segundos. En él se presenta una entrevista exclusiva con Esperanza Mendoza, una de las dos árbitras que actualmente están en cima del baloncesto español, la ACB. A través de su experiencia, Esperanza nos lleva a conocer el mundo del arbitraje de élite desde dentro y los retos a los que se ha enfrentado para llegar a lo más alto del baloncesto, un deporte, que al igual que fútbol, ha sido dominado por hombres.

A lo largo de la conversación, Espe comparte su trayectoria profesional, desde sus inicios hasta alcanzar la ACB. Además, se profundiza en tema un tanto polémico en la sociedad actual: ser madre y no querer dejar de lado tu carrera profesional. Este capítulo no busca únicamente visibilizar la experiencia de Esperanza, sino también avanzar hacia una mayor equidad en el arbitraje femenino dentro del baloncesto.

#### 3.3.1 Preproducción

Para la elaboración de este capítulo, al igual que los anteriores, se trabajó en la estructuración del guion y las preguntas para la entrevista con Esperanza Mendoza. Tras ello, se llevó a cabo una búsqueda de información sobre el tema a tratar, así cómo seleccionar los cortes de voz que queríamos emplear.

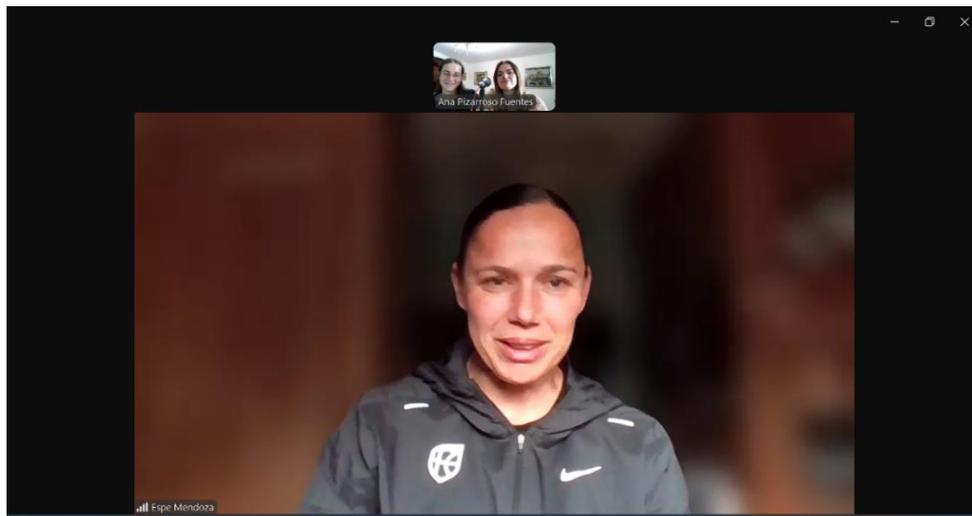
Por otro lado, algo que nos resultó un poco difícil fue coordinar la entrevista con Espe, porque acaba de ser mamá y tenía la agenda muy complicada, aún así nos adaptamos a su disponibilidad y se programó la grabación por *Zoom*. Como en todos los capítulos, mi compañero y yo nos organizamos para grabar el resto del episodio en su casa con el material recogido en la universidad.

#### 3.3.2 Producción

En cuanto al proceso de producción de este episodio del podcast ha seguido la misma estructura que el anterior. Como en los demás capítulos, se realizó la grabación principal en casa de Carlota, siguiendo el guion. Para la entrevista, la grabación se llevó a cabo por *Zoom*.

Por otro lado, mi compañera y yo nos reunimos para grabar otras partes del episodio, utilizando el material técnico proporcionado por la universidad.

### Imagen 13- Entrevista a Esperanza Mendoza por Zoom

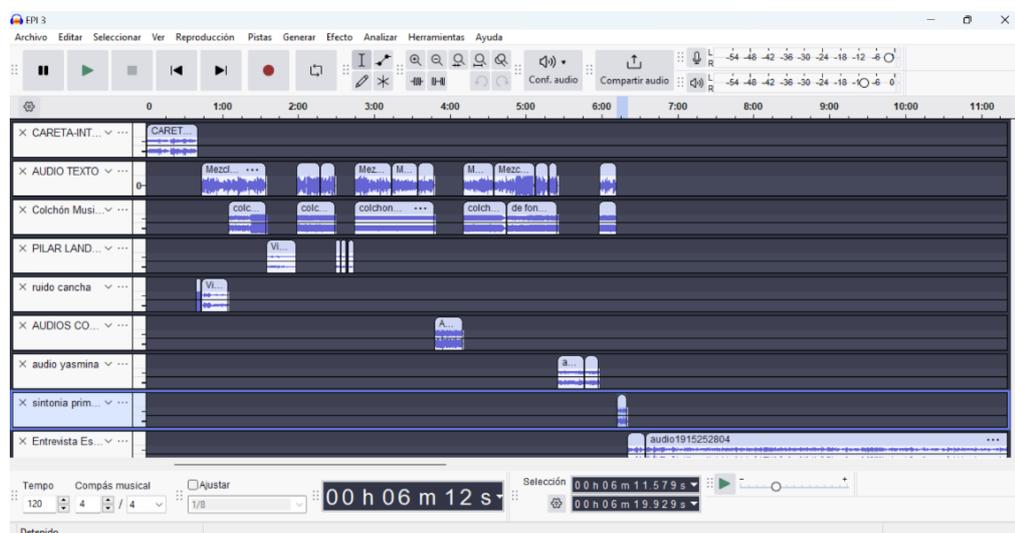


*Fuente: Captura de Zoom*

### 3.3.3 Postproducción

Tras tener todo el contenido grabado, continuamos con el siguiente paso: la edición. Para realizar este proceso hemos empleado el programa de edición *Audacity*. En esta fase, se cortan las partes innecesarias, así como efectos de sonido, careta, seleccionar la música o ajustes de audio. Una fase que nos ha requerido mucho tiempo ya que Carlota y yo tenemos distinto tono voz y nos ha costado ajustar ambas voces. Una vez terminada la edición, escuchamos el episodio por si hay algún error o queremos hacer algún cambio e hicimos el guion técnico-literario.

### Imagen 14- Proceso de edición del capítulo III del Podcast en Audacity



*Fuente: Captura del programa edición Audacity*

### 3.3.4 Guion técnico-literario

	Locutor	Texto	Duración
<b>CARETA</b>		Música (00:00-00:20) Voz (00:09-00:12)	00:00-00:19
<b>PRESENTACIÓN</b>	LOCA 1	Bienvenidos a un silbato morado, [...] desde el centro del campo	00:20-00:00:29
	LOCA 2	Somos Ana Pizarroso	00:29-00:30
	LOCA 1	Y Carlota Duarte	00:30-00:31
		Música pasa a primer plano	00:32-00:39
<b>INTRODUCCIÓN</b>	LOCA 2	Entra sonido ambiente pabellón PP 00:39-00:41  Sonido ambiente pabellón PF 00:41-01:02  Hoy hablaremos sobre el deporte del baloncesto [...] el Coren de Orense.	00:41-00:52
<b>CUERPO</b>	LOCA 1	Era un sábado por la noche y en torno a 7.500 personas [...] que estuvo 12 temporadas.  Sale sonido ambiente 00:41-01:02  Entra colchón musical 1 01:02-04:43	00:52-01:10
	LOCA 2	35 años tuvieron que pasar desde que se fundó [...] hasta ese momento.	01:10-01:17

	LOCA 1	De hecho, Pilar empezó en este [...] Logos Basket Sedaví.	01:17-01:31
	CORTE 1	“Por un lado había los prejuicios [...] principalmente a la maternidad”	01:31-01:55
	LOCA 2	En baloncesto, las mujeres no fueron olímpicas [...] Esperanza Mendoza y Yasmina Alcaraz.	01:55-02:14
	LOCA 1	Gracias a todas, la élite del baloncesto español [...] en términos de igualdad.	02:14-02:27
	CORTE 2	“Hay ahora mismo un movimiento social [...] tema de los prejuicios”	02:27-02:41
	LOCA 2	También cuenta que, desde el área técnica [...] confianza en sí mismas.	02:41-02:54
	LOCA 1	En la Liga Femenina Endesa y la LEB Oro [...] Primera FEB	02:54-02:59
	LOCA 2	Que son la primera división femenina y la segunda masculina	02:59-03:02
	LOCA 1	Ya hay 10 mujeres árbitras [...] Federación Española de Baloncesto.	03:02-03:11
	LOCA 2	Por otro lado, hay otras 16 árbitras participando en competiciones [...]este camino.	03:11-03:31
	LOCA 1	Este año el arbitraje femenino ha vuelto a dar un salto [...]en la ciudad vasca.	03:31-03:45
	CORTE 3	“Porque este es el trio encargado [...] Yasmina Alcaraz”	03:45-04:08

	LOCA 2	El arbitraje en baloncesto [...] donde aparece el miedo y la incertidumbre.	04:08-04:32
	LOCA 1	Nunca dejó de lado [...] que su propia familia.  Sale colchón musical 1 01:02-04:43  Entra colchón musical 2 04:43-06:09	04:32-04:50
	LOCA 2	El miedo la invadió y no lo comunicó [...] unos kilillos de más.	04:51-05:03
	LOCA 1	Por suerte en la ACB hay un [...] nuevo para la liga.	05:04-05:15
	LOCA 2	Volviendo al tema [...] para la ACB.	05:15-05:22
	CORTE 4	Me siento super integrada [...] me tratan igual	05:22-05:55
	LOCA 1	En el ámbito internacional esto se [...] le trate como a uno más.  Sale colchón musical 2 04:43-06:09	05:55-06:09
<b>SINTONÍA</b>			06:09-06:17
<b>INTRODUCCIÓN ENTREVISTA</b>	LOCA 2	Para profundizar en este tema tenemos a una invitada increíble. [...] el arbitraje femenino.	06:17-06:31
<b>ENTREVISTA ESPERANZA MENDOZA</b>			06:31-31:04
<b>SINTONÍA</b>			31:04-31:12

	LOCA 2	Después de esta maravillosa entrevista [...] la igualdad en el deporte.	31:12-31:32
	LOCA 1	No olvides seguimos en nuestras redes sociales [...] ¡Hasta la próxima!	31:32-31:24
<b>MÚSICA DE CIERRE</b>			31:24-31:30

**Guion técnico-literario Capítulo III.** *Fuente:* Elaboración propia

### 3.4 Capítulo IV

Este cuarto episodio, cuenta con una duración de 24 minutos y 39 segundos, presenta una mirada al arbitraje femenino en voleibol a través de las voces de Raquel Montero, jugadora de voleibol que nos proporciona valiosos cortes de voz sobre el tema, y Alba Ramírez, árbitra y jugadora de voleibol.

Este capítulo trata de visibilizar la experiencia de la mujer en el voleibol, un deporte que siempre ha tenido una presencia mayoritariamente femenina, a diferencia de los deportes que hemos tratado en capítulos anteriores.

#### 3.4.1 Preproducción

El proceso de preproducción del episodio sobre voleibol ha sido igual que episodios anteriores. Para ello, se estructuró el guion, se realizó una búsqueda de información. Una parte fundamental del proceso fue contactar con Raquel Montero, a quién hicimos una preguntas para sacar cortes de voz e incluirlos en el episodio. En cambio, con Alba Ramírez se coordinó una fecha para grabar la entrevista. Tras ello, Carlota y yo nos coordinamos para grabar el resto del capítulo.

#### 3.4.2 Producción

El proceso de producción de este capítulo ha sido el mismo que los anteriores, grabar la entrevista por *Zoom*, reunirnos en casa de Carlota para grabar otras partes del episodio, etc.

**Imagen 15-** Entrevista a Alba Ramírez por *Zoom*

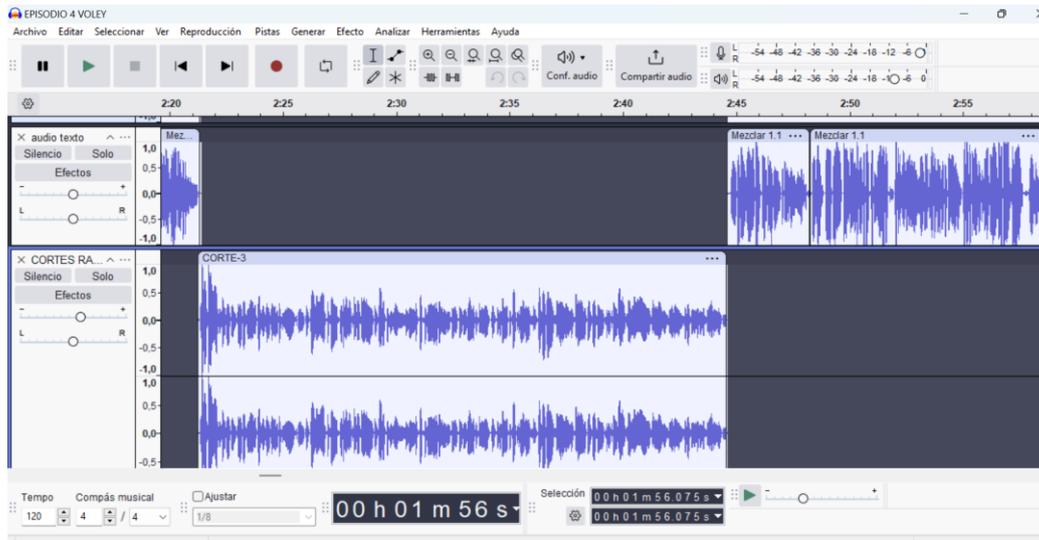


*Fuente: Collage realizado a partir de Capturas de Zoom*

### 3.4.3 Postproducción

Este proceso ha sido el mismo que los anteriores, empleando el programa de *Audacity* para la edición, realización del guion técnico-literario, escucha de capítulos, seleccionar los cortes que queremos, etc.

**Imagen 16-** Proceso de edición del capítulo IV del *Podcast* en *Audacity*



*Fuente: Captura del programa edición Audacity*

### 3.4.4 Guion técnico-literario

	Locutor	Texto	Duración
<b>CARETA</b>		Música (00:00-00:20) Voz (00:09-00:12)	00:00-00:19
<b>PRESENTACIÓN</b>	LOCA 1	Bienvenidos a un silbato morado [...] desde el centro del campo	00:20-00:00:29
	LOCA 2	Somos Ana Pizarroso	00:29-00:30
	LOCA 1	Y Carlota Duarte	00:30-00:31
		Música pasa a primer plano	00:32-00:38
<b>INTRODUCCIÓN</b>	LOCA 2	Hoy vamos a dedicar el episodio al deporte	00:38-00:55

		del voleibol [...] cada 1 hombre. Entra colchón musical 00:38-	
<b>CUERPO</b>	LOCA 1	Hemos tenido la ocasión de hablar [...] Esto es lo que nos ha contado	00:55-01:03
	CORTE 1	“Creo que siempre el voleibol [...] fichas de licencia”	01:03-01:20
	LOCA 2	Aunque el masculino [...] entre ambos.	01:20-01:26
	CORTE 2	“No creo que haya competitividad [...] cada grupo tiene sus propios objetivos”	01:26-01:45
	LOCA 1	Remontándonos un poco a la historia del vóley [...] educación física.	01:45-01:54
	LOCA 2	Históricamente, siempre ha sido más popular entre mujeres. [...] un deporte “para chicas” entre comillas.	01:54-02:05
	LOCA 1	No es común que los niños [...] en la época de la adolescencia.	02:05-02:11
	LOCA 2	Por esta razón el arbitraje femenino [...] en los últimos años.	02:11-02:17
	CORTE 3	“Creo que es una decisión propia [...] decisión personal y ya está”	02:17-02:41
	LOCA 1	¿En el caso del vóley hay tres colegiados o colegiadas, no Ana?	02:41-02:44
	LOCA 2	Así es, primero tenemos al árbitro principal [...] los dos	02:44-03:07

		siguientes, cuéntanos, Carlo.	
	LOCA 1	Pues así es, el primer arbitro cuenta con un asistente [...] en caso de alguna falta.	03:07-03:24
	LOCA 2	Por último, tenemos los jueces de línea [...] de salir del campo.	03:24-03:37
	LOCA 1	En estos últimos años, el voleibol [...] en sus terceros juegos como árbitra.	03:37-03:56
	LOCA 2	Tal y como explica la propia [...] que se puede llegar.	03:56-04:04
	LOCA 1	Si, Ana y es un premio [...] entre un árbitro y una arbitra.	04:04-04:11
	CORTE 4	“Probablemente, es la mujer [...] los dos por igual”	04:11-04:30
	LOCA 2	Volviendo a Susana lleva toda la vida metida en el mundo [...] eligió el arbitraje.	04:30-04:49
	LOCA 1	Y ahora pasamos a la entrevista de hoy, ¿no Ana?	04:49-04:52
	LOCA 2	Sí	04:52-04:53
			04:53-05:01
<b>PRESENTACIÓN ENTREVISTA</b>	LOCA 1	Hoy tenemos con nosotras a Alba Ramírez, una excelente árbitro de 22 años con mucha experiencia como jugadora también.	05:01-05:10
<b>ENTREVISTA ALBA RAMÍREZ</b>			05:10-24:08

<b>SINTONÍA</b>			24:08-24:15
<b>CIERRE</b>	LOCA 2	Y con esto llegamos al final del episodio. [...] la igualdad en el deporte.	24:15-24:24
	LOCA 1	No olvides seguirnos [...] ¡Nos vemos en el siguiente!	24:24-24:30
	LOCA 2	¡Hasta la próxima!	24:30-24:31
<b>MÚSICA DE CIERRE</b>			24:31-24:39

**Guion técnico-literario Capítulo IV.** *Fuente:* Elaboración propia

### 3.5 Capítulo V

Este capítulo dura 27 minutos y 2 segundos, se centra en el patinaje artístico, hablando sobre las experiencias y desafíos a los que se enfrenta, aunque de todos los deportes visto hasta ahora, es el único dominado por la mujer.

La entrevista con Claudia Rodríguez, árbitra de patinaje artístico, gracias a su experiencia conocemos su visión más profunda sobre su trayectoria en una rama deportiva donde hay más presencia femenina que masculina, pero donde también existen barreras. Por otro lado, los cortes de voz de Pau Vilella, patinador, nos ayudan a ofrecer una visión interna del rol del hombre en este deporte.

#### 3.5.1 Preproducción

Al igual que en los capítulos anteriores, en esta fase hemos contactado con la entrevistada, Claudia y con Pau Vilella, patinador, para conocer su visión como hombre en un deporte tradicionalmente masculino. Además, trabajamos en la estructuración del guion y en la formulación de las preguntas para la entrevista. Posteriormente, se concretó un día para la realización de la entrevista, y Carlota y yo coordinamos las fechas para la grabación con el material recogido en la universidad.

**Imagen 17-** Equipo de grabación proporcionado por la universidad



*Fuente: Elaboración propia*

### 3.5.2 Producción

El proceso de producción de este capítulo ha sido similar al de los anteriores, incluyendo la grabación de la entrevista a través de *Zoom* y la reunión en casa de Carlota para grabar otras partes del episodio, entre otros aspectos.

**Imagen 18-** Entrevista a Claudia Rodríguez por *Zoom*

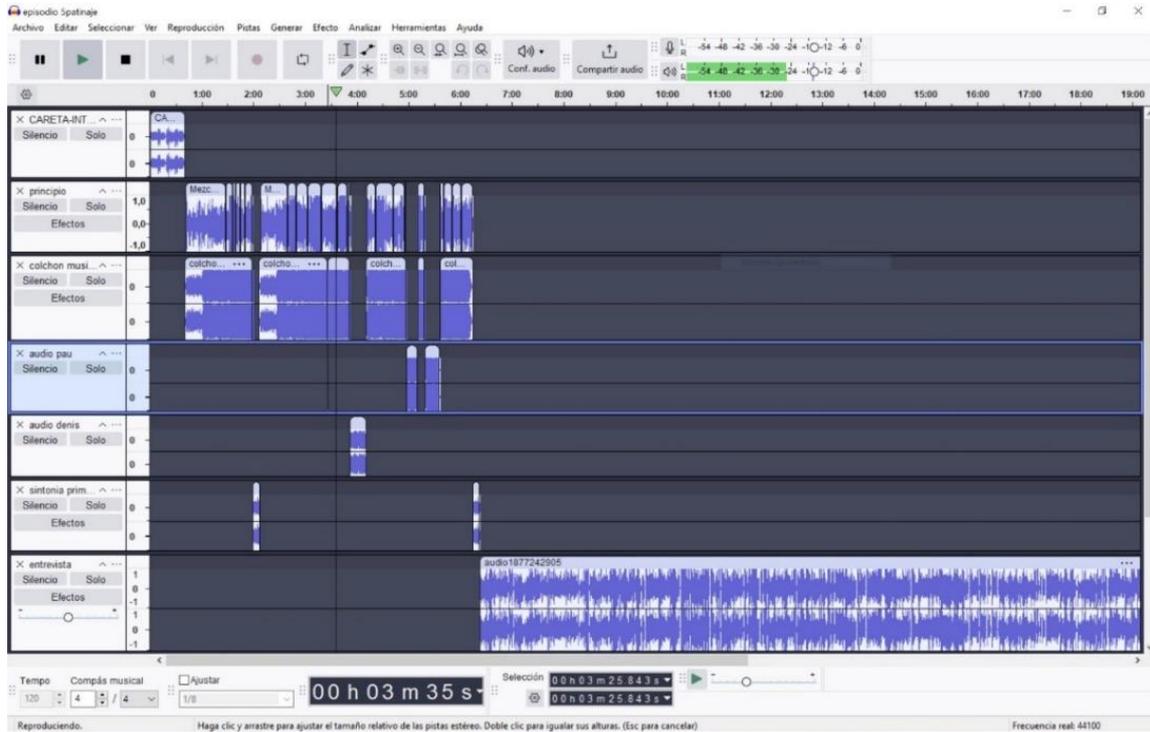


*Fuente: Captura de Zoom*

### 3.5.3 Postproducción

Este proceso ha sido similar al de los capítulos anteriores, utilizando el programa *Audacity* para la edición. Incluyó la elaboración del guion técnico-literario, la escucha de los capítulos grabados y la selección de los cortes que deseamos incluir en el episodio, entre otros aspectos.

**Imagen 19-** Proceso de edición del capítulo V del *Podcast* en *Audacity*



*Fuente: Captura de Audacity*

### 3.5.4 Guion técnico-literario

	Locutor	Texto	Duración
<b>CARETA</b>		Música (00:00-00:20) Voz (00:09-00:12)	00:00-00:19
<b>PRESENTACIÓN</b>	LOCA 1	Bienvenidos a un silbato morado [...] desde el centro del campo	00:20-00:00:29
	LOCA 2	Somos Ana Pizarroso	00:29-00:30
	LOCA 1	Y Carlota Duarte	00:30-00:31
		Música pasa a primer plano	00:32-00:36
<b>INTRODUCCIÓN (Deporte del patinaje)</b>	LOCA 2	En el episodio de hoy, vamos a irnos un [...] Efectivamente, hablamos sobre el patinaje artístico.	00:36-00:50

		Entra colchón musical 00:36-01:56	
	LOCA 1	Este deporte tiene origen neerlandés, con [...] callejero... nosotras nos vamos a centrar en el artístico.	00:50-01:08
	LOCA 2	Este deporte es bastante [...] una gran capacidad de concentración.	01:08-01:26
	LOCA 1	Como te podrás imaginar, [...] varias figuras claves, ¿no Ana?:	01:26-01:33
	LOCA 2	Así es, en primer lugar, está El delegado, que acompaña al entrenador.	01:33-01:37
	LOCA 1	Los jueces, que son los [...] Son siempre un número impar.	01:38-01:42
	LOCA 2	El juez árbitro, el que sortea el orden de salida de los patinadores.	01:42-01:47
	LOCA 1	Y, por último, Los calculadores, que son [...] y el auxiliar.  Sale colchón musical 00:36-01:56	01:47-01:56
<b>SINTONÍA</b>			01:56-02:04
<b>CUERPO</b>	LOCA 2	En el patinaje pasa un poco [...] visión más femenina que masculina.  Entra colchón musical 02:04-06:17	02:04-02:13

	LOCA 1	El machismo no es una cosa que afecte a las [...] con lo que el patriarcado espera de ellos.	02:13-02:24
	LOCA 2	Los hombres que lloran, [...] o la natación artística, por ejemplo.	02:24-02:37
	LOCA 1	Muchos son los deportistas [...] sociedad decide que son de chicas.	02:37-02:46
	LOCA 2	Por ejemplo, Pau Ribes, [...] en competiciones europeas hasta su retirada en 2022.	02:47-03:00
	LOCA 1	Él ha sido siempre muy abierto [...] el que siempre era el único de su género.	03:00-03:16
	LOCA 2	Cuenta también como fue [...] travesti solo por practicar este deporte.	03:16-03:35
	LOCA 1	Otro ejemplo de esto es Dennis González, [...] ¡No tiene ningún sentido esto!	03:35-03:46
	LOCA 2	Dennis compartía en un Tik Tok lo siguiente:	03:46-03:49
	CORTE 1	“Que yo no sé si estamos en el siglo XXI [...] comentarios así le va a afectar, y no quiero eso”	03:49-04:14
	LOCA 2	En fin, lo que hay que oír. [...] placer de hablar con Pau Vilella.	04:14-04:26

	LOCA 1	Para los que no lo sepan, [...] Juegos Olímpicos de la Juventud.	04:26-04:46
	LOCA 2	Pau nos ha contado que empezó a patinar de chiripa, [...] ;Y mira hasta donde ha llegado!	04:46-04:59
	LOCA 1	Pau nos ha comentado lo siguiente.	05:00-05:02
	CORTE 2	“A lo mejor la gente piensa que el patinaje es un [...] también hay chicos”	05:02-05:15
	LOCA 1	En su experiencia, nos ha contado [...] del deporte por su género.	05:15-05:22
	CORTE 3	“Por mi parte creo que no hay machismo [...] no todos lo son”	05:22-05:39
	LOCA 1	Este tema lo trataremos un poco más adelante con nuestra invitada.	05:39-05:44
	LOCA 2	Volviendo un poco a lo que estábamos hablando, [...] a la cabeza: Javier Fernández López	05:44-05:54
	LOCA 1	Como dice ANA, a Javier [...] puesto en el Campeonato Mundial.	05:54-06:03
	LOCA 2	Efectivamente y en su tercera [...] ahora se dedica a dar clases.  Sale colchón musical 02:04-06:17	06:03-06:17
<b>SINTONÍA</b>			06:17-06:26

<b>INTRODUCCIÓN ENTREVISTA</b>	LOCA 2	Para este episodio contamos con [...] poco sobre su experiencia en este mundillo.	06:26-06:38
<b>ENTREVISTA CLAUDIA RODRÍGUEZ</b>			06:38-26:05
<b>SINTONÍA</b>			26:05-26:14
<b>CIERRE</b>	LOCA 1	Bueno, vaya entrevista más interesante, [...] ¿no Ana?	26:14-26:26
	LOCA 2	Pues resulta que nos hemos puesto [...] De los 12 que ha habido, si si, todos chicos.	26:26-26:33
	LOCA 1	Incluso cuando es un ámbito que se supone que es femenino, no hay mujeres en cargos altos. ¡Esto es increíble!	26:33-26:42
	LOCA 2	Y con esto cerramos el penúltimo capítulo de esta temporada, muchas gracias por escucharnos	26:43-26:47
	LOCA 1	No olvides seguirnos en nuestra de [...] ¡Nos vemos en el siguiente!	26:47-26:54
	LOCA 2	¡Hasta la próxima!	26:54-26:55
<b>MÚSICA DE CIERRE</b>			26:55-27:02

**Guion técnico-literario Capítulo V. Fuente:** Elaboración propia

## 3.6 Capítulo VI

Este capítulo de 31 minutos y 29 segundos de duración trata de centrarse en la salud mental de las árbitras. En esta ocasión, contamos con la valiosa participación de Álvaro Muelas, gracias a él hemos podido conocer una perspectiva profesional sobre cómo las experiencias y presiones del arbitraje femenino pueden influir en la salud mental de las mujeres que desempeñan este papel.

### 3.6.1 Preproducción

El proceso de preproducción de este episodio ha sido similar al de los episodios anteriores. Se comenzó con la estructuración del guion y una exhaustiva búsqueda de información. Una parte crucial de este proceso fue el contacto con Álvaro. Después de eso, Carlota y yo nos coordinamos para grabar el resto del capítulo.

### 3.6.2 Producción

El proceso de producción de este capítulo se ha llevado a cabo de manera análoga a los anteriores. Esto incluye la grabación de la entrevista por *Zoom*, así como las reuniones en casa de Carlota para registrar otras secciones del episodio, entre otros elementos.

#### **Imagen 20-** Entrevista a Álvaro Muelas por *Zoom*

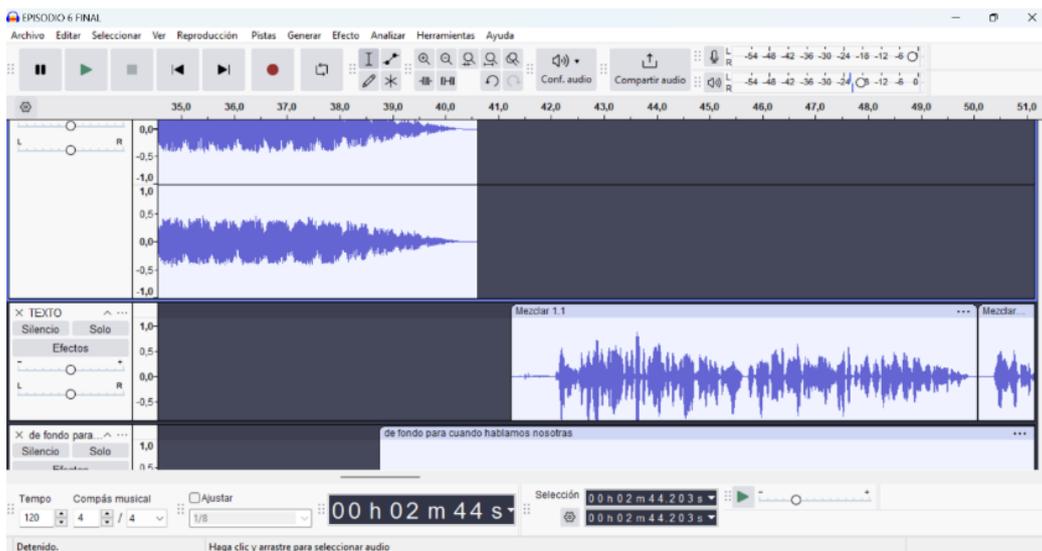


*Fuente: Captura de Zoom*

### 3.6.3 Postproducción

Este proceso ha seguido la misma dinámica que en capítulos anteriores, haciendo uso del programa *Audacity* para la edición. Incluyó la creación del guion técnico-literario, la revisión de los capítulos grabados y la elección de los cortes que queremos incorporar al episodio, entre otros elementos.

**Imagen 21-** Proceso de edición del capítulo VI en *Audacity*



*Fuente: Captura del programa edición Audacity*

### 3.6.4 Guion técnico-literario

	Locutor	Texto	Duración
<b>CARETA</b>		Música (00:00-00:20) Voz (00:09-00:12)	00:00-00:19
<b>PRESENTACIÓN</b>	LOCA 1	Bienvenidos a un silbato morado [...] desde el centro del campo	00:20-00:00:29
	LOCA 2	Somos Ana Pizarroso	00:29-00:30
	LOCA 1	Y Carlota Duarte	00:30-00:31
		Música pasa a primer plano	00:32-00:39

<b>CUERPO</b>	LOCA 2	<p>Bueno, nos encontramos en el último episodio [...] os hemos contado.</p> <p>Entra colchón musical 00:40-02:45</p>	00:40-00:49
	LOCA 1	<p>Una vez ya contextualizado el arbitraje femenino en España [...] dominadas por hombres</p>	00:49-01:04
	LOCA 2	<p>El arbitraje, como muchas otras áreas del deporte [...] respetados.</p>	01:04-01:16
	LOCA 1	<p>Es por ello por lo que las mujeres árbitras [...] y sobre todo de los aficionados.</p>	01:16-01:28
	LOCA 2	<p>Este machismo en el entorno deportivo [...] a sentir infravaloradas por sus compañeros o jefes.</p>	01:28-01:41
	LOCA 1	<p>Aunque las mujeres han comenzado a abrirse camino [...] su gran talento.</p>	01:41-01:55
	LOCA 2	<p>El cambio cultural dentro ha sido bastante [...] anteriores capítulos.</p>	01:55-02:10
	LOCA 1	<p>Los jugadores, entrenadores y aficionados [...] hacen que el cambio sea aún más difícil de lograr.</p>	02:10-02:29
	LOCA 2	<p>Muchas mujeres están demostrando [...] deporte más inclusivo y equitativo.</p> <p>Sale colchón musical 00:40-02:45</p>	02:29-02:45

<b>SINTONÍA</b>			02:45-02:53
<b>PRESENTACIÓN ENTREVISTA</b>	LOCA 1	Para profundizar y reflexionar [...] todo esto a la salud mental.	02:53-03:06
	LOCA 2	Un tema muy importante y presente [...] y lo compagina con ser profesor de universidad.	03:06-03:15
<b>ENTREVISTA ÁLVARO MUELAS</b>			03:15-30:35
<b>SINTONÍA</b>			30:35-30:44
<b>CIERRE</b>	LOCA 2	Y después de esta entrevista terminamos [...] arbitraje femenino en España.	30:44-30:49
	LOCA 1	Esperamos que estos episodios [...] se enfrentan las mujeres en estos deportes.	30:49-30:56
	LOCA 2	Y que poco a poco se sigan rompiendo nuevas barreras para que el arbitraje femenino siga creciendo.	30:56-31:01
	LOCA 1	Queremos lanzar un agradecimiento a nuestros invitados: Rocío, Espe, Alba, Claudia y Álvaro por su amabilidad al prestarnos su tiempo y sabiduría.	31:01-31:09
	LOCA 2	De nuestro tutor David, no nos olvidamos. Gracias por guiarnos y ser tan majo siempre.	31:09-31:14
	LOCA 1	Y una mención especial a Leo por la parte que le toca y por aguantarnos.	31:14-31:17

	LOCA 2	Y a ti, si has llegado hasta aquí, muchas gracias por tu tiempo y tu apoyo.	31:17-31:21
	LOCA 1	Un beso pa ti. Muah	31:21-31:22
	LOCA 2	¡Hasta pronto!	31:22-31:23
<b>MÚSICA DE CIERRE</b>			31:23-31:29

**Guion técnico-literario Capítulo VI.** *Fuente:* Elaboración propia

#### 4. Conclusiones

Este pequeño proyecto me ha permitido adentrarme en el fascinante mundo del *podcasting*, así como en las dificultades que conlleva. Desde el principio, tuve claro que quería desarrollar un *podcast* como Trabajo de Fin de Grado, ya que quería presentar un trabajo ameno, divertido y, sobre todo, sentir que contribuía a algo más significativo que simplemente redactar. Gracias a esta elección, he logrado fusionar dos de mis grandes pasiones que forman parte de mi día a día: el arbitraje y el periodismo.

A través de estas dos disciplinas, he tenido la oportunidad de compartir historias y experiencias de diversas mujeres en varios deportes, dando voz a su invaluable papel en un ámbito que históricamente ha sido dominado por hombres. Este proyecto no solo ha resaltado la importancia de su labor, sino que también ha subrayado la necesidad de seguir rompiendo barreras y luchando por la igualdad de género en el deporte.

Además, este proceso me ha enseñado sobre la relevancia de crear espacios donde las mujeres puedan expresar sus vivencias y desafíos, fomentando una mayor visibilidad y reconocimiento en el ámbito del arbitraje. Espero que, al compartir estas historias, se inspire a más mujeres a seguir sus pasos y que se reconozca la valía del arbitraje femenino en todas sus dimensiones.

## 5. Bibliografía

- Ballesteros, M. (2024, junio 18). Sin mujeres árbitros en la Eurocopa: tampoco habrá ni una en los Juegos Olímpicos. ElDesmarque.  
[https://www.eldesmarque.com/futbol/eurocopa/20240618/eurocopa-2024-mujeres-arbitro-mundial-qatar-2024\\_300366827.html](https://www.eldesmarque.com/futbol/eurocopa/20240618/eurocopa-2024-mujeres-arbitro-mundial-qatar-2024_300366827.html)
- Boira, P. (2021, agosto 11). Las mujeres en el deporte olímpico español: así deja Tokio 2020 el histórico de medallas femeninas. Newtral.  
<https://www.newtral.es/medallas-femeninas-espanolas-juegos-olimpicos-tokio/20210811/>
- Bonner, Burns y Reneau hacen historia como las primeras árbitras en el Mundial masculino. (2023, septiembre 4). Fiba.basketball.  
<https://www.fiba.basketball/es/basketballworldcup/2023/news/bonner-burns-reneau-make-history-as-first-women-referees-at-men-world-cup>
- Ch, S. S. (2024, junio 19). «Me he ganado el puesto»: mujeres rompen barreras en el arbitraje de la Copa América. www.swissinfo.ch.  
<https://www.swissinfo.ch/spa/%22me-he-ganado-el-puesto%22%3a-mujeres-rompen-barreras-en-el-arbitraje-de-la-copa-am%c3%a9rica/81121674>
- Dos árbitras en un partido acb. (s/f). Acb.com. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://acb.com/articulo/ver/442644-surne-bilbaobaxi-manresa-primer-partido-de-liga-endesa-con-dos-arbitras.html>
- El Larguero. (s/f). Spotify. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://open.spotify.com/show/0Bhyr7HDEijAinRGEyTVmm>
- El machismo del fútbol está en las gradas. (s/f). Mujeresenigualdad.com. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de [https://www.mujeresenigualdad.com/El-machismo-del-futbol-esta-en-las-gradas\\_es\\_1\\_1221.html](https://www.mujeresenigualdad.com/El-machismo-del-futbol-esta-en-las-gradas_es_1_1221.html)
- El Voleibol lidera el crecimiento de licencias federativas en España. (s/f). Rfevb.com. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.rfevb.com/n/el-voleibol-lidera-el-crecimiento-de-licencias-federativas-en-espana>
- Es, R. (2021, noviembre 26). El deporte femenino español, muy lejos de lograr la igualdad. RTVE.es. <https://www.rtve.es/deportes/20211126/radiografia-deporte-femenino-espana-lejos-igualdad/2234307.shtml>

- Fac. C. C. Actividad Física y Deporte-INEF Universidad Politécnica de Madrid. (2010). LAS MUJERES Y EL DEPORTE: Evolución y situación actual. <https://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20100805132024Elida%20Alfaro.pdf>
- Fraga, A. B. (2013, septiembre 12). Qué es iVoox y cómo funciona. Mundo Deportivo. <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/tecnologia/articulo/que-es-ivoox-y-como-funciona-21146.html>
- García, A. (2024, febrero 8). Eva Parera, nueva candidata a la presidencia de la RFEF. Offsider. <https://offsidersports.com/eva-parera-la-primera-mujer-que-se-presenta-como-candidata-a-la-presidencia-de-la-rfef/>
- García, H. (2019, mayo 1). El valor de las mujeres para arbitrar en el deporte. Revista Haz. <https://hazrevista.org/rsc/2019/05/el-valor-de-las-mujeres-para-arbitrar-en-el-deporte/>
- García-Marín, D. (2019). La radio en pijama. Origen, evolución y ecosistema del podcasting español. Estudios sobre el mensaje periodístico, 25(1), 181–196. <https://doi.org/10.5209/esmp.63723>
- Género y deporte: ¿Por qué existe la tendencia de asociarlo al hombre? (2008, noviembre 17). Educaweb.com; Educaweb. <https://www.educaweb.com/noticia/2008/11/17/genero-deporte-3307/>
- Historia del patinaje. (s/f). Fep.es. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de [https://fep.es/website/infoFep\\_historia.asp](https://fep.es/website/infoFep_historia.asp)
- JJ. OO. de Verano: porcentaje de mujeres participantes 1896-2024. (s/f). Statista. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://es.statista.com/estadisticas/577583/porcentaje-de-mujeres-participantes-en-los-juegos-olimpicos/>
- Julià, C. (2023, febrero 22). Árbitras en la ACB: tres décadas de lucha y conquistas. Marca. <https://www.marca.com/baloncesto/acb/2023/02/22/63f54312268e3e0b178b45c7.html>
- Largo, M., López, L., & Cabrera, N. (2020, agosto 31). Las pioneras del deporte femenino. La Vanguardia. <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200831/483073907771/pioneras-deporte-femenino-mujeres-exito.html>

- Lascoiti, G. F. (2024, enero 18). Rosa María Bonet, la primera árbitra de España: “Me suspendieron el práctico para ver si me desanimaba”. Antena 3 Noticias.  
[https://www.antena3.com/noticias/deportes/futbol/rosa-maria-bonet-primera-arbitra-espana-suspendieron-practico-ver-desanimaba\\_2024011865a94432014c8a0001d21d1a.html](https://www.antena3.com/noticias/deportes/futbol/rosa-maria-bonet-primera-arbitra-espana-suspendieron-practico-ver-desanimaba_2024011865a94432014c8a0001d21d1a.html)
- Martín, A. (2021, abril 20). “Además de juez, tengo que ser un poco actriz”. Por qué hay tan pocas árbitras en deportes masculinos. Ediciones EL PAÍS S.L.  
<https://elpais.com/deportes/lo-inteligente-es-seguir/2021-04-20/pocas-mujeres-consilbato-entre-gigantes.html>
- Moreno, A. (2024, marzo 9). Mujer y árbitra, oficio de alto riesgo. Cordópolis.  
[https://cordopolis.eldiario.es/cordoba-hoy/sociedad/mujer-arbitra-oficio-alto-riesgo\\_1\\_10986504.html](https://cordopolis.eldiario.es/cordoba-hoy/sociedad/mujer-arbitra-oficio-alto-riesgo_1_10986504.html)
- Pioneras: Rosa Bonet, la primera árbitra española. (2023, mayo 30). Burelafs.org.  
<https://burelafs.org/pioneras-rosa-bonet-la-primera-arbitra-espanola-no-5679/>
- Poco a poco y buena vibra. (s/f). Spotify. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://open.spotify.com/show/5EheXkaQdSO5q27LT3spJo>
- Podcast. (s/f). ingeniatic. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.etsist.upm.es/estaticos/ingeniatic/index.php/tecnologias/item/555-podcast%3Ftmpl=component&print=1.html>
- ¿Qué es Spotify? (s/f). Spotify. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://support.spotify.com/es/article/what-is-spotify/>
- Radio, P. (s/f). Estirando el chicle. Podium Podcast. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.podiumpodcast.com/podcasts/estirando-el-chicle-podium-os/>
- Sánchez-Bravo, L. (2023, noviembre 15). Yasmina Alcaraz: “Pospuse mi embarazo porque tenía miedo de que afectara a mi carrera arbitral”. El Mundo.  
<https://www.elmundo.es/deportes/baloncesto/liga-endesa/2023/11/15/65548fffe85ece19658b45c7.html>
- SportYou. (2022, agosto 1). Nuevo caso de violencia en el fútbol: una árbitra termina agredida brutalmente por un jugador. 20minutos.  
<https://www.20minutos.es/deportes/noticia/5037058/0/agresion-machista-arbitra-golpeada-futbolista/>
- Wikipedia contributors. (s/f-a). Podcast. Wikipedia, The Free Encyclopedia.  
<https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=P%C3%B3dcast&oldid=163020556>

- Wikipedia contributors. (s/f-b). Spotify. Wikipedia, The Free Encyclopedia.  
<https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Spotify&oldid=163026403>
- (S/f). Marca.com. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de  
<https://www.marca.com/futbol/federacion-espanola-futbol/2024/09/17/66e9a4a022601db36f8b45a7.htm>

## 6. Anexos

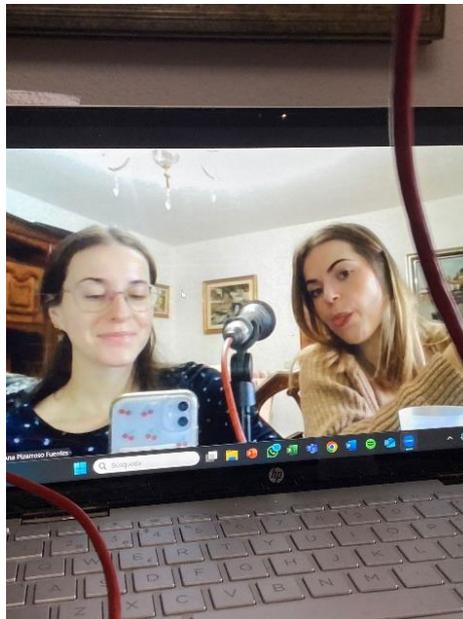
### 6.1 Imágenes

**Imagen 22-** Carlota y yo grabando el *podcast*



*Fuente: Elaboración propia*

**Imagen 23-** Carlota y yo grabando el *podcast*



*Fuente: Elaboración propia*

**Imagen 24-** Un día de grabación con el equipo de la universidad



*Fuente: Elaboración propia*