



Rafael Escalas, Antoni Pons, Álvaro Merino, Bartolomé Vera y Manolo Piña en la consulta de la Clínica Rotger con las medallas del campeonato de España.

## “La natación es la mejor alternativa para recuperar la salud tras una operación de corazón”

Rafael Escalas, Bartolomé Vera, Toni Pol y Manolo Piña fueron intervenidos en la Clínica Rotger, y después ganaron sendos campeonatos de España formando parte del club Esmas

La mejor opción para afrontar un proceso postoperatorio tras una intervención de corazón no son las medicinas, sino el ejercicio físico. La prueba más fidedigna la constituyen cuatro pacientes del Institut Cardiològic de la Clínica Rotger, que coordina el doctor Álvaro Merino. Tras pasar por el quirófano, estos intrépidos deportistas han logrado ser campeones españoles de natación en la categoría +320.

Susana Fernández

Los cuatro héroes se llaman Rafael Escalas, Bartolomé Vera, Toni Pol y Manolo Piña, y pertenecen al Club Esmas, de Palma. Acuden a los campeonatos nacionales que se organizan y son los que más medallas han obtenido en su categoría desde que se iniciaron en el mundo de la competición. A lo largo de tres días a la semana, se preparan en las piscinas de Son Hugo, donde nadan 1.500 metros en cada sesión, bajo la supervisión de sus entrenadores, Jordi Granados y Álvaro Parró.

Además de batir sus propios records en diferentes campeonatos, en 2008 lograron ser los segundos en el Top 10 del Ranking Mundial

en su categoría, superados únicamente por los nadadores de Estados Unidos y situándose por delante de la selección japonesa. Su constancia, tesón y fuerza de voluntad les ha permitido destacar en un deporte tan exigente como la natación, pero, sobre todo, les ha asegurado tener un corazón fuerte y una salud de hierro.

Rafael Escalas es el más joven del grupo. Nació en Palma hace 76 años y ahora está jubilado tras toda una vida profesional dedicada al sector de la banca. Hace seis años le colocaron un 'stent' en el corazón en el Institut Cardiològic de la Clínica Rotger. Por entonces, el doctor Álvaro Merino le recomendó que caminara todos los días, pero al cabo de tres meses de seguir los consejos del médico,

Rafael se dio cuenta que su corazón le pedía algo más. “Mi corazón estaba acostumbrado a nadar, y llamé al doctor para pedirle si podía practicar la natación. Me dijo que sí, pero con precaución. Cuando fui a la siguiente revisión, se quedó asombrado del buen funcionamiento de mi corazón”.

Antoni Pol reside en Palma, aunque nació en Binissalem, Tiene 82 años y es el fundador de Gruas Pol, donde, pese a estar jubilado, acude para echar una mano a los suyos. Después de superar una operación a corazón abierto y afrontar un cáncer, este binissalemer irreductible cuenta que llegó a la natación “por accidente”, ya que practicaba tenis, pero tuvo que dejarlo por una lesión. En un principio, se conformó con limitarse a caminar por Palma, pero, según sus palabras, “me aburría, y un día acudí a Son Hugo a nadar”. Allí conoció a una monitora que le recomendó que realizase un curso de natación, y cuando el entrenador Jordi Granados le vio ejercitarse, le ofreció integrarse en el equipo Esmas: “Yo le dije que no tenía ganas de

competir, porque ya había competido bastante durante mi vida profesional. Sin embargo, al final me convenció”

Bartolomé Vera nació en Alcudia. Tiene 78 años, vive en Palma y durante su etapa laboral trabajó como hotelero y permaneció siempre vinculado al sector turístico. Hace 21 años le colocaron un bypass, y hace solamente tres le implantaron un 'stent' en su corazón. En la clínica le recomendaron hacer ejercicio, y como siempre ha sido un enamorado del mar y de la natación, comenzó a nadar en las piscinas de Son Hugo. Allí, un buen día, se encontró a su buen amigo Toni Pol, quien le aconsejó que se integrara en el club Esmas: “Fui allí por curiosidad, y enseguida tuve la sensación de que me iría muy bien formar parte de ese grupo. Ahora disfruto de nadar y he descubierto qué significa vivir con bienestar y salud” De hecho, en su opinión, la natación “es como una droga, y trato de convivir con ella”

Manolo Piña es el mayor de los cuatro nadadores. Tiene 84 años y empezó a competir cuando tenía

78. Este sollerico ha sido maestro de matemáticas en el colegio Lluís Vives, de Palma. Su principal problema de salud es que presenta niveles de tensión arterial demasiado bajos, y por eso comenzó a practicar ejercicio. Su primer reto fue cubrir a nado la travesía de Santa Ponça, y allí el entrenador Jorge Granados se fijó en sus buenas maneras y le propuso formar parte de su equipo de nadadores, en la categoría +320. “Para ganar una competición hay muchas horas de entrenamiento y de sufrimiento. Solo después llega la satisfacción”, comenta. A Manolo Piña le sobra entusiasmo a la hora de meterse en la piscina, pero le faltaba técnica, y por esta razón comenzó un cursillo de natación que le permitió perfeccionar su estilo. Ahora, según sus palabras, nada “con menos esfuerzo y mayor rendimiento”

Los cuatro deportistas coinciden en no considerarse héroes, sino personas normales que, después de sufrir una dolencia de corazón, apostaron por la natación para recuperar la salud y mantener la ilusión.