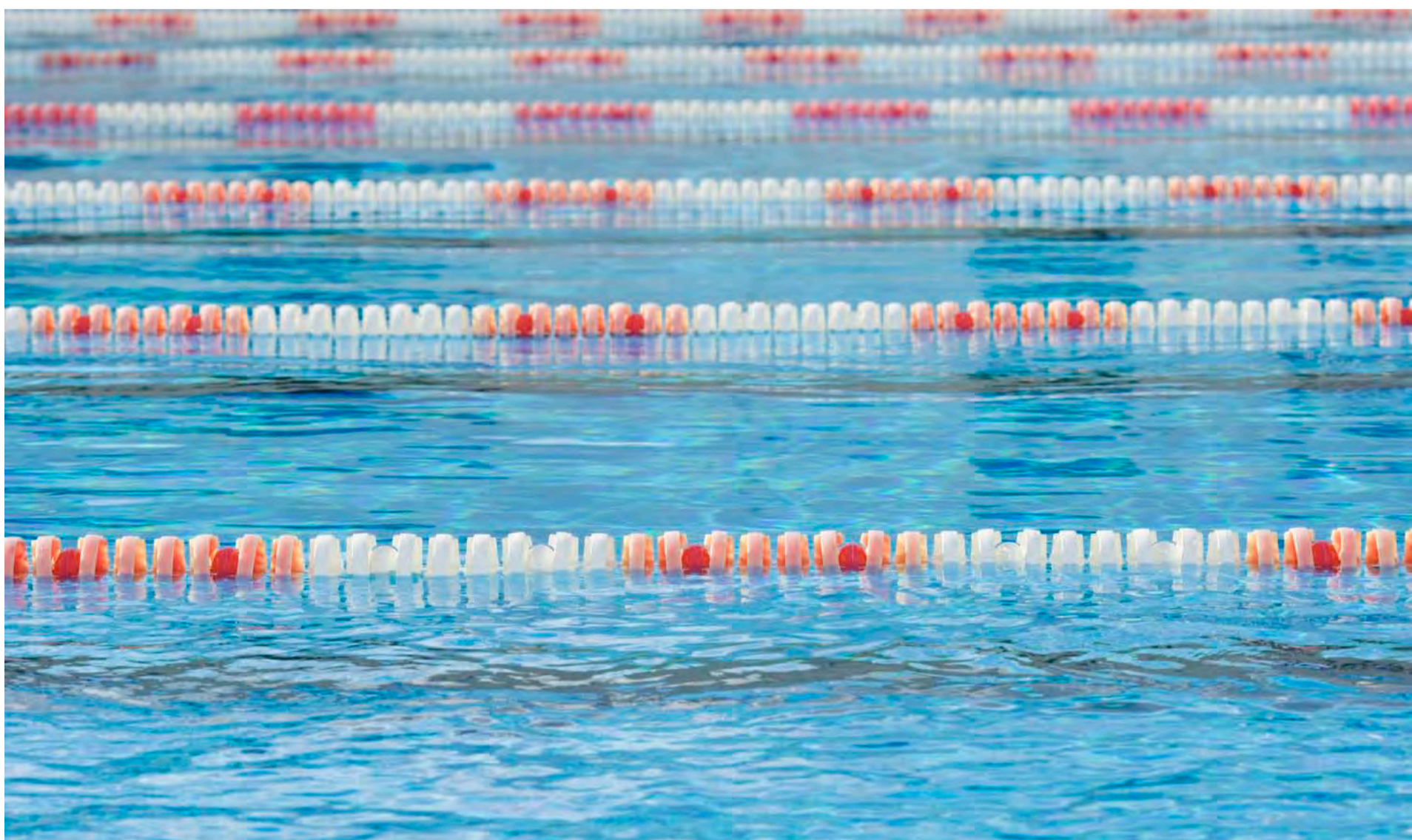


# los cuatro fantásticos

## y el invierno en el agua



Les queda por nadar el invierno de los sabios y la fe que desprende el color de un nuevo día. La potencia de la braza, mariposa sumergida, el crol de los gladiadores, y la redención de una espalda en la libertad del estilo que lucha por detener los achaques de la vida. Son un póquer de soñadores, guerreros del corazón, y el ansia de respirar del agua. Son de agua, como todos los humanos, y en el agua quieren terminar sus días.

Les queda por nadar el invierno de los sabios y la fe que desprende el color de un nuevo día. La potencia de la braza, mariposa sumergida, el crol de los gladiadores, y la redención de una espalda en la libertad del estilo que lucha por detener los achaques de la vida. Son un póquer de soñadores, guerreros del corazón, y el ansia de respirar del agua. Son de agua, como todos los humanos, y en el agua quieren terminar sus días.

Antonio Pol, Rafael Escalas, Manuel Piña y Bartolomé Vera son la demostración palpable de que una dolencia cardíaca no inhabilita a la persona para llevar una vida normal. Los cuatro han tenido problemas cardiovasculares, unos más graves que otros, pero Antonio, Rafael, Manolo y Tomeu, se han sobrepuesto y han logrado, a pesar de tener el corazón herido, ganar varios campeonatos de España, mientras batían récords de su ámbito: el mundo de la natación.

Los "cuatro fantásticos", han asombrado hasta a su propio médico, el Dr. Álvaro Merino Otermin, reputado cardiólogo que presta sus servicios en la Clínica Rotger, de Palma. A Rafael Escalas y Tomeu Vera, el Dr. Merino les colocó varios "stent", unos tubos de malla metálica, liberadores de fármacos, que se introducen en las arterias coronarias para permitir la circulación de un torrente sanguíneo sano hasta el corazón. En palabras del prestigioso cirujano, los stent

liberadores de fármacos representaron un avance en los enfermos del corazón y un paso muy importante para el tratamiento de la enfermedad arterial coronaria. El Dr. Merino apunta otra de las grandes ventajas que este tratamiento ofrece y es que se evita una intervención quirúrgica, "lo que brinda la posibilidad de tratar a un mayor número de pacientes gracias a la reducción de los tiempos de espera y a la menor duración del ingreso hospitalario".

Por otro lado, mientras que Manolo Piña no necesitó intervención quirúrgica, y con el tratamiento prescrito por el Dr. Merino ha experimentado una mejoría muy notoria, en el caso de Antonio Pol -que ya volvía de vencer a un cáncer de próstata-, el Dr. Álvaro Merino, en cuanto lo examinó le dijo que tenía que darle dos noticias, una buena y otra mala; la mala, que había sufrido un infarto; la buena, que ahora ya lo sabía, es decir, que podía contarlo. Veamos las impresiones de este grupo de veteranos que son, en cualquier caso, un ejemplo para los afectados por dolencias en el corazón.

#### ANTONIO POL. CAMPEÓN DE ESPAÑA 20 Y 100 ESPALDA, 82 AÑOS.



#### ¿Qué siente la persona una vez vencido un cáncer de próstata y un infarto?

Bueno, yo que tenía pavor a pronunciar la palabra cáncer, fui operado, primero de cáncer de próstata, y, después, a corazón abierto. Tenemos miedo de pronunciar ciertas palabras, así, al cáncer lo llamamos un mal daño, a los ancianos les decimos que son la tercera edad, hoy las enfermeras se llaman asistentes, en fin, hay palabras que producen terror; sin embargo, por mucho que las cambiemos el concepto sigue siendo el mismo.

A mi juicio, lo mejor es aceptar y aprender a vivir con lo que te toca a cada uno de nosotros, como única manera de seguir adelante.

#### D. Antonio, ¿de dónde saca tanta determinación, tanta valentía, para seguir superando obstáculos?

No hay valentía que valga, no soy un héroe ni soy anormal. Recordando a Bernard Shaw -cuando a los 80 años el gran escritor irlandés perdía la vista- en una consulta a su oftalmólogo y éste le dijo que eso era de lo más normal a su edad. Luego Shaw escribió muchos artículos refiriéndose a "el milagro de la normalidad". Pues eso, soy una persona normal, paseando por la "normalidad" de la vida, que sabe que todos tenemos que irnos, mejor o peor, antes o después.

#### ¿Qué significa para usted la natación?

A mis 82 años en la natación he hallado mi Shangri-la, es decir, cuando nado el tiempo parece detenerse y encuentro paz y frescura: más calidad de vida.

#### Ahora que no nos oye, ¿sigue usted al pie de la letra las recomendaciones del Dr. Merino?

Por suerte, ahora lo veo poco; una vez al año, cuando me hace una revisión. Y que conste que le estoy inmensamente agradecido, pero lo cierto es que me encuentro fenomenal.

#### Sr. Pol, hablemos de sus proyectos.

El proyecto ahora es salvar a mi empresa (Grúas Pol) de la gran crisis que estamos padeciendo y, no crea, para ello hay trabajo para dar y tomar. Pero sí, el día que no tenga proyectos veré en final muy cerca. Por otro lado, el bienestar de la familia y poder dormir con la conciencia tranquila, son proyectos que nunca abandonaré.

#### RAFAEL ESCALAS. TOP TEN MUNDIAL 200 Y 100 ESTILOS, Y 50, 100 Y 200 MARIPOSA, 76 AÑOS.



#### D. Rafael, ¿qué sintió cuando tuvo el infarto, una persona como usted que ha practicado la natación durante toda su vida?

Pensé "se acabó, qué le vamos a hacer, y con gran pena creí que tendría que dedicarme a otra cosa". Pero no ocurrió lo peor, porque a medida que pasaban los días iban llegando noticias más o menos alentadoras. El Dr. Merino me dijo que "sólo" tenía afectada una coronaria y que las demás estaban bien; eso me animó mucho.

#### ¿Cuánto tiempo tardó en tirarse a la piscina después de sufrir el infarto?

A los tres meses comencé a nadar y, pasados ocho, conseguí el campeonato de España. En fin, tuve suerte y pude seguir con mi gran pasión de toda la vida.

#### ¿Qué le dijo el Dr. Merino respecto a volver a competir?

No se lo podía creer, me encontraba en un estado físico fabuloso, como si no me hubiera

ocurrido nada. La verdad es que el doctor Merino hizo un trabajo de artesanía, y aquí estoy entrenado y compitiendo con fuerzas y ganas de seguir. Dentro de la fatalidad, se puede decir que soy afortunado, porque conseguí curarme.

#### Usted que es uno de los mejores nadadores "masters" de mundo, Top Ten Mundial, ¿tiene algún reto por conseguir en la natación?

Sí, mi reto es conservar la salud para seguir nadando. Los trofeos ahora ya son lo de menos. El agua es mi vida y sólo pido seguir en ella hasta que llegue mi hora.

#### D. Rafael, ¿hagamos un poco de campaña a favor de la natación?

Eso me gusta porque la natación es magnífica para todo el mundo. Gente sana que quiera ponerse en forma, tenga la edad que tenga; personas que padezcan cualquier enfermedad; para todos la natación es formidable.

Me gustaría que este reportaje sirviera para transmitir a todo el mundo que la natación es un deporte muy completo que aumenta la calidad de vida.

#### MANUEL PIÑA. RÉCORD DE ESPAÑA 200 Y 100 BRAZA, 200 Y 100 ESTILOS, Y 100 ESPALDA, 84 AÑOS.



#### D. Manuel, ¿es consciente que a sus 84 años está dando ejemplo, con su afán competitivo, a las personas de edad avanzada?

Bueno, no sé, pero sí que digo que, si se tiene constancia, nadar mejora la salud, en general. Desde luego, las personas que nos ven entrenar se quedan admiradas, pero yo tengo que decir que cualquiera puede hacerlo, sólo se necesita fuerza de voluntad.

#### Realmente, ¿se puede nadar hasta el último día?

Yo creo que sí porque, cuando el cuerpo se habitúa, el esfuerzo es menor, más llevadero. Yo pienso nadar hasta que el cuerpo diga basta, y, de verdad, como han dicho mis compañeros, nadar mejora las condiciones tanto físicas como mentales.

#### ¿Con qué estilo se siente más identificado?

Mi estilo es la braza, pero practico todos los estilos. La mariposa es el estilo que me va peor, por el esfuerzo físico que supone y, a mi edad, empieza a ser más difícil practicarlo.

#### Hablemos de sus hábitos alimentarios, ¿hace usted dieta?

Pues no y sí. No, porque en casa no hacemos nada que sea extraño o muy sofisticado, ya que las comidas se basan en la dieta mediterránea. Y sí, porque gracias a mi esposa, que sabe combinar los alimentos, basados en esa dieta mediterránea, pero de una forma muy equilibrada, en casa siempre hemos comido de maravilla y muy sano.

#### BARTOLOMÉ VERA. RÉCORD DE ESPAÑA 4X50 LIBRES Y ESTILOS, 78 AÑOS.



#### D. Bartolomé, ¿Cuándo empezó a nadar y por qué?

Siempre he nadado. En Alcedia, que es donde nací y pasé la infancia, ya nadaba muy a menudo. Lo de competir fue por Antonio Pol, hace dos años y medio, él competía y me introdujo a mí. Ahora le estoy muy agradecido por ello.

#### ¿Qué es lo que le ha costado más en su preparación para competir?

La verdad es que me ha costado poco esfuerzo, me refiero a que, cuando empiezas, la natación se convierte en una droga, muy blanda por supuesto, y se hace imprescindible. Nadando te sientes mucho mejor. Tienes que aprender la técnica porque no es lo mismo nadar por afición que hacerlo compitiendo pero, en definitiva, cuando empiezas ya no lo puedes dejar.

#### Háblenos de los tres stens que lleva colocados ¿qué tal se llevan esos aparatos?

Tuve un infarto hace 21 años, y cómo son las cosas que lo sufrí estando de visita en un hospital. Lo de los stens, pues, el Dr. Merino me colocó tres, de eso hace 3 años, y la verdad es que me siento como una rosa, en plena forma y dispuesto a seguir en la brecha el tiempo que haga falta.

## DE MIL COLORES

Somos una empresa destinada a la COMUNICACIÓN VISUAL, Disponemos de los medios técnicos y humanos, para obtener, los mejores resultados en calidad, rapidez y trato personalizado, al servicio de nuestros clientes.

Aportamos las diferentes opciones que se puedan plantear en cada caso, abarcando los campos de:

Rotulación  
Letras corpóreas  
Luminosos  
Vallas publicitarias  
Lonas  
Impresión digital de gran formato  
Gráfica  
Desarrollo de logotipos  
Tarjetas de visitas  
Folletos  
Bocetos y presupuestos sin coste

Toldos en comercios y viviendas  
Mencionando este aviso, tendrás un 10% de descuento en toldos.  
Promoción válida hasta el 30 de Agosto

DE MIL COLORES  
C/Provença 14 bajos  
Palma  
Tel. 871 93 79 72  
info@demilcolores.com  
www.demilcolores.com