

Manuel Bermúdez: "Mi padre le dijo hace tiempo a mi entrenador que me dé una colleja cuando haga falta"

"Los marchadores no somos especiales, pero sí diferentes", afirma Manuel Bermúdez, quien abandonó el fútbol para centrarse en el atletismo llamado por lo éxitos de Juanma Molina

Dioni García 18-1-21



Manuel Bermúdez, en un entrenamiento JOSÉ BERMÚDEZ

Manuel Bermúdez Jiménez (Cieza, 12 de diciembre de 1997) está en la carrera por llegar a los Juegos Olímpicos de Tokio en la exigente prueba de 50 kilómetros marcha. Con solo seis años, motivado por los éxitos de Juanma Molina, se inició en el atletismo dejando a un lado el fútbol. Estudia Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en la UCAM y pertenece a esa escuela de Athleo que dirige José Antonio Carrillo.

¿Por qué es atleta?

Empecé con el fútbol de pequeño en el CD Cieza y mis padres, por la amistad que tenían con Carrillo y Juanma Molina, iban a ver sus competiciones. Mi padre iba al atletismo a hacer fotos, yo le acompañaba y veía a la gente haciendo marcha. Desde los Juegos Mediterráneos de 2005 que vi haciendo marcha a Juanma, dije que el fútbol ya no me gustaba y que quería ser marchador, como él. Entonces me metieron en la escuela de atletismo y empecé practicando todas las disciplinas, pero era el que mejor se desenvolvía marchando y ahí me quedé.

¿Tan malo era como futbolista?

No, al revés, no era malo, pero me lo pasaba mejor compitiendo que jugando al fútbol. Yo creo que aún me desenvuelvo un poco con el balón en los pies.

¿Los marchadores son atletas de otra pasta?

Cuando empiezas a hacer marcha, lo de que debes tener es ganas. Yo recuerdo cuando empecé en los campeonatos regionales que no se veía afluencia de marchadores. En categoría infantil y cadete llegué a competir en una pista de atletismo totalmente solo. Solo había un participante, que era yo, pero se está viendo que los éxitos de Miguel Ángel López y los que logró antes Juanma Molina han ayudado a que la marcha se practique más. Ahora se tienen que hacer dos y tres semifinales en los campeonatos regionales de la afluencia que hay. Yo que empecé con esta disciplina desde pequeño me encanta verla con ese número de atletas.

¿Pero notan que son atletas especiales?

No somos especiales, pero sí diferentes. No es una disciplina que se prepare como un fondista y se puede decir que es una especialidad que está aparte del atletismo pese a pertenecer a esta disciplina. No tienes por qué ser especial, pero sí que debes tener una ganas extras cuando llegas a una edad como la mía, que ya estoy en categoría absoluta, porque no son pruebas de mil ni tres mil metros; la más corta es de 20 e incluso 50 kilómetros, que es en la que yo me he centrado este año. Por eso, en tu cabeza debes tener claro que vas a sufrir mucho para poder hacerla.

Bueno, ahora se baja a 35.

Se va a aguantar el 50 hasta Tokio porque querían terminar el ciclo olímpico con esa distancia. Para mí es una decepción que se haya optado para el futuro por los 35.

¿Por qué decepción?

No es porque me sienta cómodo con los 50, sino porque es una distancia mítica en el deporte olímpico y se la quieren quitar porque dura demasiado y que no entra dentro de los parámetros que el Comité Olímpico Internacional quiere. Es decepcionante. Cuando ves que hay deportes que van a entrar ahora como el skate y el breakdance y le quieres quitar tiempo a la marcha, te da remordimiento porque no lo entiendes, pero es lo que hay.

Pues yo pensaba que era por cuidar la salud de los atletas, porque es una distancia salvaje.

No es por cuidar la salud, es porque se pasa de tiempo, ya que es una prueba de cuatro horas y eso para televisión es demasiado tiempo. Por eso es bajar a 35, para que dure unas dos horas y cuarto. Solo pretenden acortarla para así poder meter más deportes en televisión.

¿Y qué le motiva para salir a entrenar en esos días de frío intenso en Cieza?

Hombre, aquí a primera hora de la mañana sí que hace frío, pero no solemos tener mal tiempo en Murcia. Ya tiene que ser un tiempo muy especial, como ha

pasado ahora, para encontrarte mucho frío, pero cuando vamos a Sierra Nevada y nos encontramos diez grados bajo cero, como nos ha pasado, lo único que te ayuda a salir son las ganas de entrenar incluso en situaciones complejas. También hemos entrenado nevando en Sierra Nevada, pero sabes que si entrenas bien ese día vas a tener recompensa el día de la competición.

Las lesiones no le habían tratado muy bien últimamente. ¿Ahora le están respetando?

Ahora mismo, por suerte y cruzo los dedos y toco madera, me están respetando y la verdad es que no estoy teniendo molestias, solo por la carga de piernas y el cansancio, pero eso, con una sesión de fisioterapia se recupera. Pero sí que es verdad que hace dos años tuve una de las lesiones que más me han hecho sufrir y que más miedo me dio, porque entró la posibilidad de tener que operarme y me asusté bastante. Fue un edema óseo que me detectaron en el pie. Lo primero que me dijeron fue que podía tener fractura de estrés, con lo que tendría que haber pasado por el quirófano y me hubieran destrozado porque era un año donde dejaba la categoría sub-23. Fue una temporada horrible porque todos los entrenamientos los acababa con molestias y llorando, diciéndole a Carrillo que no podía seguir y preguntándome por qué seguía entrenando. Era muy doloroso ver que me encontraba bien físicamente pero que por culpa de ese pie no podía entrenar.

¿Tuvo muchas dudas en ese momento?

Lo que quería era acostarme una noche y que al día siguiente no me doliera nada, pero era un día tras otro. Iba al fisioterapeuta, me daban masajes y tratamiento, pero no se solucionaba. Gracias a Carrillo, que me puso en contacto con el gran doctor Esparza, me hicieron una resonancia rápida, vio lo que tenía y me puso un tratamiento. Menos mal que lo descubrimos a tiempo, porque si no habría sido mucho peor.

¿Cómo compagina los estudios con el atletismo?

Yo digo que hay estudiantes que hacen deporte y deportistas que estudian. Yo pertenezco al segundo grupo, soy un deportista que está estudiando. Gracias a la UCAM, que está apoyando tanto el deporte, puedo compaginar los estudios con clasis online y videoconferencias con los profesores. Antes de los exámenes, por ejemplo, se pusieron en contacto conmigo para decirme que si me coincidía con algún viaje, que se lo comunicara para cambiar fechas si era necesario. Están todo el día encima de ti para que puedas sacar la carrera adelante.

¿Qué está estudiando?

Empecé con fisioterapia un año pero me tuve que cambiar a CAFD porque iba agobiado para poder sacar los entrenamientos. Decidí pasarme a CAFD después de hablarlo con mis padres y con Juanma Molina, que me echó una mano y me animó a que no tuviera miedo a decirlo, que eso es normal, y se lo agradezco mucho. Ahora estoy muy a gusto, el cambio ha sido para bien.

¿Y con qué sueña cuando se acuesta por las noche?

Hombre, llegado a mi altura, sueño con estar en los Juegos Olímpicos. Viendo las posibilidades que hay este año, quizás pueda llegar a participar en los 50 kilómetros. Es algo que no se me pasaba por la cabeza, pero viendo cómo me están saliendo los entrenamientos, que son muy duros, estoy ilusionado. El seleccionador también me animó a ello y viendo las dificultades que hay en el 20, donde tenemos las plazas casi decididas, me encaminé hacia el 50, donde hay atletas muy veteranos. Fíjate que García Bragado tiene 52 años ya y aún va a luchar por participar en los Juegos. También hay gente de 42 y 35 años. Yo quiero meterme ahí e intentar conseguir esa plaza, que no es difícil pero tampoco va a ser fácil.

Digamos que, entre comillas, el covid le ha venido bien.

Digamos que sí. A mí el covid, por ese parón que hemos tenido y que se retrasen los Juegos un año, me ha venido bien para pensar por qué no lo puedo intentar en el 50. El año pasado, en el que se suponía que iba a ser el último Campeonato de España, salí sin prepararlo y me salió bien. No había hecho entrenamientos para esa prueba y fue lo que me hizo pensar que podía intentar a ver qué sale. Y la verdad es que ha sido un gran acierto de mi entrenador, que me apoyó desde el primer momento, y mío.

¿Es Carrillo tan duro como dicen?

Depende de qué día lo pillas, pero no es duro, es exigente, como debe ser un buen entrenador. Lo que tiene Carrillo es que va a sacar siempre lo mejor que tengas. Para mí ha sido como mi segundo padre. Desde que entré en el Athleo con seis años todo lo he hecho con él y a mí me trata como a un hijo. Además, con la amistad que tiene con mi padre, ya se lo dejó caer, que si me tiene que dar una colleja o lo que sea, que adelante, que no se corte.

Collejas no, pero rapapolvos seguro.

Bueno, eso de que no me he llevado ninguna colleja no es así. No se han visto, que es diferente, pero sí que me las he llevado.

¿Cómo llevó el confinamiento viviendo en un piso con dos hermanos más y sus padres?

Bueno, madre mía. Al principio pensaba que iban a ser dos semanas y que enseguida estaríamos otra vez en la calle. A nosotros Carrillo nos hizo un planing con un circuito de ejercicios en casa para no perder la forma y nos dijo que quien tuviera una cinta para correr, que aprovechara, pero yo no tuve esa suerte. Intenté pedir rápido por internet alguna que me sirviera, pero la que antes me llegaba era en julio. Las que había eran esas de abuelito que no me servían para nada. Tenía en casa un chaleco de peso y con eso subía y bajaba escaleras, hacía multisaltos, y en la terraza llegué a hacer casi 30 kilómetros dando vueltas justo casi al final del confinamiento. Eso pasó un día que me subí a la terraza después de comer, me puse en poco de música y al final me tiré tres horas y media dando vueltas.

¿Es independiente económicamente?

No puedo. Si quisiera irme a vivir solo, no podría pagar un piso ni podría estar comprándome mi propia comida todos los días. A lo mejor podría aguantar tres o cuatro meses porque no tengo ninguna beca, la única ayuda que tengo es del Ayuntamiento y la Comunidad Autónoma, que tampoco dan para mucho y no me dan para independizarme.

Vamos, que no es oro todo lo que reluce. Si fuera futbolista a lo mejor ganaba más.

Si al nivel que estoy en el atletismo lo estuviera en el fútbol, ya te digo que estaría viviendo en un chalé con piscina, pero el deporte que practico no es así. Muchas veces digo que me voy de viaje a Sierra Nevada y Tenerife y la gente me dice que tengo suerte, pero todo eso sale de mi bolsillo. Las dos semanas que me fui a Tenerife me costaron mil euros, por ejemplo. Estoy apostando muy fuerte este año por el 50 y si no me sale bien, pues mala suerte, pero al menos lo he intentado. Lo he apostado todo a color y que salga todo color.