

:: GUILLERMO HERMIDA

ESTÍO A LA MURCIANA

Amanda Cano

CAMPEONA NACIONAL DE 10 KILÓMETROS MARCHA

«No me impresiona ver trozos de cadáveres»

Recién proclamada campeona de España de 10 kilómetros marcha en la categoría promesas, Amanda Cano Gómez (Abarán, 19 de agosto de 1994) vive momentos difíciles de repetir. Sin competiciones en lejanía, aprovecha que ha terminado sus estudios de Medicina – cursa segundo en la Universidad de Murcia – para relajarse unos días con su familia y amigos. Dicen que en sus piernas se gesta algo grande, que podría explotar durante los Juegos Olímpicos de Tokyo en 2020. Pero Amanda, humilde, quiere ir – como no podía ser de otra forma – paso a paso. En un parque de su localidad, junto al Segura y rodeada de mosquitos, repasa tanto lo que ha dejado atrás como lo que el futuro le depara.

– **¿Cuál de sus dos carreras es la que más le atrae?**
– La deportiva.

– **¿Y por qué Medicina, tan vocacional?**
– De pequeña, con 10 o 12 años estaba en una sala de espera y me imaginé atendiendo a los pacientes, diagnosticándolos y tratándolos... y me gustó.

– **¿Ha visto ya algún cadáver en la facultad?**
– Sí, y la verdad, pensaba que me iba a asustar más. En realidad hemos visto solo trozos, miembros... aún no un cadáver completo. Pero no me impresiona. No te paras a pensar que son de verdad, lo tomas como material de prácticas, como si fueran de plástico. Supongo que a lo mejor ver un cuerpo entero sí da más impresión.

– **¿Se le ha atragantado alguna asignatura?**
– El año pasado, Bioquímica, y llegué a odiarla.

– **Pero usted es una estudiante**

casi modélica...

– Soy de las que si tiene que estudiar y estoy viendo la tele, me siento mal.

– **¿Qué le atrae de la marcha?**
– Fue su primera opción?

– No, empecé corriendo. Pero Cieza es la cuna de la marcha, y cuando entré en categoría cadete todos mis compañeros la practicaban. Yo quería hacerlo, pero como mi entrenador entonces era muy serio, me daba cosa decirselo.

– **¿Y al final cómo acabó marchando?**
– Por una lesión que tuve, periostitis. Me dolía un montón y no podía correr. Así que me puso a marchar. Pensó que iba a ir despacito, pero ya ve...

– **¿En qué porcentaje influye la técnica en su disciplina?**
– Hasta un 20%. El resto es resistencia.

– **Y cabeza también. ¿En qué piensa durante una carrera larga?**
– A veces, ni siquiera piensas. Puedes sopesar el momento de tirar o vigilar a un rival... Pero no se te pasan por la mente cosas como ‘me gustaría estar de vacaciones’ o ‘tengo que comprar luego el pan’.

– **Después de tantas horas con el chándal y la ropa deportiva, ¿qué le gusta ponerse cuando acaba?**
– El pijama en casa.

– **¿Ha estado ya en las rebajas?**
– La semana que viene voy, a ver si están aún esperándome unos tacones que vi...

– **¿Se puede vivir del atletismo en España?**
– No, ni siquiera a un nivel relativamente alto. Tienes que ser medallista olímpico para optar al menos a unas becas decentes. Pero ser profesional es difícil.

– **¿Tiene un rincón favorito donde perderse o retirarse a pensar?**
– Sí, en el parque municipal hay una pasarela corta de madera desde la que se ve el río. Y allí me

puedo pasar las horas muertas.

– **¿Cuáles serían sus vacaciones perfectas?**
– En Italia, en la playa. Y sin pensar en que tengo que entrenar o estudiar, en desconexión total.

– **Supongo que tendrá que controlar su alimentación, pero ¿hay una comida por la que sienta debilidad?**
– Sí, los espaguetis. Y la paella de marisco.

– **¿Cuál es el último capricho que se ha dado?**
– Ayer mismo, un helado espectacular.

– **¿Usted come como las limas?**
– Pues no crea, soy muy lenta. Siempre me quedo la última en el comedor.

– **¿Por qué Amanda?**
– Fue cosa de mi padre, por la canción de Víctor Jara.

– **Si se pudiera cambiar el nombre, ¿cuál se pondría?**
– Algo exótico, como África o Sabina... aunque no me pega.

– **Su padre es carpintero, pero usted parece que está hecha de otra madera... ¿Enredaba de pequeña en la carpintería?**
– De pequeña incluso madrugaba los sábados para subir con él a la tienda. Me ponía a dibujar y diseñar cocinas.

– **¿Y cuándo arranca la carrera deportiva?**
– Hace ya seis años, imitando a mi hermano, Víctor. Estábamos viéndole en un cross y mi padre me

«Me lesioné cuando corría y mi entrenador me puso a marchar, pensando que iría despacio. Y ya ve...»

preguntó si no me gustaba ese mundillo. Yo tenía 12 años y entonces fui a un entrenamiento. José Antonio Carrillo pensó que no iba a aguantar ni dos fines de semana. Pero ya ve...

– **¿Recuerda su primera carrera?**
– Fue en un cross en Las Torres de Cotillas, en invierno, un domingo. Y estaba allí toda la familia. Para mí, de lo nerviosa que estaba, era como un campeonato nacional.

– **¿Qué tal lo hizo?**
– Pues no tan mal, quedé la once o así...

– **Además del atletismo, ¿practica otro deporte?**
– A nivel de competición no, pero este verano me voy a poner a jugar al tenis como una loca.

– **¿Cuál es el límite para un marchador en cuanto edad?**
– Hay casos como el de Jesús Bragado, que tiene más de 40 y sigue en activo.

– **Pero en el caso de las mujeres, influye el tema de ser madre...**
– Cuando estás metida y dedicada no te lo planteas. Pero creo que a partir de los 30, y si quieres, pues debes planteártelo.

– **¿Se ve de madre?**
– Sí, claro. Dos hijos... tres como mucho.

– **En su blog tiene una frase de cabecera que dice «nunca te acuestes sin un sueño ni te levantes sin un motivo». ¿Cuál es su sueño?**
– La frase me gustó mucho, pero no es mía. Mi sueño no es solo ser olímpica, sino lograr una medalla.

– **¿Qué se le pasa por esa cabeza justo antes de la salida de una competición?**
– Depende. En una internacional, me pongo muy nerviosa, tal vez porque estoy muy motivada y quiero que empiece ya. Otras veces puedes llegar a bloquearte...

– **Gana mucho, ¿cuánto?**
– Medallas creo que unas veinte en total, contando las de equipo. Mi padre ha tenido que hacer una balda nueva para los trofeos.

– **Me llamó la atención una foto en Twitter en la que se ve su medalla del campeonato nacional encima de unos apuntes...**
– Eran de Microbiología... La hice para el jefe de prensa de la Federación Murciana de Atletismo, que me preguntó si estaba celebrando el campeonato.

– **Supongo que cuando usted dice eso de «vamos andando, que es aquí al lado» se echan a temblar...**
– Sí, voy andando a todos lados aquí, que en Abarán hay que ser muy vago para coger el coche.

– **¿Dónde está su límite?**
– Juanma Molina dijo que el límite es el cielo, y yo creo que eres tú el que te pones ese límite.

– **¿Se ve en unos Juegos Olímpicos?**
– Espero que sí. Me gustaría mucho. Tampoco me veía haciendo medalla en un nacional.

– **¿Qué tal se lleva con otras marchadoras, como la catalana Mar Juárez, una de sus mayores competidoras?**
– Es mi mejor amiga. Pero en competición no conoces a nadie, aunque luego seamos uña y carne.

– **¿Qué es lo que más odia de los entrenamientos?**

DOCE TRAGOS

- 1** – **¿Un sitio para tomar una cerveza?**
– No me gusta la cerveza, pero creo que lo que importa es la compañía, no el sitio.
 - 2** – **¿Qué música le suena en el teléfono móvil?**
– ‘Demons’, de Imagine Dragons.
 - 3** – **Un libro para el verano.**
– Ahora estoy leyendo ‘Miles de soles espléndidos’.
 - 4** – **¿Qué consejo daría?**
– Paciencia.
 - 5** – **¿Facebook o Twitter?**
– Los dos.
 - 6** – **¿Le gustaría ser invisible?**
– Quizá en ciertas ocasiones.
 - 7** – **¿Un héroe o heroína de ficción?**
– Hércules.
 - 8** – **Un epitafio.**
– Tanto correr... para llegar hasta aquí.
 - 9** – **¿Qué le gustaría ser de mayor?**
– Doctora.
 - 10** – **¿Tiene enemigos?**
– Yo creo que no.
 - 11** – **¿Lo que más detesta?**
– La injusticia.
 - 12** – **¿Lo peor del verano?**
– El bochorno.
- Las series cortas de 300 metros.
- **¿Hay alguna película que recuerde con cariño?**
– Sobre todo las comedias. Te diría ‘Carros de fuego’, pero fui incapaz de terminarla. La verdad es que es para que me maten...
- **¿Qué responsabilidad le pesa ahora?**
– Aprobar en septiembre las asignaturas que me han quedado.
- **¿En qué estado está ahora su corazón?**
– ¿En cuanto al amor? Porque de salud está muy sano... Mi corazón es un pajarico libre.
- **¿Se lo han roto alguna vez?**
– Muchas. No soy enamoradiza, pero me entrego y me han decepcionado mucho.
- **¿Recuerda alguna travesura de pequeña?**
– Era muy curiosa, y mi padre me tuvo que cortar un mechón de pelo después de dejarme enganchado un coche de juguete.
- **¿Su color favorito?**
– El rojo, que llevo en el club y en la selección.
- **¿Se ha emborrachado alguna vez?**
– Nunca. Y ni siquiera me he puesto un cigarrillo en los labios.
- **¿En qué videojuego es una campeona?**
– En los de Mario Kart, me picaba con mi hermano.
- **¿Qué lleva de salvapantallas en el móvil?**
– Una playa de La Coruña.
- **¿Me puede confesar algo?**



Amanda Cano, en su rincón favorito, una pasarela sobre el Segura en su Abarán natal. :: NACHO GARCÍA / AGM

SER BRIGADA

:: NACHO RUIZ

Los besos de verano



Normalmente a estas alturas de la temporada todos estamos muy hartos. Yo, al menos, sí. Esto se produce por un error histórico, y es que los años no se contabilizan en cursos escolares. Empezamos en septiembre, vamos acumulando trabajo y estrés, a lo cual sumamos la dificultad de estos tiempos tan poco luminosos y cuando llegamos a julio muchos estamos al borde de un ataque de nervios. Eso incide también en que todo en el trabajo sea más difícil, pues tu interlocutor está tan harto como tú, o incluso más. Y en ese clima eléctrico llega el verano, que no es un final, sino un intermedio, ya que en septiembre retomamos cosas y proyectos que vuelven a no acabarse en diciembre. Total, vivimos en un 'día de la marmota' que desgasta, como le pasaba a Bill Murray en 'Atrapado en el tiempo'. Pero reventar no es una opción viable, así que nos vemos forzados a tomar otra vía. A unos nos da por el deporte, a otros por la música, a muchos por ser más jóvenes de lo que son y a algunos desquiciados por la droga o la cirugía estética. Pero esas cosas no curan, son solo analgésicos.

Son los besos lo que cura el paso de estos meses tan largos. El contacto con los tuyos, las charlas en las terrazas hablando de tonterías. Sé que parece el guión de un anuncio de cerveza para hipsters, pero es cierto: te cura tocar a los tuyos y que ellos te toquen. Los besos de tu chico o de tu chica, los de los niños, los de tus amigos. Los abrazos en julio, que son más pegajosos por el calor, tienen algo que te renueva por dentro. Las caricias esquivas de tus hijos o los sobes que te da tu madre cuando te agarra. Incluso a 40 grados los achuchones son curativos.

- Que me da miedo la oscuridad.
- ¿En cuántos grupos de WhatsApp está?
- En tres, y son todos de entrenamiento y deporte.
- La próxima gran cita será...
- Esta temporada, el campeonato absoluto de España. No tengo mucho que hacer, pero voy a conocer el ambiente e intentar hacer marca.
- ¿Qué palabra odia más?

- Cualquier descalificativo racista u homófobo.
- ¿En qué ciudad le gustaría perderse caminando?
- En cualquiera de Italia o el País Vasco.
- ¿A qué marchador le gustaría parecerse?
- Juanma Molina es un ídolo. También a Miguel Ángel López y Benjamín Sánchez.

- ¿Quién es su mayor fan?
- Mi abuela Matilde.
- ¿Cómo anda de gustos musicales?
- Me gustan grupos un poco alternativos, como Biffy Clyro, Ed Sheeran, James Arthur...
- ¿Tiene un defecto de carácter que quiera corregir?
- Me enfado demasiado pronto.
- ¿Tiene un escritor favorito?

- Jorge Bucay. Me encantó 'Cartas para Claudia'. Y también Jordi Serra i Fabra.
- ¿Se liga de atleta de élite?
- Algunos sí lo utilizan para dar el primer paso.
- ¿Qué desayuna?
- Zumo, leche y tostada. Debería comer fruta... pero soy muy perezosa. Hasta mi madre me tiene que hacer el zumo.