



28 Agosto, 2024



El surf como 'tabla' de salvación

La organización SUPerando promueve la inclusión social a través del surf y el paddle. La entidad se instalará en València, después de una actividad con supervivientes de cáncer.

Surfear y estar en contacto con el mar tiene beneficios para la salud mental y el bienestar físico.

MIRIAM BOUIALI
València

La organización SUPerando lleva desde 2015 acercando el surf y el Stand Up Paddle (SUP) a personas con situaciones vitales difíciles. A las tablas se han subido niños y niñas con enfermedades crónicas, enfermos en cuidados paliativos, pacientes con ELA, mujeres supervivientes de cáncer, víctimas de violencia machista o menores sin familia, que han disfrutado de las bondades de las olas, el sol y el salitre de la playa.

Iniciado como un proyecto piloto en Cataluña, ahora va camino de convertirse en un programa regular que, además, se extiende y que llegará a la Comunitat Valenciana de forma permanente. Así lo explica Víctor Alias, cofundador y presidente de SUPerando. Este innovador programa utiliza ambos deportes acuáticos adaptados «como intervenciones terapéuticas para mejorar la movilidad, la salud emocional y la inclusión social de las personas». «El feedback de los primeros participantes ha sido abrumadoramente positivo, y estamos encantados de pasar de un proyecto piloto a un programa a gran escala», apunta Alias.

Recientemente, se han centrado en pacientes de la Unidad de ELA del Hospital del Mar, en el Paseo Marítimo de Barcelona, junto al doctor Bemat Bertran. El facultativo, destaca, entre otras cosas, que la práctica deportiva adaptada «mejora el bienestar físico

y emocional, además de la fatiga». También destaca que «trabajar en un medio acuático permite una mejor movilidad y relajación, actividad que requiere atención plena y, por tanto, vivir y disfrutar del presente, con interacción con el medio natural y con otras personas», indica. «El hecho de realizar ejercicio al aire libre y además interactuar con otras personas creemos



fest», un festival benéfico para recaudar fondos para la investigación oncológica, en el que también participó la asociación.

Junto al Hospital La Fe, ya han realizado en la ciudad actividades con mujeres supervivientes de cáncer — como de mama o de ovario — y pretenden seguir trabajando con pacientes de Oncología. Ahora están en proceso de abrir delegación en València. En concreto, están con los trámites burocráticos y reuniones, e indican que las actividades se harían o en las Arenas o en la Patacona de Albufera, si bien en el primer caso ya se cuenta con un acceso adaptado hasta el mar y es donde estuvieron la vez anterior. Asimismo, compartirían sede con el Luchafest.

Muy ligados a València

Más allá de esto, Víctor Alias asegura que siempre han estado «muy ligados a València». Además de surfear con Belén y de tener amigos en la ciudad, están en contacto permanente con Mireia Cabañes, una de las atletas paralímpicas españolas más reconocidas. «Todo nos ha llevado hacia València», asegura. «No mejora una enfermedad degenerativa, pero estamos muy convenidos del efecto del agua y del surf, del contacto con el mar... siempre ayuda a todo el mundo, tiene un impacto emocional y la forma de enfocar las enfermedades es totalmente diferente. Nosotros creamos entornos inclusivos y abiertos a cualquier persona, para que puedan construir recuerdos y que estos no sean solos de un hospital o de la planta de paliativos», asegura, sobre los beneficios del proyecto que pronto disfrutarán más valencianos. ■

que puede mejorar la salud emocional, empoderar a las personas y mejorar la fatiga global a medida que se van realizando entrenamientos», añade el médico.

Además de seguir explorando y documentando el potencial terapéutico de los deportes acuáticos en pacientes con ELA junto al hospital barcelonés, SUPerando también prevé expandirse e instalarse en València. Su fundador asegura que ya mantienen vínculos con la ciudad. Conocían a Belén, una joven con osteosarcoma que falleció en 2023 y que disfrutaba del surf y quería que más personas lo conocieran. Víctor Alias explica que cuando la joven falleció, se encontraban recaudando fondos para que se hiciera surf adaptado e inclusivo en València. La familia de ella impulsó, después, el «Lucha-