



4 Septiembre, 2024

La haltera española afronta sus quintos **Juegos Paralímpicos**; sin duda, los más especiales. **París 2024** ha sido su meta desde que recibió el diagnóstico de una enfermedad que no tiene cura. "La vida es un regalo", reflexiona.

Loida Zabala

"El deporte me sacó del maltrato y del cáncer"

MAITE MARTÍN / PARÍS

Su voz dulce esconde una fortaleza inquebrantable y eso que la vida no se lo ha puesto nada fácil. Una mielitis transversa postró a Loida Zabala (Losar de la Vera, Cáceres, 1987) varios meses en la cama de un hospital. Sus piernas dejaron de responder con 11 años y la silla de ruedas le enseñó la palabra "libertad". Las pesas y los entrenamientos le ayudaron en el día a día y así es como le picó el gusanillo de la halterofilia. Séptima en Pekín 2008, 5ª en Londres 2012, 5ª en Río 2016 y 6ª en Tokio 2020. Cuatro diplomas en cuatro Juegos avalaron su talento y su fuerza. No de la que se mide en kilos, sino en levantarse de cada golpe. Uno de su entonces pareja la provocó una lesión en un brazo. Se recuperó, lo denunció y contó su historia, convirtiéndose en la voz de muchas víctimas silenciosas de los malos tratos. La última enseñanza llegó en octubre de 2023 cuando la diagnosticaron un cáncer de pulmón con metástasis en cerebro, hígado y riñón. Sin cura. De ahí que "estar viva e ir a París" ya sea un regalo. Mañana (12:00 horas) llega su momento.

—¿Qué suponen estos Juegos para usted?

—Que los sueños pueden hacerse realidad a pesar de los malos momentos de tu vida. Cada vez que me acuerdo de ese instante en que me dijeron que iba a París me entran ganas de llorar. Ha sido una noticia muy especial.

—¿Qué objetivo se ha marcado?

—Estos Juegos son para disfrutarlos. Tengo una vida extra porque he podido morir dos veces en los últimos meses. Me siento

agradecida por el hecho de estar viva. Puedo vivir París con mi familia, que viene a verme. —**Su vida ha cambiado desde que entró la palabra cáncer...** —Nunca imaginé que me dieran ese diagnóstico. Yo no sabía que era tan fuerte a nivel emocional. Estos meses me han cambiado mucho, me han hecho perder ese ego de deportista, apreciar cada momento... Siempre damos por hecho

que vamos a vivir un montón y dejamos pasar muchas oportunidades. Ahora soy una mujer diferente que valora la vida hasta el último momento. Tengo claro que mi tipo de cáncer no tiene cura, pero sé que voy a vivir al máximo estos años.

—El tiempo es el mayor tesoro y no nos damos cuenta...

—Yo siempre marco en Google Maps los sitios a los que quiero ir y me he dado cuenta de

que tengo un montón a los que tengo que ir. Los estoy dejando y quiero conocerlos porque son cercanos. Hay que vivir.

—¿En qué le ha ayudado el deporte?

—Es un salvavidas. El deporte me hace centrarme en el deporte y no en el problema que tengo en ese momento concreto. La primera vez que me salvó fue en 2012, cuando mi pareja de ese momento me maltrató. Ahora me ha vuelto a sacar otra vez, evitando que tocara fondo de nuevo. El deporte es fundamental para ver las soluciones y acercarte a los sueños por cumplir.

—**¿Es su Fundación el legado del que más orgullosa se siente?**

—Sin duda. Ese proyecto ha llegado muy lejos y me alegra compartirlo con Óscar Sánchez (*su entrenador*), que tiene las mismas ganas de ayudar a los demás. En su momento, el premio Supera de Iberdrola nos permitió comprar todo el material. Hay mucha gente detrás. Gracias a la Fundación Loida Zabala no sólo el deporte crece un poco más, sino que quienes acaban de tener una discapacidad aumenten su fuerza para tener un día a día más sencillo.

—¿Qué le han enseñado todos los obstáculos?

—La mielitis me enseñó a sentarme en mi primera silla de ruedas y salir por fin de esa habitación en la que estuve meses en cama. Me enseñó la palabra libertad, salir a la calle y sentir la brisa en la cara. Regalos de vida que no apreciamos. Con los malos tratos me di cuenta de lo importante que es el amor propio, por encima del amor hacia los demás. Eso hizo que evolucionara y me quisiera al 100%. Con el cáncer me he dado cuenta de que la vida es un regalo. Cada momento.



Loida Zabala posa en la entrada de la Villa de los atletas en París.

OSCAR SANCHEZ COACH