

10 Septiembre, 2024



**Natación** Érika Villaécija, que fue nadadora olímpica, analiza la técnica del portentoso Jincheng Guo

# “No ve dificultad, ve motivación”

**SERGIO HEREDIA**  
 Barcelona

Querido lector, si usted no lo ha hecho aún, le recomiendo que haga lo siguiente: abra YouTube, teclee “Jincheng Guo en 50 metros en París 2024” y prepárese para presenciar una escena alucinante.

Ahí va el nadador paralímpico chino, un joven de 23 años que carece de brazos y que nada sin gorro (pues se rapó la cabeza al cero), un fenómeno que avanza en apnea, sin respirar, tan solo impulsado por su tren inferior, y que abre un cuerpo de ventaja sobre sus perseguidores e incluso revienta la plusmarca mundial de la especialidad (50 m libre para discapacitados severos) al firmar 29s33.

(En total, el hombre acapara seis podios en París; cuatro de ellos son oro).

Al toparme con la escena –las piernas de Guo se agitan como las hélices de una zodiac, le propulsan a una velocidad sensacional–, me pregunto:

–¿Es eso posible?

O mejor aún:

–¿Cómo es posible?

Y Érika Villaécija (40), que es

psicóloga y comentarista deportiva, y en su día fue nadadora con medallas mundiales y europeas, me contesta que sí, que algo así es posible.

Y me cuenta cómo es posible:

–En el fenómeno Guo hay una parte innata y otra que se entrena –me dice–. Cuando hablo de la parte innata, me refiero a factores genéticos como la flotabilidad y la posición en el agua. Hay gente que lo tiene de serie. Hay cuerpos que tienen más capacidad para flotar y deslizarse en el agua.

Y entonces le pregunto:

–Si Guo hubiera nacido sin discapacidades, es decir con ambos brazos, ¿hubiera sido capaz de desarrollar esta capacidad para propulsarse?

–Seguramente, no. El caso es que tiene el cuerpo que tiene, y eso le ha forzado a sacarle un beneficio a todo aquello que pudiera ayudarle.

–¿Y cómo se entrena?

–En mi época, me pasé años entrenándome en el CAR de Sant Cugat, acompañada de nadadores paralímpicos que iban por el carril contiguo. He contemplado a especialistas como Carla Casals, Sarai Gascón, José Antonio Marí o Miguel Luque. Observaba sus sesiones en agua y en seco. Veía cómo adaptaban sus ejercicios en el gim-



ADAM PRETTY / GETTY

Jincheng Guo, el nadador paralímpico chino, en París

nasio. Insistían en las sentadillas y los glúteos, sujetaban los agarres con los dientes...

–¿Y en la piscina?

–Para hacer pies en el agua, el nadador utiliza un tubo para respirar y hace piernas sin tabla. Así no tiene que sacar la cabeza: avanza en apnea. Observándoles, aprendí mucho de ellos.

–¿Qué aprendió?

–Que tienen las mismas ambiciones que los deportistas olímpicos: para los paralímpicos, su campeonato tiene la misma importancia. Que tienen ganas, constancia y lucha, y su deporte les llena y también les frustra y les hace sufrir. Que no ven dificultades, sino motivaciones.

Bendecido por ese soberbio tren inferior, cuádriceps como jamos, tobillos extraordinariamente elásticos y eficientes, pies que aleatan como la cola de un delfín, Jincheng Guo rompe la barrera del

**“Guo tiene el cuerpo que tiene, y eso le ha forzado a sacarle un beneficio a todo aquello que pudiera ayudarle”**

medio minuto y se golpea la frente al alcanzar la meta, el borde de la piscina.

–Un nadador olímpico, en plenitud de sus facultades, ¿es capaz de propulsarse de ese modo, usando solo las piernas?

–Vamos a ver: la imagen de Guo es espectacular. Pero, en general, los velocistas profesionales son capaces de nadar muy deprisa usando solo los pies. De hecho, es importante que lo hagan.●