



"La gente escribe para decirme que mi ejemplo cambió su vida"

30/09/12

ESTADOS UNIDOS

[Pascale Lora Schyns](#)



En 2005, Sarah Reinertsen completó por primera vez el Ironman de Hawái. Un reto tan exigente para el cuerpo que son muy pocos los atletas capaces de alcanzarlo. Ese mismo día en que Sarah necesitó algo más de 15 horas para cruzar la línea de meta, realizó el sueño de una niña de 7 años a quien se amputó la pierna.

La niña Sarah Reinertsen se transformó en una mujer que nunca se desanimó frente a los retos cada vez más exigentes que se impuso a ella misma para ser una de las atletas más admiradas en el mundo.

Tres semanas después de celebrarse los Juegos Paralímpicos de Londres, que obtuvieron un gran éxito deportivo y de público, pues se llenaron todas las sedes en las que competían los atletas discapacitados, una mujer ejemplar nos abrió su corazón para contarnos los obstáculos

que se le presentaron en el camino y que siempre superó.



Sarah Reinertsen nació en Long Island, en la costa este de los Estados Unidos, en 1975, con un defecto congénito no hereditario conocido como deficiencia focal proximal femoral y que necesitó la amputación de su pierna izquierda cuando tenía sólo 7 años. A los 11 años presenció una carrera con su padre y su hermano y conoció a Paddy Rossbach, una maratoniano que corría con una pierna artificial. Sarah sintió que "algo" le bullía por la cabeza; pensó que ella también podía hacerlo. Se fue a casa, se puso los pantalones cortos y aprendió a correr. Consiguió un entrenador y pronto llegaron las primeras medallas. A los 13 años, batió el récord del mundo de los 100 metros para mujeres amputadas por encima de la rodilla. Después de cosechar cantidad de títulos mundiales en la pista, se dedicó al maratón y a continuación al triatlón. En el 2005 fue la primera mujer amputada de la pierna en terminar el famoso Ironman de Hawai. Un año más tarde participó en un reality show del canal de televisión estadounidense CBS, donde escaló la gran muralla de China y un acantilado gigante en Vietnam, entre otras hazañas. Sarah, una niña con una pierna en un mundo de dos piernas, logró erigirse en una de las deportistas discapacitadas paralímpicas más famosas. Hoy en día, con 37 años, cuando no se está entrenando; habla en las escuelas y cuenta su experiencia o prueba los últimos prototipos para una compañía que produce piernas protésicas.

Con voluntad y valentía

El camino ha estado siempre lleno de obstáculos pero la voluntad y la valentía de Sarah la llevaron a realizar sus sueños.

“Mi familia siempre ha sido un gran apoyo en todo lo que emprendí”, dice Sarah. “En casa estaba prohibido decir “no puedo”. Al revés mi madre siempre me decía “inténtalo”. Tenía toda la razón. ¿Como puede uno saber si algo es posible o menos si ni siquiera lo ha intentado? Claro que muchas veces no funcionaba, pero por lo menos lo había intentado. Crecí con esa

mentalidad y con algo más que tenía dentro de mí. Tenía mi propia personalidad y quería que todo el mundo lo supiera. Mi madre me contó que cuando era muy pequeña, venía a mi habitación a vestirme y poco después cuando volvía otra vez, me había cambiado la ropa para ponerme lo que yo quería. Siempre he tenido mis propios pensamientos, opiniones e ideas. Desde muy pequeña sabía lo que quería conseguir en mi vida. Siempre he sido una buena alumna y la verdad que me encantaban los estudios. Estudié literatura, política, arte, idiomas y aprendí a tocar el violín. Por cierto, las cosas no han sido tan fáciles como lo parecen. En la escuela era la única discapacitada. Más de una vez



los otros alumnos se burlaron de mí y cada vez que se organizaban actividades deportivas, me dejaban al lado. Yo no quería ser diferente. Más bien quería tomar parte en todas las actividades. El hecho de ser objeto de curiosidad es lo que más me dolía. Muchas madres, al cruzarme, decían a sus hijos que miren por el otro lado. A mí me gusta cuando los niños son curiosos y me preguntan sobre mi pierna. Educar es muy importante. Mis padres nunca escondieron mi discapacidad. Siempre me vistieron con pantalones cortos y faldas. No tenía ningún problema en ir a la playa y enseñar mi pierna.”

Mujer de desafíos

Mujer de desafíos, Sarah ha elegido el camino más difícil: hacer deporte al más alto nivel a pesar de su hándicap. Cuando muchos hubieron renunciado, ella decidió luchar para conseguir sus objetivos y realizar sus sueños.

“Creo que me motivó el hecho de que los médicos me comentaron que nunca iba a poder correr como lo hace la mayoría de la gente. Decidí demostrarles que estaban equivocados y que yo sí, podía. Además en mi familia todo el mundo hacía deporte. No podía quedarme tranquila a mirarlos. Participé en mi primera carrera con 8 años, poco después de mi operación. Terminé la última, pero terminé. Mi primera competición oficial la disputé con 11 años sobre la distancia de 50 metros y la gané. Este mismo día tomé la decisión de que lo iba a dar todo para volverme una atleta de alto nivel.”

Gracias a tantos entrenamientos y sacrificios, Sarah consiguió lo que se había propuesto al punto de volverse un ejemplo a seguir, no solo para los atletas discapacitados, sino también para muchos deportistas de alto nivel y el común de los mortales. A pesar de que varios problemas técnicos complicaron bastante el tema.

“Pasa con las prótesis lo que pasa con los zapatos. Cuando el niño crece hay que cambiarlos y durante la infancia hay que hacerlo muy a menudo. No era nada fácil y aun más porque tenían que adaptarse perfectamente para que pueda seguir practicando actividades deportivas. Además se rompían con facilidad y eran muy costosas. Las compañías de seguros muy pocas veces pagaban para que se pudieran reemplazar y agradezco mucho a mis padres que hicieron tantos sacrificios para pagarlas. A ellos y a los amigos que nos ayudaron debo el hecho de ser hoy un ejemplo para mucha gente. Para mi es muy importante serlo. Lo que hemos recibido tenemos que devolverlo y por eso comparto mi experiencia con otras personas, las ayudo a hacer lo mismo que yo, a cumplir sus objetivos, sean cual que sean: ganar medallas, perder peso o dejar de fumar.”

A pesar de sus logros, no todos los días son fáciles para Sarah y el desánimo a veces está allí: llamando a la puerta.

“Como todo el mundo, hay días en que no tengo ganas de levantarme para salir a entrenarme, pero si no lo hago sé que al día siguiente será aun más duro. La verdad es que me encantan los desafíos, así como que me gusta cumplir los objetivos que me propongo. Muchas personas a lo largo de mi vida me ayudaron en eso y no tengo el derecho de decepcionarlas. Mi lema es “tener menos miedo y vivir mas” y sé que aun me queda muchísimo por hacer. Mi marido Brooke y toda mi familia me apoyan cada día, así como los hacen mis patrocinadores. Creen en mí y eso facilita mucho las cosas.”



Triatlón

Foto

www.AlwaysTri.com

En el 2003, Sarah se trasladó a California, donde sigue viviendo al día de hoy. Allí ha encontrado más facilidades para preparar su nuevo reto: el triatlón.

“Después de correr en pista y dedicarme al maratón, había llegado la hora de pasar a algo aun más exigente. Hago como mínimo dos sesiones de entrenamiento cada día; es decir, dos deportes diferentes cada día. Por ejemplo, voy a nadar 2,7 km por la mañana y por la tarde voy a correr un mínimo de 10 km o salgo en bici unos 32km o algo más. Los sábados suelo pedalear unos 160 km y los domingos voy a correr unas dos horas. Eso significa que dedico entre 25 y 32 horas semanales a los entrenamientos. Pasarme al Ironman ha sido un desafío, más porque no sabía montar en bicicleta y apenas podía nadar. Necesité mucho tiempo para encontrar el equilibrio sobre las bicicleta y encontrar la pierna protésica más adecuada también costó mucho trabajo.”

Las piernas protésicas utilizadas para practicar deporte cuestan mucho dinero y otro desafío consistió en buscar y encontrar patrocinadores que la ayudaran a poder seguir adelante.

“En 20 años de carrera deportiva entrené y competí la mayor parte del tiempo sin tener ningún patrocinador, ni siquiera con motivo de mi participación en los Paralímpicos con el equipo estadounidense. Tuvimos que recolectar fondos nosotras mismas para hacer posible nuestro viaje a Barcelona. Durante muchos años solo he tenido el apoyo de mi familia y de mis amigos. Por suerte las cosas cambiaron con el tiempo porque conseguimos cambiar las mentalidades. Trabajo con dos marcas importantes en el mundo del deporte que se convirtieron en mis dos principales patrocinadores. Juntos creamos una suela innovadora para los atletas amputados, “la suela de Sarah”. Pruebo también los prototipos de las nuevas piernas protésicas y trabajo para mejorarlas cada vez más. Es bastante complicado, sobre todo en el triatlón. En natación, el reglamento prohíbe el uso de las prótesis. En ciclismo se utiliza una que se adapta a la bicicleta y para correr hay que cambiar otra vez”, explica Sarah. “Todo eso cuesta mucho trabajo y necesitamos visibilidad para recibir cada vez mas atención. El pasado verano, me emocioné mucho al ver a Oscar Pistorius participar en los Juegos de Londres. Su actuación ha sido muy importante para nosotros porque todo el mundo se dio cuenta de que los atletas que corren con prótesis tienen nivel, que hay que tomarlos en serio. Se utilizan cada vez mas atletas discapacitados en el ámbito de la publicidad y espero que esta tendencia no sea solo una moda que se repite cada cuatro años.”



Palmarés impresionante

El palmarés de Sarah impresiona. Son tantas sus victorias importantes obtenidas en eventos internacionales y tan numerosas las hazañas realizadas por la atleta estadounidense de origen noruega, que parece difícil elegir una de ellas. Sin embargo, Sarah no tiene ninguna duda con el tema.

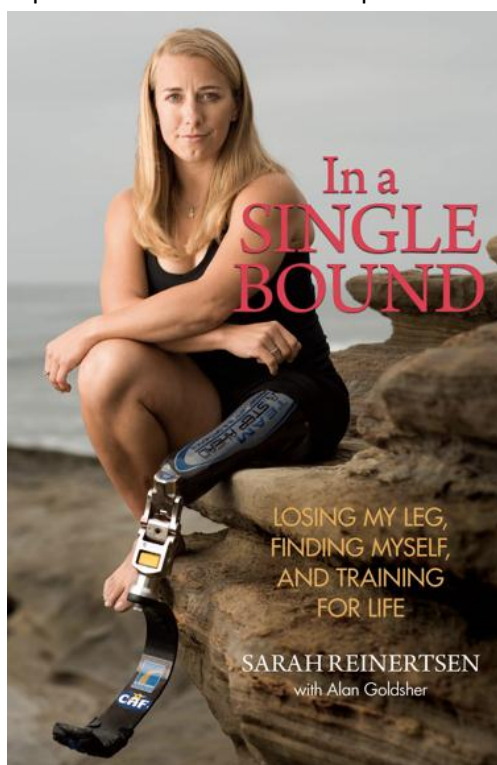
“Competí en los Juegos Paralímpicos, en varios mundiales de pista y en los maratones más importantes del mundo; sin embargo, lo que más me enorgullece es haber sido la primera mujer amputada por encima de la rodilla en terminar el Ironman de Hawai. Ha sido un momento muy especial. El primer hombre en conseguirlo fue Pat Griskus en el 1985. Pasaron 20 años antes de una mujer consiga hacer lo mismo y esa mujer he sido yo. Lo más bonito es que cuando consigo algo siempre tengo un objetivo nuevo que lograr. En noviembre próximo participaré en el maratón de Nueva York, así como en el Ironman de Arizona. A continuación empezaré a trabajar con la intención de calificar para formar parte del equipo

paralímpico de triatlón, ya que la especialidad se va a introducir por primera vez en los Paralímpicos.”

Su historia en un libro

Toda su historia, Sarah la cuenta en un libro publicado en el 2009 “In a single bound” (*En un solo salto*).

“Pensé que era importante compartir mi historia y desvelar algunos elementos más privados de mi lucha diaria. Presentar y explicar las dificultades con que se enfrentan cada día las personas discapacitadas y también las mías personales. Necesitaba hablar de la situación difícil que conocimos en casa con un padre a veces muy violento y de otro desafío: la terapia familiar que seguimos durante casi diez años antes de que al final nos deje mi padre. El deporte ha sido fundamental para construirme y permitir a mi familia resolver sus problemas. Recibo muchas solicitudes para dar charlas en varios tipos de asociaciones sin afán de lucro y también en



escuelas. Foto www.AlwaysTri.com Las reacciones de la gente suelen ser muy positivas y después de los encuentros algunos suelen escribirme para decirme que la charla cambió sus vidas, que les motivó para conseguir sus objetivos. Saber que mi mensaje llega a la gente me ayuda a seguir adelante y superarme cada vez más. Hay una anécdota que recuerdo de mis días en el programa “The Amazing Grace” en CBS TV. Nos encontrábamos en la India e íbamos corriendo por las calles. Toda la gente me estaba mirando. Los vendedores que se encontraban en la calle y todos los peatones pararon de repente con sus actividades para mirarme. Hasta paró un autobús. Todos mirando a esa pequeña rubia con su enorme mochila y su pierna protésica de metal. Seguramente que nunca en la vida habían visto algo similar. Recuerdo muy bien lo que pensé en aquel momento. Fue como una revelación entender como una sola persona, una sola imagen, pueden cambiar la forma de percibir la vida. Nunca antes se habían imaginado que una persona amputada podía correr gracias a una prótesis. En este momento particular me di cuenta de todo el

trabajo que nos quedaba por hacer si queríamos cambiar las ideas que la gente se hace de las personas discapacitadas, no sólo en Estados Unidos, sino en el mundo entero. Y creo que el deporte es la mayor opción para fomentar un cambio social generalizado.”

Uno nunca puede saber de que es capaz si no lo intenta. Esa es la filosofía de vida de Sarah Reinertsen, una mujer extraordinaria que siempre consigue realizar sus sueños, porque cree en ellos, porque sabe que todo es posible.