

Esther

Elena Polaino García

*Premio Especial para estudiantes
de la edición XX (2018).*

Me encantaba ir a mi pueblo. Está cerca de Madrid, donde vivíamos. Mi familia y yo teníamos la costumbre de ir unas cuantas veces a lo largo del año. Madrugábamos un poco, desayunábamos rápido, cogíamos el equipaje y montábamos en el coche. Mi padre conducía alrededor de dos horas. Yo iba escuchando la radio y hablando con mi madre. *Et voilà*, llegábamos al pueblo.

197

Es un lugar especial. Un pequeñísimo conjunto de viejas casas rodeado por altos y frondosos árboles, que dan un color verde oscuro mezclado con el marrón de las hojas caídas en el suelo. Allí no vive apenas nadie, salvo Francisco y Manuela, que son, como yo les llamo, los cuidadores del bosque. Son un matrimonio de ancianos. Siempre que vamos al pueblo, les visitamos y les regalan a mis padres una tarta de manzana, que es la especialidad de Manuela. El pueblo es un lugar muy tranquilo y solitario. Si queremos ir a comprar tenemos que coger el coche, atravesar por un estrecho camino el bosque e ir a un pueblo más grande, donde hay tiendas y mercados, ya que en el mío no hay nada, solamente unas cuantas casas.

Mucha gente no entendía cómo me podía gustar tanto ir a este lugar, que a primera vista parece un sitio muy aburrido para una niña de diez años. La verdad es que tenían razón, es aburrido y me resultaría un rollo ir si no fuera porque allí, en el bosque, podía practicar mi deporte favorito, el atletismo. Me encantaba correr, sentir como se me aceleraba el corazón, como todos mis músculos trabajaban al máximo, las piernas avanzaban a toda velocidad adrenalina. Es algo que me gusta desde siempre e incluso mis padres dicen que aprendí antes a correr que a gatear.

198 Aunque era muy pequeña, apenas una niña de colegio que no sabía nada de la vida, tenía claro que quería convertirme en una atleta profesional. Competir contra otros corredores y ser la mejor. Yo era muy buena en las carreras de velocidad, pero en lo que verdaderamente quería llegar a ser la mejor eran las carreras de obstáculos. Y el magnífico bosque de mi pueblo era un campo excepcional para entrenar.

Mis padres están discutiendo. Gritan y hacen gestos con las manos. Mi padre tiene un trabajo nuevo y pasa menos tiempo en casa y con nosotras. Desde entonces, suelen estar nerviosos y discuten todo el tiempo. Para desconectar y dejar a un lado la rutina, hemos venido a pasar unos días al pueblo. Es invierno y con la chimenea encendida en la casa se está muy bien.

No lo entiendo, en el pueblo no deberían discutir. Para eso hemos venido. No me gusta verlos de esa manera. Mientras ellos discuten, estoy pensando en cómo evitar esa situación tan incómoda y enseguida llega a mi cabeza el riguroso plan de entrenamiento que me he propuesto

realizar. Así que, aunque no me dejen ir sola y luego me lleve una buena regañina y depende de cómo estén los ánimos también un día entero sin ver la televisión, abro la puerta con cuidado, sin hacer demasiado ruido para que no se den cuenta y salgo silenciosamente de casa. Me dirijo al bosque.

Tengo que entrenar mucho si quiero clasificarme en la *XXI Cross El Encinar*. Se trata de una carrera muy dura que se celebra anualmente. Mi club solo elige a las mejores para presentarse. ¡Y este año, lo he conseguido, me han elegido a mí y tengo que ganar esa carrera! Como hoy no puedo volver tarde del bosque, elijo el camino corto, pero complicado. Corro a través de los altos pinos, sorteo algunas rocas y ramas que hay en medio de la ruta, como si se trataran de vallas de competición y me obligo a ir a un buen ritmo por subidas interminables. Noto mi corazón palpar en la garganta mientras avanzo a grandes zancadas.

199

Mientras corría por una bajada, a toda velocidad, una de mis zapatillas patinó con una roca y tropecé. Perdí el control y caí rodando por la tierra hasta que de repente me golpeé con algo y paré en seco. Todo ocurrió muy rápido. Estaba sangrando y notaba tanto dolor en mi pierna derecha que me quedé sin aire. Sentía un ardor por todo mi cuerpo y de pronto, todo se desvaneció.

Cuando desperté, estaba tumbada en una cama. Me sentía cansada. Notaba la boca seca, muy seca. Tenía mucha sed. Me encontraba un poco mareada, desubicada y veía un poco borroso. Sentía todo mi cuerpo dormido y pesado. De pronto, vi unas figuras que se acercaban lentamente. Eran mis padres. Sus rostros estaban apagados y su mirada triste.



Emanaban preocupación, aunque intentaban esconderla. Mamá tenía los ojos hinchados; había estado llorando. ¿Qué pasaba? ¿Por qué mis padres me miraban de esa manera? ¿Dónde estaba? Estaba en el hospital. En el centro médico de referencia en traumatología, en Madrid.

200 Mis padres, entre sollozos, y dos médicos que vinieron seguidamente a la habitación me explicaron con mucha calma lo que me había ocurrido. Cuando corría por el bosque, al caer, rodé hasta que impacté con una gran roca. Mi pierna derecha que chocó directamente con la roca, se fracturó. Al perder rápidamente mucha sangre, me desmayé. Pasó demasiado tiempo hasta que me encontraron en el bosque. Ingresé en Urgencias con una fractura abierta grado III del tercio distal de tibia y peroné derechos. En el hospital me hicieron pruebas y más pruebas buscando soluciones. Sin embargo, mi evolución clínica fue mala y presentaba una infección de la herida con ausencia de vascularización arterial. Esto significaba que la sangre no conseguía circular por mi pierna. Por lo que tuve que ser intervenida quirúrgicamente ante la presencia de una gangrena, realizándome una amputación a nivel del tercio proximal de la pierna derecha.

No me lo podía creer. Me habían amputado la pierna. Mi mundo se había venido abajo. No me salían las lágrimas, me había quedado en *shock*. Mi sueño, mi vida que era correr se había terminado. Ya no quería vivir. A una niña de diez años no le podían pasar estas cosas. Mi madre me abrazaba y mi padre lloraba a mi lado. Yo me había quedado con una sensación desagradable y negra que me recorría todo el cuerpo.

Mi vida ya no tenía sentido. En mi cabeza corrían todo tipo de pensamientos, cada cual más oscuro que el anterior. ¿Por qué esto a mí? Yo no he hecho nada. Mi vida acababa de empezar y se ha truncado. No quería ser doctora, ni una estrella de cine, ni ganar mucho dinero, tan solo quería correr. ¿Qué iba a hacer una niña sin pierna?

Al cabo de unos días yo seguía postrada en la cama del hospital. Mi aspecto era aterrador, pues me negaba a comer y a hacer cualquier cosa. No quería hablar ni escuchar a nadie. No quería llorar ni gritar. No quería ir al baño ni moverme para sentarme en la silla de ruedas. Me tenían que poner unos pañales para hacer mis necesidades y me lavaban como podían en la cama.

Me sentía muerta. Nunca se sabe cómo va a terminar el día. Nunca se puede dar por hecho nada. Ni lo más seguro es seguro; ni lo más incierto es así.

Un día vinieron los médicos a mi habitación y me dijeron que ya estaba preparada para la rehabilitación. Había pasado mucho tiempo y tenía que empezar a ejercitar de nuevo mis músculos y entrenarlos, sino se me atrofiarían. Además, un equipo de fisioterapeutas me ayudaría y me enseñaría a utilizar la prótesis. Le prometí a mi madre que iría, aunque no tenía ni ganas ni fuerzas.

Era una sala grande y fría, llena de colchonetas, y barras de apoyo, barandillas y espalderas. Había pelotas y otros instrumentos que no sabía para qué servían. Allí estaban mis padres, rebosando actitud positiva, contentos porque empezara la rehabilitación y felices porque hubiera aceptado a venir finalmente. También estaban los médicos que habían estado llevando mi



caso, el grupo de cirujanos que me operaron y los fisioterapeutas que ahora tratarían con mi tullido cuerpo.

Todos, en una especie de corrillo, de pie y yo, desde mi silla de ruedas, alzaba la vista y veía a unos señores, con bata blanca en la que llevaban sujeta una tarjeta de identificación. Hablaban con un lenguaje muy distinto al que utilizaba yo normalmente. No les entendía. Mientras dialogaban con un tono pausado, serio y monótono, de vez en cuando, giraban la mirada hacia mí o señalaban a mi pierna con el dedo. Mis padres asentían. A un lado, un poco separada del resto, había una chica. Era joven y estaba cogiendo notas en una libreta. Pero, enseguida guardó todo en el bolsillo y se dirigió a mí. Y de repente, cuando estaba enfrente de la silla de ruedas, de forma inesperada, se sentó en el suelo y cruzó las piernas. Desde el suelo, me dijo su nombre y me dio la mano. Por una vez, en mucho tiempo, no tenía que mirar hacia arriba, ella se había sentado a mi nivel. Era Esther, una fisioterapeuta, recién salida de la universidad. Formaba parte del equipo que iba a llevar a cabo mi rehabilitación.

202

Me explicó que íbamos a ir muy poco a poco, de forma que yo me sintiera cómoda. Seguidamente, me sentaron en una camilla y observaron el muñón. Yo me sentía indefensa y un poco avergonzada. Pero al momento, Esther puso su mano en mi hombro y me dijo:

—Tranquila, estamos valorando tu pierna para comprobar que está preparada para colocar la prótesis.

Parecía que mi muñón estaba bien y me iban a colocar la prótesis. Al colocármela y ver lo que iba a ser mi nueva pierna al lado de la otra, sentí una sensación rara y difícil de explicar, pero era una especie de sentimiento de paz. Ahora tocaba levantarse y, ayudada por Esther y el resto de fisioterapeutas, conseguí incorporarme y agarrarme a una barandilla. Estaba de nuevo en pie y de mi rostro salió una pequeña sonrisa. Después de tanto tiempo en cama, volvía a erguirme y a mirar al mundo. Y entonces, adelanté la pierna para dar un paso, decidida a caminar, cuando, de pronto, me di cuenta de que no tenía fuerza para sostenerme y me tambaleé. A punto de caerme, todos los fisioterapeutas me agarraron y me sujetaron evitando que cayese al suelo.

—Tienes que ir poco a poco. No te apresures, todavía no tienes fuerza. Continuaremos mañana —exclamó uno de los fisioterapeutas.

—¡Eh! Tranquila campeona. Lo has hecho muy bien —dijo Esther.

— Nunca volveré a andar. ¡Y mucho menos a correr! Correr era mi pasión y ahora, ni siquiera puedo dar un paso —dije yo, sollozando. Y eché a llorar.

—No te miento, será duro, muy duro. A pesar de la tecnología actual que usan para hacer las piernas biónicas, no vas a sentirla igual que tu propia pierna. Pero te prometo que haré todo lo posible para que vuelvas a correr. ¿Sabes que es aún más difícil que fortalecer los músculos y aprender a equilibrarte y mejorar la coordinación? Es mucho más difícil lo que has hecho tú hoy aquí. Has demostrado valentía, motivación y confianza. Será un proceso largo, tendrás momentos mejores y peores pero ante todo, tienes que creer en ti. Si tu pasión es correr, lucha por ello y lógralo —dijo Esther.



Ella tenía razón. Yo podía lograrlo.

Fueron pasando las semanas y los días en el gimnasio del hospital. Poco a poco, junto a Esther y los demás fisioterapeutas, pasé de estar apoyada con las dos piernas entre las barras paralelas a caminar a través de ellas. Seguidamente, cambié las barras por el brazo de Esther y de otro fisioterapeuta. Luego me ayudaba de un andador. Y al cabo de varios meses iba únicamente con un bastón. Conseguí devolver a mi cuerpo fuerza, equilibrio y flexibilidad. Y un día empecé a caminar por mí misma.

La ilusión y la confianza son las dos grandes virtudes de los valientes. Gracias a mi fuerza, a confiar en mí, en mis posibilidades y en mi cuerpo y a enfrentarme con garras y tesón a lo que me deparó la vida conseguí salir del agujero. Y no solo salir del agujero, sino lograr mi objetivo y hacer realidad el sueño de toda mi vida.

Pero sin duda, las gracias se las tengo que dar a Esther, a esa chica jovencita que siendo la menos valorada del equipo supo hacerlo bien. Supo apoyarme y darme la mano como profesional, pero también como ser humano. Gracias a ella, estaba nerviosa, pero no tanto. Tenía miedo, pero no tanto. Me costaba, pero no tanto. Me dolía todo mi cuerpo, pero no tanto. Me sentía sola pero no, en realidad, no me sentía sola. Estaba ella, acompañándome en el camino.

Ahora, después de algunos años, soy campeona paralímpica. Con orgullo puedo decir que he ganado el oro en los 400 metros de Río. Y Esther sigue siendo mi fisioterapeuta.