



# ALEJANDRO NAVAS

EL TRIATLETA DE AUTOPOS

Por: CLAUDIA VILLEGAS Fotos: PIERO SCHIAVO



## Un chico como cualquiera, con un sueño como ninguno

Alejandro Navas tiene 20 años, vive en Leganés y estudia un curso de Administración impartido por la 'Fundación A la par'. Le gusta ver series en Netflix y practicar deporte. Un chico corriente, que sin embargo está llamado a ser historia de nuestro deporte: triatleta, patrocinado por AUTOPOS, es una joven promesa llamada a marcar época en esta disciplina. Un joven con discapacidad sensorial, intelectual, psicomotriz y ataxia -falta de coordinación en la realización de movimientos voluntarios-, que lucha por cumplir un sueño gigante. La suya es una historia que merece la pena ser contada.



### “No esperábamos que dejara de andar”

Cuenta su madre, Arantxa López, que hasta los tres años no hubo problemas. A partir de entonces, notaron que algo no iba bien...

Las salidas al parque, parte tan feliz de la infancia y de la paternidad, estaban marcadas por el estado de alerta constante de los padres: “No éramos capaces de estar tranquilos porque se caía mucho y sin motivo aparente, así que teníamos que andar muy pendientes. Las noches tampoco eran fáciles, se levantaba vomitando y se quejaba de dolores de cabeza”.

Las primeras visitas al médico fueron infructuosas. Los especialistas no daban en la tecla, acumulando en más de un caso diagnósticos que no correspondían con lo que Alejandro estaba sufriendo. El instinto de madre de Arantxa la empujó a seguir indagando, la última opción sería conformarse... Hasta que acudieron al hospital infantil Gregorio Mara-



ñón: “Entramos por Urgencias. Le hicieron algunas pruebas neurológicas y un TAC, en el que descubrieron que tenía una masa, un tumor, en el cerebro. La siguiente prueba, la resonancia, mostró que además tenía hidrocefalia, por lo que lo operaron de urgencia para drenar el líquido. A la semana siguiente le operarían para remover el tumor”.

Los padres de Alejandro esperaban que las cirugías fueran el punto final del capítulo de horror que acababan de vivir con un por entonces muy pequeño Alejandro -apenas cumplía cuatro años-, pero, en realidad, la batalla de toda la familia contra las secuelas de la operación, contra el sistema y contra la sociedad sólo estaba a punto de comenzar.

La voz de Arantxa se quiebra al recordar. Hacía el esfuerzo mientras un velo de lágrimas cubría sus ojos: “La verdad, no esperábamos que después de la operación dejara de andar, ni que perdiera todo lo que perdió. Ese fue el mayor chasco... Más que enterarme de que tenía un tumor cerebral, ver después que no podía caminar fue lo más duro, lo más difícil de asimilar”. Era el año 2008.

**“La sociedad no entiende las discapacidades que no se ven”**

Así empezaba un largo proceso de recuperación y rehabilitación que continúa hasta hoy. Un camino, de lento recorrido, lleno de tropezos burocráticos, de incomprensión y has-

ta de acoso: “Los primeros años fueron muy duros, ya no por las rehabilitaciones, porque al final veíamos que poco a poco iba mejorando y recuperaba movilidad, sino porque a nivel social fue durísimo. Como sociedad no entendemos las discapacidades que no se ven. Si ves a una persona ciega que necesita cruzar la calle, no dudas en ayudar, pero no comprendemos que hay discapacidades intelectuales que no son perceptibles a simple vista pero que están ahí, con todo lo que eso significa para quien las tiene y para sus familiares. Hace falta concienciarnos mucho, hay que hacer aún mucho trabajo”.

Sin embargo, no todo fue malo, porque en ese durísimo camino también se han encontrado con grandes personas que se solidarizaron con Alejandro y su familia, que trabajaron hombro con hombro junto a sus padres

en su recuperación y que vieron en él talento, pasión y mucho potencial: “Sus profesores siempre se han portado fenomenal con nosotros, porque veían que era un chico que se estaba esforzando, que lo estaba dando todo. Después de su rehabilitación llegaba a casa y estaba obsesionado con hacer la mochila y llevar todos los deberes hechos”.

Fue a través de uno de esos deberes que Alejandro descubrió el atletismo. Un profesor de Educación Física le pidió un trabajo sobre este deporte en personas con parálisis cerebral... Mientras madre e hijo hacían el trabajo juntos, Arantxa le propuso algo: “¿Y por qué no te apuntas?”.

Tras algunos meses de entrenamiento Alejandro se enfrentó a su primera competición de atletismo en Madrid. Quedó en tercer lugar... Y fue el germen de todo.

“Sus profesores siempre se han portado fenomenal con nosotros, porque veían que era un chico que se estaba esforzando, que lo estaba dando todo. Después de su rehabilitación llegaba a casa y estaba obsesionado con hacer la mochila y llevar todos los deberes hechos”.

“Los primeros años fueron muy duros, ya no por las rehabilitaciones porque al final veíamos que poco a poco iba mejorando y recuperaba movilidad, sino porque a nivel social fue durísimo. Como sociedad no entendemos las discapacidades que no se ven”.

## “Siempre me ha gustado hacer deporte”

El propio Alejandro cuenta que el gusto por el deporte no es algo nuevo en su vida: “Siempre me ha gustado hacer deporte, más que nada siguiendo las recomendaciones de los médicos para mejorar mi funcionamiento y mejorar mi estado físico”.

Comenzó con natación y waterpolo, pero la intensidad horaria de las clases -tres veces a la semana- le harían cambiar el agua por el campo de fútbol: “Era un paquete”, recuerda sonriendo.

Fue en aquella época cuando empezó a intercalar sus primeras clases de atletismo con los entrenamientos de fútbol... Y al comenzar a competir los resultados acompañaron: “Fui campeón de España en salto de longitud, plata en 60 y en 200 metros... la verdad es que se me dio bastante bien ese año”.

Lo del triatlón, en cambio, es más nuevo. La idea se le metió en la cabeza en noviembre del año pasado: “Hubo varias competiciones en la liga de atletismo de Madrid y me di cuenta de que había muchos chicos en mi categoría. Entendí que si quería llegar a los paralímpicos quizá podría tener mayor oportunidad buscando otro deporte”.

Su experiencia previa en atletismo fue clave a la hora de decidirse por el triatlón, aunque faltaba una parte, la que más temores generaba en sus padres, el ciclismo: “Yo le apoyo en todo, soy así, pero es verdad que convencer a mi marido fue un poco más complicado... Y



nos da miedo, claro, porque el equilibrio es su peor enemigo y con tantos kilómetros en bicicleta...”. Esbozaba una ligera sonrisa Arantxa, encogiendo casi al tiempo sus hombros, tratando de hacer ver a la periodista que se trataba de un reto más, sólo uno más de los muchos que ya habían dejado atrás en la vida junto a su hijo.

“Siempre me ha gustado hacer deporte”. Comenzó con natación y waterpolo, pero la intensidad horaria de las clases le harían cambiar el agua por el campo de fútbol: “Era un paquete”, recuerda sonriendo. Luego vino el atletismo y más tarde el triatlón.

Juegos Paralímpicos Los Ángeles 2028, allí es donde se ve Alejandro, compitiendo en Triatlón como con los colores de España y representando a todas las personas que como él no han dejado que las adversidades del caprichoso destino pongan límites a sus sueños.

## HAGAMOS QUE SUCEDA...

Por lo mucho que mola su historia y porque él es un ejemplo de disciplina y constancia y la principal fuente de orgullo de sus padres, quisimos ‘subirnos’ al sueño de Alejandro dándole alas para que llegue a Los Ángeles... Y como alas fue imposible, nos conformamos con su bici... Así fue como en febrero de 2024 AUTOPOS hizo entrega a Alejandro de la bici con la que desde entonces entrena y compite. Una acción que ojalá pueda ser replicada por otros -y en nuestro mercado hay muchos y muy buenos ejemplos de empresas comprometidas- porque toda-

vía son muchos los kilómetros que hace falta recorrer hasta Los Ángeles. La práctica de los tres deportes -natación, ciclismo y atletismo- requiere de indumentaria y equipo especial, y los padres de Alejandro, que son su equipo logístico en muchas de las competiciones en las que participa, necesitan cubrir los gastos de traslado y alojamiento de estos viajes.

“Algunas personas quieren que algo ocurra, otras sueñan con que pasará, otras hacen que suceda”. Es una frase del mítico Michael Jordan. Pues eso, ayudémosle a que suceda.

## Un sueño y un plan

Juegos Paralímpicos Los Ángeles 2028, allí es donde se ve Alejandro, compitiendo en triatlón con los colores de España y representando a todas las personas que como él no han dejado que las adversidades del caprichoso destino pongan límites a sus sueños. 750 metros a nado, 20 kilómetros en bicicleta y 5 kilómetros de carrera pondrán a prueba el cuerpo y la mente de este deportista que ha trazado un robusto plan de trabajo, que sigue a rajatabla, para poder conseguirlo: “Tengo que luchar lo máximo posible por los puntos que tienes que conseguir en la Federación Española de Triatlón participando en campeonatos de España, copas del mundo y juegos europeos, así que ahí estamos peleándolo. Mis amigos dicen que estoy un poco majara, y es muy duro, sí, pero al final es el precio que le queramos poner al éxito”.

Entrenamientos diarios -tres veces a la semana natación y dos veces a la semana ciclismo y atletismo-, un plan de alimentación especial, y una serie de competiciones regionales y nacionales forman parte de la hoja

de ruta que seguirá para perfeccionar su técnica y foguearse en la arena con otros competidores. Un plan para cumplir su sueño... un sueño que comparte con su familia, su mayor club de fans.

Alejandro es una persona que inspira y arrebató gestos de admiración nada más conocerlo. Tiene buen sentido del humor y la capacidad de reírse de sí mismo, sacando siempre el lado más positivo a las cosas: “Cuando participé en el encuentro de promesas paralímpicas, delante de mí iba un chaval en bicicleta pedaleando con una sola pierna, y yo que iba con dos no podía alcanzarlo... y pensaba ‘aquí no hay nada que hacer, sólo dar gracias de que no está en mi misma categoría”.

Un crack que, ojalá, pronto estará luchando para hacer historia en el deporte español. Se lo merece, sin duda.