

“¿Te ayudo?, ¿a qué?”

El mundo del parolimpismo es una forma de vida. Una filosofía que se ejercita con compañerismo, solidaridad y atendiendo al valor de superación personal que existe en los deportistas. Rafael Botello, olímpico por primera vez en las paralimpiadas 2008 de Pekín, es el ejemplo de ello. El catalán se encuentra en la cúspide del atletismo paralímpico y prueba de ello es el amplio palmarés que lleva a sus espaldas desde que se inició en el atletismo en el año 2003.



Desde lejos ya se le ve sonreír a Rafael Botello. Este deportista de 29 años arrasa con su mirada y su risa allá por donde va. Ataviado con su indumentaria deportiva, su silla de entrenar y unas gafas que no dejan ver el color de sus ojos, Rafael comienza como un día más, salvo que es domingo, sus entrenamientos en las pistas del Turia. Más de cuatro kilómetros a unas pistas de atletismo casi solitarias, arrastre, series, gimnasio y una velocidad que roza los 28 kilómetros por hora para estar siempre a punto,

“Sufrí una lesión medular que me provocó un daño de por vida en las extremidades inferiores”

los siete días de la semana, sin importar la meteorología o los festivos nacionales. Resulta curioso ver como entre ejercicio y ejercicio, Rafael esboza una tímida y sincera mueca, como si el cansancio no formase parte de su carácter, ni su cuerpo sufriera el esfuerzo de toda una mañana de entrenamientos. Y es que después de un día con él, parece que le conoces de toda la vida. Amigable, risueño, cariñoso, y todo sin olvidarse de la madera de campeón que late en su interior.



Rafael Botello Jiménez, nació en Vic, capital de la comarca de Osona, en la provincia de Barcelona en 1979. De padre melillense y madre jienense, este catalán desprende una arrolladora competitividad y una superación infranqueable. Con tan sólo 22 años sufrió una caída en bicicleta cuando se disponía a entrenar para participar en un duatlón. “Fue el destino” explica Rafa, y es que según el atleta ese día su bicicleta estaba mal, y al pedir otras estas también lo estaban. Desafortunadamente, muchas casualidades que le provocaron una lesión medular y que no pudiese utilizar sus extremidades inferiores de por vida.

“El destino quiso que ese día no cogiese la bici pero la cogí”

Un hecho que marcaría un antes y un después en la vida de este joven y de su familia. Dejó su vida anterior, su trabajo en la construcción, y comenzó todo un mundo nuevo que le aportaría lo necesario para estar a la cabeza dentro del atletismo en silla de ruedas. “Antes del accidente ya me gustaba mucho el deporte” y es que a Rafa le corre por las venas el sabor a victoria y las ganas de triunfar siempre. “Después del accidente, les costó a mi familia más que a mi adaptarse a la nueva situación”.

Rafa es independiente, no necesita ayuda de nadie, y sobre todo, es capaz de afrontar sus problemas con fortaleza. “Me gusta la soledad, me viene bien de vez en cuando”. Pero, ¿cómo un chico como Rafa Botello adora la paz de una habitación?. No es sorprendente, el deportista



no desconecta durante todo el día y se exige lo máximo posible para dar siempre lo mejor y obtener todo por lo que cada día trabaja.

“Me molesta muchísimo que la gente me mire con pena o me pregunte si me ayuda, pero ¿a qué me vas a ayudar?, no lo entiendo” comenta Rafa ante las situaciones que vive casi de forma habitual. En la actualidad, Botello vive en Valencia, en el Complejo Deportivo La Petxina gracias a la beca que le concedió el Comité Paralímpico al regresar de Pekín. Y es que este amante del deporte cumplió su sueño cuando recibió la noticia de que formaba parte del equipo Español para participar en las paralympicadas de Pekín.

Como por obra del destino, Rafael cogió el avión con dirección China un 29 de agosto de 2008, seis años atrás el joven, el 29 de agosto del 2002 sufrió el accidente ya mencionado. Sin duda sus ojos muestran una sensación entre gélida y enternecedora cuando habla del tiempo que ha pasado y sobre todo, de lo que ahora ha construido con tesón.

“No se como expresar mis sentimientos, durante estos cinco años de práctica deportiva nadie me ha regalado nada y todo lo que estoy logrando y sobre todo la noticia de ir a Pekín ha sido gracias a mi esfuerzo y dedicación durante los fríos inviernos y calurosos veranos. Esos días de fiestas como el 24, 25 o 31 de diciembre o incluso el 1 de enero que la gente esta de fiesta y tu estas durmiendo temprano para entrenar al día siguiente sin tener conocimiento del día en el que te encuentras, ya que por tu cabeza sólo pasa que mañana tienes que entrenar, evitar las lesiones, los problemas que puedan surgir y tantas otras cosas que aparecen de imprevisto y que tienes que superar día a día”, comenta Rafa.

La noticia de ir a las paralympicadas fue para Rafa el sueño cumplido. La recompensa a un trabajo lleno de cansancio pero que nunca abandonó a pesar de lo costosos que podía llegar a ser. “Aún guardo el email con el que me notificaron que formaba parte de esta aventura”, y es que para Rafa ese párrafo es todo un tesoro que le abrió las puertas a unas olimpiadas en las que alguna vez se había imaginado estar. Y es que son pocos y los que son, tienen que ser los mejores en sus disciplinas para representar a su país.

La llegada

Al pisar suelo chino, todo comenzó a ser cómo Rafa se lo imaginaba. La gente es estupenda, muy educados todos, la organización nos trata de maravilla, a pesar de la cantidad de seguridad, a penas notamos nada. Son algunas de las impresiones que describe Rafael Botello a su llegada a la villa olímpica. Un lugar cargado de libertad y aire fresco. “No me lo podía creer, pero era cierto, estaba en Pekín. Fue impresionante”.



La oportunidad de viajar, vivir en otras ciudades, conocer gente maravillosa e incluso enamorarse son algunas de las cosas más mágicas que tiene el deporte paralímpico y es que entre estos deportistas son más que sobradas las relaciones de amistad y de admiración que se profesan. Sin duda, este mundo esconde sentimientos que también se dan en otros ámbitos personales ya que los deportistas paralímpicos están llenos de vitalidad y armonía que les hace ser idénticos a otros o incluso mucho más solidarios que el resto de la humanidad. Podríamos decir incluso que ante la inmensa rivalidad que existe en el deporte, en el parolimpismo, la rivalidad se concibe de otro modo, aún así, todos salen a ganar.

“Guardo todavía el email que me enviaron desde el Comité Paralímpico para comunicarme que iría a Pekín”

“Yo soy un ganador nato. Hago todo lo posible para coronarme siempre en cada prueba, eso es lo primordial, y para eso entreno diariamente”.

En cuanto a las vivencias de Rafa en Pekín, basta con mirar cómo se expresa, como narra con detalles, para otras mentes olvidadizas, cada día, cada prueba y todos los momentos que vivió en Pekín.

“El día de la inauguración fue muy emocionante. Estábamos todo el equipo español muy ilusionado”. Y es que “¡fueron mis primeras olimpiadas!” resalta Rafa entre un toque alegre y sorprendido. Tan cierto como que a las olimpiadas de Atlanta Rafael no pudo acudir ya que estaban muy cerca y su nivel de adaptación y sobre todo físico “no era aceptable” ratifica el catalán. Aún así, las primeras fueron las de Pekín, y dice que el primer amor

nunca se olvida, eso le debió pasar a Rafa Botello cuando llegó a la Villa de Pekín porque desde entonces entra con la vista fijada en las próximas paralympias, en Londres, lugar al que seguro que podrán desplazarse amigos y familiares para apoyar de cerca al deportista.



“El deporte es fundamental para las personas, todo lo que aporta al cuerpo es beneficioso para la salud así que no iba a ser menos para personas con algún tipo de discapacidad” comenta Rafa cuando le preguntamos sobre cómo ve el deporte en general.

Sin medallas

Sin duda, este atleta está hecho para ganar y sumar medallas. Aunque desde Pekín, desafortunadamente no pudo traerse ninguna ya que en la prueba en la que competía por las medallas se calló. Y es que en el atletismo como en la cola del súper, si te duermes, te adelantan. Rafa quedó undécimo y logrando su segunda mejor marca de con un 1.23,53 segundos. “Quizás hubiese firmado este puesto antes de competir pero viendo como iba en la carrera, la mala suerte hizo acto de presencia de nuevo en mi vida” se lamenta Rafa cuando recuerda los momentos de carrera en Pekín. Estando ya dentro del estadio a solo 350 metros un atleta japonés le encerró hacia los conos de la pista lo que provocó que el español saliese disparado del recorrido y perdiese en ese mismo instante todas las posibilidades de conseguir una medalla. En el momento de la desafortunada caída Rafa Botello estaba situado en el séptimo lugar y por delante tenía a dos atletas japoneses que “viendo la fuerza con la que llegaba yo seguro que hubiese estado luchando por el quinto puesto y quizás más.

Qué rabia debió darle a Rafa cuando se vio tirado en el suelo y perdiendo todas las posibilidades de pasar a la historia del las paralympicadas chinas. Además de pinchar una rueda y sufrir un hematoma en la frente. Y es que de haber llegado a la meta entre los primeros, hubiese sido el primer español, algo que honra al catalán ya que con el poco tiempo que lleva ejercitándose en este mundo hubiese sido todo un triunfo muy reconocido a su esfuerzo. Un golpe de moral muy importante que se desvaneció pero que siempre se recordará en la mente de quienes lo presenciaron como lo que “fue o pudo haber sido”. Al finalizar la prueba, el equipo español logró meter a tres atletas entre los 11 primeros.

Una vida diferente



“Soy más feliz ahora que antes”. La gente cuando ve a Rafa sólo ve una silla y una cantidad de problemas e inconvenientes, pero la vida de Rafa no presenta impedimentos. Gracias al deporte que practica ha viajado por todo el mundo, cuatro veces a Nueva York, tres a China, ha estado en la maratón de Suecia, de Colombia, Sudáfrica y otros tantos lugares más alrededor del globo terráqueo. Y es que el deporte para él ha sido una válvula de potencia ilimitada. “Ahora hago lo que me gusta y lo más importante para mí es que gano trabajo con mi trabajo y eso es una maravilla”. Sin lugar a duda, el deporte paralímpico tiene más ventajas que desventajas en la vida de este joven al que parecía que un verano de 2002 la vida se le había truncado para siempre.

Valores con marca

Probablemente Rafa Botello sea una excepción en el mundo del deporte adaptado, pero si es así, es la excepción

que confirma la regla. ¿ Por qué?, pues sencillamente porque el deporte paralímpico está cargado de valores y sentimientos tangibles e infinitos.

“Valor de la superación personal y colectiva, la solidaridad ante su situación y la que padecen los que le rodean, el compañerismo, el valor que se le da por parte de estos deportistas a las peculiaridades de cada uno y el entendimiento de todos por una causa”. Además, el deporte paralímpico lo practican personas “sanas y alegres” como afirma el presidente del Comité Paralímpico Europeo en la presentación del libro *Tiempos paralímpicos* . Y siendo el deporte el reto de las limitaciones, todas las prácticas adaptadas son por tanto el reto a esas limitaciones. Por ello, cuando hablamos de triunfos y medallas basta saber que para triunfar tan sólo es imprescindible la voluntad y eso es algo que está en el corazón de quienes lo practican.



Visión experta

El deporte del paralimpismo es una filosofía de vida en la que se enclava el tesón, la fortaleza física y moral, el compañerismo, la autoestima y un sinfín de calificativos que dan a esta práctica un valor añadido y muy determinante. Y es que el deporte paralímpico se ha colocado en los últimos años en la élite, según sociólogos como Ramón Garrido que trabaja con niños con limitaciones físicas y que ha ido viendo como muchos de ellos

se han interesado por un mundo nuevo que está al alcance del esfuerzo y la tenacidad.

Ana Borja es psicóloga y ha analizado algunas de las afirmaciones de Rafa Botello. Y es que según la experta hay gente que tras sufrir un accidente que le cambia la vida pasa por tres fases. La primera de ellas es la negación y el rechazo a uno mismo, llegando a creer que “esto” no te está pasando. Tiempo después, se da la fase de interpretación y reflexión en la que el accidentado medita sobre la situación en la que se encuentra y comienza a verse a sí mismo como el protagonista de su propia vida. Y por último, la fase en la que la persona discapacitada acepta la etapa que le ha tocado vivir y se enfrenta a ella con positivismo. Además, esta por ser la fase en la que uno se da cuenta de su situación requiere sacarle el mayor partido. Y es que, muchos, según explica Borja, se crean una nueva identidad y construyen una autoestima a partir de otros. Por otra parte, según Ana Borja, el caso de Rafa Botello estaría enmarcado dentro de una nueva investigación que se lleva a cabo actualmente por numerosos psicólogos y es que “Rafael presenta un carácter que nosotros denominamos *refiliencia*, o dicho de otro modo, son personas que tienen la capacidad de vivir situaciones límite y salir de ellas fortalecidos”. Es el caso de Rafa. Un comportamiento que refleja una actitud extremadamente positiva pero que sin embargo se da en muchos pacientes que han sufrido algún tipo de problema físico. Por su parte, todo lo necesario para poseer esta capacidad, que es innata, está en relacionarse con la gente, aprender de las experiencias personales del resto de compañeros y sobre todo asumirse como personas. “Yo sigo siendo yo pero que es lo que puedo hacer ahora”, ejemplifica la experta. Aún así, el buen humor de la persona discapacitada y la capacidad para que sepa responder problemas son fundamentales para abordar con serenidad una situación de tales magnitudes.

Por otra parte, según la psicóloga, la sociedad juega un papel fundamental en la inserción de estas futuras promesas. Y es que, “el hueco que hay para ellos debe ser mucho más amplio y sobre todo, más acogedor. Logrando que se sientan acogidos y arropados por el resto de ciudadanos.

Es la teoría de la que habla Ana Borja y que podría extrapolarse a la vida del atleta Rafa Botello. Y es que, su vida cambió para mejor tras el accidente y ahora, entre sonrisas y bromas a uno se le olvida que está sentado en silla de ruedas. Un trámite que nada influye en su día a día, y que sin embargo le ha dado todo para triunfar en una vida en la que no ponía muchas expectativas antes de que cambiase.



El fútbol, la fórmula 1, el tenis y el ciclismo son los deportes por excelencia porque son los que más triunfos dan. Pero, si no se muestran otros, es lógico pensar que son los excelentes. Además, son los deportes que invaden la televisión de día y de noche. Pero, ¿para cuando televisar o informar sobre maratones de ciclismo adaptado?, o ¿cuando una carrera de atletismo en silla de ruedas en el periódico?, parece que los medios de comunicación aún están a la cola de la innovación y el reconocimiento a personas que como Rafa Botello llevan años esforzándose para que su labor se difunda y no sólo él logre triunfar sino que su ejemplo sirva para ayudar a personas en su misma o parecida situación. “Sólo basta con un poco de amor al deporte y dedicación” . Sonríe el atleta.