

CONFERENCIA IRENE VILLA. ROMA, 14 DE MAYO DE 2015

“Entrenadores y discapacidad: un puente hacia la realización personal”

El deporte hace que las barreras que una persona con discapacidad a veces encuentra en la sociedad, desaparezcan. Porque la práctica deportiva, además de satisfacción personal, autoestima y felicidad, proporciona integración en la vida social, calidad de vida y salud.

Sus beneficios tanto físicos como psicológicos son infinitos.

Hasta los doce años jugaba al baloncesto y patinaba sobre hielo. Después, estuve un tiempo alejada de mis deportes favoritos porque unos terroristas pusieron una bomba en el coche de mi madre y ambas sufrimos amputaciones: ella perdió un brazo y una pierna y yo las dos piernas y algunos dedos. Pero gracias a que no teníamos un coche blindado, ocurrió el primer milagro:

el techo se abrió como con un abrelatas y salimos despedidas de esta trampa mortal.

Mi madre me dio la clave: Hija tenemos dos opciones: maldecir a los terroristas, o decidir que nuestra vida empieza hoy. No me lo pensé, le dije: he nacido sin piernas.

No tenía piernas, pero tenía algo mucho más importante:

AMOR, ESPERANZA Y OPTIMISMO.

Y con todas estas herramientas, y con esfuerzo y rehabilitación, empecé a dar mis primeros pasos.

Pero definitivamente hubo algo que marcó un antes y un después. Para mí ha sido mágico y fundamental lanzarme a entrenar, a practicar piragüismo, rutas en bicicleta, buceo, parapente, rallies...

En un barco rompehielos en el mar Báltico, ocurrió algo.

Al llegar a una zona donde los turistas se lanzan con trajes de neopreno al agua, alguien me dijo: “tú nos esperas aquí porque no puedes”.

Contesté: no iba a bajar, pero acabas de decir la palabra mágica. Dame un traje de neopreno que te voy a decir yo si puedo o no puedo. Cierto que costó, el traje era difícil de enfundar, el hielo resbalaba, las piernas flotaban... pero ¿¿¿se puede o no se puede???

También probé la esgrima, e incluso me lancé a la competición y la sorpresa fue quedar subcampeona de España.

Sin duda el deporte que me cautivó, y en el que somos unas cuantas más, fue el esquí adaptado. Porque significó un reto convertido en pasión.

Es todo un honor pertenecer al primer equipo femenino del mundo de competición de esquí adaptado.

Fue maravilloso comprobar el verdadero significado del compañerismo, la disciplina, el coraje, el trabajo en equipo...

Tras muchas carreras y mucho entrenamiento, me seleccionaron para participar en los Campeonatos de Francia.

Iba feliz y por fin preparada, pero con una hernia cervical a la que no quise hacer caso, aunque me dolía, para poder competir.

La nieve estaba fantástica y el trazado perfecto, por fin demostraría lo que había aprendido. Pero una grave caída hizo que el disco entre la C6 y C7 se desplazase y me tuvieran que llevar a urgencias y después en el primer avión a Madrid a ser operada de urgencia.

De nuevo más titanio en mi cuerpo y siempre una lección: no importa las veces que te caigas, sino las que te levantas.

Y pese a que todo el mundo me animaba a dejar la competición, volví al entrenamiento en cuanto me recuperé, con mucha más ilusión todavía.

Porque el fracaso enseña algo que el éxito oculta, y es que unas veces se gana y otras APRENDES.

Tuve que aprender que el error es también progreso, si decides desafiarlo y prepararte más.

Porque en el esquí, como en la vida, si tienes miedo o vas inseguro, te caes, pero si crees en ti y disfrutas, GANAS.

Y así fue como empecé a ver todos estos resultados... también en Francia, y ¡hasta la Copa España!

Por supuesto que hay valores del deporte sin los que transitar por la vida se hace muy difícil en ciertos momentos.

Mis principales herramientas son:

Autoestima, amistad y actividad.

Deseo, decisión y disciplina.

Paciencia, prudencia y perseverancia.

Y la actitud positiva es también fundamental.

Allí donde el cuerpo no llega es la mente la que tiene toda capacidad. Me encanta explorar la potencialidad del ser humano.

Desde que empecé a competir me di cuenta de lo importante que es afrontar cualquier tipo de competición, no solo físicamente, si no también mentalmente. La seguridad, la autoconfianza pero sobre todo manejar la presión psicológica, es el fuerte de cualquier competidor.

En mi caso después de mi primer hijo volví a la competición y los nuevos logros han sido gracias a esa fuerza y seguridad que me ha dado mi marido, y ahora mis hijos. Es cierto que desde que soy madre trato de ser más prudente, especialmente cuando no hay competiciones.

Acabamos de poner en marcha una fundación con mi nombre, que nace del agradecimiento y pretende ser motor para impulsar la integración de las personas con discapacidad física, intelectual y sensorial, en la sociedad en diferentes aspectos como el deporte, la formación o el empleo.

Todos tenemos nuestra propia historia de superación, sobre todo si decides afrontarla con valor, ilusión, determinación y alegría, porque lo más importante no esté en el exterior, ni en lo material, ni siquiera en otras personas que en ciertos momentos fueron cruciales, pero el destino nos separa, o tienen que irse, sino que lo verdaderamente vital, está dentro de cada uno de nosotros.