

MIREIA BELMONTE Mejor nadadora en el pasado Mundial de piscina corta

Envalentonada tras tiempos de zozobra y el cambio de entrenador, la integrante del Club Natació Sabadell hizo historia en Dubai al conseguir hasta tres medallas de oro (400 estilos, 200 mariposa y 200 estilos) y una plata en su debut internacional en los 800 libres

«Costará poco que vuelvan a olvidarme»

DAVID CARBALLO / Sabadell

Estresada, un poco agobiada ante tanto revuelo mediático, pero siempre con una eterna sonrisa en los labios. Así vive Mireia Belmonte (Badalona, 1990) los días posteriores tras convertirse en la mejor nadadora de los últimos Mundiales de piscina corta celebrados en Dubai. Tres medallas de oro y una de plata tienen la culpa. Con el tiempo justo para comerse un bocadillo y unas patatas fritas con ketchup en la cafetería del Club Natació Sabadell, Belmonte, después de varios compromisos matinales, atiende a EL MUNDO en las escaleras situadas a escasos metros de la piscina en la que ha pasado tantas y tantas horas de esfuerzo hasta alcanzar la gloria minutos antes de volver a entrenar. El tiempo es oro para el mejor talento del presente y, sobre todo, del futuro de la natación española.

Pregunta. - ¿Ya ha tenido tiempo para asimilar el éxito conseguido en el último Mundial?

Respuesta. - Después de que hayan pasado unos días, y ahora ya más en frío, empiezo a asimilarlo un poquito. Pero creo que aún me falta tiempo para creérmelo un poco más.

P. - ¿Necesitaba una actuación como ésta en una gran competición internacional para recuperar la confianza perdida?

R. - Sí, desde luego. El año pasado no conseguí los resultados que esperaba en los Europeos y me faltaba un empujoncito para seguir creyendo en mí misma.

P. - ¿Tan importante ha sido el cambio de entrenador [desde hace unos meses entrena a las órdenes del francés Frederick Vergnoux] para su explosión definitiva?

R. - El cambio de entrenador ha sido fundamental. La variación en la manera de entrenar también ha derivado en un cambio de mentalidad a la hora de afrontar las competiciones. Ahora estoy mucho más segura de mis posibilidades.

P. - ¿Pero qué es lo que ha cambiado que no hiciera antes?

R. - Ahora hago mucho más trabajo físico en el gimnasio que antes, y en el agua también estoy haciendo más trabajo de fondo.

P. - ¿Siendo tan joven se le había puesto demasiada presión encima?

R. - Desde pequeña he sido una persona muy autoexigente. Es mi carácter y yo soy la primera que siempre me pongo mucha presión antes de competir. Me ha podido perjudicar, pero me influye más mi propia presión que la externa.

P. - ¿Cree que en la natación puede influir más toda cuestión psicológica antes que la condición física?

R. - No tiene por qué. En mi caso, todavía no he empezado a trabajar la parte psicológica con mi nuevo entrenador. ¡Y todo ha ido muy bien! Pero seguro que empezaremos pronto a trabajar este aspecto para preparar la temporada en la piscina de 50 metros.

P. - ¿Cómo combate la rutina de los entrenamientos diarios?

R. - La natación es lo que he hecho



ÓSCAR ESPINOSA

toda mi vida, estoy más que acostumbrada a entrenar todos los días. Es verdad que implica un gran sacrificio y que me paso muchas horas en la piscina, pero cuando haces lo que realmente te gusta, es mucho más fácil de llevar.

P. - ¿Y cómo logra compaginar el deporte de elite con los estudios?

R. - Sin duda, eso es lo más difícil

«De la natación solo no se puede vivir. Por eso, estudio Administración y Dirección de Empresas»

«Cambiaría cualquiera de las medallas del Mundial por una en los Juegos de Londres»

de todo. Este año he empezado a estudiar Administración y Dirección de Empresas en la universidad. Y hace tres semanas, la última vez que fui a clase antes de ir a Dubai, les dije a mis compañeros: «Bueno, hasta el año que viene, ya no voy a venir

más». Voy a mi ritmo y estudio cuando puedo porque, si no, sería imposible compaginarlo.

P. - ¿Se puede vivir solamente de la natación?

R. - Desgraciadamente no, porque no se gana mucho dinero. Por eso tengo muy claro que tengo que estudiar para que el día de mañana pueda labrarme un buen futuro cuando todo esto se acabe.

P. - ¿Se considera valorada como deportista?

R. - Ahora mismo sí, pero creo que dentro de unos meses todo esto quedará en el olvido. Costará poco que vuelvan a olvidarme. Ésta es la gran pena de la natación. Los medios sólo se acuerdan de nosotros cuando hay noticias muy buenas o cuando ganamos medallas. Si no, pasa como con el atletismo, que sólo se habla ahora por el dopaje.

P. - ¿Los nadadores se sienten sólo o desprotegidos?

R. - A nivel mediático, mucho. Por desgracia sólo se habla de la natación cuando hay competiciones, y el resto del año nadie se acuerda de nosotros. Me gustaría que tuviéramos un poco más de repercusión en los medios, pero tampoco llegar a los niveles que arrastra el fútbol. Seguro que los futbolistas deben estar agobiados. Aunque estaría muy bien que

se hablara más de la natación y también del resto de deportes que no son tan conocidos.

P. - ¿Cómo se plantea el futuro inmediato? ¿Los Juegos Olímpicos de Londres son su objetivo prioritario?

R. - Para Londres, aún quedan dos años. Es una cita importante que veo cercana, pero no lo suficiente. Antes tengo que afrontar un Mundial en piscina larga y no puedo obsesionarme sólo con los Juegos porque sino las cosas no van a salir bien. Tengo los Juegos muy presentes, pero de momento me los tomo con calma.

P. - ¿Qué daría por ganar una medalla olímpica?

R. - No lo sé, ni me lo he planteado. Seguramente, cambiaría cualquiera de las cuatro medallas que he conseguido en este Mundial por ganar una en Londres. Subir al podio en unos Juegos Olímpicos es lo máximo, el sueño de cualquier deportista.

P. - ¿Y cómo lleva su familia los éxitos que está consiguiendo?

R. - Bien, aunque no pueden seguirme todo lo que a mí me gustaría. A los Campeonatos de España sí que vienen algunas veces, pero, cuando estaba compitiendo en Dubai, mi padre trabajaba por la tarde y ni siquiera pudo verme en televisión.

P. - ¿Qué le gusta hacer en el poco tiempo libre de qué dispone?

R. - Tengo las aficiones normales de cualquier chica de mi edad. Me gusta mucho ir de compras, estar con mis amigos, ir al cine, leer. Soy muy afortunada con los amigos que tengo porque entienden que pueda estar menos tiempo con ellos. Además, también disfrutan con mis éxitos y me apoyan mucho, sobre todo en los momentos difíciles.

P. - ¿La natación es un deporte para gente solitaria?

R. - Es muy curioso, porque los entrenamientos y el trabajo físico lo hacemos en grupo y nos animamos mucho entre nosotros. Pero después, cuando llegas al poyete y tienes que salir a competir, estás tú solo ante la piscina. Es muy chocante, completamente diferente a los deportes de equipo o a otros individuales.

P. - ¿Tiene algún ídolo o algún nadador que admire?

R. - Por supuesto Michael Phelps, por todo lo que ha hecho, es el modelo y el ejemplo a seguir. Pero también me fijo mucho en la australiana Stephanie Rice.

P. - ¿Qué es lo último que piensa antes de tirarse a la piscina?

R. - Antes de nadar me gusta escuchar reggaeton, me ayuda a motivarme. Tampoco tengo mucho tiempo para pensar en nada. Intento no darle muchas vueltas a la cabeza.