

JUAN JOSE MÉNDEZ, UN PARALÍMPICO CATALÁN, SUBIÓ MEDIO PUERTO

El Angliru con una pierna y un brazo

Un paralímpico catalán, Juan José Méndez, subió medio Angliru, hasta Les Cabanes, pese a andar en bicicleta con sólo un brazo y una pierna.

JOSU GARAI | MADRID

Juan José Méndez, 38 años, un buen amateur que corrió en el famoso Cesadén-Otero con Melchor Mauri y Miguel Ángel Martínez, el 'Huracán de Maracena', tiene ahora una obsesión: subir el Angliru, algo que suena a proeza para un hombre con un solo brazo y una pierna. Hace diez años, un 19 de agosto, perdió el conocimiento cuando iba en su moto, chocó contra un coche y durante el traslado al Hospital Tauli de Sabadell llegó a estar clínicamente muerto. Perdió el brazo en el instante y "me amputaron la pierna poco después, en el hospital, pero no me enteré de nada. Los médicos necesitaron hasta 48 litros de sangre en transfusiones para salvarme la vida. Cuando me desperté no sabía nada de la pierna y sólo me enteré un mes después, porque nadie se atrevía a decírmelo".

Sin embargo, aceptó bien el golpe. Dos años después del accidente, Méndez todavía seguía rehabilitándose. "No me movía, siempre estaba tirado en el sofá y cogí mucho peso. Llegué a pesar hasta 100 kg", cuando ahora pesa 64 kg. "La primera vez que me monté en la bici, en el velódromo, no pude ni dar una vuelta, cuando ahora puedo hacer hasta 150 kilómetros en un día". Méndez se entrena a diario con una bicicleta adaptada, "con los dos frenos en una misma maneta y tanto los cambios de piñón como de plato en la misma mano", algo que le ha preparado Sisquillo, el ex mecánico de Saeco y Mapei. "Me ayuda mucho y me facilita el material", mientras Bernat Moreno le lleva los entrenamientos.

Con dos medallas de plata en los últimos Mundiales de ciclismo para deportistas paralímpicos, Juan



Juan José Méndez, en pleno esfuerzo en las rampas del Angliru

“En Les Cabanes, como no puedo hacer eses, en vez de para arriba iba para abajo”

José intentó en abril subir el Angliru. "Pero sólo llegué a Les Cabanes, a la rampa del 21 por ciento, porque como sólo hago fuerza de un lado no puedo hacer eses y, en vez de para arriba, me iba para abajo. Además, no llevaba el desarrollo adecuado", un 25 de plato y un 32 de piñón, de ahí que quiera volver el año próximo "para subirlo hasta arriba".