“Tothom qui tingui una il·lusió o un projecte, que lluiti per ell”

És cordovesa però va ser quan va arribar a Girona quan, per casualitat, es va iniciar en els aquatlons. Ara comença la temporada del triatló, on competirà amb atletes professionals



La metgessa Carmen Maria Rodr guez, amb una bicicleta de la Girocleta, a Girona. Foto: JOAN SABATER.

Els metges sempre recomanen fer esport perquè és saludable. Però també alerten que, en excés, no és bo. Fer triatlons és saludable?És saludable. Efectivament, tot en excés és dolent. Però la combinació és el que fa que sigui saludable. Una persona que només corre acaba ressentida de les seves articulacions. Si només vas en bicicleta, només exercites les cames. I la natació, potser, és l’únic esport que per sí mateix no és dolent. Crec que una combinació de les tres modalitats és l’ideal.O sigui, que vostè està fent el que recomanen els metges?Efectivament!Però qualsevol persona pot fer triatlons?Cal estar preparat. Avui en dia es pot fer a un nivell popular. Hi ha triatlons que es fan per relleus de tres persones. Però competir a la copa catalana o al campionat estatal requereix nivell, esforç i sacrifici diari.Per a qui no ho sàpiga, en què consisteix el triatló?És una disciplina esportiva de tres modalitats: natació, ciclisme i cursa. A part, hi ha diferents divisions, entre les quals hi hauria el duatló –córrer, bicicleta i córrer– i l’aquatló –córrer, nedar, córrer–. Però la disciplina reina és el triatló.Vostè és metgessa de cirurgia toràcica, és a dir, de la part del cos que està relacionada amb la respiració. Es perd l’alè amb el triatló?Doncs no. Bàsicament, la unió de la natació, que et permet fer molt de fons, juntament amb la tendència de fer sèries en l’atletisme, que et donen fortalesa als músculs de les cames, el que fas és augmentar la capacitat respiratòria.I com comença la seva afició?Des de molt petita que faig natació. Vaig ser campiona a Andalusia de 100 i 200 papallona. L’he practicat tota la meva vida, fins i tot estudiant medicina. I l’esport per a mi sempre ha estat com beure aigua, és bàsic. Fent la residència no podia dedicar-hi tant de temps i vaig començar a córrer. I just en arribar a Girona vaig reprendre la natació i ho combinava amb el córrer. Un dia em vaig apuntar a Platja d’Aro a un aquatló, que em pensava que era de nivell popular. Però va resultar que formava part del circuit de la copa catalana i vaig quedar segona. A partir d’aquí, m’han fitxat diversos clubs importants, com el Reus, i actualment estic al Prat Triatló, competint a divisió d’honor.Digui’m quin és el seu secret.Tothom que tingui alguna il·lusió o projecte, que lluiti per ell. Perquè tot en aquesta vida es pot aconseguir. Amb il·lusió, esforç i sacrifici tot s’aconsegueix. Res no és impossible!I quins títols ha aconseguit?He estat campiona de Catalunya d’aquatló ara fa dos anys. L’any passat ho vaig tornar a ser en la distància llarga i en la curta. Ara ja he començat amb els duatlons i hem quedat terceres de la categoria absoluta per clubs. I ara comença la temporada de triatlons.I d’on treu el temps?Del meu temps lliure. Bàsicament, el meu temps lliure és l’esport. Visc per a l’esport. És la meva afició, el meu descans, el meu entreteniment. I haig de compaginar-ho molt bé perquè tothom sap que la carrera de medicina no s’acaba, sinó que cal seguir estudiant per estar al dia. Però una bona organització diària és el que permet fer-ho tot.Quantes hores diàries hi dedica?Mínim dues hores. A vegades tres. Però més no puc. Perquè a part de la feina també estic a la facultat, a classes d’anglès...Això vol dir que amb aquesta entrevista li estem traient temps d’entrenament?Ja he vingut amb l’esport fet, avui! De bon matí he fet uns circuits de deu quilòmetres.Allò que fa tothom cada matí. Unes sèries de deu quilòmetres per començar bé el dia![Riu] Doncs n’hauria de fer més però avui toca descans perquè el cap de setmana hi ha competició.Quins objectius s’ha marcat per a aquesta temporada?Estar entre les cinc primeres de l’Estat. És el primer cop que participo en

el triatló però amb l'ajuda d'un club i esforç i dedicació els resultats han d'arribar.Per cert, com arriba vostè a Girona?Per la medicina. Vaig triar una de les cirurgies més complexes a l'hora de trobar feina perquè només s'exerceix en hospitals de tercer nivell. Havia estat cinc anys a Santander. Però m'atreia més el Mediterrani i vaig anar a Girona. I estic encantada.Com valora el Trueta dins l'àmbit de la seva especialitat?Està ben valorat i tècnicament es disposa de tot el que es necessita. Ara mateix no s'hi fan trasplantaments i jo em vaig formar justament en això. Però li dono un notable alt.

Publicat a:
-El Punt Avui. Comarques Gironines 14-04-2018 Pàgina 64
-El Punt Avui. Barcelona 14-04-2018 Pàgina 44
-El Punt Avui. Camp i Ebre 14-04-2018 Pàgina 44
-El Punt Avui. Lleida 14-04-2018 Pàgina 44
-El Punt Avui. Maresme 14-04-2018 Pàgina 44
-El Punt Avui. Catalunya Central 14-04-2018 Pàgina 44

Font del document:
http://www.elpuntavui.cat/societat/article/5-societat/1374341-tothom-qui-tingui-una-il-lusio-o-un-projecte-que-lluiti-per-ell.html