



Teresa Perales, un ejemplo de superación y de lucha: "No veo cerca mi retirada"



Hablamos con la nadadora paralímpica pocas horas antes de recoger un premio por su trayectoria de la mano de la Reina Sofía. La legendaria nadadora paralímpica Teresa Perales cuenta con 28 medallas de juegos paralímpicos, número récord que iguala al de Michael Phelps. Mañana, ocho de octubre, recibirá el premio a toda una vida profesional que concede la Fundación Mapfre, de la mano de la Reina Sofía.

"Es un orgullo recibir ese galardón de manos de la reina, me llena de satisfacción saber que se me valora tanto después de todos estos años dedicada a la natación. Este tipo de premios me animan a seguir adelante para conseguir nuevos logros".

Ya tiene cincuenta años. ¿No ve cerca la retirada?

No, para qué voy a mentir, es que me mentiría a mi misma si me pongo fecha de caducidad. Mi idea sigue siendo retirarme un año después de los Juegos de Los Ángeles, en el 2028, pero depende de como esté. Si después de los Juegos, en el Mundial o en el Europeo que haya, resulta que las cosas me salen muy bien, seguiré más porque esto me gusta. Me encanta nadar, pero también digo que si no estuviera con Darío Carreras y con el Club Natación Pozuelo, fijo que ni sería lo mismo ni seguiría nadando. Influye mucho el entorno en el que estás y yo estoy en uno muy bueno.

Rocío Flores le devuelve a Rocío Carrasco la bomba que llevaba 5 años guardándose

(Desde 2021 ha tenido que reinventarse al tener inmovilizado el brazo izquierdo y nadar sólo con el derecho, algo que no la ha frenado en su ambición por seguir coleccionando éxitos, los últimos el pasado verano en Turquía, con el oro en los 50 espalda, las tresplatas en 100 metros espalda, 100 metros libre y 50 metros libre, y el bronce en 50 metros braza. Sufrió una fuerte lesión en el brazo).

Todos pensaban, y se equivocaron, que era el final de su carrera. ¿Está totalmente recuperada?



Me encuentro muy bien, hasta el punto de que me ha sorprendido aguantar el verano como lo he hecho. Tengo mucho cuidado, me cuido con los entrenamientos y los ejercicios, pero todo muy bien.

Se filtra la razón por la que Julia Janeiro y su hermana Andrea rompieron lazos

El motivo por el que Mercedes Milá se divorció: "Yo llegué a odiarlo, me separé por eso"

¿Qué mensaje mandaría a los jóvenes en torno a su formación en general?

Mi madre me decía, y siempre pensaba, qué pesada, que el saber no ocupa lugar. Que sean muy constantes en los entrenamientos y que no se vengán abajo en los malos momentos. El mundo te exige muchas capacidades y habilidades en muchas áreas, y, por ejemplo, el inglés es transversal en todo esto. Para poder salir al mundo, tienes que hablar esta lengua.

¿Cómo se define?

Constante, nada rencorosa y cabezota... como buena aragonesa. Cuando la gente piense en mí quiero que se acuerden de mi sonrisa, de mi cercanía, de alguien simpática a la que nunca se le sube nada, y que sigue adelante pase lo que pase.

En su mundo se la conoce por un apodo muy especial.

Sí, me llaman sirenita, la sirenita del Ebro. El mote me lo puso un periodista y me gusta mucho.

A lo largo de su carrera lleva conseguidas unas cien medallas en distintos campeonatos nacionales e internacionales. Acostumbrada a ganar, ¿cómo se siente en las derrotas?

Se cree que ganar te lleva a la cima, y no triunfar te hace sentir que no eres nadie. Cuando entiendes que ni la cima es eterna ni el drama es eterno, convives mucho mejor con el equilibrio y te quitas de en medio la frustración.

(Perales se dedicó durante un tiempo a la política. En las elecciones autonómicas de 2003 fue elegida diputada del Partido Aragonés por Zaragoza en las Cortes de Aragón. Desde ese cargo trabajó especialmente en cuestiones relacionadas con los servicios sociales, la discapacidad y la atención a las personas dependientes).

¿Qué papel juegan en su cadena de valores su marido y su hijo?

El más alto, su apoyo es esencial para mí.