



Teresa Perales apunta a Los Ángeles 2028 sin fecha de retirada: "Yo, a lo Nadal, cuando me dé la gana"



La nadadora paralímpica ha atendido a 'SER Deportivos' para repasar su gran carrera deportiva. Teresa Perales se ha convertido en uno de los grandes ejemplos de superación del deporte español. A los 19 años recibió una noticia que cambió para siempre el rumbo de su vida: una neuropatía le provocó una discapacidad que le impide mover las piernas. Lejos de rendirse, decidió dar un paso al frente y seguir persiguiendo sus sueños. Más de tres décadas después, a sus 50 años, su fortaleza mental continúa siendo admirada dentro y fuera de las piscinas. La nadadora paralímpica acumula ya 100 medallas, 28 de ellas en Juegos Paralímpicos, un récord histórico del deporte español.

Ahora, la Fundación MAPFRE ha querido reconocer su extraordinaria trayectoria deportiva y SER Deportivos ha aprovechado este momento para repasar con Teresa Perales sus sensaciones, sus recuerdos y, sobre todo, su futuro, con los Juegos Paralímpicos de Los Ángeles 2028 en el horizonte.

"Estoy radiante, no te puedes hacer una idea. Imagínate, toda una vida que una piensa: 'A ver, un momento, que esto no ha acabado'. Normalmente, estos premios te los dan cuando ya se termina todo. Pero qué bonito es que no se queden solamente con las apariencias o con lo primero que te viene a la cabeza", explica.

Porque para Perales, las medallas son importantes, pero no definen por sí solas su legado: "Las medallas no es que sean una anécdota, solo son una parte de todo lo que he hecho y quiero pensar que ha sido mucho más allá".

"Puedes dar esperanza a mucha gente"

Cuando echa la vista atrás, hay dos imágenes que permanecen especialmente grabadas en su memoria. Una de ellas corresponde a Londres 2012, donde conquistó un oro que llevaba mucho tiempo persiguiendo: "Era la última prueba, la última esperanza de España de conseguir el oro."



Solamente Michelle Alonso había conseguido uno. Estábamos que no sabíamos ya qué hacer para lograr oros. Y veros a todos ahí fue muy bonito. Tengo ese recuerdo grabado".

La otra pertenece a París, donde volvió a vivir una emoción difícil de explicar: "Fue tan difícil de conseguir... La imagen, una de ellas, fue muy protagonista también: saliendo de una piscina con un abrazo que fue eterno, de llorar, de locura. Yo creo que esas dos imágenes me quedan, en cuanto a medallas".

Pero el verdadero legado de Teresa Perales va mucho más allá del palmarés. El deporte, explica, también ha servido para cambiar la mirada de la sociedad hacia la discapacidad: "Tener una discapacidad no tiene que determinar tu destino. Te lo puede complicar bastante, pero puedes conseguir un montón de logros, puedes seguir con tu vida y dar esperanza a muchas personas".

"No tengo ni idea de cuándo me retiraré"

A lo largo de estos años se ha encontrado con padres, madres y personas que han sufrido enfermedades o accidentes sobrevenidos y que han encontrado en su historia un motivo para seguir adelante: "De pronto dicen: 'Vale, pues me he dado cuenta de que no se me ha terminado el mundo'. Puedo tener proyectos de vida ligados al deporte, muchos de ellos, otros completamente diferentes. Pero aquí no se acaba. Esta es una forma diferente de seguir adelante".

¿Y cuándo llegará la retirada? Perales no tiene respuesta: "No tengo ni idea de cuándo me retiraré. Conforme me voy haciendo más mayor, la fecha de caducidad se ha convertido en consumo preferente. Ya veremos hasta dónde me aguanta el cuerpo. Yo soy muy feliz haciendo lo que hago. Tengo gente bonita a mi alrededor y, mientras me acompañen, pues oye, seguiré".

Su hijo está a punto de marcharse a la universidad y ella afronta esta etapa con naturalidad, consciente de que su carrera está más cerca del final que del principio, aunque sin querer ponerle fecha: "No sé cuándo será la salida definitiva. Yo, a lo Nadal, cuando me dé la gana".

"Yo soy una soñadora nata"

Y para los jóvenes con discapacidad que sueñan con hacer deporte, Perales tiene un mensaje sencillo: "Ponemos el foco demasiado en el destino, pero cuando no disfrutas del camino, te pierdes la esencia, la clave de lo que te lleva a conseguir el objetivo final. ¿Para qué me sirve la medalla si no tengo con quién compartirla? ¿Para qué me sirve subir al podio si he sufrido tanto en el camino que no me ha valido la pena?".

Porque, para Teresa Perales, el verdadero triunfo no está únicamente en el podio. Está en cada entrenamiento, cada abrazo y cada día en el que uno decide no rendirse. "Esto lo construyes cada día que te atreves a ir a entrenar, cada día que te acuestas orgulloso u orgullosa de que no te has rendido. Te habrá salido bien, te habrá salido mal, porque no todo sale perfecto cada día. Pero es que esto es la vida. Sería un rollo si todo fuera bien a la primera", finalizó la zaragozana.