

**L**a toledana Esther Bullido ha sido seleccionada para participar en la Copa del Mundo de escalada deportiva tras conseguir el subcampeonato de España. Este minoritario deporte sólo cuenta con 400 federados en la región a pesar de que el terreno es muy favorable para su práctica. Japón, Alemania, Austria e Inglaterra serán algunos de los países donde se desarrollarán las pruebas de esta importante competición.

## “La gente piensa que estás un poco loca”

**L**a castellano-manchega Esther Bullido viajará a Japón el próximo 20 de octubre con objeto de tomar parte en la Copa del Mundo de escalada deportiva. Su merecido subcampeonato de España le ha dado

opciones de medirse con los mejores de esta especialidad tras diez años de intensa dedicación. Su fisonomía incita a pensar que se trata de una bailarina antes que de una escaladora. A sus 27 años mide 170 centímetros y da en la báscula 46 kiloógramos. Maneja la esperanza de participar en las próximas o en las siguientes Olimpiadas ya que la escalada vertical se va a convertir en deporte de exhibición. Compagina sus viajes a las alturas con su trabajo en CC.OO.

—Aunque estar ya es un éxito, ¿qué clasificación aspira lograr?

—Voy a intentar quedar entre las 10 primeras porque creo que sería una buena clasificación. El año pasado estuve en Birmingham y aunque no puntuaba quedé en la posición número 15 de 60 que éramos. Hay una francesa y una americana que son muy difíciles de batir. No hay que olvidar que ellas están profesionalizadas, viven de la escalada deportiva. Yo soy amateur y en España de momento sólo hay semiprofesionales.



Se trata de escalar hasta 30 metros de altura con el mayor número de dificultades.

—¿Qué mecánica tiene la competición?

—Manda la dificultad más que la altura, se trata de todas formas de quién suba más alto o termine el itinerario más difícil. Se divide en una eliminatoria, una semifinal y una final. Las dificultades van aumentando a medida que pasas de una fase a otra.

—¿Puede ser la escalada deportiva una fórmula para quitarse el vértigo?

—Escalando el vértigo se te va rápidamente. Cuando te caes un par de veces o tres y ves que no te pasa nada pierdes todo el miedo, te desaparece, porque al caer te quedas colgando.

—¿No es un deporte un poco peligroso?

—La escalada deportiva no es peligrosa. No hay que olvidar que el deporte de monta-

ña tiene muchas tacetas y ésta en concreto no es peligrosa. Lo máximo que te puede suceder es que te rompas una costilla o un esguince, nada excesivamente grave.

—¿Tiene alguna similitud con el trapecio?

—No, lo más aproximado a este deporte es la gimnasia deportiva y de hecho los entrenamientos son muy parecidos. Hacemos muchas pesas y entrenamos de dos a tres horas al día entre semana y ocho horas los fines de semana. Además, la altura no es excesiva. Las competiciones están diseñadas con una anchura de tres metros y una altura de 20 a 25 metros, a veces incluso 30.

—¿Por qué tienen ustedes la fisonomía tan delgada, parecida a las bailarinas?

—Porque siempre estás colgando de los brazos y de los dedos. Nos agarramos a unas presas que son mucho más pequeñas en anchura que la primera falange de un dedo, y no hay que olvidar que los tendones del cuerpo humano no están preparados en principio para cargar con todo el peso del cuerpo. Por eso tienes que pesar lo menos posible para no sobrecargarte los tendones. La lesión más habitual en cualquier escalador es la tendinitis

—¿Qué percances ha sufrido?

—Me he roto una pierna y un par de dedos, pero en fin,

“

**ME HE ROTO UNA PIERNA Y DOS DEDOS. TE DAS CUENTA QUE SE TE HAN ROTO PORQUE SE INFLAMAN.”**

“

**LA ESCALADA DEPORTIVA ES UN CONTINUO DESCUBRIMIENTO. NO SABES LO QUE HAY ARRIBA, SOLO TE LO PUEDES IMAGINAR.”**