

# Accidente y deportes extremos

Robert W. de Miguel Moyer

Sufrí un accidente de coche hace diez años en Ecuador. Fui arrollado por un camión en la autopista panamericana que estaba en obras. Mi novia que viajaba conmigo murió y yo quedé muy herido e inconsciente. Consiguieron trasladarme en un avión medicalizado a Barcelona estando yo todavía en coma. El avión se estropeó en Terranova y tuvo que realizar un aterrizaje de emergencia. Ya en Barcelona continué en coma en el hospital cinco meses más. Descubrí después que con mi diagnóstico sólo un 10% de los casos sobrevive. Fue una experiencia de riesgo extremo que me cambió la vida. Ahora he superado mucho, soy independiente, y me siento feliz.

Lo que me ha pasado lo comparo con los deportes extremos, como por ejemplo escaladores sin arnés, wingsuiting flying, rafting en aguas turbias, o surf de grandes olas. Si algo sale mal la consecuencia puede ser la muerte. Otra experiencia extrema son los médicos de urgencia. La gran diferencia es que mi accidente no fue lúdico, y no lo repetiría. Pongo límites a las cosas de mi vida para no agobiarme ni tener consecuencias físicas negativas. Mi prioridad es la salud física y mental. En el deporte si te encuentras mal o no lo ves claro tienes la elección de parar. Yo no tuve esa elección. Me pregunto por qué hay personas que practican deportes extremos... y repiten. He llegado a la conclusión que no lo hacen porque sean adictos a la adrenalina, ni quieren demostrar lo que pueden hacer. Lo que consiguen es similar a lo que yo he aprendido tras el accidente.

Haciendo deportes extremos o siendo médico de urgencias aprendes a afrontar el miedo de un modo diferente. Lo desconocido, lo racional e irracional de la vida, lo experimentas de otra manera. También cambian tus actividades. Por ejemplo, desde mi accidente he desarrollado una necesidad de ir al gimnasio y hacer ejercicio. Esa actividad es esencial y hacer fisioterapia es una prioridad. Estar cerca de la muerte me hace valorar las cosas más importantes de la vida. Me hace entender mi vida con más claridad, y ser más empático con el sufrimiento de las demás personas. Me produce además otro sentimiento de libertad. Experimento más paciencia y calma.

Lo que me ha pasado cambia mi relación con el entorno. El entorno me preocupa, como a muchos deportistas extremos le produce importancia el medio ambiente. Lo que siento por el coche y las carreteras es diferente. Soy más consciente de mi modo de transporte, y de mis efectos con el entorno. El hecho de que me cueste hablar, y que tengo que ir en silla de ruedas, cambia mi modo de relacionarme con las demás personas. Como las personas que hacen deportes extremos nosotros damos importancia a los grupos y aprendemos en comunidades. Individualmente no se consigue nada, aunque si algo sale mal estamos solos. Por eso soy más claro y sencillo en relacionarme con las demás personas. No me importa tanto que me juzguen, o que me infantilicen, o tener que pedir ayuda. La vida ahora la disfruto más y alcanzo más plenitud. A pesar de todo soy feliz.