

## Marta Francés Gómez, plata en los Paralímpicos de París; fue víctima de violación

Con los años he aprendido que aunque caigas en un pozo se sale con esfuerzo, disciplina y algunos, aunque sean pocos, amigos. **Nací en Puertollano, donde vuelvo a trabajar. Gané plata olímpica y oro mundial en triatlón pero sufrí 'bullying' y una violación. Decidí no mirar atrás y publico 'Siempre p'alante' (Dièresis)**

# “Si tienes un sueño y luchas por él podrás salir de cualquier pozo”

LV



### La natación pone a flote

“Tras el parón de la pandemia –recuerda Marta Francés– y de mi lesión me dije que quedaban los Juegos de París: ‘Vamos a luchar’. Nadar me puso a flote, pero el triatlón son tres pruebas y en el 2023 sufrí una grave caída con la bici: brazo roto, trauma cerebral... Seguí entrenando con prótesis. Día a día, el sueño de los Juegos pudo con el dolor: competí con el brazo roto aún y me clasifiqué. En el 2024 mi vida ya era solo entrenar y trabajar con mi psicóloga el no obsesionarme con la medalla. Sufrí acoso en el equipo, pero callé. Mis padres me decían que tal vez no valiera la pena sufrir tanto. Pero gané la medalla de plata, besé el suelo y la agradecí a Dios, a mis padres, mi psicóloga, mi hermano... El mismo año, en el Mundial gané el oro. Y ahora quiero ayudar a más personas a mirar siempre p'alante.”

**Cuál fue su primera prueba?** Mi padre trabajaba en la Repsol y cuando yo tenía 13 años lo mandaron a Cartagena. Como era la nueva, en el cole me hicieron *bullying*. Me tiraron la mochila al váter. Mi madre me salvó al venir cada día a buscarme.

**¿No la cambiaron de colegio?** Me cambiaron al oír al jefe de estudios decir que era culpa mía, por llamar la atención al ser buena en deportes. Pero Cartagena no es grande y en la puerta del nuevo cole me esperaban las niñas del otro. El *bullying* de chicas es cruel.

**La maldad no tiene género.** A los 16 años empecé a sufrir micromareos. Me hicieron pruebas y un TAC y el traumatólogo me envió al neurólogo y... el tumor estaba en el cerebelo.

**Lo siento.** Mis padres removieron cielo y tierra para buscar el mejor neurocirujano.

**Y le salvó la vida.** Me operaron dos veces y lo extirparon. Al despertarme no me podía mover y sufrí un ataque de ansiedad. Me subieron a planta y el cirujano nos dijo que no sabía qué discapaci-

dad sufriría. Una tetraplejia y silla de ruedas, o una como la mía, hemiparesia lateral izquierda con ataxia aguda en la mano.

**Lo siento mucho.** Y a los 17 días me mandaron a casa, aunque aún no me podía mover, porque un chico había pillado una bacteria y se había quedado ciego y sordo y era peligroso quedarse.

**¿Quién le ayudó a superarlo?** Mis padres. Mi padre trajo un libro de un cerdito para aprender a leer. Como si fuera parvulita. No sabía hablar, ni leer ni escribir. Me lo leía, aunque me doliera la cabeza, cada día. Y gracias a él, fui recuperando el habla.

**Gran padre.** Yo me propuse volver a ser autónoma. Andar, lavarme, ir al lavabo sola...

**¿Cómo lo logró?** Mis padres me cogían uno por cada lado y me hacían mover los piecitos para que aprendiera a andar sola. Si me soltaban, me caía. Y el éxito de mi vida fue que a los dos meses empecé a andar sola... ¡Y a los seis trotaba!

**¡Bien!** Seguí estudiando bachillerato a distancia. Los profesores me ayudaron mucho. Me daban los temas por partes y me diseñaron exá-

menes y programas a medida.

**Pues hay que felicitarles también.** Y fui sacando los dos cursos, en vez de en nueve meses, en doce cada uno. Acabé los dos de bachillerato. Cuando algún día iba al cole, me daba cabezazos con las paredes.

**¿Le ayudaron los compañeros?** No, la verdad. No podía estudiar Ciencias del Deporte, así que me fui a Madrid y empecé Biotecnología, pero no me gustó. Así que volví a Puertollano y me preparé para el INEF.

**¿Quiso estudiar deportes pese a todo?** Me costó un año preparar las pruebas. Un profesor me dijo que nadar me ayudaría a superar mi discapacidad, porque en el agua disminuía la gravedad. Era, además, el seleccionador de la Federación de Parálisis Cerebral.

**¿Y le fichó?** Me descubrió el deporte paralímpico. Estudiaba tercero en el INEF cuando salí una noche. Yo no bebo. Alguien me dio un chupito que dijo que era agua. Y ya no recuerdo nada.

**¿Qué pasó?** Fui violada por dos hombres. Mi madre me vio llegar mareada y, al ir al baño, descubrí que tenía heridas y sangraba. Mi madre me dijo que me habían violado. Lloramos. Mi padre me llevó al hospital.

**¿Denunció?** Me costó muchísimo, pero denuncié por las mujeres que no se atreven, como me aconsejaron en el hospital. Uno de los implicados era compañero de clase. Fue un año y medio horrible. Sufrí una depresión. La natación me sacó del pozo. En la piscina había atletas que hacían triatlón. Y me apunté.

**Usted ya nadaba, corría... ¿y el ciclismo?** Reaprendí la bici con ruedecitas como un niño, aunque ya tenía 22 años. Me inscribí en mi primer triatlón y quedé tercera.

**Bien.** La bici y correr se me daban mal, pero en la natación disfruté. Nadar en aguas abiertas me encantó. Y ver el paisaje en bici me despejaba. Quise entrenar en serio el triatlón.

**Parece que fue buena decisión.** Busqué entrenador, equipo y me presenté a las primeras copas del mundo en países cercanos. Gané todas y la selección española me eligió y en el segundo año ya gané mi primer europeo y quedé subcampeona del mundo.

**¡Bravo!** Y me picó el gusanillo de los Juegos Paralímpicos. Me preclasifiqué para Tokio, pero me lesioné en la pandemia.

**¿Se perdió Tokio?** Y sufrí un bajón. Me dije: “Con lo que has pasado no te puedes hundir ahora”. Encontré un entrenador con genio y mejoré mucho, sufrí otra lesión y acoso en el equipo, pero seguí entrenando... Y llegaron las medallas.

LLUÍS AMIGUET

## Te ayudamos a comprar mejor

El Comprador es la sección de La Vanguardia que busca, analiza y recomienda los mejores productos para comprar de manera inteligente y al mejor precio.



¡Entra en [lavanguardia.com/comprar](https://lavanguardia.com/comprar) y empieza a ahorrar!

Síguenos en Instagram y TikTok y suscríbete a nuestra newsletter para no perderte nada.



elcomprador

LA VANGUARDIA