



# BIBLIOTECA *MARCEL·LÍ DOMINGO*

Recull de premsa local i comarcal





## El apoyo de su hermana y sus compañeros.

Victòria encontró en su hermana Aina el apoyo clave para decidir parar, así como el de sus compañeros, el de sus entrenadores y el de la propia Federación Española.

nunca dejaba de girar: estudios, prácticas, entrenamientos, competición. «Sentía que tenía como un demonio dentro que me maltrataba, hasta querer tener pensamientos suicidas. Tenía ganas de salir corriendo. Y pensaba: ¿Y dónde voy? Cuando respondes 'no lo sé', es que hay un problema. Pensaba que, para acabar de sufrir, me cortarían la cabeza y se la pondría encima a otra persona un rato».

Victòria fue sobrellevando todos esos problemas, hasta que hace algo más de un año llegó otro punto de inflexión. Tampoco ayudó el confinamiento por la pandemia, que hizo de desencadenante. «Después de estar en casa es cuando tengo más ataques de ansiedad y me diagnostican la depresión. Pero aun así seguí con el ritmo de vida, porque pensaba siempre que podía. Era una lucha constante. Subir a un avión era horrible. Cuando llegaba a un sitio a competir me

### Desde hace años padecía ataques de ansiedad y pensamientos suicidas por la exigencia de elite

pasaba dos o tres días llorando, no podía, hasta que no encontraba una estabilidad en ese lugar». Por entonces, ya estaba en tratamiento. «La psiquiatra me medicaba para el día a día, simplemente para poder llegar a la noche y dormir. No tenía que haber empezado el curso en septiembre pero lo hice. Yo era la que se ponía presión. Cuando me marco un objetivo, me dejo la vida, literalmente».

#### Una día a día frenético

La exigencia máxima de la elite fue solo un ingrediente de ese cóctel tóxico. «Creo que en un 50% influyó todo lo que venía arrastrando y la otra mitad fue el estilo de vida de un deportista. Si no hubiese llevado ese ritmo de vida, habría sido distinto», cuenta Victòria, durante muchos años entregada a una agenda extenuante:

### Las frases

**«El problema de la enfermedad mental es que va por dentro. Parece que estés bien, pero no. No comía, me pasaba el día llorando, me quería morir»**

**«Me diagnosticaron depresión pero aun así quise seguir. Yo misma me presionaba hasta que no pude más»**

**«La psiquiatra me medicaba para intentar llegar al final del día»**

**«Un psicólogo en un equipo es tan importante como un fisioterapeuta»**

**«Mi hermana -Aina, sexta en Tokio- hubiera necesitado una ayuda, un psicólogo al acabar su prueba»**

**«Entrenaba tres veces al día y estudiaba la carrera. Quise seguir pensando que podía pero me rompí»**

**«Estoy mucho mejor, pero aún débil. Me fui de viaje dos semanas pero tuve que volver por ataques de ansiedad»**

**«No odio el remo, como le pasa a**

to, pero no, yo no podía comer, me pasaba el día llorando, me quería morir, me sentía una carga para los demás», cuenta ella.

Su caso, como el de Biles, pone sobre el tapete la cuestión de la salud mental en el deporte de elite. «Mucha gente critica a Biles por no apoyar al país, pero antes que todo somos personas. Yo digo: 'Ya que piensas que estoy defraudando a la gente, ¿por qué no lo haces tú?' Creo que los psicólogos y el equipo reaccionaron rápido pero entonces yo me pregunto: '¿Dónde están los psicólogos en el equipo español?'. Al menos en remo no había nadie. ¿Qué habría hecho yo si hubiera ido a los Juegos? Me habría muerto directamente. Mi hermana (Aina, diploma olímpico en estos Juegos tras acabar sexta en el dos sin timonel), después de competir en Tokio, también habría necesitado un psicólogo, que es tan importante como lo puede ser un fisioterapeuta y no se le da relevancia. Cuesta mucho que se lo planteen en las federaciones».

#### «Me sentí arropada»

Tras su denuncia pública solo encontró apoyo y buenas palabras. «Me sentí arropada, incluso por gente que no conocía. Creo que eso agilizó el proceso. Yo me retiré sin saber cuánto iba a tardar en curarme. Creo que he avanzado bastante pero aún estoy en ello».

Victòria volverá en septiembre a Banyoles, donde seguirá con sus estudios de Biotecnología y proba-

### El caso de Victòria, como el de la americana Biles, abre el debate de la salud mental en el deporte

rá a coger otra vez las palas, aunque con toda la cautela posible. «Intentaré volver pero a la mínima que vuelva a estar mal, daré un paso atrás. El remo es mi vida y no lo acabé odiando, como le ha pasado a algunos deportistas con su disciplina. Aún lo he querido



