
Lisandra y su eterna “guerra” sobre bielas

Por: Lisset Isabel Ricardo / JIT
01/06/2020



Aunque su cofre está repleto de medallas ganadas en importantes competencias, salvo en juegos olímpicos, la matancera Lisandra Guerra se empeña en cuidar su potente ritmo y la maestría deportiva que la ubican como la segunda ciclista cubana más laureada a nivel internacional.

En sus 18 temporadas en el equipo nacional exhibe oro, plata y bronce del orbe en los 500 metros contrarreloj, a lo que suma dos terceros lugares en keirin a ese nivel y par de títulos en el Campeonato Mundial Juvenil de Ciclismo de 2005, con los cuales descubrió el camino hacia los podios de más rango.

Su huella en lides universales solo la supera Yumari González, quien en las carreras de grupo, también en la pista, acumula dos oros y tres platas en la élite, y una presea de cada color entre juveniles.

Como su compatriota espirituana, Lisandra también exhibe una impresionante cosecha en copas del mundo, juegos centroamericanos y del Caribe (5-0-1), juegos panamericanos (1-4-0) y campeonatos continentales de pista.

Oriunda del municipio matancero de Colón, demostró sus potencialidades en los Juegos Escolares Nacionales de 2001 a 2003, y a sus 15 “primaveras” ya había promovido a la selección de lujo de la Isla.

Si para reunir tantos premios necesitó cubrir unos pocos kilómetros en las justas, pues siempre prefirió las distancias cortas, muchos debió devorar en carreteras, velódromos y gimnasios para llegar lista a cada reto.

Fuerte de cuerpo y mente, a los 32 años de edad y en medio del aislamiento por la COVID-19, Lisandra no le ofrece tregua a sus músculos y su corazón no para de soñar.

¿Qué hacías cuándo comenzó el aislamiento social?

Estaba desesperada porque dieran esa orientación. Conocía lo que pasaba en otros países a consecuencia de la COVID-19 y pensaba en mi hijo. Para entrenar daba viajes a La Habana y él iba al círculo infantil. Cuando cerraron las escuelas deportivas me sentí aliviada. Podía cuidar de mi pequeño en casa.

¿Cuáles son tus rutinas ahora?

La primera tarea es cuidar a Thiago, pero me preocupa cómo entrenar. No puedo bajar la guardia. En el garaje hago rodillo e intercalo con la barra, las pesas, cuclillas, planchas y abdominales. Trato de evitar que cuando comencemos la preparación aparezcan dolores y lesiones.

En ocasiones resulta difícil, pues el niño está todo el tiempo a mi lado. No le gusta quedarse solo, demanda mucha atención, pero mi esposo (Luis Suárez) me ayuda y entreno diariamente.

¿Qué ha sido lo más embarazoso en esta cuarentena?

Entretener a Thiago, es súper activo, necesita correr y hacer actividades que requieren espacio. También es engorroso cuando mi papá u otras personas llegan a verlo a través de la reja de la puerta. Él los invita a pasar y cómo explicarle, con apenas tres años, que no se puede.

Ya debió celebrar su cumpleaños lejos de amiguitos y familiares. No pudimos recibirlos, ni ir a jugar al parque o al zoológico. Tampoco salimos cada mañana, cuando me dice: «mamá, salió el sol, ya no hay “bichos”». Primero está la seguridad.

Cuando la normalidad se restablezca... ¿Con qué objetivo te prepararás?

Siempre me impongo metas, sueños. Antes de la pandemia no tenía posibilidades de clasificar a los Juegos Olímpicos de Tokio, ya que el proceso inició en 2017, cuando di a luz.

Ese sistema cambió completamente: antes nos beneficiaba que cierta cantidad de atletas ganaba boletos a nivel continental. Ahora, solo para asistir a una copa del mundo, debes alcanzar puntos en competencias continentales de diferentes clases. Eso afecta más a los países de pocos recursos, como el nuestro.

Es tal el problema que Martha Bayona, de Colombia, no logró el boleto olímpico a pesar de sus resultados en copas del orbe y certámenes mundiales, por solo mencionar un ejemplo.

Entonces... ¿Solo clasificar fue un enorme reto?

Actualmente resulta tan difícil que conseguir cupo es un gran orgullo. Ya no hay más opciones, está cerrada la clasificación, a no ser que algún corredor se ausente por una gran razón. Y si ocurre subirá otro por el ranking.

Cuando retornemos a los entrenamientos continuaré con mente positiva, me prepararé para otros eventos, como los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Panamá 2022. De ahí en adelante veré qué hago...

Cumpliste dos etapas en el Centro Mundial de la Unión Ciclista Internacional (UCI), en Aigle, Suiza... ¿Cómo lo recuerdas?

Primero estuve de 2005 hasta los Juegos Olímpicos de Londres 2012. Continué entrenando en Cuba. Regresé en 2015 para prepararme con vistas a Río de Janeiro 2016. El Centro lo siento como parte de mi vida, nunca lo olvidaré. Fueron muchas cosas positivas, aunque algunas no tanto.

Aprendí a ganar en lo profesional y lo personal, y conocí otros idiomas y culturas. Aprendí a amar mucho más a mi país, a disfrutar y agradecer lo que la vida me ha dado, a tener mis objetivos claros e ir por medallas, las cuales logré.

También perdí. Sin embargo, eso me hizo más fuerte y me enseñó a valorarme más como persona y atleta. Fueron años duros, pero tan lindos que nunca los olvidaré.

¿Cómo llegaste al ciclismo?

Era una niña muy activa, al punto de que cuando a mi padre (Jorge) lo invitaban a algún lugar le decían que no me llevara. Él hacía caso omiso, siempre ha sido mi guía fundamental.

Practiqué varios deportes: estaba en atletismo cuando el profesor de ciclismo Ángel Luis Núñez me captó. Hice ambos deportes a escondidas, hasta que mi mamá Sandra me descubrió por los rasponazos.

Me dijo que la bicicleta era un deporte para hombres, que consultara con mi papá y así lo hice. Él accedió y abracé para siempre el ciclismo.

¿Qué actuaciones guardas con más deleite?

Las tres medallas de oro obtenidas en el Campeonato Panamericano Juvenil de Quito, Ecuador, en 2004; los títulos mundiales juveniles en 500 metros y velocidad en Viena, Austria, en 2005; y cuando fui campeona del orbe en Manchester 2008 en los 500 metros.

También recuerdo la lid continental de nuestro deporte en México 2009, y los Juegos Panamericanos de Guadalajara 2011 y Lima 2019. Estos últimos tienen un valor sentimental muy alto. Tuve que dejar alma, corazón y vida en la pista para alzarme con la plata del keirin.

Cuando piensas en el retiro... ¿Qué te gustaría realizar como profesional?

Por supuesto que trabajar en el ciclismo, sin que implique involucrarme emocionalmente ni ponerme en el lugar de los atletas. Pero sería de gran placer aportar mis conocimientos y ayudar al deporte. Creo que estoy preparada, soy Licenciada en Cultura Física, domino el inglés y entiendo bastante el francés. He pasado la mayor parte de mi vida entre bicicletas.

Aunque ahora no piense mucho en eso, tengo en mente algo de lo que podría hacer por el ciclismo. A veces soñamos con los ojos abiertos, pero cuando deje el deporte activo quisiera hacer realidad todas mis quimeras. ¿Por qué no?

¿Ya cumpliste tus grandes sueños?

Solo me faltó la medalla olímpica y la vi cerca en los Juegos de Beijing 2008, en el evento en que más había destacado. Sin embargo, ese mismo año retiraron del programa los 500 metros, después de haber sido yo la campeona mundial.

Debí conformarme con el único evento que dejaron en esa área, la velocidad pura, y acabé novena. En Londres 2012 agregaron el keirin y la velocidad por equipos, pero volví a correr los 200 metros y logré mi mejor escaño, el sexto. En Río-2016 ocupé el trigésimo puesto en keirin.

Creo que cumplí mis metas. Y en cuanto a los sueños lo digo sinceramente, sin que me quede nada por dentro: cada vez que subo a una pista, a un gran escenario, no lo hago pensando en mí, sino en Cuba y mi familia. Siempre he dado y daré lo mejor para ellos.

Fuiste la segunda mujer capaz de bajar de los 34 segundos en los 500 metros...

Sí, delante de mí lo hizo la extraordinaria australiana Anna Meares, multimedallista olímpica y mundial, la corredora foránea que más admiro. Eso fue hace años. Ya en los 500 metros se rompió la barrera de los 33 segundos. La tecnología avanza cada vez más y se une la nueva equipación. Todo influye. Unas zapatillas pueden costar hasta mil dólares, el vestuario y los cascos son también caros y qué decir de las bicicletas... Bajar una milésima depende de esos detalles.

¿Te queda algo por conquistar?

He logrado todo lo posible, pero siempre que defienda el uniforme de Cuba quedará algo por alcanzar y el deseo de entregar lo mejor de mí haciendo lo que me gusta: ciclismo. Por eso tengo que soñar eternamente.

¿No has soñado cambiar al scratch y la carrera por puntos?

Lo he pensado, y en broma se lo digo al entrenador Leonel Álvarez, pero no me gustan los eventos de grupo. Tendría que perder mucha masa muscular. Esa área requiere más resistencia y hay que ser estricto con el peso. Me costaría mucho trabajo.

Siempre he admirado a Yumari González. Pocas han logrado lo que ella: correr en eventos que no tienen nada que ver con otros. Ha brillado en la ruta y en varias pruebas de pista.

Un mensaje para ese pueblo que te admira y corresponde al cariño y respeto que le tienes...

Que se cuide, esta batalla contra la COVID-19 no ha terminado y no debemos confiarnos. Que las personas salgan de casa solo a lo necesario, que sigan aprovechando este tiempo para estar con los suyos, para disfrutar de la familia y hacerle saber que la quieren. Es bueno amarse mucho. Al mundo le falta amor y eso es vital para mantener la armonía, la felicidad y la unidad.

Los deportistas tenemos que mantenernos para volver al combate en busca de más triunfos. Esa alegría la espera nuestra gente.