

**PRIMER PLANO | IOSU FEIJO**

## **"La diabetes es un aliciente para coronar el Everest"**

**Le detectaron la dolencia con 23 años y desde entonces entrena cada día. Su sueño: demostrar que la diabetes no es óbice para alcanzar la cima del mundo**

LUIS PARDO

La leyenda que rodea el ascenso al Everest está sembrada de hazañas pioneras. Los aficionados coleccionan primeras ascensiones: la primera en solitario, la primera sin oxígeno artificial, la primera en invierno. El próximo mes de mayo, el alpinista profesional Iosu Feijo (Vitoria, 1965), jefe de la Expedición NEC Everest 2006, puede ser el primero en coronar los 8.850 metros con una enfermedad a cuestas, la diabetes tipo 1 (la insulinodependiente), que aumenta los riesgos asociados al temido mal de altura. Ha intentado alcanzar el techo del mundo en tres ocasiones previas-«la última me quedé a horas de la cumbre y bajé todo el camino llorando lágrimas de verdad»-, pero esta vez está seguro de que será diferente: «me encuentro mejor que nunca de 'coco' y muy bien físicamente».

**Pregunta.-** No le basta con intentar ser el primer diabético en subir, sino que lo hace por la cara norte de la montaña, aún más complicada.

**Respuesta.-** Puestos a rizar el rizo, hagámoslo bien. Y luego está la ambición del alpinista; yo ya lo era antes de que me diagnosticaran la enfermedad. Creo que mi currículo me permite afrontarla técnicamente con garantías de éxito. Es importante que la climatología acompañe. La cosa se complica con vientos huracanados y temperaturas de 45 grados bajo cero. Por mi experiencia en el Polo Norte y Sur, sé que voy bien hasta los 40 grados bajo cero.

**P.-** ¿Esta vez será la definitiva?

**R.-** Seguro. Confío plenamente en mi insulina y en las pautas medicodeportivas y endocrinas con las que afronto el reto. En los intentos previos he estado por encima de los 8.000 metros y en una ocasión, alcancé los 8.200, aunque aparecieron entonces unas nubes por la vertiente tibetana y no lo vi claro.

**P.-** ¿Resultará al final que la dolencia más que un 'handicap' es un acicate?

**R.-** Vivo con una enfermedad crónica, igual que lo hago con mi mujer o con mi hija. No vivo para la diabetes. Por tanto, no tengo duda de que es un aliciente, un 'leitmotiv' que me lleva a superarme, primero por mi calidad de vida y luego por la repercusión que mi actividad pueda tener, sobre todo, entre los más pequeños. Participo en charlas para niños diabéticos y mi mensaje siempre es: si yo hago deporte a este nivel, vosotros podéis practicarlo al mismo que cualquier otra persona.

**P.-** Hará la ascensión con Willy Bañales y Jon Goikoetxea. ¿En qué medida necesitan estar formados en su enfermedad?

**R.-** Llevo muchos años con ellos, hay confianza y ya en el primer pinchazo de la mañana me preguntan si no es un poco pronto para empezar a doparse. Bromas aparte, debo decir que conocen perfectamente la enfermedad y eso es fundamental. Pero al mismo tiempo no es un asunto que tenga especial protagonismo durante la expedición. Se limitan a preguntarme periódicamente si voy bien o mal. Sé que están orgullosos de mí y valoran el mérito de mi esfuerzo.

**P.-** A 8.000 metros de altitud cualquier alpinista profesional atraviesa una situación difícil. ¿Se dispara esa dificultad en su caso?

**R.-** Es imprescindible que mis compañeros sepan manejar la enfermedad si experimento una hipoglucemia o una hiperglucemia. Cuanto más arriba se está, más se espesa la sangre porque el cuerpo fabrica más glóbulos rojos. Si además uno es diabético, la carga de glucosa es mayor. La sangre se hace entonces tan espesa que no fluye con normalidad y surge el riesgo de congelación. Por eso es preciso que me haga muchos controles de glucosa, hasta uno cada tres horas, para saber si necesito inyectarme más o menos insulina.

**P.-** Pero las máquinas de medir la glucosa no funcionan a bajas temperaturas. ¿Cómo se las apaña?

**R.-** He llegado a estar varios días a 51 bajo cero y no me ha dejado de funcionar porque la llevo siempre pegada a mi cuerpo, junto con la insulina, para que se mantengan a los 37 grados corporales.

**P.-** Ha dicho que pensó en su mujer cuando desistió en su intento anterior. En esta ocasión, tiene además una hija de un año.

**R.-** Lo he comentado con mis compañeros y les he dicho: no sé cómo voy a reaccionar por encima de 8.000 porque será la primera vez que suba siendo padre.

**P.-** ¿No intenta su médico quitarle de la cabeza la idea de embarcarse en aventuras tan arriesgadas?

**R.-** Soy afortunado porque antes de sufrir una hipoglucemia me empieza a temblar la mano izquierda, que me avisa de que algo no funciona. Otras personas directamente se desmayan y entran en coma. Las pautas ahora están cambiando. Antes se nos decía que sólo podíamos hacer ejercicio moderado media hora al día y ahora nos autorizan a practicar ejercicio físico de alto nivel, tres o cuatro horas y siguiendo una dieta equilibrada. En cualquier caso, siempre hay que seguir el consejo médico y nunca actuar por tu cuenta. Eso solo conduce al desastre.