

**TYPE 1** EL EQUIPO AMERICANO DEMUESTRA QUE SE PUEDE SER CICLISTA Y DIABÉTICO

# Los diabéticos toman la cabeza del pelotón

Javier Megías es uno de sus líderes • “Estoy descubriendo otro mundo”, dice ilusionado  
• En carrera lleva un aparato que le indica constantemente el nivel de azúcar en la sangre

JOSU GARAI ■ MADRID

En 2007, un ciclista madrileño, de Torrejón de Ardoz para más señas, asombró al mundo al imponerse en la primera etapa de la Vuelta a Chihuahua, en México.

Se llamaba Javier Megías. Su proeza no fue batir al sprint a los otros favoritos, sino hacerlo siendo diabético. “Dedico esta victoria a mis padres, Juan Manuel y Guadalupe, porque gracias a ellos soy ciclista. También a mi hermano”, explicaba entonces recordando a quienes tantos sufrimientos han pasado a su lado.

“De pequeño jugaba al fútbol y, la verdad, no lo hacía nada mal. Me llamaban Butragueño”, decía con orgullo, quizá por su velocidad y efectividad. “Pero me rompí el codo y el radio y como mi padre era cicloturista, yo también empecé a montar”. Tenía 10 años.

Poco después, sin embargo, le detectaron una enfermedad crónica: diabetes. “Me salió de repente, a los 13 años, y como nadie en mi familia es diabético y no conocíamos los síntomas, lo pasé muy mal. Estuve casi un mes hospitalizado”, recuerda. “Cuando me pasó todo esto pesaba 60 kg, y me quedé en 48 kg”.

Han transcurrido los años y afortunadamente todo aquello está ya superado. “Me tengo que cuidar un poco más que el resto de los ciclistas, pero puedo hacer una vida normal”, decía en Chihuahua.

Sin embargo, tres veces al día tenía que pincharse insulina para mantener su glucosa a raya. “Unas veces me pincho en el brazo, otras en la tripa, algunas en la pierna... Tengo que controlar muy bien las comidas”, y, sobre todo, renunciar a los dulces, que como toda fruta prohibida le vuelven loco.

## PROFESIONAL DESDE 2006

Corría en el equipo Saunier Duval, con el que pese a su enfermedad había conseguido debutar como profesional en 2006. La Unión Ciclista Internacional, informada de sus problemas, autorizó desde el principio los pinchazos de insulina, ya que su intención no era ir por delante de sus rivales, sino no quedarse demasiado retrasado para, en la medida de lo posible, correr en igualdad de condiciones.

“Llevo varios años sometido al pasaporte biológico”, matiza él por sí acaso.

Esta temporada, sin embargo, la ha cumplido en el equipo america-



Un corredor del Type 1, con el chip de FreeStyle Navigator en su brazo, coloca el monitor en su bici antes de competir.

no Type 1, que con el patrocinio de una multinacional farmacéutica y otras firmas del sector intenta pregonar por el mundo que es perfectamente posible realizar un deporte al máximo nivel pese a padecer diabetes tipo 1. “Los médicos aconsejan hacer deporte, pero no en la alta competición, sólo de paseo. Sin embargo, teniendo mucho cuidado y controlándote bien, se puede hacer”.

Megías, de hecho, no es el único diabético del Type 1, un equipo que para 2011 se ha fortalecido

“Llevo un chip bajo la piel que me da los niveles vía ‘bluetooth’”

“Hay otro chip para ponerte la insulina, lo programas y te olvidas”

**JAVIER MEGÍAS**  
Ciclista diabético del Type 1

## ¿Qué efectos tiene la diabetes tipo 1?

Conocida hace años como diabetes juvenil, es una enfermedad crónica, para toda la vida, que ocurre cuando el páncreas no produce suficiente insulina, una sustancia necesaria para llevar el azúcar de la sangre (glucosa) hasta las células, donde se almacena y se utiliza después para obtener energía. En este tipo de diabetes las células del páncreas producen muy poca o ninguna insulina. Y sin ésta, la glucosa se acumula en el torrente sanguíneo en lugar de entrar en las células, por lo que éstas no pueden obtener energía. Como resultado, el nivel de azúcar en la sangre acaba siendo más alto de lo normal y produce un serio problema para la salud, en especial para el corazón, los ojos, los riñones, los nervios, las encías y los dientes. De ahí la importancia de controlar el nivel de glucosa en la sangre.

con Rubens Bertogliati, Alexandre Efimkin, Bodrogi... y el español Iván Melero, y que se va a prodigar en Europa con el objetivo de disputar el Giro de Italia, sino que otros cuatro componentes también están afectados por esta enfermedad: los holandeses Olaf Kerkof y Martijn Verschoor y los americanos Joe Eldridge y Alex Bowden.

“Los jefes del equipo, Phil Sutherland y Joe Eldridge, también son diabéticos y fueron ciclistas”, explica el madrileño. Ellos, gracias a la tecnología puntera que emplean, le han descubierto un mundo nuevo.

“La diabetes, es obvio, no me favorece en nada para ser ciclista, pero con las máquinas que tenemos en el equipo tampoco me perjudica mucho. No soy Indurain, pero me defiendo”.

## UN EJEMPLO PARA MUCHOS

Además de estar cumpliendo un sueño, hay otra cosa que le motiva: saber que es un ejemplo para muchos enfermos: “Sobre todo desde que estoy en este equipo, mucha gente de México, Argentina, Estados Unidos y España me manda e-mails preguntándome cosas. Normalmente son jóvenes y yo disfruto aconsejándoles porque me acuerdo de lo mal que lo pasé yo cuando era pequeño”.

Gracias a sus poderosos patrocinadores, la farmacéutica Sanofi-Aventis y la firma FreeStyle Navigator, de la no menos poderosa Abbott, entre otros, el equipo Type 1 tiene a su alcance los últimos

## EQUIPO TYPE 1

Sus dos directores y cinco ciclistas son diabéticos

adelantos técnicos para hacer menos dura la diabetes.

“Estoy descubriendo otro mundo. Las bajadas bruscas de azúcar son peligrosas porque te puedes desmayar y eso, en el ciclismo y bajando un puerto, puede ser fatal. Pero ahora llevo un aparato en carrera que, cada minuto, me indica el nivel de glucosa que tengo”.

Normalmente, para saber este dato, hay que pincharse en un dedo. “Yo llevo un chip bajo la piel del brazo que, vía bluetooth, me indica en todo momento en un monitor el nivel de azúcar en la sangre: si baja mucho, tengo que comer; y si sube, aguantarme. Ya no sufro las pájaras de antes, cuando iba a ciegas y después de cinco horas con la glucosa alta llevaba las piernas reventadas por la falta de insulina”.

Megías, según explica, se sigue pinchando esta sustancia, “pero hay otro aparato que lleva la insulina en un chip, lo programas para tres o cuatro días y durante ese tiempo te olvidas de todo. Yo no lo uso, pero otros sí”.

En 2011, el Type 1 hará el calendario europeo: “Sé que es difícil ganar, pero aspiro a dar guerrilla y estar delante”, dice Megías.



Javier Megías en acción.