ASÍ SE DOPA UN CICLISTA CAPÍTULO I Su testimonio es espeluznante. **Jesús Manzano,** corredor tres años del **Kelme,** confiesa a partir de hoy en **AS** su sometimiento al dopaje. Incluso reconoce que en dos ocasiones, durante el 2003, temió por su vida. Su relato está hecho en primera persona, pero de sus palabras se deduce una práctica generalizada.

"Dos veces creí que me moría"

Jesús Manzano confiesa que ha temido por su vida dos veces como ciclista. Ambas fueron en 2003. La primera, en el Tour, tras experimentar con un medicamento. La segunda, tras una transfusión de sangre en Valencia.

JUAN GUTIÉRREZ
LA TRANSCRIPCIÓN

El tren no arrancaba si yo no me bajaba. ¡Cómo estaría que el taxista me había preguntado antes a qué hospital iba! Había un señor allí delante que decía: 'Este muchacho no aguanta, se muere antes de llegar a Madrid'. Entonces vino el médico a recogerme y me sacó a hombros del vagón". Esto es sólo un extracto del testimonio de Jesús Manzano sobre sus vivencias con el dopaje. Sucedió a finales de julio de 2003, cuando regresaba de someterse a una transfusión en Valencia. A continuación lo reproducimos íntegro.

La Vuelta a Asturias

"¿Haces caso al médico y das positivo?"

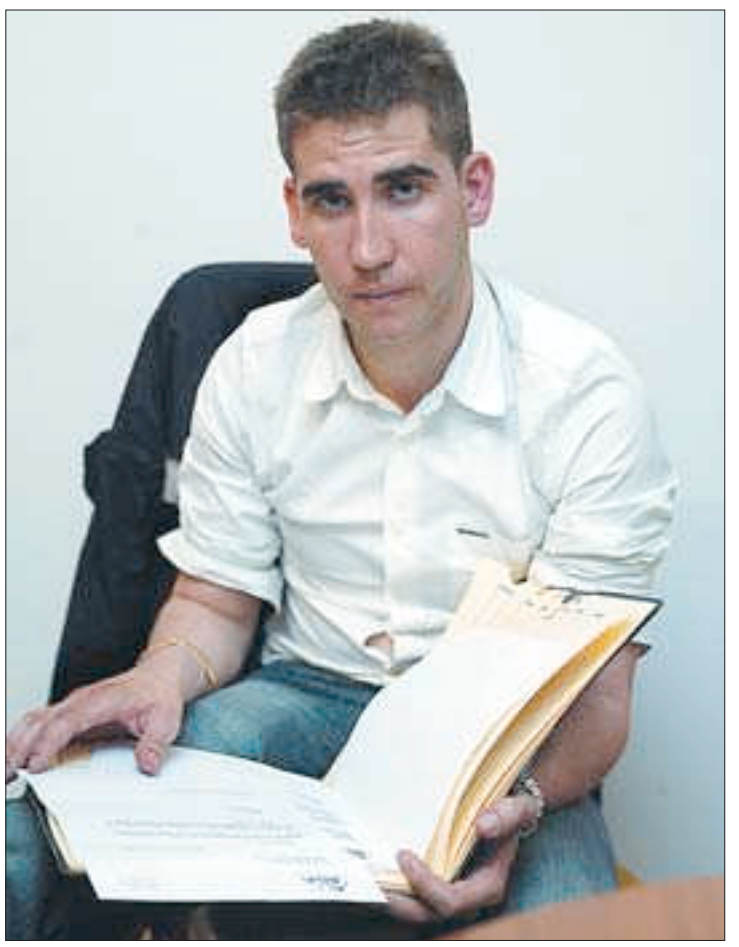
En la Vuelta a Asturias ya tuvimos algún problema, porque **el responsable médico en ese momento decía que se podía utilizar cierta sustancia y otro médico decía que no.** No era un producto como el que luego se usó en el Tour, pero luego acabó saliendo la verdad de que no debía de utilizarse. El caso a que me refiero salió más adelante, con compañeros, aunque a cualquiera nos podía haber tocado, porque los controles se hacen al azar. Un médico decía una cosa, otro médico decía otra y entonces el director hizo caso al responsable. Luego se vio que no se podía usar ese tratamiento, pero como el que lo dijo era el jefe médico, pues pasó lo que ha pasado.

Entonces los corredores tuvimos una reunión, pero el director siguió apoyando al médico que lideraba. Y tuvimos enganchón. Nosotros nos quedamos entre la espada y la pared. ¿A quién haces caso, a un médico o al otro? **¿Haces caso a un médico y no andas o haces caso al otro y das positivo?** A ver qué. Yo me quedé con la opinión del segundo médico, porque más vale a veces no dar positivo, porque por mucho que diga alguno que yo me automedicaba, todavía no he dado nunca positivo. **Yo tenía unas ampollas y todo para seguir este tratamiento, pero opté por dejarlo.**

Nacionales de Madrid

"El gas bus es el Actovegin"

En los Campeonatos de España de Madrid tuvimos otro enganchón, pero no por dóping. En esas fechas ya se utilizan cosas que no dan positivo. Son productos partidos, es decir, que si te pones una ampolla entera te da positivo, pero si la partes por cinco no das. **Los controles no son muy eficaces, porque hay productos que no se detectan, o bien se detectan a partir de un volumen al que no llegas.**



El Campeonato de contrarreloj era un viernes en la Casa de Campo y en la M-30 era hora punta. Resulta que mi bicicleta iba en el coche de delante, pero en el que yo viajaba estaba la bici de otro compañero. Tuve que bajar la bicicleta del coche y discutir con los policías para que me dejaran pasar. Le llevé la bici a mi compañero a la rampa de salida y yo me fui al autobús para hacer **los preparativos para una crono: cafeína inyectada, ácido láctico, bicarbonato y poco más, aunque se suele poner también Actovegin, que en el argot se llama gas bus.** No sé si serán ampollas de 10 ml, de 500... Suelen ser de 10 o de 5.

Preparación del Tour

"Bolsas de sangre de medio litro"

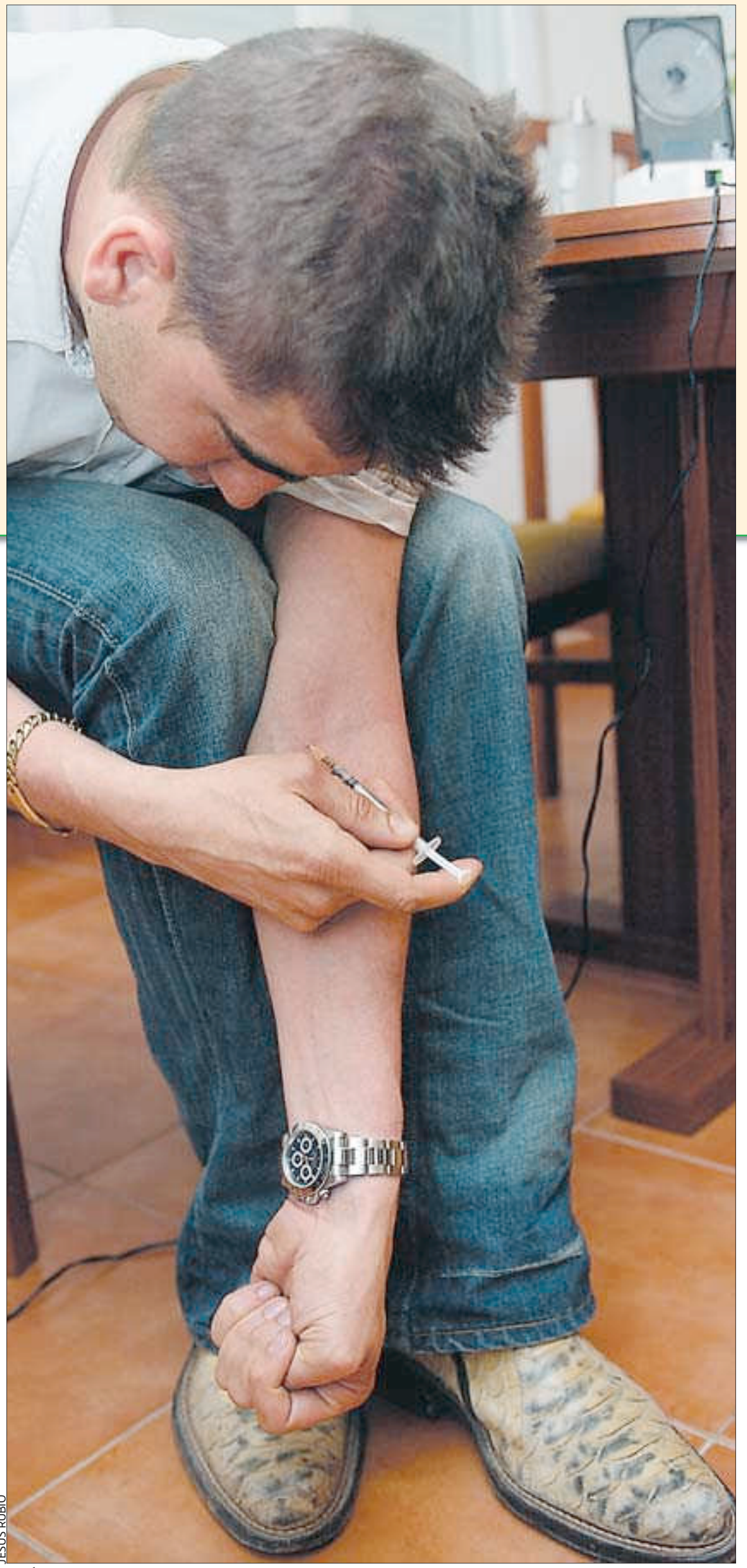
Esa misma noche del domingo nos bajamos para Valencia para que se extrajeran las bolsas de sangre en una consulta. Luego se utiliza una para el Tour y otra cuando ya ha avanzado la carrera. **Se extrae un litro de sangre en dos bolsas de medio litro.** Una cosa que yo no vi normal es dejar las bolsas en una bandeja de plástico sin marcar, cuando luego vas a extraer a más gente. Lo primero que hay que hacer es marcarlas y meterlas en un banco de sangre, porque debe tener una conservación.

Nosotros no somos perros, somos personas y tenemos derecho a ser tratados como tales. No me pareció normal. No se puede dejar una bolsa antes de un Tour donde hace un calor de la leche. Luego también la forma, que se haga un nudo en la bolsa y se deje así. Luego me he enterado de que hay que hacer pruebas cruzadas para ver si es tu sangre cuando te la vas a poner. Si no, lo mismo pueden meter mi sangre que la de Pepito Flores, porque yo no sé dónde ha estado guardada.

Bueno, eso fue el martes, porque el lunes, el médico no vino. Pues a mí, después de sacarme dos bolsas, **el mismo miércoles que viajábamos me hicieron la transfusión de una bolsa.** Eso no tiene ningún sentido. En lugar de sacar sólo medio litro, sacaron un litro por equivocación o lo que sea... Bueno, el otro medio lo guardaron para el Tour de Francia, porque **luego, a mitad de Tour, cuando ya tengas un bajón, te lo vuelven a meter.**

A mitad de Tour, la recuperación era normal. Estábamos utilizando pocas cosas al principio, porque se supone que tú llegas ya con unos tratamientos que tienen que durar una primera semana o una semana y algo. Así llegó la etapa séptima, donde perdí el conocimiento. Voy a contar por qué. **Era la primera etapa de montaña y por la mañana se prueba una sustancia que yo no había experimentado.** Esa sustancia se pone acorde a tu peso. **Se mete en vena y lo**

La Vuelta a España de 2003 fue la última competición en la que intervino. El ciclista, de 25 años, tiene actualmente una rodilla maltrecha que le impide correr. Se quiere retirar



JESÚS RUBIO

"ASÍ LO HACEMOS". *Manzano explicó que ésta es la posición normal en ciclismo para usar la jeringuilla.*

El Chava le metió en el ciclismo

■ "A mí me metió en el ciclismo el **Chava**. Yo hacía mountain-bike, entrenábamos mucho juntos y no dejaba de repetirme que tenía que pasarme a la ruta", cuenta **Jesús Manzano** (12-5-1978, **Zarzalejo, Madrid).** Él y **José María Jiménez** se conocieron en **Robledo de Chavela,** en el bar de un familiar de **Manzano** que el **Chava** frecuentaba. Fue uno de los más íntimos amigos del fallecido campeón.

Manzano terminó por hacerle caso al **Chava.** En 1999, poco después de haber quedado subcampeón de **España** de mountain-bike, en **Sierra Nevada (Granada), Manzano** se hizo ciclista de ruta con el equipo de aficionados **Ciclos Nico**. En su primera carrera, **Nuestra Señora de Valverde**, de la **Copa de España**, quedó segundo tras **Cuenca.** Luego ganó la **Vuelta a Extremadura,** tras meter cinco

minutos al pelotón en una etapa. En sólo seis meses dejó asombrados a todos y en 2000 pasó como profesional al **Kelme,** aunque también le querían **Vitalicio** y **Banesto. —Ch. Bermejo**

único que hace es que tú tienes el hematocrito bajo, pero la hemoglobina alta.

¡Ah!, una cosa que se me ha olvidado. Al principio del Tour, todos **los corredores tenemos que poner una cantidad de dinero para guardar la medicación. Yo puse 3.000 euros** y supongo que los demás también, pero no lo puedo confirmar. Casi seguro que todos lo han puesto, a pesar de que algunas nóminas son miserias.

Tour de Francia
"Un bote de dinero para la paloma"

Ese bote es para que se guarden los medicamentos. Tú tienes que darte cuenta de que la ley francesa no es como la española. Es una ley diferente, en la cual, yo puedo decir que hasta si llevas una caja de vitaminas B12, que sería legal en España, allí no la puedes llevar. **Entonces hay gente que se dedica a guardar esos medicamentos para que tú no los tengas encima.** Los medicamentos para la recuperación los puedes comprar allí y otras cosas, pero hay otros que no se pueden porque son DH, de uso hospitalario.

No sé si se llevó en un coche o en un avión, pero, por lo que tengo entendido, **se transportó en un coche de alguien del entorno al equipo.** En el argot, la persona que lleva la medicación la llamamos *la paloma mensajera,* aunque la paloma seguro que no podría con tanta carga. Eso es como importar una cosa, lo que pasa es que eso es un delito. Y luego dicen que yo soy camello de polvo blanco. **Eso sí que es un tráfico de drogas y contra la salud pública.**

Por supuesto, ese dinero no se recupera si te retiras, aquí no se devuelve nada. Yo recuerdo que el director iba por las habitaciones y yo fui el último que lo di. Iba diciendo el señor que le diéramos la limosna, ¿sabes? ¡Limosna! Al final del Tour ganamos sólo 811 euros en premios, perdimos dinero. Y así volvemos a lo que estaba contando antes, **cuando me dieron a probar una sustancia que jamás había utilizado yo antes,** pero tampoco me había hecho autotransfusiones.

Por la mañana me pusieron 50 mililitros de dicho producto. Antes de salir estuve en el *Village,* hablé por teléfono con mi novia, Marina, y le dije: "Prepárate, que según tengo entendido hoy voy a andar bien". Resulta que a mitad de etapa se va una fuga antes de llegar al puerto, que está en el kilómetro 50. Todo el mundo del equipo arrancaba para que esa fuga no cogiera tiempo o para enlazar. Y el director gritando: "Me cago en Dios, ese Manzano no tiene huevos". Arranqué y detrás vino Richard Virenque, que no me dio ningún relevo porque tenía delante a Paolo Bettini, que corre en su mismo equipo.

Pregunté a dos compañeros y les dije que **me encontraba raro, que tenía una sensación como de pájara, mareado, como cuando llevas 200 km, que ya sólo vas por inercia, y con los brazos sin fuerza.** Era como si las manetas del cambio estuvieran blandas. Insisto, muy raro.

Pasa a la siguiente página

ASÍ ES EL PROCESO DE MEDICIÓN DEL HEMATOCRITO

Desinfección con colonia

■ Manzano impregna un trozo de algodón con colonia para desinfectarse la parte del brazo donde se va a pinchar para extraer sangre e iniciar el proceso de medida.

Coge una jeringuilla

■ Inmediatamente, el ciclista de Zarzalejo coge una jeringuilla desechable y examina si está en buen estado antes de proceder a pincharse para extraerse la sangre.

No se encuentra la vena

■ Al estar el brazo en una posición relajada, sin ninguna goma ni nada que lo oprima, Manzano no encuentra su vena y no consigue extraer sangre en un primer intento...

Saca la sangre de la jeringuilla

■ Momentos después saca la sangre extraída de su brazo y la deposita, en este caso, en el plastificado envoltorio de la jeringuilla.

Llena de sangre los capilares

■ Con mucho cuidado y buen pulso, coge los frágiles tubos capilares para llenarlos de la sangre depositada sobre la mesa.

Capilares en la centrifugadora

■ Los tubitos, ya llenos de sangre, se ensamblan, siempre con mucho cuidado, sobre una ranura de la centrifugadora donde hay una escala de medición.

"Me retiré sin usar la segunda bolsa de sangre"

Yo arranco a medio kilómetro del puerto y **no podía casi ni cambiar por la sensación de dormidez que tenía en las manos.** Y ya a los tres kilómetros ya **empiezo a tener sensaciones de mareo, con mucho calor, y sudores muy fríos, contrastes de calor y frío, pero, sobre todo mucho frío.**

A pesar del calor de julio, **empecé a sentir una tiritera y sensaciones raras,** Virenque me miró y hasta se separó. Voy medio kilómetro para arriba y había una curva. Hacía tanto calor que hasta la brea del asfalto estaba derretida. Alguno dice que me tiré. Ni que hubiera hecho la mili en la brigada paracaidista. **Sólo recuerdo que me mareé y ya no me acuerdo de más,** si me caí, si me llevaron a la derecha, dónde me llevaron...

Yo noté como una sensación de mareo y la vista como si se me fuera. Luego me di cuenta de que el maillot lo tenía cortado dentro de la ambulancia y me estaban poniendo una inyección, electrocardiogramas y eso. **Me sentía raro, tenía la lengua como hinchada, como que no me entraba aire. Si me hubieran hecho un agujero en la garganta lo hubiera agradecido**.

Me llevaron en una ambulancia con suero al hospital. No sé lo que te pondrán en estos casos, me hicieron una analítica... **Desde por la mañana hasta las once de la noche que llegué al hotel de Morzine no pude orinar.** Tenía el vientre hinchado, parecía como un barrigudo. Luego llegué al hotel, el médico estaba por las habitaciones, me estuvieron haciendo entrevistas y no abundaré más, ¿sabes? Que a mí no me ha explicado el médico qué es la analítica, que si esto estaba bajo, que si esto estaba más alto... Pero fue por aquel producto que se utilizó. Es decir, que **tuve un problema por el mal estado de conservación de esos productos** o por algo ¿sabes? Yo no creo que haya tenido ningún otro problema por el que me tenga que retirar. Si tengo que abandonar, digo que tengo una tendinitis o lo que sea. Pero yo no me retiro por lo que algunas personas han dicho, que fue por sol.

Resulta que hasta las doce o la una de la noche no pude orinar. El doctor que estaba en el Tour me dio unas pastillas, con las cuales **empecé a orinar suave, pero toda la noche tuve la tripa destrozada.** Lógicamente, al abandonar, la segunda bolsa de sangre no la llegué a utilizar. Me tuve que venir a España con mi representante, que por cierto tenía gastos y no se los pagaron.

Pasé miedo por la salud. Tú date cuenta que una persona que está bien, de repente se pone mal, no creo que a nadie le guste. **Dos veces he pasado miedo por mi vida: una ha sido ésta en el Tour y luego en Valencia, cuando me sacaron de un tren jodido.** Tras el Tour pensé en dejar el ciclismo, porque tienes miedo, porque date cuenta que es tu cuerpo y estás ganando ocho millones de pesetas y yo prefiero ganar 150 mil pesetas poniendo ladrillos. **Me puedo caer de un andamio, pero no que la muerte te la vaya a provocar alguien.** Es igual que si tu mandas hacer una casa y lo mismo se te cae a los siete meses. La gente que no es competente, pues no debe estar.

Esto pasó por mala conservación o por vete tú a saber. A cualquier médico de cabecera le preguntas y te dice que para tomar esos productos tiene que ir un inspector médico para hacer el tratamiento y te da una o dos o tres cajas al año. **Pero aquí, en el ciclismo, tres cajas al año es como el que se come un paquete de pipas.** Claro que he tenido miedo. Si en la ciudad vienen y me pegan un tiro, pues me jodo y me aguanto. O me tropiezo y me doy con una farola. Pero no en un problema de otra persona que me lo venga a trasladar a mí. Aquello fue una negligencia médica.

Volví del Tour y estuve unos días jodido en casa. Tenía sensaciones raras y estaba deprimido. Te tiras preparando una carrera mucho tiempo y crees que te va a salir bien, y por gente ajena... Bueno, no ajena, el jefe de los médicos. **Hay que tener responsabilidad, que son vidas humanas, no somos cobayas, ni conejos de indias, que para eso están los laboratorios, para probar, y los animales, no las personas.**

Aquella noche bajé a la cena, **comí poca cosa, porque no tenía hambre y de bebida, menos, porque estaba hinchado como un oso.** Y el director me dice que iba a hacer la Vuelta a Portugal y que esto y que lo otro. Y le dije: "Pues sabes lo que te digo, que no sé si voy a correr más". Y me dijo el director: "Si no corres este año, no corres el que viene". Y le dije: "¡Hombre, si no corro este año, para qué voy a correr el que viene!". Bueno, pues resulta que se pasa el Tour y llego a mi casa, que querían hacerme quedarme dos días allí estando jodido hasta que volviera el mánager del equipo y dije que no me quería quedar, porque estaba molido, así que volví a casa.

Transfusión en Valencia

"Casi vuelvo en una caja de pino"

A falta de cuatro días para terminar el Tour me llama el jefe médico y me dice que tengo que bajar a Valencia a por la bolsa de sangre que quedaba. Bajé porque si no lo hago, te dicen que eres indisciplinado por no hacer caso al médico del equipo. El médico del equipo tiene un gran poder, es como si el director fuera el Rey de España y él, el jefe del Gobierno.

ASÍ ES EL PROCESO DE MEDICIÓN DEL HEMATOCRITO

Le ayuda su compañera

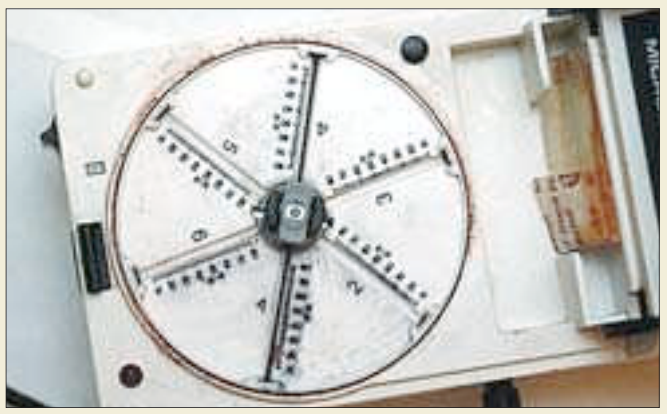
■ ...ante tal tesitura, Manzano pide la ayuda de su compañera Marina y ésta le oprime el brazo para marcarle la vena y acertar con la aguja. No suele utilizar gomas.

La postura habitual

■ Agachado y y oprimiendo el brazo con sus rodillas, Manzano acierta con la vena para extraerse unos pocos mililitros de sangre.

Extrae capilares

■ Acto seguido, saca de la centrifugadora la funda donde guarda los finísimos tubos de cristal llamados capilares, básicos en todo este complejo proceso.



Así es la escala de la máquina

■ Antes de que la centrifugadora se cierre y entre en funcionamiento, el ciclista comprueba que los tubitos con la sangre están bien colocados.

Rotación de cuatro minutos

■ Acto seguido, la máquina entra en rotación durante cuatro minutos. Entonces, la sangre se comprime y da los valores auténticos de hematocrito.

Medición de los valores

■ A continuación, Manzano comprueba los valores de hematocrito utilizando una hoja para comprobar la escala. En esta prueba, el ciclista da 46 de hematocrito. Es apto.

Fue el 25 de julio, creo. Yo bajo a Valencia, duermo en un hotel, la gente del equipo ya me dijo que había un problema en el Tour y que ese problema afectaba también al equipo, que era el caso de un positivo, que a mí ni me va ni me viene. Yo no tengo que juzgar a nadie. Yo bajé en un tren de Atocha a Valencia, estuve en un hotel, al lado de la calle Linares, que pagué yo. Y allí vino un señor con una motillo, que se supone que era el ayudante del médico, con una carterilla que llevaba entre las piernas y resulta que **subo arriba y me dicen: "Mira, ésta es tu bolsa de sangre", pero allí no ponía Manzano en ningún lado,** ni pruebas cruzadas ni pruebas de nada. Podía ser la sangre de Pepito Flores.

Allí lo preparan, lo cuelgan en un pie, me siento en una camilla, mi novia estaba en la sala de espera, te estoy hablando de julio en Valencia, qué calor hacía, y me empiezan a poner dicha bolsa y **cuando llevaba 125 ml de la sangre, me empiezo a encontrar muy, muy, muy, muy mal. Con escalofríos, con tiritera,** a mí me echaban mantas y yo tenía más frío que si estuviera en el Polo Norte.

Si me meten medio litro vuelvo en una caja de pino. Me metieron entre 125-175 ml y si con eso te pasa esto, si me llego a meter la bolsa entera ¿qué me hubiera llegado a pasar? Por lo que tengo yo entendido, esa bolsa estuvo en el Tour, en mala conservación, y el médico le dijo a mi novia que había estado un poco despistado. Fíjate, despistado, es que estamos hablando de la vida de una persona. **Yo estaba jodido, con mucho frío, me dan la vuelta allí como si fuera un perro y me pinchan Urbasón,** que es un corticoide para problemas alérgicos, inflamaciones e intoxicaciones, pero no se crean que me pinchó una ampolla, me pinchó dos cajas. Yo hablé con mi familia. Hablé con mi madre y se lo expliqué, y mi madre se iba a bajar expresamente en un taxi. Yo estaba muy jodido, pero el médico no me dejaba ir a un hospital en ese momento.

Un drama en el tren
"Este chico se muere', dijo un señor"

Me encuentro muy mal, consigo irme, me monto en un taxi para llegar a la estación de Valencia y **cómo me vería el taxista que me preguntó que a qué hospital iba.** Mi madre llamó al gerente para saber qué estaba pasando. Y lo que estaba pasando eran negligencias médicas, todos los días averías. Eso no son indisciplinas ni son faltas graves, que quede claro. Entonces yo estaba en la estación y para qué te voy a engañar, con frío, arropado como podía, porque tenía frío. Entonces pedí a la gente que me dejara pasar, porque había cola en los billetes. Entré al tren, iba en clase preferente, y ahí sentí muchísimo calor. Vino mi novia y preguntó si podía quitar el aire acondicionado. Y le preguntaron a mi novia que si podría aguantar hasta Madrid.

El revisor del tren decidió quitar el aire acondicionado. Aún así le pedí una manta, pero no tenían. **Había un señor delante que decía: "Este muchacho no aguanta, este muchacho se muere".** El tren no arrancaba si yo no me bajaba. El mánager del equipo debió llamar al médico y éste vino. **Me sacó a hombros del tren y me llevaron otra vez a la clínica.** Y me empezaron a poner más Urbasón.

Luego el médico se fue de Valencia, porque tenía que ir a un contraanálisis a Francia. Lo normal es que me avisara que había ese problema, que había pasado eso con un compañero. Luego fui otra vez al mismo hotel y estuve toda la noche jodido, jodido, jodido... **No podía dormir, con angustia, con malestar y con sueño. Y fíjate cómo estaría, que mi madre se quería venir conmigo.**

De la clínica había salido la primera vez sobre las cuatro y media y hasta las nueve y media de la noche, más o menos, no podía ni hablar. **Yo me acuerdo que andaba y me caía, no me podía ni levantar.** Al día siguiente me quedé allí y luego resulta que me dijo el médico que tenía gripe. Yo he pasado gripes y nunca he estado tan mal. Me llamó el director y me dijo que no se lo contara a nadie del equipo. ¿Cómo no lo iba a contar a nadie del equipo?, ¿para qué, para que le pudiera pasar lo mismo a otro?

Máquina que vale 1.800 euros

■ La centrifugadora que tiene Jesús Manzano es del modelo Compur-Microspin, de la firma Bayer y fabricada en Irlanda. Se la vendió un médico por unos 1.800 euros (alrededor de 300.000 de las antiguas pesetas). Esta máquina sólo mide hematocrito, pero también las hay más sofisticadas que miden los valores de hemoglobina. Funciona con seis pilas LR14 (de las grandes) y también enchufada a la red. En los cuatro minutos que rota, para hacer su trabajo, hace un peculiar zumbido que se parece al de las aspiradoras.

REPORTAJE GRAFICO
JESÚS RUBIO

ASÍ SE DOPA UN CICLISTA CAPÍTULO II **Jesús Manzano** continúa su escalofriante testimonio de denuncia sobre prácticas dopantes, tras un primer capítulo que ayer impactó al mundo deporte. El madrileño de **Zarzalejo** relata principalmente el uso regular de la hormona del crecimiento, incluso durante las carreras, y de la **EPO,** sólo en entrenamientos.

"Hay barra libre con la hormona del crecimiento"

J. GUTIÉRREZ / LA TRANSCRIPCIÓN

¿Por qué nadie del Kelme acabó la Vuelta a Portugal? ¿Cómo se usa la EPO? ¿Cómo se burla a un vampiro? Manzano lo cuenta todo

La hormona del crecimiento se utiliza a patadas, tanto en competición como durante los periodos de entrenamiento, y no se está detectando en los controles". Jesús Manzano explica así el uso de esta sustancia, todavía invisible para los análisis antidopaje. Antes de entrar en esta materia, el madrileño de Zarzalejo relata por qué ningún miembro del equipo Kelme terminó la Vuelta a Portugal del año pasado. En su caso se debió precisamente a una mala reacción ante una dosis de hormonas, en concreto de Genotonorm.

Vuelta a Portugal

"Se retiraron por miedo a un positivo"

A los pocos días de salir medio muerto de aquel tren de Valencia empezó la Vuelta a Portugal del año pasado. Me mandaron para allá y me fui a correr, claro. Ya es conocido el desastre que hubo en aquella carrera, donde no terminamos ningún corredor del equipo. En la primera retirada yo no me tuve que marchar, porque no tenía ningún problema para pasar los controles, después de lo que me había pasado recientemente en Valencia.

No seguía de momento ningún tratamiento, aunque casi todos mis compañeros tuvieron que abandonar. Sólo quedamos tres. Creo que se hizo un pacto entre algunos corredores, porque **después de lo que pasó en el Tour, que hubo un positivo, no sé si algunos de mis compañeros tenían miedo.** Por cierto, de ese positivo yo no me enteré hasta Valencia y allí todavía se me seguía ocultando.

Entonces me mandaron dos cacharros de somatropina al hotel y yo seguí corriendo, pero este tratamiento no venía de la doctora que estaba allí, sino de otro médico. Después de lo que había pasado, todavía seguía, para él no era tan grave. Entonces se hizo una reunión y todos se retiran. Nosotros llamamos al jefe médico del equipo y no se le localizaba, aunque finalmente sí se le localizó. Hubo gente que decidió retirarse por su cuenta, no sé si por miedo o qué. Yo, como no tenía nada que esconder, seguí...

La somatropina recombinante es la hormona de crecimiento, que se utiliza a patadas y no se está detectando en los controles. Hay barra libre para usarla.

Puede ser **Humatrope** o **Norditropin,** que es una hormona que es igual, pero ésta procede de Dinamarca. Luego está el **Genotonorm** y otras muchísimas más. También se están utilizando hormonas que vienen a la vez mezcladas con insulina, como es el caso de la **IGF1,** que la hay para animales, para veinte mil cosas. Todas son hormonas de crecimiento, hay un montón porque cada laboratorio tiene sus marcas. Genotonorm, por ejemplo, está en el argot ciclista y **se llama rotulador.**

Yo sigo las instrucciones y utilizo estas hormonas concretamente el Genotonorm, una vez que ya sólo quedábamos tres corredores. Esto se pone después de cenar. **Al día siguiente ya no me encontraba bien por la mañana, cuando estuve calentando. Tenía vómitos, con diarrea y urticaria.** Durante la noche no había tenido nada, me empezó el malestar por la mañana. Y a mitad de etapa, hacía también bastante calor, **me tuve que retirar y devolví algo en la cuneta.**

Cuando los corredores llegamos a la meta se hizo una reunión en la que se decidió que el equipo se vuelve para España. Pasando la frontera me llama el director y me cuenta que ha hablado con el patrón y que le ha dicho que no estoy sacando punta al lapicero. Eso quería decir que yo no estaba andando y que me habían subido el contrato. Por cierto, que salgan las cifras: cobraba seis millones de pesetas y después de la Vuelta 2002 me subieron dos millones más.

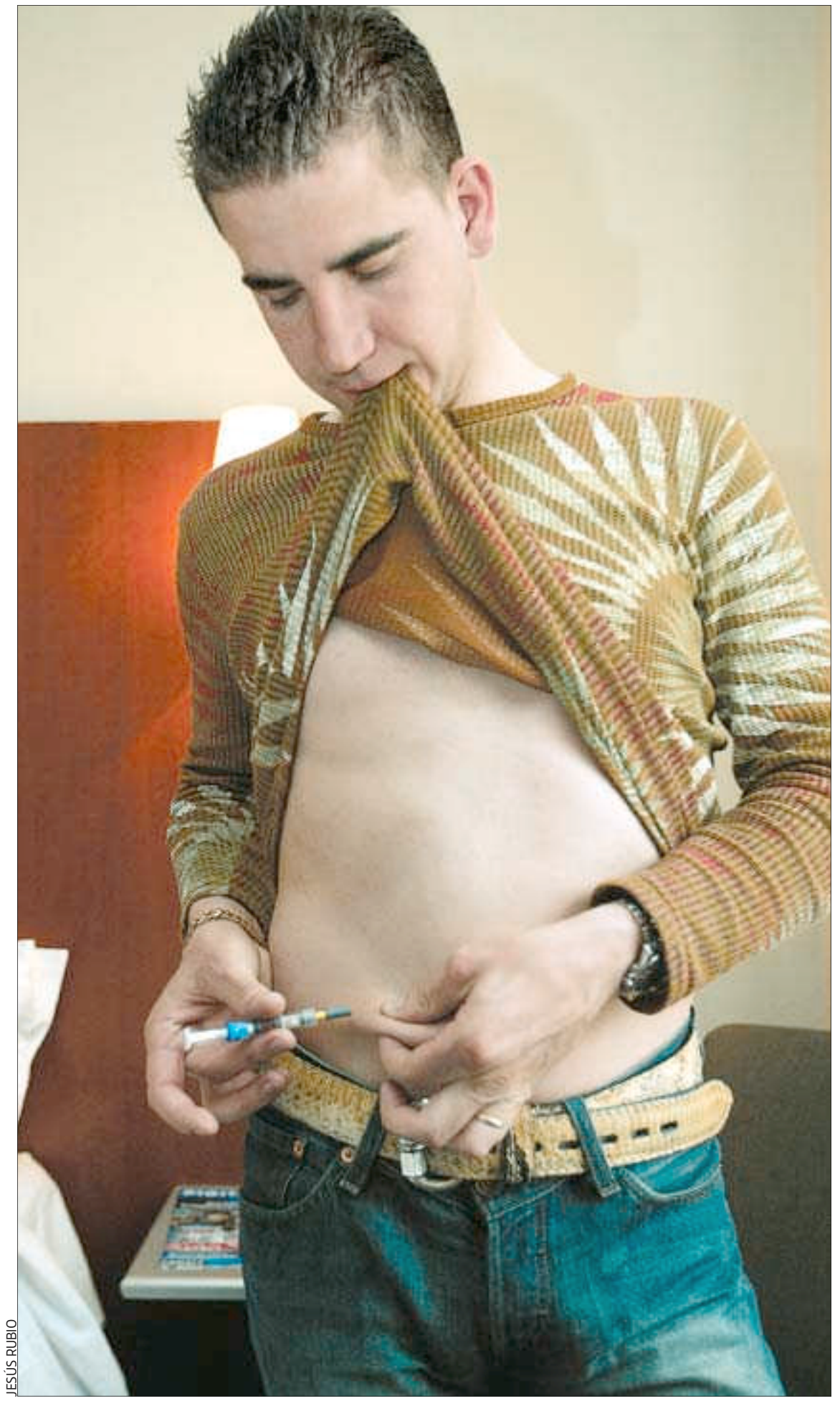
Pues yo sigo las pautas de un médico, que yo no me automedico como dicen, esos están muy confundidos... ¿Para qué me voy a automedicar, para qué me voy a gastar dinero? **Estos productos son muy caros. Una caja de Humatrope cuesta 60.000 pesetas; una de Norditropin te vale 50.000; un IGF, 90.000...**

Me echa la bronca el director y le digo que si tienen algún problema, que se puede arreglar. Me dice que me aprecia y yo le respondo que si me apreciara no me hablaría así. Y también dice: "¿No son faltas graves lo que está pasando?". Que una persona juzgue quién es el bueno y quién es el malo.

Hormona del crecimiento

"Se usa a patadas y no se detecta"

En el argot ciclista, la hormona del crecimiento se llama rotuladores y a la EPO la denominamos Pelas. La hormona se aplica en días alternos, dependiendo de las unidades y de la cantidad. **No se pueden poner todos los días, porque esto no son como avellanas. Esto hincha y bloquea.** Vas con mucha fuerza, pero no la desarrollas.



JESÚS RUBIO

SIMULACRO. *Jesús Manzano explica cómo y dónde se aplica la hormona del crecimiento.*

“Sólo no me gusta que no salen las cortinas”

■ **Jesús Manzano** y su novia, **Marina,** se levantaron ayer en torno a las nueve. Una hora después, ya tenían en sus manos el **AS** con su primer testimonio. Los dos leyeron las confesiones sin desdecirse. Al revés. “Tenemos que seguir, porque hay que terminar con todo esto. No quiero que a nadie le pase lo mismo que a mí”, comentó el de **Zarzalejo.**

Sólo **Marina** se mostró disgustada, pero no por el contenido. “Os dije que no hiciérais las fotos antes de que pusiera las cortinas”, se quejó la novia de **Manzano.** Las imágenes se tomaron la madrugada del martes, justo tras llegar de un viaje de casi cinco días. **Marina** había lavado la cortinas, pero no le dio tiempo a plancharlas y corgarlas antes de que **Jesús Rubio** disparara su cámara.

DR. JOSÉ GONZÁLEZ

El juramento hipocrático

A cabo de terminar la consulta. Me siento en mi despacho y vuelvo a ojear la Prensa. Leo. Miro. Observo. Me cuesta seguir leyendo. La incredulidad se apodera de mi pensamiento. Suena el teléfono y me despierta de mi letargo. Sigo leyendo. Paro. Pienso. Medito. Por mi mente revolotea una pregunta: ¿Es posible que existan médicos que realicen las prácticas que se describen en la entrevista del ciclista **Manzano**?

Miro al frente y veo colgado en la pared el juramento hipocrático. Lo vuelvo a releer una vez más. ¿Cómo es posible que un médico haga añicos este juramento? ¿Cómo es posible que en los tiempos actuales estos médicos campen a sus anchas con prácticas médicas tercermundistas, con alto riesgo para la salud de los deportistas, sin que nadie sea capaz de llamarles al orden? Pues sí, es posible. Y todos lo sabemos. ¿Todos? **Consejo Superior de Deportes** y **Colegio de Médicos**: ¡hagan algo al respecto! Mil veces he dicho y seguiré diciendo que el deportista es el más castigado, a la vez que el más inocente. ¿Por qué no se investiga de una vez en serio las prácticas médicas de estos llamados ‘médicos’ que desprecian el juramento hipocrático?

Cierro los ojos y quiero pensar que lo que estoy leyendo en el **Diario AS** no es verdad, que simplemente es otra pesadilla, otro sueño irreal.

El doctor José González es presidente de la Asociación Española de Médicos de Equipos de Fútbol.

Entonces hay que poner las dosis cuando te va faltando la fuerza. Se suele aplicar un día sí y otro no, pero muy poquito y durante los periodos de competición o entrenamientos duros. **Lo utilizas antes de las etapas de montaña o largas, pero muy poquito.** Esto queda en el cuerpo, no se va de un día para otro. **Antes de empezar una vuelta grande se hace un tratamiento de varios días alternos de diez o quince cacharros.** Hay a gente que le sienta bien y a otra mal. Entonces se termina el tratamiento, se empieza a sudar... Ya vas cogiendo, pero esto te bloquea, no puedes ir con agilidad en la bicicleta. **Luego, cuando te van faltando fuerzas en la carrera, te vas poniendo durante la competición pequeñas dosis,** unos 0,4 miligramos.

También hay rotuladores de 1,4 ml de Genotonorm; de 1,33 de Humatrope... El Norditropin es un envase con cilindros de cristal, en el que vienen 45 unidades y **te tienes que poner en una jeringuilla de insulina de dos a tres rayitas.** Varía también en cada persona. Se suelen utilizar todas las marcas, dependiendo del mercado, porque no sé dónde lo comprarán. **Se supone que esto lo tiene el jefe de médicos y se aplica gratuitamente, sólo que a unos les darán más y a otros, menos.**

Estos son productos hospitalarios. **Si vas a diez farmacias, por ejemplo, estoy seguro que no nos los venderían en ninguna.** Hace falta una receta especial. **No sé si se conseguirán en el mercado negro, o con recetas falsas,** algo que creo que es muy difícil, porque luego Sanidad, en sus inspecciones, se las exige a las farmacias. No es lo mismo que una farmacia venda aspirinas que hormonas del crecimiento. Esto no se consigue aquí, estoy hablando de productos de importación.

Por ejemplo, la IGF es de Australia. Es un bote tan pequeño que parece que te están tomando el pelo, porque son micropartículas. No se puede agitar porque se rompen las microparticulas. O se va a comprarla a Australia o se consigue en el mercado negro.

Precios de las hormonas “Llegan a costar hasta 540 euros”

No sé a cuánto anda el precio en el mercado negro, pero la **IGF,** que son 1.000 microgramos, he oído que vale las **540 euros.** Una caja de **Humatrope,** de 72 unidades, cuesta **360;** el **Norditropin** está en torno a los **300 euros;** el **Genotonorm,** que vienen en seis rotuladores de 0,4 miligramos, te vale **casi 300 euros,** pero si es de 1,4, entonces asciende a **480 o así.**

Los rotuladores de la Vuelta a Portugal tenían un color raro y esto tiene que estar nítido. Lo tengo aquí guardado con este color opaco, amarillento. **Aunque yo sea de pueblo, si me pongo uno y me sienta mal no voy a ser tan tonto de ponerme otro.** Esto va enroscado, lleva líquido en un lado y polvo en el otro, lleva una goma que es para separar y cuando se junta, esto prensa el líquido para que se mezcle con el polvo.

Pasa a la siguiente página

LA CARA SINIESTRA DEL CICLISMO

"Te inyectas la EPO casi todos los días"

Antes de la Vuelta a España del año pasado nos concentramos en un pueblo llamado Alcalá de la Selva, en Valdelinares. Nos entrenamos bastante y, aunque en principio iba a ir a esta carrera, había que ganarse la plaza. En la concentración andaba mucho, como el que más. Luego en la Vuelta ya fue otra cosa, pero... **Estábamos a más de 1.000 metros y dicen que te sube el hematocrito, pero yo en mi vida he hecho una verdadera concentración en altura.**

Si estás en 46 por ciento de hematocrito, porque estés quince días en altura no te va a subir al 50%. **Se hace para estar fuera, quizá para disimular. La gente siempre ha tenido miedo escénico, pánico a controles por sorpresa en casa.** Mejor estar de viaje.

Si un corredor se está preparando para una gran vuelta se está poniendo EPO, hormona, algunas cosas, la estás preparando y tienes miedo a los controles. Si das positivo te mandan dos años a la calle. Se habló en su día de un tipo de EPO que no daba positivo, pero nadie la ha visto, no la conozco.

Yo conozco el Eprex, el Neorecormon, el Epocrin, que es EPO rusa. También la hay española, una mexicana que se llama **Epomax.** Para llegar a las carreras te preparas con esto. La EPO se utiliza en ciertos periodos, dependiendo de los picos de forma. Todo el año no puedes estar a tope, porque no sólo porque tengas unos valores altos andas bien. **Yo dejaba de tomarla 15 días antes de una prueba, no apuraba más para no jugármela.**

Se pone de 4.000 en 4.000. **Si quieres que el tratamiento te suba muy rápido todo se pone por vía intravenosa, lo que te dispara el hematocrito; pero si quieres que te dure más, se inyecta por vía subcutánea.** En la sangre hace el efecto antes. La EPO estimula la médula ósea y multiplica los glóbulos rojos. Depende de cada corredor. Yo ahora hace tiempo que no he entrenado y puedo tener un hematocrito de 46%, como di el otro día en este reportaje, pero si me entreno cien kilómetros diarios, me quedaría en 42%.

Por eso, no es lo mismo que una persona tenga 48% naturalmente, porque en ese caso sólo podría subir dos puntos mientras que yo podría subir ocho, hasta 50. Las hay de muchas clases, de muchas unidades, desde dos mil hasta diez mil, e incluso de uso hospitalario que llega a tener 40.000 unidades en un mililitro, que es un vial.

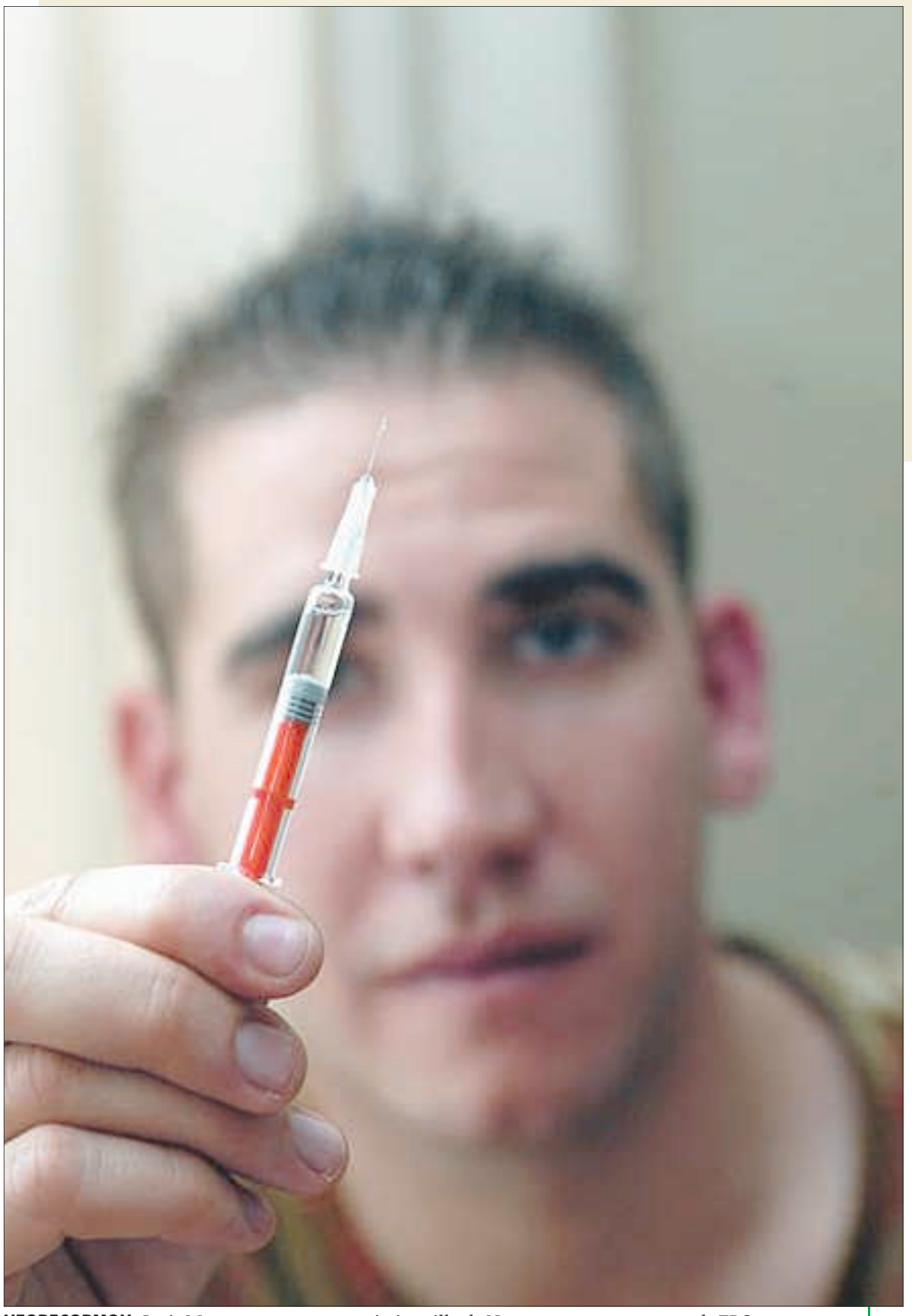
Por ejemplo, **yo solía meterme cuatro mil, pero si no tienes tiempo te metes ocho mil unidades en un día, aunque no puedes hacerlo de golpe,** porque te puede dar cualquier cosa. Entonces repartes cuatro mil por la mañana y otro tanto por la tarde.

Distintos tipos de EPO

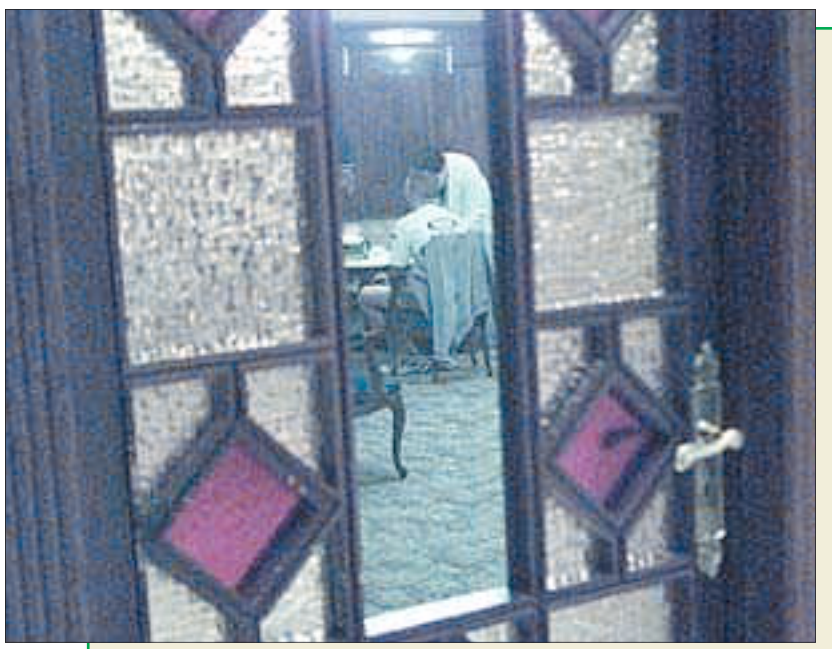
"Los ciclistas somos muy burros"

Cuando te estás entrenando para preparar una gran vuelta te sueles inyectar EPO casi todos los días. Con la EPO rusa necesitas meterte un montón de viales para que te suba dos puntos el hematocrito. La Epoetina Alfa, que se comercializa como Eprex, es un producto hospitalario, no se puede comprar en una farmacia. Como el resto. **En el argot se llaman pelas. Por eso te dicen: "Ponte cuatro mil pelas", que sería una de 4.000 unidades.**

La **Darbepoetina Alfa** es una variante de la EPO, es **Aranesp,** EPO de larga duración. **Eso ya no se usa porque da positivo, aunque hay algunos tan brutos que siguieron utilizándola.** Yo, ni la he usado ni la he conocido. **Los ciclistas también hemos sido muy burros, porque nos hemos topado no dos veces, sino hasta ocho veces con la misma piedra.**



NEORECORMON. *Jesús Manzano muestra una jeringuilla de Neorecormon, una marca de EPO.*



La visita de los vampiros

■ Esta imagen corresponde a una Vuelta a España y muestra el momento en el que un ciclista se somete a la extracción de sangre de un vampiro. Jesús Manzano asegura que existen métodos para burlar a estos inspectores de la UCI, con sueros, aspirinas y albúmina humana.

Para las transfusiones

"He llegado a un máximo de 56%"

La EPO debe estar conservada entre dos y ocho grados centígrados, **en la nevera y protegida de la luz.** Lo tienes que tener dentro de su caja o protegido con papel de aluminio. Esto lleva un código y se puede saber de qué farmacia ha salido.

Se utiliza para el cansancio, te crea menos fatiga, oxigena la sangre... Mejora la calidad de los entrenamientos, puedes entrenar más volumen y el cuerpo aguanta más. Este no es un tratamiento de hoy para mañana, sino que es muy largo y también dura mucho.

Cuando llegas a una carrera, estás quizá con el hematocrito al 50% y a la semana y media te has puesto ya en 45 o 46. **Si esto no se usara, después de las palizas que nos damos, en cuánto te descuidaras estarías medio muerto, en 37 de hematocrito.**

Luego están **las transfusiones.** Para sacarte sangre tienes que estar por encima del valor que te permite el reglamento antidopaje de la UCI, estar en 54, 55 o 56 por ciento. Automáticamente coges y te extraes un litro. Una bolsa de sangre te puede bajar dos puntos y medio o tres. **Lo máximo que he llegado a tener es 56 y en ese momento me acojoné.** Estaba fuera, tenía un teléfono y **cada dos horas ponía la alarma,** tomé un montón de aspirinas, que dicen que diluye la sangre.

LA CARA SINIESTRA DEL CICLISMO

Entrenamiento
"Si un corredor está preparando una gran vuelta, se está poniendo EPO, hormona, algunas cosas..."

Efectividad
"Para que el tratamiento te suba muy rápido, todo se pone por vía intravenosa, lo que dispara el hematocrito"

Características
"La EPO debe conservarse entre dos y ocho grados. Se utiliza para el cansancio, te crea menos fatiga..."

Justificación
"Si no fuera por todo esto, no creo que en las grandes vueltas se lograra una media de 41 km/h"

Una caja en la que vienen seis jeringas de diez mil unidades, que serían en total **60.000 unidades,** ronda los **590 euros.** Una de 4.000 unidades por seis, **24.000 unidades** en total, serían unos **300 euros.** Una de **12.000 mil** anda en torno a los **180 euros. Una vial de 40.000** unidades estaría en torno a los **450 euros...**

Si no fuera por todo esto, no creo que en las grandes vueltas se lograra una media de 41 km/h. Esto se nota más en las vueltas largas, porque en una de cinco días a lo mejor se podía pasar sin ello. Por eso se cambia a veces mucho la planificación de la temporada, porque como tienes que dejar de tomártelo quince días antes de la competición... Varía mucho, el corredor actual no puede seguir un calendario estricto.

Burlar a los 'vampiros'
"Se hace con sueros y albúmina"

Actualmente no es difícil burlar a los vampiros de la UCI. Tienes un tiempo muerto de media hora desde que te avisan los inspectores médicos, porque **primero bajan a hacerse los controles los corredores que sepan que tienen los valores más bajos. Es una práctica para ganar tiempo.** Los médicos están siempre preparados. Automáticamente el resto de ciclistas, **los que tienen los valores más elevados, se meten albúmina humana, suero glucosado y bajan a hacerse el control los últimos.**

La **albúmina** es una especie de suero, que **hace que la sangre se diluya,** que tenga más volumen de líquido que de hematíes. Este también es un producto caro, que vale unos 120 euros. Lo hay al 15, al 20, al 30%...

También está **el suero Hemoce,** de laboratorios Aventis. Este suero es más caro y no te deja hinchado, porque, claro, te has metido mucho líquido dentro del cuerpo. En un control, **tomando aspirinas, albúmina y suero se pueden bajar cuatro puntos en el índice del hematocrito.** Si estás en 50, el límite permitido, te puedes quedar en 45. Para eso tienes la media hora de que hablaba antes, entre que baja tu primer compañero y luego bajas tú.

Esto se mete con una jeringuilla por un lado y el suero por el otro, e incluso con jeringuillas gordas, de esas que usan los veterinarios. Se coge una palometa de 19, que se pone en la vena y tiene una especia de canutillo, y se van cargando y vaciando jeringas. **Hacen falta varias personas para esta operación.** Luego se suda ese agua que acumula el cuerpo, pero **el día que vienen los vampiros se pasa de perros en la etapa,** porque imaginaros lo que es ir con un litro de líquido metido y la que se puede montar.

Si vienen en un día con etapa de montaña, ahí puede haber muchos disgustos. Como el día de la Vuelta a España que salimos de Valencia y llegamos a Cuenca. No era una etapa peligrosa, pero si llega a ser de montaña, ojo al que le toque, porque pueden ocurrir cosas muy gordas, por eso la UCI no actúa bien en este asunto. **Si en lugar de venir por la mañana lo hicieran a las siete de la tarde y en lugar de media hora dieran cinco minutos caerían todos,** con análisis de orina o de lo que fuera.

La hormona masculina
"Se usa para no abusar de la cortisona"

Luego también hay otras sustancias que se utilizan como la **HMG,** que es un estimulante. Es una hormona masculina y la caja vale **11.000 pesetas.** Son dos viales y se mezclan. **Uno se divide en cinco partes y lo demás se congela para no tirarlo.**

Es decir, un mililitro se divide en cinco partes y normalmente se pone en carrera. **Lo que hacemos es combinarlo con otros productos, porque si te falta fuerza no puedes estar todo el día inyectándote cortisona,** porque la cortisona se tiene que marcar en la cartilla sanitaria por prescripción médica, bien como tratamiento de alguna alergia, bien por alguna lesión...

Un avance de la cortisona
"Te quita el dolor y te da fuerza"

De la cortisona ya hablaremos más extendidamente en otro capítulo, pero puedo adelantar que hay varios productos, como **el Trigón, el Celestone, el Nuvacten...** La cortisona **en el argot ciclista se llama tapa verde.** Luego está también **el Synacthene, que es un corticoide francés de corteza cerebral.** Se combinan varias cosas.

La cortisona **te quita el dolor de las piernas, la fatiga y te da mucha fuerza.** Luego también tiene algunas contraindicaciones que hay que vigilar, porque con mucha cortisona el hematocrito no te baja.

Luego también se puede tomar el **Geref,** que es un cofactor, un estimulante. **Es algo parecido a una hormona de crecimiento, pero en derivados.** También podríamos hablar del **Neofertinon,** que también es un cofactor que **utilizan las mujeres para cuando se quieren quedar embarazadas.**

Y también luego está la **testosterona,** que se pone en unos parches de **Androgel;** la **nandrolona** para el invierno, la **hemoglobina sintética,** el **Actovegin...** Hay muchas cosas que explicar, pero ya lo haremos en los próximos días.

Hormonas del crecimiento, EPO, testosterona, corticoides, sueros...

■ Jesús Manzano ha mostrado a AS, para un reportaje fotográfico, varios de los medicamentos que conserva en su casa desde la temporada pasada, cuando todavía estaba en activo. Hay que puntualizar que dentro de este arsenal no todos son productos prohibidos. Se trata, sencillamente, de poner un ejemplo de lo que puede portar un corredor.

En la imagen se pueden ver jeringas (las azules) de la hormona de crecimiento Genotonorm; además de otros dos tipos de EPO: la azul más clara y blanca es Eprex (Epoetina alfa), mientras que la roja es Neorecormon. En la mesa también se puede encontrar, a la izquierda, un parche de Androgel, que es testosterona y se aplica directamente en el cuerpo durante dos horas, normalmente a la hora de la cena. Los supositorios de la derecha, sin marca, también son testosterona.
Luego también hay corticoides: la popular marca Urbason, una pomada francesa, un inhalador de Ventolín... El bote de la derecha es albúmina humana, que se usa para bajar el nivel de hematocrito.

REPORTAJE GRAFICO
JESÚS RUBIO

ASÍ SE DOPA UN CICLISTA CAPÍTULO III El descorazonador relato de **Jesús Manzano** alcanza dosis espeluznantes cuando explica que ha utilizado productos veterinarios para animales anémicos, como ciertas hemoglobinas sintéticas. Luego hay otros medicamentos como el **Actovegin,** compuesto de plasma de ternera. El mundo animal en el ciclismo.

"Me dieron una hemoglobina para animales"

JUAN GUTIÉRREZ
LA TRANSCRIPCIÓN

Nandrolona en invierno, testosterona en la cena, cortisona por prescripción médica... Jesús Manzano sigue desgranando secretos

La **hemoglobina** tiene varias marcas: **Oxiglobin,** de los laboratorios **Biopure,** es para animales y hay otro laboratorio, que es **Hemopure,** que tiene hemoglina para personas, aunque no sé cómo se llama. **Yo sólo conozco la Oxiglobin, que es la de animales.** Yo creo que es un producto que no se comercializa en España, que es extranjero.

En Estados Unidos, y creo que en Francia, se vende en farmacias, pero debería confirmarlo por internet. **Esto se pone en una bolsa con 120 miligramos, se divide en 60 y 60, es color sangre, muy oscura, y se pone por peso.**

Oxiglobin
"Se usa para perros con anemia"

Lo que pasa con esto es que **te puede sentar bien o te puede sentar mal, porque estamos hablando de una cosa de animales.** Tú no le puedes poner a una persona toda la bolsa, tendrías que calcular lo que equivaldría según el peso. **Se usa para perros que tienen anemia y cosas así.**

Esto lo he tomado dos veces, ambas en la temporada 2003. **Una vez fue en el Campeonato de España de contrarreloj de Madrid y la otra en el pasado Tour, aquel día que terminé perdiendo el conocimiento y retirándome.** Fue por la mañana, lo tomé dos o tres horas antes para que hiciera efecto. **Esto lo que te hace es que aunque tengas el hematocrito muy, muy bajo; la hemoglobina está muy, muy alta.** El límite de la UCI es de 17.

La hemoglobina alta antes se detectaba, pero yo no sé... No sé si lo dicen para acojonar a los médicos y a toda esta gente, diciendo que se detecte o no se detecte. No hay que ser tonto y es de cajón. **Vengan los vampiros o no vengan por la mañana, te ponen esto después y el efecto lo tienes a lo largo de la etapa. Luego, cuando tú vuelves, ya se ha gastado,** porque no es un producto de larga duración. Cuando tú montas en bici y estás a tope, se gasta. Vamos a imaginarnos, por ejemplo, una etapa de 180 kilómetros. **Vas a tope con el pulso.**

Todas estas hemoglobinas son sintéticas. Esta viene en una bolsa como si fuesen aminoácidos, plateada, con su nombre. Ya no sé si se comprará en farmacias o no, pero tiene que ser un producto caro, o eso creo.

Tras los registros de San Remo del Giro de Italia de 2001 **se habló de un producto de nombre Hemassit, pero eso no lo conozco.** Habrá más hemoglobinas, claro. Yo no me meto en eso. Dios quiera que aquel corredor tenga una gran temporada, porque es un buen corredor. Pues has visto, si eso me hubiera pasado a mí, estaba en la puñetera calle. Para que tú veas como se trata a un crack y a un pobre obrero ¿comprendes lo que digo? Pero yo el Hemassit no lo conozco. Pero sí, por ejemplo, el Hemopure, ya sea francés o estadounidense.

Actovegin
"Es plasma de ternera joven"

Luego he utilizado el producto **Actovegin,** que es plasma de ternera joven. Es un producto alemán y muy caro, pero no conozco el precio. En el argot ciclista se llama gas bus. **Es un producto que oxigena más la sangre y es indetectable. Su efecto es de un día.** Para una etapa que sea complicada se pone. Por ejemplo para una crono. En una etapa difícil, el cuerpo oxigena más.

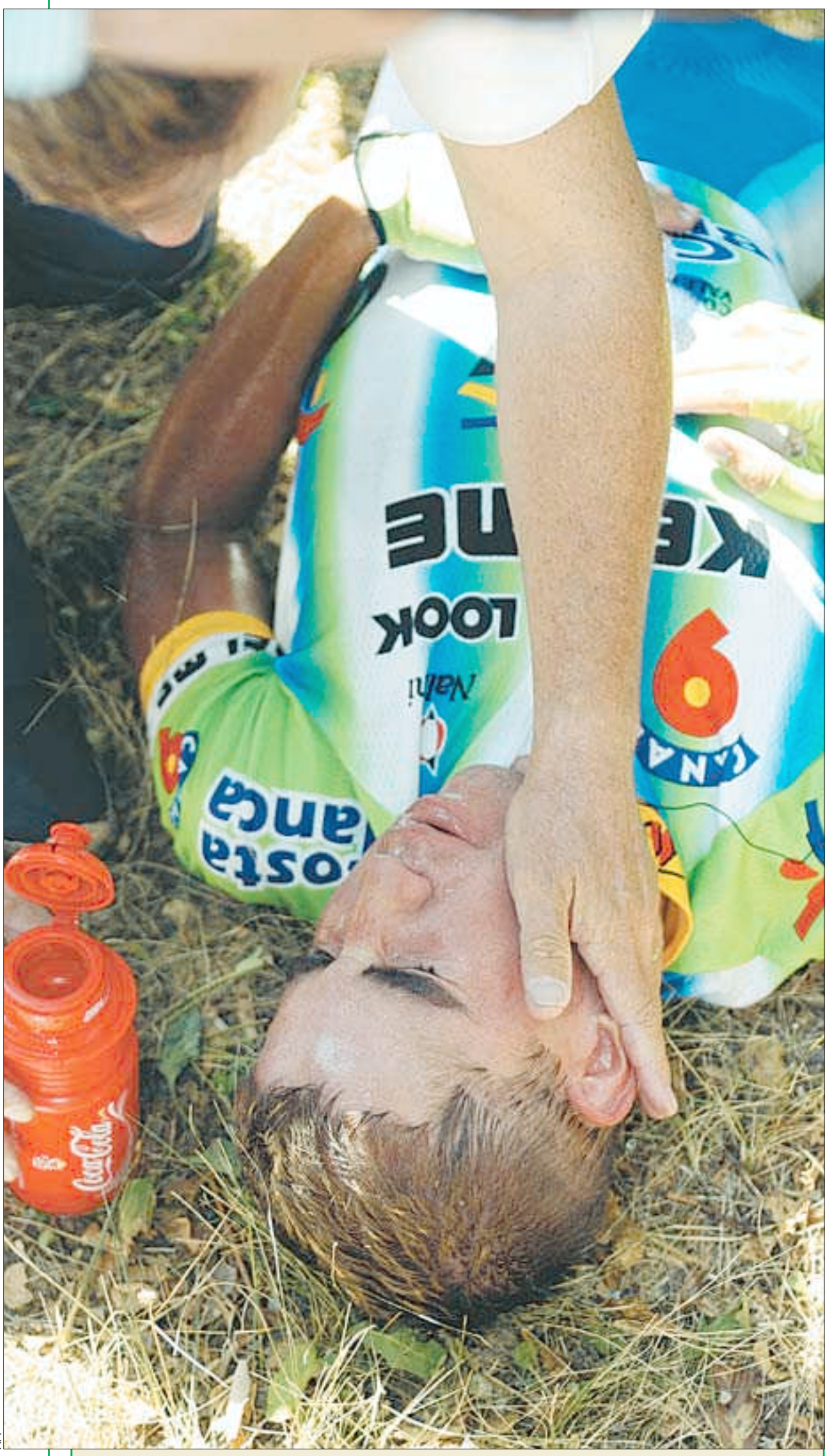
Esto es como una moto de 500cc, la trucas, la pones un carburador y tienes más gas. Son unas ampollas de cristal, que no se ponen enteras. **Si es una jeringuilla de 20, se pone 10 de Actovegin y 10 de suero. Se inyecta en la vena.**

En las cronos cortas se pone por la mañana y en las etapas complicadas, cuando uno va a tener guerra, se inyecta el día anterior. **En concreto para una contrarreloj se combina gas bus, bicarbonato, ácido láctico, Cafeín, una marca de cafeína que se inyecta en el culo y que, por cierto, duele un huevo.** Dice la gente que si no es cafeína, no duele.

Método para enmascarar
"Granos para deteriorar la orina"

Otra cosa que parece que hay por ahí **son unos polvos o unos granos, algo así, que deterioran la orina, pero yo no los he llegado a ver** y tampoco sé cómo se utilizan.

Luego hay otros temas de los que he oído hablar en el pelotón como son **los PFC,** pero estos tampoco los conozco. Creo que el Tour tenía puesto un control, en el que me parece que **se soplaba en una bolsa** y era perfluorocarbono o algo así. Pero, ya te digo, que ni lo conozco ni lo he utilizado. Y no sé si es peligroso o qué, porque yo no lo he usado.



AFP

Manzano cayó fulminado en la séptima etapa del Tour tras tomar oxiglobin

■ "Empiezo a tener sensaciones de mareo, con mucho calor, y sudores fríos. Me mareé y ya no me acuerdo de más". Este extracto pertenece al primer capítulo del relato de **Jesús Manzano** en **AS.** Entonces explicaba su dramática retirada del **Tour de Francia 2003,** pero sin citar el nombre del producto utilizado. Hoy, en la tercera entrega, ya lo desvela: **Oxiglobin,** una hemoglobina sintética de uso veterinario. Aquello sucedió el 12 de julio, en la séptima etapa, primera de gran montaña, entre **Lyon** y **Morzine Avoriaz.**

Sobre el km 50, en el **Col de Portes,** primera cota del día, **Manzano** arrancó para intentar enlazar con otra fuga. Tras él se marchó **Richard Virenque,** posterior vencedor de la etapa y maillot amarillo. El francés no le dio relevos, porque tenía escapado a **Paolo Bettini** por delante. Tras trazar una curva, el madrileño se tambaleó, ante el asombro de **Virenque,** y cayó fulminado al suelo. El ciclista de **Zarzalejo** tuvo que ser evacuado de urgencia en una ambulancia. Al terminar la etapa, los responsables del equipo **Kelme** argumentaron que posiblemente había sido "un golpe de calor".

DR. JOSÉ GONZÁLEZ

Incredulidad médica

Los médicos estamos con **Manzano**. Pocas noticias peridísticas del mundo del deporte tienen la repercusión social que están teniendo las revelaciones de nuestro admirado ciclista, incluso entre la clase médica. En los ambientes médicos el tema del día ha sido la perplejidad creada en torno a estas declaraciones.

Un compañero médico me llamaba por teléfono para preguntarme si yo daba credibilidad a esas declaraciones por que cuando él las estaba leyendo se le ponía la carne de gallina. Otras opiniones de diferentes médicos, tanto en el ámbito hospitalario como del deportivo, expresaban los mismos sentimientos de incredulidad y rechazo a esas prácticas médicas que atentan directamente contra la salud del deportista. Como médicos del deporte estamos sorprendidos de cómo un ciclista como Manzano tiene tantos conocimientos farmacológicos. Tanto la metódica de automedicación, como las técnicas de aplicación subcutánea e intravenosa, la dosificación milimétrica, la extracción de muestras para el autocontrol del hematocrito y el manejo del aparato han sido prescritos, enseñados y controlados por un médico.

Me alegra la iniciativa llevada a cabo por el **Consejo Superior de Deportes**. Ojalá llegue hasta el final. Contará con la colaboración de casi todos los que nos dedicamos a la medicina del deporte.

El doctor José González es presidente de la Asociación Española de Médicos de Equipos de Fútbol.

Yo he utilizado lo que a mí me han dado. Han dicho que yo me he automedicado, pero no he dado **ninguna vez positivo,** eso que quede claro. Ahí están los controles de la Federación Española y si tienen muestras guardadas, que las miren.

Nandrolona "Se usa en invierno en el gimnasio"

La nandrolona se comercializa como **Deca Durabolin,** que es un producto de Argentina, y Deca Durabolin normal, que procede de Grecia. Son de 200 miligramos, son inyectables, aunque también se pueden tomar en pastillas. Además, **muchas cosas en España de esas pastillas se hacen en laboratorios clandestinos... Pueden ser amarillas, blancas y rojas.**

Se dice que la nandrolona se pone en competición, durante la temporada, pero realmente **se utiliza en invierno.** Es para hacer el *planing* del gimnasio. **Tú estás trabajando en el gimnasio y te están poniendo nandrolona.**

Se aplica en el culo y se dice que en invierno se supone que el ciclista o el deportista está gordo. **Entonces se inyecta y si no llega directamente al músculo, o pincha en la piel o en la grasa, se queda ahí. Entonces, cuando tú estás afinando, la bolsa que se te ha formado en la cápsula, sale. Es en ese momento cuando das positivo.** Eso es porque se queda en el tejido y no va directamente al músculo.

Hay que darse cuenta también de que una vez inyectado se aprovecha mucho más. Porque si lo tomas en pastillas, aprovechas el 25%, inyectado es un 50% y en algunas un 100%.

La nandrolona se puede empezar a tomar en octubre, pero no se pone demasiado para montar en bici, porque te bloquea. Te baja mucha fuerza del desarrollo. Se usa más para el gimnasio. No está el cuerpo preparado. Se usa para la musculatura y para un montón de cosas más.

Antes de diciembre se deja de tomar. Pero eso va dependiendo de si empiezas la temporada antes o después. Si vas a correr el Tour, empiezas cuando el Giro, cuando no estás corriendo, porque luego **la nandrolona en pastillas, en diez días no das positivo.**

No tengo ni idea cuánto cuesta un tratamiento. Sí sé que **un bote de nandrolona viene a costarte las 4.000 ó 5.000 pesetas, de 50 u 80 pastillas.** No es caro. En pastillas no hace el mismo efecto que inyectado.

En los últimos tiempos ha habido **positivos en el fútbol con nandrolona.** Yo eso no lo entiendo, a no ser que haya casos de que el deportista esté gordo, no le llegue al músculo, se haga una cápsula entre la piel y luego dé positivo por eso.

En el ciclismo, en invierno se cogen kilos. A mí me llamaban cara pan. Yo he llegado a coger 15 kilos, pero no fue por la nandrolona. A uno le gusta comer y es normal cuando estás inactivo. Yo puedo hablar de mí, no de futbolistas o de otros ciclistas. Puedes tener un 11% de grasa y luego, cuando afinas, bajarlo a un 8, y un 8 está muy bien.

Pasa a la siguiente página

LA CARA SINIESTRA DEL CICLISMO

Atentos a las reacciones

■ Jesús Manzano hizo ayer una breve visita a AS para interesarse sobre las reacciones que han tenido en la prensa mundial sus dramáticas revelaciones a este periódico. Así, pudo observar el tratamiento que se hizo en Telemadrid del caso y ver a varios vecinos, entre ellos el albañil que está arreglando su casa. También leyó con gran interés el editorial de *L'Equipe*, que reproducimos en la página 33, y la extensa información dada también por el diario italiano *La Gazzetta dello Sport*.

"Este parche se receta a los impotentes"

Luego está **el Androgel, que es la famosa testosterona, que se les da a los hombres cuando tienen impotencia.** Es un parche que se pone durante dos horas y te tienes que estar masajeándolo. Aquí tenemos uno (lo enseña en la imagen de la derecha), que como se puede ver tiene un adhesivo. Se quita el adhesivo y tiene como una membrana. Pero **solamente puedes tenerlo puesto durante dos horas, insisto, porque si lo tienes más tiempo puede dar hasta positivo.**

Se dice que con eso te recuperas, pero a mí no me gusta. Esto, date cuenta, que no tendría nadie miedo a quitarlo. **A la hora de cenar se baja mucho con él.** Es un producto con el cual te das un masaje y luego te lo quitas.

Y el ciclista no es tonto, no se nos olvida quitarlo. Hay que tener en cuenta que cuando un corredor se huele que esto puede dar positivo, ninguno queremos un caso así.

Testosterona
"Hay unos supositorios clandestinos"

Esta testosterona no se utiliza en los entrenamientos. Ahí se suele usar otra cosa que se llama **Andriol.** No es nandrolona, esto es **un Decanato de testosterona, viene en un bote de 60 perlas y 40 mg por comprimido, procedente de Portugal.**

Hay otras cosas como el **Rastandol,** que es de Holanda, pero que no se vende en todos los países. Aquí en España está el **Testovirón.** Con esto último se hace un tratamiento para entrenar. Date cuenta que vale 12,50 euros y se hace vía intramuscular. **Va directo al culo, que, por cierto, duele la hostia.** Esto es **Enatato de Testosterona.** Lleva su tratamiento y **da positivo un tiempo.** Son varios nombres... Ya he dicho el Andriol, el Rastandol, pero hay un montón... Luego también se utilizan tratamientos de **Toxandrolona.**

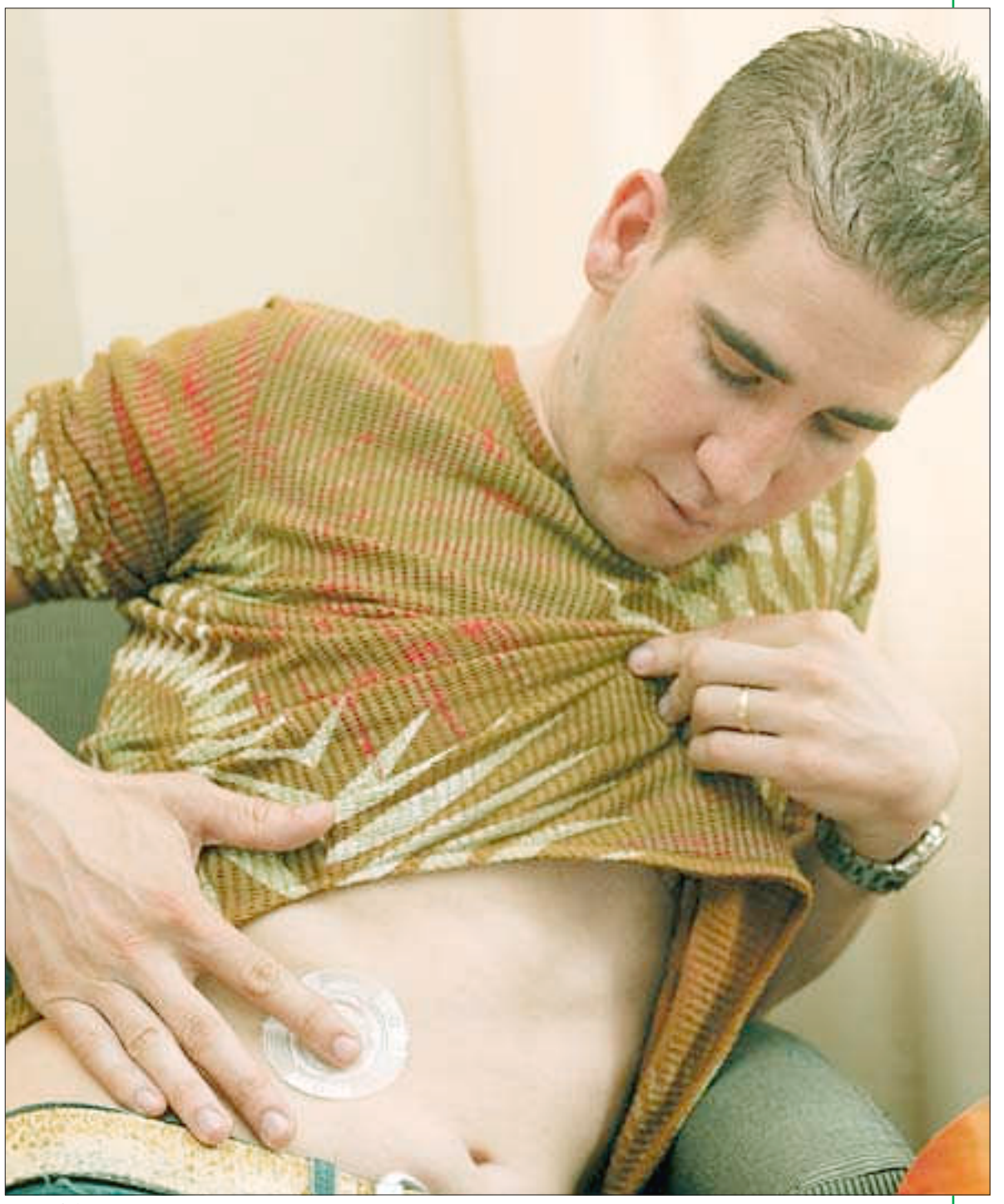
Por cierto, también he utilizado **unos supositorios de testosterona, que creo que se deben hacer en laboratorios clandestinos, porque no tienen ni marca ni nada.** Se supone que estos supositorios no dan positivo.

Cuando te hacen un tratamiento de testosterona y estás en competición **no das positivo en cuatro días.** Tú cortas y no das positivo. Tú haces un tratamiento cuando vas a competir y a los cuatro días de competir, cortas.

Pero luego hay otra cosa que se llama **epitestosterona,** que es el caso del HMG, la hormona masculina. Se hace este tratamiento para que la UCI no te pueda decir que la testosterona está alta y la epitestosterona está baja. Entonces está el HMG (hormona masculina), el Andriol. Entonces se toma esto último para igualar los dos niveles.

Cortisona
"No me echo sal en los testículos"

Yo soy alérgico, pero no en grandes cantidades. Aquí puede ser alérgico hasta el masajista, el mecánico... Ha llamado mucho la atención lo que ha confesado recientemente un ciclista francés sobre que se echaba sal en los testículos para que le salieran granos y le pudieran recetar cortisona. Yo nunca me la he echado, no sería tan tonto.



ANDROGEL. *Se trata de un parche de testosterona que se aplica de esta manera durante dos horas.*

El otro día, por ejemplo, fui con la cartilla de salud a una persona del ciclismo y me dijo: "¿Tú sólo tienes marcado esto?". Porque los corticoides no los puedes utilizar si no es por prescripción médica y lo anotas en la cartilla. Y entonces yo le dije: "¿Qué quieres que tenga". Y me contestó: "¿Pero tú sabes utilizar esto?" "Joder, pues claro que sé utilizarlo". Y que conste que era una persona que sabe de qué va el rollo, que está metida en el ciclismo y es presidente de algo.

Esto tiene miga. Tú coges y llegas, taca, taca, taca, taca, tacatum... Tú en un Tour ya no te puedes poner cortisona, porque te vas a la puta calle. Pero **la cortisona en la cartilla te vale para un mes.** Si firmas la cartilla antes del Tour, con fecha anterior, date cuenta la que se puede montar. Ya estás con cortisona, ya das positivo, entonces se pueden hacer cosas que voy a contar. Por ejemplo, **tú tienes tendinitis y la cortisona da lo mismo que te la pongan aquí o te la pongan en el culo, porque ya la tienes en el cuerpo y se utiliza para dar fuerza.**

La cortisona se detecta en los controles antidóping, pero si tú la tienes en tu cartilla de salud no das positivo. **A mí me hacía mucha gracia, porque leía lo del francés el otro día y me dice que me echara sal en los huevos. Digo ¿pero cómo puede ser esto?** Me paré a pensar.

Luego también hay pomadas. Y **Sinacthene,** y **Triancinolona... Esto es una pomada que estimula** (enseña un tubo). **Me decían, pon los huevos y te damos un poco.** Esto te lo das ahora mismo y sólo con esto das positivo. Se lleva para el escozor y demás.

LA CARA SINIESTRA DEL CICLISMO

Ciclistas se niegan a firmar un documento contra Manzano

■ José Rodríguez, presidente de la Asociación de Ciclistas Profesionales, y Anguita, secretario, visitaron ayer a todos los equipos participantes en la Setmana Catalana para que los corredores firmaran un documento en contra de los testimonios que está realizando Manzano para salvaguardar la dignidad de los ciclistas. Rodríguez y Anguita se encontraron con la sorpresa de que algunos corredores se negaron a firmar "porque lo que está contando Manzano es la verdad". Ninguno de éstos quisieron hacer públicos sus nombres para no romper el pacto de silencio establecido en la Setmana Catalana, que transcurre en una procesión de siseos y miradas furtivas. Pero una cosa es no hablar, y otra firmar un documento contra un compañero que ha tenido la valentía de decir la verdad, lo que ha llevado a algún corredor a plantearse incluso la retirada. Mientras, AS sigue corriendo de mano en mano. La mayoría lo ha devorado antes del control de firmas. Ciclistas, médicos, directores, organizadores y público en general. La excitación camino del quiosco más cercano es enorme. Unos encuentran nuestro periódico en el hotel, de buena mañana. Los más madrugadores lo buscan en la calle, nerviosos. ¿Qué pasará?

Con esto das lo mismo que con una jeringuilla y ya te da lo mismo que te eches esta pomada o un jeringuillazo de Trigón. **La Triancinolona es el Trigón.** Pero esta pomada no mejora el rendimiento, así que lo que se utiliza es el Trigón **pinchado en el culo**. Si es subcutáneo se pone en 0,15, 0,40... Eso ya va en la dosis de cada uno.

Diferente legislación
"En Francia das positivo y aquí no"

También quiero contar lo que pasa en el Tour con la cortisona. **La ley que hay en Francia no es la misma ley que hay en España.** La cortisona en Francia es nasal. Si tú, cuando pasas el control, das 0,9 microgramos en sangre de Cortisona, con el tiempo tú no puedes volver a dar esos 0,9, tendrías que dar 0,6 ó 0,7 menos. Eso ya se considera positivo. Eso es lo que pasa en Francia.

Hubo un famoso caso con cortisona de un español en Francia. Yo no sé si le paso eso, porque **yo no quiero acusar a nadie, ni deseo a nadie que dé positivo, porque eso significa familias y gente arruinadas.** Gente que va a la puta calle. Si no eres un crack, vas a la puta calle.

Tú llegas al Tour, pasas el primer control y te has puesto cortisona, aunque te hayas puesto una burrada y puedes dar 0,15 microgramos por sangre. Pues insisto, **tú pasas otro control a los diez días y no puedes dar 0,10, aunque el Trigón sea un producto de larga duración, que es lo que más se utiliza, los tratamientos largos.**

Entonces la ley francesa va a decirte que das positivo. Lo que pasa que aquí **en España te pones medio Trigón, pasas el control y no te sucede nada, pero allí no.** Allí tienes que tener el justificante.

Un producto muy conocido es el **Ventolín.** Y mucho ojo a lo que voy a decir: Yo creo, estoy seguro de ello, que **hay gente que realmente es asmática en el pelotón.** Eso está claro, como en cualquier profesión. Hay de todo, pero como haces deporte, tienes tu estudio hecho y demás.

Por eso, en la cartilla de salud se marca y no hay ningún problema. Es decir, que no tienes por qué dar positivo. En eso se diferencia la ley de Francia de la española.

Y luego hay muchas sustancias (y enseña un producto). Esto es **Sinacthene**, que también es cortisona y es francés. Lo hay de 0,25, de 0,50. También lo hay inmediato, que es diferente a la otra cortisona, porque el Trigón, por ejemplo, no se puede meter en vena. Sin embargo, **este corticoide sí que se puede poner en vena. Con esto dicen que no da positivo.** Esto está hecho de **corteza cerebral.** Esto es un producto de laboratorio, con esto tienes que tener una receta.

Hay varias clases de productos, muchos de ellos que contienen cortisona, pero son diferentes entre sí, no se pueden mezclar. Hay unas pastillas en Francia que son cortisona también, pero que **son derivadas del Celestone, que se llaman rosillas en el argot ciclista.** Creo que son pastillas francesas, que se ponen debajo de la lengua.

Por ejemplo, **si yo utilizo Trigón corriendo, no puedo usar las rosillas, porque el Celestone y el Trigón tienen distinta composición.** Son completamente diferentes. Luego también han hecho las pastillas de Trigón, que en este caso son de color blancas.

Luego en el argot ciclista hay otras pastillas que llamamos **blanquillas,** pero no hay que confundirlas, porque blanquillas se llama a la **cafeína.** Todo lo que hay ahora de ese último tipo son de laboratorios clandestinos, que se dedican a hacer lotes de pastillas. Estas cafeínas no se venden en el mercado normal. En fin, que, volviendo al asunto, hay muchas clases de cortisonas y nos tiraríamos aquí hablando siete días.

Hormona del crecimiento
"Si tienes cáncer, te sale antes"

Antes de terminar por hoy quiero hacer algunas puntualizaciones sobre un asunto que ya hemos tratado. Existe la idea de que si tomas hormonas del crecimiento tienes las manos más grandes o llevas aparatos en la boca. Yo, sinceramente, creo que no.

Yo no sé hasta cuándo voy a durar en esta vida y menos ahora, cuando se tienen amenazas de gente a la que no le interesaría lo que ha salido a la luz pública. Esto está tapado por dinero.

Yo creo que, volviendo a la pregunta, son tonterías que se dicen. Se puede mirar en un Vademécum, que la hormona masculina lo que hace es estimularte a la hora de futuras enfermedades. **Si vas a tener un cáncer, te sale antes.**

Yo no puedo hablar sobre lo de los dientes o las manos, yo **tengo las manos grandes, pero ya las tenía desde pequeño.** Aquí la verdad es la verdad y las mentiras tienen las patas muy cortas. Eso me decía siempre mi padre.

Cambiando de tema, otra puntualización más. Cuando hablé en el primer capítulo de un tratamiento en **la Vuelta a Asturias** que hizo discrepar a dos médicos, entonces no dije qué producto. Se estaba utilizando **una EPO que se llama Epocrin.** Esta EPO es rusa y tiene una menor duración, la que mayor duración tiene es la **Eprex.** Pero insisto en lo que dije el otro día. Todas las EPOS dan positivo y si hay un médico que te manda tomarla y otro no, ¿qué hago? **Si desobedezco y luego no ando, voy a la puta calle.**

"Tu vida vale 500.000 pesetas"

■ Jesús Manzano quiso contar su verdad, a pesar de que era consciente de que las revelaciones que está haciendo en el diario AS le podrían crear ciertos problemas. Lo que no contemplaba es recibir amenazas de muerte.
Ayer, en el escaso tiempo que tuvo encendido su teléfono móvil, recibió un amenazante y escueto mensaje de voz: "Tu vida vale 500.000 pesetas". Al ciclista de Zarzalejo no le sonaba la voz como conocida y en dicho mensaje tampoco salía el número del remitente, porque los que amenazan no suelen dar pistas previamente. Jesús Manzano lleva varios días recluido en un lugar desconocido para evitar problemas. Lo que también recibió fue un mensaje de la Asociación de Ciclistas Profesionales, que preside José Rodríguez, en el que se insta a todos sus asociados a mantener silencio sobre las declaraciones de Manzano e informa de que las opiniones al respecto de este espectacular caso serán dadas por el propio José Rodríguez. Se da la circunstancia de que el lunes pasado, Rodríguez estuvo reunido durante dos horas y media con el ciclista madrileño para intentar convencerle de que no hiciera las declaraciones a AS, además de para tratar otra serie de asuntos.

REPORTAJE GRAFICO
JESÚS RUBIO

ASÍ SE DOPA UN CICLISTA CAPÍTULO IV A **Jesús Manzano** le han llegado a ofrecer que su novia, **Marina,** se sometiera a tratamiento de **EPO** para luego utilizar su sangre en una transfusión. El ciclista de **Zarzalejo** también explica que ha llegado a pincharse hasta trece veces al día. Y en las carreras acaba agujereado: brazos, codos, piernas, manos...

"La cortisona me destrozó la rodilla"

JUAN GUTIÉRREZ
LA TRANSCRIPCIÓN

Un tratamiento excesivo de corticoides durante la Vuelta 2003 ha podido dejar a Jesús Manzano inútil para el ciclismo

Tuve una lesión de rodilla hace cinco años y pasé por el quirófano. Sufría una condropatía rotuliana y me tuvieron que liberar la rótula izquierda, aunque después nunca me había dado problemas.

De hecho, la **tendinitis** que tenía era por detrás de la rodilla. Entonces, yo en la Vuelta a España 2003, el primer día me quedé descolgado. **Tuve también un enfrentamiento con el director, que me dijo que yo me había quedado porque me había dado la gana y que me estaba riendo de mis compañeros.** Eso fue el día de Gijón, en la contrarreloj. Yo me quedé en un repecho nada más salir por la rodilla y por más historias que no vienen al caso.

Vuelta 2003
"Casi todos los días me infiltraron"

Se utilizó cortisona, cortisona, cortisona... para mi lesión de rodilla. Día sí, día no, día sí, día también, día sí, día no, casi todos los días me estaban infiltrando.

Empecé a infiltrarme al principio de la Vuelta porque estaba fastidiado. **Llegó un señor que no tenía nada que ver con el equipo y también él me infiltró. Era amigo del director.** Y me infiltró hasta al día siguiente en el coche porque a mí me molestaba.

La etapa salía de Andorra y llegaba a Barcelona. Me acuerdo que durante la carrera iba hablando con un corredor, que iba a ver a un médico de Barcelona para un problema de rodilla que también él tenía. Pero me dijeron que no se me ocurriera ir a ver a ese médico. Y eso que pagaba de mi dinero, ¡eh! Entonces llegué al hotel y me siguieron infiltrando, infiltrando... **Creía que en la etapa del Cerro Muriano me moría de dolor. Todavía me decían que era mentira.** Creía que este puerto, en la etapa de Córdoba, no lo subía.

Un corredor que está bien no creo que tenga que estar infiltrándose toda una Vuelta a España, porque luego mira el socavón que me ha salido en la rodilla (la enseña al fotógrafo Jesús Rubio).

Ahora tendré que pasar por médicos y por todo. De momento me quitaron la bicicleta, me mandaron un burofax y les mandé la bicicleta al equipo. Y he tenido que pedir una bici a una persona que tiene un equipo amateur, que fue profesional en su día, y me ha dejado una. No me ha cobrado ni un duro. Le tengo que dar aquí las gracias.

Empecé a montar y se conoce que tengo alguna bolsa de líquido en la rodilla o la tengo afectada, porque **se me hace una bola, se me hace un hematoma y me baja hasta por el gemelo.** Considero que **estos problemas vienen por un tratamiento excesivo.**

Creo que a un deportista de élite, como ocurre a los futbolistas que recaen por una lesión, no se les está infiltrando siempre, se les manda parar. Pero claro, como yo tenía toda la presión que tenía, y todo el año que tenía, y todas la broncas recibidas durante la temporada, pues pasó lo que pasó.

¡Alguien puede pensar que va a ser por mi cuenta! ¡Cómo me voy a saber infiltrar, en una rodilla, con todos los tendones que hay! Con todas las cosas que hay. **Eso te lo tiene que hacer un traumatólogo o una persona que sepa lo que tiene que infiltrar y dónde.** Cómo voy yo a andar infiltrándome en una pierna por detrás. Necesitas estar relajado.

La tendinitis me empezó por detrás y luego, de tanto forzar, se me pasó por delante y mira cómo tengo la rodilla (vuelve a enseñarla). **No me retiré, porque se dice que yo no he acabado ninguna grande, que yo me estaba riendo de los compañeros** y todo. Pues, fíjate, cómo para retirarme. La presión que tiene un corredor, no lo sabe la Prensa. Y las broncas que se lleva un corredor, no lo sabe la Prensa.

Cartilla de salud
"El médico anota el tratamiento"

Estos tratamientos de cortisona no los puedes hacer si no están anotados en la cartilla de salud. Ya hablé de ello en el capítulo tres. Por cierto, quería volver a explicar una cosa que igual no se entendió bien. Yo estaba el otro día reunido en un sitio y a mí una persona me ha dicho: "Tú, chaval, ¿sólo tienes estos productos marcados en la cartilla?". Se refería a que tenía pocos escritos.

Pues qué decir, pues sí. El producto te lo pone el médico. Resulta que eso tiene que ir prescrito en la cartilla de salud y firmado por un médico. Y yo le dije: "Pues claro que sí. Tú ¿qué quieres que yo tenga? ¿Qué quieres que yo tenga? Yo tengo lo que me han puesto". No tengo nada más. Esto quiero que quede claro.

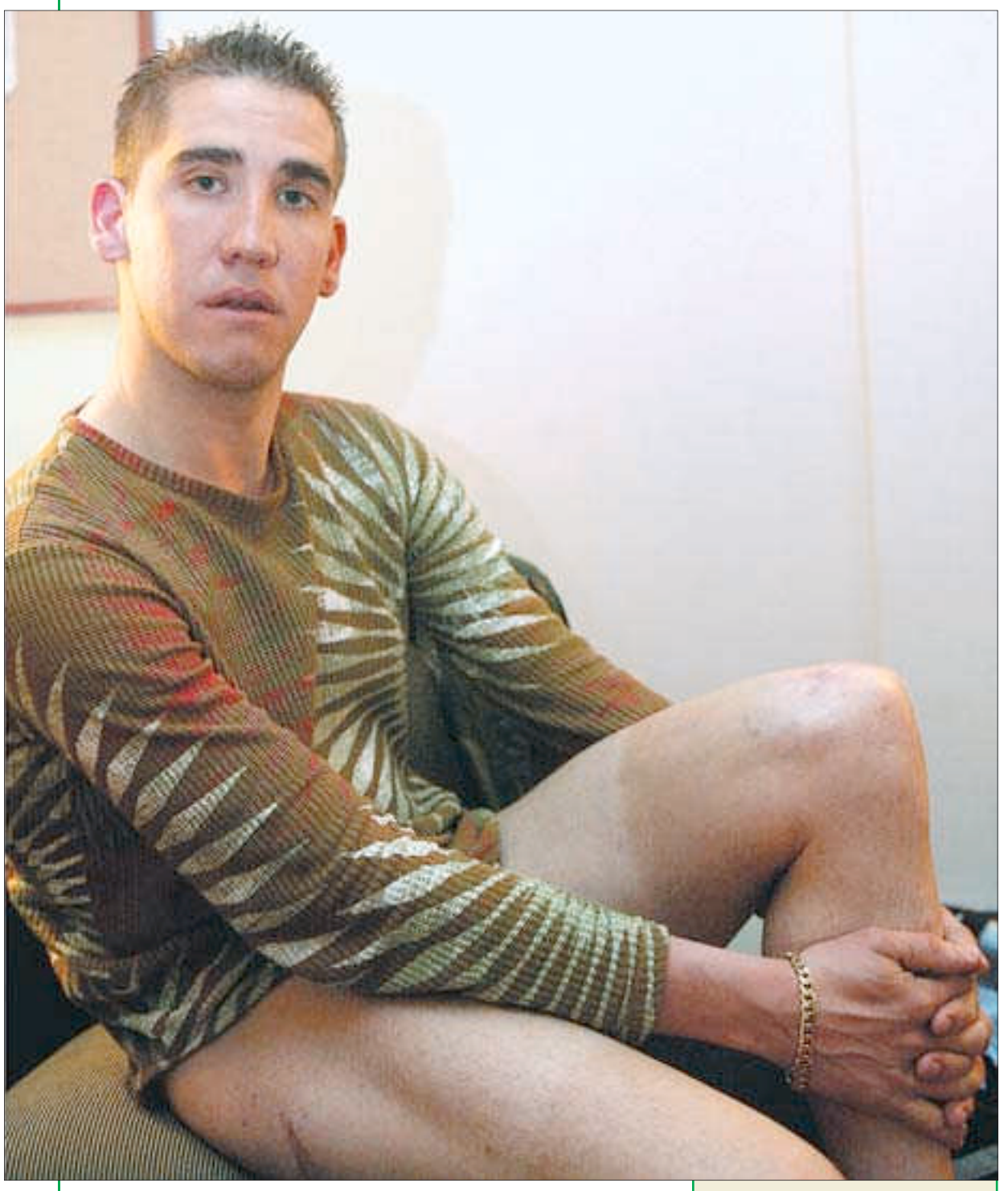
Dr. José González

Castigo para los dirigentes

Me sorprende, y mucho, ver las declaraciones de determinados responsables del ciclismo, criticando sin piedad al joven **Manzano.** Incluso manifiestan que van a iniciar acciones legales contra él porque perjudica a los ciclistas honestos. Vaya por delante, señores directivos, que quien esto escribe ha luchado desde hace más de diez años y sigue luchando por defender la honestidad de los deportistas. En todos mis artículos he mantenido que no hay que castigar siempre a los mismos, es decir, a los deportistas. A quien hay que castigar es a esos directivos y dirigentes que contratan a los médicos *brujos* para que aumente el rendimiento deportivo del equipo a costa, incluso, de la salud de los deportistas.

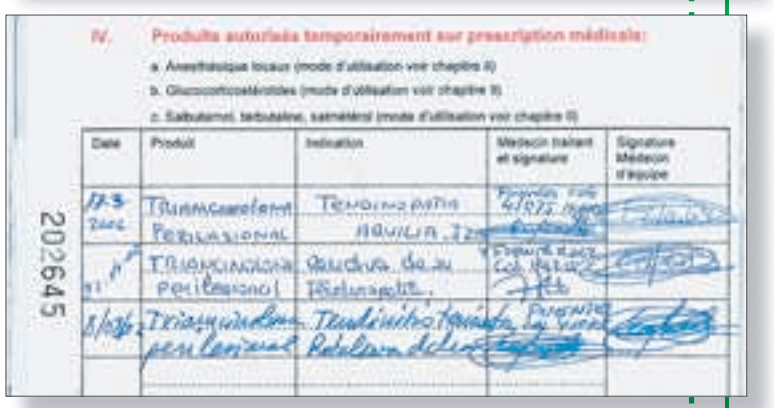
Por fin el **CSD** toma cartas en el asunto y quiere castigar también al médico. Hace cuatro años, la Asociación de Médicos de Fútbol escribimos a **Gómez Angulo** diciéndole que queríamos estar presentes en las comisiones antidopaje del CSD. Nos contestó que lo tendría en cuenta. Va a cumplir su mandato y nuestra petición campa en la planicie de su olvido. A los médicos nos parecen muy bien las declaraciones de Manzano, porque servirán para poner fin a esas prácticas abusivas que van contra la salud. Y que nadie olvide que el don más grande del ser humano no es el triunfo o la riqueza, sino la salud.

El doctor González es presidente de la Asociación de Médicos de Equipos de Fútbol.



La cartilla de salud

■ Todos los tratamientos de cortisona se anotan en la cartilla de salud del corredor para conocimiento de la UCI. Éste es el carnet de Jesús Manzano de 2002, porque el de 2003, con el tratamiento de la Vuelta, no le ha sido devuelto y permanece en poder del Kelme



Transfusión de sangre

"Me ofrecen utilizar a mi novia"

La transfusiones no se utilizan para vueltas pequeñas, que conste. Funcionan así. **Tratas tu sangre con una medicación que es la EPO. Subes hasta valores por encima de 50,** yo tuve hasta 56. **El que más huevos le eche, es el que más sube.** Ocurre que luego, cuando ya has subido tu hematocrito, sería como un ciclo desde que te has puesto la última dosis de EPO, para que esa sangre se limpie. Se entrena menos para que no te bajen los valores, te metes mucho volumen, entre 100 o 150 kilómetros,

Has parado quince días antes de la gran carrera. **Entonces se extraen dos bolsas de medio litro cada una**. Luego **se suele dejar pasar el control previo de una gran vuelta por etapas,** aunque en mi caso, en el último Tour no se hizo así. **Automáticamente, esa misma noche, se pone la primera bolsa.** Esa bolsa baja tres puntos. Y la segunda bolsa baja también otros tres puntos. De todas formas, **los días antes del Tour te pones albúmina y suero para bajar el hematocrito y que la UCI no sospeche de los equipos.**

La siguiente bolsa se usa durante la carrera, cuando te pega un bajón y tú pasas de haber tenido 48 o 50 de hematocrito, a tener sólo 44. Luego te ponen la siguiente bolsa. Se pondría al día 9 o 10 de la prueba. **Al ponerte medio litro más de sangre, notas presión en la cabeza, dolores en varias partes d**el **cuerpo, hinchazón, pesadez, te sientes pesado como una bola...** Pero luego, haciendo rodillo vas sudando y eliminando el agua y permanecen los hematíes.

Las transfusiones bien hechas deben hacerse en centros especializados. Tiene que llevar unas temperaturas. **En meterte un litro de sangre tardas más de media hora, pero en sacártelo, muy poco.** Al día siguiente de sacártelo no se entrena, no puedes hacer esfuerzos, no puedes ni moverte.

Últimamente se ha oído hablar de **utilizar otras personas para las transfusiones de sangre.** Mira, yo no lo he utilizado, pero en la vida hay que ser sincero y no embustero. A mí me lo han ofrecido. **Yo no tengo que poner la vida de mi madre, de mis familiares ni de mi novia en peligro.** A mí me lo han ofrecido, **porque el corredor cuando está corriendo no puede cargar dichos productos como la EPO.** Habría que enriquecer la sangre de esa persona y luego extraerla, pero antes hacer prueba de RH.

Me lo han ofrecido con mi novia, Marina, y con cercanos. Me decían si había algún familiar que tuviera el mismo grupo que yo. Si yo fuera médico, a alguno le daban por culo. Que el juez asuma y que coja y corte las cabezas a quien sea...

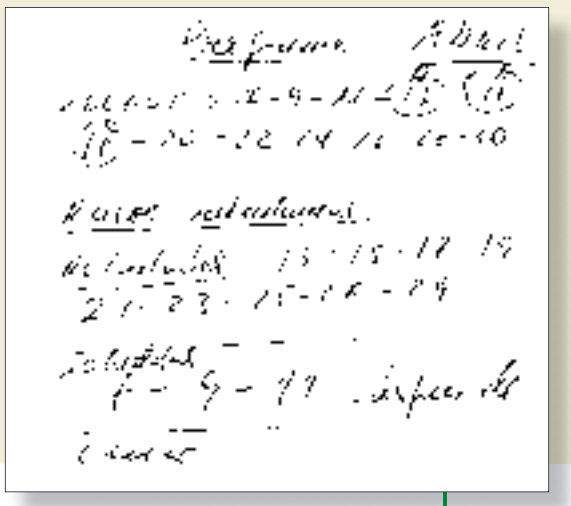
Demasiado que estoy poniendo yo en peligro mi vida. Con toda la mierda que hay, todos los hipócritas tapándolo... Yo no voy a decir si otros lo han utilizado. No doy nombres, que **yo sólo me estoy acusando a mí, nada más que yo.** Ni a deportistas, ni ex compañeros, ni equipos... Que quede bien claro en esta cinta, que yo no culpo a nadie, ¿vale?

Pasa a la página siguiente

La castigada rodilla de Jesús

■ Jesús Manzano se operó la rodilla izquierda hace cinco años, pero no volvió a tener problemas hasta que en la pasada Vuelta sufrió una tendinitis. Sometido a la presión de tener que terminar la carrera, las infiltraciones de cortisona fueron tan abundantes que ahora no puede montar en bicicleta. Cuando fuerza, se le hincha y le sale un hematona

Planes de medicación en clave



■ Jesús Manzano muestra aquí algunas hojas manuscritas por uno de sus médicos, donde se pueden comprobar los detalles del tratamiento dopante durante sus entrenamientos en marzo, abril y mayo del año pasado.
En este plan de medicación se utilizan palabras claves. La HM es la hormona masculina, que se aplica en días alternos. En la parte de abajo del plan de mayo se puede leer: "HM, 1/5 partes". Al lado también pone: "I3 (que es la insulina). Antes de cenar. Los entrenos duros".
En este mismo plan de mayo hay varios puntos, que equivalen a dosis de EPO, que para más claridad se especifican en otras hojas manuscritas aparte.
Cuando se lee 2.000UI o 1.000UI, se refiere a las unidades de EPO que hay que aplicar. Donde pone rusas, por ejemplo, se tiene que traducir como Epocrin, la EPO rusa. En el programa que se presenta como abril también aparece el nombre de rotuladores, que es la hormona del crecimiento Genotonorm. Se especifica que hay que tomarla después de cenar.
Por último, en el plan de marzo aparecen otros dos términos del argot del ciclismo: amarillas, que son pastillas de nandrolona Oxandrolona, y pelas, que son las unidades de EPO.

"Me he llegado a pinchar trece veces al día"

Hay que darse cuenta que cuando estás cargando, el problema está en que tienes que tener un gran control. **El equipo tiene cuatro o cinco máquinas (centrifugadoras),** porque si no las tienen cómo vas a estar yendo todos los días a una farmacia. **¿Y qué te van a decir cuando bajes un día a la farmacia y estés al 50 de hematocrito y otros les aparezca 56?**

Entonces, todos los días no puedo estar yo bajando a un laboratorio a sacarme sangre. Date cuenta que te estás poniendo 4.000 unidades (de EPO), 4.000 unidades, 4.000 unidades, 2.000 unidades, 2.000 unidades, **y eso sube, pero hay que controlarlo, porque se conoce que ha habido 14 muertes.**

EPO
"Hasta dos veces cuando entrenas"

Te puedes pinchar diez, doce, trece veces, catorce veces al día, quince veces al día... Sí, te dan días en los que te pinchas cuatro veces para medirte, porque si estás alto, si tienes unos valores altos, pues ya digo que te tendrías que poner a medirte, porque esto es complicado.

Insisto en que yo no puedo estar bajando al laboratorio a medirme y tal, porque yo ahora estoy en 50 y pasarte a 56, ¿no? Porque la gente va a decir que qué pasa, ¿no? Que qué pasaría si en una farmacia o en un laboratorio está al 45 y al momento lo ves y 56. **¡Y ha subido diez puntos!** Eso no se sube porque te fumes siete cajetillas de tabaco diarias, ¿no?

Entonces hay días en los que **tú te mides el hematacrito cuatro veces.** Bueno, **una te la haces nada más levantarte; otra después de entrenar, otra a media tarde y otra por la noche.**

Luego, si ese día te toca EPO, pues también EPO, si otro día te toca... Esto lo puedes llegar a poner... Si tienes que subir el tratamiento muy rápido, pues se pone un tratamiento, **se ponen ocho miligramos en vena al día en dos veces. Cuatro son después de entrenar.** Antes no, por si te mareas o lo que sea. **Y luego otros cuatro ya por la noche,** si lo tienes que subir antes y rápido, ¿sabes? O sea, que es complicado...

Por el momento ya llevamos cuatro pinchazos con la centrifugadora y dos de EPO, en total seis. Y luego que si te toca **la hormona del crecimiento...** Esto se pone después entrenar, porque estos medicamentos te pueden marear o te pueden causar problemas. Y bueno, van siete pinchazos, ¿no?

Más el ácido fólico, la vitamina B-12 y el Ferlisit, que es hierro. Esto te lo aplicas cuando estás poniéndote. Eso es un tratamiento de hierro y ácido fólico para que lo asimiles. Y, claro, te lo tienes que meter. **Es lo que conlleva un tratamiento de EPO.** No te creas que no tiene cosa...

Suero, aspirinas...
"Evitar un paro cardíaco"

Y luego tienes que ponerte más**. Si estás muy alto, muy alto, muy alto, pues te tendrías que meter suero.** Esto se hace por la noche. También se toman aspirinas o lo que sea, porque una persona con cincuenta y pico de hematocrito, pues, fíjate...

Antiguamente se murieron ciclistas holandeses por esto, te puede dar un paro cardíaco. Porque las pulsaciones de una persona, con un tratamiento, cuánto te bajaría... Bajaría un montón, se te quedarían en 36, 37 pulsaciones, cuando estás por la noche relajado en la cama. Cuando hayas tomado mucho y estés con un valor alto, pues te tienes que quedar por los suelos.

Entonces, para bajar eso se toma un suero glucosado, que suele ser Hemoce, para que no te deje muy jodido. Te lo pones y te baja cuatro o cinco puntos. Te tomas dos aspirinas y ya está.

Y ahí **puede haber algún día que te tienes que poner cortisona o HMG,** que es una hormona masculina para compensar la testosterona con la epitestosterona o te tienes que poner algún cofactor, como **Geref, Neofertin,** cosas de esas, que son tratamientos caros de las que ya he hablado aquí en días anteriores.

Es decir, en total pueden ser doce o trece pinchazos en un día. Pero no todos, claro. Mas luego te tomas un relajante muscular y cosas así.

Un tratamiento bueno es un mes y medio antes, porque hay que dejar de tomarlo quince días antes de la competición, aunque algún otro compañero ha hablado recientemente de tres días, pero se dejan quince porque si no mira lo que ha pasado (en el Tour).

"Si se castigara al director y al médico se acabaría con el doping"

■ "¿Sabéis cómo se acabaría con esto? Cuando un corredor diera positivo, sancionando al médico y al director: apartados, dos años. Entonces ya veríamos cómo esto se acababa. El médico y el director acababan acojonados. Porque un director, porque le salga de las pelotas, te dice que mañana va a haber puerto y va a haber guerra. Y al médico, pam, pam, pam, pum, pum. Y automáticamente, guerra. Y si el director es guerrillero, pues fíjate, todos en guerra todo el día. Por un lado hace aire y tienes que llevar gas, por otro lado hace otra historia y tienes que llevar otra cosa. Son 20.000 cosas. Yo, últimamente, claro que pensé dejarlo. Además, se lo dije a mi pareja. Montamos una tienda de ropa, o algo así. Y si tengo que comerme en vez de dos chuletas, una, pues me jodo"

El primer pinchazo
"Sudé como un pollo de miedo"

Yo, de pequeño, recuerdo una practicanta que hasta me pegó un guantazo porque no me dejaba que me vacunaran. ¡Pumba! Delante de mi madre. **Con cuatro años o por ahí. Tenía pánico a las jeringuillas. Pero al final te las tienes que poner en casa por narices.**

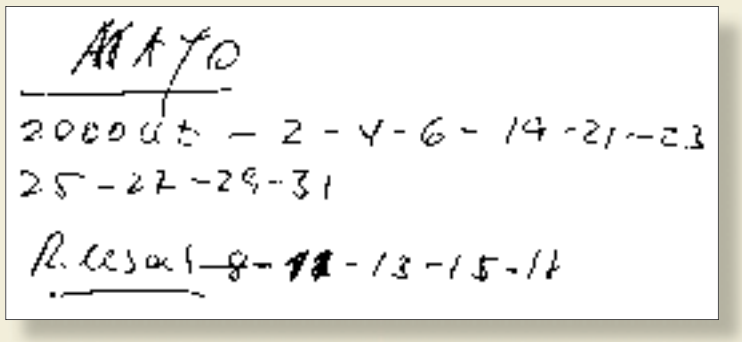
Al principio **iba a ponerme cosas a casa de una persona que era la que me pinchaba de allí del pueblo** (Zarzalejo). La persona era una médica y **me decía: "¿Quién te manda esto? ¿Y esto? ¿Y lo otro?"** Y luego, claro, ahora tendría que meterme, no sé... **Y si no te pinchas, vas de culo al día siguiente.**

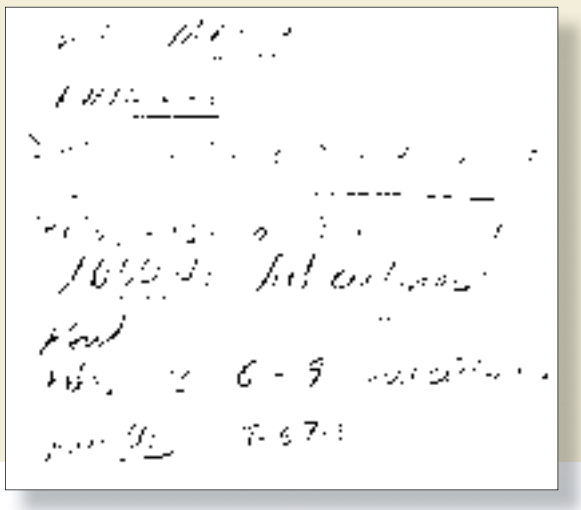
La primera vez que me pinché, recuerdo que me metí en un servicio para meterme HMG. Porque la centrifugadora del hematocrito la tengo sólo desde hace dos años. Porque ganando 200.000 pesetas no me la podía comprar. ¡Cómo me iba a comprar una centrifugadora que vale 300.000 pesetas! Tenía que ahorrar, ¿no?

Recuerdo que **ese día me meto en el servicio y se me caían chorros de sudor, sólo de verlo.** Y cerré los ojos. Dicen que el culo se divide en cuatro partes y empiezas a contar por la primera de abajo, en la nalga de abajo. Me pinché en el lado derecho y si te digo la verdad **sudaba como un pollo de miedo.** Hasta que ya me pinché y me molestó bastante. Pero luego ya, últimamente...

El HMG se pincha en el culo y va al músculo. Lo que sueles hacer es **tirar del émbolo (de la jeringuilla) para ver si habías pinchado en algún vaso y si no salía sangre, pues lo metías, y si salía, pues te tenías que volver a pinchar.** Claro, **con esto no puedes ir a un medico de cabecera para que te pinchen,** porque automáticamente te van a preguntar ¿quién te manda esto? Y van a por esa persona.

Mi pareja, Marina, me dijo que si llega a saber que un ciclista se tiene que pinchar tantas veces, ella hubiera preferido que jamás fuera ciclista. Que eso es una vergüenza, así me dijo.





ALGUNAS PRUEBAS. *Jesús Manzano guarda varios de los planes de dopaje manuscritos por uno de sus médicos, donde se señalan los productos que debe utilizar durante los entrenamientos.*

Luego está el tema de **la recuperación.** Todos los días el médico tiene tu recuperación puesta, te tiene puesto **Esafosfina, Tationil, S'Amet,** pero nunca sabes ni lo que es, porque nunca te abre el producto delante de ti. Sé que es Esafosfina, porque **pica mucho cuando te lo ponen en vena. Tienes un picor que dices a veces: ¡Sácamelo!**

¿Dónde se pincha? "En codos, manos, piernas..."

Te pinchas en varios sitios. Porque hay que pincharse todos los días de recuperación, pincharse más cosas... **En el culo, no tengo carne, que la tengo comida; que me pasa igual que en la rodilla,** lo que pasa que es un hueso y no duele, ¿no? Pues **te acabas pinchando en los codos, en las venas de los codos, en las manos, en las venas de arriba de las manos y últimamente ya, cuando uno está fino, te acabas pinchando hasta en las piernas.**

Te duele todo y **te salen moratones, moratones, moratones...** Lo mismo un médico no tiene una fiabilidad del cien por cien y un ciclista... Yo el año pasado me ponía el recuperante, este año me lo ponen los médicos. **No tienes fiabilidad, se te sale la vena y te tienes que volver a pinchar.** Imagínate, ya son dos pinchadas. Y son 21 días. Aunque sólo sean dos pinchazos diario, ¿a cuantos tocábamos?

Si uno se fija bien en las carreras, se ven los pinchazos. Algunas veces se llevan manguitos por eso. **Al pincharte te han hecho un moratón y tienes que salir con los manguitos,** aunque luego te los quites. Pero si los periodistas os dais cuenta, se ven a veces moratones. Mira los codos... Mira las manos arriba... Se ven, se ven...

Insulina "Se combina con otros productos"

Hablando de pinchazos, aún no he contado nada de la insulina. **La I3 es insulina.** La marca no la sé, pero se puede ver en este plan de medicación (enseña un documento que reproducimos en estas páginas), que está escrito a mano y del que se puede hacer un peritaje calígrafo.

Eso se pone **después de los entrenamientos duros.** Yo no sé para qué se utiliza, porque es una cosa que, si digo la verdad, ni me la he puesto antes, jamás la he utilizado. **Yo no soy diabético.** Un diabético se tiene que poner insulina, ¿no? Como está ahí escrito que hacen los médicos. Yo tengo una familiar que es diabética y se tiene que poner insulina.

Realmente, en este caso no sé qué función tiene. **Como puedes leer en el plan de medicación, aquí pone I3. Como se lee también HM, como se ven asteriscos, como se ven símbolos y como se ven muchas cosas más.**

Se usa cuando se está en plena forma y **se utiliza con productos derivados del tratamiento que conlleve.** Date cuenta que ahí se marcaba de acuerdo a los entrenamientos duros. Tú vienes de entrenar y no sé si me comentó el médico que había que utilizar cuatro rayas de insulina. **Una jeringuilla de insulina, que quede claro.**

La insulina viene en **un bote de color similar a un casco de cerveza,** un color así. El vidrio es igual, viene con una chapa arriba y con una goma de caucho. No me acuerdo del nombre, la goma de caucho **huele que apesta.** Huele a planta química, yo qué sé.

Te lo pones cuando llegas de entrenar. Date cuenta que estamos en el plan de entrenamientos duros. **Es decir, que yo llegaba a casa, me duchaba y me lo ponía como me lo hacía saber el médico.** Ese es un tema que no es mío, eso es de un médico y si tienen huevos que salgan y lo desmientan. Hay un médico al que yo no había nombrado y resulta que ha aparecido por ahí. Si ese médico se siente inculpado en esto...

La pareja hace vida tranquila

■ Jesús Manzano y su novina, Marina, no están en su casa de Zarzalejo, porque quieren seguir evitando el presumible agobio de visitas, medios de comunicación... Pero ambos están tranquilos, a pesar de las amenazas que han recibido, y hacen una vida normal: pasean por sitios públicos, salen de cena... Ayer hasta quedaron con un amigo.

REPORTAJE GRAFICO
JESÚS RUBIO

ASÍ SE DOPA UN CICLISTA CAPÍTULO V (Y ÚLTIMO) Tras haber desglosado durante cuatro días su traumática relación con el dopaje, detallando los productos que ha utilizado, **Jesús Manzano** hace una reflexión personal sobre los factores que le empujaron a someterse a este tipo de tratamientos, a pesar de sus efectos secundarios.

"Sé que no voy a llegar a los 50 años"

JUAN GUTIÉRREZ
LA TRANSCRIPCIÓN

¿Cuándo y por qué empezó? ¿Por qué no se negó? ¿Se puede correr sin dopaje? Jesús Manzano responde estas preguntas y más.

Cuándo me dopé por primera vez? Pues en amateur yo no seguía estos tratamientos, **en amateur yo no me he dopado.** Bueno, **cafeínas sí he tomado,** yo no me niego a decir que no he tomado cafeínas. Pero eso es otra cosa.

En categoría amateur yo terminé un Campeonato de España... Y si Dios quisiera, si alguna persona que está bajo tierra levantara la cabeza (se refiere a Chava Jiménez), ésta podría contar dónde fui yo después de la carrera. Y allí se me pasó un control. Si me tuviera que cortar un brazo o una pierna para que esa persona volviera a estar aquí en el mundo, yo lo haría.

Amateur
"Ahí no probé la EPO, ni las hormonas..."

En aquel **Campeonato de España,** en Córdoba subiendo el Cerro Muriano, yo quedé segundo, detrás de un corredor vasco. Ese día yo pasé mi control en la Federación y luego **después me llevaron a un hotel, donde estaba un equipo profesional,** que no te voy a decir el nombre. No es el equipo donde he corrido. Pues allí **me midieron los valores de sangre** y que te diga ese médico, si se da por aludido, que diga él los valores de sangre que di yo. **No llegaba al 40 de hematocrito.** Y con ese nivel hice segundo.

No como en la última Vuelta a España, cuando algún hipócrita decía que yo tenía 50 de hematocrito. ¡No tenía ni 48! Tenía 46 y medio y en un capilar 47. Eso no son 50. No es lo mismo que un coche te cueste cinco millones a que te cueste nueve. Que van tres millones de diferencia.

De amateur no probé la EPO, ni la hormona del crecimiento... ¡Jamás. jamás...! Dicen que esa categoría ahora está podrida, pero yo no lo sé. En mi época, cuando yo la viví, no lo estaba. Sí tengo que decir, y lo hago sinceramente, que yo, antes de ser amateur, en la vida, jamás, jamás, había tomado recuperantes. Y en el campo amateur me empecé a recuperar. Es decir, con sueros, con cualquier suero glucosado, me ponía dos jeringuillas de 20. Eso en el campo amateur. Yo no escondo nada. Yo no soy un cobarde. Si alguno se siente indignado, que salga y hable.

Últimamente ya me paré a pensar en los efectos secundarios del dopaje y claro que pensé dejar el ciclismo. Yo entré en este deporte con la mayor ilusión del mundo, porque me marqué una meta y trabajé para ganar dinero o llegar a ser alguien. Yo no creo que haya sido tan malo en amateur, cuando he ganado la Vuelta a Extremadura, he hecho segundo en un Campeonato de España, tercero en la Vuelta a Sevilla... Y sólo corrí seis meses en esa categoría.

Uno se marca unas metas que quiere alcanzar. Con ilusión y ambición se gana todo. Entras en una dinámica y no voy a engañar. **El primer año fue todo de color de rosa. En el segundo año empiezas a ver las rosas, pero le quitas los pétalos, y en el tercer año ya se monta un incordio.** Te tienes que enfrentar a cosas que ves que están ahí.

Yo he empezado a ver cosas que, claro, **todo esto tiene efectos secundarios.** La hormona de crecimiento se dice que si tienes una enfermedad, es como si la estimulases para que la tuvieses antes. Todo tiene efectos secundarios. El tabaco. **Si te fumas un cigarro, no te pasa nada, pero si te fumas todos los días dos cajetilla, te pasará.**

Últimamente **he pensado que me moriré antes de los 50 años.** Date cuenta de que **estás jugando con productos con los que las enfermedades te pueden salir antes.** Yo trabajo para ganar dinero. Se supone que uno trabaja para que le paguen y para intentar ganar más dinero. **Si yo me muero, por lo menos que mi familia se quede bien.**

Presión profesional
"Si no andas, vas a la calle. Y lo tomas..."

Esto es una pescadilla que se muerde la cola. Si no andas, vas a la puta calle, lo coges o lo dejas. Por supuesto que **se podría correr sin dóping,** pero un ciclista no podría hacer Tour y Vuelta, por ejemplo. **Habría cosas que no se podrían hacer, porque estarías al límite.** Te recuperarías poco a poco, pero si te ha bajado el hierro, ¿cómo te recuperas?

Se podría correr, por ejemplo, si las etapas de 200 kilómetros bajaran a 140. Y los ciclistas te darán más espectáculo. **Pero como en esta vida todo se mueve por dinero...** Cuando ves que has andado en sitios, has hecho tu trabajo y ¿para qué?, ¿para que te paguen dos millones de pesetas? **Si me caigo de un andamio, me he caído, pero a mí no me va a matar nadie.**

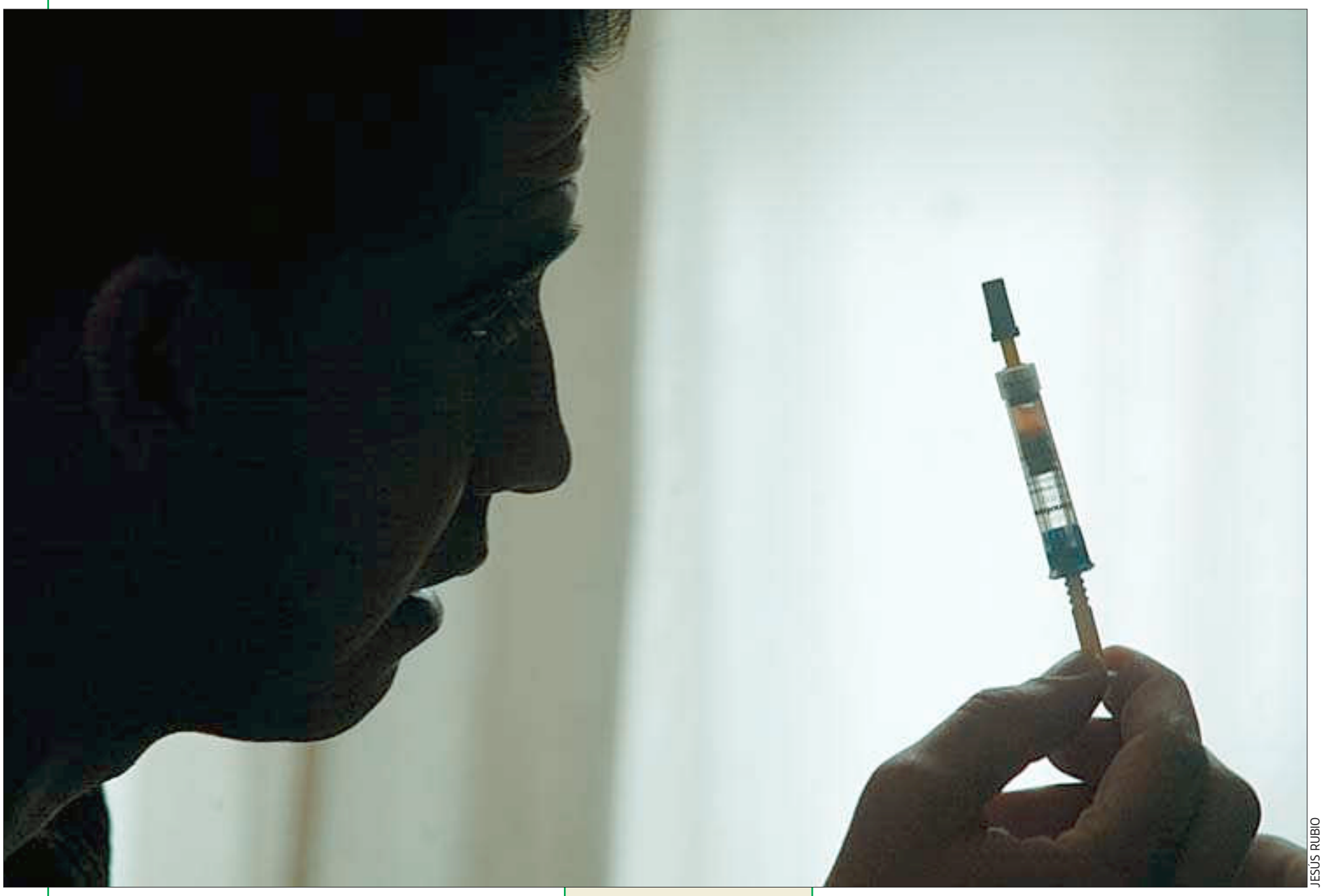
Dr. José González

Puerta abierta a la adicción

Doctor, ¿qué me ha ocurrido? Antes cuando veía una montaña me alegraba porque subía como las águilas y ahora cuando miro hacia arriba me pongo a temblar porque no tengo fuelle. ¿Qué me han metido en el cuerpo? Esta pregunta me la hacía uno de los ciclistas punteros de años atrás. Ayer, en una reunión médica, nos planteábamos si tanta medicación no puede ser una puerta abierta a otras sustancias que conducen a la adicción. Todas estas sustancias y medicamentos que han sido descritos estos días aumentan el rendimiento deportivo y los estados de bienestar y euforia personal. Pero, ¿qué pasa cuando no se administran? Pues que el estado anímico y el equilibrio emocional se alteran. No es de extrañar que algunos quieran compensarlo mediante la administración de otras drogas que terminan produciendo estragos en su personalidad y, en alguna ocasión, la muerte.

No piensen los ciclistas que les acusamos, simplemente queremos hacerles ver que las declaraciones de **Manzano** son un timbre de alarma que si no se escucha puede terminar produciendo consecuencias catastróficas, que no lo duden. No quiero acabar este tema sin matizar que no todos los médicos del ciclismo realizan estas prácticas. Afortunadamente la mayoría son tan profesionales como yo.

El doctor González es presidente de la Asociación de Médicos de Equipos de Fútbol.



JESÚS RUBIO

¿Que por qué no lo decimos? ¿Tú has visto algún ciclista que tenga carrera? ¿Cuántos hay en el pelotón? Yo conozco a dos o tres, muy pocos, porque la bici te obliga a entrenar muchas horas. **Tienes que trabajar todos los días cinco horas ¿y lo vas a dejar ahora, después de toda la puta vida?**

Su futuro
"El cuerpo se resiente con el dóping"

No interesa que lo dejemos. Y sigo puntualizando, que quede claro, que yo no acuso a compañeros. Hablo de mí. Pero, como ya dije ayer, **¿sabes cómo se acabaría esto? Sancionando también al médico y al director.**

Claro que pensé en dejarlo. Si tengo que comerme en vez de dos chuletas, una, pues me jodo y lo hago. Ya lo pensé. **¿Para qué?, ¿para ganar ocho millones de pesetas y no sé si voy a llegar a los 50 años?** Yo no sé si voy a llegar a los 50 años, porque creo que **el cuerpo se resiente.** Un riñón lo acusa.

Y ya estamos hablando de recuperadores, de **protectores hepáticos,** el S'Amet, y esto lo venden en las farmacias. Y un día sí y otro no lo tienes que hacer. **Esto está permitido y sirve para protegernos, pero ¿a que si tú pones ladrillos no te tienes que poner esto? Esto se da para las drogas, entonces esto son drogas también.** No el polvo blanco, que algunos dicen por ahí que yo soy traficante de esto. Drogas hay muchas...

¿Me obligan a doparme? Es una pregunta difícil de contestar. Pero yo no me escondo. Insisto que esta es la pescadilla que se muerde la cola. Tú pasas al ciclismo profesional con toda la ilusión del mundo, creyendo que te vas a labrar un futuro y cuanto más andes, más ganas. **Te viene el médico y te dice: Te vamos a dar eso. Si tú dices que no, estás botado al año que viene.**

"Si algo no me gustaba, me llamaban acojonado"

■ "Yo no digo que te obliguen a doparte en el equipo, ni que te dejen de obligar, pero **hay que entender que te ves involucrado en un círculo y hay que apechugar con ello.** Yo no acuso a nadie de que me haya dopado, pero te ves en el círculo metido. Todos hablan de un círculo vicioso. Tú entras y no es que no puedas salir de él, pero yo **me acuerdo que había cosas que no me gustaban y entonces te califican de acojonado y de mierda.** Y eso es así y es lo que hay". De esta manera define Jesús Manzano las presiones que ha sufrido como ciclista en su equipo para utilizar productos dopantes.

La ACP
"¿Cómo me defiende mi asociación?"

¿Y por qué la ACP (Asociación de Ciclistas Profesionales) no hace nada? Yo no tengo respuesta. Yo creo que **la ACP debe estar para apoyar al ciclista.** A mí me ha llegado un mensaje, en un número de teléfono, en el que **me decían que se tomaba un pacto de silencio.** No son estas palabras, pero más o menos así. Luego se ha visto por ahí lo que decía un comunicado que ha ido firmando el pelotón.

El ciclismo es la gallina de los huevos de oro, pero eso se debe acabar. Si tengo que ir a un juzgado, iré a un juzgado; si tengo que ir a una fiscalía, tengo que ir a la fiscalía. **¿Yo tengo que ser sancionado porque no me pagan, porque me han hecho doparme, porque esto es la pescadilla que se muerde la cola, porque si tú no andas vas a la puta calle y entonces tienes que tomarte eso?**

En mi primer año de profesional no me ofrecieron nada; en mi segundo año, ya me han ofrecido. Yo pago por ser socio de la ACP 600 euros al año, pago la licencia federativa de mi bolsillo, pago un 10 por cierto de los premios a los auxiliares del equipo, que se lo merecen, porque son gente trabajadora. Entonces, ¿cómo me defiende mi asociación? Aquí lo mismo también hay que abrir una vía de investigación.

Pasa a la página siguiente

EL ARGOT DEL DOPAJE EN EL PELOTÓN

Amarillas
Son las pastillas de nandrolona de la marca Oxandrolona. Se llaman así, evidentemente, por su color.

Blanquillas
Son pastillas de cafeína de 100 miligramos cada una. No se venden, sino que se hace por encargo en laboratorios.

Cambio de aceite
Se llama así a las transfusiones de sangre, aunque Manzano asegura que nunca había oído este término.

Centrifugadora
Ya lo explicó Manzano en el primer capítulo. Es la máquina para medir el hematocrito. Cuesta unos 1.800 euros.

Conguitos
Son unas pastillas de 40 miligramos de testosterona, concretamente de la marca Andriol.

Gas bus
Se aplica este término al Actovegin, que está hecho de plasma de ternera. Se usa mucho en las contrarreloj.

Inhalador
Se denomina así al Minurin, que sirve para retener líquidos y para bajar las tasas de hematocrito.

Paloma mensajera
Se apoda así, al menos en el equipo de Manzano, a la persona que porta los medicamentos prohibidos.

La centrifugadora.

"Me hicieron firmar un papel en blanco"

El despido ocurrió en la antepenúltima etapa de la pasada Vuelta, donde dormimos en Villalba. **En todas las etapas iba quedándome, de tanta cortisona que ya llevaba encima en la rodilla.** Estaba al lado de mi casa, así que era seguir o reventar. Entonces se decía: "Pareces recuperado". Y yo respondía que no, porque aún me dolía.

El despido
"Me acusan de joder y de medicarme"

Me metí en una fuga. Por Torrelodones me iba dando pinchazos, pero se me quitaban. Llegué a Los Leones. Me mandan parar, con tanta suerte que **tuve unos problemas con los auriculares.** Y yo allí, parado. Y en mi equipo: **"Dios, es que tú no escuchas".** Y yo diciendo que estaba parado, ¿qué quieres que me pare en un petril de la carretera, que me dé la vuelta en dirección contraria?.

Una vez llegué, salí a tomar una *coca-cola* con un amigo y otra persona. **Y me llama una amiga y me viene a ver**. Estuve tomando algo y entré en la cena. **Después de cenar me medí y tenía 46 y en otro 47 de hematocrito.** Luego subí a la habitación y estuve hablando con mi amiga.

Tocan a la puerta y digo: "¡Va!". **La chica no se esconde, porque yo no estoy jodiendo.** Abro. "¿Podemos hablar?". Y el director, acompañado del manager, me dice: **"Tú mañana no sales, porque no me está gustando tu comportamiento. Pero, tú como te crees que puedes estar en 50".** Y les digo que cómo iba a estar en 50, que dos personas se midieron conmigo.

Se pensarían que me estaba automedicando. ¡Pero qué me voy yo a estar automedicando! Si ahora no hay EPO de la que no dé positivo. Indisciplina es esto que he contado en AS. Los enganchones con el director habían sido por culpa de otras negligencias médicas.

Y entonces coge y me echa. Le digo que me tendrá que pagar gastos. Me responde que no tiene dinero. Le replico: "Ese no es mi problema". Al día siguiente no salí. A las tres de la tarde me echan de la habitación. Bajo y veo al mánager ahí detenido. Yo llevo un sobre de gastos de 2002 y principios de 2003. Hago una lista. Me dice: Tengo un problema, he quedado con tal persona y me tengo que ir. **¿Me puedes firmar aquí y mañana en la cena te doy el recibo". Pero al día siguiente no me dieron nada.**

El dinero me lo pagaron, pero ese papel en blanco que firmé se acabó utilizando para mi carta de despido hecha a mano. Ni DNI de uno, ni de otro, ni de nada. A partir de ahí me reclaman unos gastos de principio de año, en el Hotel Patilla. Me lo descuentan de la nómina. Una nómina de 2.900 euros se me ha quedado en 800. Y tengo por aquí el justificante.

Adicciones
"Del Prozac a las drogas hay un paso"

Luego me llegó un burofax donde decía que me retenían la nómina de diciembre porque no había mandado las bicicletas. Luego se las envié. Ya están allí, pero ¿yo he cobrado la nómina? Aquí no está pagada la nómina. Esto está todo mandado. Ahora denunciado. **Me deben todavía el mes de diciembre.**

Yo tengo un contrato hasta el 31 de diciembre de 2004 por diez millones de pesetas. Pues vale, llamo para que me hagan la carta de despido. Y nada. Llamo a su gestoría. Me dice que me la hacen. Salgo desde Ávila a Alicante con un amigo, a 220 por hora en coche. Llego y le pido a una persona una copia de un contrato original y me da esa carta manuscrita donde pone que acabo en 2003. **Y el tío me dice: "¿Pero esta carta no la has escrito tú?". Y respondo: "No, no...Esta es mi firma, pero esta carta no la he escrito".** Esa es la carta que me han dado de despido. Y luego dicen que es de mutuo acuerdo.

Luego se ha dicho que tenía un club de alterne, Ojalá. Después se me ha acusado de narcotráfico. Yo no soy un camello de polvo blanco, como ha dicho un director que llamó a mi casa. Eso es muy grave. Si lo fuera tendría siete coches, siete casas y no viviría de alquiler. **Yo no he tomado cocaína. Sólo caté un porro cuando iba al instituto** y me entró tanto hambre que me compré una Pepsi y una bolsa de gominolas. Nunca más.

Una cosa son las drogas y otra el dopaje. Eso no quiere decir que un corredor sea adicto a la cocaína por el ciclismo. **Pero sí te enganchas a otras cosas como los antidepresivos, el Prozac.** Eso te induce. **Si tú tomas antidepresivos, te tomas dos pastillas al día y se está de puta madre.**

El Prozac es una cosa que la estás tomando, dos pastillas diarias, y ya estás eufórico. Todo eso cuando lo dejas crea una adicción. Eso no da positivo. La pastilla de la felicidad, he escuchado yo por algún sitio que la llaman. **Dos o tres pastillas al día.** Porque el cuerpo se encuentra derrotado. No duermes. **Tantos días, tanta presión, mucho estrés.** Por la mañana, desayuno, esto, autobús, lo otro, carrera, ducha, masaje, cena, lo otro, son muchas cosas ya... Se recurre al Prozac, la Floxetina, que son medicamentos que realmente enganchan.

Para qué te voy a engañar, porque estás de puta madre, hablando pronto y claro. **Yo lo he tomado para carreras, para épocas, y después del Tour estuve fastidiado, fui al médico de cabecera porque estaba desanimado. Me mandó Prozac.** Cuando estuve desanimado, depresivo, siempre tomaba Proza. Tengo recetas, justificantes del médico. **De ahí a las drogas va un paso.** A mí no me puede venir una persona acusándome de que yo soy un camello de polvo blanco. Eso muy fuerte.

EL CONTRATO Y EL DESPIDO. *Arriba se puede ver el contrato por dos temporadas (2003 y 2004) de Jesús Manzano. A la derecha, la chapucera carta de despido que, en versión del ciclista, se manipuló después de que firmara un papel en blanco, presuntamente como recibo de gastos. El lunes pasado presentó dos demandas por impagos y por despido improcedente.*

REPORTAJE GRAFICO
JESÚS RUBIO

EL ARGOT DEL DOPAJE EN EL PELOTÓN

- **Parches**
  Es la testosterona de las marcas Androgel o Androgen, que se aplica en parches.
- **Pelas**
  Se llama así a los tratamientos de EPO. Cuando se habla de poner "4.000 pelas", hay que traducirse como 4.000 unidades de EPO.
- **Rosillas**
  Son unas pastillas pequeñas de cortisona.
- **Rotuladores**
  Son jeringas de la hormona de crecimiento Genotorm.
- **Rusas**
  Es la EPO rusa, que se denomina Epocrin

Rotulador y jeringa de pelas.

- **Tapa verde**
  Se trata del Celestone, que es cortisona. El bote, como su nombre indica, tiene la tapa verde. Obvio.
- **Trigo de campo**
  Es un juego de palabras para denominar al medicamento Trigón, que es cortisona, como el Celestone.
- **Vampiros**
  El término es muy popular y conocido. Son los inspectores médico de la UCI que hacen las extracciones de sangre de madrugada.
- **Verdes**
  Son pastillas de ese color de ácido láctico. Se usan en las cronos. No están prohibidas.

Vademécum de productos citados

Actovegin
■ Se elebora a partir de un hemoderivado de ternera. Eleva la capacidad de oxígeno en sangre sin aumentar su densidad. En España hubo un producto similar: solcoseril.

Albúmina H.
■ Se produce en el hígado. Comercialmente disponible al 5% y 25% en soluciones de suero salino. La placenta humana es utilizada como fuente para la obtención de albúmina.

Androgel
■ Testosterona que se utiliza cuando el cuerpo no la produce y para estimular la pubertad. También se utiliza en el tratamiento de ciertos cánceres femeninos.

Aranesp
■ El darbepoetin alfa estimula la producción de glóbulos rojos encargados de transportar el oxígeno en la sangre. Tratamiento para la anemia asociada a la insuficiencia renal.

Celestote
■ Es un corticoides. Inhibe los procesos vasculares y celulares de la inflamación. Se utilizada para enfermedades y trastornos de múltiples características.

Eprex
■ Hormona de naturaleza gluco-proteica reguladora de la producción de glóbulos rojos. La deficiencia de esta hormona es la causa fundamental de la anemia.

Genotorm
■ Hormona de crecimiento comercializada bajo este nombre por Pharmacia & Upjohn. Fármaco que se utiliza en niños afectados por una baja estatura extrema.

Hemoce
■ Suero. Se comercializan tres clases distintas: calcio, potasio y sodio. El primero es el más utilizado, por los ciclistas, y su principal función es diurética.

Deca durabolin
■ Anabolizante, estructuralmente relacionado con la testosterona. Tiene efectos hormonales virilizantes. Indicado para osteoporosis y cáncer de mama.

Humatrope
■ Hormona de crecimiento como el Genotorm, antes mencionado. La dosis en cada paciente debe ser en función del peso o del área de superficie corporal.

IgF1
■ Factor de crecimiento insulínico. Es una proteína liberada de muchos tejidos. Incrementa el rendimiento físico, mental y la resistencia en individuos sanos.

Neofertinon
■ Preparado de hormona foliculoestimulante, obtenida a partir de la orina de mujeres menopáusicas. Estimula el desarrollo folicular y la ovulación y la secreción de estrógenos.

Neorecormon
■ Hormona de naturaleza gluco-proteica reguladora de la producción de glóbulos rojos. La deficiencia de esta hormona es la causa fundamental de la anemia.

Norditropin
■ Hormona de crecimiento. En adultos con deficiencia de esta hormona, reduce la masa grasa, incrementa la muscular y aumenta la sensación de bienestar.

Nuvacten
■ Hormona sintética polipeptídica. Estimula la esteroidogéneis de la corteza suprarrenal. Está indicado para las enfermedades reumáticas. Mala tolerabilidad gastrointestinal.

Trigón
■ Traimcinolona acetónido, que se comercializa en España con el nombre de Trigon. Se utiliza para dermopatías inflamatorias cuyo origen es infeccioso.

Urbason
■ Hormona corticosuprarrenal. con acciones antiinflamatoria e inmunosupresora. Reduce la vasodilatación. Indicado para enfermedades reumáticas, respiratorias, dermatológicas, etc.

Ventolin
■ Antiasmático. Relaja el músculo liso bronquial y disminuye la resistencia de las vías aéreas. Tratamiento para el asma bronquial, bronquitis y enfisema pulmonar.

Oxandrolona
■ Anabolizante que aumenta la masa muscular con una retención de agua pequeña. Puede ayudar a personas con SIDA para aumentar su peso y su fuerza muscular.

Vitamina B12
■ Vitamina hidrosoluble del complejo B. Desempeña un papel importante en el metabolismo, ayuda a la formación de glóbulos rojos y al mantenimiento del sistema nervioso.

Triamcinolona
■ Es un corticosteroide. Alivia la inflamación y se usa para artritis,enfermedades en la piel, alergias severas y asma. También se utiliza en algunos tratamientos de cáncer.

Testoviron
■ Testosterona. Se utiliza para tratar trastornos de la potencia, infertilidad y anemia aplástica. En la mujer se utiliza como terapia suplementaria en el carcinoma mamario.

Aspirina
■ Analgésico, antipirético, antiinflamatorio no esteroidico. Indicado en la profilaxis del infarto de miocardio, tromboflevitis y riesgo de trombosis arteriales, entre otras cosas.

Oxyglovin
■ Hemoglobina que bajo esta denominación se utiliza para el tratamiento de la anemia canina. Es una solución estéril que se administra por vía intravenosa. En EE UU desde 1998.

Hemopure
■ Homoglobina extraída de células rojas de vacas. Su función es que el oxígeno llegue a determinados tejidos. Con este fármaco se pretende evitar las transfusiones de sangre.

Ferlixit
■ Antianémico, que normaliza los valores de eritrocito y hemoglobina. Es sodio ferrigluconado y sodio gluconado. Se suministra por vía oral y vía intravenosa.

Cafein
■ Cafeína que actúa sobre la médula, proporcionando a los músculos mayor velocidad de contracción y eliminando cansancio. El principal efecto de este alcaloide es la excitación.

Hemassit
■ Es sangre artificial preparada a partir de la hemoglobina humana modificada. En su fase de ensayo en EE UU, en 1999, provocó una alta mortalidad.

Prozac
■ Antidepresivo neurotransmisor derivado de la fenilpropilamina. Indicado para la depresión y su ansiedad asociada, bulimia y trastornos obsesivo-compulsivos.