

El EXATEC que venció la muerte 3 veces y es campeón mundial



Enfrentó a la muerte tres veces. Una enfermedad autoinmune que afecta su hígado lo llevo a hacer frente a **cuidados intensivos** tres ocasiones diferentes a lo largo de **11 años**.

Sin embargo, José Luis Herrera Olivares, EXATEC de campus Laguna, supo afrontar sus crisis y el pasado mes de abril de 2023 se proclamó **campeón en los Juegos Mundiales para Trasplantados 2023**.

Y por si fuera poco, **consiguió tres medallas más**: una de plata y dos de bronce.

*“Colgarme la medalla de oro principalmente... cruzar la meta y saber que quedaste **primero**, que se cumplió y que todo el proceso valió la pena es un sentimiento indescriptible”,* relató el ingeniero en Mecatrónica.



/> width="900" loading="lazy">

Una enfermedad llevó a una obsesión

*“Enfermé en diciembre de 2008. Me diagnosticaron deficiencia hepática. **Todos los niveles de sangre estaban mal**, estaba anémico y estuve hospitalizado una semana”.*

Así inició, de forma súbita, la travesía con **cirrosis biliar primaria** (CBP) para José Luis, una enfermedad autoinmune que, según la [Revista Médica Herediana](#), **destruye los ductos biliares** y origina hasta cuatro complicaciones severas.

Durante ocho años, el también **papá de dos niños** vivió bajo tratamiento y una dieta específica. A pesar de ello, sufrió una **recada** mientras viajaba con su familia en Nicaragua: estaba intoxicado.

*“Era como si estuviera tomado, tuve alucinaciones y hacía cosas que no tenían nada que ver con la realidad... Estuve **debatíéndome entre la vida y la muerte** por segunda vez en cuidados intensivos”.*

El EXATEC volvió a superar el acecho de la muerte y regresó a México. No obstante, padeció una **recada** y los médicos fueron claros: *“Necesitas un trasplante, no hay vuelta atrás”.*

Su recorrido por el protocolo de trasplante arrancó, casi tres años aguardó una **segunda oportunidad de vida** y llegó de la mano de un **“donador anónimo”** un 22 de marzo de 2019.

Cuando todo parecía que marcharía de mejor forma, **su cuerpo rechazó el órgano** y por tercera ocasión llegó al hospital al borde de la muerte.

De la mano del trabajo médico, a la semana se estabilizó, **salió adelante**, consiguió poco tiempo después su alta y empezó su rehabilitación física y psicológica.

*“Fue un proceso bastante largo los primeros tres meses. Después pude trotar un poquito y ahí fue cuando se me metió la idea de los Juegos Mundiales de Trasplantados. Fue una especie de **obsesión**”.*

“Aunque se tenga una enfermedad no te debes detener. Debes seguir por alcanzar tus metas”.

La gloria en los Juegos Mundiales de Trasplantados

Los años pasaron; José Luis progresó en su recuperación. En 2021 pudo adentrarse en el **deporte competitivo** con el apoyo de sus entrenadores y especialistas en salud mental.

De esa manera, el desarrollo del EXATEC no se detuvo y con la mira puesta en los **XXIII Juegos Mundiales de Trasplantados** desde junio de 2022 empezó a entrenar dos veces por día.

*“Me levanto a las 4:30 a.m. para ir al **gimnasio**. A las 7 ya estoy en la planta **trabajando**. Termino a las 5 o 5:30 y me voy a hacer la sesión de pista. Después llego a casa y preparo todo para el día siguiente”.*

Esa fórmula permitió a José Luis llegar a [Perth, Australia](#), la sede de la justa en 2023 en los que participó en **cuatro competencias distintas**.



/> width="900" loading="lazy">

*“Llegar a Australia fue un **primer logro** que nunca me imaginé... Nunca imaginé que iba a estar del otro lado del mundo”.*

En cuestión de dos días de competencia, el egresado **puso en alto la bandera de México** y sumó: una medalla de bronce en los 100 metros planos y otra más en los 200 metros.

También, conquistó la plata en el lanzamiento de pelota y por último **hizo sonar el himno nacional** con el oro en los 400 metros planos de los Juegos Mundiales de Trasplantados.

*“Eso fue ponerle punto final a un **plan de trabajo** que tenía yo de cuatro años atrás”, aseguró.*

Las motivaciones del EXATEC

¿Cómo **sobreponerse a la muerte** en tres ocasiones y además, llevar a México al primer lugar mundial en una competencia?

Para José Luis, son **cuatro las motivaciones**: estar bien, ser competitivo, llevar el mensaje de que una persona trasplantada es “normal” y ser un papá capaz de disfrutar de sus “chamacos” José Luis y Emilio.

*“Es demostrar que, aunque se tenga una situación de salud no te debes detener. Debes seguir esforzándote por **alcanzar tus metas** hasta saber que no pudiste dar más”, dijo.*

De esta manera disfruta de sus hijos, **sigue preparándose** para más competencias de talla nacional e internacional y además, es el director general de la **Asociación Mexicana de Deportistas Trasplantados** y ya tiene un plan para los Juegos Mundiales de Trasplantados 2025 y seguir promoviendo la donación de órganos y tejido.

“Vinimos a estar a pie del cañón. Nada nos va a detener; no hay nada que pueda hacerlo. No nos detuvo una enfermedad, solo lo va a hacer la muerte y mientras llega hay que disfrutar”, concluyó.

SEGURAMENTE TAMBIÉN QUERRÁS LEER: