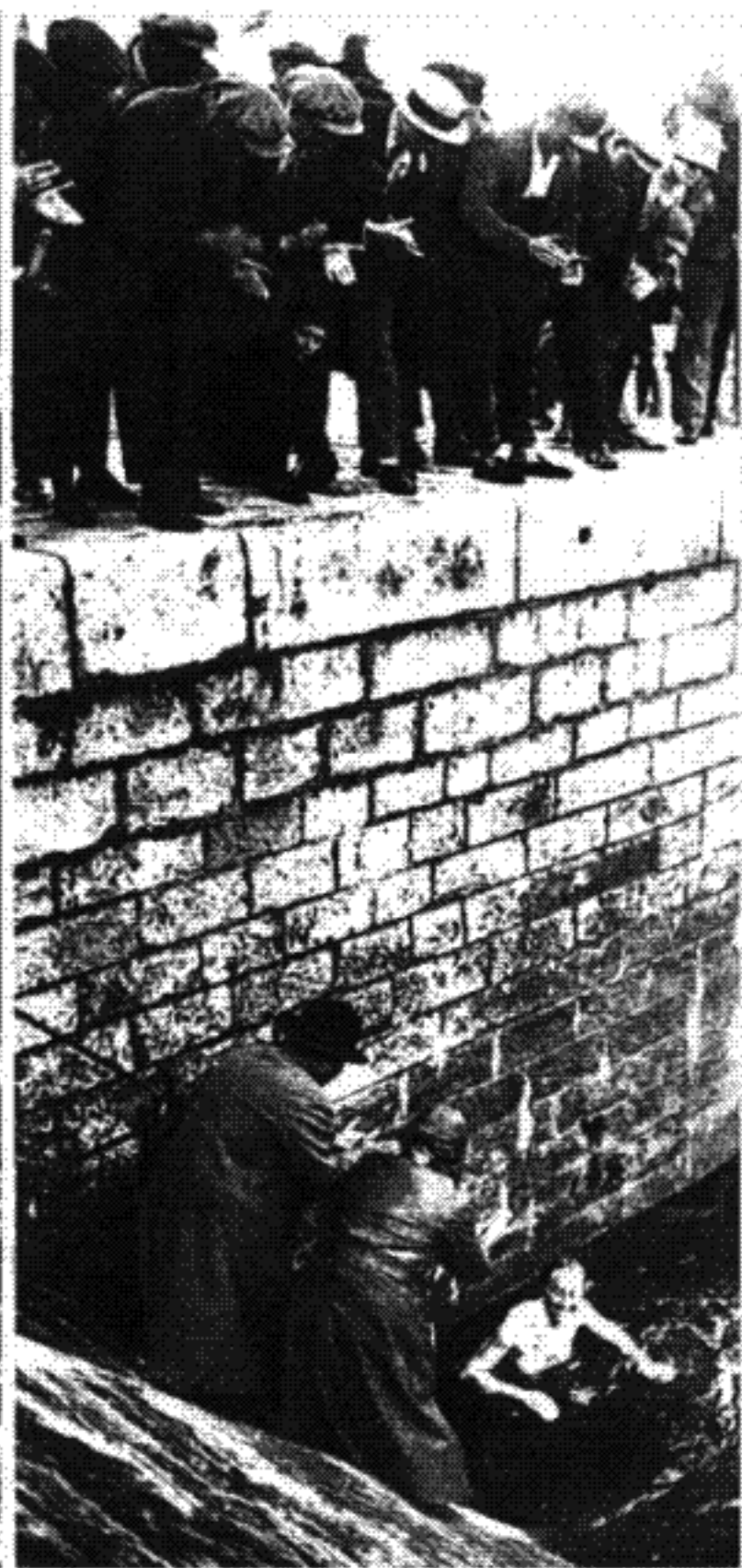


# 1923: LA PRIMERA DERROTA DEL RIO DE LA PLATA

En una época en que la mujer estaba casi segregada de las actividades físicas, Lilian Harrison, entonces una joven de 19 años, logró cristalizar un intento en el que habían fracasado todos los nadadores varones del momento



El 22 de diciembre de 1923, hace medio siglo, una joven rubia, de apenas 19 años, sacudía a la opinión pública argentina con una inédita hazaña deportiva: tras luchar denodadamente contra las aguas del río de la Plata durante 24 horas y 19 minutos lograba unir a nado la costa uruguaya —a la altura de la ciudad de Colonia— con la argentina. En una época en que ni siquiera se conocía el hoy colibrí estilo crowl (popularizado años más tarde por el formidable campeón olímpico Johnny Weissmuller, luego protagonista de Tarzán) y las mujeres estaban poco menos que marginadas del trabajo deportivo, Lilian Gemma Harrison realizaba una proeza hasta entonces jamás alcanzada por hombre alguno. Nadadores de la talla de Tiraboschi, Dumas, Garramendi, Pérez y Maciel habían sucumbido en todos los intentos (nueve en total) efectuados a partir de 1919.

Con el mismo espíritu con que hace 50 años dobló el río más ancho del mundo, la formidable nadadora recibió en su casa, en un espacioso rincón de la localidad bonaerense de Olivos, a un redactor de Siete Días. A los 69 años, rodeada por su esposo, su hija, siete nietos y un bisnieto, aceptó evocar los momentos más trascendentes de su carrera deportiva. Lo que sigue es un resumen con los pasajes más emotivos de la hazaña desgranada a lo largo de casi dos horas:

—¿Cuándo y cómo surgió su pasión por la natación en las aguas abiertas?

—Mi historia comenzó el 8 de febrero de 1904, cuando mi madre me trajo al mundo en la localidad bonaerense de Quilmes. Siendo pequeña me trasladé a Gran Bretaña, donde años más tarde iniciaba mi educación. Fué al colegio de Hertfordshire. Allí aprendí a nadar. A los 17 años estaba de vuelta en la Argentina. Entonces comencé a frecuentar el Club Náutico San Isidro. Allí el profesor Günter Weber me instó a que me entrenara para nadar en el río, acepté el desafío.

—¿Cómo eran esas prácticas?

—Durísimas. Realmente significaban un ejercicio de la voluntad. Pero yo estaba dispuesta a sacrificarme, porque me gustaba. Por entonces vencer al río de la Plata ya configuraba como una obsesión para mí.

—¿Efectuaron algunas pruebas antes de intentar el cruce?

—Sí, varias. El 4 de marzo de 1922 nadé desde el

Posando para el fotógrafo antes de la partida (izquierda). El día que unió el Club Náutico de San Isidro con Puerto Nuevo, ap

por el público que la esperó para ovacionarla (centro). Lilian Harrison a 60 años de la hazaña.





Arriba, derecha: La nadadora en el Club Náutico San Isidro, acompañada por periodistas y los miembros de la Comisión Directiva. A la izquierda, en la actualidad, con parte de su familia. Abajo, izquierda: Una página de "El Gráfico" da cuenta de la hazaña. Lillian recibe de Celestino Lagorio, la copa de oro Kallsay.



### EL CRUCE DEL RIO DE LA PLATA

A las 14.55 del jueves 20 de diciembre de 1923 el aviso Nº 5 de la Armada Argentina y dos botes con diez marineros de la fragata Sarmiento estaban listos para zarpar hacia Colonia, Uruguay, con Lillian Harrison, sus asesores, autoridades de la Federación Argentina de Natación y numerosos cronistas. Luego de salir amarras en el puerto de Buenos Aires, la nave fondeó al anochecer a una milla de Colonia, requiso obligatorio por ser buque de guerra. La delegación desembarcó en el puerto uruguayo y el director del raid, Luis Garramendy decidió que, a causa del mal estado del tiempo, la prueba se iniciara en las primeras horas del viernes.

El clima que se vivió esa noche, vespertino del acontecimiento, fue de pleno optimismo. Lillian Harrison comió frugalmente y antes de retirarse a dormir, cerca de las 22, comentó: "Si no consigo cruzar las márgenes uruguayas y argentinas, lograré por lo menos superar mi propio record mundial de permanencia. Los cuidados de mi médico, el doctor Grasso, y mi entrenador, Weber, me han permitido llegar a un estado de entrenamiento que me facilitará cualquier esfuerzo".

A las 6 de la mañana del viernes, la nadadora sólo decayó una taza de té y, con sus compañeros, marchó rumbo al muelle

esperando poder dar comienzo al intento. Muchos curiosos se acercaron al embarcadero mientras la nadadora era solícitamente atendida con jarro para resguardar su piel de los efectos del agua. En esos momentos, el cónsul argentino en el Uruguay se acercó a ella para presentarle sus saludos y desearle buena suerte. A las 8, las pulsaciones de Lillian eran de 76 por minuto, acostada, y 80 de pie. Estaba a punto de lanzarse al agua.

El tiempo continuaba amenazador pero, 28 minutos después, Garramendy dio la orden de partir. La nadadora se arrojó al río luego de escuchar un agudo silbato que hizo sonar su entrenador con el fin de sincronizar los relojes. Los curiosos que presenciaron la partida alentaban con vivas a Lillian que ya daba las primeras brazadas en el agua. Con impecable estilo pecho avanzaba a razón de 25 brazadas por minuto. En ese primer tramo la acompañaban los nadadores uruguayos Caracciolo y Granerí quienes, durante tres horas, lucharon desesperadamente junto a Lillian para impedir que la corriente contraria los llevase nuevamente hacia la costa uruguayo.

Tomaron hacia el Sur, o sea por la misma ruta que antes habían utilizado en otros intentos frustrados Vito Dumas y Luis Ga-

rramendy. Ya internada en el río, bogaron junto a ella los nadadores argentinos Tiraboschi y Wernick. Pasó el farallón rumbo a La Plata a un ritmo de brazadas que se aproximaba a las 27 por minuto. El ánimo de Lillian era óptimo: llegó a festejar con sonoras carcajadas las bromas que le hacía Tiraboschi. A las 13.30 tomó su primer alimento: jugo de naranjas. Tres horas más tarde consumió un terrón de azúcar. A las 17 bebió un café y con fuertes brazadas entró en el canal Sur.

Durante la noche, el silencio apenas fue interrumpido por los gritos de los marineros del aviso. Un cielo claro y con luna obvió una falencia de organización que pudo anular el intento. Nadie había previsto llevar reflectores. A las 22, con ritmo sostenido, pasó cerca de la boya demarcatoria del canal de Martín García y una hora después la boya 37 quedaba atrás. Sólo restaban 18 kilómetros hasta las cercanías de Punta Lara. La sirena del trasatlántico Cap Polonio saludó a los nadadores que una hora más tarde se cruzó con el Vapor de la Carrera, en viaje hacia Montevideo. Con una formidable entereza, Lillian superó la depresión que suele invadir a los nadadores durante la noche.

Desde la una de la mañana hasta las 4 del 22, nadó sola. Media

hora después, desde el aviso ya se percibía la costa argentina. La noticia le fue inmediatamente comunicada. Tras el amanecer, cubrió dos kilómetros más y preguntó si la costa estaba distante. En ese caso abandonaría pues estaba extenuada. La informaron que apenas restaban cinco kilómetros y decidió proseguir. Tiraboschi volvió al agua a fin de acompañarla en los últimos tramos y evitarle los riesgos de cualquier desfalco. Lillian, haciendo gala de un vigor a toda prueba, continuó avanzando. Improvisamente, sus pies tocaron tierra. Tludó un instante, luego comenzó a caminar. Había llegado a la costa argentina. Eran casi las 9.48 cuando pisó Punta Colorado, en el trayecto entre Quilmes y Berazategui.

Mientras el aviso de la Armada hacía sonar su sirena y era aclamada por la tripulación, la joven Lillian, rodeada por Tiraboschi, Garramendy y Maciel, caminaba por la playa con movimientos ágiles y decididos. El manto de agua de 42 kilómetros había quedado atrás. Después volvió al barco y el puerto de Buenos Aires la recibió como una triunfadora. Esa misma tarde el presidente de la República, Marcelo Torcuato de Alvear la recibió para ofrecerle sus congratulaciones.

México San Isidro, hasta 503 metros antes de la escollera de Puerto Nuevo. Demoré 10 horas en hacer ese trayecto que eran unos 26 kilómetros. Ese raid configuraba un nuevo record nacional femenino para pruebas de largo aliento. A lo largo del trayecto me acompañaron Oscar Maana y Romeo Maciel, dos fuertes nadadores de entonces. Recuerdo que el día siguiente varios diarios hablaron de mí.

—¿Hizo otras pruebas de importancia?

—El 4 de febrero de 1923 uni a nado las localidades bonaerenses de Zárate y Tigre. Empecé 21 horas y 20 minutos para ese trayecto. Con esa marca superaba el record mundial que, para una distancia semejante, ostentaba la norteamericana Hamilton. Redujo la marca anterior en una hora 20 minutos. Entre el grupo de nadadores que me acompañaron en esa ocasión estaba mi hermana Marte y Vito Dumas.

—¿Qué recuerdo conserva de Vito Dumas?

—Cuando salí del agua, ese día, me llenó de alabos. Era un atleta fuera de serie y además un excelente compañero. Sin embargo, su cualidad más notable era el amor que profesaba al río.

(Mientras ojea un puñado de fotografías y recortes prolijamente ordenados, Lillian Harrison se apresta a evocar las horas más trascendentes de su carrera deportiva. Como queriéndole restar importancia al episodio comentó con ironía: "Todo esto me hace mucho tiempo, creo que ya no soy noticia. ¿A quién le interesa ese esfuerzo?")

—¿Recuerda cómo fue aquel cruce del río de la Plata?

—Jamás podré olvidarme de lo que pasó entre el 21 y 22 de diciembre de 1923. Fueron muchas horas de angustia. Me lancé al agua a las 9.28 de la mañana del 21, desde el muelle del puerto de Colonia. Nunca podré olvidarme que uno de los presentes no se cansaba de asegurar que estaba loca, que no llegaría ni al farallón. La verdad es que fueron 24 horas de esfuerzo extenuante. Cuando ya se divisaba la costa argentina estuve a punto de abandonar el intento. Creí que el ánimo no me alcanzaría para llegar. Sin embargo, a las 9.47 del 22, con las piernas temblorosas toqué tierra en la playa de Punta Colorado, cerca de la localidad bonaerense de Punta Lara. Mire qué extraño: lo primero que se me ocurrió pensar fue en aquel uruguayo que había comentado lo de mi locura un día antes. Después, la revista *El Gráfico* me regaló 5 mil pesos por ser la primera persona que cruzó el río de la Plata a nado.

—¿Qué hizo con todo ese dinero?

—Con esa suma más lo que me regaló el nadador Romeo Maciel, que me dio 1.360 pesos, decidí financiarme una excursión a

Europa para intentar el cruce del canal de la Mancha. A fines de 1924 me embarqué junto a mi padre para viajar hasta Francia. En cuatro ocasiones me lancé desde el cabo Gris Nez rumbo a Dover, pero todos mis intentos fracasaron. La última vez tuve que soportar momentos dramáticos: llevaba cerca de siete horas nadando y cuando tenía los oídos a la vista se desató un temporal que me obligó a luchar denodadamente contra la corriente. De pronto perdí el conocimiento. No me ahogué gracias a un nadador egipcio que me acompañaba —creo que se apellidaba Helmy—, quien me sostuvo hasta que me subieron al bote.

—¿Fue lo único que intentó en Europa?

—No, el 1º de agosto de 1925 participé de la Maresón de la ciudad de París. Se realizaba en el río Sena sobre 400 kilómetros. Intervinieron doce nadadores y yo fui la única mujer de la partida. Llegué cuarta y en el camino quedaron nueve hombres, que abandonaron debido al frío y a la fuerte lluvia. Ganó un marino francés que se llamaba Joseph Ledrant. Pero creo que me llevó los mejores aplausos. Cuando subí por mis propios medios la escalera empotrada en el paredón de piedra del Sena, una multitud me esperaba para ovacionarme.

—¿Siguió nadando cuando re-

grasó de Europa?

—En 1926 cursé en Londres estudios de educación física y masajes. Después me embarqué en el Highland Laddie rumbo a Buenos Aires. En ese viaje tuve algunas felices complicaciones y la natación se acabó para mí; conocí al que después sería mi esposo, Jaime Norman Clark. Curiosamente, a él no le gustó el agua ni para mezclarse con su whisky. En el verano, cuando vamos a nuestra casa en Pinamar, yo nado un poco y él se queda en la costa pescando.

—¿Volvería a intentar otra vez el cruce del río de la Plata?

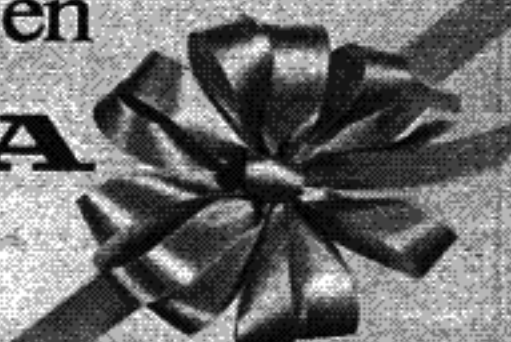
—Si tuviera algunos años menos, no le quepa ninguna duda que lo volvería a intentar. ■

# Hay que ir pensando en los regalos...



Entonces, piense en CUBIERTOS Y MENAJE **GAMUZA**

¡Línea de distinción!





## DEPORTIVAS Y TÉCNICAS SOBRE LA PREPARACIÓN Y RAID DE LA SEÑORITA HARRISON

Por el Dr. GOFREDO GRASSO

Director de la Oficina Médica del Club Gimnasia y Esgrima.

**CÓMO se gana un record.** — La ruta a seguir para obtener el tan preciado título de campeón mundial en cualquier rama de las actividades deportivas, es de lo más áspera que puede imaginarse y de lo más difícil de completar por los múltiples sacrificios que impone y por los fáciles riesgos de perder la salud si no se ha recurrido a la ayuda de un buen maestro fiscalizado por el médico especialista.

Además, la pretensión de creer que se conoce el alcance de las propias fuerzas, y la mala dirección, son razones suficientes y primordiales para que se malogren tantos jóvenes que en las primeras pruebas se perfilaban como futuros campeones.

El maestro G. Weber, manager de la Srta. Harrison, quien siempre predica en los deportes las ventajas y la necesidad de la ayuda y del control del médico especializado, al aconsejar a la misma la previa revisión médica y la fiscalización de la etapa final del severo entrenamiento a que la estaba sometiendo, nos permite la oportunidad de presentar a nuestros lectores una cantidad de datos interesantes que se refieren a la faz físico-funcional y de rendimiento de la nadadora.

Los lauros del triunfo coronando a la gentil deportista han revelado en forma amplia las bondades de esa colaboración científica, que ha permitido formular antes de la prueba el más cierto y aventurado pronóstico y exigir el máximo de esfuerzo sin que la salud se resentiera después de la misma, como lo comprobaron la integridad funcional de los órganos violentados y la facilidad con que aparentemente logró su éxito.

**El entrenamiento y su fiscalización.** — Esta vez la tarea inicial se nos presentaba más fácil, pues ya habíamos colaborado al éxito de la primera prueba de aliento que efectuó la nadadora el año anterior cuando conquistó el título de campeón sudamericano de permanencia y distancia en el agua, por lo cual el plan de trabajo y fiscalización se hizo desde un principio sobre una base firme y segura.

Así pudo lograrse, como lo indica el cuadro (pág. 9), que la Srta. Harrison hiciera desde el 5 de enero en que nadó 7 horas, en días alternados y progresivamente, una hora más cada vez, alcanzando a efectuar hasta 13 horas el día 17 de enero, sin temor de sobreentrenarla, pues diariamente se le observaban las condiciones físico-funcionales del corazón y generales.

Tenemos la convicción plena, de haber logrado llegar al justo límite de trabajo que podía permitirse para obtener el máximo de rendimiento, porque esta metódica observación nos indicó excelentes condiciones hasta que efectuó 12 horas de nado; a la vez siguiente notamos el primer indicio de ligera claudicación cardíaca, reduciéndose entonces de acuerdo con conceptos previamente planteados el número de horas de trabajo. Ese habría sido, pues, el momento de la plenitud y máximo del propio vigor físico.

Desde entonces siguió con relativa intensidad el entrenamiento al solo efecto de mantener la «forma» hasta el día fijado para la prueba, no necesitando aumentar el número de horas, pues ya teníamos aseguradas las suficientes para batir el record mundial.

Según puede verse en el mismo gráfico, resistió, sin mayores molestias, 89 horas de natación en 14 días, porcentaje enorme que representa un record que creemos sinceramente difícil haya sido superado.

Durante todo el entrenamiento se le tomó el pulso de pie y acostada cada vez que entraba al agua y nuevamente al salir y a cada 5 minutos hasta que se normalizaba el funcionamiento del corazón.

Del estudio efectuado al respecto, resulta que las condiciones del pulso mejoraban sensiblemente a medida que aumentaban las horas de trabajo, salvo el día 9 en que después de 9 horas de natación se notó un ligero retroceso, y, por consiguiente, le hicimos el examen del rendimiento cardíaco para asegurarnos que no tendría consecuencias ese decaimiento: dicho examen nos indicó que aún no se había llegado al límite de entrenamiento y entonces permitimos se siguiera el aumento progresivo de horas.

Cuando al hacer 13 horas se notó que el pulso indicaba menor resistencia que los días anteriores

(tardó 20 minutos en normalizar), y en vista de habernos formado un criterio de un máximo de rendimiento por la revisión del día anterior, exigimos se suspendiera la progresión.

Desde entonces no se pasó de 5 horas de natación.

Entre los días 21 y 24, por motivos propios al sexo, hubo de suspender su entrada al agua, reiniciándolas el día 25 con 3 horas, y como al revisarla al día siguiente observáramos un descenso de rendimiento permitimos aumentamos su trabajo a 5 horas. El día 29, otra vez en rendimiento normalizado indicaba máximo de «forma», y, en consecuencia, desde entonces sólo hizo 2 ó 3 horas hasta el día anterior al raid en que debía descansar.

Todo el entrenamiento lo efectuó en el Río de la Plata, saliendo del Club Náutico San Isidro, patrocinador de la prueba final, habiéndole tocado nadar en días de río con fuerte marejada y otras veces con corriente en contra, factores que en esos días hacían más violento el esfuerzo a efectuar.

**Variaciones del pulso durante el raid.** — Como puede verse en el gráfico aludido, al terminar el

preparable, pues se mantuvo próximo a 54,500 kilogramos, que era el peso normal al empezar el entrenamiento.

En la prueba final, pesada antes, la balanza acusaba 54 kgs. 500, y después de la misma, 53 kgs. 500, vale decir, sólo había perdido un kilogramo por el esfuerzo realizado. Nos llamó la atención esa mínima pérdida, pues en pruebas de otra naturaleza hemos observado mayores diferencias de peso, como aconteció en el último concurso de levantamiento de pesas, en el cual, el que menos, disminuyó, al terminar el concurso (que duró 5 horas), 1.600 kgs.

Durante el último entrenamiento tuvimos la precaución de hacer efectuar varios análisis de orina, factor importante que nunca debe descuidarse en pruebas severas, y como resultado de esos análisis tuvimos la seguridad de un buen funcionamiento del riñón.

Un último análisis efectuado con orina recogida al día siguiente del raid nos reveló abundancia de úrea y ligeros vestigios de albúmina (serina y globulina), cosa que sucede normalmente después de un gran esfuerzo y que tiene carácter transitorio y ninguna importancia para la salud.

Por último, otros factores que siempre hemos averiguado son el apetito y el sueño, cuyas variaciones podían darnos indicios sobre un principio de fatiga.

**Acción de la temperatura del agua.** — Para evitar la acción del frío, hemos utilizado los medios usuales y en la siguiente forma: Primero, una buena aplicación de aceite de hígado de bacalao generalizada a toda la piel y que sirviera al mismo tiempo como vehículo para el masaje previo al raid; después se aplicó una capa de vaselina-lanolina y, por último, otra de lanolina pura.

En esa última, operada la nadadora, en momento alguno se quejó de frío, aunque el agua nunca alcanzó a una temperatura que pudiera preocupar por lo frío, si bien hubo un descenso brusco de 5° al entrar al Río Luján, pues siempre se mantuvo entre 25° y 20°.

**Alimentación.** — Punto tan importante y decisivo en pruebas de esta índole se desarrolló en forma muy favorable que nos dejó plenamente satisfechos.

Durante los días de entrenamiento intensivo, tuvimos la precaución de hacerla alimentada como si se tratara del raid, a fin de habituar a la nadadora y de experimentar cuáles alimentos le resultaban desagradables o perjudiciales, resolviendo, en consecuencia, utilizar los siguientes preparados:

- Café amargo.
- > con yemas de huevo.
- > con azúcar.
- > con harina Nestlé.
- Azúcar en terrones.
- Uvas.
- Caldo de vegetales.

En las primeras cinco horas del raid se alimentó a cada hora y después, durante todo el raid, alguna de las otras preparaciones a cada media hora.

En total se le alimentó 39 veces, correspondiendo a cada preparado la siguiente proporción:

|   |                 |
|---|-----------------|
| Café con yemas de huevo . . . . .         | 4 veces         |
| > > harina Nestlé . . . . .               | 3 »             |
| > > azúcar . . . . .                      | 2 »             |
| > > amargo . . . . .                      | 3 »             |
| 2 terrones de azúcar . . . . .            | 11 »            |
| > > > > y 1 caramelo . . . . .            | 4 »             |
| Uvas sin hollejo y sin semillas . . . . . | 8 »             |
| Caldo de vegetales . . . . .              | 4 »             |
| <b>Total . . . . .</b>                    | <b>39 veces</b> |

La Srta. Harrison nos expresó después del raid que no sintió hambre, ni pesadez o malestar de estómago en momento alguno del mismo, tomando siempre con mucho agrado el alimento que le ofrecían.

Durante todo el raid, ni antes o después del mismo, tomó estimulante alcohólico o droga de cualquier naturaleza. Esto lo hacemos constar con íntima satisfacción, pues concuerda con lo expuesto en un anterior artículo nuestro en El Gráfico donde decíamos: no olvidar que el mejor estimulante es un buen entrenamiento...

**Después del raid.** — La revisión clínica de la Srta. Harrison efectuada después del grandioso esfuerzo, nos reveló una completa integridad físico-funcional de sus órganos, lo cual significa que ha conquistado el honoroso título de campeón mundial sin perjuicio de la salud y teniendo esa conquista como provechosa finalidad, la de estimular a nuestra juventud hacia el más completo y útil de los deportes.



Lilian Harrison

raid, las cifras del pulso indican su retorno a la normal en el mismo tiempo en que se efectuó el día 17, es decir, cuando juzgamos que debíamos dejar de violentar el trabajo diario para no sobreentrenarla.

Otro dato interesante que surge del estudio del pulso es la diferencia de 30 pulsaciones que hemos notado entre el pulso acostado y el de pie al terminar las 21 horas y 20 minutos del raid.

**Otros factores del entrenamiento.** — El factor peso, tan importante de cuidar, se presentó siem-

### RAID

| PULSO      | Antes | Al salir | a los 5' | a los 10' | a los 15' | a los 20' |
|------------|-------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|
| Je pie     | 76    | 116      | 98       | 88        | 84        | 76        |
| acostada   | 72    | 86       | 76       | 76        | 72        | 70        |
| diferencia | 4     | 30       | 22       | 12        | 12        | 6         |

Cuadro con las pulsaciones de la Srta. Harrison antes de la prueba, al terminarla y a los 5, 10, 15 y 20 minutos después de haber salido del agua.