



EL SECRETO DE LA
ULTRARESISTENCIA
Más allá de los límites físicos

GUSTAVO LÓPEZ VAN DAM



Círculo Rojo
EDITORIAL

Primera edición: marzo 2021

Depósito legal: AL 521-2021

ISBN: 978-84-1398-237-3

Impresión y encuadernación: Editorial Círculo Rojo

© Del texto: Gustavo López-van Dam Lorenzo

© Maquetación y diseño: Equipo de Editorial Círculo Rojo

© Fotografía de cubierta: Depositphotos.com

Editorial Círculo Rojo

www.editorialcirculorojo.com

info@editorialcirculorojo.com

Impreso en España — Printed in Spain

Editorial Círculo Rojo apoya la creación artística y la protección del copyright. Queda totalmente prohibida la reproducción, escaneo o distribución de esta obra por cualquier medio o canal sin permiso expreso tanto de autor como de editor, bajo la sanción establecida por la legislación.

Círculo Rojo no se hace responsable del contenido de la obra y/o de las opiniones que el autor manifieste en ella.

El papel utilizado para imprimir este libro es 100% libre de cloro y por tanto, **ecológico**.

1. Prólogo

La evolución y subsistencia del ser humano a lo largo de la historia no ha sido fácil. Una constitución física débil, piel delicada y poca tolerancia a las temperaturas extremas, han sido algunos de nuestros principales condicionantes para afrontar los grandes retos de la humanidad en la antigüedad: Migraciones masivas en búsqueda prosperidad; Episodios de sequías y temperaturas extremas; Escasez de agua y comida...

Para afrontar estas dificultades, nuestra raza no disponía de la fortaleza y resistencia de otras especies. No podemos compararnos en forma alguna con los millones de Ñus y cientos de miles de antílopes que año tras año se embarcan en un viaje de cerca de 3.000km por la sabana africana. Además de sus características físicas, disponen de un recurso muy útil y es la capacidad de correr de las crías al poco de nacer. Esto permite que los cientos de miles de ñus que fallecen en la migración, tengan un remplazo que garantiza la supervivencia del grupo.

Nuestras crías no tienen esa autonomía y no estamos físicamente preparados para soportar condiciones tan extremas. En cambio, hoy hay cerca de 8 mil millones de seres humanos y los grandes mamíferos se han extinguido en su gran mayoría. Por tanto, ¿de qué recursos se ha valido el ser humano para situarse en lo alto de la pirámide y garantizar su pervivencia?

En primer lugar, algo no muy frecuente en el reino animal y es la capacidad prensil. Podemos manejar herramientas con soltura,

arrojar y portar objetos. Esto nos ha permitido fabricar armas para cazar y también útiles para confeccionar la ropa que nos protege del frío y del calor extremo, así como recipientes para transportar bebida y comida.

El segundo y más evidente recurso es la capacidad de raciocinio. Una capacidad intelectual que no solo nos permite concebir y crear útiles, sino algo aún más importante como es la de controlar y valorar la respuesta óptima ante un instinto.

Años de evolución posterior, provocaron modificaciones en las diferentes etnias dentro de nuestra raza para adaptarse al entorno en el que vivían: Mayor, o menor melanina en aquellas más expuestas al sol, fibras musculares más potentes, o resistentes, altura, ojos rasgados... Todos con una finalidad práctica.

Hoy en día y a pesar de la globalización que ha contribuido al mestizaje de nuestra especie, aun podemos observar tribus indígenas plenamente adaptadas a su entorno y que apenas han sufrido alteraciones. Ejemplo de ello es el pueblo bosquimano, que consigue subsistir en las regiones más inhóspitas de África y que aun practica la caza de persistencia. Este método de caza reúne las dos características mencionadas anteriormente para imponerse sobre un animal superior: Inteligencia y capacidad prensil.

La caza de persistencia, basa su método en el hecho de que un antílope, a diferencia del hombre, debe parar por completo para poder regular su temperatura. En caso contrario, muere.

Para sacar provecho de esta circunstancia, los bosquimanos se aproximan al antílope sigilosamente y lanzan un dardo que debilita al animal. Este sigue su instinto y huye.

Es aquí donde entra la estrategia. El menudo y fibroso bosquimano comienza una persecución a pie, a un ritmo que no le permite alcanzar a la presa, pero que a su vez al animal no le permite parar para recuperar la temperatura corporal. Al cabo de 30-40km la presa caerá exhausta.