

Els experts en fisiologia coincideixen: Kilian Jornet és un dels humans més extraordinaris

Segons un estudi, l'esportista ceretà és capaç de convertir el lactat en energia, cosa que li permet córrer llargues distàncies sense sentir fatiga.



Kilian Jornet té avantatges físics respecte de la majoria d'éssers humans / COROS

No és que corri més que la resta, és que el seu cos funciona d'una altra manera; el ceretà **Kilian Jornet** és un dels atletes més espectaculars que s'han vist en tota la història de la humanitat. I el cert és que aquí hi ha la diferència: no funciona com la resta.

Un estudi realitzat per fisiòlegs descriu **Kilian Jornet** com el “ser humà més extraordinari”. I una raó clau que el fa marcar diferències respecte a altres atletes és un tret molt atípic: és capaç de convertir el lactat en energia.

En general, el lactat (un compost orgànic generat pels músculs) sol causar fatiga en els esportistes. Per a **Kilian Jornet**, és pur combustible, cosa que li permet córrer distàncies extremadament llargues sense sentir el cansament que seria lògic.

A més, també compta amb una microbiota que funciona de manera diferent. En el seu cas és molt més diversa del normal, fet que provoca que obtingui més energia i això, al seu torn, li facilita una millor recuperació que impulsa el seu rendiment.

Dit això, no tot són avantatges físiques per a **Kilian Jornet**. En esports de resistència i llarga distància com els que practica, el component mental és tan rellevant com el físic, i aquí també és dels millors que hi ha entre competidors.

Kilian Jornet té la capacitat de mantenir una concentració màxima davant de qualsevol adversitat. Això provoca que la seva gestió d'aspectes com el dolor i la fatiga estigui molt per sobre de la mitjana. I quan el cos arriba al límit, permet que **Kilian Jornet** continuï endavant.

Lògicament, als factors diferencials del físic i la ment que acompanyen l'esportista català, també s'hi afegeix el fet que ha dedicat tota la seva vida a entrenar en condicions de fred extrem. Per això, el seu cos s'ha adaptat de manera natural a les condicions més adverses.

En definitiva, el de **Kilian Jornet** no és fruit de la casualitat: és una combinació de factors genètics, mentals i d'experiència que el converteixen en un dels esportistes més superlatius de tots els temps.