

# “Nos sacrificamos tanto que a veces nos come la presión”

La taekwondista viñamarina Fernanda -que viajó a Tokio 2020 y no pudo competir por dar positivo al test de antígenos- se refirió a las críticas que ha recibido el Team Chile por la falta de medallas en la última cita olímpica. “La gente fue cero empática”, señala. Agrega que otras disciplinas deportivas deben recibir más apoyo.

La taekwondista Fernanda Aguirre, 24 años, cuenta cómo a menos de un mes de concluido el evento más importante para los deportistas del mundo, aún está “un poquito sensible, dolida” y reconoce que en un momento “estuve muy mal”.

No es para menos: el solo hecho de clasificar a los Juegos Olímpicos de Tokio es una hazaña para la que se preparó desde los 8 años, cuando se inició en esta disciplina, pero no pudo competir luego de dar positivo en el test de antígenos por COVID-19. Fue un esfuerzo de “toda la vida” que se vio frustrado al ver cómo, en sus palabras, le arrebataron “ese sueño que tanto anhelaba”.

Reconoce que como deportista de elite tuvo que dejar muchas cosas de lado: “Mi vida personal, los estudios. Todo era 100% taekwondo. 100% Juegos Olímpicos”, enfatiza.

De a poco ha salido adelante: “Es difícil, pero tengo mi sicólogo que me ayuda, mi familia que me apoya, hubo miles de personas que me mandaron un mensaje”, dice sobre el proceso de recuperación. “Estoy bien, era parte del juego, de las reglas, de la competencia; estaba en las probabilidades y me pasó a mí”, afirma con entereza.

Pero, más allá de no haber podido competir, hay otro sabor amargo que la deportista no puede quitarse de la boca: la serie de



FERNANDA AGUIRRE SE PREPARA PARA SER ENTRENADORA ESTUDIANDO EN LA UVM.

críticas recibidas por el Team Chile ante la falta de figuración en el medallero.

“La gente fue cero empática”, acusa, explicando que se trata de personas que desconocen la trayectoria que significa llegar a unos Juegos Olímpicos. “No tienen cultura deportiva”, asevera.

La futura entrenadora-carrera que cursa actualmente en la UVM, agrega que la situación le molesta porque “afuera yo soy la chilena. No me ven por mi nombre, me ven por mi país, por lo que represento”, asegura.

## MENTE Y CUERPO

Para mantenerse a nivel competitivo, no solo se requiere de disciplina y constancia; la taekwondista explica que la ecuación es “50% tu mente y 50% tu cuerpo”. Y por eso le parece importante que casos como el de Simone Biles pongan el tema sobre la mesa: “Nosotros vivimos dando un cien día a día. Nos sacrificamos tanto que obviamente a veces nos come la presión. Es muy intenso”, confiesa.

En declaraciones anteriores la propia deportista reconoció haber sufrido

depresión. “Necesitamos al psicólogo que está ahí, yo a mi sicólogo lo tengo en cancha todos los días conmigo, él me pregunta cómo estoy, cómo me siento, me ayuda con los ejercicios de respiración, etcétera”, relata.

Aguirre reconoce que el Estado invierte mucho dinero en los atletas, pero que no es suficiente. Sin embargo, más allá de exigir al aparato estatal, la seleccionada nacional cree que son otros los sectores llamados a involucrarse. Concretamente, cree que falta una mayor participación

de los privados y una mejor visibilización por parte de los medios de comunicación: “Hay gente que tiene lucas o la tele que puede generar más promoción a los deportistas”.

Asimismo, asegura que se deben potenciar otras disciplinas -más allá de las más tradicionales o masivas- aprovechando las características geográficas del país: “No está solamente el fútbol, tenemos océano, hay muchos deportes acuáticos, tenemos la montaña, tenemos de todo. Hay miles de deportes (...) a los niños se les tienen que inculcar los deportes desde chicos, ramos de cultura deportiva, necesitamos que se masifique más. Hemos avanzado, pero falta”, denuncia.

Para ella, es clave que todos puedan recibir los beneficios de la práctica deportiva: “El deporte es lo mejor que me ha pasado en la vida y creo que puede ayudar a muchas personas”.

La futura entrenadora afirma que “el deporte es salud” y que “puede ayudar a muchas personas” más allá del bienestar físico: “A mí me orientó mucho. Soy una mujer autosuficiente, que tiene carácter”, manifiesta.

La taekwondista confiesa que al igual que experimentan muchas mujeres, en su juventud vivió situaciones de acoso: “Vas en un grupo en la micro, pasa un tipo y te toca o algo por el estilo”, contex-



“Hay gente que tiene lucas o la tele que puede generar más promoción a los deportistas”.

tualiza. “Uno no sabe qué hacer, pero yo, con el tiempo gracias al deporte he logrado poder anteponerme a esa adversidad o a cualquier cosa que me pueda pasar”, asegura.

Ser una deportista de alto rendimiento le ha significado aprender valores para desenvolverse en la vida desde niña. Dice que su disciplina le “ha enseñado a ser persistente, perseverante y responsable”. Además, reconoce que el deporte “abre muchas puertas” y que gracias a eso siente que es una referente para muchas pequeñas: “Es algo que me genera mucho orgullo”, declara.

Luego de tomarse un descanso, Fernanda Aguirre espera poder competir en los próximos eventos como los Panamericanos Santiago 2023 y los Juegos Olímpicos de París en 2024. “Estoy muy motivada, tengo muchas ganas de salir adelante y luchar por mi sueño”, concluye. 🌟