



Secciones

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Otros deportes

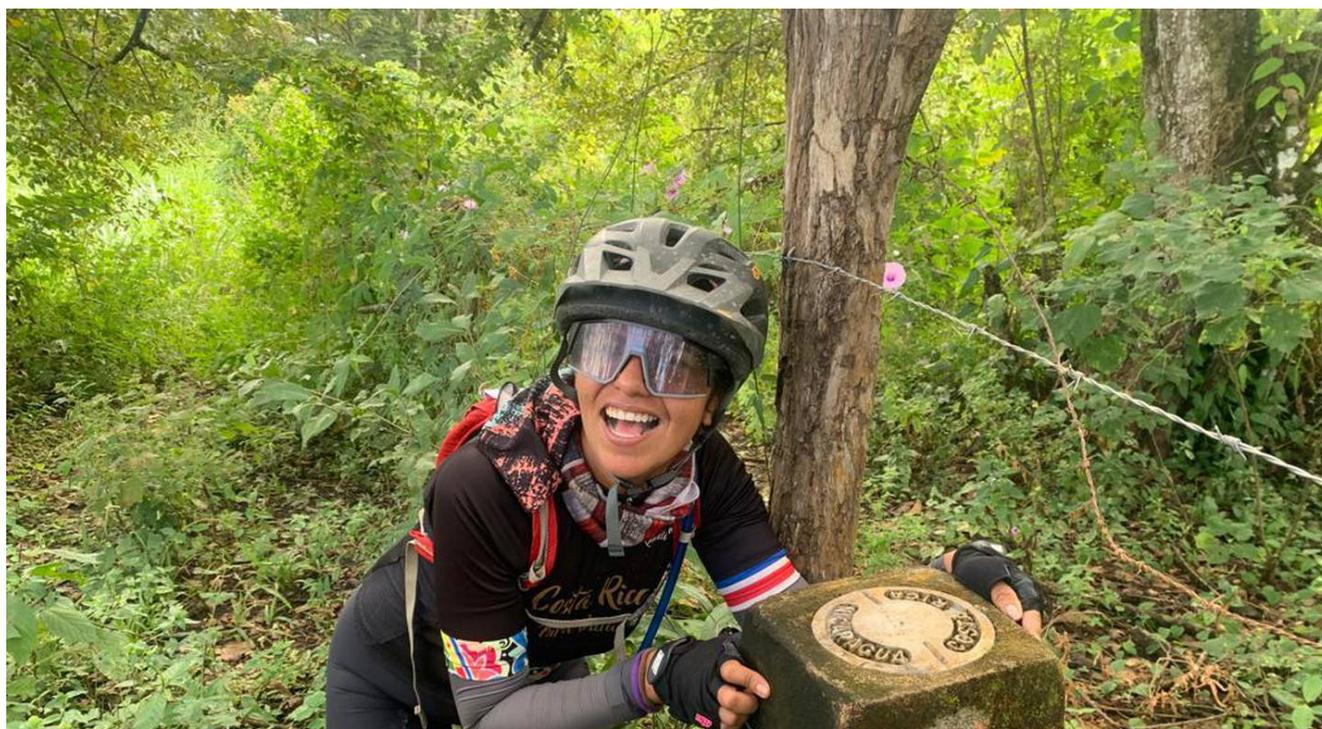
## Marylin Mejía vio un hobby en la bicicleta sin imaginar que impondría récord en reto de sobrevivencia

Ella simplemente quería terminar una carrera muy exigente de frontera a frontera, pero se convirtió en la primera mujer en completar los 630 kilómetros de la prueba 'El Camino de Mulas'

Escuchar

Por Fanny Tayver Marín

29 de enero 2022, 7:33 a.m.





Cuatro días después de que emprendió el reto en la frontera con Panamá, Marylin Mejía no podía creer que estuviera en la frontera con Nicaragua. (Cortesía)

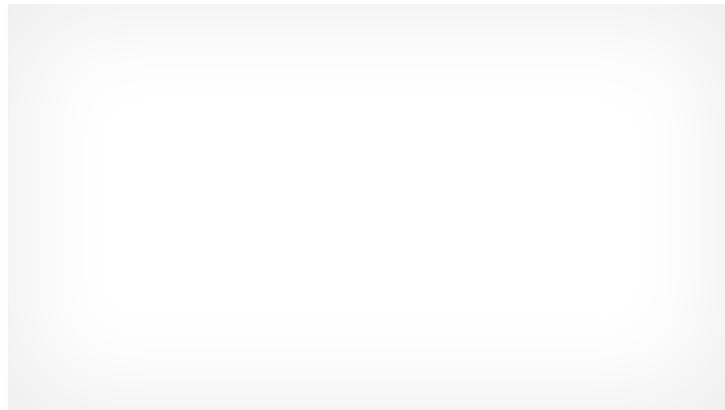
Marylin Mejía no tiene entrenador, no se dedica al ciclismo profesional, pero se enamoró de la bicicleta y cayó en cuenta de que pedaleando puede llegar tan lejos como se lo proponga, como lo hizo en 'El Camino de Mulas'.

Ella acudió a esa competencia de sobrevivencia de 630 kilómetros, de frontera a frontera y se convirtió en la única mujer que ha completado esa distancia en la prueba.

Publicidad

Salió de Cañas Gordas, en la frontera con Panamá y después de 98 horas y seis minutos cruzó la meta, en Santa Elena de La Cruz, en Guanacaste, en la frontera con Nicaragua.

PUBLICIDAD



“Yo no iba a hacer la carrera con el fin de lograr un récord, simplemente mi reto era lograr llegar a la meta, ya que yo sabía lo difícil que era esa carrera. No es de las normales, de las que se dura un día haciéndolas y listo. Esta no, es una carrera de sobrevivencia, de mucha fuerza mental, de mucha fuerza física, de un montón de cosas que mi reto era nada más llegar”, relató Marylin Mejía en charla con *La Nación*.

Esta vecina de Heredia que acaba de cumplir 36 años cuenta que durante toda la carrera nunca supo en qué lugar iba. Lo único que le preocupaba eran los cortes, porque debía llegar a diferentes puntos a una hora determinada, según las reglas de la organización.

“Si llegabas antes no había problema, pero si te pasabas de esa hora te descalificaban, porque ya no te daba tiempo de terminarla. Entonces yo iba más enfocada a eso, a terminarla y listo”.

Por los registros que iba marcando en los diferentes puntos existía una alta expectativa de que la lograra culminar, pero ni ella misma entendía por qué había cierta algarabía cuando la veían.

“Cuando me enteré del récord fue cuando llegué a la meta, en la organización estaban todos emocionados y yo ni sabía. La verdad, si hubiera querido hacer un buen tiempo, habría hecho las cosas hasta diferentes, porque yo no iba con esa mentalidad sinceramente”.

Mejía se convirtió en la primera mujer en culminar los 630 kilómetros en la historia de la competencia, pero también quedó en el quinto lugar de la general, detrás de Josep Betalú, Mario Meneses, Diego Loaiza y Pablo Pessoa.

“Estoy sorprendida, muy alegre y significa mucho, porque he notado que he motivado a muchas personas, hombres y mujeres en realidad, a que las cosas si uno quiere las puede realizar, las puede cumplir. Tiene un significado diferente a lo que yo en realidad pretendía, ya que no me esperaba un récord”, mencionó.

#### **¿Desde cuándo empezó a prepararse para esto?**

Yo en realidad, le puedo decir que no tuve una preparación como enfocada al 100% a esa carrera, yo seguí haciendo lo que siempre hago, que es andar en bicicleta. A mí me encanta andar en bicicleta y yo salía como siempre, lo único es que no sé el tiempo, pero de tres meses para acá traté de hacer fondos, más de noche.

Son kilometrajes altos, de más de 100 kilómetros, porque yo sabía que era de noche, una carrera que se cletea de día, noche, tarde, madrugada... Todo el día. Entonces empezamos con fondos de noche y madrugada.

El último entrenamiento fueron 235 kilómetros en un día en un lugar caliente y la preparación fue esa, un poco más de fondos en condiciones distintas a lo que estamos acostumbrados y enfocarse en qué tenía que llevar, porque la carrera es de autosuficiencia, no tenés asistencia de nada, no te van a dar asistencia de nada.



En Boruca fue su primera parada larga, de dos horas y tres niñas le hicieron carteles de apoyo por estar en El Camino de Mulas. (Cortesía)

### **¿Qué cosas llevaba?**

Tenés que ver qué llevás para hacer esa carrera. Había que llevar cosas personales, cepillo de dientes, todo lo que ocupaba. Hice una lista de cosas que necesitaba, que iba a ocupar sí o sí. Y la comida, yo sabía que tenía que comer más seguido, porque soy malísima en eso, no tengo ningún entrenador, no tengo nadie que me asesore, entonces empecé a averiguar qué podía comer y qué tenía que comer. Más o menos traté de hacerlo.

La preparación fue esa, hacer fondos y enfocarme en qué tenía que llevar, porque yo sabía que tenía que llevar cosas y si le ponés peso a la bicicleta es más difícil hacer la carrera, pero eso es algo inevitable, tenés que llevar cosas.

Y también más o menos ver como en qué lugares podría descansar, pero eso fue algo ilógico, porque a la hora del recorrido el cuerpo te lo pide.

No es como decir voy a dormir en tal lugar, no se puede. Aparte de que no hay como nada. Es complicado hacer una preparación de qué vas a hacer durante la carrera. Eso es impredecible, van pasando cosas y tenés que ver qué hacés, pero básicamente así fue como me preparé. No fue una preparación específica. En realidad hice lo mismo de siempre.

### **¿Qué es lo más difícil de esta carrera en sí?**

Lo más difícil de esta carrera es todo, todo, todo. Es difícil saber que no tienes asistencia, aunque eso la verdad yo he hecho muchos rides de salidas sin asistencia, pero regreso el mismo día a mi casa (ríe...).

Ya sabés que tenés que andar sin asistencia tantos días es difícil. Es difícil en sí la ruta de la carrera. Hay demasiado desnivel, muchas cuestas, es algo increíble. En los primeros 185 kilómetros tiene 7.500 de desnivel positivo, eso significa que más del 50% es puro ascenso, es subir, subir y subir. Y el resto también. Hay mucho desnivel.

La carrera tiene 630 kilómetros con 15.000 de desnivel y eso es muchísimo. Eso es difícil porque desgasta mucho. Otra cosa difícil de la carrera fue el clima, en la parte antes de llegar a Boruca es un calor insoportable, tanto así que en ese momento pude hablar con uno de los participantes que es de Guanacaste y decía que nunca había sentido un calor igual.

Dicen que ahí llega hasta 44 grados, es algo terrible el calor que pega ahí, no hay sombra ni nada y es puro ascenso, estar subiendo, subiendo y subiendo en un terreno donde el calor es realmente insoportable.



Ahí fue donde empezó la aventura y 630 kilómetros después, Marylin Mejía llegó a la meta en El Camino de Mulas. (Cortesía)

### ¿Y el descanso?

No podés descansar, no tenés como esa relajación de que después de 100 kilómetros te acostás a dormir, que pagás un lugar para dormir, porque no podés. Primero, no hay lugares cercanos uno de otro para poder alquilar.

Yo tuve que dormir en el corredor de una casa, tuve que dormir en un potrero y descansar 30 minutos, tuve que dormir en una pulpería. Es dormir donde el cuerpo te lo pide y eso es difícil. El cuerpo te está pidiendo descanso y no se lo estás dando como lo solicita. Esa recuperación no la lográs, hasta que terminés la carrera.

Otra cosa difícil es que tenés que andar sola, yo estuve sola prácticamente en un 90% de la carrera y hay muchos obstáculos, muchas cosas de cuidado que tenés que pasar, como el río Parrita, que es muy caudaloso, el agua a mí me llegaba por la cintura, me costó, pero lo logré, ese era uno de mis miedos.

Tuve que pasar un lugar que se llama Carara de noche y es como la selva literal, donde te puede salir un felino, te pueden salir culebras, son unos zanjones donde si te caés puede ser peligroso y entonces lo difícil de la carrera es todo.

Su ruta, su terreno, su clima, el hecho de que no podés recuperar. Todo, no podés alimentarte bien. Yo llevaba comida que me alcanzó para un día y medio tal vez, pero ya no tenía más y yo estuve pedaleando doce horas.

#### **¿Cómo hizo?**

Sé que está pésimo, pero es que yo no tengo entrenador y no tengo nada, entonces soy una mortal normal que pedalea y me quedé sin comida. No habían pulperías, en ese momento no había nada abierto y como hasta ocho horas después de no haber comido nada me encontré una pulpería y me compré un jugo con unos platanitos, porque casi no había nada.

Ahí pregunté por un restaurante y me dijeron que como a los 2 kilómetros había uno, seguí, lo encontré, pero estaba cerrado.

Terminé con más de 12 horas prácticamente con los platanitos y el fresco. Me bajé de la bici y empecé a empujarla en una cuesta porque me sentía mal. De hecho pasó un motociclista y me preguntó si estaba muy cansada. Yo no tenía cansancio, es que no tenía comida me sentía mal y le dije que si había algo cerca.

Me respondió que como al kilómetro estaba un bar y que ahí me podían atender. Empujé la bicicleta casi que por lo menos 500 metros hasta llegar a ese bar restaurante y me pedí unos camarones de agua, le dicen. Y comí desesperada, con las manos, como una indigente.

De verdad me sentía muerta. Pasé varias anécdotas porque de verdad que esta carrera es difícil. Es de mucha fuerza física, mental, porque más de uno se hubiera desvanecido al no encontrar comida. La carrera es difícil toda, tenés que estar muy seguro de que tu objetivo es llegar y lo querés lograr, porque sí es una carrera muy difícil.

#### **¿Desde cuándo anda en bicicleta? ¿Cómo empezó?**

Yo empecé a andar en bicicleta desde hace dos años y medio. En junio cumpla tres. Una tía es de Grecia y mandaba fotos de que andaba con sus hijas y me agarró el interés. Me compré una bici, no sabía nada, me asesoré con otras personas y me la compré.

Ese mismo día que compré la bicicleta había una muchacha colombiana haciendo fila detrás mío y me empezó a hacer conversación. Le dije que pensaba salir los domingos con mi tía, a andar por ahí y me comentó que tenía un grupo de amigos que son cleteros.

Le di mi contacto un domingo y el jueves ya yo estaba en una nocturna, que me invitó. No llevaba ni luz, me prestaron una y así empecé. Fui como muy atrevida, porque después de ahí mi siguiente salida fue a Cerro Dantas, que es durísimo y mi tercera salida fue al Volcán Barva y yo me fui con ese grupo.

Fue algo muy inusual, nunca salí con mi tía, que era mi propósito. Empecé a conocer a gente bonita y me entusiasmé y es que lo que hago lo disfruto, eso es lo que yo hago.

Yo salgo porque quiero salir y lo estoy disfrutando, no porque tengo que hacerlo. Así es como empezó todo y ahora he hecho un montón de cosas en bicicleta.

#### **¿Cómo combina el deporte con su profesión de farmacéutica?**

Soy farmacéutica y no puedo tomar ni antiinflamatorios porque soy alérgica. Todo mundo me molesta, me dicen que seguramente usted se mete cosas en la farmacia y yo... Si supieran que soy alérgica (ríe...).

Como lo de la bicicleta ha sido un hobby, porque eso es lo que es para mí, no vivo de ello, entonces no tengo como gran problema. Quizás un profesional haga cosas de más. Yo salgo casi todos los días, los días que no trabajo salgo más tardito para dormir más, los días que sí trabajo me levanto a las 4 a. m. para andar dos horas, aunque sean 20 kilómetros y no es porque tengo que hacerlo, sino porque ya estoy acostumbrada y vieras que si yo no salgo en bicicleta me siento amargadísima durante el día, sin energía, me siento mal. De verdad.

Y yo salgo en bicicleta en la madrugada para ir a trabajar y soy otra, llego feliz, contenta, con energía. Claro, a las 9 p. m. ya estoy cansadísima, pero en el día paso muy bien y entonces la verdad lo que hago es eso, tratar de acomodar las horas para poder salir.

Los domingos que tengo libre, junto con mi pareja, hacemos una salida más exigente, un fondo o algo así, pero con el afán de disfrutar, no de ir a hacer un tiempo. No tengo entrenador y no hago más que andar normal y corriente en la bicicleta. Una amiga sí tiene entrenador, le pone intervalos, yo no. A veces la acompaño por acompañarla, pero yo no tengo un entrenamiento especial, no.

### ¿Que pasó después de la carrera?

Después de la carrera se dio un boom, muchas personas atentas, amigos y gente que ni conocía, mandándome muestras de apoyo que no pude ver durante el recorrido, pero después me puse a verlas una por una y de verdad que fue algo muy especial. Fue increíble, la gente me dice que siga con esto, que haga más cosas y me recupero.

Me fui para Limón, a unas vacaciones cortas. El sueño es lo que más me afectó porque en esos cuatro días lo que dormí fueron siete horas y media en total. Es difícil de recuperar, eso es lo que más me costó. Y tratando de comer ya bien otra vez, de hecho estaba con gastritis porque no hice los tiempos de comida normal y el estómago estaba resentido. De ahí en adelante todo normal.

---

#### Reciba el boletín: **Puro Deporte**

Entérese de los resultados de partidos y noticias sobre el deporte nacional e internacional

**Suscribirse**

Deseo recibir comunicaciones

Publicidad



Reciba noticias de Google News

En beneficio de la transparencia y para evitar distorsiones del debate público por medios informáticos o aprovechando el anonimato, la sección de comentarios está reservada para nuestros suscriptores para comentar sobre el contenido de los artículos, no sobre los autores. El nombre completo y número de cédula del suscriptor aparecerá automáticamente con el comentario.

Publicidad

## ÚLTIMAS NOTICIAS

**Uniffut se sacude de críticas por premura de arrancar el campeonato**

**Seis hombres entran a propiedad en Limoncito para acribillar a sujeto de 26 años**

**Cuando un lobo blanco es confundido con un husky: la historia viral que sorprende en TikTok**

**Cancelada audiencia con Jack Loeb y Sofía Agüero porque estaban fuera del país**

**A Josimar Alcócer prácticamente lo bajaron del avión hacia Belice por acuerdo verbal con club europeo**

**Ronaldo Araya destaca en Herediano y la afición de Cartaginés debe estar que se arranca el pelo**

Publicidad



© 2023 Todos los derechos reservados, cualquier uso requiere autorización expresa y por escrito de Grupo Nación GN S.A.

### Sobre nosotros

Grupo Nación

La Teja

El Financiero

Revista Perfil

Sabores

Aplicaciones

Boletines  
Versión Impresa

**Negocios**

Todo Busco  
Parque Viva  
Tarifario  
Printea  
Fussio

**Términos y condiciones**

Políticas de privacidad  
Condiciones de uso  
Estados financieros  
Reglamentos

**Servicio al cliente**

Contáctenos  
Centro de ayuda  
Planes de suscripción



Miembro del Grupo de Diarios América (GDA)