



Secciones



INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Revista Dominical

La joven de Alajuelita que contra todo pronóstico es hoy la mejor atleta en salto con pértiga de Costa Rica

Vielka Arias es la dueña de tres récords nacionales en esta prueba del atletismo. Hija de una madre adolescente, su historia es un recuento de pequeñas grandes batallas

Regalar

Escuchar

Por Jessica Rojas Ch.

03 de junio 2023, 08:07 a. m.

Una madre adolescente y primeriza está cerca de dar a luz a su bebé. A tres meses de cumplir 19 años, se prepara para afrontar una nueva vida llena de retos, no solo por ser madre joven, sino también porque, aunque no lo quisiera, vivir en un cantón como Alajuelita supone un desafío más.

La bebé llegó al mundo el 19 de junio del 2003. Como si no fuera poco, el parto fue supervisado, según contó la mamá. En la sala de partos había estudiantes de medicina apoyados por médicos de experiencia pero algo no salió bien.



Actualmente en Costa Rica no hay alguna atleta de salto con pértiga que se acerque a las marcas que ha impuesto Vielka Arias. (JORGE CASTILLO)

LEA MÁS: *Atleta que organizó rifas para comprar pértigas gana medalla de oro e impone récord en los Juegos*

“Me dijeron que era un parto supervisado, yo no sabía en ese momento de qué se trataba. Resulta que eran aprendices supervisados por un doctor. Me acuerdo que el doctor le dijo al estudiante: ‘No la jale así’ y le quitó a la bebé.

PUBLICIDAD

“Imagínese, yo apenas tenía 18 años. Cuando llegaron a revisarla después del parto, la enfermera le dijo al doctor que la chiquita tenía la cadera zafada, pues el doctor la vio y dijo: ‘No tiene una, tiene las dos caderas zafadas’. Vielka pasó sus primeros tres meses de vida con un arnés, tenía las piernitas amarradas”, recordó Anghie.

Pero desde ese momento, la pequeña demostró ser una luchadora, con madera de campeona, una atleta de altura (literalmente).

Publicidad

Esta es la historia de [Vielka Arias Mora](#) y de su mamá Anghie Mora. Su andar ha estado llena de desafíos, esfuerzos y retos pero también de muchísimas medallas y podios.

Publicidad



Por su gran desempeño deportivo, Vielka Arias recibió un reconocimiento a su carrera por parte de la Federación Costarricense de Atletismo. En su casa guarda con cariño y buenos recuerdos todas las medallas que ha cosechado. (Mayela Lopez)

Actualmente, Vielka se desempeña como atleta, especializándose en una disciplina poco común en nuestro país: el salto con pértiga. Este deporte es muy curioso y exigente, tanto en la parte deportiva como en la inversión económica y física necesaria para practicarlo.

Vielka vuela alto desde hace poco más de cinco años. Actualmente, es dueña de tres récords nacionales: 3 metros con 40 centímetros (3.40) en juvenil U 20 (menores de 20 años); el juvenil U20 en los Juegos Deportivos Nacionales con 3.50 y el nacional mayor con 3.55.

Vielka Arias vuela sin alas

Vielka Arias vuela sin alas

Su calidad y destreza la ubican como la mejor en su disciplina, tanto que en el país no tiene rival y debe competir contra sí misma, ya que las otras jóvenes que practican esta disciplina no se acercan a su nivel.

Con apenas un metro con 55 centímetros de estatura y 53 kilos de peso, la joven vuela sin alas, a pura fuerza y práctica. Antes saltaba con una pértiga prestada, la de su entrenador. Y aunque no era adecuada para ella, aún así se dedicó a imponer récords.



A mediados de mayo, Vielka compitió en un torneo de atletismo donde ganó medalla de plata en 1 x 400 relevos y medalla de oro en salto con pértiga, pero no pudo superar su propio récord de 3.55. (JORGE CASTILLO)

Una de las pértigas con las que salta mide 3 metros con 96 centímetros de largo y pesa 59 kilos; la otra es de 4 metros con 26 y pesa 63.5 kilos. Ambos implementos son más largos y pesados que los que debería de usar, pero por su fuerza y velocidad son adecuados para que no la boten ni tampoco se quiebren.

Estas pértigas las compró a punta de rifas que ella y su mamá hicieron porque en el país no encontraron alguna que fuera adecuada para su peso y estatura. Los precios de las pértigas rondan los ₡400.000 y, por supuesto, tienen que comprarse en el extranjero, lo que implica otro gasto más.

De un barrio pequeño a ser la mejor del país



Vielka, su mamá y sus dos hermanas menores (Kamila y Mya) son vecinas de la localidad de El Llano, en Alajuelita. Allá, en las faldas del cerro San Miguel, donde se ubica la gran Cruz de Alajuelita, Vielka creció.

Era una niña inquieta, según recuerda su mamá. Impetuosa, buena, estudiosa y responsable -aunque algo “contestoncilla”-; características que aún guarda. Se graduó de un colegio técnico y ahora cursa en la universidad la carrera de ingeniería en sistemas. Además, gracias a lo que aprendió en la secundaria se desempeña como fotógrafa de eventos de atletismo y así se ayuda en los gastos para practicar un deporte que cuenta con poco apoyo económico.

La pasión de Vielka por el atletismo comenzó cuando estaba en la escuela. Su profesora de educación física vio talento en ella y empezó a fomentarle el interés y la disciplina en el deporte.



Vielka vive en Alajuelita con su madre Anghie Mora, quien la tuvo siendo apenas una adolescente. (Mayela Lopez)

LEA MÁS: *Los alegres veteranos que golean a la rutina y bailan al estrés*

“Me empezaron a llevar a Juegos Estudiantiles, a pruebas de 100 y 200 metros. También saltaba con pértiga, pero era con un palito chiquitito”, recordó la atleta.

Después de practicar en la escuela, cuando ingresó al Liceo de Alajuelita siguió compitiendo en categorías estudiantiles hasta que se unió al equipo de atletismo alajueliteño.

La rama que dominaba en ese entonces era la de 2000 metros con obstáculos. Su tenacidad y capacidad la llevaron a ser campeona nacional y ganar el pase a su primer torneo centroamericano juvenil del que se trajo el tercer lugar. Tenía apenas 13 años.

Sin embargo, una prueba muy difícil llegó a la vida de Vielka y su familia. En el 2016 falleció su abuelo don Freddy, quien era muy unido a ella. La pérdida le provocó un gran dolor a la muchacha, por lo que bajó un poco la intensidad deportiva e incluso la académica.

“Cuando Vielka comenzó fuerte en el atletismo fue por la muerte de mi papá. Ella ya competía cuando él estaba enfermo, pero cuando murió le afectó muchísimo. Por eso me dijeron que tenía que enfocarse en el deporte para que saliera de ese susto y esa ansiedad que cargaba”, contó la mamá.

En el colegio la joven también vio efectos por su duelo. Anghie la instó a que pasara el primer semestre de los estudios para retomar fuerte los entrenamientos.

El 18 de mayo anterior, Vielka compitió en el torneo JUNCOS 2023. Participó también en otras ramas del atletismo, como relevos. (JORGE CASTILLO)

“Ella se bloqueó, tenía ataques de pánico y ansiedad, pero el deporte la ayudó a salir de todo”, agregó la madre.

Poco a poco Vielka fue recuperando su nivel pero un año después un nuevo obstáculo se le presentó: la tuvieron que operar de un quiste que tenía en un ovario.

“Estuvo en observación en la clínica y en el hospital por muchísimas horas. No nos decían nada hasta cuando nos llamaron para explicarnos que en el ultrasonido se veía el quiste, pero que dentro de él había un posible tumor y que no la podían operar hasta saber si era maligno o benigno”, recordó la mamá.

Fueron más de 24 horas de angustia desde el momento en que Vielka comenzó con los dolores hasta que le volvieron a hacer nuevos exámenes para confirmar el diagnóstico.

“Antes de los exámenes oré con mi tío y su esposa. Después Vielka y yo comenzamos a orar. Luego de un nuevo ultrasonido confirmaron que la masa había desaparecido. Vielka ya iba para cirugía porque era urgente antes de que se le reventara el quiste y la contaminara”, narró Anghie.

Vielka ha sido una guerrera toda su vida, así que luego de una recuperación muy positiva volvió a la pista, pero esta vez se propuso buscar otro equipo para tener más apoyo y entrenar de manera más formal.



Hasta hace poco tiempo la atleta pudo comprar sus propias pértigas, gracias a que ella y su mamá hicieron rifas. (JORGE CASTILLO)

Así fue como se unió al equipo de San José, donde al principio probó como corredora de 400 metros vallas.

Los entrenadores vieron la flexibilidad de Vielka y su técnica, por lo cual decidieron ponerla a prueba con algo que había hecho muchos años antes, pero que había dejado del todo: el salto con pértiga.

Aunque tenían toda la intención de prepararla en esta especialidad, por ser una rama tan poco común en el país, el grupo no contaba con el equipo necesario. Igual se las arreglaron para intentarlo.

La pista era de asfalto, no de tartán como es lo recomendado. No había cajetín, una especie de cajón que va enterrado en el suelo para apoyar la pértiga antes de efectuar el salto. Tampoco había colchonetas. Y lo más importante: no había pértigas.

“En ese momento mi entrenador era atleta de Goicoechea, entonces de vez en cuando el comité de ahí nos prestaba el espacio, yo entrenaba con la pértiga de él”, recordó la deportista.

Como pasa muchas veces con los atletas jóvenes del país que no tienen medios económicos para desplazarse a sus entrenamientos, Vielka no pudo viajar más a Goicoechea, así que siguió intentándolo en San José, aunque sin las condiciones idóneas.



Este salto lo realizó Vielka durante su participación en Juegos Nacionales, en enero del 2023. Por su edad aún le queda un año más en esta competición. Foto: Cortesía.

Para ese momento ya había pista de tartán josefina, pero nada de colchonetas ni pértigas. “Lo que hacíamos era que en la arena de salto largo, donde había una fosa, ahí saltábamos. Era correr, saltar y caer en la arena. No podíamos hacer saltos muy altos porque teníamos que caer en la arena. Me acuerdo que iniciando una compañera cayó y se rajó la cabeza”.

Aún así, con las pocas condiciones para entrenar y con una pértiga prestada, Vielka logró la marca para clasificar a su primer campeonato centroamericano juvenil, pero no participó porque no tenía la suficiente experiencia.

Al siguiente año, en la categoría U-18 sí compitió en El Salvador; sin embargo allá no tuvo una buena participación porque de nuevo las condiciones influyeron mucho. “No pude hacer la marca para participar ya estando allá. Iba sola, entonces fue muy complicado porque no tenía un entrenador conmigo que me corrigiera”, recordó.

Cuando llegó la pandemia, Vielka, como otros muchos atletas en el país, vio su actividad deportiva tomar un receso forzado. Empero, el retorno fue por todo lo alto en el campeonato centroamericano mayor que se realizó en el Estadio Nacional. Esa vez logró marcar 2.80 metros.

En el torneo conoció a una chica que sería fundamental en su carrera. Ambas compitieron juntas, iban una detrás de la otra en cuanto a marcas. La muchacha sí tenía su propia pértiga, una especial para su peso y su altura. Hicieron amistad y terminaron entrenando en el mismo equipo. La joven deportista le prestaba a Vielka su pértiga para entrenar y competir. A partir de ahí la historia tomó un mejor rumbo.

En uno de tantos enfrentamientos, Vielka logró marcar 2.86 metros. Era nuevo récord nacional juvenil y ¡también mayor!. “Me llamaron para la Selección Mayor, era mi primer torneo centroamericano y logré el tercer lugar”, narró.

Vielka Arias se graduó de un colegio técnico y ahora es estudiante universitaria en la carrera de ingeniería de sistemas. (Mayela Lopez)

Poco a poco las medidas fueron subiendo hasta colocar a Vielka como la mejor saltadora del país en la actualidad. Ella misma es quien bate sus propios récords.

La atleta recordó que en el 2021 en Juegos Nacionales marcó 3.10 metros. Después alcanzó los 3.45 para dejar así la marca más alta en el campeonato centroamericano mayor. Pocos meses después, en su primer centroamericano U20, marcó 3.20 y así rompió la marca nacional en esa categoría.

En la competencia siguiente, un evento abierto, logró saltar una altura de 3.40 metros, dejándose así el récord nacional juvenil y mayor al mismo tiempo.

Este 2023, de nuevo en Juegos Nacionales, marcó 3.50 metros, volviendo a dejar una nueva meta en categoría juvenil. Después saltó su mejor altura, con 3.55 metros en el campeonato nacional mayor que conquistó en abril de este año.

La visión de Vielka era pasar los 3.60 metros en el pasado torneo mayor centroamericano, pero los nervios le jugaron una mala pasada: al saltar cometió un error que la llevó a caer fuera de la colchoneta y de paso le provocó una lesión en su tobillo.

La mejor en Costa Rica



“El salto con pértiga es muy técnico. El atleta no puede saltar hacia adelante, siempre tiene que ser hacia arriba. Si usted pesa mucho no puede tener una carrera larga, si no tiene suficiente fuerza no puede tener una pértiga muy larga. Si se hace mal la técnica la pértiga por causa del viento lo puede echar para atrás, otras se quiebran por el peso”, explicó la atleta.

La deportista está muy agradecida con varios patrocinadores privados que la apoyan constantemente para hidratación, gimnasio y hasta implementos de entrenar, ya que reconoce las dificultades de practicar un deporte con tan poco apoyo. (JORGE CASTILLO)

Según datos brindados de la Federación Costarricense de Atletismo (FECO A), en el país hay 11 jóvenes en competición femenina de salto con pértiga a nivel nacional, con edades que van entre los 15 y los 20 años.

Estas deportistas actualmente saltan entre 2 metros y 2.80, lo cual tiene a Vielka casi que en una categoría aparte.

“En las competencias soy la última en participar. Ahora que somos varias tengo que esperar a que todas terminen sus pruebas para competir yo. Cada participante tiene tres intentos, entonces son competencias que tardan entre una y dos horas, eso me lo hace a mí muy cansado porque tal vez yo he estado bajo el sol de la mañana sin competir, por lo tanto cuando ya me toca estoy exhausta”, explicó la deportista.

El nivel va subiendo poco a poco, pero en este momento Vielka no tiene competencia en el país. Su meta está en salir a torneos internacionales pero eso también se presenta complicado por lo que conlleva en gastos de viajes y preparación, incluso llevar su propia pértiga es algo que no puede hacer porque es un rubro muy caro.

“Tendría en principio que buscar un vuelo que me dé un seguro, que me acepte cargar una pértiga de cuatro metros que no se desarma. Además tiene que ser en un avión grande porque no caben en uno pequeño y que me aseguren que llegue intacta porque si llega golpeada o quebrada al otro país, no puedo competir”, dijo.

De acuerdo con la FECOA, en Costa Rica quien tenía el récord anterior fue la atleta Melissa Molina con una marca de 2.70 metros, el cual se mantuvo por varios años hasta que Vielka lo batió y lo llevó a los 3.55 metros.



El podio es un lugar común en la carrera de Vielka Arias. Ella además del salto con pértiga también practica otras disciplinas del atletismo en las cuales le va muy bien. (JORGE CASTILLO)

Además, como referentes nacionales destacan nombres como los de Karen Somoza y Nicole Soto, quienes fueron campeonas centroamericanas en los años 2011 y 2015, respectivamente.

“La pértiga en general en los últimos años ha tenido un gran empuje por esfuerzos que se han hecho como traer capacitaciones y también por parte de los atletas y sus familias en adquirir pértigas, porque antes no era muy común”, explicó Marco Brenes, secretario general de la FECOA.

La federación agregó que quienes practican esta rama por lo general son atletas que han entrenado gimnasia desde muy pequeños y que desde ahí se les enseñan habilidades para el salto.

En el plano local se busca que los jóvenes lleguen a superar la barrera de los 4 metros en su salto, pero para eso se requiere de una mejor infraestructura para entrenar.

Por el momento Vielka sigue entrenando con San José, además recibe apoyo de patrocinadores privados que la ayudan con temas de hidratación, gimnasio e implementos como ropa y tenis para practicar. Ella sueña con que esta rama del atletismo se profesionalice para llegar a competencias internacionales, pero sabe que además de su esfuerzo personal y el de su familia, se requiere de muchísima más atención de entidades públicas y privadas.

¿Qué es el salto con pértiga?



Es una rama del atletismo que consiste en utilizar una barra larga llamada una pértiga o garrocha, para impulsarse en un salto con el fin de pasar una barra elevada entre dos postes.



En esta imagen se ve la estructura que se utiliza para el salto con pértiga. La atleta Vielka Arias (en la foto) es la representante más importante de esta rama del atletismo en el país. Foto: Archivo.

Con cada intento la distancia de la barra y el suelo es incrementada para que los atletas intenten superarla. Junto con el de altura son los únicos saltos en vertical del atletismo.

Para practicarlo se necesitan varios implementos, iniciando por una pista de tartán que sirve para que los deportistas corran al tomar impulso, además de un cajón que puede ser de metal o de madera: este elemento está incrustado en el suelo y sirve para apoyar la pértiga antes del salto.

La barra es de metal y mide 5 metros de largo. Está puesta de manera horizontal sobre dos postes que la sostienen.

Estos postes o también llamados saltómetros están separados entre sí por 4.26 metros. Esta estructura es la que marca la altura de los saltos.

Por último, lo más importante: las pértigas. Suelen ser de materiales como fibra de vidrio o de carbono, medir hasta 5 metros y pesar más de 50 kilos.



Cuando Vielka comenzó a practicar el salto con pértiga, lo hacía con una garrocha que le prestaba su entrenador. En la escuela lo intentaba con un 'palito pequeño', según contó. (JORGE CASTILLO)



Únase al canal de La Nación en WhatsApp

Reciba el boletín: Revista Dominical

Un buen domingo merece artículos de profundidad e historias únicas

xcastro@inamu.go.cr

Suscribirme

Deseo recibir comunicaciones

Publicidad

Vielka Arias

Atletismo

Salto con pértiga



Jessica Rojas Ch.

Periodista de entretenimiento y cultura desde el 2012. Se especializa en temas de música nacional e internacional. Trabaja para La Nación desde el 2012. Graduada de la Universidad Internacional de las Américas en bachillerato de periodismo. Recibió una mención de honor en el 2022 en los premios de La Nación.



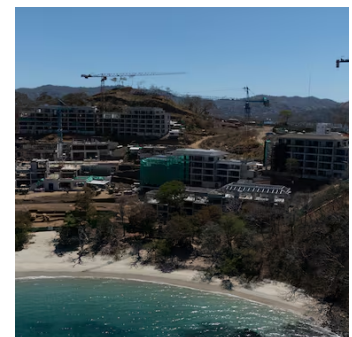
LE RECOMENDAMOS

Nancy Dobles muestra lo feliz que la pasa en Nueva York con Ignacio Santos



Hilton pospone apertura de Hotel Waldorf Astoria en Guanacaste

★ EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTORES



¿Cuándo mejorará el tiempo? Esto prevé el IMN



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

Lo más leído

¿Cuándo mejorará el tiempo? Esto prevé el IMN

Lotería de consolación, segundo sorteo: Premio mayor es para el 49 con la serie 773

Nancy Dobles muestra lo feliz que la pasa en Nueva York con Ignacio Santos

¿Por qué Uruguay es el único país de Latinoamérica que no festeja la Navidad?

Un policía muere y otro es trasladado de urgencia tras ataque armado en Batán

Publicidad



© 2024 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
- Paute con nosotros
- Printea

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)