



Secciones



INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

Publicidad

Puro Deporte

## Ligia Madrigal cuenta cómo evitó desfallecer cuando el Everest le dijo 'no'

Ligia Madrigal detectó los errores por corregir, cuando el año pasado sufrió un intento fallido por alcanzar la cima del mundo en su primera expedición. Lejos de echarse a morir, se propuso intentarlo de nuevo

Regalar



Escuchar

Por Juan Diego Villarreal

22 de mayo 2024, 06:20 p. m.



Ligia Madrigal afirma que cuenta con el apoyo de su familia y sus patrocinadores para volver al Everest e intentar la cumbre. (Albert Marín)

A su regreso a Costa Rica, después de estar 40 días lejos de su hogar, la costarricense Ligia Madrigal no tenía claro si intentaría nuevamente ascender a la cima del Monte Everest y alcanzar los 8.849 metros sobre el nivel del mar (msnm), después de haber desistido en el intento a mediados de mayo del año pasado.

Durante su expedición, en aquella pequeña tienda en lo alto de la montaña, acompañada por el frío y el viento, la madre y atleta no se imaginaba intentándolo de nuevo, dadas las dificultades que aquel inhóspito lugar le había mostrado.

No obstante, al retornar a casa, su esposo, Federico Escalante, con un pequeño comentario la convenció de intentarlo por segunda vez y dejar atrás las dudas y temores que le había planteado la montaña más alta de la tierra, donde fue exigida al máximo y supo lo que es estar cerca de la muerte.

**LEA MÁS: [Ligia Madrigal es la primera costarricense en alcanzar la cima del Monte Everest](#)**

**LEA MÁS: [Costarricense Ligia Madrigal vio truncado su sueño de completar ascenso al Monte Everest](#)**

“Conversando con mi familia y contándoles la historia que me sucedió, mi esposo me dijo: “Con esos conocimientos que tienes ahora, además de que te sentiste bien y sabes cómo es el teje y maneje en la montaña, sería un desperdicio no intentarlo de nuevo, especialmente porque el BAC (patrocinador) ofrece seguir apoyándonos hasta el final”, comentó Madrigal.

Durante dos días, la idea de su pareja rondó la cabeza de Ligia, hasta convencerse a sí misma de que era una gran oportunidad para completar el ascenso y convertirse en la primera mujer costarricense en lograrlo.

Publicidad

“Luego de reflexionar y contar con el apoyo de mi esposo, le dije que estaba dispuesta a volver, aún más con los conocimientos que había adquirido. Ahora sé qué aspectos debo reforzar y me gustaría regresar de esa manera. La idea es hacerlo nuevamente en mayo de 2024. Esa es la decisión que tomamos. Queremos intentarlo de nuevo”, admitió Madrigal a *La Nación* justo hace un año.

Publicidad

**LEA MÁS: [Costarricense Ligia Madrigal: 'Un indio que subió conmigo al Campo 4 falleció y ahora es parte de la montaña'](#)**

## Afinar la logística



La diseñadora gráfica y deportista de toda la vida tenía claro que debía mejorar algunos aspectos para intentarlo. Desde entonces, empezó a afinar esos detalles con su esposo Federico Escalante con el fin de llegar mejor preparada.

La preparación física había sido la adecuada. “Llegué muy fuerte y mi cuerpo se adaptó a la altura”. Madrigal consideró que quizás debía entrenar más el tren superior para fortalecer los brazos y la espalda, pues hay mucho uso de las cuerdas al escalar, tanto para subir como para bajar.

También se dio cuenta de que tener un buen sherpa es la clave de todo: “Se necesita que esté comprometido. Está claro que la persona que me acompañó (en 2023) no estaba en su mejor condición”.

La montañista costarricense recordó que no pudo lograr el ascenso en la primera expedición debido a problemas logísticos. Recordó que su sherpa, llamado Pemba, no se sentía bien físicamente y tenía algunos problemas de salud que impidieron que la organización le permitiera alcanzar la cima, a pesar de llegar hasta el Campo 4 (8.046 msnm).

“Desde que salimos del Campo 3 (7.100 msnm) hacia el Campo 4 (8049 msnm), Pemba comenzó a mostrar signos de malestar. Me dijo que su máscara de oxígeno no funcionaba correctamente y que le costaba respirar. Obviamente, no quería que se sintiera mal, pero sabía que algo no iba bien”, comentó Madrigal.

En el Campo 4, a Ligia se le informó que no podía ascender a la cima, a pesar de sentirse preparada. La escasez de tanques de oxígeno, debido al lento ascenso por la alta demanda de los montañistas que intentaban subir y aquellos que descendían en malas condiciones fue otro factor que contribuyó a que no lograra alcanzar la cumbre en su primer intento  
Ligia no quiso perder tiempo. Mucho menos la esperanza.



Únase al canal de La Nación en WhatsApp

Publicidad

### Reciba el boletín: Puro Deporte

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

documentacion@inamu.go.cr

Suscribirse

Deseo recibir comunicaciones

Ligia Madrigal

Monte Everest

Regresar en 2024



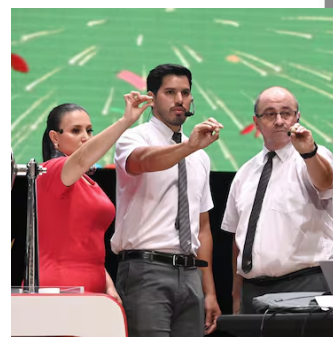
### Juan Diego Villarreal

Egresado de la Universidad Federada. Entre sus coberturas destacan los Juegos Olímpicos de Atenas 2004, compromisos eliminatorios de la Sele, así como Juegos Panamericanos y Centroamericanos y del Caribe.



### LE RECOMENDAMOS

**Lotería Nacional, estos son los números ganadores de este domingo 7 de setiembre**



**Vea el escalofriante accidente donde un vehículo dio 10 vueltas de campana en el Campeonato de Automovilismo**



**Personal de clínica fueron despedidos por ridiculizar a pacientes después de exámenes**



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

1. **La FWC pide ayuda: solicitan reportar avistamientos de una rara especie de serpiente que se creía extinta**
2. **Jaguar negro con rara mutación genética protagoniza un evento inédito que podría cambiar el estudio de la especie**
3. **El día se convertirá en noche por 6 minutos: cuándo y dónde será el eclipse solar más largo del siglo**
4. **Telescopio revela imagen sin precedentes de la corona del Sol y enciende alertas científicas**
5. **Lotería Nacional, estos son los números ganadores de este domingo 7 de setiembre**



© 2025 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)