

# Entrevista a Estefanía Álvarez Piedrahita

*Concedida a la Revista de Extensión Cultural de la  
Universidad Nacional de Colombia, Sede Medellín,  
el 20 de septiembre de 2021*

Estefanía Álvarez Piedrahita (Colombia 1994-v.)

Estadística de la Universidad Nacional de Colombia. Adelanta estudios de especialización en Gerencia de Proyectos en la Universidad EAFIT. Profesional en Estadística en Indeportes Antioquia. Como nadadora artística ha participado en varios campeonatos mundiales, fue campeona panamericana 2012, campeona sudamericana 2009, 2011, 2018 y 2021, y medalla de plata en los Juegos Centroamericanos y del Caribe 2018. Su dúo representó a Colombia en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016 y en los de Tokio 2020. Es integrante de la comisión técnica de atletas de la Unión Americana de Natación (UANA).



*Hola Estefanía, bienvenida de nuevo a la Revista de Extensión Cultural de la Universidad Nacional de Colombia, Sede Medellín. Hace ya dos años que tuvimos la oportunidad de conversar con usted y queremos que nos cuente ahora algunas cosas de la nueva experiencia de una segunda participación en unos Juegos Olímpicos. ¿Qué significa para usted haber logrado la clasificación a Tokio 2020?*

Para mí, lograr esa clasificación a estos Juegos Olímpicos fue una recompensa al trabajo de tantos años como también una gran responsabilidad. Llevar la bandera de Colombia en un campeonato tan grande como son los Juegos Olímpicos, y más los de Tokio 2020, es el resultado de un ciclo no de cuatro, sino de cinco años enfocadas solo en esa competencia, y ni hablar de todo el proceso de preparación durante toda la vida.

*Estos Juegos Olímpicos fueron diferentes por las condiciones impuestas por la actual pandemia: se pensó en su posible cancelación, finalmente se pospusieron un año y además no hubo público presente en los escenarios. Cuéntenos las diferencias más destacables con los anteriores juegos de Río de Janeiro, en los que también participó, y cómo afrontó las dificultades.*

Creo que las dos principales diferencias fueron que no había público y que no podíamos salir de la Villa Olímpica, pero en lo personal esto no le quitó para nada valor al campeonato. Aunque estos Juegos Olímpicos fueron realizados en condiciones diferentes, creo que todos los atletas estamos agradecidos con Tokio

por cumplir este reto, y con nosotros mismos por haber continuado con nuestra preparación sin saber aún si se iban a realizar, cuándo se llevarían a cabo o si se iban a cancelar.

*Ahora, la preparación también tuvo que ser diferente, y aunque suponemos que cada competencia es distinta y el entrenamiento también, la imposibilidad de llevar a cabo las prácticas por el cierre de los escenarios, las medidas de confinamiento y las normas de bioseguridad, seguramente implicaron esfuerzos extra y una actitud más comprometida. Describanos el proceso de preparación para Tokio 2020.*

El proceso fue muy diferente, estuvimos seis meses sin poder tocar una piscina, encerradas en nuestras casas entrenando, dependiendo de la calidad de la conexión a Internet día a día. Nuestra entrenadora Paula García buscaba la forma de que pudiéramos realizar el entrenamiento en tierra y no perdiéramos el estado físico del todo. Fue un proceso tanto físico como mental muy fuerte, ya que no sabíamos si en realidad nos preparábamos para un campeonato que se pudiera realizar finalmente. Pero el acompañamiento que tuvimos logró que el proceso se hiciera con la esperanza de que los juegos iban a ser una realidad.

*Seguramente, ya con su compañera Mónica Arango y su entrenadora Paula García han evaluado la participación de Tokio. ¿A qué conclusiones han llegado desde los aspectos técnicos y personales?*

Pensamos que los resultados fueron excelentes, nos enfrentábamos a duetos con muy buen nivel, los cuales han llevado también un muy buen proceso. Sabíamos que las cosas no iban a ser fáciles, pero queríamos hacer la diferencia para Colombia en este campeonato y así fue, subimos las puntuaciones con respecto a los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro de 2016 y fuimos el único país de Suramérica que participó en los de Tokio 2020, lo cual habla por sí solo de lo complicado que fue esta clasificación.

*Si de usted dependiera, ¿qué modificaciones haría en el sistema deportivo del país para seguir avanzando en el nivel que se ha logrado, tanto en la natación artística como en todas las disciplinas en general?*

Pienso que aparte de ayudar a visibilizar mucho más este tipo de deportes, que no son tan populares en nuestro medio, para que crezcan, hay que cambiar procesos para que estén enfocados en apuntar a lo más alto. Además, considero que es muy importante que las universidades puedan crear programas especiales para los atletas, y que puedan tener una carrera deportiva mucho más larga en el alto rendimiento sin que ello implique incompatibilidad con lo académico.

*Usted ahora es profesional, recién egresada del programa de Estadística de la Universidad Nacional de Colombia, Sede Medellín. ¿Cómo ha iniciado el mundo laboral y cómo lo ha integrado a su mundo acuático?*

Ahora me encuentro trabajando en Indeportes Antioquia, lo cual ha sido una oportunidad increíble para seguir aprendiendo de la vida laboral y vinculándola con el deporte, que creo que sería lo ideal, poder tener atletas que puedan relacionar su conocimiento profesional con la experiencia deportiva.

*Para terminar, denos un mensaje sobre las enseñanzas de vida que su hermoso camino le ha dejado.*

Siento que la vida está llena de cambios, de altos y bajos, lo importante es contar con personas que te alienten a seguir, buscar soluciones y persistir. A veces, por más difícil que resulte cambiar de dirección, es lo más indicado, porque puede haber sorpresas esperándote al final del nuevo camino.

*Mil gracias, Estefanía, siempre es un placer conversar con usted. Sus cualidades humanas, su amabilidad y su atención se suman a su nivel deportivo y hacen de usted un ejemplo para todos.*



Luis Fernando Escobar Arango, *Nocturno*, 2008, acrílico sobre tela, 150 × 150 cm.  
(Fuente: imagen suministrada por el autor).



*Rápidamente, la ciudad se destiñe ante tus ojos, se borran los rosetones, las estatuas sobre las ménsulas, las cúpulas*

*Quisiera tener separadas en la memoria las dos ciudades, no puedo sino hablarte de una, porque el recuerdo de la otra, por falta de palabras para fijarlo, se ha perdido*