

Carlos J. Véjar  
 cronica@diariollanquihue.cl

**E ENTREVISTA. DANIELA OJEDA**, taekwondista puertomontina que terminó el año como la mejor de Chile en +73:

# "He competido todo 2024 con el menisco externo desgarrado"

La puertomontina Daniela Ojeda, de 19 años, cerrará un 2024 redondo. En el último nacional de taekwondo, realizado en el Estadio Nacional, ratificó su buen presente y se coronó como la mejor de Chile en su categoría (+73).

Eso sí, la entrega de su medalla tuvo de dulce y agraz, por dos cosas: el 2025 no podrá competir, puesto que ya programó una cirugía para tratar un desgarro del menisco externo de la rodilla izquierda. Esto la tendrá al menos nueve meses fuera del tatami y cualquier actividad.

De hecho, su plan inicial era iniciar entrar a la universidad a estudiar kinesiología, sin embargo, esa aspiración tendrá que esperar en pos de mejorar su condición física.

Y en segundo término, para la anécdota, en el último torneo del año se colgó la medalla sin transpirar. Las otras clasificadas no llegaron a competir, ya sea por lesión o no cumplieron con los requisitos mínimos que Ojeda sí completó con éxito.

**—¿Cómo concretó su clasificación al último nacional del año, que decretó en el primer lugar en +73?**

—Tuve que viajar harto, juntar plata. El tema económico es algo fuerte. Fueron cinco fechas de liga, las cuales, para poder clasificar a esta final, se tienen que ir por lo menos a tres. Y hay que sacar podios sí o sí, porque si no, no tienes puntaje. Y sin ese puntaje no clasificas.

**—Qué características tiene la especialidad de +73, en taekwondo.**

—En las damas es la más pesada. En mi categoría no se ve mucho lo que es habilidad ni velocidad, pero lo que sí se ve es el tema de la fuerza. Cuando uno compite, el tema de la fuerza en las piernas, en los brazos, en todo lo que tú tienes para marcar puntos, te pide exactitud de fuerza, porque si no, no marcas el punto. Otra cosa importante es que los puntos se realizan a través de

"En mi categoría no se ve mucho lo que es habilidad ni velocidad, pero lo que sí se ve es el tema de la fuerza. Cuando uno compite, el tema de la fuerza en las piernas, en los brazos, en todo lo que tú tienes para marcar puntos, te pide exactitud de fuerza, porque si no, no marcas el punto"

"Quiero estudiar kinesiología. Siempre me ha parecido interesante todo lo que sea del área de salud. Antes de conocer el deporte, igual quería estudiar medicina, sin embargo, por el deporte mis últimos dos años escolares no fueron tan positivos, porque me dediqué a competir"

un sistema electrónico, tienes que tener un cierto rango de fuerza a pegar la patada. Si no se marca la fuerza mínima, no hay punto. Es clave la brusquedad, más allá de la habilidad o la velocidad.

**—¿Cómo se produjo la lesión en su rodilla?**

—Fue en entrenamiento, el año pasado. Hice una patada con salto, caí mal, y la pierna se me hizo una hiperextensión. Como no sabía lo que me estaba pasando, traté de moverla al rango que podía, pero me dolía demasiado enderezar y doblar. Sin embargo, seguí com-



DANIELA OJEDA ENTRENA EN LA ACADEMIA DRAGÓN BLANCO, A CARGO DEL PROFESOR ERWIN GONZÁLEZ.

petiendo todo 2024. Mi kinesiólogo me recomendó una resonancia y ahí supe que tenía el menisco externo desgarrado. También apareció un desgarro complejo en el cuádriceps, y un quiste popliteo, atrás de la rodilla.

**—Es decir, ¿su mejor año lo hizo con una rodilla a medias?**

—Sí, he competido todo 2024 con el menisco externo desgarrado, teniendo cuidados, vendajes y tratamientos, con cremas y medicamentos. Todos los traumatólogos que he visto me han dicho que sí o sí debo operarme.

**—Además, del deporte, ¿piensas seguir estudios o incursionar en el**

**trabajo?**

—Quiero estudiar kinesiología. Siempre me ha parecido interesante todo lo que sea del área de salud. Antes de conocer el deporte, igual quería estudiar medicina, sin embargo, por el deporte mis últimos dos años escolares no fueron tan positivos, porque le tomé más atención a competir que a los estu-

dios. Tampoco me iba tan mal, pero sí tenía como prioridad más el deporte que los estudios. Lo importante es que kinesiología es una rama de la salud para ayudar a personas.

**—¿Cómo fue el ser reconocida como la mejor de Chile sin tener que pelear en el último torneo?**

—Por clasificación, pude clasificar directo. Llegué al oro sin necesidad de combate, porque las personas que me seguían no cumplieron con los requisitos de las fechas. Si había una niña que me seguía el paso, pero se lesionó a mitad de año, entonces no pudo seguir participando. Ella tuvo la misma lesión que yo, pero en los dos meniscos, interno y externo. Entonces, fue razonable, se operó, y no pudo seguir participando este año.

En ese sentido, sí tuve la oportunidad de llegar al oro un poco más rápido, por así decirlo, pero también detrás de ese oro viene el sacrificio de la lesión. Por un lado, fue fome, como llegar y recibir que te den el oro, porque obviamente uno siempre espera la acción, el combate, entrar al tatami, sentir la emoción de ganar.

**—¿Quién o quiénes han sido clave para el logro que obtuvo?**

—Agradezco a Dios por la salud y fuerza para seguir compitiendo, a pesar de las lesiones. Mi familia, especialmente mis padres, ha sido un apoyo económico esencial. Han organizado rifas y ventas para ayudarme a competir. Este año, me apoyaron dejando mis estudios para enfocarme en el deporte.

Mi entrenador también ha sido fundamental, apoyándome en aspectos psicológicos y económicos, y adaptando los entrenamientos a mis necesidades.