

Jodi Vance, de 20 años, se desplomó cerca de donde se desarrollaba el Arnold Sports Festival. “Es sabido que en el fisicoculturismo se toman fármacos, en mayor o menor medida”, comenta Wilma González, ex participante del certamen.

Fisicoculturista estadounidense falleció a causa de una deshidratación severa

# El secado de la muerte: “Son técnicas que están en el límite del riesgo a la salud”



La española Wilma González participó del Arnold Sports Festival en Brasil, en 2017.

MIGUEL VILLARROEL M.

Una fisicoculturista estadounidense de 20 años falleció cerca del hotel Sonesta, en Columbus, estado de Ohio en Estados Unidos, donde se está desarrollando el Arnold Sports Festival, una de las competiciones más importantes del mundo, fundada en 1989 por el actor Arnold Schwarzenegger.

La joven Jodi Vance, que en 2024 logró el tercer lugar en la competencia amateur NPC Battle de Texas, se desplomó en el lugar y fue trasladada a un hospital donde no pudieron reanimarla. “Su corazón se detuvo debido a complicaciones de una deshidratación severa”, informó su familia a través de su Instagram (@jodi.vance.fit). En la misma red social, su entrenador, Justin Mihaly, aseguró que la joven “utilizó dos sustancias extremadamente peligrosas para mejorar su físico, supongo que para la Arnold Expo, sin mi conocimiento ni mi aprobación”, como un proceso de secado.

El coach dijo que las pruebas que le realizaron a Vance en el hospital “indican que probablemente utilizó un diurético ahorrador de potasio. Sabemos que ella tenía acceso a estas cosas, y ahora sabemos que las estaba usando. Ese diurético combinado con el fuerte fármaco quemagrasas tuvo algunos efectos secundarios negativos e hizo que Jodi tuviera un paro cardíaco”. Según la organización del Arnold Festival, Vance no era competidora, pero se encontraba acompañando a participantes con los que entrenaba.

“Si no estaba en competencia, lo más probable es que quería verse competitiva, para pasear por la exposición, ser vista por posibles auspiciadores, posar para fotos”, explica Kim Gutiérrez, la primera atleta de bikini profesional chilena, quien ganó el Arnold Classic profesional de 2016 en Brasil.

“En la competencia no es necesario que un atleta haga secado, en especial en las categorías femeninas. Es casi un mito, pero cada atleta decide si lo hace o no. Es, por así decirlo, la fase más cosmética de la preparación y se usa para eliminar el líquido que queda en el nivel subcutáneo, bajo la piel. No es para quemar grasa, ni para construir masa muscular en esa fase,

Jodi Vance había logrado el tercer lugar en una competencia en Texas en 2024.

sino que solamente es el toque final”, explica Gutiérrez.

La modelo española Wilma González también compitió en el Arnold Classic Brasil, en 2017, y cuenta que para esa competencia tuvo que realizar el famoso proceso de secado. “Es sabido que en el fisicoculturismo se toman fármacos, en mayor o menor medida, los días previos, para que no se vea el nivel de agua subcutáneo, no se toma nada de líquido y se note exageradamente marcada”, cuenta.

#### Diuréticos

“Mi coach siempre me recomendó

tomar poca agua antes de las competencias. Pero yo nunca la dejé de tomar del todo. Si en un día normal tomaba tres litros de agua, por ejemplo, durante el secado tomaba uno. Diuréticos nunca tomé”, agrega González.

“Los diuréticos son fármacos que están diseñados para eliminar excesos de líquido en las personas. En el contexto de la salud los usamos en dosis muy pequeñas, pero es bien conocido que de cara a una competición, los fisicoculturistas pueden llegar a usar diuréticos en dosis altísimas, habitualmente sin ninguna supervi-

sión, por lo cual hay riesgos de deshidratación severa”, comenta el doctor Nicolás Bunster Sobarzo, cardiólogo del equipo de medicina deportiva de Clínica Universidad de los Andes

Esa deshidratación severa “va de la mano con pérdida de electrolitos, como sodio o potasio. Lo que buscan es tener la menor cantidad de agua posible en los tejidos para que se marquen más, se definan más los músculos. Esa disminución de electrolitos, si tú no la controlas, si no la contrarrestas y no la mides, te puede llevar a arritmias letales o a un paro cardíaco”, advierte el médico cardiólogo.

“El gatillante de este posible paro cardíaco es, por lo general, niveles altos o bajos de potasio. El concepto general es deshidratación con desbalance de electrolitos en sangre”, explica el doctor Bunster. Sobre los quemadores de grasa, dice que “en primer lugar, no son muy efectivos en la quema de grasa, pero sí te dan un aumento de riesgo cardiovascular, independiente de que no tomes un diurético”.

La mezcla de estos dos tipos de fármacos, en conjunto con la disminución del consumo de agua, “son técnicas que están en el límite del riesgo de salud, no solo riesgo cardiovascular, sino que riesgo de daño renal, de problemas intestinales y neurológicos. Por lo demás, pensemos que si lo están haciendo por su cuenta, sin la supervisión de un equipo médico, es riesgo es aún mayor”, cierra el especialista.