

La hoy atleta participa este fin de semana del sudamericano en su disciplina en Buenos Aires

# Nicole Moreno superó choque y volvió al fitness: "Estoy orgullosa"

En mayo sufrió una lesión cervical que puso en jaque sus planes. "Puse todo de mí para recuperarme", cuenta.

SERGIO VALLEJOS

La noche del 13 de mayo pasado, la comunicadora y exponente de fitness Nicole Moreno (35) sufrió un accidente de tránsito en la esquina de Tabancura con Las Hualtatas (Vitacura). ¿Qué le pasó? Un vehículo chocó su auto por detrás, mientras ella estaba parada frente a una luz roja. La fuerza del impacto la dejó en urgencias con un latigazo cervical, lesión que comprometió sus planes deportivos: la también generadora de contenido se preparaba hasta ese momento para el torneo NPC Worldwide Sudamérica, a 45 días de su realización en Buenos Aires, Argentina.

"Es el evento más importante de mi disciplina en el continente y estaba en pleno proceso de puesta a punto cuando me ocurrió el accidente, en un momento pensé que no llegaba al sudamericano, di todo de mí para recuperarme", establece emocionada la protagonista de este artículo desde la capital argentina, donde este viernes hizo su pesaje oficial para así sellar su participación en el sudamericano. Competirá en la categoría bikini fitness. "Yo llevaba un año preparándome para este torneo, que es el más importante de la región, entonces imagínate cómo

estaba después de lo que me pasó", recuerda ella, quien este domingo se presenta en la instancia.

## ¿Muy difícil la recuperación?

"Claro que sí. Estuve súper angustiada. Después del accidente quedé toda golpeada, no me podía levantar a entrenar. Fue duro. Yo le decía a Dios *por qué ahora, por qué*. Estaba muy frustrada. Yo soy una deportista, quería sacar lo mejor de mí y no podía".

Tras el choque que tuvo, por recomendación médica, Nicole debió dejar de entrenar por una semana y media, tiempo en que también usó un cuello ortopédico. "Yo les decía a los médicos que quería participar igual del campeonato. Por eso llegué hasta Rodrigo Dözl, traumatólogo de la Clínica Meds, quien me ayudó mucho. Él me apoyó en esta recuperación, me acuerdo y me emocionó", evoca ella.

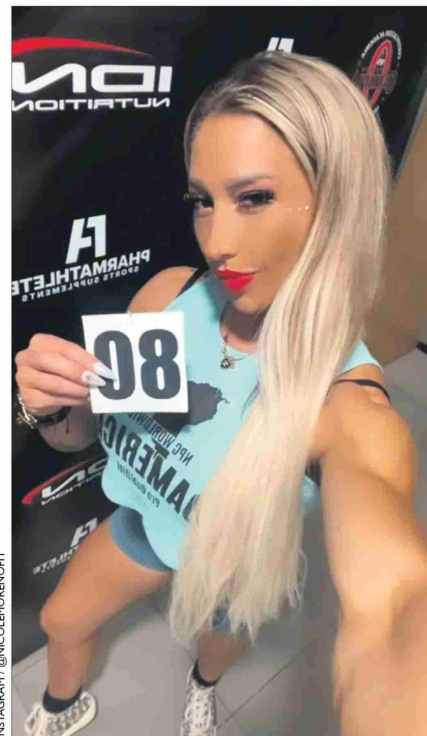
Luego de ser dada de alta de su accidente, Nicole empezó una lucha contra el tiempo para volver a ponerse a punto. Contactó entonces al preparador físico Mauro Cherokee, quien fue para ella "como un ángel, él es uno de los mejores, yo estaba desesperada por andar bien en el campeonato y él puso todo de sí para ayudarme".

Con regímenes de ejercicios de

casi tres horas diarias en el gimnasio, consistentes en una hora de musculación y ochenta minutos de cardio AM y PM, Nicole pudo cumplir su objetivo. "Estoy orgullosa de mí, es increíble lo que pasó. De estar casi descartada, ahora ya estoy lista para la competencia que tanto quería. Una no se da cuenta de las cosas porque pasan tan rápido. Pero me he dado cuenta que soy fuerte, resiliente. Independiente de los obstáculos, pude conseguir lo que quería. A mí nadie me ha regalado nada en la vida, todo me ha costado mucho".

## ¿Cómo se siente para el torneo?

"Yo voy a dar lo máximo de mí. Ya estoy acá, me la voy a jugar con todo. Me siento bien, he estado súper emocional por todo lo que me ha pasado y acá en Argentina se han portado increíble conmigo. Quiero destacar a las organizaciones NPC Worldwide Argentina (@npcworldwideargentina) y a NPC Worldwide Sudamérica (@npcworldwidesouthamerica), me he sentido muy querida y apañada por todos. Ojalá pueda ganar por Chile".



INSTAGRAM / @NICOLEMORENOFT

Este viernes hizo su pesaje oficial en el torneo de Buenos Aires, Argentina.