

De recibir un trasplante, a convertirse en atleta Spartan destacada



Cuando tenía **7 años**, Ana Karen fue **diagnosticada** con **Anemia aplásica**, una **condición médica** en la cual el cuerpo **deja de producir** suficientes **células sanguíneas**.

Luego de **4 años de tratamientos y pruebas**, la estudiante **recibió un trasplante**, sin embargo este **problema** de salud **interrumpió su trayectoria** como **gimnasta**, una disciplina que Ana Karen practicaba **desde pequeña**.

Hoy a **sus casi 20 años**, la estudiante encontró una **nueva pasión** en las **competencias de obstáculos**, logrando **segundo y tercer lugar** a nivel **nacional** en la **Spartan Race México**.

La **Spartan Race** es una **competencia de obstáculos** que abarcan **distancias** desde los **5 kilómetros**, hasta **50 kilómetros**, en donde las y los participantes deben completar **diversos obstáculos** a lo largo del camino.

El camino para convertirse en atleta Spartan

Tras recibir un **trasplante a los 11 años**, Ana Karen Ventura **intentó regresar a practicar gimnasia**, no obstante debido a la **pérdida de flexibilidad** la dejó y **optó por deportes enfocados en la fuerza**.

*“Afortunadamente **eso fue lo que me ayudó y sanó**, pero después de ese trasplante **no pude continuar en la gimnasia** porque ya no era lo mismo”*

*“Era frustrante que **ya no me salían las mismas cosas que antes**”, comenta la estudiante de **Negocios Internacionales** del [Tec campus Santa Fe](#).*

Durante años **Ana Karen** siguió haciendo **deportes como CrossFit** y logró correr **5 medios maratones** a los **18 años**.

*“El **ejercicio** yo siempre **lo he tomado** como una manera de **honrar mi salud** y **sentirme nueva**”, reflexiona.*

*“Cuando **terminó la pandemia**, me inscribí en un **club con clases de entrenamiento funcional** y ahí fue donde **alguien nos propuso competir** en la **Spartan Race**”.*

*“Tienes que **tener mucha condición física** porque son **carreras muy largas** y son en la **montaña**, casi todas son de **‘trail’** y **‘trail’** es **correr en la montaña**”, explica Ventura.*

Ana Karen compitió en su **primera Spartan Race en 2021** con una distancia de **5 kilómetros y 20 obstáculos** en el camino. Luego de **tres carreras**, clasificó en **segundo lugar nacional** de la categoría **18-24 femenino**.

*“El **ejercicio** yo siempre **lo he tomado** como una manera de **honrar mi salud** y **sentirme nueva**”.*

Deporte para honrar la salud

En **2022** Ana Karen completó su **segunda trífeca de Spartan Race** y clasificó en **tercer lugar nacional de su categoría**, sin embargo cuenta que **el logro tiene un significado más profundo**.

*“Lo siento como una forma de **agradecer la salud que hoy tengo** y después de darme cuenta que en **Spartan no tenía que haber empezado de chiquita** y que me estaba yendo bien, **descubrí un nuevo talento** y que **a la vez disfruto**”.*

“Nadie me está obligando a hacer esto y honestamente durante las carreras si lo sufres, entonces han sido subidas y bajadas porque el progreso no es lineal y no siempre logras los resultados que te gustan”, comenta.

De acuerdo con la estudiante el **participar en esta competencia va más allá de un reto físico,** pues también implica un **trabajo mental** significativo.

“Luego uno piensa que a los que les va bien no sufren y al contrario, a los que les va bien es porque saben cómo controlar la mente y saben que aunque tu cuerpo te dice que ya no puede, tienes que seguir”.

“Más que algo físico creo que para ser Spartan necesitas mucha fortaleza mental porque es una carrera de obstáculos que antes de retarte a nivel físico, te retan a nivel mental y si tu no crees que lo vas a lograr, no lo logras”.

Para la atleta Spartan, **estos logros y trayectoria** en la carrera han sido una **sorpresa** llena de **aprendizajes y sacrificios.**

“No me veía ahí y no fue algo planeado, pero se que no es suerte sino que ha sido levantarme a las 4 de la mañana porque mis entrenamientos son a las 6, e ir a entrenar los sábados y domingos que son mis entrenamientos más pesados”.

“Tomando en cuenta mis antecedentes y que hoy en día estoy logrando estos resultados, se siente muy satisfactorio porque siento que estoy aprovechando la salud con la que hoy en día cuento”.

“No me imaginé que todo esto fuera posible y me deja con ganas de seguir demostrando que tanto más potencial puedo explotar”.

El sueño de los Juegos Olímpicos 2028

A partir de este año, **Spartan Race** pasará a formar parte de los **deportes olímpicos** y dentro de los **planes de Ana Karen** está poder **clasificar** para competir en los **Juegos Olímpicos de Los Ángeles 2028.**

“Estoy apuntando alto y que me seleccionen, voy a hacer todo lo posible para clasificar a los Juegos Olímpicos”.

Sin embargo **este año** la atleta **se enfocará en entrenar** para lograr **competir a nivel internacional** en algún campeonato fuera de México.

*“No me imaginé que todo esto fuera posible y me deja con **ganas de seguir demostrando** que tanto más **potencial puedo explotar**”.*

*“Considero que **el Spartan es como la vida**, te van a tocar **obstáculos** de los cuales no estás consciente y **sea cual sea el obstáculo puedes salir de este**; todo depende de uno, **de la mentalidad que adoptes** y de **qué tan lejos quieres llegar**”, concluye Ventura.*

LEE MÁS: