

## Alexa Moreno: Desde niña, poderosa

A partir de 1999, el 12 de agosto de cada año se celebra el Día Internacional de la Juventud, impulsada por la Asamblea General de las Naciones Unidas, para promover la visibilización de las dificultades y desafíos de los jóvenes, sobre todo en el contexto pandémico.

En el año 1999, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) siguió el consejo expresado por la Conferencia Mundial de Ministros de la Juventud que se había realizado en Portugal un año antes y determinó a través de la resolución 54/120 que, desde entonces, todos los 12 de agosto albergarían la celebración del Día Internacional de la Juventud.

### 'Las mujeres somos guerreras y también ganamos medallas'

Alexa Moreno, gimnasta y Premio Nacional del Deporte

A los 3 años, Alexa tuvo su primer acercamiento con la gimnasia. La llevó su mamá, porque "quería que me cansara más; era muy activa. Al principio, me enfadaba, porque no me gustaba, pero me hacían ir porque ya había pagado la mensualidad".

Vino la pregunta clave, con curioso y desenlace que le cambió la vida: "Me dijo mi mamá que, si quería regresar a la gimnasia, le dije que sí (ríe), yo creo que por la costumbre de estar yendo todos los días".

La evolución fue parte de Alexa. Al inicio "hacía 'saltitos', 'rodaditas' y ya después elementos más complicados".

Se enamoró del deporte, de la adrenalina, de la competitividad "que traigo en la sangre". Avanzó gradualmente hasta convertirse en una atleta de alto rendimiento.

"Siempre traté de hacer más de ir avanzando, teníamos la Olimpiada Nacional en el estado (Baja California) y le queres ganar a los otros estados. Entonces, como que vas llevándote a ti misma cada vez más arriba, queriendo más cosas y así fui avanzando. Competitiva siempre he sido, eso lo llevo en la sangre".

Llegaron las competencias internacionales, como Juegos Centroamericanos, Panamericanos, Campeonatos Mundiales y los Juegos Olímpicos de Río 2016, hasta que en los últimos años ha sido reconocida por el gobierno mexicano como una de las atletas más destacadas.

Pero Alexa reconoce que hay todo un trabajo detrás de los logros. Hay batallas físicas y mentales que ha derrotado a lo largo de su trayectoria. La lucha por sobresalir como gimnasta la ha encontrado en el dolor de caer y la satisfacción de realizar un salto a la perfección.

"A veces dices, hoy me siento fuerte y a los dos días, ya te cansaste, no te sale (la ejecución), te preguntan: '¿cuándo me va a salir?'. Puedes estar dos semanas haciendo entrenamientos no

tan buenos...me entra el 'no sé si voy a poder', pero hay algo muy dentro de mí que dice 'sigue, vamos a ver hasta dónde llegamos', describe.

**También, supera el miedo, sí, les tiene temor a ciertos ejercicios.**

"Me da miedo el salto, el salto de caballo, le tengo su respeto, pero competirlo sí me gusta, tengo la adrenalina suficiente para hacerlo, sino que vas con toda la actitud, son tres segundos y regresas. Es muy corta, me gusta, porque lo que haces y ya. Hay otros aparatos, las barras, te caes, te tienes que volver a subir y seguirle; te cansas.

En la viga una vez me caí 4 veces...el piso me da miedo entrenarlo, pero a la hora de competir, no tanto. Te metes en tu música y es fácil pensar en lo que estás haciendo. También me gusta, cuando me siento bien con mi rutina. Entrenar me gusta la viga, es mi aparato favorito de entrenar, la viga es muy delgadita, pero si piensas en lo que tienes que hacer, no es tan difícil. La competencia es pura cabeza", asegura.

Pese a esos temores, su sueño de colgarse una medalla olímpica sigue en pie. Se le ilumina la mirada de pensar que sigue en el trabajo para lograrlo. Obvio, a la luz en sus ojos, le acompaña una sonrisa.

"Yo sueño con una medalla olímpica, de verdad lo quiero, de verdad quiero competir por una medalla olímpica. Es mi visión, es lo que más quiero. Quiero ir poco a poco para ir llegando. Quiero ir en el mejor nivel que pueda estar, vivir otros Juegos Olímpicos", expresa.

