

# Historias que inspiran

CAP 3 | EDICIÓN 02 | MAR • 2023



# DOS CORAZONES DORADOS DEL DEPORTE COLOMBIANO

---

**Se cree que el hockey y el taekwondo son disciplinas violentas.** Pero las rosaristas Mariana Escobar Espitia y Honey Alejandra Ospina, dos de las mejores del país en esos deportes, son el ejemplo de que en ellos hay amor, talento y empatía.

POR FERNANDO MEJÍA

**L**os colombianos solemos centrar nuestra atención en deportes como el fútbol, el ciclismo, el boxeo y la halterofilia (levantamiento de pesas). Muchos creen que esos son los únicos en los cuales se consiguen triunfos históricos, los únicos que nos dan alegrías. Sin embargo, el talento deportivo en el país es tan amplio que tenemos exitosos representantes en otros deportes menos populares.

Dos de los mejores ejemplos recorren las aulas de la Universidad del Rosario. Se trata de **Honey Alejandra Ospina Gómez** y **Mariana Escobar Espitia**. Ambas con triunfos en torneos internacionales. Honey Alejandra es taekwondista y estudiante de Fisioterapia, mientras que Mariana es defensora de hockey en línea y estudiante de Medicina. Están entre las mejores en sus respectivas disciplinas y tienen un corazón de oro.





## HACER AMIGOS A TRAVÉS DEL TAEKWON-DO

Cuando **Honey Alejandra Ospina** tenía seis años llegó junto con sus abuelos y su madre a vivir a un conjunto residencial ubicado en el occidente de Bogotá. Ella intentaba conseguir amigos nuevos en ese lugar, pero los otros niños la rechazaban. Entonces se quedaba en la ventana, mirándolos jugar, con la esperanza de que algún día fueran sus amigos para reír y divertirse con ellos.

La escena le partió el corazón a Nidia Arana, su abuela materna. Poco después, mientras las dos daban un paseo, se dieron cuenta de que en el salón de juegos del conjunto residencial había unos niños practicando taekwon-do. Para Honey sería un nuevo juego en el que conocería amigos; para Nidia sería una tabla que salvaría a su nieta de la tristeza. Pero el entrenador dijo que no porque Honey Alejandra era muy pequeña y podía salir lastimada.

Eso no les importó a la niña, que solo quería tener nuevos amigos, ni a su abuela, que solo quería ver la sonrisa de su nieta. En busca de esa sonrisa, Nidia le insistió al profesor: "Déjeme a la niña aunque sea unos días, yo le pago, es solo para que ella se divierta". Y la insistencia dio sus frutos: esos pocos días bastaron para que el entrenador notara el inmenso talento de Honey y no quisiera dejarla ir: "Déjeme a la niña porque ella me va a dar medallas", le manifestó a la abuela. Pronto, las palabras del entrenador se harían realidad.

El primer torneo que recuerda Honey se realizó en el Museo de los Niños de Bogotá, donde ganó medalla de oro haciendo figuras (ver recuadro *¿Qué son las figuras?*), pese al poco tiempo de entrenamiento. Ella recuerda ese triunfo como algo emocionante



↑ **Cada día Honey Alejandra se enamora más de su carrera**, y tanto su mamá como su abuela agradecen infinitamente el apoyo financiero de la Universidad del Rosario, donde ganó la beca deportiva y comenzó a estudiar Fisioterapia.

**HONEY AFIRMA QUE SER BUENO EN UN DEPORTE PUEDE AYUDAR A MEJORAR EN OTRO. "CUANDO ERES NIÑO DEBES HACER TODO LO QUE QUIERAS Y TODO LO QUE PUEDAS PARA DESARROLLAR TUS HABILIDADES", PUNTUALIZA.**

y divertido porque no pensaba en el riesgo, solo en la adrenalina. Además, ganar fue un indicativo para ella de que lo estaba haciendo bien, aunque hoy dice que en este deporte realmente gana el que menos mal lo haga. Así comenzó la historia de amor entre Honey y el taekwon-do.

Aquí cabe aclarar que la Federación Internacional de Taekwon-do (ITF) —explica la deportista— utiliza "taekwon-do", con el guion, por ser más tradicional y porque este deporte nació en Corea; al dividirse ese país, comenzó a escribirse de forma distinta: en Corea del Norte es taekwon-do y en Corea del Sur es taekwondo. Y aunque esta última es la forma en que se usa en español, nos acogeremos a la explicación de la entrevistada.

Esa fue la primera página de un libro lleno de éxitos que convertiría a su protagonista en una de las mejores, no solo del país, sino del mundo. Una historia que no se habría podido escribir sin el apoyo incondicional de sus abuelos maternos, Nidia Arana

y Carlos Gómez, quienes la acompañaban en todos los torneos, sin importar dónde se llevaran a cabo.

Pero también fue importante el apoyo de su madre, Carolina Gómez, y de sus primeros entrenadores, Leyla Gil y Gabriel López. A ellos los llamaban "los papás de los pollitos" porque cuidaban y protegían al grupo de siete pequeños taekwondistas, entre quienes estaba Honey, que detalla con cariño la importancia de sus entrenadores: "Si no fuera por ellos, yo no seguiría en este deporte". Se hicieron tan importantes que los consideran miembros de la familia, los invitan a reuniones y Honey, al recordarlos, no puede contener su llanto emocionado y lleno de cariño. El taekwon-do, más que amigos, le dio toda una familia que ella adora.

### Los otros amores de Honey

El taekwon-do, dentro del cual ella es cuarto dan, no fue el único amor deportivo de Honey. Ella ha sido una apasionada por los deportes desde que tiene uso de razón, aun cuando en su familia nadie había sido deportista antes de que ella llegara a la vida, para alegría de su abuela. Cuando estaba en el jardín infantil practicaba porrismo y patinaje artístico, recuerda. Con los años también practicó otros deportes, como voleibol y fútbol.

Ella dice que, con el tiempo, se dio cuenta de que todas las disciplinas se complementan de alguna manera. También afirma que ser bueno en un deporte puede ayudar a mejorar en otro. "Cuando eres niño debes hacer todo lo que quieras y todo lo que puedas para desarrollar tus habilidades", puntualiza.

Pero practicar diferentes deportes también puede ser perjudicial. Honey narra que en 2014 comenzó a sentir que algo estaba mal con sus rodillas. Al acudir al médico deportólogo, este le indicó que tenía que centrarse en un solo deporte o de lo contra-

## ↓ TAEKWON-DO PARA NOVATOS

La taekwondista Honey Alejandra Ospina nos explica lo básico sobre su deporte:

Hay dos tipos de taekwon-do (pronúnciese taecuondó):

- **Olimpico:** reglamentado por la Federación Mundial de Taekwondo (WTF, por sus siglas en inglés), se centra en la variante de combate del deporte, por lo que es necesario tener equipos de protección, como un peto. No se tienen en cuenta las figuras. La WTF usa "taekwondo" sin el guion, explica Honey, por tratarse de una forma más moderna de la disciplina,
- **Tradicional:** es reglamentado por la Federación Internacional de Taekwon-do (ITF, por sus siglas en inglés). Tiene torneos propios, el más importante de ellos es el Mundial de Taekwon-do. En este se califican las figuras.

rio la tendrían que operar y no volvería a ser la misma. Por eso, ella se centró en su gran amor: el taekwon-do.

Sin embargo, para mejorar su técnica en esta disciplina, ha practicado otras artes marciales, como kickboxing y Shorin Ryu Karate (este es considerado el estilo más tradicional de entre los tres que surgieron en Okinawa, Japón; los otros dos son Goju Ryu y Uechi Ryu). Esto también la ayuda a ser una entrenadora más integral, pues en la actualidad también es profesora de taekwon-do y se siente orgullosa de sus alumnos.

Honey trata de inculcar en sus estudiantes todo lo que ha aprendido de la disciplina, que no solo se limita a las técnicas deportivas. "El taekwon-do es un estilo de vida que te forma, no solo para las competencias, sino también para todo", señala Honey. La razón es que este deporte tiene cinco principios básicos que también se aplican a diferentes aspectos de la vida: cortesía, integridad, perseverancia, autocontrol y espíritu in-

**EL PRIMER TORNEO QUE RECUERDA HONEY SE REALIZÓ EN EL MUSEO DE LOS NIÑOS DE BOGOTÁ, DONDE GANÓ MEDALLA DE ORO HACIENDO FIGURAS, PESE AL POCO TIEMPO DE ENTRENAMIENTO. ELLA RECUERDA ESE TRIUNFO COMO ALGO EMOCIONANTE Y DIVERTIDO PORQUE NO PENSABA EN EL RIESGO, SOLO EN LA ADRENALINA.**





## ↓ ¿QUÉ SON LAS FIGURAS?

Son similares a las katas del karate. Se trata de secuencias de movimientos que se deben realizar en un orden específico y establecido por el reglamento que se aplica a cada torneo.

Para ganar, los jueces dan una puntuación al desempeño de los atletas, teniendo en cuenta la postura, el equilibrio y la altura de los golpes durante la ejecución de los movimientos de cada figura.

Hay dos tipos de competencia de figuras:

- **En simultáneo:** dos competidores deben realizar la misma figura, al mismo tiempo, frente a los jueces.
- **Por turnos:** cada uno de los dos competidores realiza su figura por separado y los jueces los califican de forma individual.

domable. Esos principios se los enseña a sus alumnos con un amor maternal.

No solo es amorosa con sus alumnos. Honey adora a los niños, pero no quiere tener ninguno propio. En la casa de sus abuelos, donde vivió y conoció el taekwon-do, hay varios pequeños –su hermano y sus primos– que se pasan el día riendo y jugando. Ella disfruta con cada una de sus risas y sufre con cada uno de sus llantos. Les enseña a ser empáticos y amorosos con una inmensa dulzura, que le hace honor a su nombre.

El otro amor de Honey es su carrera profesional. Empezó su vida universitaria en el programa de Ciencias Políticas de otra prestigiosa universidad, ilusionada con ser una embajadora del país en el exterior, pero



**“EL TAEKWON-DO ES UN ESTILO DE VIDA QUE TE FORMA, NO SOLO PARA LAS COMPETENCIAS, SINO TAMBIÉN PARA TODO”, SEÑALA HONEY. LA RAZÓN ES QUE ESTE DEPORTE TIENE CINCO PRINCIPIOS BÁSICOS QUE TAMBIÉN SE APLICAN A DIFERENTES ASPECTOS DE LA VIDA.**

pronto se dio cuenta de que ese no era su camino. En un viaje a Estados Unidos con otro de sus amores, su pareja, decidió que debía cambiar de carrera y se presentó a la Universidad del Rosario, donde ganó la beca deportiva y comenzó a estudiar Fisioterapia.

Cada día Honey se enamora más de su carrera, y tanto su mamá como su abuela agradecen infinitamente el apoyo financiero de la Universidad del Rosario, pues, hasta ese momento, su camino exitoso en el taekwon-do también había sido dificultoso. Para poder ir a los campeonatos debían reunir dinero mediante rifas, asados y fiestas, para las que ayudaban los miembros de la “familia del taekwon-do”, como ellos la llaman. En algunas oportunidades, impulsada por figuras de la talla de Catherine Ibargüen, ha logrado obtener patrocinios importantes que le han ayudado a crecer. Pero, después de la pandemia, esos patrocinios desaparecieron.

Hoy, Honey trata de equilibrar todos los aspectos de su vida, que se mueven entre su trabajo, su estudio, sus entrenamientos y las clases que dicta. Este ritmo de vida tan agitado le preocupa a su familia. Su madre, por ejemplo, revela que Honey no duerme y que eso no le gusta; siempre que puede, contando con la ayuda de la abuela Nidia, trata de meterla a la cama para que duerma. Pero la taekwondista es una guerrera incansable.

Tanto es así que, pese a ser una de las mejores del mundo, con dos campeonatos mundiales en su palmarés –el de Italia en 2015 y el de Irlanda en 2017–, quiere más. Su sueño es lograr seis competencias globales, tal como hizo su ídolo, el polaco Jaroslaw Suska. Con disciplina, talento y amor, seguramente lo logrará e irá por más. Por eso es una de las mejores.

**LOS INCANSABLES TALENTOS DE MARIANA Y HONEY ESCRIBEN PÁGINAS TANTO MEMORABLES COMO PODEROSAS EN LA HISTORIA DEL DEPORTE COLOMBIANO. SON UNAS GUERRERAS QUE NO SE DEJARÁN VENCER HASTA ALCANZAR SUS SUEÑOS.**

### ↓ ASÍ FUNCIONAN LOS CINTURONES

Los cinturones de colores son llamados gups y se dividen por categorías, así:

- **Cinturón blanco:** décimo gup (el nivel inferior).
- **Cinturón blanco con franja negra:** noveno gup.
- **Cinturón amarillo:** octavo gup.
- **Cinturón amarillo con franjas verdes:** séptimo gup.
- **Cinturón verde:** sexto gup.
- **Cinturón verde con franjas azules:** quinto gup.
- **Cinturón azul:** cuarto gup.
- **Cinturón azul con franjas rojas:** tercer gup.
- **Cinturón rojo:** segundo gup.
- **Cinturón rojo con franjas negras:** primer gup.

Luego de alcanzar el primer gup, identificado con el cinturón rojo con franjas negras, viene el cinturón negro y la categoría de danes. Estos van del primero al séptimo dan y cada uno tiene un requisito mínimo de edad:

- Para llegar al primer dan debes tener mínimo 11 años de edad.
- Para llegar al cuarto dan debes tener mínimo 21 años de edad.
- Para llegar al séptimo dan debes tener mínimo 40 años de edad.

## DEL PATINAJE ARTÍSTICO AL HOCKEY: UN CAMINO LLENO DE PASIÓN



↑ **Mariana con su medalla de oro**, la cual obtuvo en el torneo Latam de Hockey de hielo en 2019.

El taekwon-do es un deporte individual en el que, como Honey lo hace, se busca cada error personal para corregirlo y ser el mejor. El hockey, en cambio, es un deporte colectivo en el que cada parte tiene que ser la mejor para que todo funcione. Por suerte, en Colombia contamos con una de las mejores defensas de esta disciplina: la estudiante de Medicina de la Universidad del Rosario **Mariana Escobar Espitia**.

Ella, como Honey, es una amante de los deportes. Le gustan sobre todo los relacionados con el patinaje; por ello empezó desde niña practicando patinaje artístico. Entre los ocho y los nueve años, sin embargo, conoció el hockey y se fue enamorando de él





hasta que se convirtió en una de las partes más importantes de su vida.

A esa edad llegó al colegio San Viator, en el norte de Bogotá. Allí no encontró patinaje artístico, pero sí practicaban hockey. Pensando en que eran similares, su mamá la inscribió y así comenzó su aventura en este deporte. Al principio debía entrenar y competir en equipos mixtos. Eso a ella no le asustaba, aunque a su familia sí, porque los niños la podían lastimar. Pero sus entrenadores la cuidaban y, de hecho, entrenar con varones le ayudó a saber que podía "dar la pelea, en el buen sentido de la palabra", como ella expresa.

Y lo demostró muy pronto. Cuando tenía entre 11 y 12 años de edad, fue a un campeonato con su colegio. Como era muy pequeña no la tenían muy en cuenta, pero pudo jugar con su equipo uno de los partidos. El encuentro quedó empatado, se fueron a tiempo extra y, sin desequilibrar el marcador, se tuvo que resolver la paridad con cobros penales. Ella, pese a ser defensa, anotó el gol del triunfo y su debut fue una victoria para su equipo. De hecho, esa fue la primera de muchas victorias en su vida.

Pero este también ha sido un camino complicado. Como Mariana explica, el hockey en Colombia no es muy popular, por lo que hay muy pocos equipos, muy pocas canchas y casi nada de apoyo. Por eso, su familia ha sido muy importante durante todo el proceso. Ellos le han ayudado a conseguir los diferentes y costosos implementos para su práctica, así como con los traslados a los sitios de entrenamiento, que son lejos de su casa.

Por otro lado, esas dificultades suelen acrecentarse por la poca relevancia que le dan al hockey en Colombia. La Liga de Patinaje – explica Mariana –, se centra más en el patinaje de velocidad porque es allí donde el país ha demostrado ser potencia y ha generado el mayor número de medallas. Por esa razón, el apoyo para el hockey es escaso y el sistema de campeonatos es complicado.

Mariana señala que, aunque hay equipos de hockey a manera de clubes, compiten en un torneo en el que representan a cada departamento y no al club al que pertenecen como tal. Para dejarlo más claro, en Bogotá hay seis equipos, aunque no todos representan a la capital del país. Mariana, por ejemplo, juega en Katíos, un club que representa al departamento de Bolívar, pese a entrenar y ser de Bogotá.

**CUANTO MÁS CONOCÍA SOBRE ESTA UNIVERSIDAD, MÁS SE ENAMORABA DE ELLA. LA CONSIDERA MÁS EMPÁTICA QUE OTRAS UNIVERSIDADES PRIVADAS. PERO EL AMOR FUE TOTAL CUANDO SUPO QUE OFRECÍA UNA BECA DEPORTIVA. "QUE MI UNIVERSIDAD FAVORITA ME RECONOZCA POR UNA DE MIS ACTIVIDADES FAVORITAS ES MUY ESPECIAL", AFIRMA MARIANA.**

Aunque muchas de estas dificultades han llegado a desanimarla un poco, nunca ha pensado en el retiro. El hockey es uno de sus grandes amores, su gran pasión, y no planea dejarlo. Ella sabe que es parte de su crecimiento, especialmente porque es una de las líderes de la Selección Colombia, tanto en junior como en senior. Desde esa posición, Mariana sabe que puede lograr muchos resultados históricos que pongan a este deporte en la mente de las personas para que puedan recibir mucho más apoyo del que reciben hoy.

### **| El otro amor de Mariana**

En Colombia existe el estigma de que es difícil vivir profesionalmente del deporte, especialmente si se trata de una disciplina poco conocida, como el hockey. Aunque a Mariana le encantaría vivir de su amado deporte, sabe que debe tener un plan B y lo encontró en la Universidad del Rosario, que para ella es una universidad soñada, su favorita. Conoció sobre esta institución durante una feria universitaria llevada a cabo en su colegio. Pese a no tener familia rosarista, le gustó mucho, principalmente porque su programa de biomedicina le pareció muy interesante. Entonces, comenzó a investigar.

Cuanto más conocía sobre esta universidad, más se enamoraba de ella. Le gustan las metodologías de estudio, las materias que ha visto y lo que el sello Universidad del Rosario simboliza. La considera más empática que otras universidades privadas, y Mariana, a propósito, es una mujer empática, que separa las peleas en los partidos de hockey, cuando se dan, y que apoya a sus compañeros. Pero el amor fue total cuando supo que la universidad ofrecía una beca deportiva. "Que mi universidad favorita me reconozca por una de mis actividades favo-



**“FUE COMO VOLVER A APRENDER A JUGAR”, SEÑALA MARIANA AL HABLAR DEL HOCKEY EN HIELO Y SUS REGLAS.**

PERO PRONTO LOGRARON ADAPTARSE. TANTA FUE LA ADAPTACIÓN QUE, SIENDO NOVATAS COMPITIENDO EN ESTA VARIANTE DEL HOCKEY, MARIANA Y SUS COMPAÑERAS DEL EQUIPO FEMENINO SENIOR LOGRARON LA PLATA.

una variante de este deporte que es mucho menos común en el país. Un equipo quiso probar con esta modalidad para que Colombia tuviera un representante. Ella formó parte de dicho equipo, que tuvo la oportunidad de participar en un campeonato estadounidense en 2019.

Las integrantes del conjunto debieron viajar varios días antes para adecuarse al estilo del hockey en hielo y sus reglas, que son diferentes a las del hockey en línea. “Fue como volver a aprender a jugar”, señala. Pero pronto lograron adaptarse. Tanta fue la adaptación y tanto es el talento de los deportistas colombianos que, siendo novatas compitiendo en esta variante del hockey, Mariana y sus compañeras del equipo femenino senior lograron la plata. En el frío congelante, destacó el calor tropical.

Ella no ha vuelto a practicar en hielo, aunque le gusta, porque está concentrada en hacer realidad su sueño: alcanzar, por primera vez en la historia de Colombia, una medalla de oro para el hockey en línea. El equipo va por buen camino. El primer buen resultado se dio en 2012, cuando el conjunto masculino junior quedó en el segundo puesto del Mundial de Hockey en Línea, que se disputó en Bucaramanga.

Desde entonces no se había conseguido ningún triunfo importante, hasta 2021, cuando Mariana y el equipo femenino senior terminaron en el cuarto lugar del Campeonato Mundial de Hockey en Línea, que se disputó en Roccaraso (Italia). Así mismo, en noviembre de 2022, durante los World Skate Games, que se disputaron en Argentina, la Selección Colombia junior femenina, de la que nuestra protagonista era capitana, logró un resultado histórico al alzar el bronce por primera vez para el país.

De esta manera, los incansables talentos de Mariana y Honey escriben páginas tanto memorables como poderosas en la historia del deporte colombiano. Son unas guerreras que no se dejarán vencer hasta alcanzar sus sueños. Esperamos con ansias que, gracias a ellas, tengamos al menos seis triunfos en el Mundial de Taekwon-do y más de una medalla de oro en el hockey. Colombia tiene talento, su nombre es de mujer y su corazón es empático. 

ritas es muy especial”, afirma refiriéndose a ese apoyo económico del Rosario.

Luego de ganar la beca comenzó a estudiar Medicina. En décimo grado ofrecían programas de énfasis en su colegio y, aunque ninguno le llamó la atención, sintió que el de salud podía estar relacionado con su amor por el deporte y lo tomó. Allí estudió sobre biología, física y química, lo cual le pareció interesante y le permitió empezar a enamorarse de la carrera. Cuando se graduó del colegio, todavía indecisa, optó por estudiar Medicina.

Ahora cursa segundo semestre, mientras se enamora cada vez más de su futura profesión, según cuenta. En eso tiene que ver mucho la metodología de la Universidad del Rosario. Ella ama tener un estudio de caso cada dos semanas y clínica desde el primer semestre. Así, cada vez sus estudios se hacen más importantes para su vida.

**| El sueño dorado del hockey**

No obstante, el hockey sigue siendo lo más importante para Mariana, tanto que incluso ha llegado a practicarlo en hielo,

↑ **El equipo de Mariana** con sus entrenadores antes de ganar un partido que los dejó en el tercer lugar.