

Escrito por Valentín Ramírez Llanes  
Lunes, 11 de Mayo de 2020 12:59

---



**Olímpica universitaria de Atenas 2004 y poseedora de una medalla de bronce en los juegos Beijing 2008**

“Las mujeres podemos hacer todo lo que nos propongamos, porque creo que hay un motor más fuerte que tenemos; es el corazón y el amor hacia nosotras, para los seres queridos, a nuestras hijas. Debemos valorar y apreciar lo fuerte que somos”, expresó Damaris Aguirre.

Olímpica universitaria de Atenas 2004 y poseedora de una medalla de bronce en los juegos Beijing 2008, es actualmente maestra y administrativa en la Facultad de Ciencias de la Cultura Física de la UACH, de donde es egresada.

Damaris es madre de dos niñas de 2 y 3 años, las cuales son su más grande motivación e inspiración, expresó, al momento de compartir que su vida cambió al tener su primer embarazo en el 2016 y tuvo que terminar su práctica de Crossfit hasta los ocho meses: “yo quería que mi hija naciera por parto natural, todo indicaba que así iba a ser, pero no se dio, me hicieron cesárea”.

Escrito por Valentín Ramírez Llanes  
Lunes, 11 de Mayo de 2020 12:59

---

Esto llevó a la deportista a tomar medidas de cuidado en su segundo embarazo en el 2018, “de plano, ya no pude hacer ejercicio, mi piel quedo delgada y existía el riesgos de un desgarre interno, tuve que reposar... fue un reto para mí”. En el 2012 decide retirarse del deporte de alto rendimiento, pero nunca dejó de practicar y hacer ejercicio.

Damaris Aguirre comienza el día a las 5 de la mañana, entre juegos y “carrillas”, alista a sus niñas para salir a las 6 y llevarlas a la guardería en el Centro, luego conducir hasta el norte de la ciudad para llegar a su trabajo, desde las 07:00 hasta las 14:00 horas.

Por las tardes trata de pasar el mayor tiempo posible con sus pequeñas. “Disfruto cada etapa con ellas, ver cómo crecen, aprenden, juegan y sonríen; cuando voy al gimnasio ellas me acompañan, pero a veces vamos a un parque a jugar o me quedo en casa”, declaró previo a la contingencia sanitaria por COVID-19.

El mayor legado que la olímpica quiere dejarles es el valor de la buena alimentación, la disciplina y la perseverancia. “No importa si deciden ser deportistas o no, al igual que mis padres me apoyaron en todo momento, desde niña aprendí a ser disciplinada, alimentarme bien, así quiero que mis hijas vean el ejemplo de su mamá”.

Por último, Damaris expresó que esta etapa de su vida quiere pasarla con su familia, y ver crecer a sus hijas, dedicarles tiempo, compartir con los jóvenes y la sociedad lo que se requiere para llegar a los juegos olímpicos, y seguir entrenando.

# El Devenir de Chihuahua - Las mujeres podemos hacer todo lo que nos propongamos: Damaris Aguirre

Escrito por Valentín Ramírez Llanes

Lunes, 11 de Mayo de 2020 12:59

---