



Una campeona en la CONDUSEF

Elodia García Hernández, multimedallista



Elodia García Hernández estudió la carrera de Relaciones Comerciales en la Escuela Superior de Comercio y Administración, Unidad Tepepan. Llegó a la CONDUSEF a la edad de 26 años para realizar su servicio social y posteriormente sus prácticas profesionales en la Dirección General de Educación Financiera.

Actualmente se desempeña como asistente en la Dirección de Análisis y Estadísticas de Productos y Servicios Financieros, además de realizar actividades como apoyo al Enlace de Transparencia de la Vicepresidencia Técnica, Elo, como le dicen de cariño sus compañeros, ha tenido varios triunfos no solo en el plano profesional, sino en lo deportivo y personal.

En entrevista con la Revista Proteja su Dinero, para conocer más acerca de sus éxitos deportivos, Elo nos comenta que en los Juegos Bancarios, mismos que se realizan cada año, ha ganado un total de 35 medallas, 34 de ellas en la disciplina de atletismo y una en danza folclórica.

¿Te gusta correr?

Sí, lo disfruto mucho y he tenido la oportunidad de participar representando a la CONDUSEF en los Juegos Bancarios que se realizan cada año. Ha sido una satisfacción muy grata obtener varias medallas para la Comisión Nacional.

¿Cuántas medallas has obtenido?

Tenemos 35 medallas, y digo tenemos porque no es solo un logro mío, sino también la CONDUSEF, porque siempre me ha apoyado. 34 de ellas en atletismo y una de danza folclórica, de las cuales, ocho son de oro, 20 de plata y 7 de bronce.

¿En cuáles pruebas has corrido?

En pruebas de 5 mil, 3 mil, 1500 y 800 metros planos, aunque también me gusta correr más distancia, la máxima ha sido de 21 kilómetros, pero fue hace algunos años, antes de la pandemia, entonces tenía la capacidad y fortaleza para competir en esa distancia.

¿Has intentado competir en otro nivel, digamos profesional?

Para competir en el nivel profesional se requiere mucha dedicación, prácticamente tiempo completo, porque el atletismo es una disciplina muy demandante.

Por mis actividades en la CONDUSEF muchas veces he tenido que combinar trabajo y disciplina, no es fácil, pero siempre que he tenido la oportunidad de representar a la institución me doy un espacio para prepararme física y mentalmente.

¿Cómo te preparas, porque como dices, tienes poco tiempo?

Bueno, me las ingenio. Lo importante es hacer condición física. Yo me bajo algunas estaciones del Metrobús antes de llegar la oficina y desde ahí me voy corriendo, son algo así como dos o tres kilómetros diarios.

¿En alguna competencia has escatimado esfuerzos?

Nunca, siempre he entregado el cien por ciento y estoy preparada para seguir compitiendo porque me gusta, me apasiona correr para mi institución y a nivel personal.

¿Qué le recomiendas a la gente, que dice no hacer ejercicio porque siempre tiene mucho trabajo o quehacer?

Que haga ejercicio. Cuando uno realiza actividad física el cuerpo libera una sustancia llamada endorfina, lo cual, generalmente te hace sentir muy bien físicamente, feliz y contenta.

Yo empecé a correr hace varios años, primero lo hice por salud física y por estética, pues tenía sobrepeso, pero me esforcé y apliqué la disciplina. Con el tiempo conocí varias personas que me ayudaron, también compañeros en el ámbito deportivo y es a partir de ahí cuando comienza a apasionarme el atletismo; además de competir en los Juegos Bancarios también lo hice en carreras organizadas por algunas otras empresas o instituciones.

Correr relaja, es bueno para la salud. Eso es un motivo para alejarse de cualquier vicio, además nos puede dar la oportunidad de viajar. Todos deberíamos realizar alguna actividad física.

Me gusta mucho mi trabajo, también el deporte. Ambas cosas me han dado satisfacciones importantes en mi vida.



AÑO	COMPETENCIA ATLETISMO	MEDALLA ORO	MEDALLAS PLATA	MEDALLAS BRONCE
2007	3,000 metros planos		1	
2008	1,500 y 3,000 metros planos		1	1
2009	1,500, 3,000 y 5,000 metros planos		3	
2010	3,000 y 5,000 metros planos		2	
	1500 metros planos			1
2011	800,1,500 y 5,000 metros planos		3	
2012	1,500 y 3,000 metros planos	2	1	
	800 metros			
2013	1,500, 3,000 y 5,000 metros planos	3		
2014	1,500, 3,000 y 5,000 metros planos		3	
2015	1,500 metros		1	
2016	1,500 y 3,000 metros planos			2
2017	3,000 metros planos	1		
	1,500 metros planos		1	
	800 metros planos			1
2018	3,000 metros planos	1		
	800 metros planos		1	
2019	1,500 metros planos	1		
	800 y 3,000 metros planos		2	
2022	800 y 3,000 metros planos			2
2018	Danza Folclórica		1	
Medallas		8	20	7
TOTAL				35