

# SEMBLANZAS E HISTORIAS QUE INSPIRAN

## Semblanza de Izayana Adelina Marengo Vivas

Redacción Huellas



Izayana Adelina Marengo Vivas nace un 9 de octubre de 1992 siendo sus padres Sócrates Marengo y Cristian Vivas. Es originaria de Managua y actualmente vive en Ciudad Sandino. Desde temprana edad, su vida estuvo marcada por una curiosidad insaciable por el ecosistema marino. A pesar de haber sido una niña reservada que prefería refugiarse en su familia, su interés por el estudio del mar fue claro. Decidió entonces que su futuro estaría vinculado al estudio de los océanos y, con dedicación, logró cumplir su sueño de convertirse en licenciada en biología marina.

### Su Infancia

Desde su niñez, Izayana recuerda con cariño los momentos que compartía con su padre, aunque sus padres estaban separados. "Siempre fui una niña muy apartada, pero lo más bonito era ver a mi papá, ya que en ese momento ellos estaban separados, y los fines de semana que él llegaba para mí era lo mejor", relata. A pesar de la timidez que caracterizó su infancia, la presencia de su padre le brindaba una felicidad única. "Nunca fui una niña a la que le gustara hacer amistades; siempre fui reservada. Me refugiaba en mi familia", nos comenta.

### Adolescencia

En su juventud, aunque mantenía su carácter tranquilo, hubo una aventura que nunca olvida: "Una vez me acuerdo que sabía medio manejar y estaba sola en casa con una prima. El automóvil de mi mamá estaba ahí y se me vino la maravillosa idea de decirle a ella: 'Oye, ¿por qué no vamos a dar una vuelta?' Y me decía: '¿Sabes manejar bien?' Yo le respondí: '¡Claro, perfectamente!' Jajaja. Ya en la pista, en una doblada, le arranqué todo el parachoques, jajaja, y así me regresé, y ya te imaginarás." Esta anécdota, llena de risas y aprendizaje, revela una faceta más audaz y desinhibida de su juventud.

### De la familia y el amor

Izayana considera que la familia debe ser unidad y considera que, a pesar de que sus padres no fueron muy expresivos con su cariño, fueron muy responsables; eso la fortaleció y cambió su forma de pensar. Actualmente tiene una pareja de casi 7 años de relación y es muy feliz. Afirma, "el día que yo tenga una familia propia, creo que los voy a empalagar de amor". Ver a su papá alejarse fue uno de los momentos más tristes de su vida, "pero ya, hoy por hoy, él y yo manejamos una relación excelente", relata.

### Interés por el judo

Su interés por el judo nació a la edad de 10 años y sus inicios en el deporte fue plenamente por problemas de salud. "Hoy por hoy, el deporte lo ha sido todo en mi vida: fue lo que me ayudó a salir de un abismo del cual pensaba jamás salir", refiere Izayana. Izayana considera que sus momentos más felices los ha vivido con su deporte y cumplir sus sueños ha sido lo mejor.

## Formación académica

Izayana Marengo es Bióloga Marina, graduada de la *Bluefields Indian & Caribbean University* (BICU), Bluefields en el año 2016. La elección de esta carrera universitaria no fue fácil, pero fue determinada por una recomendación clave. Su madre, siempre en búsqueda de oportunidades para su hija, descubrió una universidad en Bluefields, BICU, gracias a una amistad con una docente. Al ver las fotos de la institución, supo inmediatamente que ese sería el lugar en el que seguiría su formación, un sitio con la infraestructura y los profesionales necesarios para lograr sus metas. Entre sus logros también destaca su título de Técnico Superior en Administración de Empresas.

“Cuando decidí escoger Biología Marina como carrera universitaria, mi mamá comenzó a buscar opciones de centros en el país donde impartieran esa licenciatura. Por cosas de la vida, teníamos una amistad que conocía a una docente que trabajaba en BICU. Nos habló de la universidad y nos enseñó fotografías, y desde que la vi, fue mi primera y única opción pues me pareció una universidad muy bonita y calificada. Sobre todo, supe que estaría aprendiendo de los mejores”, asegura Izayana. Sin embargo, uno de sus mayores desafíos fue mudarse a un lugar desconocido y vivir sola; una experiencia que, aunque retador, logró superar gracias al apoyo de docentes y personas cercanas. Esta etapa le permitió fortalecer su carácter y concluir su licenciatura, cumpliendo así una meta importante: darles a sus padres el orgullo de verla graduarse.

## Su estancia en BICU

A lo largo de su paso por BICU, Izayana vivió experiencias que la marcaron profundamente. “Las prácticas y el curso de buceo fueron las dos experiencias que más me han encantado”, comparte, reflejando su pasión por la Biología Marina. Sin embargo, no todo fue fácil al principio, pues vivir sola en un lugar nuevo representó un gran reto. “Los primeros meses fueron terribles, estar en un lugar nuevo, con gente nueva; pero al final me acogieron bien, y es algo de lo que le agradezco a la universidad”,

confiesa. A pesar de las dificultades iniciales, la universidad jugó un papel crucial en su adaptación.

La educación recibida en BICU ha influido en su vida de maneras significativas, comenzando con el orgullo de haber alcanzado el sueño de obtener su título. “Lo primero es estar orgullosa de tener mi título, ese que soñé”, expresa con emoción. Además, las oportunidades laborales han sido un aspecto crucial: “Un biólogo marino no se encuentra a la vuelta”, lo que resalta la importancia de su formación en este campo tan especializado.

Durante sus años universitarios, hubo varias clases que despertaron su interés, pero las clases de acuicultura fueron su verdadera pasión. Aunque su sueño de hacer una maestría en esa rama es firme, también tiene en mente la idea de emprender un negocio propio relacionado con los productos marinos o la crianza de especies acuáticas. “Me gustaba mucho las clases de acuicultura. Me encantaría hacer una maestría en esa rama; en un futuro me veo con mi propio negocio de productos marino o en la crianza de ciertas especies”, expresó.

## Izayana la Atleta

El deporte ha sido otro de los pilares fundamentales en su vida. Su inicio en el judo transcurrió como una respuesta a problemas de salud emocional y desde entonces, el judo no solo le ha ayudado a superar sus dificultades, sino que se convirtió en su motor y razón de ser. Con el tiempo, se dio cuenta de que el deporte se había convertido en una de las experiencias más transformadoras de su vida, sacándola de un abismo emocional en el que pensaba no poder salir. El apoyo constante de sus entrenadores, quienes siempre creyeron en su talento, fue esencial para su desarrollo.

Izayana también comparte cómo el judo ha transformado su vida al desarrollar no solo habilidades y conocimientos, sino también fortaleciendo sus valores y principios, entre los cuales ella resalta, “la disciplina, el respeto, la amabilidad y la humildad son los principales valores que me ha enseñado el judo y los cuales logro aplicar en el día

a día”. Similarmente, el judo ha influido en su vida profesional. “Ha sido un refugio y una motivación para lograr mis metas y objetivos en mi vida personal y profesional”, comenta.



## El camino al éxito

En su camino hacia el éxito, la atleta también reconoce la importancia del apoyo familiar, especialmente de sus padres. “En el aspecto académico, les doy ese mérito a mis padres quienes siempre me decían, ‘¡Primero tu clase y luego tu deporte!’”, comenta con gratitud. Gracias a sus constantes exhortaciones, pudo encontrar el equilibrio entre sus estudios y el deporte, lo que le permitió destacarse tanto en su formación académica como en su carrera deportiva. A pesar de los desafíos, sobre todo como mujer en un ámbito tan competitivo, ha aprendido a imponerse ante las expectativas y capacidades de otros atletas. “El más grande desafío ha sido imponerme ante las capacidades de muchos atletas que crecieron en este deporte”, reflexiona. No obstante, su perseverancia y la certeza de que cada persona brilla en su tiempo han sido fundamentales en su éxito, un camino que ha recorrido sin opacar a nadie.

A lo largo de su carrera deportiva, ha sido clave el apoyo de figuras que creyeron en su talento desde el principio. “Mis entrenadores han sido fundamentales, pues desde mis inicios han estado de la mano conmigo y sobre todo creyeron en ese talento que yo tenía y en el cual ayudaron a explotarlo”, comparte con humildad. Estos entrenadores no solo le enseñaron las técnicas y estrategias del judo, sino que también le proporcionaron la confianza necesaria para sobresalir en un deporte tan exigente.

Además, el respaldo constante de sus compañeros de entrenamiento ha sido otro de los pilares que han marcado su desarrollo, creando un ambiente de camaradería y superación mutua que la impulsa a seguir adelante.

Durante su trayectoria, ha alcanzado logros que la han colocado entre las grandes figuras del judo a nivel mundial. Participó en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, avanzando a los cuartos de final por primera vez en la historia del judo nicaragüense. Ese logro, sumado a su participación en los Juegos Olímpicos de París 2024, los Juegos Centroamericanos y del Caribe, los Juegos Panamericanos, campeonatos del mundo y Copas Europeas, es una muestra del arduo trabajo y la dedicación que la han llevado a obtener cinco medallas de oro en eventos panamericanos y europeos.

En cada una de sus competiciones, luchó no solo por un podio, sino también por demostrar que las mujeres pueden sobresalir en deportes de contacto, un área donde históricamente se les ha subestimado. Su paso por el judo ha sido una constante lucha por romper barreras, un esfuerzo que finalmente ha sido reconocido, y que la llevó a ser nombrada la mejor atleta amateur de Nicaragua en 2024. Además, portar la bandera en los Juegos Olímpicos y representar a las mujeres nicaragüenses en la esfera internacional le llena de orgullo.

El recuerdo más emotivo de los Juegos Olímpicos, para Izayana, fue el avance que logró en París. “Para mí, hasta el día de hoy, fue lo más extraordinario que me ha pasado”, comparte, refiriéndose al hecho de haber llegado por segunda vez consecutiva a las olimpiadas y de haber superado sus propios límites al llegar a cuartos de final. “Se trabajó mucho para dar un buen resultado mejor que el de Tokio 2020”, reflexiona. A pesar de que su meta era conquistar una medalla, el logro de ese histórico avance le dejó una gran satisfacción. “Ese momento está plasmado para la historia del judo nicaragüense, pero sobre todo me llena de orgullo saber que puse en alto a la mujer nicaragüense”, concluye, dejando claro que cada paso que da es un avance para el deporte en su país y para las mujeres en general.

## El proceso no fue fácil

Combinar la exigente preparación deportiva con una formación académica no fue tarea fácil, pero Izayana lo logró con esfuerzo y determinación. Aunque no pudo ser la mejor de su generación, se enorgullece de haber cumplido su meta de obtener un título universitario, algo que siempre fue importante para ella, especialmente por el apoyo de sus padres. “Nunca logré descuidar las dos cosas, no te digo que salí siendo la mejor de mi generación, pero cumplí esa etapa de mi vida”, comenta. Su rutina era extremadamente demandante, ya que muchas veces tenía que viajar desde Bluefields para competir en las competencias que, por lo general, se realizaban los sábados. A pesar del cansancio, Izayana encontraba en esos viajes una forma de aventura y motivación para seguir adelante.

“Siempre lo diré, hay tiempo para todo y el dedicarte a ser un atleta de alto rendimiento no quiere decir que vas a dejar de un lado tus estudios, pues un día dejarás ese camino por múltiples cosas, ya sea por edad o desafortunadamente una lesión; entonces, para mí, los estudios te dan ese chance también de ser una persona con valores y conocimientos porque ambas cosas están conectadas, pues el deporte te abre muchas oportunidades laborales en el camino”, puntualiza.

Después de graduarse de la universidad, su sueño olímpico siguió siendo una prioridad. Continuó sus estudios en la capital, mientras perseguía ese anhelo de llegar a los Juegos Olímpicos. Durante ese tiempo, vendía gelatinas y refrescos en su centro de entrenamiento para poder costear sus pasajes, un esfuerzo que asumió durante aproximadamente año y medio. Pero todo cambió cuando recibió una oferta de patrocinio deportivo, justo antes de su clasificación a Tokio 2020. “Para mí fue la experiencia más bonita porque fueron días en los cuales yo luchaba con seguir adelante, pero Dios me hacía levantarme y seguir”, expresa con certeza.

Pero aún con tantos logros, Izayana enfrenta desafíos importantes en su vida profesional y académica. El más grande de ellos es “luchar contra la ansiedad y la depresión”, algo que trabaja constantemente con un psicólogo

deportivo, demostrando su compromiso con su bienestar mental mientras sigue avanzando en su carrera.



## Testimonio de esfuerzo y dedicación

Sin lugar a dudas, la carrera de Izayana es un verdadero testimonio de esfuerzo y dedicación en el mundo del judo. A lo largo de su trayectoria, ha logrado hitos impresionantes que la han posicionado como una de las mejores atletas de Nicaragua. Entre sus momentos más memorables, destaca al ser reconocida como la mejor atleta amateur del año 2024 y portar la bandera de su país en los Juegos Olímpicos. “Ser conocida aquí y en el mundo como la 2 veces olímpica de Nicaragua en el judo” es un logro que la llena de orgullo, pues no solo ha puesto su nombre en alto, sino también el de su país. A nivel internacional, su participación en los Juegos Olímpicos de París 2024 fue un punto culminante, no solo por ser su segunda vez en la máxima competencia deportiva, sino por alcanzar un histórico avance a los cuartos de final, algo nunca antes logrado por una judoca nicaragüense.

## Mensaje a la juventud

Izayana, siempre con su propósito firme, tiene un mensaje claro para aquellos estudiantes y deportistas que buscan alcanzar sus sueños: “Que sigan siempre de frente con la mente en alto, sin miedo a decir lo que quieren ser en un futuro, por muy largo que lo miren”. Para ella, la disciplina es la clave del éxito: “A trabajar para ello y sobre todo a tener mucha disciplina”, afirma con convicción. Con la vista puesta en los Juegos Olímpicos de Los Ángeles 2028, Izayana sigue persiguiendo su sueño de obtener una medalla olímpica, confiada en que su legado, tanto en el judo como en el deporte nicaragüense, servirá de inspiración para las generaciones venideras.