



## Las Mujeres NO tienen **límites** para su desarrollo

EL MERCURIO  
DE ANTOFAGASTA

La Estrella

YODO  
NUTRICIÓN  
VEGETAL

SQM  
Soluciones  
para el  
desarrollo  
humano

DIGITAL  
ANT

soyantofagasta.cl

### Un apoyo para llegar a la educación superior



Maritza **Sánchez Garcés**

**S**i bien nació y vivió gran parte de su vida en la lejana ciudad de Puerto Natales, Región de Magallanes, Maritza Sánchez Garcés, ya es toda una nortina.

Es una mujer apasionada por la educación. Es trabajadora social, magíster en Docencia para Educación Superior y coordinadora del Programa Propedéutico de la Universidad Católica del Norte (UCN).

Proviene de una familia humilde y sencilla. Su madre, una mujer luchadora, trabajadora y dueña de casa. Su padre, un esforzado minero del carbón en la localidad de Río Turbio, Argentina.

“En el 2007 llegué junto a mi familia a esta maravillosa ciudad de Antofagasta, donde tuve la oportunidad de conciliar mi rol de madre con la meta de convertirme en una gran profesional y así con una fuerte vocación y convicción ingresé a estudiar en la Universidad Tecnológica de Chile”, comentó Sánchez.

Durante el 2014 ya laborando en la

UCN, asumió el desafío más bello de su carrera, liderar el programa propedéutico. Se declara una apasionada de esta “maravillosa” iniciativa de la Cátedra Unesco, que entrega oportunidades a jóvenes de la región de ingreso a carreras, independiente de los resultados obtenidos en la Prueba de Acceso a la Educación Superior (PAES).

“Mi historia de vida ha sido mi principal inspiración en el ejercicio de mi labor profesional. Esto me ha permitido descubrir a la persona que existe detrás de un puntaje académico, empatizando con las múltiples variables que repercuten en su ingreso al mundo universitario”, expresó Sánchez.

Su historia de vida es una ayuda para ser parte de la transformación de la vida de los demás. “Mi mayor logro hacia el género es la fuerza y el coraje de romper patrones impuestos por la sociedad como el tener hijos, cómo criar, cuándo estudiar y que tu éxito dependa de otro”, comentó.

*“Mi historia de vida me permite descubrir a la persona detrás de un puntaje académico”.*

### El deporte como aporte clave a la salud mental



Valeria **Varela Pizarro**

**E**s psicóloga y deportista. Valeria Varela Pizarro recuerda su infancia como una época de gran esfuerzo y dedicación. Quería tener buenos resultados académicos y fue gratificante recibir premios como mejor compañera y por sus notas.

Nació en Antofagasta, pero siempre ha vivido en Mejillones. Realizó sus estudios básicos y medios en la Escuela Julia Herrera Varas y en el Complejo Juan José Latorre, respectivamente.

Después continuó su formación superior en la Universidad Santo Tomás, donde cursó la carrera de psicología.

Su labor de psicóloga es clave en su vida. Su inspiración proviene de experiencias muy íntimas y personales al observar cómo las personas pueden superar episodios difíciles de sus vidas, a pesar del dolor interno que pueden sentir.

Sin embargo, el deporte también lo considera esencial. “Uno de mis logros más destacados fue subir al podio en

competencias de running. Esto me hace recordar mi infancia, cuando practicaba atletismo, y me siento orgullosa de haber unido dos etapas importantes de mi vida: mi niñez y mi vida actual como mujer”, recalzó Varela.

Desde que comenzó en el running ha participado en la maratón de Temuco (10 K), maratón de La Serena (21 K), maratón de Santiago (10 K), Barbie Run (10 K) y la Posta Atacameña (39 K).

También triunfó en casi todas las corridas regionales como la Ascensión Cerro La Cruz Tocopilla (4kM), corrida familiar en mejillones 2024 (3 K) y en la Ascensión del Cerro El Ancla 2025.

Como psicóloga y deportista, su objetivo es promover la salud mental y destacar los beneficios de la actividad física en su vida diaria. “Creo que el deporte puede mejorar significativamente muchos aspectos de nuestra vida y inspirarnos a enfrentar nuevos desafíos”, precisó.

*“La actividad física, sin dudas, puede mejorar muchos aspectos de nuestra vida”.*