

Funcionaria del Hospital de Litueche destaca por su esfuerzo y pasión por el deporte

TENS del establecimiento compatibiliza su labor en salud con una destacada trayectoria deportiva, convirtiéndose en ejemplo de disciplina, constancia y vida saludable.

El compromiso con la salud y el deporte puede ir de la mano. Así lo demuestra Erika Yáñez, funcionaria del Hospital de Litueche, quien se ha transformado en un

ejemplo de esfuerzo y perseverancia al equilibrar su exigente trabajo en el área sanitaria con una activa y exitosa carrera deportiva.

Técnico en Enfermería de Nivel Superior

(TENS), casada, madre de cuatro hijos y oriunda de la comuna de Navidad, Erika suma 18 años de experiencia en el ámbito hospitalario. Actualmente se desempeña en el Servicio de Esterilización del recinto asistencial, donde cumple una labor fundamental para la seguridad de los pacientes, asegurando la correcta limpieza, desinfección y esterilización del material clínico.

el trabajo con el deporte requiere alta disciplina, organización y compromiso", expresó.

Asimismo, señaló que entrena diariamente, muchas veces en doble jornada, combinando sus responsabilidades laborales con exigentes sesiones deportivas. "Esto implica mantener hábitos saludables, buena alimentación y descanso adecuado, además de una gran motivación personal para rendir en ambos ámbitos", añadió.



DISCIPLINA DIARIA ENTRE TRABAJO Y ENTRENAMIENTO

Pese a las exigencias propias de su jornada laboral, Erika ha logrado organizar su tiempo para mantener una rutina constante de entrenamiento. Ya sea durante las primeras horas del día o tras finalizar sus turnos, dedica tiempo al running, demostrando un fuerte compromiso con su bienestar físico y mental.

"Soy atleta de running, específicamente en pruebas de medio fondo y fondo, disciplina que practico de manera constante desde hace varios años. El deporte se ha transformado en una parte fundamental de mi vida, no solo a nivel físico, sino también mental y emocional. Compatibilizar

IMPORTANTES LOGROS DEPORTIVOS

Erika ha destacado en múltiples podios a nivel nacional en competencias de running, consolidándose como una atleta competitiva dentro de su categoría.

Entre sus mayores reconocimientos figuran:

- Campeona Nacional 2024 en Cross Country.
- Campeona Nacional 2026 en pruebas combinadas (duatlón).
- Clasificación a campeonatos internacionales como el Sudamericano de Atletismo Máster.

INSPIRACIÓN PARA LA COMUNIDAD

Respecto a sus motivaciones, Erika aseguó que su principal mo-

tor es la superación personal constante. "El desafío de mejorar mis tiempos y demostrar que con disciplina y perseverancia se pueden alcanzar grandes metas. A futuro, quiero seguir mejorando mi rendimiento, representar de la mejor manera posible en competencias internacionales y continuar siendo un ejemplo de constancia y vida saludable, tanto en mi entorno laboral como personal", afirmó.

Desde el Hospital de Litueche, su director, Dr. Edson Vivanco, valoró la trayectoria de la funcionaria. "Como Hospital de Litueche, nos llena de orgullo destacar

la trayectoria deportiva de una integrante de nuestra comunidad funcionaria, cuya historia refleja constancia, disciplina y una profunda capacidad de perseverancia. Detrás de este camino también existe un valioso esfuerzo familiar y el apoyo de quienes han estado presentes en cada etapa", señaló.

La historia de Erika Yáñez no solo evidencia que es posible compatibilizar trabajo, familia y deporte, sino que además inspira a otros funcionarios y jóvenes de la comuna, quienes ven en ella un ejemplo de motivación, compromiso y amor por la vida sana.

SANTORAL: KARINA

ÍNDICES ECONÓMICOS

- U.F.: 40.000,61 ■ U.T.M. Abril: 69.889,00
- V.I.P.C. Marzo 2026: 1,0 %



FUNDADO EL 1º DE MAYO DE 1952
por don Ramón Morales Moraga

DIRECTOR - EDITOR RESPONSABLE
Carlos Silva Hernández

PROPIETARIO
Sociedad Periodística Portales Ltda.

REPRESENTANTE LEGAL
Marcela Toledo Cornejo
e-mail: marcela.toledocornejo@gmail.com
+56 976235496

ADMINISTRACIÓN
Andrea Toledo Cornejo
e-mail: andrea.toledocornejo@gmail.com

DIRECCIONES:
Quechereguas 842 - San Fernando - Provincia de Colchagua
Distribución Región del Libertador Bernardo O'Higgins
Teléfonos 72 271 17 43

Avisos legales y Publicitarios

Diario Regional Impreso Convenio Marco 1102018
marcela.toledocornejo@gmail.com andrea.toledocornejo@gmail.com
+56 976235496 +56 958797032

Se autoriza la reproducción total o parcial de la información de este medio, escrita o visual, indicando la fuente.

TODA INFORMACIÓN, OPINIÓN
O DECLARACIÓN ES RESPONSABILIDAD
DE QUIEN LAS EMITE O FIRMA.
DE LA CUAL ESTE MEDIO DE COMUNICACIÓN
NO ES RESPONSABLE.