

---

Yaimé Pérez: El disco que arrasó con todo en 2019

08/01/2020



Yaimé Pérez es una atleta que ha madurado con creces tanto en la alta competición como a la hora de enfrentar la vida. El 2019 fue un año en el que pudiéramos decir que su disco arrasó con todo lo que se interpuso al paso de su órbita, al punto de ganarlo todo y extender su registro personal a 69.39 metros.

Sobre esos 12 meses de estabilidad y gloria suprema, y el horizonte olímpico de Tokio, la elegida por segundo año consecutivo mejor deportista femenina de Cuba, dialogó con **CubaSi**:

“Fue un año excelente. En temporadas anteriores me encontraba en forma óptima y luego en las competencias fundamentales no podía alcanzar un buen resultado, y este fue todo lo contrario. Supe mantenerme durante toda la temporada, imponerme en finales bien exigentes, y estabilizar registros sobre 67.50 metros, marca que solo logramos muy pocas discóbolos dentro de la élite.

Por eso me siento muy contenta que entre tantas atletas con buenos resultados me hayan seleccionado por segunda ocasión la mejor de Cuba”.

**¿Cómo ha aprendido Yaimé a lidiar con la presión competitiva teniendo rivales que le han exigido tanto por más de un ciclo?**

“He sabido controlar mis emociones y la ansiedad. De hecho, el componente psicológico era lo que me pasaba factura cuando sentía la presión y no podía lograr mis disparos, ni hacer la técnica requerida para que el disco alcanzara más metros. Se trata de madurez en lo psicológico y encarando la alta competición”.

**¿Sobre qué elementos trabajas para continuar creciendo y adquiriendo autoconfianza de cara a Tokio?**

“Técnicamente he crecido. Todavía tengo alguna pequeña dificultad con el ángulo de salida del disco, pues lanzo en doble apoyo y no soy una atleta muy alta, me cuesta un poco de trabajo incorporar el disco, pero creo que

durante la preparación que enfrentaremos en 2020 y la ruta crítica, se pueda mejorar”.

### **¿Continúa siendo la fuerza un elemento crucial en ti a la hora de lanzar?**

“Podiera decirte que en estos momentos tengo un tanto de todo, busco ser una discóbola con balance en sus parámetros. La fuerza es mi mayor virtud, pero he mejorado la velocidad un poco. Antes me sentía más lenta en el círculo”.

### **¿Qué lecturas tiene contar con una decena de registros sobre los 67.50 metros, y llevar tu marca personal hasta 69.39?**

“Competir a diario con una rival de consideración como Denia Caballero es lo que hace que uno se exija, eleve su nivel y tenga registros de forma estable sobre los 67 metros”.

### **¿Piensas en la barrera de los 70 metros y en el récord nacional de tu entrenadora Hilda Elisa Ramos (70.88)?**

“Entreno pensando siempre en superar mis rendimientos. Hay que tener ambición. Siempre le digo a mi entrenadora que su récord se lo romperé yo. Todo está en proponérselo porque los récords salen. Creo que este 2020 puede ser el año en el que Yaimé rompa la barrera de los 70 metros.

Ya iniciamos la preparación y este comienzo va marchando bastante bien. Todos conocen que sufrí una lesión en el Mundial, de la cual no presento molestia alguna y estoy bastante bien recuperada. Todo marcha como lo hemos planificado con mi entrenadora y el equipo médico, y estamos optimistas de cara a la campaña que se avecina, especialmente para enfrentar los Juegos Olímpicos”.

De hacerlo sería la tercera cita bajo los cinco aros de la indómita nacida un 29 de mayo de 1991, líder del ranking (1 435 pts) de su especialidad por 27 semanas, con cinco de los diez mejores registros anuales; y una progresión que la vio germinar con 46.29 metros en el lejano 2007 y que hoy, a la vuelta de 12 años, la hace ostentar 69.39.

Dialogó con **CubaSi** la mejor deportista del año en Cuba en el 2019. Esa que ganó los Juegos Panamericanos de Lima (66.58), la Liga del Diamante (68.27), y el Mundial de Doha (69.17), además de ser una de las más serias candidatas al oro en tierras del Sol Naciente. Ojalá su disco vuelva a arrasarse con todo en 2020.

---