

¡De aquí a la cima! Mexicana escala las montañas más altas del mundo



Viridiana Álvarez, egresada del campus Aguascalientes e hidroclídea, es reconocida como la primer mujer del continente americano en subir las 4 montañas más altas del mundo

08/04/2020

"Para lograr en grande, ¡hay que soñar en grande!", narró Viridiana Álvarez para CONECTA.

La egresada del **Tec de Monterrey campus Aguascalientes** es reconocida como la **primer mexicana y latinoamericana** en lograr **conquistar las 4 montañas más altas del mundo**.

La atleta, a sus 36 años, tiene el **récord Guinness** del **ascenso más rápido en 3 de estas**: Everest (8 mil 848 mts.), K2 (8 mil 611 mts.) y Kanchenjunga (8 mil 586 mts.), **con oxígeno suplementario** en la categoría femenil.

Asimismo, Viridiana pretende ser **la primera mujer americana** en escalar las **14**

montañas más altas del mundo en tiempo histórico y **obtener el segundo Récord Guinness para el 2021.**



Ella es egresada de la **Licenciatura de Administración de Empresas (LAE)** y es actualmente **alpinista, conferencista y empresaria.**

"ESCALA" A SU PASIÓN

Desde pequeña, **realizó diferentes actividades deportivas**, pero nunca una **disciplina** como tal, fue entonces **hasta el 2011** donde iniciaría su **primera carrera de 10 km.**

Con el paso del tiempo, **dedicó su carrera al triatlón y la bicicleta de montaña**, pero encontró en el **alpinismo su verdadera pasión.**

Álvarez logró subir su **primera cumbre hace seis años**, cuando escaló los **5 mil 636 metros** del **Pico de Orizaba, en México.**

Definiéndose como una mujer de **retos, pasión y de objetivos**, para ella, el tema de **escalar montañas va más allá**, pues su verdadera misión en la vida es **trascender, ser una mujer plena e inspirar**.

“Mi misión en la vida es trascender. Ser una mujer plena y poder inspirar a las personas a cumplir sus propias metas.”



“Cuando empecé en el alpinismo, mi objetivo no era ser la primera mujer americana en lograr esto, se dio con el tiempo. Mi meta principal era subir el Everest.

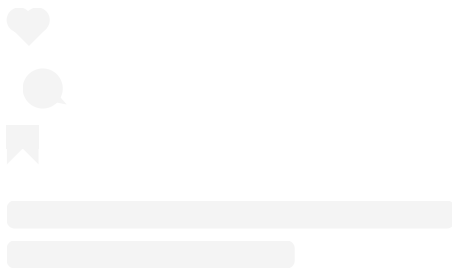
“Han habido días muy difíciles y creo que las situaciones adversas son momentos que demuestran qué tanto quieres lograr tu sueño y seguir adelante”, dice para
CONECTA.

Para ella, lo que **nunca falta en la mochila** de un alpinista es: la **inteligencia emocional, saber controlarte y conocerte** es muy importante pero sobre todo,

tener algo que **represente la fe en ti mismo.**



[View this post on Instagram](#)



Con su empresa **Liderazgo de Altura Centro de Coaching Empresarial**, otorga **consultorías y conferencias** sobre **innovación y desarrollo empresarial.**

Los temas que destacan son la **administración de empresas y coaching ontológico**, cursos en **habilidades gerenciales y competencias conversacionales** a las industrias del país.

La egresada confesó que **no todo ha sido fácil en su vida profesional**, ya que al ser **mujer y mexicana** ha vivido muchos “obstáculos” que solo la **han motivado a salir adelante con sus objetivos**.



COMPROMISO SOCIAL

Para la EXATEC, **el trascender en la vida** a través de **otras personas por medio de su experiencia y pasión** le da una **gratificación**, porque cambia de manera **positiva sus vidas**.

De igual manera, el **liderazgo** representa la **capacidad de saber hacia dónde vas** y poder llevar a otros contigo, narró Viridiana.



Fotografía del **K2**, Pakistán. Julio 2018. Logró ser la primera latinoamericana en escalarla.

Además de ser alpinista, **es co-fundadora de “Líderes de Altura A.C”**, cuyo esfuerzo **persigue el fin de inspirar niños y jóvenes** a través de la **experiencia y liderazgo transformacional**.

“Quiero dejar una huella en el corazón de niños y jóvenes”, mencionó la alpinista.

Sin duda alguna, **la constancia, motivación y la determinación** se alinea de acuerdo a ese propósito que tienes, narró la montañista.



"En **EXATEC** nos da **mucha satisfacción** ver a un **miembro de nuestra comunidad de egresados cumplir sus sueños**", mencionó Zuly Nohemí Ramírez Medina, coordinadora de Relaciones y Desarrollo del Tec de Monterrey.

Asimismo, para la **institución** es muy importante **ver cómo sus egresados se desarrollan con éxito en su vida profesional** sin dejar de lado **su pasión** por **aquello que los motiva a nivel personal**.

Finalmente, la egresada te invita a **soñar en grande, salir de la zona de confort y tener confianza en tí mismo**, enseñarle a las personas que con esto puedes **superar tus propias montañas** para poder **cumplir tus sueños**.

"Cuando encuentren aquello que les gusta, trabajen por hacerlo realidad y no lo suelten", concluyó.

SUS HAZAÑAS

Entre las hazañas alpinas de Álvarez se encuentran:

- **Kilimanjaro**, Tanzania. Septiembre del 2019. Montaña más alta de África.

- **Pico de Orizaba**, México. Febrero del 2014.
- **Manaslu**, Nepal. Mayo 2017. Líder de expedición.
- **Aconcagua**, Argentina. Enero 2015.
- **Elbrus**, Rusia. Agosto 2018. Montaña más alta de Europa.
- **Everest**, Nepal. Mayo 2017. Líder de expedición.
- **Lhotse**, Nepal. Mayo 2018.
- **Kanchenjunga**, Nepal. Mayo 2019. Primera mexicana en subirla.
- **K2** , Pakistán. Julio 2018. Primera latinoamericana en escalarla.

Las últimas 4 son las más altas del mundo, lo que la convierte en la **primera mujer mexicana y latinoamericana en escalarlas**.

SEGURAMENTE QUERRÁS LEER:



TAMBIÉN PODRÁS LEER:

