



Universidad Autónoma del Estado de México

Yael Emiliano Nava Villa, estudiante de la UAEMéx, promesa de la natación universitaria

• *El estudiante de la Facultad de Ingeniería brilló en el Nacional ANUIES 2025 en Jalisco, donde se subió al podio en 400 y 1500 metros libres, 200 metros dorso y 200 combinado, consolidando el proyecto deportivo que inició desde la infancia.*

Toluca, Méx. - 11 de enero de 2026. Con apenas 17 años y en su primer semestre de la Licenciatura en Ingeniería en Computación de la Facultad de Ingeniería, Yael Emiliano Nava Villa inició su vida universitaria con un logro sobresaliente en la natación: conquistó cuatro medallas en los Campeonatos Nacionales Universitarios ANUIES 2025, celebrados a inicios de junio en Jalisco. Para él, el resultado representa la confirmación de un camino que comenzó desde la infancia.

“Inicié en la natación a los seis años como una actividad recreativa para cansarme porque era un niño muy inquieto”, recordó entre risas. Lo que inició como un pasatiempo pronto se transformó en vocación: “A los diez años entré a mi primer equipo y empecé a competir; fue el momento en el que decidí que la natación iba a ser a lo que me iba a dedicar”.

Nava Villa relató que su conexión con el agua surgió desde muy pequeño. “Me gustaban mucho las albercas y cuando me dieron la opción de meterme a clases me encantó la idea”, dijo. Su primera competencia, admitió, marcó un antes y un después: “Me enamoré de la disciplina por cómo me sentí y por cómo me fue”.

Hoy, combina sus estudios con entrenamientos diarios que exigen disciplina y organización. “Cuando estoy en la escuela me concentro en las materias y cuando me toca entrenar, mi mente es totalmente de la natación”, afirmó. Su rutina inicia por la mañana en el gimnasio, continúa con clases durante el día y concluye con práctica acuática por la tarde.

En su debut en el Nacional ANUIES 2025, representando al Estado de México y a la Máxima Casa de Estudios mexiquense, Yael obtuvo cuatro medallas. Sobre los 400 metros libres, prueba en la que se coronó con oro, comentó: “Ya los había nadado antes, sabía cómo mantener mi ritmo y cómo dar mis últimas energías”. Sobre los 200 metros combinado, donde conquistó el bronce, subrayó que la estrategia fue fundamental: “Ya sabía cómo funcionan los estilos y cómo recuperarme en cada uno”.

El mayor reto, resaltó, fue en los 1500 metros libres, distancia que nadó por primera vez. “Fue la primera vez que la nadaba; me falló la cuenta y me paré un 100 antes, pero recuperé y gané el oro”. Finalmente, cerró con otro oro en 200 metros dorso, prueba que domina y para la que ya iba mentalizado: “Es una de mis pruebas y competí decidido a ganar”.

Estos logros tienen para él un significado especial por haberse dado en su ingreso a la vida universitaria. “Es un orgullo muy grande saber que al entrar a la UAEMéx pude conseguir estos resultados, tanto para mí como para la institución”, expresó.

Más allá de las medallas, la natación se ha convertido en un pilar personal. “La natación es mi terapia. La sensación de estar cansado es una satisfacción porque sé que di todo”,





Universidad Autónoma del Estado de México

comentó. También la vincula con su desempeño académico: “Me relaja la mente y puedo concentrarme más en la escuela”.

Su preparación va más allá del trabajo físico. “La natación es más mental que física”, aseguró. Antes de competir visualiza la prueba, cuida el descanso, incrementa el consumo de carbohidratos y se enfoca en fuerza y resistencia. Al momento de lanzarse al agua, la concentración es total: “Mi mente se pone en blanco; solo pienso en mantener el ritmo y en el lugar al que quiero llegar”.

Hay una frase que lo acompaña en cada entrenamiento y competencia: “Una vez que la mente vence, el cuerpo lo hará también”. Con esa convicción, Yael Emiliano Nava Villa se perfila como una de las nuevas promesas universitarias de la natación, decidido a seguir creciendo y superándose con cada brazada.

