



“Sirena del Hielo” vuelve al podio: Bárbara Hernández suma dos medallas para Chile en mundial de natación en aguas gélidas

Posted on Marzo 6, 2026

La nadadora chilena **Bárbara Hernández**, conocida como la “*Sirena del Hielo*”, volvió a destacar a nivel internacional tras conseguir **dos medallas en el VII Mundial de Natación de Aguas Gélidas**, que se desarrolla en la ciudad de **Oulu**, en **Finlandia**.

La deportista nacional logró **medalla de plata en los 450 metros libres** y **medalla de bronce en los 200 metros libres**, en un campeonato que reúne a más de **1.600 nadadores de distintos países** y que es considerado uno de los eventos más importantes del mundo en esta exigente disciplina.

Las pruebas se disputaron en **condiciones extremas**, con una temperatura del agua cercana a **0,2 °C** y un ambiente que bordea los **-9 °C**, lo que eleva considerablemente el nivel de dificultad para los competidores.

En la competencia de **450 metros libres**, realizada el 4 de marzo, Hernández registró un **tiempo de 6**

minutos, 43 segundos y 02 centésimas, resultado que le permitió quedarse con el segundo lugar. La prueba fue ganada por la británica **Nichola Murch**, quien marcó **6'34''63**.

Un día antes, el **3 de marzo**, la chilena había conseguido **el tercer lugar en los 200 metros libres**, con un tiempo de **2'47''31**. En esa prueba el podio fue liderado nuevamente por Murch, seguida por su compatriota **Jade Perry**.

Tras sus actuaciones, Hernández expresó su satisfacción por volver a subir al podio pese a las dificultades físicas que ha enfrentado en el último tiempo.

“Estoy muy contenta de haber podido meterme en el podio. La pelea fue hasta el final y la diferencia con las otras nadadoras fue mínima. La lesión que tuve no fue fácil, pero di todo en cada prueba”, comentó la deportista, agradeciendo además el apoyo de su familia, su equipo y los seguidores que la acompañan desde Chile.

Documental sobre su travesía en la Antártica

Durante su paso por Oulu, la nadadora también participó en actividades culturales vinculadas al evento. El **4 de marzo** se exhibió un **documental que retrata su travesía nadando en la Antártica**, presentado ante la comunidad local en el marco de las actividades de la ciudad, que este año ostenta el título de **Capital Europea de la Cultura**.

Como parte de este reconocimiento a su trayectoria y a su aporte a la difusión del cuidado de los océanos y los ecosistemas polares, Hernández será además recibida por la embajadora de Chile en Finlandia, **Belén Sapag Muñoz de la Peña**, junto a autoridades deportivas finlandesas y al deportista extremo **Jari Saario**.

La destacada actuación de la “Sirena del Hielo” vuelve a posicionar a Chile en la élite de la **natación en aguas gélidas**, una disciplina que exige una preparación física y mental extraordinaria frente a temperaturas cercanas al congelamiento.