TuSalud

Belleza, cerebro y corazón

La Miss Universo Andrea Meza comparte su pasión por la salud y el ejercicio y la concienciación sobre el VIH.

October 4, 2021 By Charles Sanchez

El 16 de mayo de 2021, Miss México Andrea Meza, fue coronada Miss Universo 2020 en la 69ª. competencia anual en Hollywood, Florida. (El evento se había pospuesto debido a la pandemia del COVID-19). Innegablemente bella, la morocha oriunda de la ciudad de Chihuahua es mucho más que un listón elegante y una corona fabulosa.

Meza es activista por los derechos de la mujer, tiene un título de ingeniera de sistemas y es una modelo y maquilladora certificada. Es apasionada por el ejercicio y la salud, es vegana (su comida favorita es ceviche vegano hecho con coliflor y soja texturizada) y en su tiempo libre disfruta de deportes extremos.

La organización Miss Universo no perdió ni un minuto en poner a trabajar a su glamurosa representante. Apenas un mes después del concurso, Meza estaba recorriendo New York en tacones altos en colaboración con la Comisión Latina sobre el SIDA. Hizo varias paradas, incluyendo lugares emblemáticos de los derechos LGBTQ, The Stonewall Inn, el centro de servicios para el VIH GMHC y God's Love We Deliver, una organización sin fines de lucro que entrega comidas a personas que están demasiado enfermas para cocinar.

Su misión era la de crear conciencia sobre el VIH, incluyendo las pruebas, y promover la salud sexual en general. Ella incluso se hizo una prueba de VIH mientras visitaba el centro de pruebas GMHC. POZ se reunió con la encantadora Meza en el Oasis Latino L.G.B.T.S. Wellness Center de la Comisión Latina sobre el SIDA.

¡Es un placer conocerte! ¿Qué es lo más emocionante y divertido que te ha pasado desde que te coronaron?

Todo es nuevo para mi, todo es emocionante. He disfrutado de cada paso en el camino. Creo que una de las cosas más emocionantes ha sido conocer a tanta gente diferente persiguiendo distintos

objetivos, como la Comisión Latina sobre el SIDA.

Una de las mejores experiencias que he tenido fue con God’s Love We Deliver, donde tuve la oportunidad de preparar y empacar comida para personas que viven con enfermedades crónicas. Eso fue increíble porque te permite ver como un trabajo pequeño que hagas, combinado con el trabajo que otros hacen, resulta en el bien común.

Ves toda esa gente que entra y sale del edificio, llevando comida y te sientes que eres parte de algo grande. Y sientes que tu pequeña contribución está ayudando a alguien.

¿Cómo te involucraste con la Comisión Latina sobre el SIDA?

Ahora que soy Miss Universo tengo estas oportunidades increíbles de trabajar con diferentes organizaciones y asociaciones. [La Miss Universe Organization] ha estado trabajando con GMHC y la Comisión Latina sobre el SIDA durante años, por lo que me honra tener esta oportunidad.

Andrea Meza (chaqueta roja) con Guillermo Chacón, el presidente y CEO de la Comisión Latina sobre el SIDA (con corbata), y Leandro Rodriguez, vicepresidente de programasCortesía de La Comisión Latina sobre el SIDA

La Miss Universe Organization está muy comprometida con trabajar en la concienciación del VIH. ¿Qué otros lugares visitarás para promover la concienciación?

Antes de esta reunión fui a GMHC, y fue una excelente experiencia. Estas personas están trabajando para lograr una sociedad más saludable y para crear más conciencia sobre el VIH. Debo decirte que vengo de un país católico, y a veces es difícil hablar de sexo. Es un tabú. Y cuando no hablas de estos temas, no puedes informarte realmente sobre ellos.

Para mi es genial estar rodeada de una comunidad Latina que no tiene miedo de hablar de esto [sexo y VIH] e insta a que las personas sepan más, a que se informen y se eduquen para continuar divulgando el tema.

En GMHC te hicieron una prueba de VIH. ¿Cómo fue la experiencia para ti?

La verdad me sentí muy cómoda y fue una gran experiencia. Además fue súper rápido. Creo que hay mucha desinformación sobre las pruebas. La gente no sabe realmente cómo funciona, y les da miedo hacerse el test. Fue genial, te hacen algunas preguntas personales, pero todo es confidencial, por eso no tuve ningún problema, ¡y en 20 minutos ya estaba afuera!

¿Por qué es importante que los Latinos se preocupen por el VIH y se hagan la prueba?

Es importante porque tenemos que cuidarnos, y debemos saber dónde estamos parados. A veces no nos queremos hacer la prueba porque tenemos miedo de los resultados, pero si sabemos si somos positivos o negativos, podemos actuar. Por eso estoy haciendo esto. Por eso quiero alentar a la gente a que se lo haga, para que se olviden de los tabúes y se olviden de todo el estigma. La gente que trabaja con VIH y SIDA lo hacen porque son apasionados por el tema. No van a tener una opinión negativa sobre ti, sólo quieren que estés sano.

Quiero alentar a las personas para que se hagan el test de VIH. Sé que pueden sentir temor porque hay mucho estigma y desinformación, pero es fácil, es rápido y es confidencial, y ese es el aspecto más importante, porque sé que hay personas que pueden sentir vergüenza de compartir detalles de su vida personal. No es así. [Las personas que hacen los tests] te van a tratar súper bien, no van a juzgarte, y es por tu propio bien.

Además del VIH, sé que también ayudas a darle visibilidad a otros temas sociales, específicamente la violencia en contra de las mujeres. Cuéntame sobre tu trabajo en el Instituto Municipal de las Mujeres en México.

Comencé a trabajar con ellos hace un año. Comencé a interesarme en la violencia de género porque este es un tema muy triste en mi país. No es algo que sólo ocurra en México y Latinoamérica, es un problema mundial. Cuando me di cuenta de que por tantos años había estado ciega y no sabía que existía este problema, quise hacer algo al respecto.

La primera campaña que hice con el Instituto Municipal de las Mujeres era sobre el acoso callejero. Esa es una clase de violencia que hemos normalizado y a la que no le prestamos atención. Pero cuando eres una mujer y sales, al menos en México, te sientes en peligro. Necesitas mandarle un texto a tu mamá o a alguien para avisarles que vas a salir y les envías tu ubicación en vivo porque no sabes si vas a volver a casa.

Comenzamos esta campaña con carteles en las calles donde les pedíamos a las personas que no acosaran en la calle. No sólo eso, pero estamos trabajando con el gobierno para que castigue a las personas que son violentas en la calle. Si le dices un piropo a una mujer en la calle, te van a castigar. El castigo no será liviano. Esa es una manera en la que podremos crear conciencia y generar cambios.

Miss Universo 2020 Andrea MezaCortesía de La Comisión Latina sobre el SIDA

¿De qué manera se superponen este trabajo y tu activismo con el VIH con tus propias ideas y sentimientos sobre la salud y el ejercicio?

Para mi es crucial mantener un estilo de vida seguro y saludable. Sólo tenemos un cuerpo en esta vida, y sólo tenemos esta vida. Si no la cuidamos lo vamos a lamentar en algún momento.

Por eso me encanta hacer ejercicio, y tener hábitos alimenticios saludables. Por eso es importante ir al médico y hacerse el test, para cuidarte. Es importante que puedas tener un estilo de vida saludable, no sólo por ti pero también por tu pareja, para disfrutar de todas las maravillas que la vida te ofrece.

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.