

Me llamo Cristina Colina , soy dietista nutricionista de profesión y vocación. Lo que me motiva cada día en mi trabajo es el hecho de enseñar a mis pacientes a disfrutar comiendo, sin remordimientos sea cual sea el estado de salud. Porque unos hábitos saludables de estilo de vida como de alimentación pueden prevenir muchos problemas de salud tanto a corto como a largo plazo.

Como todo comienzo, mi trayectoria en el mundo del emprendedor no ha sido fácil. Podría decir que en mi caso, me ha sido todavía mas « difícil » por el hecho que mi profesión esta considerada como un lujo al no estar presente en la seguridad social. Razón por la cual he tenido que atreverme a de alta cómo autónoma para poder ejercer esta profesión que tanto me apasiona.

Otra de las dificultades que tengo en mi día a día es la gran confusión que hay en la población sobre quién es un dietista nutricionista, por lo cual existe muchísimo intrusismo y mitos, con los que tengo que luchar día tras día. Un ejemplo son las dietas milagrosas (las cuales no son recetadas por dietistas nutricionistas y en las que se venden muchos complementos alimentarios y prohíbe cantidades de alimentos, lo cual a largo plazo causa trastornos alimenticios y psicológicos).

Eso es lo que mas daña mi imagen y en ocasiones pone freno al desarrollo de mi « negocio » en el mundo rural.

Pero para cambiar las opiniones, formar e informar, procuro realizar con la colaboración y ayuda de ayuntamientos y asociaciones; charlas, talleres de cocina, recetas y consejos en mis redes sociales, enfocados a todo tipo de persona y edad.

Llevo un año y medio y no me arrepiento de haberme atrevido.

Porque lo que me motiva es el boca a boca de la gente y sobre todo, ver que aquellas personas que han confiado en mí, han logrado ganar en salud, aprendido a disfrutar comiendo y sobre todo, esta en armonía con su cuerpo.

Porque se joven emprendedor en el mundo rural es un desafío que merece la pena. No dejemos de lado los pueblos, porque ellos también nos necesitan, a los profesionales sanitarios.