

Cynthia Polo Quiroz

¿Cuántas empresas has fundado?

2

¿A cuántas personas has dado empleo (directo)?

1

¿Cuántos años tienes de trayectoria empresarial como fundador(a)?

1

¿Qué te motivó a fundar tu primer empresa?

Fundé Slow Down al observar un problema que se vive en silencio y está muy normalizado: líderes de negocio que, aún siendo exitosos en lo externo, viven en un estado constante de prisa, agotamiento, insuficiencia, reacción y desconexión con lo que realmente importa.

Durante mi trayectoria en recursos humanos, cultura organizacional y bienestar corporativo vi de cerca cómo muchas personas dejaban en segundo plano su salud, relaciones y realización personal por sostener resultados profesionales.

Eso me llevó a crear Slow Down, una empresa enfocada en ayudar a líderes a desarrollar la capacidad de pausar y de cultivar recursos internos que cuiden de lo importante para construir vidas y negocios con más significado.

Mi motivación: que los dueños de negocio sepan que es posible desarrollar un liderazgo más consciente que genere impacto en sus equipos, familias y comunidades, sin sacrificar su bienestar en el proceso.

¿Qué logros empresariales ha(n) tenido la(s) empresa(s) que has fundado?

A la fecha, he acompañado directamente a más de 10 empresarios y emprendedores en procesos personalizados y he impactado a más de 40 líderes a través de talleres y experiencias grupales.

Slow Down hoy tiene 3 líneas de negocio: acompañamiento 1:1 para empresarios y emprendedores, trabajo con empresas en cultura de bienestar y experiencias grupales para emprendedores.

He colaborado con organizaciones de industrias como la constructora, la restaurantera, de comunidades, servicios financieros y consultoría, validando que esta necesidad existe en industrias muy distintas.

Cofundé Alinea Tribe, una comunidad en la que acompañamos a emprendedores y empresarios combinando estrategia de negocio y bienestar del emprendedor como pilar estratégico.

Tú o la(s) empresa(s) que has fundado, ¿qué impacto positivo ha(n) generado en las personas, comunidades y el entorno?

A través del acompañamiento 1:1 de Slow Down, las personas reportan mejoras significativas en su relación con el estrés, mayor claridad mental, decisiones más alineadas y mayor presencia con sus familias.

Estos cambios positivos han permeado en la cultura de sus empresas, promoviendo entornos laborales más humanos y sostenibles.

He trabajado con líderes que normalmente priorizaban resultados económicos por encima de su bienestar, ayudándolos a construir una concepción más amplia del éxito.

A nivel comunidad, en Alinea Tribe, hemos acompañado a 6 emprendedores desde la estrategia y el desarrollo humano.

Finalmente, escribo semanalmente en Slow Down Letters mi canal de Substack donde comparto reflexiones y herramientas que invitan a cultivar la Pausa como recurso estratégico para ver con claridad y decidir desde lo que importa, en lo personal y en los negocios.

Tú o la(s) empresa(s) que has fundado, ¿qué premios y/o reconocimientos han recibido?

NA

¿Cuál te gustaría que sea tu legado empresarial?

Mi legado empresarial me gustaría que fuera crear vehículos (empresas, comunidades, metodologías y experiencias) que ayuden a las personas a desarrollar recursos internos para vivir desde su verdad.

Durante mucho tiempo hemos normalizado que construir empresas implique vivir en agotamiento, desconexión personal y sacrificar relaciones importantes. Mi trabajo busca ser evidencia de que es posible crear empresas exitosas mientras cultivamos bienestar, claridad y una vida con propósito. Nuevos referentes, nuevas realidades.

En una frase: Quiero contribuir a que más personas recuerden quiénes son y construyan desde ahí.