

María Fernanda Sandoval Saltijeral

¿Cuántas empresas has fundado?

3

¿A cuántas personas has dado empleo (directo)?

6

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

15

¿Qué te motivó a fundar tu primer empresa?

Mi motivación para emprender surgió de una necesidad muy clara en consulta: muchas personas querían mejorar su salud, pero se enfrentaban a planes complicados, restrictivos y poco sostenibles en su vida real.

Quise crear un espacio donde la nutrición fuera práctica, basada en evidencia y adaptada a la vida cotidiana, sin dietas extremas. Así nació mi práctica privada y posteriormente Elige Nutrición, con un enfoque integral y funcional que busca abordar la raíz de los problemas de salud.

Más adelante, al identificar que muchas nutriólogas se sentían solas o inseguras al emprender, fundé una comunidad enfocada en compartir herramientas reales para mejorar su consulta, atraer pacientes y construir negocios sostenibles.

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

He atendido a más de 5,000 pacientes a lo largo de mi práctica, consolidando un modelo de atención nutricional integral, basado en evidencia y adaptado a la vida real.

Fundé Elige Nutrición en 2011 (marca registrada desde 2015), posicionándola como una consulta sólida con alcance nacional e internacional a través de servicios online. Actualmente operamos en todo México y atendemos pacientes en países como Estados Unidos, Francia, Alemania y España.

Desde 2020, he desarrollado una comunidad de formación para nutriólogas que ha impactado a más de 1,000 profesionales, ayudándolas a mejorar su consulta y construir negocios sostenibles.

También he liderado equipos de trabajo integrados por nutriólogas y personal de apoyo, fortaleciendo la operación y la experiencia del paciente.

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

El impacto principal ha sido transformar la relación de las personas con la comida, promoviendo un enfoque más consciente, práctico y sostenible. Miles de pacientes han logrado mejorar su salud digestiva, hormonal y metabólica, así como revertir o controlar diversas condiciones de salud.

A nivel profesional, he acompañado a más de 1,000 nutriólogas a desarrollar consultas más humanas, efectivas y rentables, permitiéndoles vivir de su práctica y ampliar su impacto en la salud de más personas.

Mi enfoque promueve una nutrición sin extremos, reduciendo la dependencia de dietas restrictivas y fomentando hábitos sostenibles a largo plazo.

Además, he generado oportunidades de empleo para nutriólogas y personal administrativo, contribuyendo al desarrollo profesional dentro del sector salud.

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

Mención Honorífica en la Licenciatura en Nutrición y Ciencia de los Alimentos – Universidad Iberoamericana

¿Cuál te gustaría que sea tu legado empresarial?

Me gustaría que mi legado sea haber contribuido a transformar la forma en la que se vive la nutrición: más accesible, más humana y más alineada con la vida real.

Que tanto pacientes como profesionales de la salud recuerden que es posible mejorar la salud sin recurrir a extremos, y que los hábitos sostenibles pueden generar cambios profundos.

También busco dejar una comunidad de nutriólogas más seguras, preparadas y colaborativas, que entiendan el valor de compartir conocimiento y crecer juntas.