

Gusto por los superalimentos lo convierte en emprendedor



Seguir con su instinto por descubrir alimentos exóticos y plantas medicinales en el mundo llevó al ambientalista [Darin Olien](#) a convertirse en **especialista de bienestar y emprendedor**.

Tras unir estas facetas, el estadounidense pasó a ser también **empresario, presentador de televisión, autor de *best sellers*, principalmente**.

*“La **innovación y emprendedurismo** es la esencia de lo que me llevó a esa cima de montañas y junglas de más de 40 países, a veces en medio de la nada buscando lo que me apasionaba.*

“Eso que me daba curiosidad y sabía que tendría la contribución de ayudar a personas con sus cuerpos para tratar algunos desafíos de la vida”, dijo durante su charla en [INCmty](#) 2021.

Al compartir su experiencia sobre la salud en el podcast [The Darin Olien Show](#), el ambientalista fue contactado por el actor [Zac Efron](#) y así colaboraron en un proyecto para [Netflix](#).

En [Watch Down to Earth with Zac Efron](#), estrenada en 2020, el artista viaja por el mundo con Darin Olien para explorar **formas de vida saludables y sostenibles**.

*“No necesité de alguien para hacer algo; yo buscaba **lo que me importaba**. El espacio de donde provienes y **la actitud** que tienes genera el **punte** para que otros se acerquen a ti.*

*“Si las personas no van de acuerdo a tu verdad está bien, no tienes que hacer cosas que no hagan eco con lo que quieres hacer. Quieres gente que **venga a ti por razones correctas**”, comentó.*

Claves para llegar a la ‘supervida’

En la conferencia *Wellness innovation and educational resources truths behind someone, everyday choices*, [Olien](#) compartió su visión para amplificar una nueva perspectiva sobre **salud y bienestar**.

*“La **supervida** es darle a tu cuerpo y ser las **herramientas que necesita**, como dormir bien, comer bien, hacer cosas buenas. Respetar tu cuerpo porque es el que te ha tocado llevar”, señaló.*

Darin Olien expuso que **cuando alineamos y le damos al cuerpo el combustible correcto**, entonces se puede **tener la energía y la vitalidad** para poderse manifestar para el **resto de la vida**.

Otra de las claves para lograr la supervida, de acuerdo al experto en súper alimentos, es **responsabilizarse** de los aspectos que pueden afectar a la vida misma, por lo que exhortó a crear **nuevos hábitos**.

*“La mayor parte de tu vida **depende de ti**. Muchas personas no quieren escuchar eso y no se dan cuenta que para tener una gran vida necesitan tomarlo todo y **responsabilizarse de todo**”, indicó.*

Para el conferencista de INCmty, **el 20 por ciento** de nuestro cuerpo **es genética** y el **80 por ciento** restante tiene que ver **con decisiones** que se toman en la **vida y en su opinión** **“los hábitos son salud o enfermedad”**.

*“La **supervida** es darle a tu cuerpo y ser las **herramientas que necesita**, como dormir bien, comer bien, hacer cosas buenas”.*

Otro de los temas que citó Olien para lograr la **“supervida”** es la **actitud** y que en su opinión significa dejar de lado el **puesto de víctima** para buscar la **oportunidad**.

“Yo podría ser una víctima y quejarme de todo, o bien podría decir que es una oportunidad.

*“(También) la actitud lo es todo. La mala actitud **puede afectar a tu cuerpo y fisiología**. La vida te lleva a ser más tú cuando alineas algunos de tus pilares en torno a la salud y actitudes”, sugirió.*

Ser saludable, hidratarse y equilibrar la oxigenación son otros consejos que ofreció el autor de *SuperLife: The 5 Simple Fixes That Will Make You Healthy, Fit, and Eternally Awesome* para llegar a la **supervida**.

"El espacio de donde provienes y la actitud que tienes genera el puente para que otros se acerquen a ti".

INCmty festival de emprendimiento

[INCmty](#) es el festival emprendedor más grande en México y Latinoamérica organizado por el [Tec de Monterrey](#). Este año tiene más de **15 mil asistentes, alrededor de 170 actividades y más de 200 conferencistas**.

La lista de [speakers](#) la encabezan Maye Musk, escritora y madre del empresario Elon Musk; Brad Feld, cofundador y socio de Techstars, Foundry Group; entre más de 200 conferencistas.

De acuerdo a **Josué Delgado**, director de INCmty, este festival le da a los emprendedores la oportunidad de inspirarse con grandes ejemplos y cito:

"Aquí se reúne mucha gente que tiene ganas de crear, cambiar y transformar cosas".

En esta novena edición virtual realizada del 8 al 10 de noviembre, el evento tiene por primera vez un **país invitado** para crear alianzas con los participantes: **Canadá**.

LEE MÁS: