

Venezolana gana dos medallas de oro en prestigiosa competencia fitness de Chile

María Gabriela Espluga Cañizalez cerró el 2024 cumpliendo un sueño que trabajó en poco tiempo, pero que lo hizo con un esfuerzo, sacrificio, disciplina y pasión que, no solo rindió extraordinarios frutos, sino que la hace evolucionar en el mundo del fitness y del culturismo en Chile, **tras ganar dos medallas de oro en el NPC Worldwide Chile.**

Espluga Cañizalez ganó preseas doradas **en las categoría Novice y Open Clase B**, en lo que fue su segunda competencia bajo la tutela de su coach @xavier.friche.

Su historia es muy potente. Llegó a Puerto Montt, en 2019. La esperaban su hermano, cuñada y una sobrina. En el Zulia, donde nació, **se graduó como comunicadora social en URBE, pero también generaba ingresos como manicurista.**

En Chile comenzó en el rubro de la belleza: **manicure y estilismo.**

Fue en enero de 2022, cuando decidió dar un cambio a su ritmo de vida, enfocado en la alimentación. **“No me sentía a gusto con mi cuerpo, no solo en el exterior”,** recuerda.

María Gabriela conoció a una nutricionista que le enseñó que comer sano también puede ser rico y en ese proceso retomó antiguos hábitos de entrenamiento. **“Tenía un objetivo claro: bajar mi porcentaje de grasa”.**

En el camino, María Gabriela, que reconoce que era muy buena para la fiesta hasta el amanecer, se enamoró de la vida fitness. **Engranó el entrenamiento con alimentación saludable y se interesó en el culturismo.** Su cambio mental fue absoluto.

Hoy triunfa como atleta wellness: **“Todo los que deseen hacer pueden lograrlo”,** jura.

Con información de Versión Final