

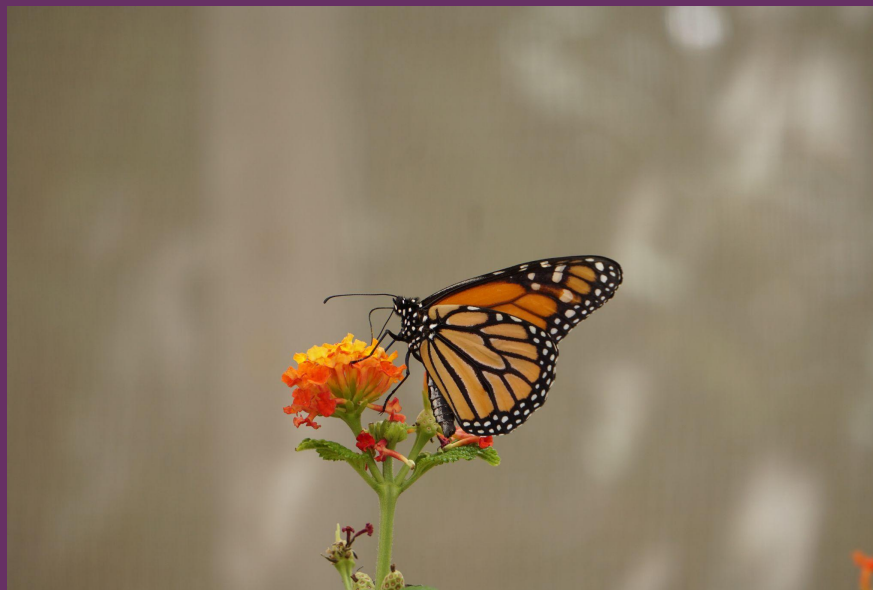
Legendarias 



ADRIANA MEDELLIN

¿POR QUÉ ES LEGENDARIA?

Adri Medellin es una Legendaria por volver a nacer y redescubrirse mientras se abría camino ante un escenario desconocido. Por tener la garra para salir adelante a pesar de las adversidades. Por tener un corazón de león que la hace buscar cómo superarse cada día y regresar a su escenario ideal.





¿QUIÉN ES ADRI?

Adri es una mujer que se ha caracterizado a lo largo de su vida por cumplir lo que se propone. Desde joven inició su carrera profesional mientras estudiaba. Adri ha trabajado en varias compañías de calibre internacional en donde ha estado principalmente en roles de Recursos Humanos, aportando conocimiento, confianza al interrelacionarse y creatividad, entre otras, implementando mejores prácticas a nivel Latinoamérica y nuevas formas de hacer las cosas donde ha laborado. Vivió una época en Reino Unido, lo cual considera una etapa clave en su vida al conocer mucho más mundo no solo geográficamente hablando, pero viviendo cosas extremas sola en otro continente y otro idioma, idioma que ama.

Gracias a su empuje, a levantar la mano, a valorarse y saber de lo que es capaz ha logrado crecer profesionalmente con una proyección clara sobre los siguientes retos y pasos a seguir.

Su carrera profesional sufrió una pausa a causa de un suceso que la hizo replantearse todo a su alrededor, y dar gracias de estar con nosotros y poder contar su historia.



CAPITULO DE TU VIDA QUE TE MARCO

Un capítulo de mi vida que me marcó fue un accidente automovilístico que sufrí en 2014. El domingo 7 de diciembre del 2014, me dirigía con mis papás a ver a mi sobrina que recién había nacido el primer día del mes y por cuestión trabajo solo había podido ver y cargar una vez. Ese día, no sé por qué, mi papá manejó mi camioneta, mi mamá iba de copiloto y yo iba en la parte de atrás, lo que nunca era así; cuando de repente nos impacta con su auto un tipo que venía tomado y drogado pasándose el alto a toda velocidad. El golpe fue exactamente en el lado de la camioneta donde yo iba, sin cinturón de seguridad. Llegamos a urgencias mi mamá y yo, cada quien a diferentes cubículos mientras a mi papá se lo llevaron al ministerio público sin tener él, ninguna responsabilidad sobre el accidente.

Al hospital llega mi hermano, que acababa de tener una bebé, para que le dijeran que su hermana se estaba debatiendo entre la vida y la muerte, por lo que tenía que autorizar si la inducían al coma para contar con la posibilidad de salvarle la vida. El resultado del accidente fueron daños cerebrales y físicos. Estuve hospitalizada alrededor de 1 mes y en terapias mucho más...cuando creí que ya estaba recuperada, y empecé a intentar retomar mi vida, recaí por enfrentarme al estrés, que por años ya no estaba acostumbrada.



CAPITULO DE TU VIDA QUE TE MARCO

Me diagnosticaron varios temas de salud mental como resultado del estrés post traumático causado por el evento, siendo uno que se conoce como “desrealización” el que más ha captado mi atención por cómo habiendo pasado por él al no reconocer a mis papás, las calles y más aún, mi propio cuerpo, ahora me encuentro tan bien como estoy solo con daño en mi vista del lado derecho. Fue por fin hasta el 2020, que empezó mi franca recuperación descartando cualquier daño cognitivo para enfocarme en la parte emocional y con ello retomar mi carrera laboral. Mi psiquiatra, ha jugado sin duda un rol clave en el aspecto emocional con impacto en mi salud mental, lo que actualmente está más que estigmatizado, a través de terapia y medicamento, el cual orgullosa y felizmente, he dejado con su estrecha supervisión.



CAPITULO DE TU VIDA QUE TE MARCO

Me he dedicado a actualizarme a través de webinars, talleres, congresos, he proporcionado algunas asesorías independientes y pláticas en universidades, llevé un proceso de coaching ejecutivo con un canadiense espectacular que vive en Singapur y gracias a las ventajas de la virtualidad, tuvimos nuestras sesiones dando siempre prioridad a mi salud tanto física, mental y emocional desde ejercicio constante y siguiendo un plan nutricional con enfoque holístico pues derivado de todo esto, subí de peso impresionante y ni yo misma me aceptaba o quería verme al espejo. Este 2021 empecé con procesos de selección formales para poder reintegrarme al mercado laboral y continuar mi camino profesional que quedó en pausa, hasta ahora. Hoy es increíble despertar, verme al espejo y sonreír.

Gracias a este suceso empecé a ver las realidades de otros, y entender que otros pueden tener tragedias mucho peores que las mías, sin ser competencia, me ha llevado a ser mucho más empática y consciente de los demás y no solo vivir en una burbuja, lo cual agradezco infinitamente, pero confirmo que el ayudar a otros te hace ser una mejor persona y logras atraer mejores cosas. Estoy decidida a hacer lo que me toca para salir adelante. Ser vulnerable me hace estar abierta y tener coraje decir “aquí estoy no puedo sola necesito ayuda” y estar dispuesta a recibir dicha ayuda



LEGADO PARA LAS NUEVAS GENERACIONES DE MUJERES

Que se den la oportunidad de conocer lo que la vida te ofrece; que realmente conozcan la diversidad de gente y de opciones de vivir. Que siempre estén dispuestas a ayudar y recibir ayuda. Se vale levantar la mano.

¿CON QUÉ ANIMAL TE IDENTIFICAS Y POR QUÉ?

La Mariposa por su proceso de transformación y con el Colibrí por su libertad.

LEMA DE VIDA

“I aspire to inspire”