



Natalia Vázquez Colón en esta entrevista nos comenta sobre cómo pudo combinar sus pasiones para poder enfocarse en mejorar la salud de los puertorriqueños mediante la Educación Física. De igual forma no narra su experiencia en el ámbito de la investigación y lo importante que fue en su carrera universitaria.

**ENTREVISTA A NATALIA
VÁZQUEZ COLÓN**
POR ÁNGELA C. ACEVEDO GÓMEZ

Durante el verano del 2021 tuve la oportunidad de entrevistar a la estudiante Natalia Vázquez Colón. Natalia Vázquez Colón es del pueblo de Río Grande y se graduó en diciembre del 2020 de la UPR RP con un bachillerato en Educación secundaria con concentración en Educación Física. En esta entrevista nos habla sobre una de las pasiones que descubrió en su bachillerato, la investigación y cómo esta se complementa con la ciencia y el deporte.

Cuando ingresó a la universidad una de sus pasiones más grandes fue el soccer, fue jerezana en el equipo de soccer de la UPR RP desde el 2014 hasta aproximadamente el 2017. Sin embargo, en su proceso de formación también descubrió nuevas disciplinas en las que también destacó. Para Natalia su carrera universitaria dio un giro cuando se empezó a interesar por las Ciencias gracias a clases del Departamento de Educación Física y Recreación. Un ejemplo de esto fue la clase de Fisiología del Ejercicio donde aprendió sobre el cuerpo humano y su función. Natalia explica el impacto que tuvo esta clase a la hora de redirigir sus estudios: "En esta clase fue que me di cuenta de que debía redirigir mi camino a temas relacionados a esa área. Me involucré en las Ciencias Naturales y cogí muchas clases las cuales fueron nuevas para mí. Pero sentí que estaba en el lugar indicado y que estaba en el lugar indicado con la Educación Física".

Al mezclar ambas disciplinas muchas personas le cuestionaron por qué no se cambiaba a la Facultad de Ciencias Naturales, sin embargo, Natalia estaba clara de dónde quería estar y lo que quería hacer:



Muchas veces me preguntaron que por qué no me cambiaba a Ciencias Naturales, pero en realidad no, esto es algo que me gusta y el Departamento de Educación Física y Recreación es un Departamento bien lindo. Tuve la oportunidad de participar con otros estudiantes en crear un cambio en estudiantes de escuela pública que no tienen los recursos o accesos a una clase de Educación Física.

A Natalia Vázquez Colón siempre le ha interesado ayudar a diferentes comunidades y mientras tomaba los cursos de ciencias, Natalia Vázquez se dio cuenta de que quería enfocarse en la salud, en específico en epidemiología. A esta le interesaba poder combinar ambas disciplinas y lograr un cambio con las mismas. Al contar su experiencia combinando estos dos campos, lo que Natalia quiere es demostrarles a los estudiantes de nuevo ingreso que, aunque entren por un departamento, no significa que es lo único que van a hacer y que hay muchos caminos y existe la posibilidad de combinar las disciplinas que nos apasionan.

Otra experiencia que fue muy enriquecedora para Natalia fue participar del programa CRiiAS con la doctora Farah Ramírez Marrero. Gracias a CRiiAS pudo realizar su primera investigación, la cual fue presentada en la convención anual. Al preguntarle cómo fue su experiencia en la convención anual comentó lo siguiente:



Una de las cosas que más me gustó fue el sentir que era parte de este grupo grande de personas donde todos aportan su granito de arena con el fin de mejorar la salud de las personas. Aprendí sobre Educación Física, además de temas diversos sobre salud combinados con la Educación Física. Todo estudiante de Educación Física que le interese investigar y le guste las ciencias y la fisiología del ejercicio debería tratar de hacer una investigación.

Ahora Natalia se encamina a una nueva etapa en su vida en escuela graduada. Le interesa realizar una maestría en Ciencias Naturales especializándose en epidemiología. Luego de eso le interesa realizar un doctorado en Estados Unidos enfocándose en las enfermedades cardiovasculares. Una vez culminados sus estudios desea regresar a Puerto Rico y mejorar la salud del país. Esta comenta que le gustaría trabajar en específico con niños para así poder concientizar y prevenir que estos en su vida adulta padezcan de alguna de estas enfermedades.



Por último, Natalia Vázquez habla de lo satisfecha que está con el Departamento de Educación Física y Recreación:



Me encanta que nuestro Departamento nos ha enseñado nuevas formas de dar clases y trabajar con clases dinámicas, clases que sean bien recreativas para los estudiantes. Tenemos que salirnos de esa mentalidad de que los maestros de Educación Física no están haciendo su trabajo bien, porque los que estamos saliendo de esta facultad, estamos saliendo preparados para innovar, dar buenas clases que sean pertinentes a la salud.

De igual forma aconseja a los estudiantes a no tener miedo a investigar y buscar mentoría; pues es importante y puede abrir muy buenas puertas en el mundo académico. A ella misma le interesa poder ser mentora y ayudar a estudiantes en sus procesos de investigación. Fue un placer conversar con Natalia, una estudiante muy talentosa y comprometida con la salud y educación de Puerto Rico.