

 08026, Barcelona

 623 96 90 79

 [info@dalahealthcoaching.com](mailto:info@dalahealthcoaching.com)

 [www.dalahealthcoaching.com](http://www.dalahealthcoaching.com)

## Habilidades

- Valentía y empuje
- Comunicación y trato con las personas
- Gestión del tiempo y las prioridades
- Proactividad y resolución
- Trabajo en equipo
- Empatía y asertividad
- Precisión y atención al detalle

## Idiomas

- Catalán
- Español
- Inglés

## Otros

- Carné de conducir B1



## Sobre mí

Farmacéutica & Health Coach con experiencia asistencial e industrial y visión integrativa de la salud.

Colegiada en COFB nº17509 desde 2013.



## Proyectos y empresas

Desde 2024, creadora y fundadora de **Dala Health Coaching**, un servicio de coaching de salud orientado a personas con objetivos que impacten en su salud para guiarlas, a través de sesiones individuales, integrativas, y personalizadas, para que descubran sus herramientas y recursos para identificar, desbloquear y transformar los elementos que conforman su salud y bienestar, para mejorarla y mantenerla en el tiempo.



## Educación

- 04/2024 – 03/2025 • Máster en Science Nutritional & Health Coaching  
Isora Neurociencia Business School  
Acreditaciones: UCAV (Máster de título propio), ICF (Level 1&2), EMCC Global (EQA Senior Practitioner), NBHWC (Approved Training Program), HCA (RHNC)
- 09/2007 – 04/2013 • Grado en Farmacia  
Universidad de Barcelona



## Experiencia profesional

- 01/2024 – Actual. • Health Coach  
Dala Health Coaching
- 10/2019 – 11/2023 • Especialista en Garantía de Calidad  
Biosystems
- 04/2017 – 10/2019 • Técnica de Registros – Garantía de Calidad  
Urano Vet
- 03/2015 – 04/2017 • Directora Técnica  
Feliubadaló
- 11/2013 – 02/2015 • Directora Técnica  
Masermin
- 07/2013 – 08/2013 • Farmacéutica  
Farmacia Crusafont

06/2013 – 06/2013	• Vendedora La Gironina Campaña de Sant Joan
10/2012 – 04/2013	• Auxiliar de farmacia Farmacia Rasa-Valtueña
04/2012 – 09/2012	• Auxiliar de farmacia Farmacia González-Meneses
09/2011 – 02/2012	• Administrativa Hospital Clínico de Barcelona – B. Braun Medical Group
10/2010 – 07/2011	• Auxiliar de clínica dental Clínica Dental Malloí
09/2008 – 06/2010	• Repartidora de publicidad Estudis Top Sabino
04/2007 – 04/2009	• Vendedora Llibreria Tècnica Campañas de Sant Jordi
10/2005 – 07/2009	• Administrativa Empresa familiar



### Licitaciones

- 11/2025 – 11/2025: 2025/00011107V Programa primer de preaceleració del Consell Comarcal de la Selva Eines clau per emprendre - Competències emprendedores (8,5h)



### Artículos

- Revista 39ymás  
“Estrés y salud intestinal – Cómo romper el círculo vicioso”
- Revista El Farmacéutico  
“El farmacéutico como coach de salud: cómo cambiar el tratamiento por el cuidado”
- Colaboración mensual en el blog de [www.menopausicas.com](http://www.menopausicas.com)  
“El poder de la calma”, “Renacer en menopausia, cómo ser más tú que nunca”, “Sofocos en la menopausia: técnicas y herramientas para aliviarlos”, “Epigenética y menopausia: cómo influir en tus genes”, “El hígado: tu mayor aliado”, “5 activos naturales para mejorar los síntomas de la menopausia”, “Menopausia: ¿Cómo gestiono el cambio?”



### Formación complementaria

- Instagram para tu negocio (15h)| IDFO Vallès Oriental
- Piel y cosmética. Conceptos claves para una buena actuación farmacéutica en dermofarmacia (34h)| COFB
- Salud intestinal y consejo alimentario (2h)| SumaSalut
- Salud urogenital: prevención y manejo desde la farmacia (2h)| COFB

- Enfermedades inflamatorias de la piel - Ed 2 (30h) | COFB – Ágora
- Medida de parámetros biomédicos desde la farmacia - Ed 30 (5h) | COFB – Ágora
- Trending Topics en Nutrición 2024/2025 – La revolución de los fármacos en obesidad (2h) | COFB
- Consejo alimentario y estilo de vida - Ed 14 (24h) | COFB - Ágora
- Menopausia 360º (2h) | COFB
- Programa INICIA – Ed 42 (113h) | Barcelona Activa
- Trending Topics en Nutrición 2023/2024 - Nutrigenómica, metabolotipus y recomendaciones (2h) | COFB
- Trending Topics en Nutrición 2023/2024 - Descifrando los secretos moleculares de una dieta saludable. Herramientas por un mejor consejo nutricional (2h) | COFB
- Digitalización y RRSS como estrategia corporativa (100h) | Integral de Prevención Sur
- Virus del Papiloma humano: prevención y tratamiento (2h) | COFB
- Comunicación no violenta (30h) | Foment Formació
- Habilidades de comunicación (30h) | Fundació Pere Tarrés
- Intervención en tabaquismo – Ed 35 (20h) | Promoció de la Salut
- Actividad Física y Salud. Intervención en la Atención Primaria – Ed 23 (20h) | Promoció de la Salut
- Trastornos de Ansiedad y Depresión (100h) | Adams Formación
- Social Media Marketing y Gestión de la Reputación Online (40h) | Euroformac
- Nutrición y dietética (110h) | Fundación Laboral del Metal - Idneo
- Gestión emocional (3h) | Grameimpuls
- Estilos de vida saludable (8h) | Grameimpuls
- Mindfulness (30h) | Fundació Pere Tarrés
- Técnicas de relajación (20h) | Fundació Paco Puerto
- Construye, paso a paso, tu perfil profesional en LinkedIn (3h) | Barcelona Activa
- Trending Topics en Nutrición 2023/2024 - Dieta antiinflamatoria, ¿Qué, cómo, cuándo y por qué? (2h) | COFB
- Acompañamiento al proceso de duelo (20h) | IDFO Terrassa
- Crea y fortalece tu red de contactos con LinkedIn (2h) | Barcelona Activa
- Consejos prácticos en la dispensación de productos menstruales en la farmacia comunitaria (4,5h) | COFB
- Intervención breve en actividad física, tabaco y alcohol en Atención Primaria (7h) | Promoció de la Salut
- ¡Publica en LinkedIn y destaca! (2h) | Barcelona Activa
- Marca personal: tu huella profesional (1h) | Barcelona Activa
- Cómo comunicarme y socializar en las redes (2h) | Barcelona Activa
- 5 Estilos básicos de manejo del conflicto (3h) | Barcelona Activa
- La asertividad: más allá de saber decir que no (3h) | Barcelona Activa
- Networking en las redes (3h) | Barcelona Activa
- Trending Topics en Nutrición 2023/2024 - ¿Por qué aumentan las intolerancias y las alergias? (2h) | COFB
- Patologías sistémicas y salud bucodental (2h) | COFB
- Convierte los problemas en oportunidades a través de la iniciativa (3h) | Barcelona Activa
- Cuida de tu personalidad digital (4h) | Adams Formación
- Networking: más que hacer y mantener contactos (3h) | Barcelona Activa
- Introducción a la regulación emocional basada en Mindfulness (25h) | UAM

- Conoce la inteligencia emocional y trabaja el currículum emocional (3h) | Grameimpuls
- Incrementa tu resiliencia (5h) | Grameimpuls
- Aprender para fluir: más confianza, menos exigencia (3h) | Barcelona Activa
- La gestión del cambio y la solución de problemas - Ed 5 (2h) | Conecta Empleo - Fundación Telefónica
- Tácticas de negociación efectiva - Ed 6 (30h) | Conecta Empleo - Fundación Telefónica
- Programación neurolingüística - Ed 4 (25h) | Conecta Empleo - Fundación Telefónica
- Mind Mapping y rutinas de pensamiento - Ed 4 (6h) | Conecta Empleo - Fundación Telefónica
- Comunicación para ser feliz y prevenir conflictos (3h) | Barcelona Activa
- ¡Comunícate! Como transmitir de forma clara y efectiva (3h) | Barcelona Activa
- La empatía: el arte de comprender emociones (3h) | Barcelona Activa
- Comunicación y PNL (3h) | Barcelona Activa
- Presente y futuro de las vacunas en patologías respiratorias (2h) | COFB
- Eje intestino – cerebro: consejos a pie de mostrador para cuidar la salud digestiva y emocional (1,5h) | COFB - Ágora
- Regulatory Affairs Committee IVD (18h) | MTE
- Ruta hacia la sostenibilidad (2h) | Ingecal
- Datos obligatorios en SDS. Reglamento 2020/878 (1h) | eQGEST
- Requisitos FDA Medical Devices – Productos Sanitarios (30h) | Tecno-Med Ingenieros
- Estándares GS1 en el sector salud, áreas de aplicación (1h) | AECOC – GS1 Spain
- The basics of EU REACH Registrarion (1h) | Ecomundo
- REACH Day (1h) | Ecomundo
- Técnico/a en Gestión de Calidad Normas ISO (3h) | Ingecal
- SVHC in articles and SCIP notifications: are you compliant since 05/01/2021? (1h) | Ecomundo
- BUDI-DI from the view of a Notified Body; Companion Diagnostics under IVDR; Instruments SW-specific requirements under IVDR; IVD classification under the IVDR; Update on IVDR Implementation (5h) | TÜV SUD
- Etiquetado e IFU según MDR & IVDR (2h) | Ingecal
- Classification of IVDs under the IVD Regulation (8h) | MTE
- Defining Europe's essential chemicals for society (1h) | CEFIC
- BREXIT: What's new for Pharma and Medical Devices (1h) | Asphaltion
- Publicidad y promoción de productos sanitarios (2h) | Ingecal
- Unique Device Identification implementation (8h) | MTE
- Complaint Handling for FDA – Regulated Industries (2h) | BCE
- CLP Article 45 & Annex VIII (1h) | Ecomundo
- The SRD exemption under REACH (1h) | MTE
- Clinical Evidence in IVDR Technical Documentation; IVDR new requirements for SW & electrical safety; Technical Documentation according to the IVDR (3h) | TÜV SUD
- Auditorias ISO 13485 (2h) | Ingecal
- 11 new substances banned in the EU: Anticipate and secure your needs (1h) | Ecomundo
- Requisitos legales operadores económicos: Distribuidores, importadores y representantes autorizados (2h) | Ingecal
- Evaluación del funcionamiento según IVDR (2h) | Ingecal

- GMP (30h) | Foro de Formación y Ediciones
- Understanding EUDAMED. Regulatory Affairs work group (4h) | CataloniaBio & HealthTech
- Las claves del Sistema UDI para 2020. Reglamento Europeo 2017/745 y 2017/746 (6h) | AECOC
- Etiquetaje de piensos (4h) | Associació Catalana de Fabricants d'Aliments Compostos
- Procedimiento de registro de los productos farmacéuticos (20h) | Inkemia
- Revisión del grado de implementación del RGPD y recomendaciones para la mejora (5h) | CCB
- Nueva legislación sobre protección de datos (5h) | CCB
- Reglamento REACH. Los productos biocidas (4h) | ACCIÓ
- Dirección Técnica de una industria farmacéutica (25h) | COFB
- Buenas prácticas de distribución en la industria farmacéutica (20h) | COFB