Rueda
NEWS DIGITAL
Edición No. 55 - Año 2
¡EN EXCLUSIVA!
CYNTHIA VITERI
ALCALDESA DE
GUAYAQUIL

Conciencia social

Latinoamérica es una región sumamente inestable democráticamente hablando. Ejemplos hemos tenido algunos, y es la institucionalidad lo que más tambalea, claro que dentro de estas instituciones hay personas que las rigen, por lo tanto, lo que realmente tambalea son los principios y valores. Esto, aunque no lo crean afecta nuestro desarrollo económico, social y psíquico, nos volvemos países donde la corrupción nos lleva a que no nos alcance para construir y compartir productos y servicios básicos. Uno de los aspectos más preocupantes, es la desnutrición infantil. Sabían ustedes que un niño desnutrido no puede desarrollar ni su estructura física ni su cerebro, sabían ustedes que Ecuador está entre los primeros tres países con mayor desnutrición infantil desde hace décadas, sabían ustedes que estos niños no van a poder razonar y por ende, no van a poder conseguir un buen trabajo ni llegar a superarse en ningún aspecto laboral y social. Tengo una firme esperanza de que el presidente electo Guillermo Lasso, quien tiene una visión estratégica y es un filántropo desde siempre, nos lleve a mejores días de un verdadero país con CONCIENCIA SOCIAL y no disfrazada de otros nombres... por sus hechos los conocerás.

Mariela

Fotografía: @opia.photostudio - Maquillaje y peinado: @danitovillacreses - Vestuario: @veraloverec - Estilismo: @fzzioza

STAFF

Revista Mariela News

¡Mucho mejor! si es hecho en ECUADOR

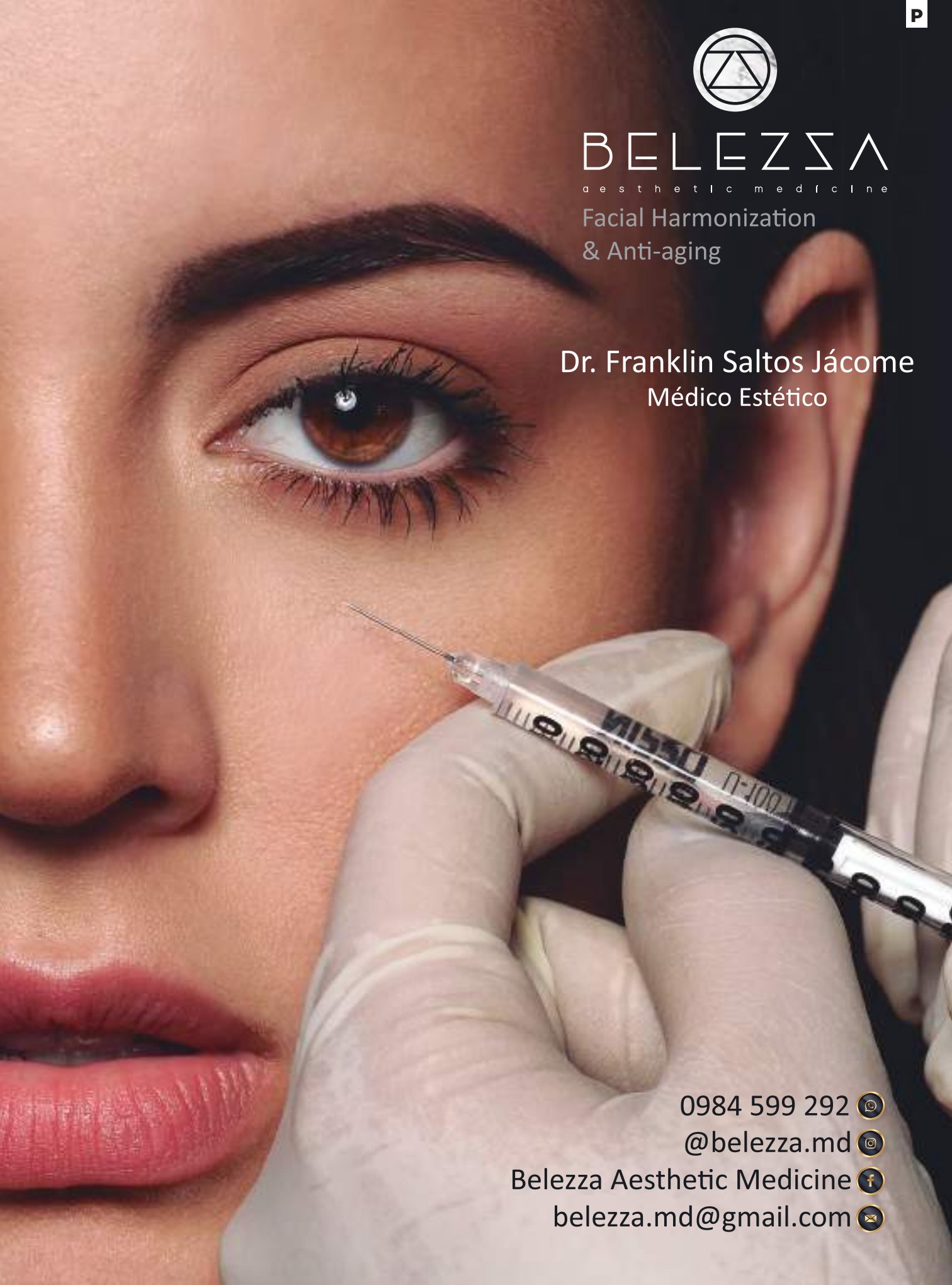
Dirección General: Mariela Viteri. **Edición de contenidos:** Tatiana Campuzano. **Dirección de Arte:** Alonso Alvear C.
Publicidad: Sandra Arias. **Cel.:** 099 386 5320

Síguenos en:

https://bit.ly/Facebook_MTV
https://bit.ly/Youtube_MarielaTV
https://bit.ly/InstagramMTV
https://bit.ly/MarielaTV_Whatsapp
https://bit.ly/Twitter_MTV
https://bit.ly/PodcastMarielaTV

Lee revista Mariela News en: www.marielatv.com
¿Qué temas te gustaría leer? Escríbenos a: redaccion@mariela.ec
En esta revista existen contenidos clasificados en:
Entretenimiento **(E)**, Formativo **(F)**, Publicitario **(P)**, Opinión **(O)**, Informativo **(I)**.

Revista Mariela. Marca Registrada. Edición número 55. Es una publicación de Profuego Producciones de Fuego S.A. Prohibida la reproducción parcial o total. Todos los derechos reservados. Copyright 2021.


BELEZZA
aesthetic medicine
Facial Harmonization
& Anti-aging
Dr. Franklin Saltos Jácome
Médico Estético
0984 599 292
@belezza.md
Belezza Aesthetic Medicine
belezza.md@gmail.com

"Cualquiera puede levantar la alfombra del Municipio y de mi casa, y con lo único que se van a encontrar es con el polvo de sus zapatos".

ALCALDESA DE GUAYAQUIL

CYNTHIA VITERI

"YO SIGO TRABAJANDO Y HACIENDO DE MÍ, LA VERSIÓN MÁS AUTÉNTICA"

Esta es una entrevista muy especial para mí… Nos conocimos hace muchos años, ha sido diputada, primera vicepresidenta del Congreso, asambleísta, abogada, periodista y ahora, alcaldesa de la ciudad. Bienvenida Cynthia Viteri.

Mariela que gusto…

¿Qué fue lo que te motivó a querer ser alcaldesa?

Mi mamita me dijo alguna vez que yo "como que no encajaba en la política" y realmente creo que ahora encajo menos…

¿Por qué menos?

Porque en política, "los políticos" no entienden que, si me pongo un *jean* roto, es con esas mismas piernas que recorro kilómetros de Guayaquil tratando de levantarla.

Tu sabes que encontraste una alcaldía muy estable, de hecho, reconocida por el mundo entero…

La alcaldía de Jaime Nebot ha dejado una vara demasiado alta. Aunque yo me he involucrado más a lo social, para mí esa es mi inspiración, poder tener una alcaldía como la que hizo Jaime Nebot.

Hay un video en redes de un niño que te agradece diciendo: "Alcaldesa usted nos ayuda en el tema de la drogadicción", y tú vas y lo abrazas…

Es como si vieras a un hijo tuyo en este problema y que de pronto logras que pueda tener ayuda, pero no con cárcel donde los encierran y terminan muertos, sino con una verdadera rehabilitación, con un equipo entero que se dedica a su salud mental y que, además, trata a sus familiares.

Cuando hiciste el video de seis minutos, hubo una parte que se cortó y era donde hablabas de Renatta, tu hija…

Yo tengo un problema hace doce años con un ángel a quien se le quebraron las alas. He viajado a todas partes del mundo a consultas con psicólogos y psiquiatras y seguiré ese peregrinar. Renatta fue prematura, al nacer le faltó oxígeno a su cerebro y eso le afectó. Para mí, ella es mi más grande milagro, porque en medio de varios diagnósticos muy complicados, hasta escribió un libro.

Alguna vez que entrevisté a tu mamá, María Leonor Jiménez, me dijo: "A mi hija le han

tocado cosas muy difíciles". ¿Cómo lidias con el problema de salud de tu hija, el problema de la pandemia en Guayaquil, las declaraciones en la Fiscalía y encima estando sola, porque ahora estás divorciada?

Sí, estoy divorciada. Te voy a poner un ejemplo: Termino de dar una declaración que yo misma le pedí a la Fiscalía que se extendió por cinco horas, luego subo a ver a mi hija y la encuentro en el piso y me quedo con ella hasta poder levantarla, de ahí me voy a la calle, veo a mis chicos superando sus problemas de drogas, recorro los hospitales, es decir, puedo hacer todo lo que me provoque una sonrisa. Imagínate preocuparme por cosas tan triviales, como cuando un periodista me dijo cómo me debo vestir.

Hay gente que dice que tu cambio de look, los tatuajes y tu bajada de peso fue una estrategia política…

Fui yo. Vino la pandemia, murió Carlos Luis, de un momento a otro empecé a preguntarme, "¿por qué me tengo que vestir como 'se supone' que los políticos se visten? Si quiero ponerme los *jeans* rotos que me fascinan, me los pongo, si quiero que mi pelo sea normal como es, me lo dejo… Yo sigo trabajando y haciendo de mí, la versión más auténtica.

Ni bien llegabas a la alcaldía, empieza la pandemia… ¿Dedicaste muchos recursos para ello?..

Más de 35 millones de dólares que los saqué de obras y este año estoy recortando muchas más obras. Es la prueba más difícil de toda mi vida como funcionaria pública. Organicé la ciudad por bloques, contraté más de 1.200 médicos, enfermeras, terapistas, psicólogos, psiquiatras, terapistas de respiración, todos los mejores en su área. En total 161 mil personas por semana atendimos.

Y eso está bien, la gente te lo aplaude y el mundo lo reconoce, pero ¿qué pasó después con el tema de los contratos, con el tema de la investigación? ¿En qué momento se perdió la brújula?

Apenas se inició la campaña por la alcaldía de Guayaquil, que es lo que le he dicho a la Controlaría y Fiscalía… No voy a mencionar nombres, pero ¿cuántas alcaldías están registrando en equis medio de comunicación, más de 200 requerimientos? Y se preguntan, "¿por qué voy a construir un centro de atención animal? ¿Por qué no dedico esos fondos a la pandemia?" Cuando en realidad la pandemia no es mi competencia, sino del Gobierno.

Y de esos contratos, de cuál de ellos puedes tú decir: "En esto fallé, hice esto mal…"

Cualquiera puede levantar la alfombra del Municipio y de mi casa, y con lo único que se van a encontrar es con el polvo de sus zapatos. No te imaginas la voracidad que tienen por la alcaldía de Guayaquil. Eso es lo que les hace insultarme, denigrarme en redes sociales. Decirme drogadicta…

¿Qué fue lo que más te dolió?

¡Lo que dijeron de mi hija! Eso sí me pegó en el centro del corazón porque ella se vio en medio de todo esto, publicada desde una cuenta privada y tuve que volverla a internar. Pero esto no me amilana, esto me da un objetivo en la vida.

Alcaldesa, ¿le apostaría a la reelección?

No lo sé, en este momento no tengo ni la menor idea…

¿Y si el PSC quiere?

Mira, para mí el PSC es Jaime Nebot. Es mi mentor.

Dentro de este mundo de la política siempre ha existido mucho machismo, se han visto casos de presidentes que se han divorciado en mandato… ¿Crees que por ser mujer eres más criticada?

Por supuesto, eso está clarísimo…

¿Por qué te divorciaste?

No quiero hablar de eso. Para mí siempre él será el padre de mis hijos.

La gente dice que tu corazón tiene dueño, ¿eso es cierto?

Ojalá que tenga dueño, ¡el amor es vida! Ojalá mi corazón tenga dueño y si no, tengo el control del televisor para mí sola, (risas).

Me encanta entrevistarte Cynthia. Siempre eres tan tú.

Fotografía: Jesús Guevara. Instagram: @jammingfilms

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/rjevg

Dr. Washington Alemán

Clínico Infectólogo

"Se registra 30% de ausentismo en la primera fase de vacunación"

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/6j6ci

Hasta el momento, la primera fase de vacunación ha cubierto a más de un millón de personas, lógicamente todavía nos faltan trabajadores de la salud y grupos vulnerables, pero vamos avanzando… En este proceso no se han presentado efectos colaterales, además, contamos con una cadena de frío de vacunas totalmente garantizada y menciono esto, porque uno de los grandes problemas que estamos enfrentando actualmente en este plan de vacunación es la desinformación.

Lastimosamente esa desinformación es la que ha generado un 30% de ausentismo, por ejemplo, de 100 pacientes que están convocados, 30 no asisten a vacunarse. Las causas pueden ser múltiples, desde problemas para movilizarse porque no tienen quien los lleve o desconocen cómo llegar, hasta quienes creen que la vacuna les va a hacer daño.

Ahora, yo creo que es un problema que podría solucionarse si lo trabajamos con la estructura del sistema de votación del CNE. Es decir, que los recintos electorales se conviertan en puntos de vacunación, así sería más fácil porque aún todos recuerdan el sitio donde sufragaron en las últimas elecciones. Esta sería una gran alternativa que podría implementarse con voluntad política que estoy segura sí existe.

Dr. José Vergara

Especialista en medicina crítica y terapia intensiva

"El confinamiento está dando resultados en Guayaquil, pero no en Quito"

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/n4f57

Actualmente se registra menos demanda de atención de pacientes con Covid en Guayaquil. Se está dando de alta aproximadamente a cuatro pacientes por día y ya tenemos incluso, camas disponibles en las unidades de cuidados intensivos. Lo que demostraría que el confinamiento está dando resultados en esta ciudad.

Lamentablemente esto mismo no ocurre en Quito, donde a pesar de estar confinados, siguen con el sistema hospitalario colapsado. Ahora, ¿cuáles son los factores de la reducción de casos en Guayaquil y no en Quito? Desde mi punto de vista, dos cosas pudieron haber influenciado, primero el grado de exposición que ya tenemos los guayaquileños contra el virus, recordemos que el año pasado nos enfrentamos a la ola más crítica que no la vivió otra ciudad, sin embargo, luego de esa ola logramos bajar y mantenernos, es más, aunque ahora se haya registrado un incremento, no se compara con lo que vivimos el año pasado, y segundo, el número de camas de las unidades de cuidados intensivos en Guayaquil han aumentado notoriamente.

Finalmente, ¿estaremos en peligro cuando termine el confinamiento los fines de semana? Yo creo que el peligro no pasará hasta que todos estemos vacunados, eso es lo único que definitivamente cambiará la historia.

Contenido extraído del segmento: La Entrevista del Día. Transmitido en Radio Fuego 106. 5 FM, de lunes a viernes a las 12h00.

NIVEA

LUMINOUS PATENTADO

Reduce 10 años de Manchas*

A PARTIR DE 4 SEMANAS**

NUEVO

CUIDA TU PIEL 1733002020838
MANCHAS OCASIONADAS POR EL SOL Y CAMBIOS HORMONALES. BASADO EN ESTUDIOS DE PERCEPCIÓN Y EFICACIA
**RESULTADOS VISIBLES: DISMINUCIÓN DE INTENSIDAD DE LAS MANCHAS SIGUIENDO INSTRUCCIONES DE USO

Bruno Sánchez
@brunonutricion

FLEXIBILIDAD ALIMENTARIA

El secreto para comer sin remordimiento

Actualmente la vida social nos puede más que una dieta. Por eso, lo primero que recomiendo a mis pacientes es llevar una nutrición más sencilla, más flexible y sin remordimiento de conciencia. Ahora, para llegar a esa flexibilidad lo importante es estar saludable, así que toma nota a las siguientes recomendaciones:

No te extralimites. Dentro de la vida social (que se pueda tener en tiempos de COVID) procura escoger, entre "salir a comer", "beber" o "disfrutar de un postre", pero no todo a la vez. Y si de repente en un almuerzo comiste un postre, lo que debes hacer es consumir algo más ligero en la noche. Lo importante es encontrar un equilibrio.

¡Camina! Hazlo durante 30 minutos diarios, a una velocidad un poco acelerada. Es la actividad física más eficiente porque te ayudará a evitar la flacidez corporal.

Consume carbohidratos. Dentro de estas nuevas directrices más flexibles, recomiendo implementar suficientes cereales, pastas, fideos, arroz y hasta 600 gramos de fruta al día, (lo que equivale a seis manzanas). Y sugiero esa cantidad porque si no consumes los carbohidratos necesarios pierdes también masa muscular.

> Si bien es cierto, la proteína es la creadora del músculo, pero el carbohidrato es la energía del cuerpo. Cuando no consumes carbohidratos baja el glucógeno muscular (un componente que está dentro del músculo) y por ende tu masa muscular comienza a reducirse.

¿Qué pasa con la dieta Keto?

Con la dieta Keto evidentemente vas a bajar de peso porque dejas de consumir carbohidratos, pero como cualquier otra dieta, en algún momento hará que te estanques.

Por otro lado, con la dieta Keto generalmente te excedes en el consumo de grasa, cuando el cuerpo requiere solo del 25% de ella. Ese exceso puede producirte dislipidemia y pérdida de masa muscular.

TOMA NOTA:

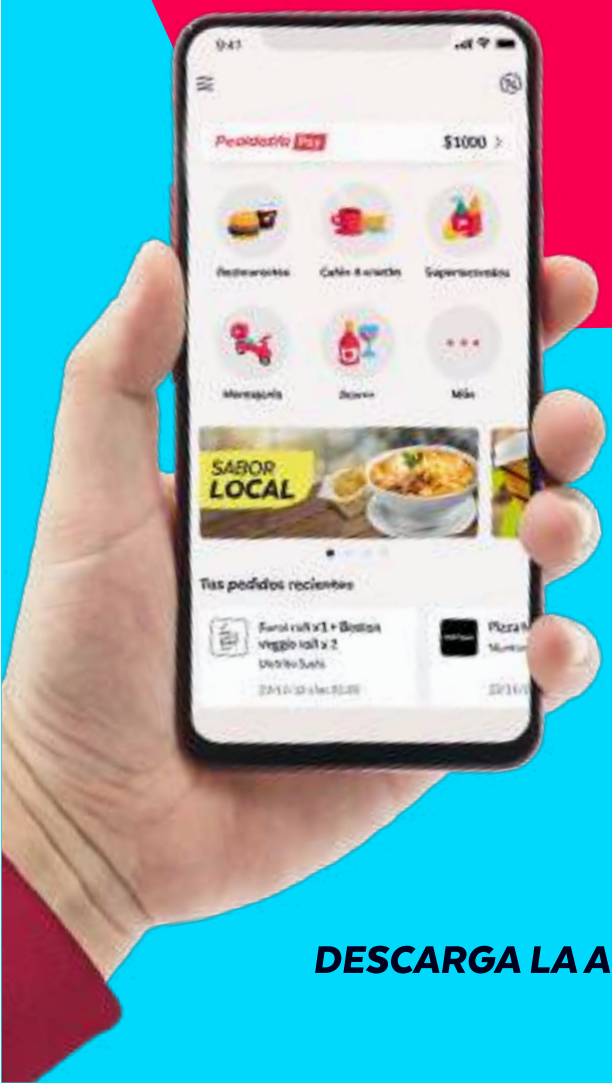
El equilibrio del nivel de grasa en el cuerpo es clave sobre todo en las mujeres que quieren quedar embarazadas. De hecho, tengo pacientes extremadamente deportistas con problemas de fertilidad porque al ejercitarse liberan mucha prolactina y andrógeno, dos hormonas asociadas a la masa muscular que alteran el ciclo menstrual.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/zbs42

PedidosYa

LLEGAMOS

LA APP DE DELIVERY MÁS GRANDE DE LATINOAMÉRICA



DESCARGA LA APP

DISPONIBLE EN Google Play

Disponible en App Store

Martha Martínez
Psicóloga
@marthamartinezh

¿Por qué se dan rupturas amorosas luego de tantos años de casados?

La separación de Bill y Melinda Gates, ha sorprendido al mundo entero. Él tan tímido y *nerd*, ella tan extrovertida y bastante emocional, lo que parecía ser la pareja de multimillonarios perfecta. ¿Qué pudo haber generado esta ruptura, luego de 27 años de casados?

Primero nos encontramos ante un nuevo fenómeno y es el hecho de que muchos matrimonios cuando se quedan con el nido vacío, es decir, cuando los hijos se independizan, se rompen, porque lo único que los unía era el amor por sus hijos. Y eso pasó con ellos, ya que se separaron coincidentemente cuando su último hijo cumplió 18 años.

Considero también que las parejas tienen menos tolerancia a seguir viviendo con aquello que de alguna manera "era conveniente". De hecho, la mujer actual de 60 años, piensa totalmente diferente a las abuelitas de antaño. Lo que vemos ahora son mujeres preparadas, independientes y que todavía buscan ser felices, sin importar la edad.

Regresando a Bill y Melinda, yo no dudo que haya existido mucho amor entre ellos, y una prueba clara es que él siendo el hombre más millonario del mundo se casó sin división de bienes, lo cual demuestra lo mucho que confiaba en ella. Ellos, además, establecieron acuerdos y los respetaron, y eso permitió que el matrimonio haya durado mucho tiempo, pero ya cuando los hijos se van y sienten que lo han alcanzado todo profesionalmente, no pueden más porque son prácticamente dos desconocidos viviendo en una casa.

¿CÓMO LOGRAR QUE TU MATRIMONIO DURE TODA LA VIDA?

✔ El secreto es darte un espacio con tu pareja. Intenta por lo menos un día a la semana tener este espacio íntimo. Tampoco pongas por encima de tu pareja a tus hijos. Vemos actualmente que todo gira alrededor de ellos y eso con el tiempo afecta a la relación.

✔ Y finalmente les digo a las parejas que a estas alturas quieren separarse: Si tienen a una persona a su lado que ya saben cómo huele, cómo duerme, incluso saben cuáles son sus fortalezas y debilidades, ¡qué pereza comenzar de nuevo! Y el problema es que se piensa que luego de la separación "viene algo mejor", pero si no eres feliz ahora, con esa persona con la que has compartido más de 30 años, difícilmente lo serás después, obviamente hay excepciones, pero la excepción no hace la regla. Por eso, mi consejo es que luchen hasta el final.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/qnx81

GOTAS DE SEDA®
PROFESSIONNEL

Shot Vitaminado

Extractos Naturales
Fortalecen la fibra capilar

Vitaminas
Fortalecen la fibra capilar

Encuéntralo en nuestras Islas GDS o en
www.gotasdeseda.com.ec

6 SECRETOS DE BELLEZA DE Emily Ratajkowski

Aunque no lo creas, Emily no usa ningún tipo de perfume. No ha encontrado ninguno que la haga sentirse superpoderosa ni demasiado dulce como le gustaría. Además, adora su propio aroma.

El cuerpo de la modelo británica Emily Ratajkowski es uno de los más "googleados" del mundo, quizá porque atesora esa mezcla perfecta de curvas y figura esbelta que muchas quisieran tener, el cual no sólo es fruto de una genética privilegiada sino de disciplina, ejercicio y una dieta equilibrada.

1.- Dentro de su rutina de belleza **es infaltable el bálsamo limpiador facial negro de Thermal Cleansing Balm** de Omorovicza, rico en calcio y magnesio. Luego utiliza Miracle Facial Oil de la misma marca, para hidratar y rejuvenecer su rostro.

2.- Se declara fan del uso del retinol y por ello utiliza la Crema Ferulic + Retinol del Dr. Dennis Gross Skincare, además es fanática del sérum Nova de Joanna Vargas que lo utilizan numerosas *celebrities* y cuyo precio asciende a los 260 euros. Para Emily vale la pena pagarlo porque le deja un increíble efecto rejuvenecedor a su rostro.

3.- Al tener rasgos grandes, no necesita demasiado maquillaje. Durante el día, aplica una base y máscara de pestañas color negro. Para sus labios siempre aplica labial hidratante color rosa. Si tiene una reunión o un evento le gusta recurrir a los clásicos ojos de gato con delineador negro.

4.- Al parecer, **el "secreto" de Emily está en tener conciencia de todo lo que come.** En su cocina abundan las verduras, las frutas y las carnes. En el zumo de remolacha y la cúrcuma encuentra una forma muy apropiada de ingerir una gran cantidad de antioxidantes, que sin duda alguna le ayudan a mantener muy buena apariencia en su piel.

5.- Emily cocina mucho, y eso siempre ayuda, ya que puede controlar la cantidad de sal, azúcar y grasa que introduce en su cuerpo, pero tampoco vive comiendo ensaladas. "Creo que es muy importante darte un respiro. No puedo decir que sea la típica chica que está todo el día comiendo Doritos pero me encantan los *cupcakes* y las carnes".

6.- Y para completar la rutina de cuidado corporal de la supermodelo, no pueden faltar las caminatas por las colinas de Los Ángeles y practicar yoga como mínimo dos veces a la semana.

Fuente: www.telva.com - www.harpersbazaar.com - www.vogue.com

ALTERNAR DOSIS DE VACUNAS DIFERENTES PARA EL COVID-19 NO SERÍA CONTRAPRODUCENTE, INDICA ESTUDIO

Los hallazgos preliminares de un estudio liderado por expertos de la universidad británica de Oxford y difundido en la revista The Lancet apuntan a que alternar dosis de diferentes vacunas contra el COVID-19 provoca incluso reacciones leves y moderadas más frecuentes que si se siguen los calendarios estándar de vacunación, con dos inyecciones del mismo preparado.

Fuente: infobae.com

LA VACUNA DE PFIZER YA CUENTA CON AUTORIZACIÓN PARA SU USO EN ADOLESCENTES

Tanto la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) aprobaron la vacuna COVID-19 de Pfizer y BioNTech para niños de 12 a 15 años. Los funcionarios de los CDC dijeron que no hubo eventos adversos graves entre más de 2 mil niños en el ensayo clínico. Hasta el momento, cinco vacunas más evalúan su uso en niños y adolescentes.

Fuente: eluniverso.com

FARMACÉUTICA NOVAVAX ANUNCIA RESULTADOS POSITIVOS EN UNA ÚNICA VACUNA PARA COVID-19 Y GRIPE

La farmacéutica estadounidense Novavax anunció que su vacuna combinada contra COVID-19 y la gripe estacional ha mostrado resultados prometedores en estudios preclínicos con animales. La firma, aseguró que el producto ha conseguido desarrollar respuestas inmunológicas robustas y adelantó que empezará los estudios clínicos antes del final de año.

Fuente: bbc.com

Kalipto
ORIGINAL
CONCENTRADO
REPELENCIA NATURAL
ORIGINAL
LIMPIA Y DESINFECTA
Kalipto
MÁS CONCENTRADO
CON AMONIO CUATERNARIO
Tu hogar libre de
VIRUS Y BACTERIAS

PRODUBANCO CUENTA CON 33 OFICINAS DIGITALES A NIVEL NACIONAL

Produbanco, miembro del Grupo Financiero Internacional Promerica, avanza en su transformación tecnológica. En la actualidad cuenta con un total de 33 oficinas digitales. Estos puntos de atención están orientados a brindar una experiencia bancaria personalizada, segura y fácil a sus clientes.

José Ricaurte, vicepresidente de Banca Minorista de Produbanco.

Pamela Cortés, Ceci Juno, Pancho Terán y Daniel Betancourth.

GÜITIG CELEBRÓ A MAMÁS EXTRAORDINARIAS

Con el fin de celebrar junto a todas las mamás extraordinarias del país y apoyar el talento nacional, Güitig ofreció a sus consumidores un show musical 100% ecuatoriano. La transmisión se pudo disfrutar a través del canal de YouTube de la marca, el pasado domingo 9 de mayo.

El BIESS PRESENTA A SU NUEVO GERENTE GENERAL

El economista Freddy Monge fue designado por el Directorio del Banco del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, Biess, como gerente general encargado de esta entidad financiera. Su primera acción será gestionar la suspensión de la elevación de la tasa de interés de los préstamos hipotecarios.

Freddy Monge, gerente general del Biess.

Otro producto: Alimec.

Conectados con el sabor

Miraflores_ec MirafloresEcuador www.miraflores.com.ec