Clarida
NEWS DIGITAL
Edición No. 56 - Año 2
GUILLERMO LASSO
NUESTRO NUEVO PRESIDENTE
“Lo que he logrado para mi familia, lo quiero hacer para mi país”

Una nueva mirada a nuestro futuro

"Solo se ve bien con el corazón, lo esencial es invisible a los ojos", reza uno de los extractos de EL PRINCIPITO, uno de los libros más leídos de todos los tiempos. Realmente cada frase de esta obra magistral, es una reflexión que te ayuda a entender con un corazón generoso y buena voluntad al mundo y sus habitantes. Y hablando de vislumbrar un futuro, nos acercamos a un nuevo periodo presidencial, nuestro presidente entrante Guillermo Lasso, ganó con un mensaje de esperanza y actuando, previo a su posesión, con congruencia entre lo que piensa, dice y hace, por lo menos hacia sus votantes. Prometió un camino de reactivación claro para el país y tenemos fe que ese deseo de servir sin robar, no va a cambiar, solo esperamos que sus colaboradores se alineen a dicho actuar y que lo ayudemos a construir todos, un mejor Ecuador. Buen viento y buena mar señor presidente, pero sobre todo, que Dios lo respalde, como ya lo ha hecho y lo hemos visto, en este nuevo desafío.

Mariela

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

STAFF

Revista Mariela News

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 56. 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
0963238346
@belezza.md
Belezza Aesthetic Medicine
belezza.md@gmail.com

Por Mariela Viteri

Guillermo Lasso

"Listos para empezar el camino del cambio"

Este 24 de mayo, el presidente electo Guillermo Lasso, a sus 65 años, asume el gran desafío de cambiar la historia de nuestro país… Recordamos aquella entrevista, de su última campaña electoral, donde proyectaba una hoja de ruta clara de cómo lograr mejores días para los ecuatorianos.

Guillermo, usted ha demostrado a través de su vida, que sabe hacer bien las cosas. ¿Cómo lograr disminuir la pobreza y la corrupción? Dos de los grandes problemas de Latinoamérica.

A través de un Gobierno serio. Eliminando el exceso de impuestos, facilitando trámites, generando seguridad jurídica y de esa manera, lograr un círculo virtuoso que se transforme en inversión, emprendimiento y empleo.

¿Cuáles son los tres objetivos más importantes de su Gobierno?

Empleo, empleo y más empleo, porque es lo que más requiere la sociedad ecuatoriana. De hecho, hay un tema preocupante que no lo observé ni en la primera ni en la segunda campaña electoral y es que hay muchas familias que han pasado a niveles de pobreza extrema y tienen hambre. Nuestro Gobierno al igual que un buen padre de familia, tendrá como prioridad darle de comer a sus hijos, por encima de cualquier cosa.

La fórmula sería crear más empleo, reducir tasas de interés para los diferentes grupos como los agricultores y pequeños empresarios.

Así es, y ¿cómo lo logramos? Bajando el riesgo país. Colombia y Perú tienen un riesgo país de 200 y Ecuador está por encima de los 800. Hay que poner en orden la economía, fortalecer la dolarización, para que de esa manera llegue inversión extranjera no solo de la banca sino de muchos sectores.

Guillermo, ¿usted tiene mucha plata?

Yo diría que el dinero es la consecuencia del esfuerzo.

¿Cómo así dejó la banca para entrar en la política?

Yo comencé a los 14 años de edad sin ningún centavo en el bolsillo. Primero trabajaba para ayudar en la economía del hogar de mis padres, luego trabajé para mi propio hogar. Como siempre he contado, no tengo ningún título universitario y lo que no he logrado para mí, lo he alcanzado para mis hijos, por eso un día dije: "Lo que he logrado para mi familia, lo quiero hacer para mi país".

Junto a su esposa María de Lourdes Alcívar.

Fotografía: @bolopm

¿Quién es la persona que más necesita en estos momentos?

Mi esposa María Lourdes.

¿Qué le diría al Guillermo de 20 años?

Que siga trabajando duro, que no renuncie a sus sueños y que siga perseverando.

Gracias Guillermo. Un abrazo.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/s6gei

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

Dr. Kleber Ollague

Dermatólogo

"El nivel de andrógenos podría ser una pista de la gravedad del COVID-19"

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/dz8ui

Estudios llevados adelante por investigadores de Alemania, determinaron que los hombres con alopecia (caída del cabello) parecían ser significativamente más susceptibles a las infecciones graves por coronavirus.

Recordemos que la calvicie se genera por variaciones del gen receptor de andrógenos. En este caso, los andrógenos, que engloban una serie de hormonas sexuales propias del varón, actuarían como un inmunosupresor, es decir, que entre más andrógenos tenga un hombre, más debilitado estará su sistema inmune. Incluso, por eso mismo se dice que las mujeres con síndrome de ovario poliquístico, como tienen niveles excesivos de hormonas masculinas (andrógenos), presentan mayor predisposición a complicarse con la infección del virus. Afortunadamente tienen también los estrógenos (las principales hormonas sexuales femeninas) que en cambio las protege. Por su parte, los niños no tienen ningún tipo de aumento de niveles de andrógenos, de ahí surge esa posible relación de que ellos estén más protegidos del virus.

Por otro lado, ya se comenta en ciertos estudios sobre la relación de medicamentos que se utilizan para la calvicie y que podrían servir para combatir el virus. Entre ellos está la Propecia, un fármaco antiandrogénico derivado no hormonal de los esteroides. Lo curioso es que los hombres no lo quieren tomar porque tiene un pequeño índice de bajar la libido sexual.

Dr. Hugo Pizzi

Infectólogo y epidemiólogo argentino

"Cascada de citoquinas, la reacción que podría matar a los jóvenes con COVID-19"

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/9cbul

Estamos entrando a una etapa de mayores restricciones en Argentina. Hemos llegado a una cifra de fallecimientos totalmente espantosa y alarmante: 745 muertos por día.

Hasta el momento hemos recibido con cierta continuidad las vacunas rusas e inglesas, estamos también fabricando las nuestras, pero todavía no hay un resultado óptimo, tan solo el 10% de la población argentina está vacunada.

El gran problema que estamos enfrentando es la contundencia de las nuevas variantes. Por ejemplo, la inglesa de Kent y la de Manaos son 70% más contagiosas, 30% más letales y atacan mucho a los jóvenes. De hecho, hay una reacción muy curiosa en los organismos de ellos que juega en su contra y sucede de esta forma: Cuando un joven es agredido por estas variantes, su sistema inmune "que es sólido" reacciona de una manera explosiva y esto hace que se forme una cascada de citoquinas, por eso hay que internarlo máximo en 24 horas y ponerle un respirador artificial para evitar su muerte. Mientras que un adulto reacciona de manera más lenta o más perezosa ante la enfermedad. Sin embargo, la juventud sigue mostrándose bastante indolente, no responde ante las medidas sanitarias, no tiene empatía. Este es un tema preocupante que ya nos lo habían advertido los brasileños.

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

GOTAS DE SEDA®
PROFESSIONNEL

Spray TERMO PROTECTOR

FÓRMULA MEJORADA +CERAMIDAS
con filtro solar UV

PROTEGE DEL CALOR 230°C

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

Paola Sánchez
@nutricionistapaolasanchez

ALIMENTACIÓN CLAVE PARA MUJERES
con síndrome de ovario poliquístico

El síndrome de ovario poliquístico es un trastorno hormonal que afecta a una de cada diez mujeres en edad reproductiva. Se presenta por un desequilibrio hormonal, problemas metabólicos o genéticos. El diagnóstico y el tratamiento a tiempo, acompañado de un correcto estilo de vida, pueden reducir el riesgo de tener complicaciones a largo plazo, como infertilidad, diabetes tipo 2 y enfermedades cardiacas.

SÍNTOMAS

✓ Los periodos menstruales irregulares o muy abundantes son los síntomas más comunes. Menos de nueve períodos menstruales al año o menorragia (que son los periodos anormalmente abundantes), son una señal de alerta.

✓ Las mujeres con síndrome de ovario poliquístico presentan niveles excesivos de hormonas masculinas, por ello reaccionan con más vello corporal y, en ocasiones, acné grave.

✓ La resistencia a la insulina es otro de los factores.

LA CLAVE EN EL MANEJO NUTRICIONAL

Lo que siempre les digo a mis pacientes: "Ojos que no ven, corazón que no siente". Si quieres mejorar tu estilo de vida, empieza organizándote y haciendo compras saludables. Por ejemplo:

✓ Suple las galletas "integrales" (que en realidad no lo son), por frutos secos como almendras, nueces y pistachos. En el desayuno no consumas pan, sino carbohidratos complejos como el verde o la yuca. Controlando obviamente su porción.

✓ Reemplaza el arroz por la quinua. Este es pseudocereal que tiene muchísima fibra y proteína. Ahora, si por su sabor no es tu preferido, empieza a introducirlo dentro del mismo arroz blanco. Recuerda que lo más importante no es la dieta, sino la modificación de hábitos que puedas mantener durante el tiempo.

✓ No olvides la grasa saludable, que es la materia prima que necesitas para producir y mantener una función hormonal apropiada. Este tipo de grasa la encuentras en el aguacate, aceite de oliva extra virgen, frutos secos, semillas de chía y linaza.

✓ Necesitas consumir fibra en vegetales. Trata que tu plato sea muy vistoso, por ejemplo, si haces un pollito salteado, agrégale brócoli, tallos de nabo, zanahoria, champiñones, pimiento rojo, verde y amarillo. Siempre dándole volumen a tu plato.

✓ Y finalmente, recuerda que a partir de los 25 años empiezas a perder masa muscular. En esta etapa es imprescindible el consumo de proteínas de origen animal como pescado, pollo, huevo o si prefieres de origen vegetal como fréjol, lenteja, quinua o garbanzo.

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

Gardenbiotix®

Suplemento Nutricional en cápsulas a base de

PROBIÓTICOS E INULINA

Regenera
la flora intestinal

Mejora
tu digestión

Equilibra
tu sistema inmune

Presentaciones: Caja por 10 y 30 cápsulas
Vía de administración: Oral

NATURE'S Garden

www.gardenbiotix.com.ec

@naturesgardenecuador

Doctor en línea
Consulta: 0990088888

Boris Ledesma
Psicólogo
@psicborisledesma

El peligro de regresar con un fantasma: ¡TU EX!

✔ A propósito de la posible reconciliación de Jennifer López y su expareja Ben Affleck, analizaremos los riesgos y ventajas de lo que significaría darse una segunda oportunidad con un ex, ¡por si tú también lo estás pensando hacer!

✔ Lo primero que debes plantearte a la hora de volver con un ex son cuáles fueron los motivos de la ruptura. Porque evidentemente no es lo mismo que la causa de la separación sea una simple discusión o que el motivo de la ruptura sea por infidelidad.

✔ Recuerda que las personas cambian constantemente. Un nuevo trabajo, un nuevo viaje, sin duda, te cambia la vida y eso muchas veces puede resultar beneficioso y hasta cierto punto terapéutico para una pareja que decide separarse "durante un tiempo", porque cuando regresan, sienten que se valoran más, que se necesitan y se extrañan.

✔ Ahora, ese "te extraño" puede tomar otro sentido e interpretarse como "si los dos se sintieran extraños porque han cambiado mucho". Esto les sucede generalmente a quienes se separan por tener relaciones a distancia. En estos casos, muy difícilmente estas parejas regresan porque sus mismos entornos los ha hecho cambiar.

✔ Ten mucho cuidado si tienes debilidad de carácter. Me encuentro con pacientes que siguen viendo a ese "ex" e incluso salen al mismo tiempo con otras personas. Y a esto es lo que llamo "hacer el amor con un fantasma", porque en eso se transforma un ex, en una persona que ya no está aquí, pero que deambula y pena. Este fantasma, además, te espanta la posibilidad de que puedas tener una relación funcional con otra persona.

✔ Y termino con una pequeña fábula muy apropiada para este tema: *Había una vez, un muchacho que descubre que su novia, con la que tenía planes de casarse, le había sido infiel. Como reacción natural, el joven terminó la relación, vivió un proceso muy doloroso y ya cuando estaba alzando cabeza, el fantasma (su ex) aparece, lo seduce y le dice para regresar. El chico entra en confusión y afortunadamente le cuenta a su abuela, quien sabiamente le respondió: "No mijito, no te confundas, eso es mierda seca, ya no apesta, parece chocolate, pero es mierda seca".*

¿QUÉ PASA CON J-LO?

Revisando el perfil de Jennifer López, vemos a una mujer que ha salido avanti desde temprana edad, es multifacética y profesionalmente muy exitosa, sin embargo, parecería que su gran talón de Aquiles son sus relaciones amorosas. Y esto pasa mucho con este tipo de mujeres competitivas, donde el éxito profesional les demanda mucho tiempo y conciliarlo con una relación de pareja, se convierte en un verdadero desafío.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/96xguw

MIRA TODOS LOS VIERNES UN NUEVO CAPÍTULO POR EL CANAL DE DE YOUTUBE

MARIELA TV

@marielaviteri
@fmradiofuego
@revistamariela

/MarielaViteri
/106.5FM
RadioFuego

@marielaviteri
@fmradiofuego
@revistamariela

6 secretos de belleza de Victoria Beckham

Victoria Beckham es una fanática del cuidado de la piel y fruto de ello, afronta el paso de los años mejor que nunca. Consciente de la importancia de sentirse bien tanto por dentro como por fuera, ella misma no duda en compartir a sus más de 28 millones de seguidores de Instagram sus últimos descubrimientos *beauty* o los productos que se convierten en sus mejores aliados para tener una piel bonita.

En su dieta, Beckham se preocupa por incluir productos que tengan alto índice de antioxidantes y vitamina E, propiedades perfectas para mantener la piel radiante y joven. Entre ellos, destaca la presencia del aguacate, siendo consumida por la ex Spice Girl entre tres o cuatro veces al día.

1 Uno de los productos que nunca faltan en su ritual es la crema multiuso de *Skin Food*, de *Weleda*, que ha descrito como su número uno de belleza. Un aliado que le aporta a su piel un extra de nutrición e hidratación de manera inmediata.

2 Victoria confía también en un limpiador con acción exfoliante que adoran otras *celebrities* como Jennifer López o Kim Kardashian, se trata de *The Method Polish de Lancer*. "Es el mejor exfoliante que he encontrado porque realmente estimula la piel".

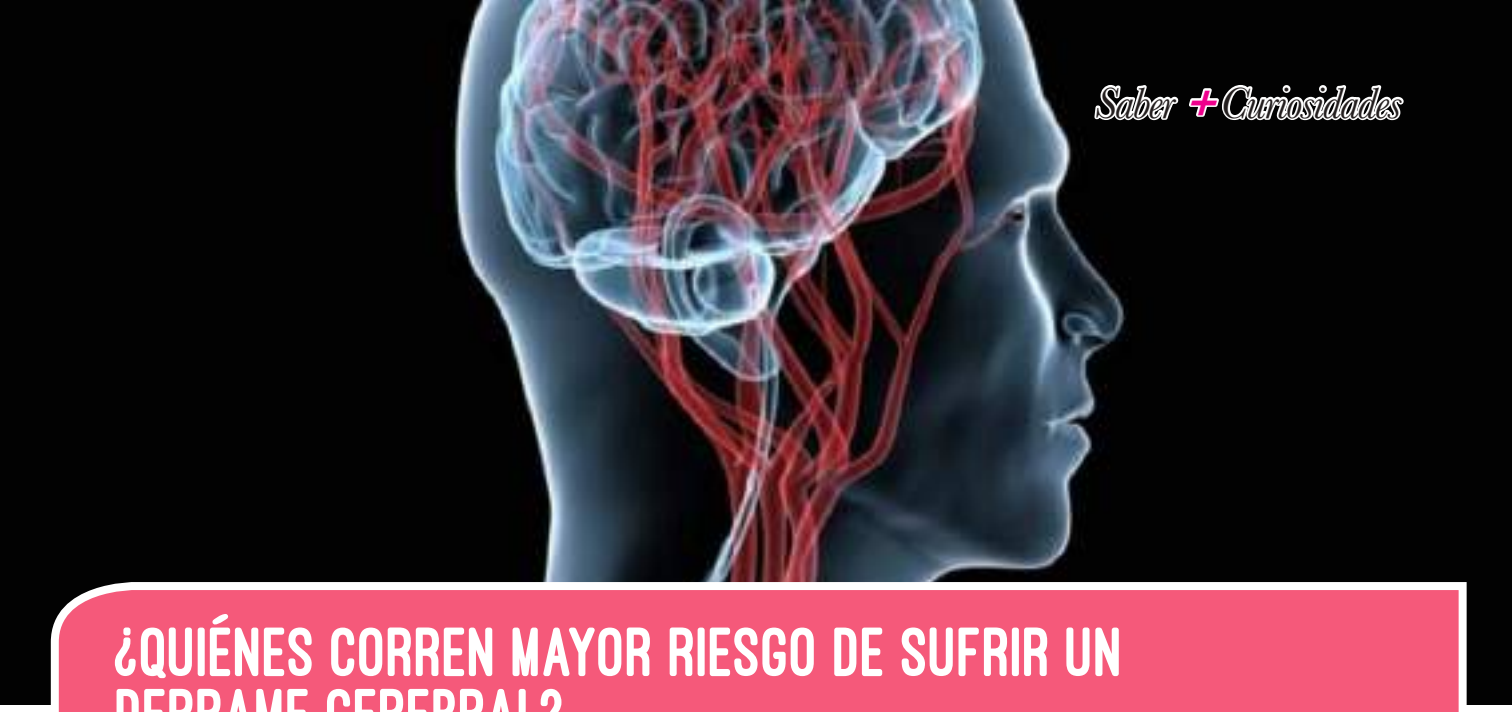
3 Otro de sus secretos mejor guardados es el producto *Cell Rejuvenating Power Serum de Augustinus Bader*. Este sérum contiene fermento de levadura, ideal para aportar firmeza y flexibilidad a la piel. Después de limpiar y preparar su piel, Victoria utiliza *The Moisturising Soft Lotion de La Mer*, el producto más *top* de su neceser, y lo aplica antes de su base.

4 No pueden faltar dos horas de *fitness* con su entrenadora. A Victoria le encanta el *running*, así que corre durante una hora antes de practicar una tabla de ejercicios específicos del método de Tracy Anderson.

5 Desde hace algún tiempo, intenta seguir unas pautas saludables en su dieta y transmitir ese gusto por una alimentación saludable a su familia. Durante las mañanas no pueden faltar sus dos cucharaditas de vinagre de sidra de manzana y "el famoso monstruo verde de los Beckham". Se trata de un zumo verde cargado de energía y antioxidantes, elaborado con manzana, kiwi, limón, espinacas, brócoli y semillas de chía.

6 Además, Victoria, tiene obsesión dentro de sus recetas por tres ingredientes: el aceite de pescado, el aguacate y las nueces, tres alimentos cargados de grasas saludables y Omega 3".

Fuente: www.telva.com www.hola.com www.vogue.com

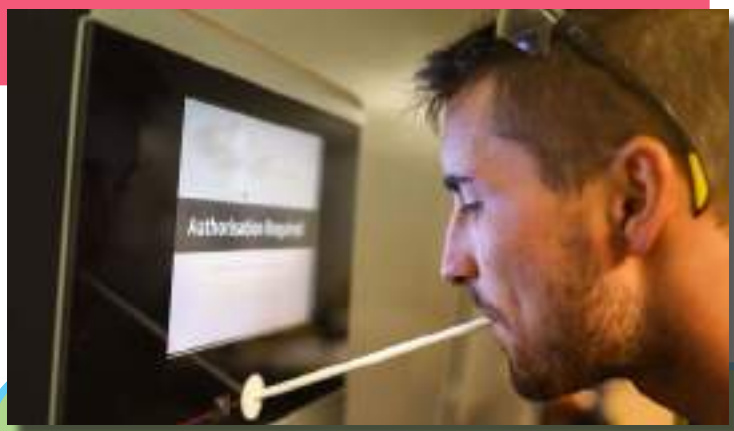


¿QUIÉNES CORREN MAYOR RIESGO DE SUFRIR UN DERRAME CEREBRAL?

Un reciente estudio de la Clínica Mayo señaló que el 34% de todas las personas hospitalizadas por un accidente cerebrovascular son menores de 65 años. Los factores de riesgo más comunes son alta presión sanguínea, fumar cigarrillos o exposición al humo de segunda mano, colesterol alto, diabetes, apnea obstructiva del sueño, enfermedad cardiovascular (incluido el ritmo anormal) y el uso de hormonas (como píldoras anticonceptivas o terapias hormonales que incluyen estrógeno).

CIENTÍFICOS AFIRMAN QUE IDENTIFICARON UN NUEVO CORONAVIRUS CONTAGIADO DE PERROS A HUMANOS

Un lote de pruebas de hisopado, tomado de pacientes de Malasia, entre 2017 y 2018, hallaron ocho positivos por infección de un nuevo coronavirus canino, con casos de neumonía, más frecuente entre niños. Los positivos tenían una prevalencia de 2,7% entre 301 muestras. Ante estos resultados, investigadores desarrollaron un nuevo test de amplio espectro donde confirmaron la información, según la viróloga Anastasia Vlasova, experta mundial en coronavirus animales de la Universidad Estatal de Ohio.



TEST DEL COVID-19 A PARTIR DEL ALIENTO: ¿PUEDE LLEGAR A SER TAN EFECTIVO COMO EL HISOPADO?

En Holanda, una empresa avanza con el desarrollo de un test para detectar el coronavirus a través del aliento de una persona. Es una tecnología basada en la nanociencia. Sería una manera más fácil y cómoda para las personas que tienen sospecha de haberse infectado y que deben hacerse el hisopado para verificar o descartar la infección. Hasta el momento, las pruebas de aliento exhalado han demostrado ser difíciles de realizar, sin embargo, esta al tener un corazón basado en nanosensores, genera muy buenas expectativas.

Fuente: Infobae.com

DISFRUTA DE BUENA MÚSICA, INFORMACIÓN DEL ENTRETENIMIENTO Y ENTREVISTAS

1 ENTRA EN LA APPSTORE/ GOOGLE STORE

2 BÚSCANOS COMO RADIO FUEGO

3 Y DESCÁRGALA GRATIS

/106.5 FM Radio Fuego

@fmradiofuego

@fmradiofuego

DIRECTORIO DE EMAPAG DESIGNA NUEVA GERENTE GENERAL

La ingeniera Martha Orta Zambrano, fue designada por el Directorio de la Empresa Municipal de Agua Potable y Alcantarillado de Guayaquil, EMAPAG EP, como gerente general de dicha entidad. Entre sus metas está continuar con la ejecución de obras tanto de agua potable, saneamiento y alcantarillado pluvial para el bienestar de la comunidad guayaquileña.

Martha Orta, gerente general de Emapag y Fernando Camposano Castro, exgerente general de Emapag.

Jorge Acaiturri, gerente general de la EP DASE.

MÁS DE 982 MIL PERSONAS FUERON BENEFICIADAS POR LA EP DASE EN EL 2020

La Empresa Pública Municipal Desarrollo, Acción Social y Educación (EP DASE), llevó a cabo un conversatorio con diferentes medios de comunicación, en el que presentó los programas sociales y educativos de la institución, ejecutados durante el año 2020, con los cuales se logró beneficiar a más de 982 mil personas. Además, los proyectos que se ejecutarán en este 2021.

ENTREGAN DONACIONES DE ALIMENTOS A MADRES DE SECTORES VULNERABLES

A propósito del mes de la madre y con el objetivo de generar un impacto positivo en la comunidad, Oriental® Industria Alimenticia, gestionó donaciones a familias en estado de vulnerabilidad de las ciudades de Guayaquil y Quevedo. Alrededor de 200 mujeres recibieron kits de alimentos de alto valor nutricional con productos de la marca como fideos, harinas de plátano, entre otros.

Entrega de donaciones en las instalaciones de la Fundación Acción Solidaria.

SUMA DIVERSIÓN CON

DIRECTV prepago

RECARGA YA

$10* **$15** **$20****

Y RECIBE DÍAS EXTRA

2 DÍAS | **5 DÍAS** | **10 DÍAS**

SIN COSTO ADICIONAL

RECARGA DESDE $7

Swipe up para RECARGAR

Promoción valida del 15 de marzo hasta el 31 de julio de 2021. *El beneficio de 10 días de saldo adicional únicamente incluye la programación básica, si el cliente tiene programación adicional activada como paquetes Extra, Paquetes Premium, PPV's o equipos adicionales, el número de días de programación adicional variará. Más información: "PROMOCIONES DE RECARGA" en la sección condiciones y tarifas en www.directv.com.ec