Moda
NEWS
Digital
Edición No. 93 - Año 2
ANDREÍNA BRAVO
“Si me hacen daño, perdono... pero no olvido”

El desaliento

Esta semana empecé a leer en la Biblia el libro de Job, personaje que es azotado por una serie de males, solo para probar su fe y su amor a Dios. Confieso que no había querido leerlo, lo esquivaba, pero finalmente cogí fuerzas y me dispuse a escudriñarlo. Cada libro de la Biblia nos deja algunas enseñanzas de no creer. En verdad, siempre invito a la gente a leerla, y no lo hago ni siquiera por creyente —que lo soy— sino por que en esta encontramos la sabiduría, la respuesta y el alivio diarios a nuestra vida. Uno de los relatos de Job que más me ha llamado la atención es aquel donde, a pesar de todos los males que le acontecieron, no renegó de Dios, pero sí quiso morir, pues por todo lo que le pasaba había perdido el deseo de vivir.

En el mundo actual regularmente acontecen hechos inexplicables, aflicciones tan profundas que hacen que, inclusive respirar, duela. Leí un tuit de Julieta Sagnay, psiquiatra ecuatoriana, donde hizo referencia al caso de una señora que tiene dos hijos "hacheros" de los que se encarga todo el tiempo, una de ellas —también con una adicción incontrolable— es madre de una niña de tres años y tiene cuatro meses de embarazo. Al leer un caso como este, inmediatamente pensamos: "¿Qué vida puede ser esa?", y es comprensible que quienes atraviesan una situación como esta se desalienten.

Las drogas son una peste, son el mayor instrumento del mal en nuestros tiempos porque, además, salir de ellas resulta muy difícil y doloroso. Hago esta referencia para unir los dolores bíblicos y los actuales. Yo no dudo que —tal como dicen las Sagradas Escrituras— Dios está presente en cada hoja de árbol que se mueve y que Él es quien lo permite. Nuestra vida en este mundo depende de Dios, y quien no lo ve así tiene un alto nivel de soberbia. Él es el que da y es el que quita.

Permitamos que Dios actúe en casos como el mencionado y en todo lo que hacemos porque, más allá de nuestras conductas equivocadas y de sus consecuencias, sabemos que con Él todo tiene su propósito y su recompensa. No perdamos la esperanza de recuperar a los jóvenes de las drogas. La ayuda y la coordinación del Gobierno, las municipalidades, los médicos y los familiares de los afectados son indispensables. Trabajemos para ello. Los comunicadores también debemos ser actores importantes en esta desintoxicación de la sociedad y de la familia.

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. Patricia Delgado. **Cel.:** 099 184 4822

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 93. Es una publicación de Profuego Producciones de Fuego S.A. Prohibida la reproducción parcial o total. Todos los derechos reservados. Copyright 2022.

DIRECTV prepago

RECÁRGATE DE LO QUE MÁS TE GUSTA

AHORA

$7* = 10 DÍAS

¡3 DÍAS MÁS QUE ANTES!

MÍNIMA

$5 = 5 DÍAS

antes ~~$7~~

*APLICAN CONDICIONES. PROMOCIÓN "RECARGA DE $7, $15 Y $20" VÁLIDA DEL 03 DE ENERO DE 2022 AL 30 DE JUNIO DE 2022. APLICA AL HACER UNA RECARGA COMPLETA DE LOS VALORES SEÑALADOS, NO APLICA PARA RECARGAS DE VALORES MENORES O SUPERIORES AL VALOR SEÑALADO. LA RECARGA DE $7,00 ENTREGA HASTA 3 DÍAS DE SALDO ADICIONAL, LA RECARGA DE $15,00 ENTREGA HASTA 5 DÍAS DE SALDO ADICIONAL Y LA RECARGA DE $20,00 ENTREGA HASTA 10 DÍAS DE SALDO ADICIONAL. EL BENEFICIO DE LOS DÍAS ADICIONALES DE SALDO ÚNICAMENTE INCLUYE LA PROGRAMACIÓN BÁSICA Y PAQUETES EXTRA. SI EL CLIENTE TIENE PROGRAMACIÓN ADICIONAL ACTIVADA COMO PAQUETES PREMIUM, PPV'S O EQUIPOS ADICIONALES, EL NÚMERO TOTAL DE DÍAS DE PROGRAMACIÓN VARIARÁ. PROMOCIÓN "RECARGA MÍNIMA DESDE $5,00" VÁLIDA DEL 03 DE ENERO DE 2022 AL 30 DE JUNIO DE 2022. SI EL CLIENTE HA PERMANECIDO SIN RECARGA POR 5 DÍAS O MÁS, SU RECARGA MÍNIMA ES DE $10,00. MÁS INFORMACIÓN EN LA SECCIÓN "CONDICIONES Y TARIFAS" EN WWW.DIRECTV.COM.EC.

Por Mariela Viteri

Andreína Bravo

"Por respeto a la familia de Miguel y a lo que un día tuvimos, no podría decir algo malo de él."

Andreína, definitivamente la vida te sonríe. Te has convertido en todo un fenómeno no solo en Ecuador sino en más de 11 países que votaron por ti en El Poder del Amor. ¡Dios y el público te respaldan!

Muchas gracias Mariela. Yo contenta por todo lo que he logrado, aunque me falta muchísimo más.

¿Qué tienes Andreína para que la gente te quiera tanto?

Soy lo que doy y siempre trato de dar amor y cariño. Si me hacen daño, obviamente perdono, pero no olvido. No soy de las que vuelvo a pisar el mismo obstáculo.

¿No eres de muchas amigas?

No, para nada.

¿Tenías mucha gente que se te venía encima en El Poder del Amor?

En realidad *El Poder del Amor* fue una experiencia muy bonita que marcó un antes y un después en mi vida. Me ayudó a crecer como mujer, pero sin perder mi esencia.

¿Cómo un patito feo que se acomplejaba de su figura se convierte en Andreína Bravo?

Yo en realidad sigo siendo la misma.

Pero fuiste objeto de bullying en el colegio.

Creo que todos en algún momento de nuestras vidas hemos sufrido de *bullying*.

¿Y cómo te sentías?

Igual como lo viví en *El Poder del Amor*, me juzgaron mucho sin conocerme.

¿Sentías que había mucha envidia?

No sé cómo llamarlo, muchas personas pensaban que estaba actuando, que fingía, cuando en realidad así es mi personalidad.

¿Por qué finalizaste con Miguel Melfi?

Él y yo sabemos los motivos. Cada uno está enfocado en su

¡ESCANÉAME!

carrera, en sus proyectos.

¿Te pareció mal que después de finalizar la relación se haya ido de farra con Don Day?

No quiero hablar mucho de este tema, pero lo único que voy a decir es que cada uno sabe lo que hace, porqué lo hace y lo que pierde cuando lo hace.

¿A qué edad perdiste tu virginidad?

A los 19 años.

¿Y con quién?

Con mi primer novio.

¿Cuántos novios has tenido?

He tenido tres novios, Nicolás que fue el primero, Carlos (Lira) y Miguel (Melfi).

¿Y quién hacía mejor el amor?

(Risas). En realidad yo soy de las que se conecta con el alma no con los cuerpos.

¿Con quién te conectaste más?

Me lo reservo, (risas).

¿Aún quieres a Miguel Melfi?

Yo le tengo un cariño muy especial.

¿Crees que te utilizó?

Yo creo que todo lo que viví fue real.

¿Hicieron el amor en Turquía?

Lo que se hizo en Turquía se quedó en Turquía, (risas).

¿Pero ya no hay amor?

Es que para mí el amor es como una plantita que si dejas de regalarla se muere.

Tampoco eres rencorosa porque no te he escuchado hablar mal de él.

Por respeto a su familia -a la que quiero mucho- y por respeto a lo que un día tuvimos y que nos hizo crecer como personas, no podría decir algo malo de él.

¿Te llamó Betty Mata (Directora de En Contacto) para contratarte?

Sí hubo una propuesta, pero no bien definida; en cambio TC me ofrecía más estabilidad. La vida es de oportunidades y hay que saberlas aprovechar.

Cuando tu llegaste a De Casa en Casa dijiste una frase que generó muchos comentarios: "Voy a vomitar". ¿Tú sufriste de bulimia?

Sí, sufrí de bulimia en mi adolescencia, gracias a Dios mi mamá se dio cuenta a tiempo y me ayudó. Y lo que dije en *De Casa en Casa* fue producto de los nervios y de todas las emociones que sentía, ¡yo soy un poco imprudente!

Tú eres una niña muy amada. De hecho fuiste un milagro de Dios porque tu mamá no podía tener hijos.

Por eso mi primer nombre es Génesis porque fui el comienzo de algo maravilloso, decía mi abuelita.

Fotografía: @fabiansesen

Ping pong...

¿Le has roto el corazón a alguien?

Sí, una vez un mejor amigo se enamoró de mí.

¿Has sido infiel?

Sí, en mi primera relación.

¿En qué cosas crees que te admiran los demás?

El público se conecta con mi corazón. Yo siempre trato de dar amor, creo que esa es la clave.

¿Cuál fue tu primer trabajo?

Mi primer trabajo fue de mesera en Sport Planet, a los 19 años.

¿Qué parte de tu cuerpo te gusta más y por qué?

Mi piernas.

¿Cuál es tu arma de seducción?

Mi torpeza, (risas). Yo no puedo ser *sexy*.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA
https://n9.cl/k5m08

Dr. Enrique Boloña

Clínico - Intensivista

¡ESCANÉAME!

"Ómicron afectó a la mayoría como un cuadro gripal"

Con la reciente ola de contagios de Ómicron, se ha confirmado una vez más que la posibilidad de muerte en una persona NO vacunada es 100 veces más alta que en la de un vacunado. La data es clarísima: en EE UU de cada 100 mil personas NO vacunadas se registran 9.7 % de muertes, mientras que de 100 mil inoculados, tan solo fallecen un 0.1 %. La diferencia es abismal, esto no es debatible.

Ahora, el comportamiento de Ómicron tiene su particularidad: reproducirse más en el tracto respiratorio alto y no en los pulmones, por eso es que sus síntomas son más parecidos a un cuadro gripal. ¿Qué si esta variante genera neumonía? Yo diría que es mucho más probable que suceda si son pacientes vulnerables, ya sea porque tienen enfermedades preexistentes o simplemente no están vacunados, pero en general, para la población vacunada estos cuadros de Ómicron son muy *light* y pasan casi desapercibidos.

¿Vendrá una variante más peligrosa? Si se siguen presentando muchos focos de contagio es previsible que se sigan generando nuevas mutaciones, ahora, lo que se espera es que el virus vaya perdiendo potencia.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/wash8

Dr. Marcelo Aguilar

Epidemiólogo

¡ESCANÉAME!

¿Por qué está en Ecuador la verruga peruana?

La sospecha de un caso de verruga peruana ha levantado mucha preocupación porque raramente se presenta en un solo caso. Esta es una enfermedad endémica -propia de diferentes zonas de Perú- producida por la bacteria Bartonella bacilliformis que ingresa al organismo por la picadura de diferentes especies de mosquitos del género Lutzomyia. En Perú se la conoce como bartonelosis, enfermedad de Carrión o verruga peruana.

La bartonelosis se presenta con fiebre, dolor muscular y decaimiento. La bacteria se introduce en los eritrocitos (glóbulos rojos), los destruye causando anemia e inflamando el hígado y el vaso, y ya en una etapa posterior aparece la fase eruptiva en la piel. Si no es tratada a tiempo, puede resultar mortal sobre todo en niños y adolescentes.

Esta patología aunque ha sido muy silenciosa en Ecuador, data desde de 1531, en la época de Gonzalo Pizarro; ya luego fueron surgiendo varios periodos epidémicos en zonas de la provincia de Loja, Manabí, Guayas y Zamora Chinchipe… Ahora, con la aparición de este reciente caso en Guayaquil, queda expuesta la importancia de fortalecer acciones de prevención y control de otras enfermedades, no solo del COVID-19.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/y4tnn

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

el 2022... empieza viajando

¡desde el 10 de enero!

$111

Quito›Guayaquil›Quito
Guayaquil›Quito›Guayaquil

$229

Quito›Galápagos›Quito
Guayaquil›Galápagos›Guayaquil

sin pago extra de asiento y equipaje
*aplican restricciones

Incluye impuestos y tasas
*Aplica para viajes que inicien desde el 10 enero y retornen hasta el 27 de febrero de 2022.
Tarifa válida para compras online.
En caso de comprar en puntos de venta, aplicar el fee de emisión: USD 11,20.
*Aplican restricciones. Sujeto a disponibilidad

1800 equair

equair.com.ec

#aquíyahora

Jessica Orellana
@nutrisalud_ec

¡ESCANÉAME!

¿Colesterol elevado?

CONOCE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS QUE MEJORARÁN TUS NIVELES

Hay dos tipos principales de colesterol: La lipoproteína de baja densidad (LDL), también conocida como colesterol 'malo' que tiene como función adherirse en las paredes de las arterias, y la lipoproteína de alta densidad (HDL) llamada colesterol 'bueno' que se encarga de eliminar el colesterol 'malo'.

Cuando los niveles de colesterol se elevan, es posible que se formen depósitos grasos en los vasos sanguíneos, aumentando los riesgos de sufrir enfermedades cardiovasculares. Llevar una dieta saludable, hacer ejercicio con regularidad y en ciertos casos tomar medicamentos, sin duda te ayudarán a regularlo.

Alimentos para bajar el colesterol

• Los alimentos ricos en fibra soluble ayudan a evitar que el tracto digestivo absorba el colesterol, entre ellos encontramos los cereales de grano entero como avena, trigo, arroz integral y cebada. Además, de leguminosas como frijoles, lentejas, garbanzos y habas.

• Las nueces, almendras y otros frutos secos son ricos en ácidos grasos poliinsaturados, ideales para mantener los vasos sanguíneos saludables.

• El aceite de oliva extra virgen es rica en ácido graso monoinsaturado, además, contiene una potente combinación de antioxidantes que pueden disminuir el colesterol 'malo' pero dejar el colesterol 'bueno'.

• El aguacate es otro alimento estrella, contiene 20 gramos de ácido graso monoinsaturado.

Alimentos que debe evitar si tienes colesterol

La carne roja y cualquier tipo de carne procesada (embutidos), son grandes enemigos del colesterol por su alto contenido en grasas saturadas.

Ten mucho cuidado con el consumo de azúcar y carbohidratos refinados, aunque no interfieren directamente en el colesterol, te predisponen a padecer de sobrepeso, obesidad o diabetes, lo cual va a inflamar tu hígado y el hígado es el encargado de elaborar todo el colesterol que el organismo necesita para formar las membranas celulares y producir ciertas hormonas.

¿La dieta keto afecta al colesterol?

Influye mucho el factor genético. Conozco pacientes que realizan dieta keto por prolongados periodos y mantienen niveles de colesterol perfectos, mientras que otros no. Por lo tanto, es muy importante que antes de incluir este tipo de dieta conozcas tu historia clínica, te realices exámenes y cuentes con asesoría profesional.

¿Cuándo se considera el colesterol alto?

Cuando tus niveles de colesterol total son superiores a 200 mg/dl.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/s5lyn

UTPL
DECIDE SER más
DECIDE
hacerlo
INSCRIPCIONES ABIERTAS:
ESTUDIA UNA DE LAS 23 CARRERAS EN LA UNIVERSIDAD LÍDER EN EDUCACIÓN A DISTANCIA
MÁS INFORMACIÓN:
www.utpl.com.ec
/utpl.loja @utpl @utpl

Madeli Santos
@madeli.santos

5 SEÑALES QUE DETECTAN LA BAJA AUTOESTIMA EN LA PAREJA

La falta de confianza y autoestima son quizás una de las mayores barreras para la felicidad y el éxito. Los efectos de esta se revelan en muchas áreas de la vida, sobre todo en el campo de las relaciones amorosas. La psicóloga Madeli Santos, nos muestra 5 indicadores de baja autoestima en pareja a los que hay que prestarle mucha atención:

1.- Sufren de hipersensibilidad. Por ejemplo, son personas que reaccionan sumamente mal si su pareja sale con amigos, aquí empiezan a manipular la situación con frases como 'me abandonas' 'prefieres a tus amigos antes que a mí', etc.

2.- Exponen constantemente los defectos de su pareja. El objetivo es afectar la autoestima de su pareja para sentirse mejor consigo mismo. Para conseguirlo, no dudará en usar las debilidades de su cónyuge, entre ellas algún defecto o algo que le acompleja.

3.- Normalizan el chantaje emocional. Generalmente este tipo de personas interfieren en las decisiones de su pareja, y utilizan por costumbre la manipulación con frases al estilo 'si me dejas me muero' o 'no puedo creer que me hagas esto a mí con lo que yo me he esforzado por esta relación'

4.- Tienen miedo al abandono. Utilizan como herramienta el chantaje y emplean razones como 'si te vas, no sé qué será de mí'. Son personas que harán hasta lo imposible para que se queden con ellas.

5.- Empiezan a culpabilizar y a responsabilizar de todo a su pareja. Son personas que enfrentan la vida basándose en una incapacidad para asumir responsabilidades, comprometerse e implicarse, probablemente por miedo a tener que asumir las consecuencias de sus propios actos.

¿CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA EN PAREJA Y SER MÁS FELICES?

Una buena autoestima es el punto de partida para que una relación sea sana y fuerte. Pongan en práctica mutuamente estos consejos:

1.- Apoyen a su pareja en sus decisiones
2.- Compartan sus aficiones
3.- Resalten lo mejor de su pareja
4.- Ayuden a mejorar sus puntos débiles
5.- Confíen en sus capacidades
6.- Acepten y realicen críticas constructivas
7.- Exprésense con libertad
8.- Agradezcan aquello que la otra persona hace por ti
9.- No se comparen con otras parejas
10.- Aprendan a reconocer los éxitos y fallos de su relación

"MUCHAS PERSONAS CON BAJA AUTOESTIMA SUELEN ENFRASCARSE EN EXPONER LOS DEFECTOS DE SU PAREJA, PARA SENTIRSE DE ALGÚN MODO, BIEN CON ELLOS MISMOS".

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

ANÁLISIS

Con Ricardo Mórtola

Investigamos y analizamos la noticia con objetividad y veracidad junto a grandes expertos del ámbito político y económico.

TODOS LOS LUNES

DE 8 AM - 9 AM

POR

RADIO FUEGO 106.5 FM GUAYAQUIL

Los adictos al sexo realmente sufren de una condición médica, advierte un nuevo estudio

Se ha afirmado que uno de cada diez hombres son adictos al sexo, aunque muchos se nieguen a aceptar que es una condición real.

Una nueva investigación de la Universidad de Chipre en Nicosia, descubrió que los hombres con este "trastorno hipersexual", tenían más oxitocina en la sangre. Esta hormona es la que estimula el vínculo sexual y puede hacer que hombres o mujeres se sientan atraídos por muchas personas al mismo tiempo. Los científicos dicen que su descubrimiento podría conducir al desarrollo de un medicamento que bloquee la oxitocina.

Fuente: www.infobae.com

Compañía israelí afirma que su tratamiento a base de plantas puede detener los síntomas de COVID

Una startup médica israelí afirmó recientemente que ha desarrollado un tratamiento a base de plantas que puede detener la conexión de COVID-19, incluida la variante Ómicron.

Novel Concepts Medical alegó que su nuevo descubrimiento detuvo el progreso del virus en las células humanas, logrando pruebas PCR negativas en 48 horas. La compañía dice que su tratamiento -que está hecho de compuestos naturales que están aprobados individualmente para otros usos- se presentará para autorización de uso de emergencia en varios países.

Fuente: www.consuladodeisrael.com

RECONOCIDOS RADIODIFUSORES RECIBIERON MEDALLAS CONMEMORATIVAS DEL BICENTENARIO

Dentro del marco de las actividades por el Bicentenario, la M.I Municipalidad de Guayaquil, hizo la entrega de Medallas Conmemorativas a reconocidos radiodifusores de Guayaquil, por su valioso aporte a la comunidad.

Radiodifusores, autoridades de la M.I Municipalidad de Guayaquil y miembros de Cofradía La Perla.

Luzmila Nicolalde, concejal de Guayaquil; Mariela Viteri, presidenta de Radio Fuego y Melvin Hoyos, director de la Unidad de Coordinación Histórica y Cultural.

Luzmila Nicolalde, concejal de Guayaquil; Kléber Chica, gerente propietario de Radio Huancavilca y Melvin Hoyos, director de la Unidad de Coordinación Histórica y Cultural.

Luzmila Nicolalde, concejal de Guayaquil; Washington Delgado, director de radio Forever y Melvin Hoyos, director de la Unidad de Coordinación Histórica y Cultural.

Alby López, Kléber Chica, Mariela Viteri, Melvin Hoyos, Luzmila Nicolalde y José Pileggi.

PROTECCIÓN ANTI VIRUS

ELIMINA 99,9% VIRUS BACTERIAS

Tu hogar libre de VIRUS Y BACTERIAS
CON AMONIO CUATERNARIO

Si huele a limpio huele a...

Kalipto®
CONCENTRADO

Encuéntralo en los principales supermercados del país.

NESTLÉ REAFIRMA SU TRANSFORMACIÓN HACIA LA SOSTENIBILIDAD EN EL MERCADO ECUATORIANO

Nestlé Ecuador inicia el año con el importante anuncio de haber alcanzado en 2021 la neutralidad plástica en sus operaciones. Para este 2022, la empresa comenzará el cambio a exhibidores y materiales de puntos de venta sostenibles, fabricados de material reciclado y reciclable.

Oswaldo Bravo, asesor en Riesgos Deloitte; Susana de Freitas, vicepresidenta de Servicios Estratégicos y Marketing de Nestlé; Christof Leuenberger, presidente ejecutivo de Nestlé; Gustavo Manrique, ministro de Ambiente, Pedro Ospina, vicepresidente de Asuntos Legales de Nestlé y Andrés Gómez, gerente General Gira.

Erika Auhing, directora de Estaciones de Servicio de Terpel Ecuador y Luis A., ganador del premio de USD 50.000.

TERPEL ECUADOR PREMIÓ A LOS GANADORES DE LA CAMPAÑA: TANQUEA Y GANA $100MIL EN PREMIOS

Terpel Ecuador premió a los ganadores de la campaña Tanquea y Gana $100mil en premios. La misma que contó con la participación de más de 36 mil clientes en más de 65 estaciones de servicio de Terpel a nivel nacional. En total, 218 clientes de la empresa fueron premiados.

'JUSTO', LA STARTUP CHILENA INICIA SUS OPERACIONES EN ECUADOR

'Justo', el aliado tecnológico de restaurantes y comercios -fundado en 2018 en Chile- inicia oficialmente sus operaciones en Ecuador, con el objetivo de democratizar la tecnología mediante la creación de estrategias alineadas a la visión y necesidad de cada restaurante.

Rodrigo Segal, CEO de Justo Latam.

McCormick®

Práctica e irresistible

Síguenos en:

Otro producto: Alimec