Marcela
NEWS
Digital
Edición No. 96 - Año 2



PAOLA FARÍAS

"No oculto mis raíces... Mi sueño era tener una pared"

15 revelaciones de PAOLA FARÍAS *¡Te sorprenderás!*



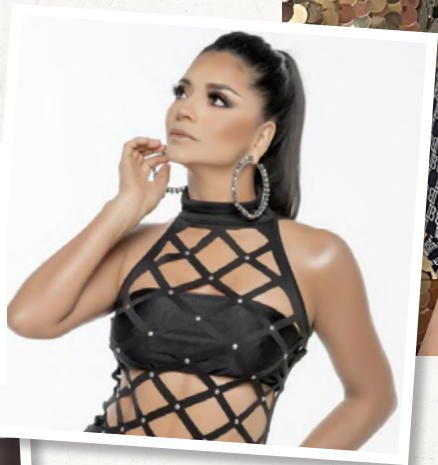
1

"Siempre he tenido los pies sobre la tierra, no tengo porqué 'creerme más'. Yo vengo de una casa con piso de tierra, con un cuarto cubierto de plástico y donde mi sueño era tener una pared".



2

"Jamás voy a ocultar mis raíces y las razones por las que vine a Guayaquil. Yo quería salir de la pobreza, tener una vida decente y ser el puntal de mi familia".





3

"Yo puedo ser chola, campesina, pero arrabalera no soy. La clase no tiene nada que ver con el color de piel ni el dinero".

"Cuando van pasando los años y tienes claro lo que quieres, te vas poniendo más exigente, por eso aspiro encontrar una persona que tenga mis mismos valores y prioridades".

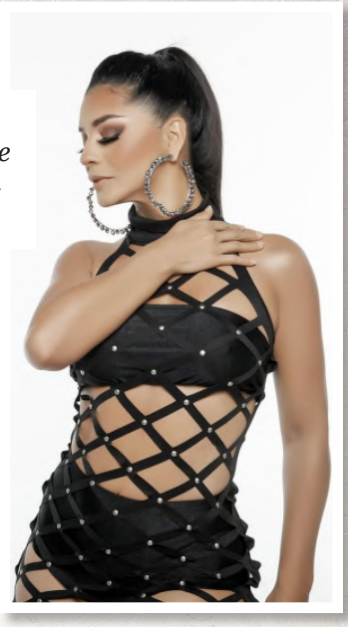
4

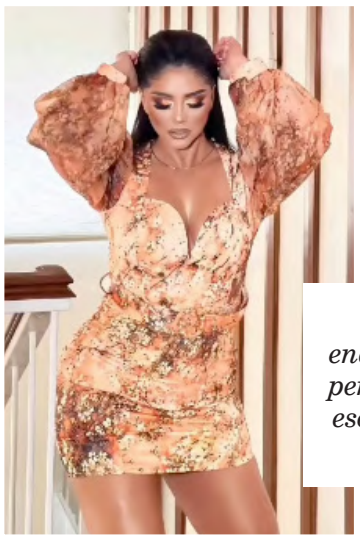


¡ESCANÉAME!

5

"Es difícil estar sola. Vengo desde los 18 años trabajando, me compré mi casa, mi carro, todo con mi esfuerzo, pero obviamente hay momentos en los que me siento abatida y donde sí quisiera tener a alguien que me dé un soporte en todo aspecto".





6

"No recuerdo la última vez que hice el amor".

7

"Yo estaba perdidamente enamorada de Gustavo Navarro, pero muchas veces me fue infiel y eso fue carcomiendo el amor que sentía por él".

8

"No creo que la edad determine el nivel de madurez de cada ser humano, pero ya he probado estar con personas menores a mí y me he dado cuenta que tienen otras prioridades en su vida".

9

"Cuando estuve con Juan Pablo (Aleaga) si abrí mi corazón y me enamoré. Con Fernando (Lara) sabía que nunca iba funcionar, es un gran chico, pero tiene un gran problema que prefiero no mencionar."

10

"Más que el tamaño, lo que importa para mí es que haya química, y esa química viene de un buen beso, de un buen olor..."

11

"Yo no gasto el dinero en cosas banales. Yo lo invierto en educación, seminarios, talleres, pensando siempre en mi crecimiento personal".

12

"A mi hija no le gustan las redes sociales y yo la respeto, por eso no me ven en fotos con ella, pero eso no define mi maternidad, hay muchas personas que publican fotos en redes sociales para 'amagar' que son mamás, yo soy una mamá real 24/7".

13

"Me hubiera encantado tener 4 hijos, obviamente con el mismo papá y en un hogar sostenido para darles lo mejor".

14

"Extraño todos los días de mi vida a mi papá. A veces quisiera volver a ser niña para sentirme protegida por él".



15

"Mi infancia fue lo más hermoso. Recuerdo cuando andábamos en caballo, cogíamos camarones, hacíamos ceviche y mi papá ordeñaba las vacas".



DISFRUTA DEL SHOW COMPLETO
https://n9.cl/zhxw0



Dr. Orlando Pin
Especialista en Medicina Interna y Cirugía



¡ESCANÉAME!

Lo que necesitas saber de la ***fibromialgia*** *y cómo* ***contrarrestarla***

1. *La fibromialgia es un trastorno caracterizado por un dolor general en las articulaciones y músculos, acompañado por fatiga, problemas de sueño, memoria y estado de ánimo.*

2. *Recién en 1992 se identificaron los primeros casos de fibromialgia en Ecuador. Al principio, se pensaba que eran pacientes hipocondríacos o que tenían trastornos psiquiátricos.*

3. *A partir de este año, los médicos sacaron a la luz los famosos 18 puntos dolorosos para identificar la enfermedad, puntos que abarcan dolor en el cuello, nuca, clavícula, rodillas, columna baja, caderas y muslos. (La recomendación es que si hay más de 11 dolores de este tipo, se acuda a un reumatólogo para que sea evaluado).*



4. *El 8 % de mujeres en el mundo padece de fibromialgia. Se presenta con mucha más frecuencia en ellas, debido a trastornos hormonales, genéticos y represiones emocionales.*

5. *Entre los productos que se recomienda para aliviar los síntomas, están los fermentados tipo chucrut, ideal para regular la microbiota del intestino.*

6. *Se ha comprobado, además, que pacientes que eliminan de su dieta el gluten, la harina y el azúcar refinada, muestran gran mejoría.*

7. *Escuchar 20 minutos de música alegre y hacer ejercicios de bajo impacto, como yoga y taichí, resultan muy beneficiosos. Otra buena opción es sumergirse en la piscina y hacer ejercicios de elongación para aumentar la serotonina.*

Bebida para disminuir dolores articulares

- Un puñado de quínoa
- 15 arándanos
- 4 frutillas
- 1 vaso de leche de coco
- 10 semillas de cacao
- 1 cucharada de miel de abeja
- Mezcla estos ingredientes con una cuchara de palo y tómalo en las mañanas.





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

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

PAGA TU PLANILLA DE LUZ EN NUESTRA APP

Realiza trámites y consultas



DISPONIBLE EN

Disponible en App Store

Disponible en Google Play

Corporación Nacional de Electricidad

Gobierno del Encuentro | Juntos lo logramos



Dra. María José Viteri
Médica nutrióloga



¡ESCANÉAME!

¿Cómo acabar con la cándida intestinal?

La candidiasis intestinal se presenta como una inflamación bastante severa, causada por una alteración de hongos de la familia cándida, principalmente de la cándida albicans.

Para tratarlo, más que matar el hongo, lo idea es generar un ambiente adecuado en tu microbiota para que de esta forma el hongo no se replique. ***Toma nota:***

¿Cómo saber si tienes candidiasis intestinal?



Generalmente se presenta como una enfermedad silenciosa. Sin embargo, hay señales que te pueden poner en alerta, entre ellas, sufrir constantemente de gases, estreñimiento, diarrea, tener mala absorción de nutrientes, cansancio, alergias, dolores de cabeza e irritabilidad.

- Elimina a raja tabla el consumo de azúcar. La cándida es un hongo que solo necesita de glucosa para replicarse.

- Consume carbohidratos más fibrosos. Opta por un pedazo de verde, de yuca o camote y combínalos con grasa saludable y proteína.

- Se ha demostrado que la planta pseudowintera colorata -que la encuentras en un producto llamado Kolorex- es totalmente antifúngica.



- El aceite esencial de orégano es maravilloso. Sugiero lo consumas con otro tipo de aceite como el de oliva extra virgen o de coco.

- El Omega 7, que se extrae de la baya del fruto del espino amarillo, es fuente directa para imposibilitar el desarrollo de la cándida. Puedes probar con mil miligramos o un gramo, dependiendo del caso.

- La Melena de león protege y equilibra la microbiota intestinal. Puedes consumir 600 miligramos, según tus necesidades.

MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
https://n9.cl/8etjx









Sin colorantes ARTIFICIALES

Miraflores
TRADICIÓN DESDE 1947

Otro producto: Alimec.

MirafloresEcuador

Miraflores_ec

www.miraflores.com.ec

Las imágenes de la guerra en Ucrania que causan lágrimas en todo el mundo

Por redes sociales se han hecho virales varias imágenes y videos donde se pueden ver las grandes consecuencias de la guerra entre Ucrania y Rusia.



Uno de los primeros retratos que generaron gran conmoción fue la de un padre despidiéndose de su pequeña hija para que pueda salir de la zona de guerra y salvar su vida. Lo más enternecedor es cuando la menor le entrega una carta mientras su padre rompe en llanto.

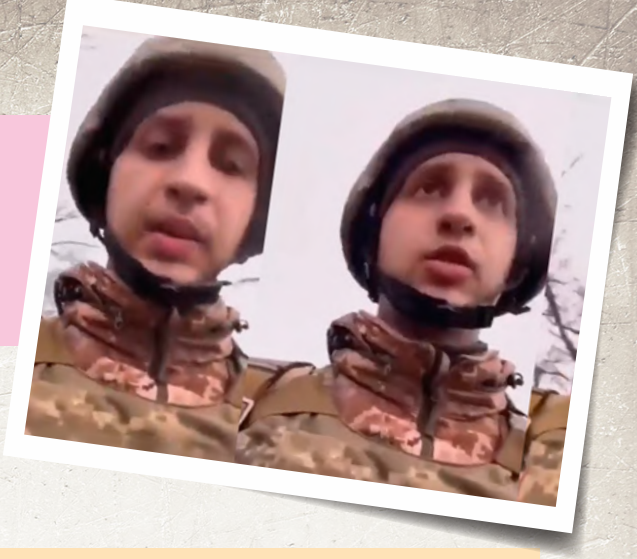


En tan solo siete días, la guerra en Ucrania ha llevado ya a más de un millón de civiles a huir de su país, informó la Oficina de Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR).



En la previa del partido entre Everton y Manchester City, los futbolistas ucranianos Vitaliy Mykolenko y Oleksandr Zinchenko protagonizaron un fuerte abrazo que desató la ovación de los cientos de aficionados. Posteriormente, ambos equipos salieron con prendas alusivas a Ucrania, además de una gran bandera ucraniana desplegada por parte de los hinchas locales, gestos, con los que Zinchenko no pudo contener las lágrimas.

Esta vez, el protagonista de este conmovedor clip compartido en redes sociales fue un soldado ucraniano, quien se despidió de sus padres antes de entrar a combate. “Estamos bajo un intenso bombardeo, ya nos toca salir. Mamá, papá, los amo”, comentó brevemente el militar.





Mascotas y sus dueños buscan refugio o intentan salir de Ucrania en medio de bombardeos rusos nocturnos en Kiev.

Un soldado ucraniano se vilarizó en Tik Tok bailando junto a sus compañeros en el campo de batalla. Según se ha extendido en los medios, su objetivo es el de mostrar a su hija que está bien.





La reportera Sol Macaluso, quien está en Ucrania ofreciendo información para la cadena Telecinco y otros medios internacionales, se quebró en llanto en plena entrevista al narrar cómo tuvo que hacerse cargo de una niña ucraniana, hija de su guía. Entre lágrimas, la argentina contó: “Mi guía me ha pedido que me lleve a su hija”.

Tras días de incertidumbre por la situación en Ucrania, 246 compatriotas llegaron a Ecuador en el primer vuelo humanitario. Hijos y padres ecuatorianos se estrecharon en emotivos abrazos; para algunos chicos ha sido su peor pesadilla.

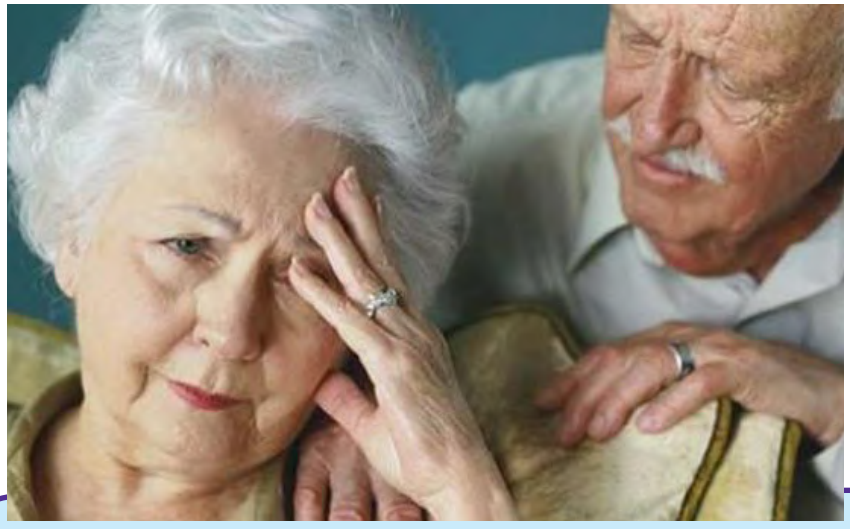


Un aerosol nasal obtiene aprobación como opción de tratamiento temprano para COVID-19



SaNOtize Research and Development Corp., una empresa farmacéutica con sede en Vancouver, Canadá, anunció que su aerosol nasal de óxido nítrico fue aprobado para la venta en India, luego de exitosos ensayos clínicos de Fase 3 en los que se demostró que puede reducir la carga viral en personas con casos leves del nuevo coronavirus.

Fuente: www.consuladodeisrael.com



Detectaron un factor que explica por qué las mujeres son más susceptibles de padecer Alzheimer

Los estudios epidemiológicos han demostrado que las mujeres tienen el doble de probabilidades que los hombres de desarrollar la enfermedad de Alzheimer. La causa de este fenómeno no estaba clara hasta que científicos del Instituto de Tecnología Avanzada de Shenzhen de la Academia de Ciencias de China encontraron que una hormona pituitaria es el factor central que impulsa la patogénesis de las enfermedades neurodegenerativas en las mujeres.

Fuente: www.infobae.com

DEGREASER H-7
POWERFUL MULTI PURPOSE CLEANER ™

NO IMPORTA LA SUPERFICIE
¡LO LIMPIA TODO!



DESENGRASANTE Y LIMPIADOR MULTIUSOS

- USO DOMÉSTICO
- USO AUTOMOTRIZ
- USO INDUSTRIAL
- USO FERRETERO







ENCUÉNTRANOS EN

ferrisariato · GRAN AKI · Embutidos LA VIENESA · MEGAKYWI · Montero PRODUCTOS DE CALIDAD PROFESIONAL
MEGAMAXI · Delportal SUPERMERCADOS · KYWI SUPERCENTRO FERRETERO · CORAL HIPERMERCADOS

@h7_ecu

H7 Ecuador

NO SOS GO

SAG AWARDS 2022

En el Barker Hangar de Santa Mónica, California, se celebró los Annual Screen Actors Guild Awards, es decir, los galardones conocidos como SAG Awards (antesala de los Oscar). Los diseñadores de moda **Luis Tippán** y **Álex Franco** califican los *looks* más sorprendentes de esta alfombra roja.



Salma Hayek de Gucci

"Zapatito, zapatito ¡escóndete! No me disgusta su propuesta, pero no me mata ni el color ni el modelo". ***Luis Tippán.***



Jessica Chastain de Dior

"Me encanta porque es un traje conceptualizado en sastrería total. La abertura bastante pronunciada del saco hace que delimite su cintura, lo cual le da un toque bastante femenino". ***Álex Franco.***



Cate Blanchett de Armani Privé

"Elegante con exuberante escote; aunque riesgoso que se asome algo que no deba verse". ***Luis Tippán.***



Vanessa Hudgens de Versace

"No me gusta, me parece un vestido muy simple. No le favorece para nada que el drapeado termine en el centro". ***Álex Franco.***

NO
SOS
GO



Lady Gaga de Armani Privé
"Impecable y majestuosa… El dramatismo y la actitud de la señora hicieron notoria su presentación".
Luis Tippán.



Selena Gómez de Óscar de la Renta
"Las mangas estilo globo le dan un toque muy dramático e interesante. El peinado es muy apropiado."
Álex Franco.



Alexandra Daddario de Versace
"Bello, elegante y actual. Vestirse de la misma tonalidad de la piel es arriesgado y no a todos les quedará bien".
Luis Tippán.



Jung Ho - Yeon de Louis Vuitton
"El vestido de Jung Ho es de corte muy minimalista, pero con una textura de tela que lo enriquece".
Álex Franco.

UltraBond®



LA MAGIA QUE PEGA

Metal
Madera
Plástico
Cuero
Porcelana
Caucho



@ultrabond_ecu

Tía · Supermercados Super Paco · Embutidos La Vienesa · Delportal Supermercados · Regalado Importadora · pikcenter · Corporación Favorita · Dilipa

DE PRATI APOYÓ A PARTICIPANTES DE SU PROGRAMA "MUJERES CONFECCIONISTAS"

Con el fin de contribuir y apoyar a mujeres que resultaron afectadas en el reciente aluvión en la ciudad de Quito, De Prati, a través de su programa "Mujeres Confeccionistas" hizo la entrega de equipamiento para sus hogares. Las donaciones se canalizaron a través de la Fundación Acción Solidaria.



Karina Vela y Valeria Callatasig, participantes del programa social "Mujeres Confeccionistas" junto a Christian Cabrera, gerente de Tienda De Prati (centro).



Susana De Freitas, vicepresidente de Negocios Culinarios de Nestlé Ecuador.

"LA GALLINA DE ORO" DE MAGGI REGALÓ 100 MIL DÓLARES EN PREMIOS

Maggi® empezó este 2022 premiando la fidelidad de sus consumidores con la mega promoción "La Gallina de Oro". Los montos de los premios abarcaron desde 40 hasta los 2 mil dólares en efectivo, entregando un total de 100 mil dólares a sus participantes.

LLEGAN A ECUADOR LAS REFRIGERADORAS INSTAVIEW™ DOOR-IN-DOOR® DE LG ELECTRONICS

LG Electronics presenta en Ecuador la nueva refrigeradora Instaview™ Door-in-Door®, que cuenta con características mejoradas e innovaciones de diseño para una mayor comodidad del usuario, entre ellas, un panel en la puerta que permite revisar los artículos que se encuentran dentro sin necesidad de abrirlo.



Luis Han, presidente LG Ecuador; Denisse Angulo, influencer; Yoonah Kim, jefa de Producto HA LG Ecuador y Elvira Palma, jefa de Categoría HA LG Ecuador.

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.