

De Frente

Revelaciones de

Valeria Gutiérrez



1. "La primera vez que conocí a Miguel Melfi fue en la Casa de las Estrellas de En Contacto, me pareció un buen chico, tiene obviamente lo suyo y tuvimos una gran química de amistad, fue como si lo hubiese conocido antes".



2. "Que haya ganado Virginia Limongi o cualquier otra chica se lo merecía porque todas trabajamos mucho por ese puesto".

4. "Tengo 22 años, soy virgen y me enorgullece decirlo". 3. "Del programa En Contacto aprendí demasiado de todos, gané experiencia, me sentí como en familia".



5. "No tengo novio, pero si estoy conociendo a alguien. No diré el nombre, pero no es de la farándula".

6. "Cada uno puede hacer lo que quiera con su cuerpo, pero a mí sí me gustaría casarme y entregarme completamente a mi esposo, me parece algo muy bonito y especial".



7. "En Miss Ecuador no gané la corona, pero me gané el cariño de la gente".



9. "Yo tenía mucha gente apoyándome, pero cuando comenzaron a involucrarme con Miguel me cayeron encima, no entendía por qué".

como no estaba lista para una relación le dije que seamos amigos, lastimosamente él no quería mi amistad. Este año coincidentemente me lo encontré después de una farra, él me vio con otra persona, se puso muy agresivo, yo me enojé, me bajé del carro y le pedí que se comportara como un hombre".

8. "El año pasado estaba

conociendo a un chico, pero

10. "Andreina Bravo no me cae mal v tampoco la he tratado. Me parece muy bonita y que hacía una linda pareja con Miguel".



13. "Tengo una gran facilidad para dormir en

cualquier momento del día.

Y puedo dormir más de 8

11. "Lastimosamente en Ecuador las personas tienen otra mentalidad, son más cerradas y piensan que cuando se tiene pareja ya no se puede salir con amigos".

12. "Sobre la reunión en casa de Don Day, no fue un error haber ido sino haberme escondido en uno de sus videos".

14. "He recibido hasta amenazas de muerte, me han dicho 'cuídate en la calle que te vamos a encontrar por haber separado a una pareja' y todo ese hate no solamente era para mí sino para Miguel Melfi".

15. "Estoy en los preparativos de Miss Internacional que será en noviembre. Me encantaría prepararme con Osmel Sousa, todas las chicas que se entrenan con él ingresan al top".



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA https://n9.cl/nrjj4



www.marielatv.com









@ultrabond_ecu



FAVORITA



PDILIPA

lástico o Vidrio o Metal o Cauc





Dr. Bernardo Blum Ginecólogo



¿Por qué los embarazos de ahora duran menos semanas?

"Las mujeres desarrollan roles tan importantes que aunque estén embarazadas no dejan de ser sumamente activas y dinámicas, este estímulo hace que su placenta madure más rápido y por obvias razones el parto se adelante, lo cual no es malo".

"Hoy en día no es nada raro que una mujer comience su actividad uterina a partir de la semana 36. Nacen niños más pequeños, pero no son ni prema-turos ni desnutridos".

"No estov en contra de las nuevas tendencias de depilación, pero los vellos siempre han servido para proteger ciertas áreas del cuerpo, mucho más las zonas íntimas".

"Para prevenir las infecciones vaginales recomiendo tomar esporádicamente una pastilla antimicôtica (antihongos) porque no genera ningún efecto contraproducente".





Dr. Luis Sarrazín Pediatra



¿Cómo se está comportando Ómicron BA.2?

"El coronavirus ha presentado más de 250 mutaciones. Ahora tenemos a *Ómicron con sus subvariantes BA.1*, BA.2, BA.3, B.1.1.529 y cuántas más, por lo tanto la única forma de prevenir es seguir permanentemente cui-dándonos".

"El comportamiento de Omicron BA.2 es muy peculiar ya que es sumamente rápida para difundirse, -ya hay países que tienen millones de casos de contagio- pero es menos letal".

"Como los niveles de anticuerpos van bajando, la farmacéutica Pfizer ya está hablando de una cuarta dosis sobre todo en adultos mayores que son los más vulnerables".

"Sobre la vacunación contra CO-VID-19 en niños, está escrito en los libros de pediatría que no debe aplicarse sino es una vacuna 100 % probada".



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN: https://n9.cl/3deq5

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





Saber + Nutrición



Adrián Yépez @adrianyepezfitness



CONOCE TODO SOBRE EL MINERAL QUE ALIVIA EL ESTRÉS

Si estás pasando por cuadros de irritabilidad, dolores de cabeza, calambres, insomnio y depresión, probablemente tengas déficit de magnesio. Y esto es lo que debes saber:

- El magnesio es un importante mineral que regula la función de los músculos, el sistema nervioso, los niveles de azúcar en la sangre y la presión sanguínea.
- Hay alimentos que naturalmente tienen más magnesio, entre ellos los vegetales de hojas verdes como la espinaca y el kale, además de nueces y almendras.
- La cantidad diaria recomendada de magnesio es de 400 miligramos en hombres y 300 miligramos en mujeres (que equivalen a 6 tazas de vegetales).
- Como difícilmente se puede consumir esa cantidad de vegetales, lo ideal es acompañarlo con un suplemento de magnesio 200 a 400 miligramos.
- Para problemas de estrés, el glicinato de magnesio es lo mejor. La glicina es un aminoácido que estabiliza al cerebro.
- A muchas personas les resulta muy beneficioso tomar un suplemento de magnesio media hora antes de dormir, pero si hay problemas de ansiedad al momento de levantarse, recomiendo tomar 200 miligramos en la mañana y complementarlo con 200 miligramos en la noche.

JUGO VERDE PARA GANAR ENERGÍA

- Espinaca
- Pepino
- Apio
- Limón
- Sal marina o sal rosada





Poder Lograrlo

21 años de Excelencia Educativa

Hemos desarrollado una metodología de vanguardia que, apoyada en nuestra plataforma tecnológica, te permite estudiar desde cualquier lugar con material interactivo, software especializado y acompañamiento virtual continuo de docentes expertos.



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EMPRESARIAL DE GUAYAQUIL

CARRERAS DE GRADO

- Presencial A distancia Online
- Administración de Empresas
- Contabilidad y Auditoría
- Finanzas
- Gestión del Talento Humano
- Mercadotecnia
- Comercio Exterior
- Puertos y Aduanas
- Comunicación
- Turismo
- Economía 🔳
- Educación Básica
- Pedagogía Técnica de la Mecatrónica
- Multimedia y Producción Audiovisual

- Gestión Social y Desarrollo
- Nutrición y Dietética
- Pedagogía de la Lengua y Literatura
- Gestión de Riesgos y Desastres
- Derecho
- Psicología
- Relaciones Internacionales
- Ingeniería en Software
- Ingeniería en Telecomunicaciones
- Ingeniería en Sistemas de Información
- Ingeniería en Logística y Transporte
- Ingeniería Ambiental
- Ingeniería Industrial

PROGRAMAS DE POSGRADO

- Presencial Online
- Administración de Empresas
- Administración de Empresas mención en Dirección Estratégica de Empresas Familiares
- Administración de Empresas mención en Gestión de Procesos Organizacionales
- Finanzas mención en Tributación
- Gestión del Talento Humano
- Administración Pública mención en Desarrollo Institucional Gobernabilidad Innovadora en la Gestión
- Dirección de Empresas
- Dirección de Empresas mención en Innovación y Competitividad
- Educación ■
- Sistemas de Información Gerencial
- Negocios Internacionales
- Mercadotecnia mención en Gestión Digital 🔳
- Educación, Tecnología e Innovación
- Gestión de Proyectos
- Negocios Electrónicos
- Turismo con mención en Turismo Sostenible Inteligente
- Derecho Constitucional
- Telecomunicaciones mención en Gestión de las Telecomunicaciones
- Género y Desarrollo
- Big Data y Ciencia de Datos
- Desarrollo Local mención en Planificación, Desarrollo y Ordenamiento Territorial
- Enseñanza de Inglés como Lengua Extranjera 🔳
- Transporte y Logística

Con UTEG,
la educación sigue Unline

Ing. Mara Cabanilla Guerra, Ph. D. Rectora

Más información en: admisiones@uteg.edu.ec

Telfs: © 0994132842 © 0989589924 © 0989590002 © 0990824496 © 0989589694











Saber + Psicología



Madeli Santos

@madeli.santos

Megalomanía

¿Cómo identificar este peligroso trastorno de delirio de grandeza?

La megalomanía es definida como un trastorno de personalidad relacionado con narcisismo que se caracteriza específicamente por un delirio de grandiosidad, el mismo que se esconde debajo de un gran sentimiento de inferioridad.



"Los megalómanos difícilmente van a aceptar que tienen un trastorno de personalidad, por eso muchos terminan solos y enfermos".

Test para identificar este trastorno:

- Piensas que debes tener muchos privilegios.
- ✓ Necesitas la admiración excesiva y constante de los demás.
- Quieres mostrar superioridad.
- Exageras tus logros y talentos.
- ✓ Tienes fantasías de éxito.
- Monopolizas la conversación en cualquier momento para ser el centro de atención.
- ✓ Quieres sacar ventaja de los demás.
- Estás constantemente mostrando tu poder.
- Eres agresivo con las personas.
- Eres envidioso de los logros de los demás, puesto que quieres ser el centro de todo.
- Eres engreído, jactancioso y pretencioso, es decir, siempre quieres lo mejor de lo mejor para ti.

Nota: Si tu respuesta fue afirmativa a la mayoría de estos rasgos, probablemente estés pasando por este trastorno.

Análisis: Cuando se estudia a profundidad este tipo de personalidades se detecta que pueden ser individuos con muchas carencias y con un sentimiento de inferioridad o vacío desde los primeros vínculos con los padres.

www.marielatv.com Revista Mariela News | 9 | I



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





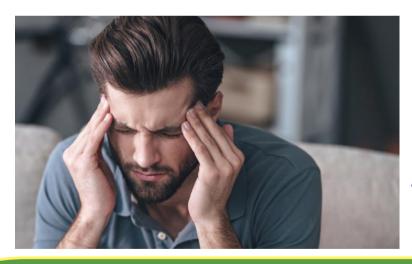
Estudio de Jerusalén dice que los óvulos humanos más viejos podrían volverse más jóvenes



En una nueva investigación, científicos de la Universidad Hebrea de Jerusalén creen haber encontrado un mecanismo –a base de medicamentos antivirales - que podría rejuvenecer los óvulos de las mujeres.

El avance, que aún no se ha probado contra la fertilización, podría brindar esperanza a las personas mayores de 40 años, cuyos óvulos envejecidos a menudo hacen que los abortos espontáneos y los defectos congénitos sean más comunes.

Fuente: www.consuladodeisrael.com



Científicos detectaron una proteína que puede prevenir la aterosclerosis y el aneurisma

Un equipo de la Fundación Jiménez Díaz de la Universidad de Madrid y el Instituto de Biología y Medicina Experimental de Argentina han demostrado que controlar los niveles de la proteína galectina-1 impide el desarrollo de placas en las arterias, por lo tanto, podría ser una terapia eficaz para evitar la progresión de enfermedades vasculares como la aterosclerosis y el aneurisma.

De acuerdo con cifras de la Organización Mundial de la Salud (OMS), anualmente mueren alrededor de 18 millones de personas como consecuencia de este tipo de patologías.

Fuente: www.infobae.com

www.marielatv.com Revista Mariela News | 11 | I



NO IMPORTA LA SUPERFICIE ¡LO LIMPIA TODO!



DESENGRASANTE Y **LIMPIADOR MULTIUSOS**

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



ENCUÉNTRANOS EN

























Tips de prevención



Jorge Pérez

Asesor en temas de seguridad integral

JPG Comunicación Integral y Seguridad

@jpgciec fo

EVITANDO CORTOCIRCUITOS EN EL HOGAR

Los cortocircuitos son comunes y pueden ocurrir en cualquier lugar, afectando a quienes más importan. Con las recientes lluvias, es necesario tomar medidas para prevenirlos en el hogar:

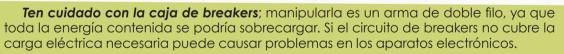


Chequea los medidores de luz constantemente para examinar cuánta energía se consume, cuántos artefactos se tiene y la carga de energía que el hogar requiere.

Evita cables deteriorados por su antigüedad o humedad, además de electrodomésticos descompuestos, conexiones sueltas en cables, enchufes o interruptores.



Acude al soporte técnico en caso de conectar nuevos dispositivos; las conexiones realizadas voluntariamente pueden producir cortocircuitos.





Evita sobrecargar las regletas; lo mejor es conectar aquellos dispositivos que verdaderamente necesiten cargarse.

Revisa la basura tanto dentro como fuera de la casa, ya que desechos como tierra, papel, entre otros, pueden ocasionar incendios.



Evita el extenso crecimiento de árboles, puesto que pueden enredarse con cables y así romper el tendido eléctrico o causar accidentes por caída. Lo mejor es controlar su crecimiento y podarlos cuando tapen luminarias, semáforos o invadan propiedad privada.

www.marielatv.com Revista Mariela News 1 13 1

la plataforma más completa MARIELATV





DESCÁRGATE EL APP EN GOOGLE PLAY Y APPLE COMO MARIELA TV



SUSCRÍBETE EN NUESTRO CANAL YOUTUBE MARIELA TV



VISÍTANOS EN NUESTRO PORTAL WEB WWW.MARIELATV.COM



ALCALDÍA DE GUAYAQUIL HIZO ENTREGA DE UN RECONOCIMIENTO AL ABG. JAIME NEBOT

La alcaldesa de Guayaquil, Cynthia Viteri, hizo entrega de la presea Ing. León Febres Cordero Ribadeneyra al exalcalde Jaime Nebot por su aporte a la Fundación Malecón 2000, siendo responsable de la visión de la regeneración urbana y de la administración de los malecones de la ciudad.





POLICENTRO ORGANIZA FERIA DE EMPRENDIMIENTO "MUJERES INSPIRADORAS"

En el mundo de los negocios y el emprendimiento ser mujer no es tarea fácil, por eso el C.C Policentro como parte de su campaña "Mujeres inspiradoras" –que inició y durará todo este mes de marzo- ha preparado la feria de emprendimiento solo para mujeres, que se llevará a cabo el 30 y 31 de marzo.

HOLCIM ECUADOR RECONOCIDA COMO LA MARCA EMPLEADORA #1 A NIVEL NACIONAL

Holcim Ecuador fue condecorada en el evento Employer Branding 2021, por estar en el Top 1 como mejor marca empleadora a nivel nacional, asimismo, continúa en el Top 1 en la categoría de industria de la construcción, logrando estar por cuarto año consecutivo entre los primeros lugares de este ranking.



Revista Mariela News

I

Р

PROTECCIÓN ANTI VIRUS



Si huele a limpio huele a...



Encuéntralo en los principales supermercados del país.