

# mañana

NEWS

Digital 

Edición No. 131 - Año 2

## Aladino

'El mago de la rocola'

"Las mujeres son lo más delicado y hermoso que hay en el universo"

Revelaciones de

# Aladino

'El mago de la rocola'

## ¿Tienes algún miedo que no le hayas contado a nadie?

Creo que mientras seamos padres -y sobre todo cuando se tiene una profesión como la mía- siempre hay ese temor de no poder estar con los hijos en los momentos que más nos necesitan.

## ¿Quién es la persona que más necesitas en tu vida ahora mismo?

A Dios. Él es amor y el que se mantiene en amor es capaz de perdonar multitud de errores.

## ¿Le has roto el corazón a alguien?

Que yo me haya enterado a nadie, siempre he procurado dar el mismo amor y respeto que quiero para mis hijas; pues aprendí desde muy pequeño que las mujeres son lo más delicado y hermoso que hay en el universo.

## ¿Has sido infiel alguna vez?

Creo que todos hemos sido infieles alguna vez a nuestros ideales. Por ejemplo, yo dejé de estudiar derecho para dedicarme de lleno a ser artista, aunque confieso que me hubiera encantado terminar mi carrera de abogado.

## ¿Tienes mucho dinero?

Te diría que no. Mi dinero lo he invertido en la preparación de mis hijos.

## Si pudieras borrar alguna experiencia negativa de tu vida, ¿cuál sería?

El haberme ido a cantar fuera del país en la época que mi padre murió, no sabía que cuando me despedía de él sería por última vez.



Aladino junto a sus hijas: Wendy, Carla, Ginger y Gianella.

**¿En qué cosas crees que te admiran los demás?**

Nunca me he detenido a pensar mucho en eso, pero podría ser en la actitud con la siempre enfrente todo lo que pasa sea bueno o no tan bueno.

**¿Cuál fue el último libro que leíste?**

Ahora estoy leyendo 'Más allá de tu vida' de Max Lucado, aunque confieso que estoy interesando mucho por los audiolibros, pues recuerdo cuando era niño y escuchaba las radionovelas junto a mi madre.

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

Mi sonrisa, creo que siempre refleja la alegría con la que trato de ver la vida.

**¿Si fueras un producto como te venderías?**

Como un caramelo, ¡para endulzarte la vida!



Fotografía: @sm\_roots

## Lo que no sabías de Aladino

- » Su nombre original es Norberto Enrique Vargas Mármol.
- » De niño le decían 'Huevito' porque era gordito y chiquito.
- » Nació el 21 de agosto de 1955, en la hacienda de su papá en vía a Daule. En ese entonces su madre tenía 16 años y su padre 48.
- » Es el mayor de ocho hermanos.
- » Creció en el barrio Cristo del Consuelo.
- » Trabajó desde los 9 añitos con el propósito de ayudar a su familia.
- » Tuvo varios oficios desde lustrar zapatos en salones de Guayaquil hasta ser operador de consola.
- » La frase "Para ti, colorada infiel" la sacó de su gran amigo Pablo Aníbal Vela, El Rey de la Cantera.
- » El Cabildo de su ciudad natal lo incluyó en el libro de los 100 guayaquileños más connotados.
- » Fue el primer cantante que introdujo en televisión nacional -en los 80- la música rocolera, destinada a ahogar penas, aun así, es abstemio.



Junto a su hijo menor, Christopher.



MIRA PRONTO LA ENTREVISTA COMPLETA EN [www.marielatv.com](http://www.marielatv.com)



# CORAL

HIPERMERCADOS

## EL MEJOR VIERNES NEGRO DEL ECUADOR



**SOLO EL  
24 · 25 · 26 · 27  
DE NOVIEMBRE**

**LLEGA PRONTO Y LLEVA EL MEJOR DESCUENTO**



Dr. Orlando Pin

Internista



ESCANÉAME!

## ¿Qué hacer para tener un sueño reparador?

*“La cama se ha hecho para dormir y copular, por lo tanto, evita en este espacio de tu dormitorio desde dispositivos hasta libros. Recuerda que la energía electromagnética que generan los celulares te pueden hacer más propenso a sufrir taquicardias y arritmias”.*

*“Para conciliar mejor el sueño se recomienda la posición fetal y de lado derecho para no presionar el corazón. También se sugiere una almohada que no rebase los 10 centímetros de alto”.*

*“No olvides previo a descansar, darte un baño con agua tibia, realizar ejercicios de respiración y evitar -por lo menos dos horas antes- consumir alimentos pesados y exceso de líquidos”.*



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:  
<https://n9.cl/17v98>



Dr. Mario Boloña

Pediatra



ESCANÉAME!

## ¿Cómo combatir la falta de apetito en los niños?

*“La Academia Americana de Pediatría sugiere que la ingesta de alimentos en un bebé debe ser a partir del sexto mes. Ahora, un niño sano no debería tener falta de apetito, el problema surge cuando se lo mal acostumbra a darle solo lo que él quiere y cuando él quiere”.*

*“No hay mejor estimulante del apetito que el hambre. Si el niño no quiere comer, que no coma, indíquele que solo le dará agua y que tendrá que esperar hasta su próxima comida”.*

*“Que el niño coma con las manos es una alternativa lúdica, pero lo ideal es que la mamita continúe dándole los alimentos con cucharada”.*



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:  
<https://n9.cl/tf5xw>



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

# MAGANYL<sup>®</sup>

Magaldrato + Simeticona

¿Gases,  
indigestión  
y acidez?  
*No esta vez*



## ALIVIO INMEDIATO





Paola Sánchez

@nutricionistapaolasanchez



¡ESCANÉAME!

# ¿Por qué es tan importante cuidar el hígado?

El hígado es uno de los órganos más importantes en cuanto a la actividad metabólica ya que este secreta una sustancia denominada bilis, la misma que se encarga de ayudar a digerir los alimentos y eliminar las toxinas.

## ¿Qué causa el hígado graso?

El común denominador es el consumo excesivo de azúcares y carbohidratos. Cuando hay una alta ingesta de este tipo de alimentos, estos se almacenan en forma de grasa corporal o grasa en el hígado.

## ¿Cómo desintoxicar el hígado de forma natural?

- ✓ Controla el consumo de carbohidratos e incrementa los vegetales ya que son bajos en calorías y generan bastante saciedad.
- ✓ Evita las bebidas alcohólicas. Ni siquiera el vino, (esta bebida aunque sea rica en polifenoles y antioxidantes sigue siendo tóxica por su contenido de alcohol).
- ✓ Realiza actividad física y no te automediques.

## RECUERDA:

- ✓ El hígado graso en fase uno y dos es posible tratarlo con una dieta saludable. Sin embargo, dejar pasar por alto esta condición puede llevarte a padecer fibrosis hepática, cirrosis y cáncer de hígado.
- ✓ Normalmente durante las primeras etapas de un hígado graso no se presenta ningún síntoma, para identificarlo necesitas un análisis de sangre y una ecografía abdominal.

"Se calcula que aproximadamente el 35 % de la población latinoamericana presenta hígado graso".



# PROTECCIÓN ANTI VIRUS

ELIMINA  
**99,9%**  
VIRUS  
BACTERIAS



Tu hogar libre de VIRUS Y BACTERIAS  
CON AMONIO CUATERNARIO



Si huele a limpio  
huele a...

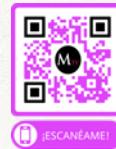
**Kalipto**<sup>®</sup>  
CONCENTRADO

Encuétralo en los principales supermercados del país.



Mariana Bermúdez

@marianabermudez\_psicologa



# 4 pasos para volverte una persona asertiva

Venimos de una generación donde nos decían ‘calladito se te ve más bonito’ y precisamente ese temor de expresar lo que se siente es lo que ha generado que todo tipo de relaciones se disuelvan con más facilidad.

A continuación, te damos cuatro claves para desarrollar la habilidad de comunicar de manera adecuada y en el momento correcto:

**1.- Antecedentes.** Cada vez que tengas la necesidad de decir algo, empieza anticipando lo que quieres hablar, de esa manera evitas que esa persona se sienta atacada.

**2.- Habla de tus sentimientos.** Cuando expresas tus necesidades sin señalar al otro, permites que esa persona sienta empatía hacia ti.

**3.- Pide específicamente lo que quieres.** Deja esa mala costumbre de esperar que el otro adivine lo que necesitas, ¡debes hablar!

**4.- Anticipa las consecuencias.** Permite que la otra persona en buena lid entienda la magnitud de las cosas que pudieran llegar a pasar si no hay un acuerdo.

“Lo que más se escucha en las rupturas amorosas es ‘yo no sabía que a ella le molestaba tal situación’, por eso es tan importante aprender a expresar los sentimientos a tiempo”.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:  
<https://n9.cl/jiwcx>



**VIERNES  
NEGRO**

LLEGA PRIMERO Y LLEVA LOS MEJORES DESCUENTOS

**24 AL 27 NOVIEMBRE**



**mall del río**



## Algunos compuestos de la planta del lúpulo podrían contrarrestar el avance del Alzheimer



Científicos de la Universidad de Milán-Bicocca en Italia descubrieron que las sustancias químicas extraídas de las flores de lúpulo -comúnmente utilizadas en la elaboración de cervezas- pueden inhibir, al menos en el laboratorio, la aglomeración de proteínas beta amiloides que están asociadas al desarrollo de la enfermedad de Alzheimer.

**Fuente:** [www.infobae.com](http://www.infobae.com)



## Virus podrían matar a las bacterias intestinales de la enfermedad de Crohn

Investigadores del Instituto de Ciencias Weizmann de Israel indicaron que los virus comunes llamados bacteriófagos pueden matar específicamente las bacterias intestinales asociadas con la enfermedad inflamatoria intestinal de Crohn.

“Hasta donde sabemos, este constituye el primer enfoque de ‘bala de plata’ que promete una supresión precisa de los microbios intestinales que causan enfermedades, sin dañar el microbioma circundante”, explicó el profesor Eran Elinav director del equipo de investigación.

**Fuente:** [www.consuladodeisrael.com](http://www.consuladodeisrael.com)

Así lo Vimos

# RADIO FUEGO

*celebró sus 27 años a lo grande en Quito*

Para celebrar por lo alto los 27 años de radio Fuego, la reconocida emisora liderada por Mariela Viteri, ofreció un after office exclusivo para sus clientes y ejecutivos de agencias publicitarias, esta vez en la capital ecuatoriana.



Staff de Profuego junto a invitados especiales.



Lissette Cueva, Mario Cárdenas, Mariela Viteri, Freddy Palis y Andrea Leño.



Susi Ayala, recibiendo su obsequio de productos Miraflores.



Mariela Viteri y Milena Oliva.



Carla Cornejo, Alexandra Ingavélez y María Sol Alarcón.

**NUEVO RETRO BAR FUE EL LUGAR PERFECTO PARA QUE LOS ASISTENTES DISFRUTARAN TODOS LOS ÉXITOS DE LOS 80.**



*Francisco Villamarín, Eva Quevedo, Verónica Roldán, Mariela Viteri, Carla Mora y Juan José Pérez.*

Los invitados disfrutaron de las delicias de bocaditos de Baguette.



*Representantes de la agencia IPG.*



*Representantes de la agencia Mindshare.*



*Amigos de la agencia Delta y OMD.*



*Tatiana Guadalupe, Belén Vargas, Mariela Viteri, Alexandra Ingavélez y Pablo Pérez.*



**EL ARTISTA FAUSTO MIÑO DESLUMBRÓ AL PÚBLICO CON SUS ÉXITOS MUSICALES.**



*María Sol Alarcón, Darío Villacrés, Mariela Viteri, Ronald Armas, Lisely Estrada, Rosaura Guerrero y Patricia Celín, representantes de la agencia Markplan.*

Los invitados degustaron de exclusivas bebidas de Hispanabe.



*Juan Diego Cruz, Mariela Viteri, Esteffy Angulo y Paula Guerra, representantes de la agencia Wavemaker.*



**Bienvenido a los 80s!**



Amigos de la agencia IPG.

La decoración del lugar fue gracias a Disfraces Imperio.



Mariela Viteri, Francisco Vallejo, Gabriela Martínez, Milena Oliva, Santiago Almeida y María Sol Alarcón.



María Sol Alarcón, Catalina Lescano, Mariela Viteri y Paola Hidalgo.



María Sol Alarcón, Mariela Viteri, Leslie Calderón, Nathy Gavela y Luis Hidalgo.



Carla Cornejo, Francisco Villamarín y María Sol Alarcón.



Roberto Miranda junto a Mariela Viteri.



**NUEVA**

Leche Entera y Semidescremada  
Siempre fresca, siempre sana.

**¡Qué  
leche!**



Encuétralas en tu tienda preferida

Síguenos en:



[www.miraflores.com.ec](http://www.miraflores.com.ec)