

M&Vela

NEWS

Digital 

Edición No. 139 - Año 2

Fausto MIÑO

"Una de las cosas que decidí para ser mejor hombre fue dejar de tomar"



Revelaciones de

Fausto MIÑO

Fausto Miño, uno de los artistas más icónicos de nuestro país. ¿Qué tienes para este año?

En la parte musical voy a lanzar dos canciones nuevas; una de ellas se la compuse a mi mamá, inspirada en la historia de una fan de Otavalo, quien a través de las redes sociales me contaba lo duro de ser mamá cuando lo dan todo por sus hijos y son olvidadas por ellos. Esto me sensibilizó y apenas terminé de componerla se la mostré a mi mamá y lloramos juntos.

¿Tu mamá sigue casada?

Mis padres se divorciaron en el 2007, justo cuando mi carrera despegaba.

¿Hubo infidelidad?

Yo creo que sí hubo y los lastimó. La comunicación se perdió y dejaron de ser un gran equipo.

“EL HABER PEREGRINADO DE RADIO EN RADIO, DE ESTUDIO EN ESTUDIO ME HIZO MÁS HUMILDE, POR ESO AGRADEZCO A LA VIDA QUE ME PERMITIÓ SOÑAR Y PERSEVERAR”.



¿Qué tan importante es para ti la fidelidad?

La fidelidad para mí es tema de convicción. En algún momento de mi vida pensé que tenía 'ciertos permisos' para ser infiel, hasta que en una conversación con un amigo colombiano –que me preguntaba por qué no me había casado y yo le decía que no confiaba en mí mismo- decidí crear una mejor versión de mí y luego me casé.

¿Qué sentías luego de tener relaciones sexuales con mujeres que no eran tu pareja?

Me sentía basura porque, además, casi todos esos episodios que se dieron yo estaba con tragos, era prácticamente perder el control de algo que ni siquiera quería hacer; por eso una de las cosas que decidí para ser mejor hombre fue dejar de tomar. No quería más alcohol, ni más infidelidades, es cuestión de decidirlo y enmendar.

Hay gente que puede decir: “¿Qué aburrida la vida de Fausto Miño!”.

Mi vida es bastante divertida, no tengo cargas ni arrepentimientos.

Y por ese gran sentido común y profundidad que tienes de ver la vida es que escribes canciones tan bonitas. Gracias Fausto por esta entrevista.



“SERÍA UNA INFIDELIDAD DE MI PARTE ESCRIBIR CANCIONES ‘QUE PEGUEN Y QUE SEAN BOBAS’, YO TENGO QUE COMUNICAR CON EL ALMA”.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA
<https://n9.cl/n5u5i>



TOTAL BLOCK

EXPERTOS EN PROTEGERTE DEL 100%
DE LOS RAYOS DAÑINOS DEL SOL

Todo lo que un **gran protector solar** debe tener

- › **ALTA PROTECCIÓN:** Contra rayos UVA y UVB, infrarrojos y luz azul.
- › **CUIDA TU PIEL:** Con vitamina E, emolientes naturales y fórmulas no comedogénicas (no obstruyen los poros).
- › **SEGURIDAD:** Fórmulas hipoalérgicas y probadas por dermatólogos. Certificado por la Skin Cancer Foundation.



Escanéa el código y conoce más:





Dr. Hugo Pizzi

@hugoluispizzi
Infectólogo y epidemiólogo
argentino



Avances médicos 2023

La vacuna contra el dengue es un hecho

Crear una vacuna contra el dengue parecía 'misión imposible' porque es una enfermedad que presenta cuatro serotipos, es decir, cuatro virus distintos en uno solo. Afortunadamente, una farmacéutica japonesa ha desarrollado una vacuna que ya ha sido aplicada en diferentes países del mundo y que muestra resultados muy promisorios.

Recuerda:

- La medicina avanza muy rápido, pero no olvidemos que la mitad del mundo aún pasa hambre, por lo tanto, lo básico no hay que ignorarlo.
- Las vacunas y el agua potable prácticamente nos sacaron de la edad media.
- Hay que tener mucho cuidado con las picaduras de los mosquitos *Aedes aegypti*. Contagiarse por segunda ocasión podría desencadenar en un dengue hemorrágico.

Una nueva esperanza en el mundo: Posible vacuna contra el cáncer y la gripe

Katalin Karikó, la reconocida bioquímica húngara que entendió cómo utilizar el ARN mensajero para curarnos e inmunizarnos del Covid-19, ha creado una prometedora línea de investigación contra el cáncer y enfermedades raras. Este avance -basado en el mismo ARN mensajero- permitiría crear también una vacuna universalmente para la gripe.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/z2ac0>



Contenido extraído del segmento: La Entrevista del Día. Transmitido en Radio Fuego 106.5 FM, de lunes a viernes a las 12h00.



Stevia Sweet®



Naturalmente saludable



Cámbiate A LO NATURAL

- 100% NATURAL
- SIN CALORÍAS
- CERTIFICACIÓN KOSHER



PharmaBrand S.A.
dmedica@pharmabrand.com.ec • www.pharmabrand.com.ec
Quito - Ecuador



Encuétralo en





Jessica Orellana
@nutrisalud_ec



ESCANÉAME!

Resetea tus hábitos en este 2023

La mejor forma para implantar hábitos saludables en tu vida es hacerlo de manera paulatina y de forma tangible. Te decimos cómo:

Semana 1

En ayunas, comienza a tomar un vaso grande de agua. Durante las noches tu cuerpo se encarga de desintoxicarse, producto de esta acción se generan ciertas toxinas que se eliminan con mayor facilidad cuando te hidratas por la mañana.

Semana 2

Introduce una ensalada de vegetales en todos tus almuerzos. El solo hecho de incluirlas te proporcionará más energía y saciedad.

Semana 3

Come conscientemente. Evita degustar tus alimentos con distractores (dispositivos móviles), come despacio, mastica correctamente, y disfruta de las texturas y sabores, esto te permitirá saciarte y por consiguiente, evitar tantos picoteos.

Semana 4

Elimina todo tipo de bebida industrial (jugos o colas) y sustitúyelos por agua, bebidas refrescantes como limonada de albaca e infusiones frías como té de Jamaica o té verde.

Semana 5

Incrementa la ingesta de carnes blancas (pollo, pavo y pescados) y baja el consumo de embutidos, vísceras, carnes rojas y cortes muy grasosos.

Nota:

Para que estos hábitos queden bien asentados, debes realizarlos por lo menos 40 días consecutivos.

“Por llevar una vida tan rápida, las personas prefieren ‘tragar’ y no masticar los alimentos, cuando es tan importante porque permite que las sensaciones de saciedad y de satisfacción se despierten”.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/uf17d>



OPÉRATE

MIOPÍA - HIPERMETROPÍA - ASTIGMATISMO - PRESBICIA

Cirugía Láser - Amaris

Rápida, Precisa y Segura



EL CENTRO DE DIAGNÓSTICO OCULAR CUENTA CON EL NUEVO
LÁSER SCHWIND AMARIS 1050 RS.



CENTRO DE DIAGNÓSTICO OCULAR
Tecnología Láser



Mariana Bermúdez

@marianabermudez_psicologa



¡ESCANÉAME!

¿POR QUÉ SE ABANDONAN TAN RÁPIDO LOS PROPÓSITOS DE AÑO NUEVO?

El inicio del Nuevo Año generalmente te invita a replantearte lo que quieres en tu vida, lo curioso, es que la mayoría de estas proyecciones quedan en el aire al poco tiempo. Te decimos las razones:

- Un reciente estudio de la Universidad de Pensilvania, EEUU, determinó que 3 de cada 4 personas terminan el año igual como lo empezaron.
- Este mismo estudio arroja que el 25 % de personas interrumpen la gestión de sus metas la primera semana de enero y que el 55 % las terminará abandonando a fines de mes por no tener un método claro para lograrlo.
- Finalmente, solo el 8 % de personas llegan a cumplir sus metas y propósitos durante el año.

¿Cómo sí llevar a cabo tus propósitos?

Evalúa tu situación actual: Plántate esta pregunta: ¿Qué realmente quiero? Porque el gran problema de la mayoría de personas es que ni siquiera saben lo que quieren.

Proyecta una o dos metas máximo a corto plazo: Tu cerebro necesita habituarse a éxitos

progresivos y a metas que puedas lograr en un tiempo determinado.

Entra en acción: No digas tanto y ¡hazlo!

Da esa milla extra: Para cumplir ese sueño probablemente debas decir no a muchas cosas.

Honra tu palabra: La gente exitosa es congruente con sus pensamientos, sentimientos y acciones.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.d/ggmv1>



¿EMPODERAMIENTO O VENGANZA? EXPERTOS ANALIZAN LA LETRA DE LA CANCIÓN DE SHAKIRA



Martha Martínez - Psicóloga

Los artistas son esencialmente melancólicos, por eso transmiten sus canciones de manera más aguda y profunda. Y en el caso de Shakira, no hay duda que sus letras están inspiradas de acuerdo al índice de maldad del 'macho' con el que estuvo.

Yéndonos al fondo de esta genial canción, considero que es un acto inmaduro y de mucho resentimiento. Si una loba como ella no está pa' novatos, entonces, ¿por qué le entregó 10 años de su vida? ¿Por qué se fue a vivir a su país? ¿Por qué le dio dos hijos?

Ahora, no digo que Shakira no tenga derecho a sentir dolor, pero preferiría que no se victimice porque ella también es responsable. Lo que sí aplaudo es que se ha convertido -de alguna manera- en esa valiente abanderada de las tantas mujeres que -por temor o sumisión- no se atreven a hablar.

Santiago San Miguel - Periodista



La letra es muy punzante. Hay metáforas e indirectas no solo para Piqué, sino para la amante y su exsuegra. Es una canción que habla del dolor, del desquite, de la venganza, pero que se camufla perfectamente a través de un ritmo contagioso, irresistible y frenético.

Este es otro gol para Shakira, como artista, como mujer poderosa, como mujer vengativa, pero también como mujer amada por su público.



¡ESCANÉAME!



Douglas Bastidas - Cantante, compositor y productor musical

Escribir una canción inspirada en tu vida personal es normal, la mayoría de los compositores lo hacen y Shakira no es la excepción. La diferencia es que ahora le puso nombre y apellido, eso le quita un poco de magia y relevancia a la canción en el futuro, porque es más farándula.

Ahora, yo no hubiese querido ponerle los cachos a Shakira, a un semejante talento mundial como ella, ¡quién te manda Piqué!

Tampoco podemos olvidar que ellos tuvieron una linda época y que también le compuso canciones bonitas, eso nadie se lo quita, lo triste es que ahora lo haga de manera tan directa teniendo dos hijos pequeños.



¡ESCANÉAME!

Gustavo Pacheco - Músico y compositor

No podemos extraer con pinza una letra que estratégicamente está hecha para eso, para causar controversia, en eso estoy de acuerdo.

La letra está adaptada a situaciones personales, con un tinte de desquite ante Piqué por su actitud machista e infiel, y a la actual novia (Clara) a quien yo hubiera preferido no darle importancia, también se refiere a su exsuegra de quien se dice 'acolitaba todas las infidelidades de su hijo', en fin, todas estas cosas son chiquilladas con un objetivo perfectamente logrado por parte de Shakira.

Quizás la parte más vulnerable y de muchas interpretaciones es cuando dice "las mujeres ya no lloran, sino facturan", por mi parte yo le hubiese sugerido que cambie esa expresión por "una mujer no llora, una mujer lucha y triunfa".



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA
<https://n9.cl/vw0f2>



Síguenos en:  

Otro producto:  Alimec.



McCormick®

*¡Qué
delicia!*



Francisco Jiménez presenta su libro "Guayaquil, un nuevo horizonte"

En el Museo Nahim Isaías, el actual ministro de Gobierno, Francisco Jiménez Sánchez, realizó el lanzamiento de su libro "Guayaquil, un nuevo horizonte"; en compañía de autoridades locales y nacionales, urbanistas, arquitectos, medios de comunicación, colegas, familiares y amigos.



Dr. Francisco Jiménez Sánchez, actual ministro de Gobierno.



Francisco Jiménez junto a su hermana, Nadia Liz Jiménez; su mamá Cecilia Sánchez y su esposa, Brigitte Andrade.



Antonio Regueiro, Nadia Liz Jiménez, Francisco Jiménez y María Mercedes Cuesta.



Elsy Jiménez Parra, Francisco Jiménez y José Jiménez Parra.



Antonio García, María Fernanda Ríos y Francisco Jiménez.

NORLOP CUMPLE 60 AÑOS INSPIRANDO CAMBIOS

NORLOP cumple 60 años de inspirar y alcanzar importantes logros, promoviendo el trabajo en equipo y aprovechando el potencial de cada uno de sus miembros para lograr resultados positivos. Actualmente es liderada por Francisco Solá, presidente ejecutivo y Ceci Solá, gerente general, quiénes mantienen a la agencia en constante evolución.



Karla Zambrano, gerente Mindshare Guayaquil; Cecilia Rosero, gerente Bonding; Francisco Solá, presidente ejecutivo Norlop y Ceci Solá, gerente general Norlop.



Samuel Reyes, procurador común del Consorcio Urvaseo.

RENDICIÓN DE CUENTAS DEL CONSORCIO URVASEO

En su segundo año de gestión, Urvaseo dio a conocer que la ciudad generó diariamente 3.786,53 toneladas de desechos, además, que cuentan con 2.759 colaboradores, siendo el 91.09% personal operativo el encargado de brindar atención las 24 horas del día, los 365 días del año.

MALL DEL SOL CULMINÓ SU CAMPAÑA NAVIDEÑA CON LA ENTREGA DE CUATRO CARROS 0 KMS

Para culminar la temporada navideña 2022 y el festejo de sus 25 años de trayectoria, el icónico centro comercial premió con 25 mil regalos instantáneos a quienes registraron sus facturas por consumos mayores a \$25, los mismos que entraron a participar en el sorteo final de cuatro automóviles, que se realizó el pasado 6 de enero.



Sofía Naranjo, gerente comercial de Mall del Sol junto a los cuatro ganadores de los autos Mazda CX-3 2023.

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

Encuétralo en los principales supermercados del país.