



Mamela

NEWS

Digital 

Edición No. 140 - Año 2

Michi Huet

Lista para triunfar en el certamen 'Universal Woman'



Revelaciones de

Michi Huet

Michi Huet, que gusto poder entrevistarte. Sé que retomas los reinados de belleza, pero esta vez con un enfoque muy lindo de empoderamiento a la mujer.

¡Qué gusto ser entrevistada por ti! Y bueno sí, estoy muy emocionada de poder participar en 'Universal Woman', un concurso de belleza muy especial porque está dirigido a mujeres emprendedoras y con capacidad de liderazgo.

Michi, pero tú ya estuviste en algunos certámenes de belleza.

Sí, participé en Miss Ecuador 2018. Yo era 'la desconocida del grupo', pero quedar como primera finalista -y con Virginia Limongi- me hizo sentir muy orgullosa. De ahí estuve en Miss International, un certamen que me encantó por la simplicidad de su organización.

¿Por qué cuando participaste en reina de Guayaquil no te sentías preparada?

Así es, no me sentía preparada. Yo modelo desde los 15 años y cuando terminé el colegio me dijeron para participar en reina de Guayaquil, yo acepté pensando que con saber modelar era suficiente, cuando en realidad en un reinado debes saber interactuar, tener mucho carisma, ser extrovertida y yo era todo lo contrario.

¿Qué te ayudó?

En el momento que acabó el certamen reina de Guayaquil, dije: 'Algo pasa aquí, no puedo seguir perdiendo muchas oportunidades por mi timidez e inseguridad' y es ahí cuando inicié todo un camino de crecimiento personal. Aprendí -en videos de YouTube- la importancia de marcar más contacto visual con las personas, de ser más expresiva y de sonreír.



También me gusta cómo has manejado tu emprendimiento, que de hecho, es uno de los motivos por los que vas a concursar en 'Universal Woman'.

Mis papás siempre trabajaron en relación de dependencia, por eso yo quería tener algo propio y manejar mis tiempos. Ya llevo 7 años con mi negocio Michi Huet, una marca de ropa deportiva muy linda para mujeres. Y te comparto este dato interesante: Ecuador es uno de los países de Latinoamérica con las tasas más altas de emprendimiento, el problema es que la mayoría de los emprendimientos se estancan a los tres años porque la gente no persiste y desconoce de muchos temas legales. Por eso, siempre aconsejo a los emprendedores que si quieren abrir su negocio -pensando en algo a largo plazo- deben tratarlo desde un inicio como una empresa.

Michi, ya para finalizar, cuéntame, ¿dónde y cuándo será el concurso?

Esta es la primera edición del concurso y se llevará a cabo en un crucero en Dubai este 3 de febrero. Lo chévere del certamen -aparte de manejar un proyecto social- es que el rango de edad de las participantes es de 25 a 45 años, pueden ser mujeres solteras, casadas, divorciadas, con o sin hijos, pero que tengan un emprendimiento y puedan liderar e inspirar a todos.

Gracias Michi. De seguro te veremos triunfando en todos los ámbitos que te propongas porque tienes toda la actitud de comerte al mundo.



**“SI QUIEREN
ABRIR UN
EMPRESARIO,
ACONSEJO QUE
DESDE UN INICIO LO
TRATEN COMO UNA
EMPRESA”**



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA
<https://n9.cl/5uzhd>



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 hipoalergénicas y probadas por dermatólogos. Certificado por la Skin Cancer Foundation.



Escanéa el código y conoce más:





Dr. Washington Alemán

Infectólogo



LO QUE DEBES SABER SOBRE LAS ENFERMEDADES TROPICALES

*El dengue, la chikungunya y el zika, son enfermedades transmitidas por el mismo mosquito *Aedes aegypti*, que forma parte de la familia arbovirus.*

Este insecto en particular tiene patitas blancas, utiliza como criaderos las aguas limpias estancadas, y en dos o tres días éstos se convierten en larvas, que crecerán después hasta ser zancudos adultos.

¿CÓMO PREVENIR EL DENGUE?

Para cortar esta cadena de vectores no hay que luchar contra el mosquito sino contra la larva. Hay que limpiar todo lo que genere agua estancada (recipientes, piscinas sin mantenimiento).

¿CUÁNDO EL DENGUE SE COMPLICA?

El dengue complicado, más conocido como hemorrágico, se genera cuando el paciente no fue tratado a tiempo, además, cuando se expone muy seguido al virus. Por ejemplo, si el año pasado tuvo dengue y este año se vuelve a infectar, es más propenso a presentar complicaciones.

Entre otros temas:

Para prevenir el virus del papiloma humano, el Ministerio de Salud Pública -en sus diferentes puntos- está vacunando a niñas de 9 años.

Además, en los hospitales municipales de Guayaquil, se realizan chequeos y pruebas gratuitas de papanicolaou a todas las usuarias que acuden por consulta.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/2gvju>



Contenido extraído del programa Qué Pasa con Mariela. Transmitido en Radio Fuego 106.5 FM y MarielaTV, de lunes a viernes de 10h00 a 13h00.

MÁS ALLÁ DE LAS URNAS



ESCÚCHALO Y MÍRALO POR

RADIO
FUEGO
106.5 FM
GUAYAQUIL

MARIELATV



María José Viteri

@dra.mariajoseviteri

El síndrome de ovario poliquístico afecta al 18% de las mujeres en el mundo.

¿Cómo influye la alimentación en el síndrome de ovario poliquístico?



El síndrome de ovario poliquístico (SOP) es una afección que se presenta generalmente con niveles elevados de hormonas (andrógenos) y alteraciones metabólicas que influyen en el peso.

Sus principales signos son:

- **Disfunción hormonal:** Usualmente hay un aumento de hormonas masculinas (andrógenos) que se muestran con exceso de vello en la cara y cuerpo.
- **Quistes en el ovario.**
- **Resistencia a la insulina.**

“AUNQUE LA CAUSA EXACTA DEL SÍNDROME DE OVARIO POLIQUÍSTICO ES DESCONOCIDA, LA MALA ALIMENTACIÓN SÍ ES UN FACTOR PREDOMINANTE YA QUE EL 80 % DE PERSONAS QUE TIENEN ESTE DIAGNÓSTICO PRESENTAN RESISTENCIA A LA INSULINA”.

¿Cómo revertir la resistencia a la insulina?

La resistencia a la insulina es la consecuencia del consumo excesivo de carbohidratos simples y azúcar. Por lo tanto, la primera recomendación es no despertar la insulina, sobre todo en las primeras horas del día.

Intenta que tu desayuno contenga:

- Fibra:** vegetales o jugo verde.
- Proteína:** huevos o batido proteico.
- Grasa:** aguacate, frutos secos, aceite de oliva extra virgen, tocino o jamón serrano.

Recuerda:

El carbohidrato simple lo puedes reemplazar por pan o galletas de harina de almendra o coco.

Por su alto contenido de lactosa (azúcar) evita el consumo de leche, ya sea descremada o light. En estos casos, el queso es una mejor opción porque contiene más concentración de grasa.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/iqa8o>



Contenido extraído del programa Qué Pasa con Mariela. Transmitido en Radio Fuego 106.5 FM y MarielaTV, de lunes a viernes de 10h00 a 13h00.

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



Modesto Chávez

@doctor_modesto



¡ESCANÉAME!

“SHAKIRA CON SU TEMA MUSICAL TERMINÓ ALIMENTANDO MÁS EL AMOR DE PIQUÉ Y CLARA”

Existen muchas Claras Chías en el mundo no porque quieran, sino porque atraviesan un cuadro conflictivo de baja autoestima. Generalmente este tipo de mujer busca vencer a la esposa para sentir reconocimiento. Lo curioso es que cuando logra el objetivo, (que el hombre lo deje todo por ella, tal como lo hizo Piqué), simplemente termina dejándolo.

“Los cachos es la consecuencia de que Piqué se sintiera muy seguro de Shakira. Por otro lado, esta chiquita (Clara) tiene actitudes de mujer sobrada y eso a Piqué lo seduce.”

El síndrome de Romeo y Julieta

Actualmente Clara y Piqué viven una luna de miel, de hecho, Shakira con su reciente tema musical termina alimentando más ese amor y esto se debe al síndrome de Romeo y Julieta, que significa que mientras más los juzguen por estar juntos, más se van a amar.

Yo a Shakira le hubiese aconsejado -desde la parte psicológica- que no sacara tan pronto un tema y que se muestre seductora e intrigante ante el mundo, para que Piqué, un tipo que tiene un perfil de hombre seductor, se pique. Lamentablemente, él ahorita la ve aún enamorada y dolida, lo que hace que su autoestima de hombre esté por los cielos.

Por otro lado, entiendo que la canción es como una especie de catarsis, pero no es la solución, es como estar en estado de embriaguez, es decir, la cantas y te empoderas, pero luego vuelves a sentir dolor.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/10mls>



Contenido extraído del programa Qué Pasa con Mariela. Transmitido en Radio Fuego 106.5 FM y MarielaTV, de lunes a viernes de 10h00 a 13h00.

La ciencia busca regenerar con proteínas la zona dañada por infartos cardiovasculares



Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en el mundo: se cobran 17,9 millones de vidas cada año.

Un grupo de investigadores de la Universidad de Sidney, en Australia, está desarrollando un método que consiste en una inyección de proteínas para revertir la pérdida de elasticidad del tejido cardíaco dañado tras un infarto. Por el momento se probó en ratones y funcionó bien.

Fuente: www.infobae.com



La botella de agua que vibra para recordar a los usuarios que deben hidratarse

Impactx, es la compañía de Israel que está desarrollando una botella de agua inteligente que se ilumina y vibra para recordar a los usuarios que se mantengan hidratados.

Se conecta a una aplicación, lo que permite a los usuarios crear objetivos de agua diarios personalizados, y la tapa mide la cantidad de agua que beben en un día.

Fuente: www.consuladodeisrael.com



PIGGIS®

Alimentos de confianza











www.embutidospiggy.com


Simplemente DELICIOSO
 PIGGIS

LO +

SONADO EN LA FARÁNDULA



Familia de la nueva esposa de Kanye West está 'feliz' con la boda

La familia de la esposa de Kanye West, Bianca Censori, respondió al diario australiano *Herald Sun* que todos están felices con la noticia de su matrimonio con el rapero, exesposo de Kim Kardashian.

La arquitecta de 27 años divide su tiempo entre Los Angeles y Melbourne, Australia, y es una mujer discreta y 'normal'.

Rebelde anuncia su RBD Tour 2023 y excluye a Ecuador de su lista



Tras quince años de espera, la agrupación mexicana RBD confirmó su gira de reencuentro *Soy Rebelde World Tour*, que recorrerá 26 ciudades de Estados Unidos, México y Brasil.

Un anuncio que cabe destacar rompió el corazón de más de uno de sus fanáticos ecuatorianos, quienes guardaban la esperanza de reencontrarse con los ídolos de su adolescencia. Sin embargo, nada está dicho, un mensaje publicado por Anahí deja a entrever que la agrupación anunciaría nuevas ciudades para su gira.



El libro del príncipe Harry, número 1 de ventas en todo el mundo

“En la sombra”, el libro de memorias del príncipe Harry de Inglaterra, ha alcanzado los 3,2 millones de ejemplares comprados en todo el mundo y es el más vendido también en España, donde se han editado cuatro ediciones.

Asimismo, la obra ha conseguido un récord *Guinness* por ser el libro de no ficción que más rápido se ha vendido de la historia, según la auditora Nielsen.

PROTECCIÓN ANTI VIRUS



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.

PRODUBANCO ABRE UN NUEVO BUSINESS CENTER

Produbanco, miembro del Grupo Financiero Internacional Promerica, abre las puertas de su segundo Business Center en Quito. De esta manera, pone a disposición de sus clientes y público en general un nuevo espacio de trabajo colaborativo con acceso a sus servicios financieros en un solo lugar.



Joaquín Jaramillo, coordinador Digital de Produbanco; María Isabel Román, vicepresidente de Segmento de Personas de Produbanco y Karla Cevallos, gerente de Segmento Digital de Produbanco.



Evelyn Bravo, jefe de Investigación y Desarrollo Miraflores, y Diana Jiménez, jefe de Marca Miraflores.

MIRAFLORES PRESENTA SU NUEVO QUESO PARMESANO

Miraflores amplía su portafolio de quesos con los nuevos Parmesanos Miraflores que cuentan con un práctico envase PET con tapa dispensadora que permite una adecuada dosificación. Adicionalmente, se desarrollaron mezclas de quesos únicas en el mercado.

TONICORP, TETRA PAK Y EL GAD MUNICIPAL DE SANTA CRUZ FIRMAN CONVENIO

Tonicorp®, una empresa de Arca Continental y The Coca-Cola Company y Tetra Pak® suscribieron un convenio de colaboración con el GAD Municipal de Santa Cruz con el propósito de crear iniciativas que apoyen la protección de las Islas Galápagos e impulsen el desarrollo de la economía circular.



Firma del Convenio de Colaboración para promover la protección de las Islas Galápagos.



NUEVO

QUESO PARMESANO

*¡Queso
quede rico!*



ENCUÉNTRALOS EN:



Síguenos en:  

www.miraflores.com.ec

Otro producto:  Alimec.