



Mi Vida

NEWS

Digital 

Edición No. 152 - Año 2

En exclusiva:

Úrsula
e Isaac

¡COMPLETAMENTE
ENAMORADOS!

De Frente
Por Mariela Viteri



Úrsula Strengé e Isaac Delgado

Qué gusto estar con una pareja tan querida y que por cierto, está por cumplir dos años de relación, ¡parece mentira!

U: Parece mentira, nadie creyó en esto.

¿Ustedes creyeron en la relación?

U: Yo empecé con la filosofía de 'un día a la vez' y que Dios decida hasta cuando podamos estar juntos.

I: Que sea lo que Dios quiera.

Úrsulita, como lo dijo Paco Cuesta, tú tienes la virtud de decir algo y que la gente te crea, y traigo esto a colación porque me imagino que Isaac te cree cuando le dices que lo amas.

I: Yo no me baso en las palabras sino en las acciones. Yo me baso en la dedicación y entrega.

Isaac, tú eres más de planificar y Úrsula de 'un día a la vez', pero después de dos años de relación ¿tienen ya la visión de irse a vivir juntos?

U: De continuar juntos sí, de continuar construyendo esta linda relación.

Pero irse a vivir juntos ¿o no te quieres ir de tu casa?

U: Lo que pasa es que la dinámica de mi vida es muy distinta a la de Isaac, yo tengo a mis hijas, mis padres viven a la vuelta de mi casa.



Fotografía: sm_roots

Tu mami (Irma) creería yo que está contenta.

U: Mi mami es fregada, pero muy respetuosa.

Isaac, ¿visitas a tu suegra?

U: Una vez la visitó él solo.

¿Cómo así la visitaste?

I: Me nació del corazón.

U: Fue sorpresa, habíamos tenido un pequeño desacuerdo y él aprovechó estratégicamente para visitar a mis papás mientras yo estaba en la playa. Fue un lindo gesto.

¿Y cómo te recibieron tus suegros?

I: Todo bien, conversamos y despejamos dudas. Ella expuso su posición y yo la mía.

¿Cuál fue la pregunta que más te llamó la atención?

I: ¿Cuáles son sus intenciones? Parafraseando un poco, no quiero ser infidente.

¿Irma te queremos! Ursulita, sé que tenías muchos pretendientes, ¿por qué escogiste a Isaac?

U: Vi en él cualidades que no vi en otras personas. Me gusta que es un hombre creyente, responsable, trabajador, sano y que prioriza a su familia.

¿Han pensado en algún momento en la subrogación de vientre, o sea en tener un hijo por vientre de alquiler?

U: Al inicio de la relación ese fue un tema que puse sobre la mesa porque realmente yo ya no iba a tener más hijos. En algún momento hablamos de adopción pero Isaac me dijo que no quería ser papá.

¿No te importa no tener hijos?

I: La verdad que no.

Gracias chicos por esta entrevista. Que Dios los bendiga y que siempre puedan estar juntos.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA
<https://n9.cl/sf7xl>



INVIERNO!!



Desinfectante Concentrado

con
REPELENCIA NATURAL

si huele a limpio... huele a

Kalipto®

Encuétralo en los principales supermercados del país.



Dr. Óscar Rosero

Endocrinólogo
@endocrinorosero



Mitos y verdades de nutrición

¿Cómo afectan las hormonas en el peso?

Si llevas nutricionalmente un buen estilo de vida, las hormonas van a estar de tu lado. Un ejemplo es la insulina, una hormona producida por el páncreas que se encarga de metabolizar los azúcares, sin embargo, cuando esta es sobre estimulada con exceso de *fake food* (comida procesada y cargada de azúcar), se convierte en nociva para el funcionamiento de tu cuerpo.

¿Consumir arroz y frijoles juntos es malo?

Nutricionalmente es inconcebible comer frijoles o lentejas sin un carbohidrato como el arroz. Estos alimentos al combinarlos cumplen el perfil de aminoácidos esenciales para la construcción de masa muscular, además, de generar saciedad.

Dieta mediterránea ¿funciona en los latinos?

Se dice que la mejor dieta es la mediterránea, pero vives a orillas del Pacífico. Con esto quiero decir que la mejor dieta para nosotros -los latinos- debe ser basada en lo que comían nuestros ancestros.

¿Sabías qué?

Naurú es la nación con mayor índice de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares en el mundo. Esta pequeña isla llegó a ser en los años 80 el país más rico del mundo por la exportación de fosfato. Esta riqueza hizo que sus nativos dejaran a un lado su alimentación ancestral (pescados, plátanos y frutas tropicales) y la reemplazaran con productos industrializados.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/abb60>

Contenido extraído del programa *Qué Pasa con Mariela*. Transmitido en Radio Fuego 106.5 FM y MarielaTV.

P

EL SABOR MAESTRO

McCormick®



Síguenos en:





Modesto Chávez

@doctor_modesto

¿Cómo vencer la envidia?

Todo el mundo en algún momento de su vida ha experimentado la envidia. El problema grave surge cuando esta se convierte en la emoción central que rige tu vida.

¿Existe la envidia buena?

La envidia sana existe. Se trata de reconocer que la tienes, pero no la sientes como una amenaza sino como un factor motivante para superarte. Mientras que la envidia destructiva hace que te centres en el malestar que te provoca no ser capaz de alcanzar el éxito del otro.

¿Por qué hay ciertos hijos más envidiosos?

Mientras más engrías y sobreprotejas a tu hijo, más envidioso 'negativo' se hará. Prácticamente es como criar a un hijo sin anticuerpos psíquicos porque cualquier problema lo tumbará.

¿Las redes sociales fomentan más la envidia?

Las redes sociales son como el photoshop de tu vida. Allí quieres demostrar y sobredimensionar lo que tienes como si se tratara de una competencia. Sin embargo, está comprobado que mientras más presumes –aquel éxito amoroso o profesional– más careces de eso.

¿Existen personas que buscan a propósito ser envidiadas?

Son personas con actitud arrogante en redes sociales que buscan precisamente que las envidien y maldigan para sentirse según ellas 'triunfadoras', cuando en realidad son personas muy débiles.

“No es fácil aceptar que tenemos envidia porque pensamos ‘erróneamente’ que es admitir que somos más débiles que el otro”.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/ox6ta>



Contenido extraído del programa Qué Pasa con Mariela. Transmitido en Radio Fuego 106. 5 FM y MarielaTV.



UN TOQUE
irresistible





Abg. César Coronel

@defensadeudoresec

¿CÓMO FINANCIAR EL REGRESO A CLASES SIN CAER EN DEUDAS?



1. *Proyecta el gasto anual de pensiones para evaluar si las finanzas permiten que tus hijos acudan al mismo centro educativo o es necesario realizar un cambio de institución.*

2. *Genera un fondo de ahorro mensual que se complemente con el decimocuarto sueldo, y como última opción accede al crédito que brinde menor número de cuotas y bajo interés. Evita avances en efectivo o créditos informales.*

3. *Visita varios locales y compara precios para comprar artículos que se ajusten al presupuesto. Para esto es importante que hagas las compras con tiempo para acceder a mejores precios (descuentos u ofertas de temporada).*

4. *Reutiliza libros, útiles escolares y uniformes que estén en buen estado, ya sea para el propio estudiante o para que puedan ser intercambiados o vendidos. Aprovecha las redes sociales para intercambiar o vender. Además, para ahorrar dinero, es necesario realices un mantenimiento preventivo a dispositivos tecnológicos y accesorios. Esto es menos costoso que tener que repararlos en el futuro.*

Recuerda:

En caso de ya tener problemas de endeudamiento, te aconsejo buscar alternativas legales para salir de las deudas como la que establece la Ley Orgánica de Apoyo Humanitario. Esta normativa permite, hasta junio de este año, acceder a una mediación con todos los acreedores para llegar a un acuerdo de pago comprendiendo la nueva situación del deudor y ofreciendo ventajas para el mismo.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/89elc>



Novedosa tecnología israelí para detectar y tratar el cáncer de cuello uterino



MobileODT es una empresa israelí que creó un programa para detectar y combatir el cáncer de cuello uterino, usando un colposcopio digital EVAPro y un ThermoGlide para el tratamiento de lesiones precancerosas.

Esta novedosa tecnología reduce los costos médicos al permitir el diagnóstico y tratamiento en una sola visita. Recordemos que el cáncer de cuello uterino es la cuarta causa de muerte por cáncer en mujeres.

Fuente: www.consuladodeisrael.com



Primer trasplante pulmonar robótico sin abrir el tórax

El Hospital Vall d'Hebron, en Barcelona, llevó a cabo con éxito el primer trasplante pulmonar con cirugía completamente robótica a través de una nueva vía, una pequeña incisión debajo del esternón por la que se retira el pulmón enfermo y se introduce el nuevo, sin necesidad de romper el tórax.

Fuente: www.expreso.com

TODOS LOS VIERNES

20H00

Cocinemos con

Mariela

 **CANAL YOUTUBE**
MARIELATV



@marielaviteri
@fmradiofuego
@revistamariela



/MarielaViteri
/Fuego 106.5 FM



@marielaviteri
@fuego106.5
@revistamariela



SEMÁFORO DE MODA DE LOS LATIN AMERICAN MUSIC AWARDS 2023

Los expertos en moda, **Nino Touma** y
Álex Franco califican los looks:



Emilia

“Es una propuesta diferente. Un vestido que simula estar drapeado de forma húmeda y que permite resaltar toda su silueta”, Álex Franco.



Danna Paola

“El look de Danna Paola está muy en tendencia. De hecho, se viene con fuerza reciclar piezas denim y fusionarlas con otros textiles”, Álex Franco.



Lele Pons

“Este estilo futurista se impone muchísimo, se la ve regia, lo único que me choca es que su maquillaje luce muy caribeño para su look”, Nino Touma.



Natti Natasha

“No me gusta para nada. Con este look parece que se fuera a comer cangrejo”, Nino Touma.



Becky G

“Espectacular. Me encanta cuando los vestidos son intervenidos a mano con pedrerías y tejidos, es algo fascinante. Lo único que me molesta un poco es que sea corto, pero esta alfombra sí se lo permitía”, Nino Touma.

LO SONADO EN LA FARÁNDULA

**Emma Watson
sorprende al declarar
sin tapujos sobre su
particular vida sexual**



La reconocida actriz quien ha sido descrita por muchos como una mujer dulce e inocente, rompió con los estereotipos al hablar – en una entrevista para Vogue- sobre su pasión por el sadomasoquismo, las fantasías sexuales y la sumisión total en el sexo.



**¡Los visitó la cigüeña!
Christian Nodal y Cazzu
esperan su primer hijo**

Tras los rumores de embarazo desde febrero, Christian Nodal -ex de Belinda- y su novia Cazzu acaban de confirmar que se convertirán en padres. La cantante argentina hizo el emocionante anuncio oficial en el escenario durante su último concierto, cuando decidió revelar su panza en el Nena Trampa Tour en Argentina.



**El mundo del K-Pop
está de luto tras la
muerte de la estrella
musical Moonbin**

El miembro del grupo Astro, de solo 25 años, fue encontrado sin vida en su departamento en Seúl, la capital de Corea del Sur. "Parece haberse quitado la vida, pero se está revisando una autopsia para determinar la causa exacta de la muerte", dijo la policía.

POR SU CUARTO ANIVERSARIO, MERCADO DEL RÍO INAUGURARÁ HUECA FEST

En homenaje a su cuarto aniversario, Mercado del Río inaugurará su Hueca Fest, concurso culinario que premia al restaurante más destacado del espacio gastronómico. Desde el 19 de abril hasta el 03 de mayo sus 18 locales participarán por ser la mejor hueca gastronómica 2023.



Restauranteros junto a Jamil Faour, juez en Hueca Fest; Nicolás Romero, fundador de Mercado del Río y Alberta Vallarino, juez en Hueca Fest.



Remigio Moscoso, gerente nacional administrativo de Banco del Austro; Francisco Aguirre, CEO de Sicma Ecuador; Guillermo Talbot, gerente general de Banco del Austro y Clemente Tamariz, gerente casa matriz y regional en Banco del Austro.

BANCO DEL AUSTRO OBTIENE LA CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL CARBONO NEUTRO

Conscientes de la situación climática del planeta, Banco del Austro marca un hito en la banca ecuatoriana al obtener la Certificación Internacional de Carbono Neutro con la verificadora VERSA y la asesoría técnica de la consultora ambiental SICMA Ecuador.

NORLOP RECIBE RECONOCIMIENTO POR SU TRAYECTORIA Y APOYO A LA FORMACIÓN DE NUEVOS PROFESIONALES

Norlop recibió un reconocimiento por parte de la Universidad Casa Grande por sus 60 años de trayectoria en el campo de la publicidad, resaltando su importante apoyo para la formación de nuevos profesionales.



Francisco Solá, presidente ejecutivo de agencia Norlop; Ernesto Noboa, rector de la Universidad Casa Grande y Jimena Babra Gilbert, cancellor de la Universidad Casa Grande.



Miraflores

TRADICIÓN DESDE 1947

REGRESO A CLASES

