

Modela

NEWS

Digital

Edición No. 177 - Año 4

Marcia
TOPIC

MISS UNIVERSE ECUADOR

"ESTOY SATISFECHA; DI TODO DE MÍ"

REVELACIONES DE Mara TOPIC MISS UNIVERSE

Qué gusto tener a Mara Topic, nuestra representante en Miss Universe. Creo que no ha habido una personalidad tan desbordante como la tuya. Por eso quiero saber, ¿por qué razón no ganaste el concurso?

No sé, pero puedo decirte que en mi corazón y en el de muchos ecuatorianos, yo gané. Al final, no necesitas la corona para ser una ganadora. Cuando tocas vidas e inspiras, ya has ganado.

Eso es muy lindo, incluso llegaste a rezar con las chaperonas. Es cierto que, cuando no entraste al top 12, te daba pena decirlo en camerino porque la mayoría te veía como ganadora.

Sí, muchos me decían: "Hoy cambiará la vida de alguien, y ojalá seas tú". Cuando no entré al top 12 fue muy cómico, porque llegué al camerino y las chaperonas me rodearon y me dijeron: "Vamos a cambiarte al traje de gala". Yo les respondí que no había pasado, ellas no lo podían creer.



"ME ENCANTARÍA QUE ME CONTRATARAN EN TELEMUNDO."

Fotografía: @yoseoy_hose - Styling: @diegoadoy - Maquillaje: @aymirios - Cabello: @milagrosingan_hair - Vestido: @felizuzategui - Producción: @dh_agency_pe

"NO NECESITAS UNA CORONA PARA SER GANADORA. CUANDO TOCAS VIDAS E INSPIRAS A OTROS, YA HAS TRIUNFADO".

Mara, fuiste una increíble candidata. Finalmente, esa noche fue mágica.

La preliminar estuvo llena de emociones, pero la noche final la dejé en manos de Dios. Eso es lo que más me llena de satisfacción: saber que puse todo en manos de Él, y que lo que sucediera ya no estaba bajo mi control. Por eso me voy satisfecha, porque no hay duda de que lo di todo.

¿Qué se siente ahora ser tan famosa?

Imagínate que un día fuimos a un centro comercial, y mi equipo y los guardias tuvieron que formar un círculo de seguridad para sacarme de ahí. Y la verdad es que lo que más me gusta es tomarme fotos con la gente, puedo quedarme horas haciéndolo... De hecho, cuando era niña y veía a una celebridad que admiraba, pensaba que si me prestaba atención por dos segundos, sería como si Dios me estuviera hablando.

Nosotros decimos que tú eres la Miss Universe por tu personalidad tan arrasadora. Gracias, Mara.



Producción: @josephmandlaa - Maquillaje: @claris_beautystyle - Cabello: @anthonymakeup - Vestido: @vinatageatelier_moda



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA
<https://n9.cl/trm2ri>



¿LOS ORGASMOS TE SUBEN LAS DEFENSAS?



Por supuesto que sí, las personas que llegan al orgasmo tienen mayores niveles de leucocitos, los glóbulos blancos que ayudan a proteger el cuerpo de enfermedades.

Los orgasmos también se asocian a la longevidad. Cuando se alcanza un orgasmo también se libera DHEA, una hormona natural anti envejecimiento que no solo ayuda con la apariencia de la piel y su rejuvenecimiento, sino que también aporta beneficios a la salud cerebral y al sistema inmune.



Dr. César Merino
@doctorcesarmerino



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/uzux9t>



Dr. Edgar Lama
@dredgarlama

¿CUÁL ES LA PRINCIPAL CAUSA DE MICROINFARTOS EN JOVENES?

La cocaína es una de las principales causas de microinfartos en jóvenes, ya que provoca vasoconstricción periférica. Al inhalarla, se genera un estado de euforia similar al de los estimulantes, como las anfetaminas. Este efecto puede dañar los vasos sanguíneos pequeños, especialmente en personas con patologías subyacentes, como trastornos autoinmunes, lo que aumenta su riesgo.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/q3n30>



Dr. Kléber Ollague
@drkleberollague

¿LA VACUNA CONTRA EL SARAMPIÓN CAUSA AUTISMO?



Completamente descartado. Si fuera cierto, todos seríamos autistas, ya que todos fuimos vacunados. Es importante investigar adecuadamente la información que circula. La vacunación contra el sarampión, la poliomielitis y otras enfermedades como la rubéola debe ser obligatoria para todos los niños, ya que estas enfermedades siguen siendo una amenaza.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/lw88s>



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

Si huele a limpio... huele a:

Kalipto®

Nueva Fragancia



24
Horas
de fragancia



TIPOS DE INFIDELIDAD: ALGUNOS NO LO PARECEN, PERO LO SON



Martha Martínez
@marthamartinezhidalgo



Existen diferentes conceptos de infidelidad entre las personas. Para algunos, se da únicamente cuando hay una relación sexual; para otros, ocurre cuando sientes atracción por otra persona, incluso si no llegas a actuar sobre ello.

El concepto más claro de fidelidad es cuando tienes un sentimiento exclusivo por la persona que está a tu lado. Es importante destacar que esto no es lo mismo que lealtad. La lealtad se refiere a no hablar mal de tu pareja ni hacerla quedar mal frente a otros. De hecho, hay personas que, además de ser infieles, también son desleales.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/9tivx>



Modesto Chávez
@doctor_modesto

¿REALMENTE PIQUÉ TRAUMÓ A SHAKIRA?

Cuando planificas tener una familia, como lo hizo Shakira con Piqué, y de repente esa persona te deja, es comprensible que esto te impacte profundamente y, en cierto modo, te traume. De hecho, en este momento de su vida, es bastante probable que Shakira no sepa qué rumbo tomar. Es por eso que se puede entender que las canciones le sirvan como una forma de terapia para procesar lo que está viviendo. En situaciones como estas, muchas personas experimentan la misma confusión y desorientación.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/8v9iwp>



Dra. Julieta Sagnay

¿CÓMO EVITAR SER VÍCTIMA DE UN ACOSADOR SEXUAL?



Aprende a decir "NO" y a establecer límites claros. No permitas el acercamiento físico que no deseas, ni situaciones que te hagan sentir incómoda. Si alguien te arrinconan o busca contacto físico deliberado, recházalo sin dudar. No tengas miedo de poner tu bienestar primero, no te sientas culpable por no complacer a los demás.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/e0ngq>





Paola Sánchez
@nutricionistapaolasanchez

Si comes estos alimentos no tendrás que suplementarte

Desayuno: Consume avena con yogurt, ya que la avena es rica en complejo B y el yogurt en calcio. Acompáñalo con frutos rojos, que son una excelente fuente de resveratrol, y semillas como chía o linaza, que aportan Omega 3. Además, incluye unos huevos revueltos, que son ricos en colina.

Almuerzo: Disfruta de un bistec de hígado, que es una excelente fuente de hierro y coenzima Q10. Los pimientos, ricos en vitamina C, puedes acompañarlo junto con una ensalada fresca que incluya tomate, fuente de licopeno, lechuga y aguacate, ricos en ácido fólico. Como fuente de carbohidratos, incluye quinoa, que es rica en complejo B y fibra.

Cena: Opta por pescado, una excelente fuente de Omega 3 junto a una ensalada fresca de pepino, perejil, apio y aceitunas. Acompáñalo con una fuente de carbohidratos como papa con cáscara, para conservar su fibra.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/7z5p7v>



Sussy Corral
@nutricionistasussycorral

¡QUÉ COMER Y QUÉ EVITAR SI TIENES PSORIASIS!

Los pacientes con psoriasis deben seguir una dieta mediterránea rica en Omega 3, con al menos cuatro porciones de pescado azul a la semana. Es importante evitar las carnes rojas y los lácteos, ya que contienen un ácido llamado araquidónico, que puede generar radicales libres y aumentar la inflamación. Además, el gluten es otro factor a considerar; estudios han demostrado que reducir el consumo de alimentos ricos en gluten, como trigo, cebada, centeno y avena, puede ayudar a controlar los síntomas de la psoriasis.



MIRA LA ENTREVISTA COMPLETA EN:
<https://n9.cl/q97uz4>



¡Radio Fuego festejó por todo lo alto sus 29 años en Guayaquil!

Radio Fuego celebró sus 29 años con una fiesta exclusiva para clientes, ejecutivos de agencias publicitarias y colaboradores.



Sebastián Avilés, Henry Lottito, Carla Maridueña, Cristina Saltos y Giselle Bueno.



Diego Terán, Henry Rodríguez, Betsabeth Troncoso y Carolina Loor.



Valeria Burgos, Miguel Rodríguez, Patricio Drouet y Héctor Galarza.



Fátima Testa, propietaria de Tulita Express; Mariela Viteri y Andrea Arce, propietaria del restaurante Central 593.

LOS ASISTENTES DISFRUTARON DEL REPERTORIO MUSICAL DE ROY MARURI, ACOMPAÑADOS DE UN SERVICIO DE PRIMER NIVEL DEL RESTAURANTE CENTRAL 593.



Vicente Cáceres, Pamela Roja de Cáceres, Jean Carlos Juca y Nicolle Cassanello.



Carolina Restrepo, Paola Macías, Rossana Molina y Adrián Vásquez.



Carlos Vásquez y Andrea Vásquez.



Alana Gutiérrez, Luis Fajardo, Kevin Moreno y Carolina Barrera.

Los irresistibles dulces de Tulita Express no pudieron faltar. Y, para brindar por tantos años de éxitos, las bebidas de Unión Vinícola hicieron de esta celebración un momento inolvidable.



Eduardo Rivera, Adrián Moscoso y Andrés García.



Grupo Mindshare.



David Licoa, Érika Sánchez y Tatiana Mendoza.



Kenia Jurado, Mirka Rodríguez, Wendy Toala y Jesús Coello.



La fórmula del toque especial,
EN UN SOLO PRODUCTO



Síguenos en:



Otro producto:  Alimec.

¡Así vivimos la celebración de los 29 años de Radio Fuego en Quito!

En el espectacular Retro Bar Quito, clientes, ejecutivos de agencias publicitarias y colaboradores disfrutaron de una noche exclusiva llena de música, premios y sorpresas.



Sandra Arias, Mariela Viteri y María Sol Alarcón.



Mariela Viteri y Tania Chiriboga.



Equipo Mindshare.



Diego Menéndez, Evelyn Bravo y Nicole Castro.



Mauricio Varela, John Orellana, Andrea Muñoz, Marlon Bermeo, Catalina Lescano, Isaac Espín, Josselyn Romero, Eduardo Tapia y Emily Osorio.



Roberto Miranda, Lorena Guerra, Ronald Armas, Nayla Montoya, María Sol Alarcón, Mariela Viteri, Fabián Sierra y Sandra Arias.



El talentoso Daniel Páez fue el encargado de deleitar al público con su impresionante voz y energía.



Catalina Lescano, Juan Diego Cruz y Gaby Espinosa.



Gaby Orbe, Andrea Velásquez y Adolfo Guevara.



Lourdes Pozo, Mariela Viteri, Susy Ayala y Valeria Criollo.



Paúl Alomoto y María Sol Alarcón.



Madelaine Avilés, Mariela Viteri, Joyce Estrella, Nicole Bracero, Paúl Alomoto y Danilo Sánchez.

Los exquisitos bocaditos de Made by Tita y las bebidas de Unión Vinícola brindaron el toque perfecto para celebrar estos años de éxito. ¡Gracias a todos por ser parte de esta noche inolvidable!



Equipo OMD y PHD.



Equipo IPG.



Equipo UM.



Christopher López, ganador del premio otorgado por Metropolitan Touring, María Sol Alarcón, Sandra Arias y Roberto Miranda.

LO
+

SONADO EN LA FARÁNDULA

**Adele se despide
entre lágrimas de los
escenarios**



Adele ofreció su último concierto en Las Vegas, celebrando su fin de semana número 50 y su show número 100. La cantante británica anunció que tomará un largo descanso, y expresó: "Estoy triste de que esta residencia haya terminado, pero también muy feliz de que haya sucedido. Os voy a echar mucho de menos".



**Silvia Pinal: la fortuna
que deja la última diva
del cine mexicano**

Silvia Pinal falleció el 28 de noviembre de neumonía, dejando atrás una exitosa carrera que abarcó desde el Cine de Oro Mexicano hasta la actualidad. Su fortuna, estimada en casi 50 millones de dólares, será heredada por sus tres hijos: Sylvia Pasquel, Alejandra y Luis Enrique Guzmán, así como sus nietas y bisnietas, quienes también forman parte de su testamento.



**Beyoncé, la artista más
influyente y exitosa del
siglo XXI**

Billboard ha nombrado a Beyoncé como la mayor estrella del pop del siglo XXI, tras una espera que mantuvo a los fanáticos expectantes durante meses. La cantante de 42 años, exintegrante de Destiny's Child, ocupa el primer lugar de la lista, superando a Taylor Swift y Rihanna, quienes quedaron en el segundo y tercer puesto, respectivamente.

P

Milano®
 ENDULZA
 TU NAVIDAD



www.alimec.com.ec