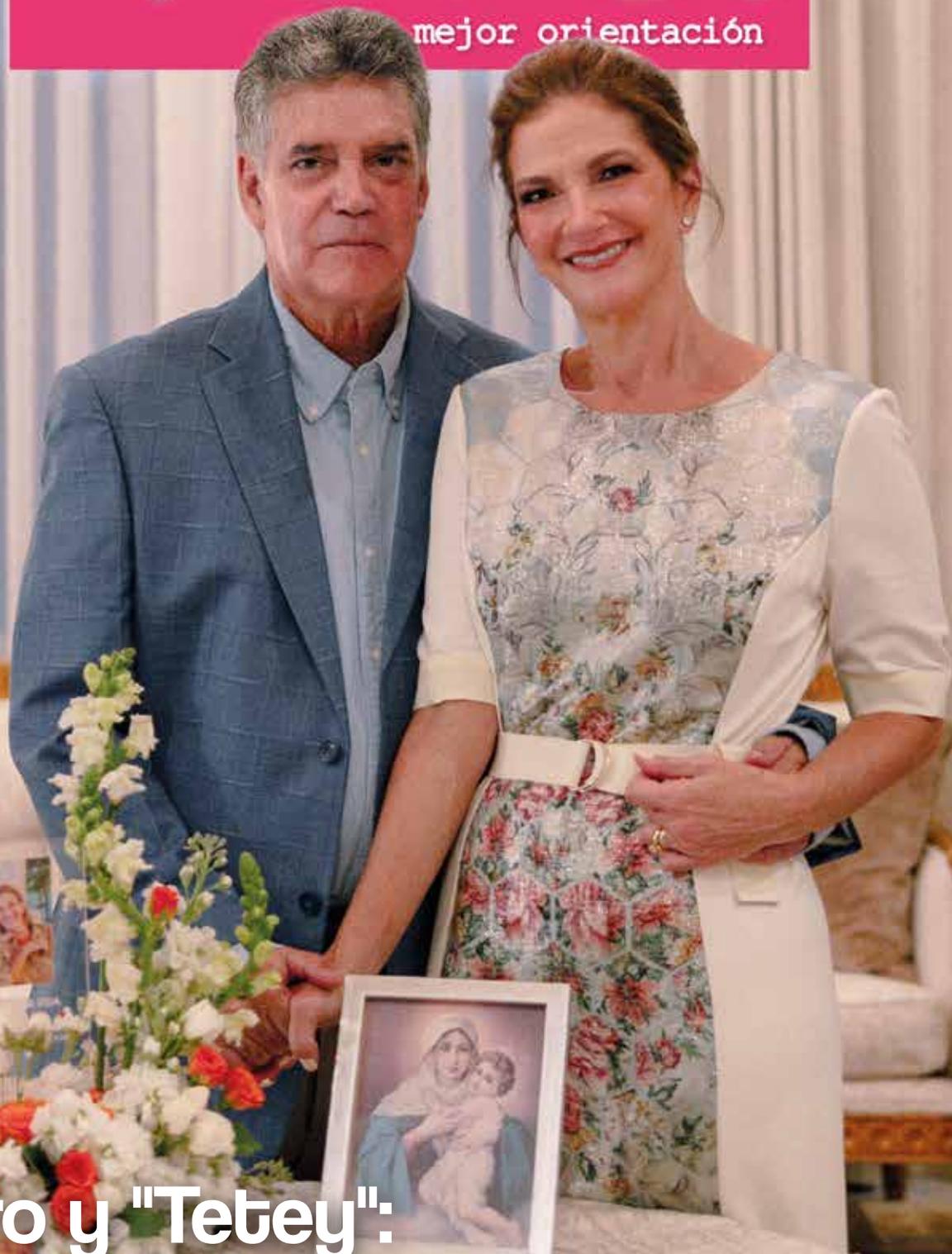


Vive!

mejor orientación



Álvaro y "Tetey":
en el amor no hay casualidades

Detox Financiero

para tus hijos



Prepara a los más pequeños para una vida financiera responsable.



1. Fomenta la responsabilidad: Enséñales a cumplir acuerdos y devolver lo prestado.



2. Da el ejemplo: Muéstrales cómo gestionas tus finanzas y háblales de tus decisiones.



3. Explícales qué es el crédito: Enséñales la importancia de pagar a tiempo y usa ejemplos prácticos.



4. Involúcralos en el presupuesto: Indícales cómo planificar gastos y ahorrar.



5. Promueve el ahorro: Anímalos a ahorrar y a diferenciar entre necesidades y deseos.



Aprende más de planificación financiera uniéndote a la comunidad Aula BB.

Regístrate y descarga GRATIS nuestro e-book aquí.



No. 248 **Contenido**



8

EN PAREJA

¿El celular puede o no afectar tu relación?



16

MI HISTORIA

Álvaro y "Tetey": en el amor no hay casualidades



ORIENTACIÓN

Cosmeticorexia, obsesión por el cuidado de la piel

12

5 DE TODO UN POCO

8 JÓVENES

Juventud y sus actuales desafíos

10 EN FAMILIA

Enseñemos a amarnos desde la infancia

14 YO OPINO

La relación entre mi cuerpo y yo

30 EVENTOS



SALUD

¿Necesitas una desparasitación? Signos que no debes ignorar

26



NUTRICIÓN

Trastorno de alimentación restrictivo o selectivo en niños

28

La responsabilidad

Mucho se habla y escribe sobre la responsabilidad social corporativa. Es plausible y de destacar como empresas invierten por convicción y no por obligación en este rubro.

Hoy que vivimos en una sociedad del momento, en que todo es rápido y que me invita a sólo pensar en mí y en cómo ser mejor persona o profesional, me pregunto: ¿qué hago yo para ser socialmente responsable?

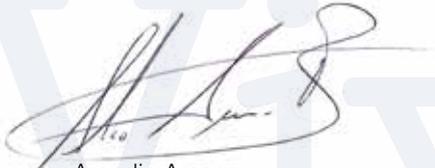
Las virtudes y valores están fuera de moda, ser cortés, ser amable, abrir la puerta a las mujeres o ancianos, ceder el paso a los peatones en la línea cebrada, no arrojar basura a la calle, recoger la comida en los patios de comida, no desperdiciar agua o energía eléctrica, etc., son algunas de las cosas que no practicamos. Estas sencillas cosas son las que nos hacen ser socialmente responsables. Contagiemos a nuestros familiares, vecinos y amigos con estas acciones.

No es necesario solamente ir a salvar la Amazonía, ni las ballenas o tortugas, también hacemos la diferencia respetando a nuestros vecinos, al medio ambiente y así también el aprender a vivir en armonía.

En esta edición compartimos una historia que nos debe hacer reflexionar sobre las segundas oportunidades que nos entrega la vida y cómo debemos aprender a detectarlas. El testimonio de una pareja de viudos que decidieron formar un matrimonio de "4 personas" como lo expresan ellos y seguir acompañados en esta segunda mitad de sus vidas.

"El ambiente humano y el ambiente natural se degradan juntos, y no podremos afrontar adecuadamente la degradación ambiental si no prestamos atención a causas que tienen que ver con la degradación humana y social";

Papa Francisco.


Arcadio Arosemena
aarsemena@revistavive.com

Director
Arcadio Arosemena Robles

Editor
Ángel Ayala

Colaboradores
Carol Obando
Fernando Poveda
Paulina Gaibor Espinosa
María Helena Manrique De Lecaro
María del Carmen Rodrigo
Melissa Coto

Directora de arte
Viviana Placencio

Fotografía
Julio Navas

Gerente comercial
Carol Abeiga de Arosemena
publicidad@revistavive.com

Asesor comercial
José Luis González

Compañía VIVIR S.A. VIVREV
Nicolás González 501 y 6 de marzo
editorial@revistavive.com

15.000 lectores

Impresión
CODGRAF

Papa Francisco: Vivir los frutos del Espíritu Santo nos ayuda a difundir la santidad

El Papa Francisco dijo que quien vive con alegría su unción en el sacramento de la confirmación no puede dejar de difundir el aroma de la santidad en la Iglesia y en el mundo.



“Sabemos que, lamentablemente, a veces los cristianos no difunden el perfume de Cristo, sino el mal olor del propio pecado”, advirtió también el Papa durante la audiencia general del 21 de agosto, añadiendo que “el pecado nos convierte en mal aceite”.

Al final del encuentro, antes de rezar el Padrenuestro y dar la bendición, el Pontífice recordó algunos países y territorios en guerra, entre ellos Ucrania, Myanmar, Sudán del Sur y la provincia de Kivu del Norte de la República Democrática del Congo. “Oremos por la paz”, dijo, “y no olvidemos a Palestina y a Israel, para que haya paz allí”.

■ CNA

Nuevo estudio destaca que la mayoría de los migrantes en el mundo son cristianos

Un nuevo análisis del Pew Research Center ha revelado que casi la mitad de los 280 millones de personas que se calcula viven fuera de su país de nacimiento son cristianas, y que una parte considerable de ellas son inmigrantes en Estados Unidos, procedentes de México y Filipinas.



Según el estudio se calcula que en 2020 —último año del que se dispone de cifras— los cristianos constituían el 47% de todas las personas que viven fuera de su país de nacimiento, mientras que los musulmanes representarán el 29%, seguidos de los no afiliados a ninguna religión (13%), los hindúes (5%), los budistas (4%) y los judíos (1%).

En las tres últimas décadas, el número total de personas que viven como migrantes internacionales ha aumentado un 83%, por encima del crecimiento de la población mundial, que ha sido del 47%, según Pew.

Un gran porcentaje de los migrantes cristianos del mundo —el 27%, o 35,4 millones— vive en Estados Unidos. Seguido de Alemania y Rusia, como los dos destinos más comunes.

■ aciprensa.

Lanzamiento de la red de jóvenes promotores comunicacionales para la paz

El proyecto Diálogo para la Paz, implementado por la Cooperación Alemana GIZ con el cofinanciamiento de la Unión Europea y el Ministerio de Cooperación Económica y Desarrollo (BMZ) de Alemania, realizó el lanzamiento de la Red de Jóvenes Promotores Comunicacionales para la Paz. Este evento, que se desarrolló durante cuatro días, reunió a 20 jóvenes líderes y lideresas de las organizaciones de base de la Confederación Nacional de Organizaciones Campesinas, Indígenas y Negras (FENOCIN).



La iniciativa, destinada a fortalecer las capacidades comunicacionales de los jóvenes, se centró en brindar herramientas y conocimientos (ADN de marca, redes sociales, fotografía, creación de contenido, etc.) que permitan a los participantes convertirse en agentes de cambio y promotores de paz en sus comunidades.

■ UE

Muestra de fe que conmovió en los Juegos Olímpicos

Los ojos de todo el mundo se pusieron en los Juegos Olímpicos de París 2024. Atletas de 204 países, profesionales de 40 deportes distintos, fueron a Francia para perseguir el sueño olímpico. Entre ellos, 28 comparten la fe cristiana. Estos deportistas de fe cristiana tuvieron muestras de fe dentro y fuera de sus competencias, ya sea haciendo una señal, dando una declaración en sus entrevistas o compartiendo una reflexión en sus redes sociales.



Citamos por ejemplo a Novak Djokovic, quien ganó el oro olímpico tras competir contra Carlos Alcaraz, jugador español de 21 años, quien se perfilaba como el favorito para el título. Al finalizar el partido, Djokovic rompió en llanto y cayó de rodillas para, después, hacer la señal de la cruz.

■ Aleteia.

Los jóvenes deben lidiar con importantes pruebas y muchas de ellas los conducen a la ansiedad, depresión, falta de autoestima y más.

JUVENTUD Y SUS ACTUALES DESAFÍOS



La juventud una de las más anheladas etapas donde la energía y los sueños parecen sentirse más intensamente. No cabe duda de que es un momento de la vida que marca muchos aspectos para el futuro de cada uno, y aunque hay muchas ventajas en la juventud también existen muchos factores que pueden dejar vulnerables a los jóvenes.

Actualmente los jóvenes enfrentan un sin número de desafíos, por ejemplo; están más expuestos y reciben mayor presión de las redes sociales donde parece que la autoimagen es lo único valioso y esta presión conlleva a tanto estrés que puede tener consecuencias

LA PRESIÓN DE LAS REDES SOCIALES AFECTA LA AUTOESTIMA Y GENERA ANSIEDAD EN JÓVENES.

muy nocivas. Esta constante exposición y necesidad de pertenecer puede llevar a problemas de ansiedad, depresión, afectación de la autoestima, etc.

Los estereotipos abundan y crecen con rapidez creando un mundo mágico y poco probable de alcanzar. Esto hace que las personas dejen de habitar su presente, dejen de disfrutar de los momentos simples de la vida y terminen agotados por la presión y con la sensación de no ser suficientes.

Otro de los retos que enfrenta la juventud es la presión por alcanzar las metas. Aspectos como la pareja un buen ingreso, un buen estatus llevan a los jóvenes a com-

pararse con los demás y sentir impotencia. Pareciera que la vida se convierte en una carrera donde todos van tarde a todas partes.

Desafíos y la salud mental

Aunque son muchos los desafíos también hay que destacar que la juventud de hoy es resiliente y con una excelente capacidad de adaptación ya que han tenido que atravesar por momentos muy complejos, en edades muy tempranas. También muestran brillantez y muchas ganas de ser personas independientes creando así un mundo lleno de emprendimiento y oportunidades.

¿Debido a lo anterior es muy importante hacer una pausa y detenerse a examinar qué cosas estoy haciendo diariamente que en lugar

de sumarme me afectan? ¿Estoy cuidando de mí? ¿Mis conductas están apuntando hacia mis metas o hacia las expectativas de los demás? Hacerse esas preguntas hace que la mirada se vuelque hacia el interior y puede servir como referencia para iniciar con un buen plan de acción. Un plan que empiece con pasos muy pequeños de esta forma se evita la frustración.

Aunque actualmente la salud mental es un tema del que se habla con menos tabúes, son cada vez más los casos de afectaciones a nivel emocional y mental. La juventud está forjando una etapa muy importante para ir delineando su identidad. Así que aprender a gestionar las emociones, encontrar un equilibrio entre lo que se hace y los

LA SALUD MENTAL ES VITAL; GESTIONAR EMOCIONES Y EQUILIBRAR ACTIVIDADES PROTEGE EL BIENESTAR.

espacios de esparcimiento, descanso, reflexión, deporte y redes de apoyo, son algunos factores de protección para la vida tanto de jóvenes como para todas las edades.

Aunque los jóvenes de hoy enfrentan numerosos desafíos, también están aprendiendo y enseñando nuevas maneras de enfrentarlos. Demostrando que esta es una etapa hermosa llena de transformación, crecimiento y proyección. 



 **angloecuatoriana**
DE GUAYAQUIL C.A.

líderes en frío

- Aire Acondicionado • Refrigeración
- Ventilación • Equipos y Repuestos

GUAYAQUIL QUITO MANTA

ALTA EFICIENCIA

AHORRO DE ENERGÍA

INVERTER

SEER 14

SEER 16

SEER 18

ALMACÉN SAMBORONDÓN

Centro Comercial BuenaVista Plaza • Edif. 4 planta baja local # 1-4
Telf. 3901117 - 3901107 • Email: sambo@angloecuatoriana.com

ALMACÉN NORTE GUAYAQUIL

Cdla. La Garzota - Av. Isidro Ayora y Calle 15 E (esq.) • Telfs.: 2655641
2656586 - 2655973 • E-mail: norte@angloecuatoriana.com

ALMACÉN CENTRO GUAYAQUIL

Pedro Pablo Gómez 514 entre Quito y Machala
Cel.: 099 960 5001 • Email: ppg@angloecuatoriana.com

ALMACÉN SUR GUAYAQUIL

Chimborazo y Argentina (esq.) • Cel.: 099 221 9240
E-mail: serviciocliente@angloecuatoriana.com

www.angloecuatoriana.com

ACEPTAMOS TODAS LAS TARJETAS DE CRÉDITO



CENTRALES DE AIRE ACONDICIONADO [®]



AHRI CERTIFIED™
www.ahridirectory.org



NUEVOS

Una de las formas en que los teléfonos pueden afectar las relaciones es fomentando una sensación de desconexión.



¿El celular puede o AFECTAR TU RELACIÓN?

Las pantallas y el uso del celular, definitivamente, han cambiado nuestros hábitos y formas de relacionarnos. Hoy se trae a debate el uso del móvil por parte de niños en los colegios. Así, es lógico que surja la duda: ¿el uso del celular puede perjudicar tu relación de pareja? ¿O piensas que podría ayudar? ¿O es indiferente? ¿Cuáles son los peligros? ¿Cuáles las oportunidades?

El uso del celular ¿qué puede suponer para tu relación?

Ten muy presente lo siguiente:

Quando están lejos

Quizás, puedes pensar que el móvil nunca ha sido necesario para

mantener relaciones de parejas sanas. Nuestros padres y abuelos usaban para comunicarse el teléfono fijo o las cartas manuscritas. No tenían WhatsApp. No tenían redes sociales. No tenían email.

Es cierto que el celular nunca fue necesario. No obstante, también, es igual de cierto que, cuando estáis lejos el uno del otro, el uso del celular te puede acercar. Puedes mandar un mensaje y decirle que le quieres o que le echas de menos.

No necesitas mucho esfuerzo. Ni supone mucho tiempo. Una llamada o un mensaje desde la lejanía te acercan. Cuando están

lejos, el móvil puede acercaros el uno al otro.

Quando están cerca

Quando están cerca la cosa cambia: probablemente, el uso del celular es tan habitual en tu vida que tienes a echar mano del celular en cualquier momento de descanso. El celular puede convertirse, entonces, en tu principal foco de atención y entretenimiento. Así, revisas mensajes, miras las redes sociales, lees noticias...

Es importante recordar, cuando están cerca el uno del otro, descansar en el otro. Es fundamental escu-

EL CELULAR NO ES ESENCIAL, PERO PUEDE ACERCARLOS CON UN MENSAJE CUANDO ESTÁN LEJOS.

charse, mirarse a los ojos, prestarse la atención necesaria, fijarse en los detalles, en la ropa, en un gesto, en una palabra...

Así el celular, o la tablet, o cualquier pantalla, sin darte cuenta, puede suponer una barrera que impide ver al otro como se merece. Cuando están cerca, el celular podría alejarlos el uno del otro.

Distracciones

Sin embargo, el uso excesivo de las pantallas también nos puede distraer de lo importante de las relaciones. Nos puede llevar a una desconexión emocional, a una falta de atención mutua. Sucede porque, cuando están al lado el uno del otro, la mejor forma de conectar entre vosotros es dejar de lado el móvil y mirarse a los ojos, charlar, comentar las cosas...

Hay momentos como el desayuno, la comida o la cena en los que el celular debería quedarse fuera del alcance de la mano, porque sin darte cuenta, tiendes a mirarlo en el momento en el que la conversación hace una pausa.

Lo mismo pasa cuando se van a la cama: sumergirte en el scrolling de redes sociales en vez de preguntarle al otro qué tal ha ido el día o cómo se presenta el día mañana es una trampa que debes evitar. Está claro que es el momento en el que debes priorizar el tiempo íntimo y compartido con el otro. Y el celular puede ser un obstáculo, una distracción.

Dependencia digital

La utilidad del celular ante muchas circunstancias de la vida no quita



EVITA REDES SOCIALES ANTES DE DORMIR; PRIORIZA EL TIEMPO ÍNTIMO, EL CELULAR ES UNA DISTRACCIÓN.

que pueda aparecer una cierta dependencia digital. La dependencia digital es una adicción a la tecnología o a dispositivos digitales como móviles, tablets, redes sociales, etc. y que pueden llevar a un uso compulsivo y descontrolado que no puede evitarse.

La dependencia digital tiene un impacto dañino en las relaciones en general y en la relación de pareja en particular. Nos aleja del que tenemos más cerca.

Esta dependencia reduce el contacto visual, la comunicación efectiva y las conversaciones constructivas y profundas. La dependencia digital puede requerir incluso de ayuda profesional y hay que estar muy atentos para mantenerla a raya.

EN MOMENTOS DE INTIMIDAD, MANTÉN EL CELULAR FUERA DE ALCANCE PARA EVITAR DISTRACCIONES.

Recuerda

Los celulares no son buenos ni malos. Pueden acercarnos al otro

cuando está lejos, pero también pueden separarnos del otro cuando está cerca.

En los momentos de intimidad, de cercanía: comidas, cenas, conversaciones, paseos, antes de acostarse, intenta que el celular esté lejos, incluso del alcance de la mano. De este modo, evitarás que, instintivamente, recurras a él como distracción o, incluso, como apoyo emocional.

Por otro lado, en los momentos de lejanía: durante el día, cada uno en el trabajo, cuando esté uno de los dos de viaje, etc., intenta recurrir al celular para sentirte cerca, para repartir empatía, para dar apoyo y sentir apoyo. Intenta que el móvil se convierta en apoyo emocional y en una herramienta para mejorar vuestra vida de pareja. Entonces, evita que suponga una fuente de distracciones, que genere dependencia digital o que sea origen de los celos. **71**



Enseñemos a

AMARNOS DESDE LA INFANCIA

¿Alguna vez te has sentido atrapado en un ciclo interminable de inseguridades y desconfianza de lo que haces o dices? ¿Eres muy crítico contigo en todas las áreas de tu vida?, ¿Necesitas el reconocimiento del otro o la aprobación para saber si haces las cosas bien?, estas reacciones en la edad adulta pueden venir como consecuencia de un amor propio no reforzado o trabajado de forma saludable desde edades tempranas.

Definamos el amor propio, según Walter Riso “implica aceptación incondicional de uno mismo, tiene que ver con la autoobservación y aceptación, si no te amas a ti mismo, será complicado dirigir y organizar tu vida, el amor propio es un motor interior que te reafirma en lo que para ti es vital e importante

LA FALTA DE AMOR PROPIO DIFICULTA PONER LÍMITES Y GESTIONAR EMOCIONES.

(principios y valores personales”), son todas nuestras virtudes y aquellos puntos que debemos ir transformando para nuestro bienestar.

Un adulto con escaso amor propio puede tener problemas para poner límites, falta de cuidado en su salud mental/física, buscar constantemente el reconocimiento en la mirada, lo que puede dificultar la toma de decisiones en su vida diaria, autocrítica excesiva, dificultades en poder gestionar nuestras emociones, generar relaciones con dependencia emocional, compararte con los demás, entre otros.

El amor propio se fundamenta desde la infancia, en donde los adultos responsables/cuidadores de la crianza sean en el área familiar o educativa constituyen pilares importantes, recordando

que cada uno lo hace desde su propio aprendizaje y experiencia; cuando los niños conectan con su amor propio, experimentan una serie de beneficios que impactan positivamente su bienestar y desarrollo.

Fomentar el amor propio en los niños

Detalló algunas pautas que se puedan implementar para que los más pequeños aprendan a formar el amor propio:

- ★ Promover hábitos saludables, como una buena alimentación, ejercicio regular, descanso adecuado y expresión emocional saludable.
- ★ Celebrar sus procesos/metodología/esfuerzo más que los resultados que se obtienen, ya que promueven su autoestima y les ayuda a desarrollar una imagen positiva de sí mismos.

★ Enseñar a establecer límites saludables en sus relaciones y actividades, tanto con los adultos como con los niños, esto implica decir “no” cuando algo no les convenga y a respetar sus propios deseos y necesidades.

★ Permitir a los niños expresarse de manera auténtica y sin juicio es esencial.

★ Fomentar su creatividad, escuchar sus opiniones y apoyar sus intereses promueve su confianza y les ayuda a desarrollar una identidad sólida.

Espacios de autocuidado

Los niños aprenden al ver a sus cuidadores, por tal razón es importante que nosotros como adultos podamos ser ejemplo de amor propio, a continuación, te comparto algunos ejercicios para crear espacios de autocuidado que puedes aplicar en tu día a día:

★ Autocuidado físico: dedicar una parte de tu día para mover tu cuerpo, puede ser yoga, ejercicio físico, nadar, bailar, bicicleta o algún otro deporte.

★ Autocuidado emocional: escribir cómo te sientes o como te has sentido la última semana.

★ Autocuidado general: enviar un mensaje o a llamar a las personas con las que compartes y te sientes agradecida o feliz de tener en tu vida.

★ Autocuidado mental: realizar una actividad manual, dibuja un tema libre, pintura, cerámica o bordado.

★ Autocuidado social: visitar o realizar una video llamada con algún familiar/amigo que te sientas feliz por tener en tu vida, y dedica un momento para hablar y escuchar a la otra persona.

★ Autocuidado General: escribe una lista agradeciendo por 20 cosas que tienes en tu vida.



Enseñarles a nuestros niños el amarse a sí mismos desde temprana edad les va a proporcionar las bases para desarrollar una autoestima saludable, establecer relaciones positivas y enfrentar los desafíos de la vida con confianza y resiliencia; recordemos que el amor propio es una semilla que plantamos en ellos, y que crecerá a lo largo de sus vidas, brindándoles una base sólida para ser adultos seguros, felices y plenos. [VI](#)



 **Ecuasuiza**
Seguros

70
AÑOS

Valorando lo que para ti, es invaluable.



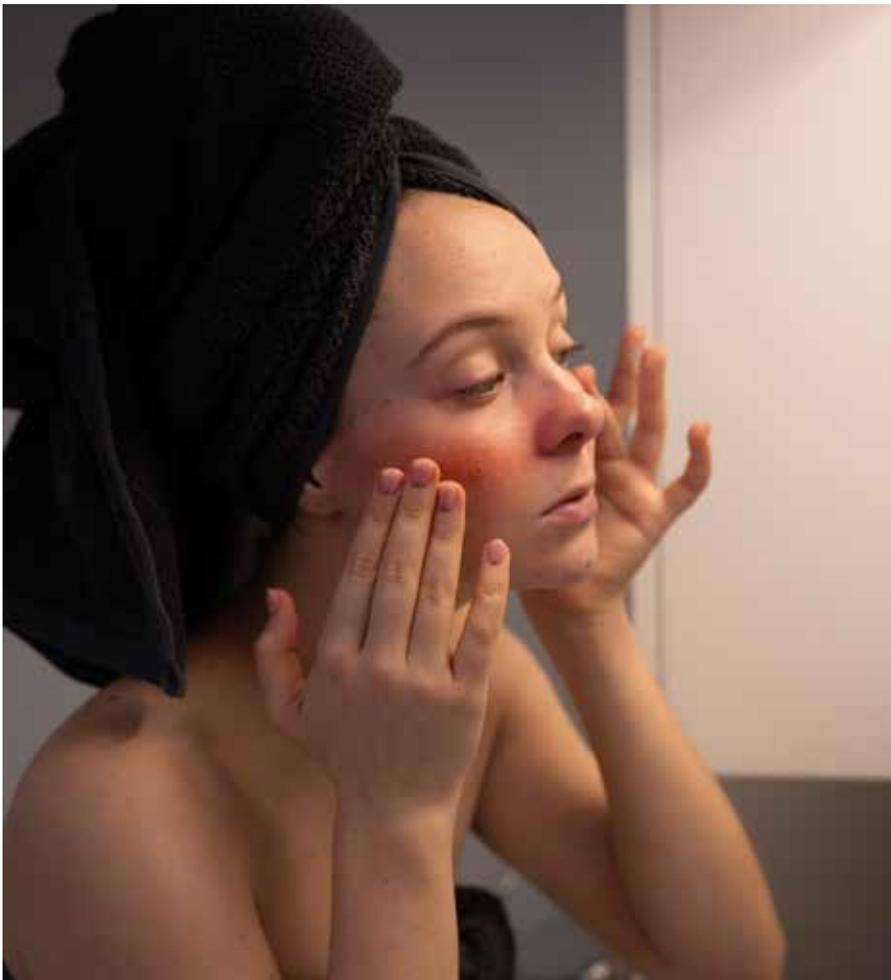
www.ecuasuiza.ec

PBX: 3731515

Este problema de salud mental produce la adicción a la compra de cosméticos y activos antiedad.

Cosmeticorexia, obsesión

POR EL CUIDADO DE LA PIEL



niñas y adolescentes. Este término se refiere a la preocupación excesiva y patológica por mejorar la apariencia facial, buscando la perfección, a menudo a través del uso compulsivo de cremas y productos para el cuidado de la piel.

Esto no se trata de maquillaje, se trata de un uso precoz de productos de belleza y antienvjecimiento.

Las redes sociales y la publicidad tienen por supuesto su alta cuota en este juego marketero, pues las redes están inundadas de niñas recomendando y usando productos dermatológicos que a veces incluyen de 6 a 12 productos. Muchas de esas niñas están junto a sus madres. Muchas de sus cuentas están gestionadas por sus padres.

No todo es bueno

Una nueva tendencia super viralizada en TikTok conocida como GRWM que es el acrónimo de "Get Ready With Me" y que en español

significa prepárate conmigo, ha contribuido significativamente a difundir esta nueva moda. Las influencers muestran su rutina de belleza previo a la salida a algún evento y muestran una piel perfecta y sin imperfecciones. Un ideal

Desde que existen los maquillajes y las cremas de la piel, las niñas y adolescentes han estado atraídas por ellos. Usualmente por imitar a sus madres, ha sido común que las menores busquen usar maquillajes de juguete y jugar a ser "niñas grandes". Un juego como cualquier otro. Cuando

esas niñas llegan a la adolescencia, empieza el maquillaje de verdad.

Sin embargo, en la actualidad, la obsesión por la perfección estética ha llevado al surgimiento de la cosmeticorexia, un trastorno que afecta cada vez más a

LA COSMETICOREXIA ES LA OBSESIÓN PATOLÓGICA POR LA APARIENCIA FACIAL Y EL USO EXCESIVO DE PRODUCTOS.



como las de niñas entre nueve y doce años.

La insatisfacción constante con los resultados y la sensación de no llegar a esa perfección, puede afectar gravemente la autoestima y la salud mental. Una vez que la rutina se vuelve obsesión y en consecuencia un trastorno las adolescentes y luego adultas, pueden desarrollar ansiedad, depresión y una imagen corporal distorsionada, creyendo que sólo si logran ese ideal de la piel perfecta, serán aceptadas por los demás.⁷¹

de belleza al que ninguna niña o púber debería aspirar.

Y es que no se trata de vanidad, no se trata de coquetearía, no se trata de maquillaje, se trata de perfección, lo que se vuelve una obsesión.

Esto lleva a que puedas escuchar a una niña de 10 años decir que tiene que ponerse corrector de ojeras para asistir a un cumpleaños o a la púber de 11 años que debe hacer su rutina de

Skincare para poder ir a la primera comunión de su prima.

En los países del primer mundo, son famosos los locales de venta de cosméticos invadidos por niñas de ocho años en adelante, desesperadas por comprar una crema o producto diseñado para la piel de las mujeres adultas. Los dermatólogos ya han reportado el efecto dañino de estos productos utilizados en pieles sensibles

SE TRATA DE PERFECCIÓN, LO QUE SE VUELVE UNA OBSESIÓN.



Tiempos de esperanza....

Cuenta con nosotros. [®]

SERVICIOS LEGALES:

- Asesoría legal en todas las áreas
- Estudios e informes jurídicos
- Negociaciones y conciliaciones
- Litigios y arbitrajes
- Soporte procesal y alegatos
- Evaluación neutral de casos
- Protocolos familiares
- Transferencias de dominio
- Contratos y transacciones
- Testamentos y acuerdos matrimoniales
- Planificación tributaria y societaria
- Planificación patrimonial y sucesoria
- Escrituras públicas y declaraciones
- Gestiones legales y trámites



CASTELBLANCO & ASOCIADOS
ABOGADOS



La mente y el cuerpo son aliados poderosos,
por ello debe tenerse un equilibrio diario entre
ambos para vivir de manera más positiva.

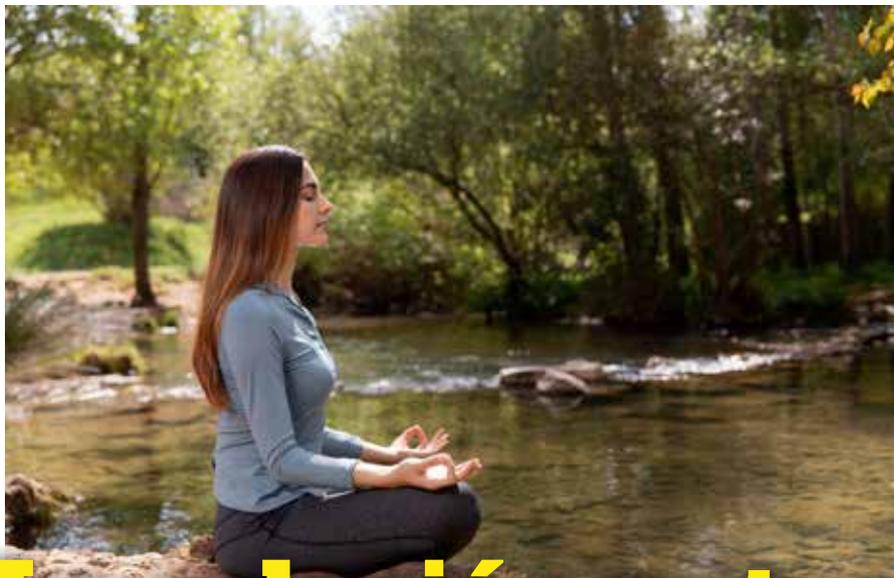
Podríamos pensar que tener un cuerpo, hace que lo conozcamos y que lo queramos, sin embargo, no es igual tenerlo a conocerlo. Conocerlo implica saber qué puede y qué no, implica conocer sus sensaciones, las cosas que naturalmente lo alegran, es decir que hacen que se relaje, conocerlo también es reconocer sus señales de cuando un lugar es incómodo por ejemplo. Saber qué comidas le hacen bien y cuáles no, qué cantidad comer sin tener que ver una tabla dietaria, si no, porque auténticamente reconozco mis señales de saciedad y también mis indicadores de hambre.

Usted amable lector: ¿conoce así su cuerpo? Como psicóloga de profesión he estudiado, trabajado en terapia personal y me he expuesto a supervisión de casos gran parte de mi vida, estas actividades me han hecho casi experta en reconocer indicadores afectivos.

En mi afán de aprender descubrí que el cuerpo registra todas las emociones a través de sensaciones y decidí trabajar en conectar con mi cuerpo de manera más consciente a través del movimiento y la comida, para esto he trabajado de forma personal con Gabriela Cucalón, nutricionista y profesora de nutrición de la ESPOL, en ser una comedora consciente e intuitiva, desde esa experiencia comparto uno de los deberes que hicimos y que tiene directo impacto en mi autoimagen y mi autocuidado.

Mi cuerpo y yo

El objetivo de esto es replantear la relación que usted mismo, querido



La relación entre mi cuerpo y yo

lector, tiene con su cuerpo, el movimiento y la comida. Entonces es importante mencionar que:

Mi cuerpo es blanco, un blanco pálido que se acentúa cuando no tomo sol.

Mi cuerpo es largo y es grande, siempre he sido grande y siempre he sido larga.

Mi cuerpo me permite estar presente, sin él no existo.

Mi cuerpo es fuerte, ahora sé que es fuerte, antes he sido débil, sin embargo, ahora hacemos ejercicio y esto me hace descubrir su fuerza.

Mi cuerpo tiene rollitos, en mi barriga, en mis brazos y en mi espalda, unos son la evidencia de mi maternidad, otros son parte de mí, a veces los quiero, a veces no.

Mi cuerpo tiene formas, formas bonitas y redondas, de frente y costado es prominente en algunas áreas y

esto siempre me ha gustado de mí, me gustan los cuerpos de formas pronunciadas, creo que los cuerpos de formas redondas son bonitos y atractivos, últimamente lo puedo aplicar a mí y sentirme así.

Mi cabeza me ha convencido de que mi cuerpo es pesado, escuché muchas veces que las gordas eran pesadas y lentas, creí que al ser gorda debía ser así, ahora sé que no, estoy descubriendo esa verdad.

Cuando bailo nada me pesa, me muevo con gracia y ligereza. Sin embargo, en el ejercicio cuando debo saltar o sostenerme, solo me quedo parada creyendo que no puedo y dándome cuenta que intentando de a poquito lo voy logrando.

Mi cuerpo tiene una piel suave, cuando empecé a pensar que por gorda no era querible, volqué mi atención a mi piel, cabello y cara.

Hoy por hoy cuido mi piel porque lo disfruto, sin embargo, empezó como un consuelo para sentirme bien “a pesar de lo gorda”. Hoy disfruto cuidar mi piel de manera constante y amorosa, disfruto echarme aceite y frotarlo sintiendo la caricia que me hago para recordarme que es delicioso sentirme cuidada y querida.

Mi cabello es suave, es largo y castaño, tiene ondas, también lo cuido y amo su forma, disfruto peinarlo y mantenerlo limpio, me gusta pintarlo de lila para que lleve mi marca.

Mi cara es completa, tiene todo lo que debe tener una cara y su piel me encanta tanto como mi sonrisa, tengo una cara tierna y una sonrisa brillante, mis ojos hablan cuando las palabras no me son suficientes.

Mis manos están completas y me son útiles, hacen muchas cosas, todo el tiempo están haciendo algo, para mí o para los otros, ellas me permiten escribir, acariciar y peinar, esas son de mis cosas favoritas, con ellas siento el mundo y expreso amor.

Mis brazos son largos y abrazan, rodean con amor a aquel que necesite consuelo y descanso, estos brazos me permitieron cargar al hijo y acoger a la hija. También me abrazan y consuelan cuando estoy triste, cargan cosas y se mueven con gracia.

Mis piernas me gustan, son gruesas, largas y redondeadas, me parece que tienen atractivo, caminan mucho y han aguantado hartos. Me llevan a todos lados, a veces, me han hecho parar a la fuerza, para entender que debo cuidarme, mis rodillas me han dicho con sus dolores que no puedo cargar más de lo que me corresponde en la vida.

Mi cuerpo me ha permitido ser y estar, sin él no existo y le estoy agradecida.

Creo que mi cuerpo ahora es mío, al fin voy haciéndolo mío, lo voy asumiendo a partir de cuidarlo, de oírlo y conocerlo, es un trabajo grande ese de entendernos. Ahora sé que no tiene que gustarle a mi madre o a mi padre, a mi pareja o a la gente con la que ande, ahora sé que debe gustarme a mí y que si a veces no me gusta, también está bien.

Creo que mi cuerpo necesita tanta atención como la que le he dado a mi corazón, a mi historia de vida, a mis amigos y amigas, hoy estoy comprometida en que mi ser se note en este cuerpo mío, en seguir haciéndolo mío, en conocerlo y amarlo tal y como es. 



HIDROMECA ANDINA 

DESDE 1985 SIRVIENDO A LA INDUSTRIA

- ESPECIALIDADES QUÍMICAS
- SISTEMAS CONTRA INCENDIOS
- TRANSFERENCIA Y CONTROL DE FLUIDOS
- GAS LICUADO DE PETRÓLEO
- ESTACIONES DE SERVICIO

Guayaquil: (04) 226 2011 - Quito: (02) 290 6496
info@hma.com.ec www.hma.com.ec 099 270 2167

VIVE EDITORES

¿Necesitas asesoría?
¡Te la damos!

Ofrecemos soluciones para diseño editorial:

- Servicio de edición e investigación
- Fotografía y video
- Maquetación de libros, revistas, e-books y memorias





Álvaro y "Tetey": en el amor no hay casualidades

Carole Brody Fleet, escritora premiada, escribió en The Huffington Post que los viudos pueden amar a alguien que no sea su primer cónyuge aunque la adoración por su primera pareja nunca desaparezca realmente. Y al no dar cabida a más amor, los viudos activan la posibilidad de sufrir para siempre, escribió Fleet.

"No estamos destinados a vivir en duelo para siempre... no estamos aquí para eso", escribió Fleet. "Aproveche y lleve adelante los legados que le hayan sido confiados por su amado o amada difuntos. Y si decide hacerlo, vivir una nueva vida puede incluir compañía... y amor".

Teniendo en cuenta estas palabras les compartimos la historia de Álvaro y "Tetey", quienes padecieron la pérdidas de sus respectivos cónyuges, pero sin esperarlo ni buscarlo Dios nos dejaría terminar sus vidas sin volver a amar de verdad y reencontrarse con la felicidad perdida.

Es importante contar que "Tetey" antes de conocer a Álvaro tenía 5 hijos y 12 nietos, y él antes de conocerla tenía una hija y un nieto.

¿Cómo se conocieron?

Álvaro: Un buen amigo me llamó para decirme que tenía una amiga viuda como yo y quería saber si estaría dispuesto a salir con ella junto con en grupo. Acepté con escepticismo, porque no tenía muchas ganas, ni expectativas... pero reflexioné y pensé que ya eran casi dos años desde que enviudé y que no estaría mal.

Le pregunté por su nombre y me dijo que se llamaba "Tetey" Puig, no la conocía, y mi amigo me dice: "te vamos a avisar un día de estos para salir a juntos a tomar un café". Me quedé con la curiosidad y empecé a investigar en las redes sociales y resultó ser que éramos amigos en Facebook, no entiendo cómo era amigo de alguien desconocido.

Revisando su cuenta de Facebook me llamó mucho la atención su foto de perfil porque era una fotografía de ella de espaldas con el fondo de la catedral de Santiago de Compostela... yo estaba planificando un viaje, para realizar el camino de Santiago.

ÁLVARO Y
"TETEY" HALLARON
EL AMOR Y LA FELICIDAD
TRAS PERDER A SUS
CÓNYUGES.

Se me ocurrió escribirle por Messenger y preguntarle si era ella la que estaba de espaldas en la foto del perfil. "Tetey" interrumpe y dice: "pero se presentó muy educadamente"... (risas). Al segundo me contestó como si hubiera estado esperando y, me dijo que efectivamente era la catedral de Santiago de Compostela. Luego de esa conversación intercambiamos números de teléfono y finalmente nos conocimos personalmente en Salinas.

Tetey: A mi también me dijeron mis amigos que había un viudo que querían presentarme. Me casé de 20 años y toda mi vida había estado junto a Roberto (+), pero acepté he hice lo mismo que Álvaro, buscarlo en redes. Tenía una foto con su hija embarazada y se lo veía tan dulce que pensé este señor debe ser buena gente, tenía cara de buena gente, (risas)...

Un buen día me llama una amiga y me dice: "ya está tarde salgamos a tomar un café con Álvaro", le respondí: "que pena, es el cumpleaños de mi nieto y no voy a dejar de ir por salir a tomar un café con un desconocido".

Pasó un tiempo y me llama Álvaro a preguntar qué iba a hacer el fin de semana y le dije que iba en Salinas con unos amigos, a lo que respondió que el también estaba viajando a Salinas por lo que nos encontramos en el Yatch Club un viernes, luego nos vimos durante el fin de semana.

¿Cuál fue la reacción de los hijos?

Álvaro: A los 5 días de al fin conocer a "Tetey", le comenté a mi hija Camila, que estaba saliendo con una señora viuda y que me había empezado a gustar pero que tenía miedo, y le pregunté: ¿qué crees que debo hacer?

"Cami" me dijo que siga mi corazón... "eres joven, aún tienes mucho amor que dar" y fue realmente ella quien me apoyó. El único consejo que me dio fue que me presente bien vestido y que no vaya en Crocs, camisa hawaiana y short, pero en esa parte no le hice caso. Me presente como soy.

Tetey: Lo mío fue más complicado porque son cinco personas distintas. Empecé desde la mayor y fui contándoles en orden de edad hasta llegar a mi hijo menor, quien pensé iba a ser el que más se podría resistir, pero me dijo algo que me llenó el alma: "yo viví junto a usted la pérdida de mi papá y vi cómo sufrió. Lo que más quiero es que usted sea feliz, que tenga yo celos no es lo relevante, usted es una mujer inteligente y se que tomará la decisión correcta, por mi mamita dele bala".

La reacción inicial fue positiva de parte de todas mis hijas, eso sí armaron su agencia de investigación para ver quién era este señor, incluso mis yernos colaboraron en la investigación, pero no encontraron nada.

Pedida de mano

Tetey y Álvaro: Para nuestros hijos quizás fue muy rápido, pero ya después de haber transitado ambos por nuestros respectivos matrimonios y que en ambos casos fueron buenos, con todos los problemas que un matrimonio implica, después de año y medio fue el tiempo suficiente para conocernos y tomar la decisión. Por eso quisimos repetir lo que ya habíamos vivido, comentan.

Álvaro: A mí me tocó pedir la mano de "Tetey" a su hijo Roberto, él se encontraba en los Estados Unidos y lo llamé, conversamos largo sobre mis intenciones con su mamá y fue muy bien acogida mi propuesta.

Para sus nietos la mayor preocupación era que su abuela los deje de lado y se olvide de ellos, por eso le

"CAMI" ME DIJO QUE SIGA MI CORAZÓN... "ERES JOVEN, AÚN TIENES MUCHO AMOR QUE DAR".





sugerí hacer una reunión solo con los nietos, sin padres. Ahí hicimos entender a los chicos que ellos seguirán siendo importantes para “Tetey” y para mí también.

¿Por qué tomaron la decisión de casarse?

Álvaro: Cuando comente con amigos y familiares muchos me decían: “para qué te vas a volver a casar, ya estas viejo, no te compliques”, pero realmente lo decidimos por nuestros hijos y nietos. Una de las cosas importantes es que nosotros decidimos solo casarnos por la Iglesia Católica, lo cual es permitido para viudos sin necesidad del civil. La razón principal es que queríamos que nuestra unión sea bendecida por Dios y que sea un ejemplo para nuestros hijos y nietos.

Tetey: A mí decían: “¡juy! que pereza volver a casarte, quédate de novio no más”. Pero realmente a mí lo que me más me importaba es que sea una relación formal ante los ojos de Dios y que es lo que a Álvaro también le importaba. Es lo que hemos sembrado e inculcado a nuestros hijos, uno no puede tener doble discurso.

Soy muy agradecida con Álvaro al venir él a vivir a mi casa, hoy nuestra casa, porque aún tengo un hijo soltero, no quería dejarlo abandonado o que vea el cómo resuelve su vida y yo irme a vivir con mi esposo. Estamos adaptándonos... interrumpe Álvaro, totalmente adaptado.

Durante el noviazgo, ¿influyó el recuerdo de su pareja anterior?

Álvaro: Definitivamente que sí. Yo diría que es la parte más compleja que una pareja de viudos tiene que afrontar, sobretodo porque en nuestro caso am-

bos estuvimos casados 34 años y con matrimonios muy buenos. Seguimos queriendo a nuestras primeras parejas, pero a ratos uno los quiere más, no es fácil. No cualquier pareja se atreve a dar este paso y más si han experimentado una pérdida, pero es verdad que la soledad es muy dura y existe el matrimonio de cuatro.

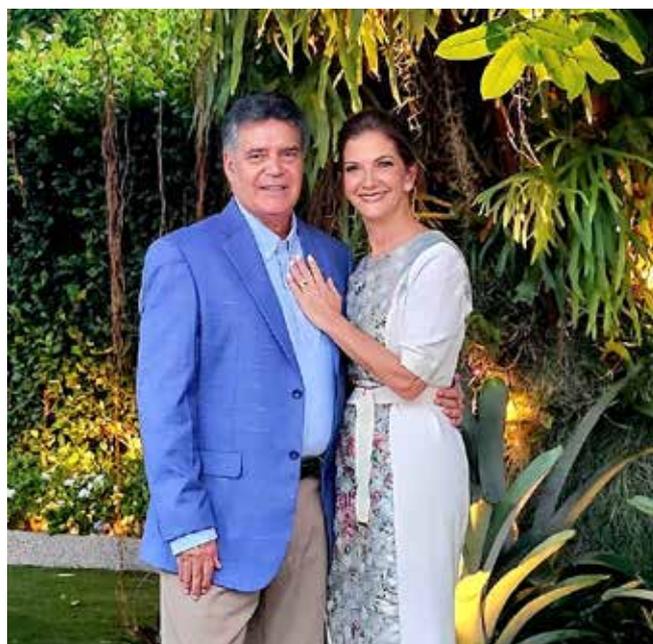
Tetey: Muchas veces en nuestra relación recordamos a nuestras parejas y nos referimos entre nosotros como les decíamos a ellos. Más allá de pensar que si me dice “nena”, así le decía él a Leticia (+), creo que si él lo hace es porque está asociando ese amor tan grande que tuvo por ella y ahora lo tiene por mí.

Para mí Leticia (+) y Roberto (+) están totalmente entrelazados con nosotros, incluso he llegado a pensar que de alguna manera ellos nos juntaron.

Además, mi cuñada Rebeca fue una pieza clave en esta relación, siempre me apoyó, acogió a Álvaro, le daba consejos. Rebeca es mi hermana. Así también algo que me emocionó mucho fue la homilía que dio el padre Gino Ruggiero, él fue quien me acompañó cuando murió Roberto. Él celebraba las misas virtuales y luego incluso ya venía a almorzar junto a mis hijos. Él nos guio en el noviazgo a Álvaro y a mí, nos confesó y celebró nuestro matrimonio.

Algo que él dijo fue: “he aprendido una lección a través de ustedes, el amor está hecho solo para expandirse y crecer”. [vi](#)

LO QUE ME MÁS ME IMPORTABA ES QUE SEA UNA RELACIÓN FORMAL ANTE LOS OJOS DE DIOS.



RESPONSABILIDAD SOCIAL





TAGSA: Juntos podemos volar más alto

La terminal aérea de Guayaquil ha demostrado ser una de las mejores de Latinoamérica.



El Aeropuerto Internacional Jose Joaquin de Olmedo de la ciudad de Guayaquil, es un ícono en el manejo aeroportuario del país, que es eficientemente operado desde hace 20 años por la Terminal Aeroportuaria de Guayaquil (TAGSA).

Ángel Córdova, Gerente General, comenta que: “TAGSA tomó la concesión del aeropuerto de Guayaquil en el año 2004 y desde el inicio lo que se propuso como un tema fundamental es dar un servicio de calidad, con seguridad y con calidez... para eso nos preparamos y lo demostramos día a día tanto con los usuarios locales, como también con los internacionales”.

Todo lo mencionado por el Gerente General Córdova de TAGSA no hubiese sido posible sin el equipo de trabajo con el que cuentan, el cual es capacitado constantemente, ayudando a que en cada una de las distintas operaciones de la

terminal se realicen con excelencia, sin perder la calidez en el trato entre compañeros, directivos y hacia los viajeros.

Adicionalmente, TAGSA tuvo que realizar una gran cantidad de inversiones en obras de infraestructura para dar una nueva imagen a la terminal aérea de Guayaquil, con el fin de brindar instalaciones más confortables, funcionales y un verdadero soporte a la operación de las aeronaves y usuarios del aeropuerto.

TAGSA ES PARTE DE LA CORPORACIÓN AMÉRICA AIRPORTS, QUE ACTUALMENTE OPERA 53 AEROPUERTOS A NIVEL MUNDIAL.

Una nueva forma de administrar y operar

El gran reto de transformar en todo al aeropuerto de Guayaquil no fue fácil, pero la meta era clara, tener una administración de calidad y una operación eficaz, lo que ayudó a ir cambiando la imagen de la terminal tanto para los usuarios locales como también internacionales, esto siempre apoyado por el valioso equipo



humano con el que cuenta TAGSA, labor que les ha valido reconocimientos locales y de fuera del país.

“Destaco mucho al equipo de colaboradores con el que contamos, porque son ellos la imagen de la organización, por eso nos preocupamos de su capacitación y desarrollo de habilidades, que les ayudan a empoderarse de sus puestos de trabajo y además a mejorar su calidad de vida”, expresa Córdova, y además agrega: “Si todos trabajamos juntos con un solo objetivo, podemos lograr el éxito”.

Ser más sostenibles

Desde sus inicios TAGSA buscó dar un giro de 180 grados a la administración y operación del aeropuerto de Guayaquil, en ello fue y es clave la sostenibilidad uno de los pilares fundamentales de la terminal aeroportuaria. Existe un gran compromiso por el cuidado medioambiental y el cumplimiento de varios objetivos de desarrollo sostenibles (ODS) que beneficien a los usuarios, colaboradores y a la comunidad en general.

“Ser más sostenibles no es una moda. Tenemos claro que debemos preservar nuestro entorno, por ello nuestro compromiso con la sostenibilidad se ve reflejado en las distintas áreas de la terminal aérea, donde cada colaborador es un agente del cambio hacia un futuro mucho más sostenible”, indica Córdova.

Socialmente responsables

TAGSA es reconocida como una concesión solidaria y positiva, que cumple sus obligaciones con lo acordado en el contrato de concesión, con la ciudad y con la sociedad, de hecho en referencia a esta última es imprescindible dar oportunidad a los grupos más vulnerables, siendo uno de ellos las personas con capacidades especiales.

LA SATISFACCIÓN DE SERVIR A LA CIUDAD Y AL PAÍS ES MUY IMPORTANTE PARA TAGSA.

“Entonces en el año 2007 emprendimos una alianza con Fasinarms que permitió que pudiésemos contratar a muchos de los jóvenes que se formaban en dicha organización. Mucha gente se sorprendió por esta iniciativa, pero al poco tiempo cada uno de ellos demostró con su empeño y trabajo que tenían un gran compromiso por cumplir con excelencia sus labores, claro para ello siempre están respaldados por supervisores que están para colaborar con ellos y en sus casas, tienen padres, hermanos y demás familiares muy orgullosos por la labor que realizan, y de cómo pueden ayudar en su hogar con el fruto de su trabajo”, explica el Gerente General de TAGSA.

Seguir mejorando

Cabe mencionar que TAGSA tiene contrato de concesión hasta el año 2030, por ello su reto es mantener su servicio de calidad, con seguridad y eficacia, a lo que también se suma seguir en constante mejora tecnológica y que esta vaya de la mano con las más recientes innovaciones internacionales.

Córdova finaliza indicando que cuando se decida avanzar con la construcción del nuevo aeropuerto de Guayaquil, TAGSA entrará en el concurso. “Queremos ganar para seguir sirviendo a los usuarios del país y de fuera, brindándoles siempre un servicio que cumpla estándares internacionales y que a su vez, vean en nosotros un aliado antes, durante y después de su viaje... porque volar nos hace libres y juntos podemos volar más alto”.

Datos destacados:

El Aeropuerto José Joaquín de Olmedo en 20 años a servido a más de 1.5 millones de vuelos y a más de 70 millones de pasajeros.

El Consejo Internacional de Aeropuertos ha calificado a la terminal aérea de Guayaquil, como el mejor aeropuerto de Latinoamérica y el Caribe en la categoría de 2 a 5 millones de pasajeros al año.



Grupo DIFARE integra los criterios ASG en su gestión



Desde sus nueve empresas: DIFARE S.A, Oftalvis, Dyvenpro, Laboratorios HG, Frisonex, Medilabor, Humalab, Asegensa y Transpbarreno, Grupo DIFARE trabaja de manera conjunta con un propósito común: Unidos por un mundo saludable. Su Modelo de Sostenibilidad GD integra los criterios ASG (ambientales, sociales y de gobernanza) de manera transversal, como parte de la cultura y gestión con buenas prácticas a favor de las personas y el planeta.

Compromiso Ambiental

Grupo DIFARE cuenta con una ruta ambiental que ha permitido tener operaciones más eficientes para actuar sobre el cambio climático y la reducción de las emisiones de gases de efecto invernadero. Además, fomenta la conciencia ambiental en su cadena de valor con el concepto *#pequeñasaccionesgrandescambios*, implementando diversas campañas que buscan adoptar hábitos para la conservación y cuidado de los recursos.

En el Centro de Distribución Especializado de DIFARE se utilizan cubetas plásticas por tener vida útil más larga y ser más amigable con el entorno. Además, se promueve la reducción del

consumo de energía eléctrica gracias a equipos de traslado eficientes y se genera energía limpia con la implementación de paneles solares, convirtiendo las operaciones más eficaces y sostenibles.

Las Empresas GD, DIFARE S.A. y Transpbarreno realizaron la medición de su huella de carbono organizacional con la certificadora internacional SGS cumpliendo con los estándares de la norma ISO 14064-1: 2018 y el GHG Protocol.

Compromiso Social

Junto a Diakonía impulsa VITA SANUS, el primer Banco de Medicinas de Ecuador. Por nueve años ha mejorado la calidad de vida y salud de más de 160.000 personas, iniciativa que cuenta con la participación de aliados del sector farmacéutico que han contribuido con el acceso gratuito y continuo de medicamentos.

Otra de las acciones de Grupo DIFARE que impulsa el emprendimiento femenino y economía circular es el reciclaje de lonas publicitarias, en colaboración con la Fundación Acción Solidaria. Para promover la capacitación profesional de personas refugiadas, con ACNUR y ZENTRUM desarrolló la formación Dual Retail Farmacéutico GD. Así mismo, junto a Plan Internacional unen esfuerzos contra la

discriminación hacia las niñas y mujeres, asegurando su participación y promoviendo la igualdad de género por medio del programa Mentoring GD. Estos programas han generado impacto social y económico positivo en los grupos atendidos.

Compromiso con la Ética

Las Empresas GD adoptan prácticas responsables y efectivas para fomentar un entorno corporativo basado en la ética, honestidad, sostenibilidad e igualdad de oportunidades. Grupo DIFARE es un firmante del Acta Compromiso por la Sostenibilidad junto a otras organizaciones, contribuyendo así a los ODS. Además, muestra su liderazgo en la creación de una sociedad más equitativa al ser parte de la guía "No Excuse-Ecuador", con el fin de promover la transparencia en el ámbito empresarial.

En busca de aportar al bienestar global, las Empresas GD promueven iniciativas que contribuyen a la consecución de los ODS. La visión de Grupo DIFARE se centra en una gestión sostenible integral y transversal que busca impactar positivamente a su cadena de valor.

DI
FA
RE

40
AÑOS

La salud, nuestro propósito

Cumplimos cuatro décadas comprometidos con mejorar la calidad de vida. Somos orgullosamente la **Generación D**.

La D cuidar a las personas.

La D innovar y ofrecer soluciones sostenibles.

La D generar impactos positivos.

La D ir siempre adelante y abrir caminos.

Gracias a quienes nos han acompañado y han sido parte del propósito que tenemos como la **Generación D**, la salud al alcance de todos.

¡Son 40 años y vamos por más!





INTACO transforma familias y edifica el futuro con valores.

Vivimos en un país que atraviesa situaciones complejas. La inseguridad, violencia y dificultades socioeconómicas son desafíos que afectan a todos. Conscientes de los riesgos que surgen de este contexto, en INTACO estamos convencidos de que el éxito empresarial se logra con un profundo compromiso social.

Presentamos tres iniciativas del **Programa de Bienestar Integral** que ofrecemos a nuestros colaboradores y sus familias.

1 Plan Vivienda: un hogar a la vez

INTACO tiene una comunidad de más de 400 personas. De ellos, el **43.8%** ya cuenta con una casa propia o remodelada gracias a nuestra iniciativa **Plan Vivienda**.

Sabemos que invertir en una casa es crear un mejor entorno para la vida en familia. Brindamos soluciones habitacionales para que cada colaborador que ingresa a nuestra empresa concrete su sueño de tener un espacio digno y forme recuerdos inolvidables.

¿Cómo lo hacemos?

- Hacemos activaciones dentro de nuestras instalaciones.
- Comunicamos a través de medios digitales en formato de mailings, videos y testimonios.
- Acompañamos al colaborador en todo el proceso de planificación y ejecución por medio de nuestras trabajadoras sociales.
- Otorgamos créditos flexibles con tasas preferenciales.
- Damos asesoría técnica en el proceso constructivo.
- Donamos producto aprobado por nuestro laboratorio para utilizar en las construcciones.



204
FAMILIAS
beneficiadas

51
CASAS Y
TERRENOS
comprados

135
VIVIENDAS
remodeladas

18
OBRAS EN
CONSTRUCCIÓN

Desde el 2022 hasta la actualidad

+800
PERSONAS
IMPACTADAS



antes después



“Mi sueño es tener nuestra propia casa para darle bienestar a mi familia y dejar herencia a mis hijos. Decidí usar Plan Vivienda por su tasa de interés menor al de los bancos. Me parece una buena iniciativa de la empresa y estoy muy agradecido con ese préstamo.”

Colaborador Operativo.

2 Visita a la Planta: una experiencia para las familias

Más de **200 personas** vivieron una experiencia única el pasado 21 de julio en una jornada familiar que combinó inspiración, aprendizaje y diversión. Abrimos las puertas de nuestra planta industrial a alrededor de 70 colaboradores de Guayaquil acompañados de sus hijos en etapa escolar entre 8 a 18 años y sus familias.

Bajo el slogan "**INTACO Construye Futuro**", se presentaron varios

videos para que conozcan los roles que desempeñan sus padres en la empresa y se hicieron recorridos dentro de la planta para conocer el proceso automatizado de fabricación de morteros. Dentro del itinerario hubo momentos de recreación e integración como *gymkhana* por equipos, ruleta con premios y demostración técnica de productos en vivo. En este último espacio, adultos y jóvenes conocieron la función de nuestros productos en obras constructivas aprendiendo a pegar bloques y enlucir paredes.

El evento sirvió de plataforma para fortalecer valores fundamentales como el trabajo honesto, la colaboración de equipos, la responsabilidad y perseverancia que se transmitieron de manera natural a través de las actividades. Esta experiencia no sólo les permitió reconocer a los jóvenes el esfuerzo de sus padres, sino también a comprender la importancia de prepararse para el mundo laboral.

"**INTACO Construye Futuro**" fue mucho más que un simple evento. Al involucrar a las familias, INTACO no solo fortaleció los lazos internos y fidelizó a la comunidad, sino que también sembró la semilla de la vocación en los más jóvenes inspirándolos a construir un futuro mejor en todos los aspectos.



“ Mi experiencia con mi familia en el evento fue muy diferente. Se sorprendieron por ver todos los pasos en la fabricación de los productos y lo grande y moderna que es la planta. Mis hijos aprendieron a valorar el trabajo que realizo día a día.”

Colaborador Operativo.



3 Talleres que transforman vidas

Como empresa entendemos que el bienestar total de un colaborador se extiende a su entorno familiar. Por eso con talleres online gratuitos impartidos por expertos externos, ayudamos a fortalecer las relaciones familiares brindando herramientas prácticas en temas como crianza y finanzas.

Los Talleres de **Crianza Eficaz** contribuyen a promover entornos seguros abordando temas como: gestión emocional, comunicación efectiva y prevención del abuso. Equipamos a los padres con pautas para desarrollar cercanía con sus hijos y criarlos desde una base de valores positivos.

Asimismo, los Talleres de **Finanzas Familiares** brindan las habilidades necesarias para tomar decisiones financieras informadas, administrar adecuadamente los bienes y construir un futuro más

estable para las familias. Estos espacios de aprendizaje resultan sumamente valiosos y de prevención. Los talleres no solo fortalecen los conocimientos de nuestro personal, sino que también generan un espacio de intercambio de experiencias y apoyo mutuo entre ellos.



Charlas impartidas por Enfoque a la Familia, especialistas en Desarrollo Familiar.



“ Fue una experiencia enriquecedora para toda mi familia. Lo que más valoré fue el ambiente de apoyo y camaradería que se creó entre los participantes. Compartir nuestras experiencias y desafíos con otros padres y madres nos hizo sentir comprendidos y nos brindó nuevas perspectivas sobre la crianza.”

Colaborador Administrativo, Taller Crianza Eficaz

El impacto más allá de la empresa, un legado de valores

Los talleres, los eventos y las diversas iniciativas son un claro ejemplo de cómo el sector privado puede **impulsar el desarrollo social y marcar la diferencia en la vida de diversas familias.**

Al invertir en lo social no solo estamos construyendo un futuro más próspero para nuestra empresa, sino que hacemos un aporte a la **construcción de una sociedad más justa y equitativa**, demostrando que es posible generar empleo de manera responsable y bajo un enfoque humano.

¿Qué hace que INTACO sea diferente? En definitiva, su compromiso con el bienestar de sus colaboradores y sus familias.

Sin tratamiento, los parásitos pueden afectar el hígado, pulmones, corazón y cerebro; provocar desnutrición, anemia y problemas la vista.



¿Necesitas una desparasitación? Signos que no debes ignorar

La salud intestinal es crucial para el bienestar general, y uno de los aspectos más importantes a considerar es la posible presencia de parásitos en el organismo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 1.500 millones de personas en el mundo están infectadas por parásitos intestinales, lo que representa aproximadamente el 24% de la población mundial.

En Ecuador, el Ministerio de Salud Pública (MSP) destaca que las infecciones por parásitos son una preocupación considerable, especialmente en áreas rurales y en zonas con acceso limitado a servicios de salud. Por esta razón se señalan los signos y síntomas que deben ser considerados:

Dolor abdominal persistente

Este es uno de los síntomas más comunes. Puede ser constante o intermitente, y suele empeorar después de comer. Esto es causado por la irritación que los parásitos provocan en la mucosa intestinal.

Pérdida de peso inexplicable

La presencia de parásitos puede interferir con la absorción de nutrientes, lo que conduce a una pérdida de peso inexplicable. Si se nota que una pérdida de peso sin razón, es esencial considerar una evaluación médica.

Fatiga crónica

La fatiga persistente y la debilidad son síntomas comunes debido

a la malabsorción de nutrientes y la sobrecarga del sistema inmunológico combatiendo la infección.

Cambios en los hábitos intestinales

Los parásitos pueden causar diarrea crónica, estreñimiento o ambos. Estos cambios repentinos en los hábitos intestinales pueden indicar una infección parasitaria.

Anemia

Algunos parásitos, como los helmintos, pueden causar pérdida de sangre en el tracto gastrointestinal, lo que lleva a la anemia. La anemia puede manifestarse como fatiga extrema, palidez y dificultad para concentrarse.

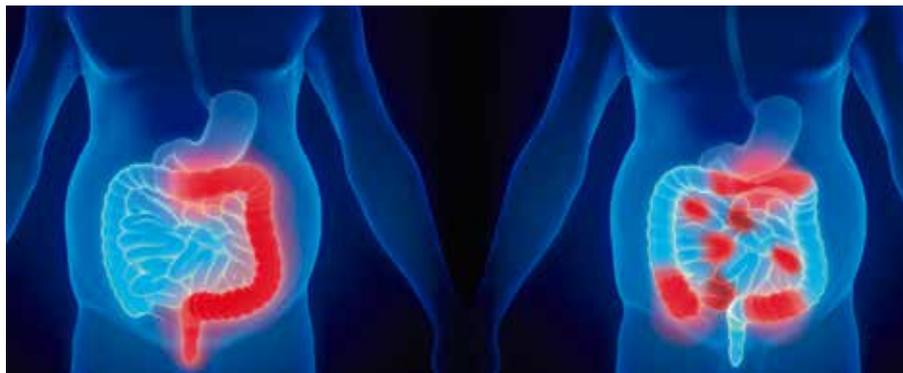
Picazón anal

La picazón alrededor del ano, especialmente por la noche, es un síntoma común de la infección por oxiuros, un tipo de parásito intestinal.

Inflamación y dolor articular

En casos raros, las infecciones parasitarias pueden causar inflamación y dolor en las articulaciones, como resultado de una respuesta inmunológica.

La OMS estima que las infecciones por helmintos transmitidos por el suelo afectan a más de 880 millones de niños en edad escolar en todo el mundo. En Ecuador, el MSP reporta que en zonas rurales hasta un 30% de la población infantil puede estar afectada por parásitos intestinales, subrayando la importancia de la desparasitación periódica y la educación en higiene.



La prevención es la primera línea de defensa contra las infecciones parasitarias

Hay algunas recomendaciones clave para tomar en cuenta:

- Higiene personal: Lavarse las manos regularmente con agua y jabón, especialmente después de usar el baño y antes de comer.
- Consumo de agua segura: Asegurarse de que el agua que se consume sea potable.
- Alimentos bien cocidos: Cocinar adecuadamente los alimentos para

matar cualquier parásito presente.

- Desparasitación Regular: Seguir las recomendaciones médicas para la desparasitación periódica, especialmente en niños.

Reconocer los signos de una posible infección parasitaria es crucial para mantener una buena salud. Si experimentas alguno de estos síntomas, se recomienda consultar a un profesional de la salud para una evaluación adecuada y recibir el tratamiento necesario. **vi**

PASSINERVAL®

Te devuelve la paz



Esta complicación en la salud de los más pequeños puede restringir su crecimiento, afectando su desarrollo e independencia.



Trastorno de alimentación

RESTRICTIVO O SELECTIVO EN NIÑOS

En muchas familias hay niños que tienen dificultades a la hora de comer debido a diversos factores, pero seguramente no se conoce mucho sobre el trastorno de alimentación restrictivo o selectivo ya que es relativamente nuevo. Los niños que presentan este trastorno de alimentación comen con muchas manías y son quisquillosos. Este trastorno suele empezar en la infancia a diferencia de los otros trastornos de alimentación y suele presentarse más en varones.

Detectar el trastorno de alimentación

Para detectarlo es necesario fijarse en los siguientes síntomas y signos:

- Falta de apetito.
- Desinterés a la hora de comer.
- Rechazo a probar nuevos alimentos.
- Bajo peso.
- Consumen poca variedad de alimentos y tienen sus preferidos.

LA FALTA DE NUTRICIÓN CAUSA MAREOS Y DEBILITAMIENTO ÓSEO. SE REQUIERE TRATAMIENTO CON ESPECIALISTAS.

- Les da miedo que al comer puedan atragantarse, sentir dolor o vomitar.
- Les afecta en sus relaciones sociales ya que se aíslan.
- Escaso crecimiento.
- Desnutrición por falta de ingesta de nutrientes de los alimentos.
- Algunos niños podrían presentar aumento de peso si es que consumen solo comida rápida.
- Cansancio.

La falta de nutrición por este trastorno de alimentación puede provocar mareos y desmayos debido a baja tensión arterial, pulso lento, deshidratación, debilitamiento de huesos y falta de menstruación en niñas. Es importante actuar a tiempo con un tratamiento multidisciplinario en el que trabajen en conjunto un nutricionista, médico y psicólogo especialista en trastornos de alimentación para eva-

luar y brindar herramientas para la mejoría del niño o niña.

Recomendaciones

El rol de la familia es muy importante ya que depende mucho de su voluntad y colaboración en el tratamiento. Algunas recomendaciones son:

- Evitar criticar a los niños cuando comen.
- Introducir y aumentar la variedad de alimentos poco a poco y sin forzar.
- Mantener un trato paciente hacia el niño o niña.
- Comer en familia.
- Enseñar a comer a los hijos con el ejemplo.
- Manejar una correcta educación nutricional a los hijos para mejorar la relación con los alimentos.
- Programar y organizar las comidas.
- Recompensar y alegrarse por las conductas positivas que van logrando y son mejoría.
- Gestionar bien los momentos de estrés y ansiedad.

Se desconoce la causa exacta de este trastorno de alimentación, pero algunos expertos lo asocian a una combinación de temperamento, genes y acontecien-

tos desencadenantes como atragantamiento, a su vez algunos niños que presentan este trastorno tienen una enfermedad por reflujo gastroesofágico, alergia u otras afecciones que desencadenan problemas de alimentación.

La mayoría de niños pueden recibir tratamiento en casa, pero algunas veces si se presenta una pérdida de peso grave y desnutrición van a requerir ser alimentados por sonda con suplementos alimenticios en un hospital. Este trastorno puede ser difícil de superar, pero es muy importante enfocarse en mejorar los hábitos y practicar un estilo de vida saludable, abordar los miedos que los niños puedan tener para comer mejor y mantener la calma durante el proceso del tratamiento.¹⁷



PRODUCTO
NUEVO

PRUEBA NUESTROS HELADOS

Delportal

¡COMPRA YA!
POR NUESTRA
APP DELPORTAL



¿AÚN NO LA TIENES?

¡DESCARGA YA!
APP DELPORTAL

DISPONIBLE EN Google Play | Descárgalo en el App Store



Delportal
SUPERMERCADOS
Más Fresco. Más Cerca.

CONOCE NUESTROS LOCALES Y HORARIOS DE ATENCIÓN:

- Moderna Plaza (Vía a Samborondón, km. 2,5) • La Joya • Villa Club
- Bosques de La Costa (Vía a la Costa, km. 9,8) 07h30 a 22h30
- Av. Fco de Orellana (Kennedy Norte) 07h30 a 21h00
- C.C. La Piazza (Samborondón) 07h30 a 22h00
- Gómez Rendón 08h00 a 21h00



BANCO BOLIVARIANO

Recibe reconocimiento de REDNI por su lucha contra la desnutrición infantil

En un acto de profundo significado social, Banco Bolivariano recibió reconocimiento especial por parte de la Red Nacional de Desnutrición Infantil (REDNI) en agradecimiento a su compromiso y esfuerzo en la lucha contra la desnutrición crónica infantil en Ecuador. Este galardón destaca la dedicación del Banco en generar un impacto positivo y sostenible en las comunidades.



UE

Celebra la admisión de 44 nuevos estudiantes en el programa de maestrías conjuntas “Erasmus Mundus”

La Unión Europea junto a la Asociación Erasmus Mundus (EMA) en Ecuador, realizó un evento para felicitar a los nuevos estudiantes ecuatorianos que entrarán al prestigioso programa de la Unión Europea Erasmus Mundus para el periodo académico 2024-2026. El proceso de selección de los becarios ha sido altamente competitivo.



HOTEL ORO VERDE GUAYAQUIL

Celebra 43 Años de historia y hospitalidad

Hotel Oro Verde Guayaquil, un ícono de la hotelería ecuatoriana, celebra 43 años de brindar una experiencia única a sus huéspedes. A lo largo de estas cuatro décadas, este emblemático hotel, ubicado en el corazón de la ciudad, ha consolidado su reputación como un referente de servicio en el país, acogiendo a visitantes de todo el mundo y convirtiéndose en un segundo hogar para muchos.



MOBIL ECUADOR

Presenta su Laboratorio de Análisis de Aceite “Smart Assistance” para el sector industrial

Enmarcada en su amplia experiencia en el desarrollo de productos, equipos y servicios de alta calidad, Mobil Ecuador anuncia el lanzamiento de su innovador Laboratorio de Análisis de Aceite “Smart Assistance”. Esta avanzada herramienta de diagnóstico está diseñada para aumentar la confiabilidad y productividad de los equipos industriales, reduciendo sus costos de mantenimiento.



DIFARE

Cuatro décadas liderando el acceso a la salud

Con un evento realizado en el Palacio de Cristal, los directivos de DIFARE S.A. celebraron su aniversario 40 junto a autoridades, proveedores, aliados y colaboradores. Por su aporte al beneficio del progreso y desarrollo del Ecuador, la Asamblea Nacional les otorgó la Condecoración Vicente Rocafuerte.



GRUPO DIFARE

presentó su undécimo Informe de Responsabilidad Corporativa y Sostenibilidad

La presentación del XI Informe de Responsabilidad Corporativa y Sostenibilidad de Grupo Difare se basa en los estándares del Global Reporting Initiative (GRI). El documento resume la gestión basada en criterios ambientales, sociales y de gobernanza (ASG) de las empresas que conforman este conglomerado empresarial.

CENTRO DE ENTRENAMIENTO VOCACIONAL

Prepara de manera integral en acciones formativas de calidad para la futura inclusión socio-laboral de tus hijos.

Brindando soporte social y técnico tanto al joven como a la **empresa.**

 Kennedy Norte. Av. Miguel H. Alcívar y Av. Luis Orrantia.

 +593 96 977 8819

 info@fasinarm.edu.ec

 www.fasinarm.edu.ec/



El banco para ti

Si quieres un banco que trabaje para ser un mejor banco para ti todos los días, sinceramente, este es el banco para ti.