

100
ANOS
LA PRENSA
GRÁFICA

ella

SAZONES

LESS CARBS
OPCIONES PARA UN
MENÚ SALUDABLE
CON MENOS DE
250 CALORIAS

EXCLUSIVA

COLOMBIAMODA

TODO LO VIVIDO
DURANTE LA
SEMANA DE LA MODA
EN COLOMBIA

SALUD
Y
BIENESTAR
CONSEJOS PARA
SENTIRTE BIEN
CONTIGO
MISMA

COUNTRY
STYLE

BÚSCALA
EN EL
KIOSKO LPG



ELLA ES MIEMBRO
DE

FIPP

The worldwide magazine media association

Nº 175 / AÑO 28 / SEPTIEMBRE 2015



7416600500056

ella.laprensagrafica.com

\$2.00



Contigo, en cada momento



mikemikesv



mikemikesv



mikemikesv

www.mikemike.com.sv



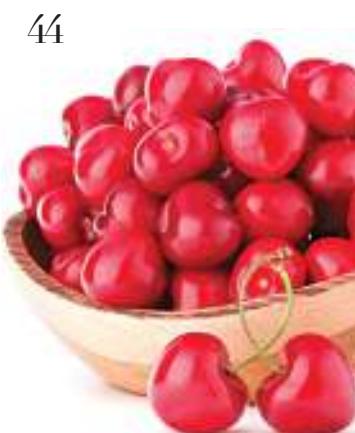
LA Belleza
TE RODEA

Beauty
FEST

DEL 10 AL 30 DE SEPTIEMBRE 2015

ENCUENTRA EN NUESTRAS SUCURSALES PROMOCIONES ESPECIALES,
SESIONES DE MAQUILLAJE, TIPS DE PROFESIONALES, CRÉDITO A PLAZOS,
REGALOS POR COMPRAS Y MÁS.





ESPECIAL SALUD Y BIENESTAR

PILATES Y BALLET WORKOUT SE FUSIONAN EN NUESTRO ESPECIAL DE ESTA EDICIÓN PARA MOSTRARTE DIVERSAS POSTURAS, TONIFICAR MÚSCULOS Y SENTIRTE BIEN CONTIGO MISMA.

ESPECIAL DE SALUD Y BIENESTAR

● BEAUTY

28 El aliado ideal para el cabello
TE SUGERIMOS DIVERSOS TRATAMIENTOS Y PRODUCTOS QUE CONTIEN ACEITE DE ARGÁN PARA QUE PUEDAS LUCIR UN CABELLO SUAVE Y SEDOSO. Además, conoce las propiedades y beneficios que este tipo de aceite le brinda a tu pelo.

44 Lo mejor en color rojo

¿SABÍAS LOS BENEFICIOS QUE TRAE A TU SALUD LOS FRUTOS ROJOS? Conoce acerca de como estos alimentos pueden ayudarte a llevar un vida balanceada y sobre todo saludable.

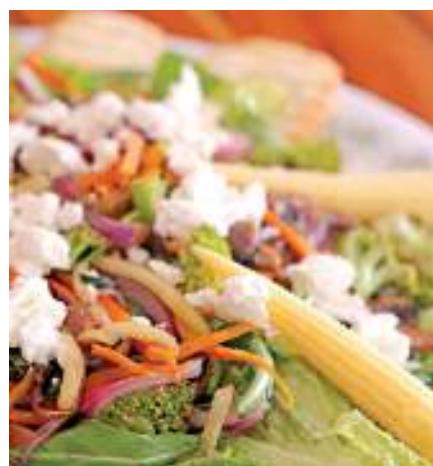
● FASHION

56 Lo mejor de Colombiamoda
ENTÉRATE DE LAS TENDENCIAS QUE MARCARON LA PASARELA EN LA SEMANA DE MODA DE MEDELLÍN, COLOMBIA. Una de las plataformas más importantes de Latinoamérica reunió a conocidos diseñadores para mostrar lo mejor en ropa, accesorios y calzado.

54 Una cartera, un lienzo

LA MODA NO TIENE LÍMITES, POR ESO TE MOSTRAMOS COLORIDAS Y PECULIARES CARTERAS. Las pinturas sobrepasan el lienzo y se convierten en protagonistas en estos imprescindibles accesorios.

● SAZONES



Platillos que cuidan tu salud

EN NUESTRA SECCIÓN DE SAZONES LE DEDICAMOS UN ESPACIO A LAS ENSALADAS TUS ALIADAS EN UNA DIETA BALANCEADA. Descubre deliciosas y saludables combinaciones con menos de 250 calorías para preparar en casa.



Live your life
Love your shoes

naturalizer
SHOES FIT FOR YOU

PARK AVENUE
SHOES & ACCESSORIES

Galerías / La Gran Vía

ella®

PRESIDENTE DEL GRUPO DUTRIZ:
JOSE ROBERTO DUTRIZ

DIRECTOR EDITORIAL:
GABRIEL TRILLOS

GERENTE DE REVISTAS:
FERNANDO GOLSCHER

EDITORIAL

EDITORA: GERALDINA CESTONI DE TORRES

COORDINADORA: ZORAYA MELÉNDEZ BONILLA

REDACTORAS:
MORENA LEIVA, SILVIA RIVERA, LAURA NAVARRETE,
CRISTINA DIMAS, KARLA CHICAS Y JENNIFER MONROY.

COLABORADORA:
ERICA ALVARENGA.

CORRECTORES DE ESTILO:
ROXANA RUANO Y EDWIN GONZÁLEZ

ARTE

JEFE DE CONCEPTOS VISUALES: ENRIQUE CONTRERAS

COORDINADOR DE DISEÑO: EDWIN RIVAS

DISEÑO: WALDO RAMSES BARAHONA

JEFE DE FOTOGRAFÍA: VLADIMIR LARA

EDITOR DE FOTOGRAFÍA: TEYO ORELLANA

FOTÓGRAFOS:
VÍCTOR RECINOS, ROBERTO VENTURA, RICARDO
SILIEZAR, GERSON NAJERA Y ERIKA RODRÍGUEZ

FOTO DE PORTADA
MODELO: ANA YANCY CLAVEL.
MAQUILLAJE Y PEINADO: SOFÍA SALGUERO, PARA
SALÓN DE MARLEN; Y KARLA TORRES, PARA
INTERNATIONAL SCHOOL OF DESIGN TOTAL IMAGE
VESTUARIO Y ACCESORIOS: STRADIVARIUS, ZARA Y
BERSHKA.
FOTÓGRAFO: GERSON NÁJERA
PRODUCCIÓN: SILVIA RIVERA

COMERCIALIZACIÓN

GERENTE DE VENTAS: MARGARITA GEOFFROY
EJECUTIVA DE VENTAS: WENDY ZELAYA, TEL: (503) 2241-2526

GERENCIA DE DISTRIBUCIÓN Y CIRCULACIÓN
RICARDO VALLADARES TEL: (503) 2241-2511 Y (503) 2241-2515

ELLA MAGAZINE
ES LA ÚNICA REVISTA SALVADOREÑA PARA LA MUJER
QUE ES AUDITADA POR VERIFIED EMPRESA LÍDER EN LA
AUDITORÍA DE CIRCULACIÓN DE REVISTAS Y PERIÓDICOS.

UNA PUBLICACIÓN DEL



¡CONTÁCTANOS!

Nos encantaría conocer tus ideas sobre ELLA MAGAZINE. Envía tus preguntas, sugerencias y comentarios a LA PRENSA GRÁFICA. Urbanización y bulevar Santa Elena, Antiguo Cuscatlán, La Libertad o escríbenos a nuestra dirección electrónica: ella@laprensagrafica.com

ELLA ES MIEMBRO DE



EL TIEMPO PUEDE ESPERAR

LA PIEL SE VE MÁS
JOVEN EN EL
85%⁽¹⁾
DE LAS MUJERES

5 BREVETS DÉPOSÉS
PATENTS PENDING⁽³⁾



Siempreviva, la flor que no se marchita, viene de lo profundo de Córcega y es el descubrimiento más preciado de L'Occitane. Su poder regenerativo se combina con un complejo único de siete ingredientes activos de origen natural (2).

La fórmula Divina ayuda a corregir los signos del envejecimiento, por lo que la piel se verá más suave y más firme con un brillo renovado de juventud.

L'OCCITANE, una historia verdadera

L'OCCITANE EN PROVENCE

L'Occitane Galerías • Centro Comercial Galerías 1er Nivel, Local I2-P0011 • (503) 2223-4636

L'Occitane Multiplaza • Centro Comercial Multiplaza 2do Nivel, Local C-42 • (503) 2243-7620



L'Occitane.ElSalvador



Loccitaneses



CON AIRE CAMPESTRE

No te puedes perder en nuestra versión tablet el video de la moda principal de esta edición, donde el estilo country se combina con el boho para proponerte frescas combinaciones en una atmósfera campesina. Encontrarás todos los detalles del backstage, para que disfrutes junto a nosotros de esta emocionante producción.



ANUTRIRTE DE COLOR

Porque cualquier método es bienvenido para desintoxicar el cuerpo, en el próximo Chat Ella, el 8 de septiembre, estaremos hablando de los beneficios de los jugos Detox, elaborados con frutas y verduras, para consentir tu cuerpo y eliminar toxinas.

: Recuerda mantenerte pendiente de nuestra cuenta en Twitter. Síguenos como @RevistaElla y encuentra información interesante para la vida de la mujer de hoy.

DESCARGA NUESTRA
EDICIÓN TABLET EN



Disponible para:



/lpg.ella



@Revistaella



/revistaella/



/RevistaElla

SÍGUENOS EN:

TAMBIÉN TE PODRÍA INTERESAR: [/lpgburmag](#) [/lpg.ejecutiva](#) [@blurmag](#) [@EjecutivaCA](#)



@Revistaella

Este mes, el artículo más retuiteado y comentado por nuestros seguidores en Twitter fue el siguiente:

#Pareja #Sexo

7 falsos mitos sexuales en ellos, que tú podrías creer

/lpg.ella

Consultamos a nuestras amigas en Facebook qué piensan de las mujeres que toman la decisión de no casarse. Estas fueron las respuestas más destacadas:

"Hay un compromiso más grande que el de un matrimonio, es el compromiso propio. El valorarte y estar con alguien por amor, no por contrato".

Amanda Fernanda

"Pienso que cada quien es libre de vivir su vida como quiere. Si no va con ella el matrimonio, pues que bien, y si llega alguien a su vida y la conquista para casarse, pues que bien también".

Aly Portillo

"Que se les debería respetar y no creer que se puede decidir sobre sus vidas solo porque no tienen la idea del montón".

Alejandra Carrasco



pierre cardin®
PCX

HAY QUE LUCIRSE

BOUTIQUES PIERRE CARDIN Y ALMACENES DE PRESTIGIO

Siguenos en

Saludable de PIES A CABEZA

DISFRUTA DE UN ESTILO DE VIDA QUE SE ACOMPAÑA DE LA BUENA COMIDA Y UNA RUTINA DE EJERCICIOS, LO QUE TE AYUDARÁ A DISFRUTAR MEJOR Y VIVIR MUCHOS MÁS AÑOS.

Mantenerse saludables comiendo bien y haciendo ejercicios de forma regular son retos muy grandes para muchas mujeres. Una de las cosas, que funciona, es buscar un deporte o rutina que te divierta, despeje la mente y que a la vez te ayude a mantenerte saludable. De esta forma, se convierte no solo en una obligación sino en un algo divertido. Así podrás ser constante y llevar a la meta este reto. Los beneficios mentales y físicos de esto te ayudarán a llevar un estilo de vida saludable, en elegir opciones saludables y vivir una vida más larga.

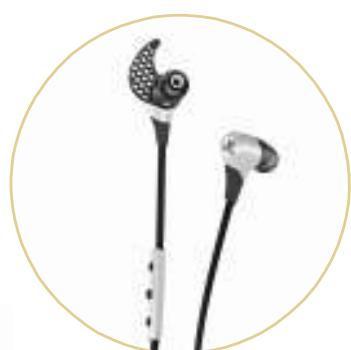
En esta edición te invitamos a informarte con temas interesantes con el especial de salud y bienestar que traemos para ti, donde encontrarás los mejores tratamientos para el cabello hechos con argán, libros con interesante lectura sobre hábitos de salud y fitness que no deben faltar en tu vida, las vitaminas que ayudarán a fortalecer tu sangre, las mejores notas sobre la salud en la sección Cortos; y en nuestra sección de moda, dos opciones: la deportiva, donde combinamos la ropa deportiva con la pasión del baile; y la moderna, que combina los aires del campo para usar en la ciudad. Una importante cobertura en exclusiva de los que se vió en la pasarela de Colombiamoda. Además, en el tema Sazones, ensaladas con menos de 250 calorías, y muchos otros temas de interés para cambiar, de una vez por todas, a un estilo de vida saludable: ¡entra al reto!



EDITORAR REVISTA ELLA
Quiero saber tu opinión,
escribeme a: ella@laprensagrafica.com



OXYGEN FACIAL
Esta rápida y refrescante mascarilla de oxígeno, creada por Dr. Brandt Skincare, ayuda a devolver la vitalidad a la piel cansada, en tan solo minutos.



BLUEBUDS X SPORT
Estos auriculares con Bluetooth, fabricados por JayBird, son ideales para salir a hacer ejercicio. Su tecnología elimina el "ruido blanco" y hace que la música suene de una forma limpia y clara.



COOL CLOTHES
Qué mejor que hacer ejercicio acompañado de este sports bra, diseñado por Alexander Wang para H&M.



MUY CHIC
Este bolso de Victoria's Secret, con colores vibrantes, servirá para llevar todos tus accesorios de forma muy a la moda y cuando no lo uses dóbalo y listo para guardar.

VIVE LOS IDIOMAS

Más que heredar tu estilo, enséñale el lenguaje de la moda. Aprende Francés en Academia Europea.



BONJOUR



Academia Europea



Número 1 en idiomas

Italiano • Alemán • Francés • Inglés • Portugués • Español • Mandarín

Inscríbete y aprende básicamente otro idioma en tan solo **4 meses**.

Grupos específicos: niños, jóvenes, adultos y profesionales.

Clases en grupo.
Mañana, tarde y noche.

¡INICIA YA!
Clases privadas, semiprivadas o corporativas.

En el lugar, a la hora y los días que prefieras.

¡INSCRÍBETE HOY! Niveles: básico hasta certificación internacional.

El Salvador del Mundo
2223-4785
2223-4135

Colonia Escalón
2263-4355
2263-4430

Santa Elena
2243-8054
2243-1015

Plaza Merliot
2288-2258
2288-2377

Galerías Escalón
2298-2410
2298-3422

Santa Ana
2440-2045
2440-1897

San Miguel
2661-0321
2660-7074

Plaza Mundo
2227-3110
2277-9359

San Vicente
2393-6735

Usulután
2624-0411

Sonsonate
2451-6365

Ahuachapán
2413-4375

Lourdes
2318-8129

academiaeuropea



academiaeuropea.com

NOVEDADES

● BEAUTY / Por: Silvia Rivera / Fotos: Erika Rodríguez y cortesía



DESLUMBRANTE COLECCIÓN BY MAC

● **GIAMBATTISTA VALLI.** EL DISEÑADOR DE ALTA COSTURA, ● **GIAMBATTISTA VALLI,** TRAE SU ELEGANCIA INNATA Y SU CELEBRACIÓN DE LAS FORMAS FEMENINAS, A UNA DESLUMBRANTE COLECCIÓN DE LÁPICES LABIALES ETERNOS. EN EL TONO CORAL DE TATS, EL ROSA PÁLIDO DE BIANCA B, EL MELOCOTÓN INTENSO DE MARGHERITA, EL ROJO REAL DE CHARLOTTE Y EL CEREZA OSCURO DE EUGENIE, LOS LABIOS ADQUIEREN UN HALO DE SOFISTICACIÓN. MAC CRYSTAL GLAZE GLOSS APORTA UN TOQUE ELEGANTE AL TRANSFORMAR EL COLOR DE CUALQUIER LÁPIZ LABIAL, CON UN ACABADO PERLADO ÚNICO. **BÚSCALA EN TIENDAS MAC.**



SECRETO DE BELLEZA

PRESTIGE COSMETICS PRESENTA PRIMED & READY FACE PRIMER.

● Prestige Cosmetics vuelve a conquistar el mercado con una herramienta poderosa de maquillaje: Primed & Ready Primer para rostro, una fórmula diseñada especialmente para minimizar poros y líneas de expresión, creando sobre la piel un velo de suavidad y uniformidad. Enriquecido con vitaminas A, E y C, además Bioflavonoids, que proveen a la piel beneficios relajantes y antioxidantes.

De venta en almacenes por departamento.



NATURALMENTE BELLA BB CREAM PRECIOSA, L' OCCITANE.

● Un producto esencial para una piel brillante, esta fórmula multibeneficio ayuda a emparejar el tono de la piel y corregir la tez, sin olvidar lo esencial: la juventud de la piel. Enriquecido con aceite esencial de siempreviva, ayuda a suavizar y proteger visiblemente la piel contra los efectos dañinos del fotoenvejecimiento, gracias a los filtros solares naturales.

Encuéntralo en Tiendas L'Occitane.



¡ADIÓS ARRUGAS DE ESCOTE!

¿BUSCAS UN PRODUCTO QUE COMBATA ARRUGAS EN CUELLO Y ESCOTE?

● Ha llegado la solución con Decolcare, de la prestigiosa firma SwissCare! Este producto contiene un exclusivo extracto que refuerza las defensas contra los radicales libres y protege el ADN de la piel, complementa la propia deficiencia lípida de la piel y optimiza los niveles de humedad de la epidermis. Estimula la producción de colágeno, dando lugar a una piel más firme. **De venta exclusiva en Sears.**



BESOS ADICTIVOS

GRACIAS A DIOR ADDICT FLUID STICK.

● Este producto es capaz de todo con un solo gesto: el color de alto impacto, la duración de un rojo de labios clásico y el brillo de un Gloss, todo en un fino acabado con un confort sensacional. Un auténtico objeto con un ingenioso diseño: la ilusión óptica se mantiene hasta que el estuche revela el aplicador impregnado de color glossy, tan fácil y preciso como una barra de labios convencional. **De venta en Almacenes Simán.**

NOVEDADES



HERRAMIENTAS PODEROSAS PARA LOGRAR UN MAQUILLAJE PROFESIONAL.

Max Factor presenta la nueva familia Facefinity: Facefinity All Day Flawless 3-en-1, que une tres herramientas de maquillaje en un solo frasco. Una perfecta combinación de Primer, base SPF y un corrector que logra un impecable acabado mate. También encuentra el Facefinity All Day Primer, una poderosa herramienta de maquillaje, que logra crear un lienzo perfecto como base para cualquier look. Su secreto está en el trabajo de los microcorrectores, que absorben el sudor y la grasa del rostro. **Encuéntralo en almacenes de prestigio y supermercados.**



LA NUEVA JOYA DE BULGARI PARA ENAMORAR EL OLFAUTO FEMENINO.

Bulgari presenta su nueva fragancia: Aqua Divina, considerada una joya nacida de las maravillas del mar mediterráneo. Su creador es Alberto Morillas. La fragancia combina notas que huelen a frescura, como la bergamota o mandarina. Pero combinada con las más misteriosas, como maderas preciosas, que recuerda los orígenes de Bulgari. **Disponible en Almacenes Simán.**



MIRADA FRESCA Y LIMPIA IDRAET LANZA AL MERCADO SU NUEVO DESMAQUILLANTE PARA OJOS: FRESH & CLEAN EYES.

Un fabuloso producto diseñado para facilitarte la tarea de desmaquillar tus ojos en un solo paso, gracias a su fórmula fresca que no deja efecto graso, remueve rápidamente el maquillaje contra agua y deja tu piel libre de residuos, con una sensación de frescura incomparable. **Encuéntralo en almacenes de prestigio y supermercados.**



GLAMOUR Y BELLEZA THE MATTE LIP, MAC.

Para quienes prefieren un glamour imperecedero, en lugar de un estilo llamativo, el sofisticado encanto del acabado mate lo es todo. Ahora, MAC amplía su oferta de este clásico acabado símil gamuza con 12 nuevos tonos de Matte y Retro Matte Lipstick. Estos lápices labiales prometen un toque de color, que permanecerán en tus labios con una impresionante duración. **Disponibles en MAC Cosmetics.**

COLORETE A FLOR DE PIEL DIORBLUSH CHEEK STICK BY DIOR.

LA EXCLUSIVA MARCA DIOR, PRESENTA DIORBLUSH CHEEK STICK: UN NUEVO RUBOR EN FORMA DE UNA BARRITA NÓMADA, GRUESA COMO UN STICK, QUE INSTINTIVAMENTE Y SIN CÁLCULO SE DESLIZA SOBRE LAS MEJILLAS Y DESPIERTA UNA BUENA CARA INTENSA O EVANESCENTE, SEGÚN LOS DESEOS. SU SUAVE TEXTURA SE FUNDE FÁCILMENTE Y SIN PROBLEMAS SOBRE LA PIEL DE TUS MEJILLAS, DANDO UN ACABADO PERFECTO. **BÚSCALO EN ALMACENES SIMÁN.**



1

Limpieza

• Limpia tu rostro a diario, por la mañana y en la noche, es muy importante, pues mediante este proceso podrás eliminar el maquillaje, la grasa y las impurezas que se acumulan a lo largo del día, en estas zonas tan expuesta de tu piel. Además, ayuda a reducir la posibilidad de que los poros se obstruyan. Por eso, SwissCare Cosmetics recomienda el uso de la leche desmaquillante Cleansingmilk o la gel desmaquillante Facewash.

UNA PEQUEÑA DIFERENCIA
La piel durante la noche es más receptiva a recibir y absorber los nutrientes perdidos durante el día.

INCREÍBLES RESULTADOS
Los productos de SwissCare Cosmetics nos ayudan a tener una piel limpia, fresca y radiante todo el día, todos los días.



RUTINA DE CUIDADO DIARIO

CONTAR CON UNA RUTINA FACIAL ADECUADA ES LA CLAVE PARA MANTENER LA SALUD DE NUESTRA PIEL. POR LO TANTO, SWISSCARE COSMETICS HA CREADO SU LINEA DE CUIDADO DIARIO, QUE NOS PROPORCIONA LOS PRODUCTOS ADECUADOS PARA CUMPLIR ESTA RUTINA DIARIA. SEA CUAL SEA NUESTRO TIPO DE PIEL, SIGUE ESTOS IMPORTANTES PASOS.

2

Tónico

• Despues de limpiar el rostro debemos de aplicar tónico para eliminar los residuos de maquillaje, que no hemos quitado con la limpieza. Además de refrescar, hidratar, purificar y equilibrar el PH de la piel, ayuda a reducir la apariencia de poros. SwissCare Cosmetics recomienda el uso de tónico facial Cleansingtonic.



3

HIDRATACIÓN

• Como último paso para una rutina de limpieza diaria, debemos de rehidratar la piel. Una piel deshidratada envejece más rápidamente y no se ve saludable. SwissCare Cosmetics recomienda utilizar un hidratante para el contorno de ojos, como EyeNightcream, ya que no debemos aplicar una crema facial en esta área, que es más sensible; en la mañana Daycare y por la noche Nightcare.

SWISSCARE



COSMETICS



Tu rutina de belleza diaria para el
cuidado de la piel

Excellece Creme de L'Oréal Paris, presenta su nueva colección Negros Legendarios, con tres tonos para lucir una cabellera impecable como la de artistas como Sophia Loren, una inspiración para la colección.



NEGROS LEGENDARIOS

EXCELLENCE CREME DE L'ORÉAL PARIS PRESENTA SU NUEVA COLECCIÓN "NEGROS LEGENDARIOS", INSPIRADOS EN MUJERES RECORDADAS POR SU PERSONALIDAD Y BELLEZA, PERO SOBRE TODO POR SU ESPECTACULAR CABELLERA.

Muchas mujeres son recordadas por su personalidad, belleza y espectacular cabellera, una de ellas es Sophia Loren, quien fue un ícono de sensualidad y voluptuosidad de Hollywood. Fue siempre reconocida por imponer su cabellera oscura en mundo de rubias. Esta espectacular mujer es considerada como una de las divas más reconocidas del cine de los años cincuenta.

Inspirados así en esta legendaria actriz, Excellence Creme presenta su nueva colección Negros Legendarios, en tres tonos excepcionales: 20+ Negro Luminoso Profundo, 30+ Castaño Oscuro Profundo y 25+ Negro Zafiro Profundo.

ro. Esta fórmula de triple protección cuenta con pro-keratina, colágeno y ceramidas, que protegen cada fibra del cabello profundamente, logrando un color más intenso e incomparable.

LA CAMPAÑA

En la presentación de esta incomparable colección, la modelo Bianca Balti ha sido la elegida por ser una de las más hermosas supermodelos de hoy, y quien personifica la sensualidad de Sophia Loren en esta campaña de L'Oréal Paris, luciendo un color intenso. Recuerda que mantener un color hermosos que luzca extraordinario como el primer día de coloración es posible con Excellence Creme.



Bianca Balti, una de las supermodelos más hermosas de hoy, es la imagen de esta campaña y quien personifica la sensualidad de Sophia Loren.

EXCELLENCE

NEGROS LEGENDARIOS



30+
Sophia

Crea tu propia Leyenda...
Bianca Balti.



**EXCLUSIVA TRIPLE PROTECCIÓN
NEGRO INTENSO E INCOMPARABLE
INSPIRADO EN SOPHIA LOREN**

- COLOR PERFECTO, TRIPLEMENTE PROTEGIDO
- COLOR INTENSO Y DURADERO
- 100% COBERTURA DE CANAS



L'ORÉAL
PARIS

Ingresá a L'Oréal Paris CA
y participa por el look de Sophia Loren

TIPS

Griin Skin para el cuidado de tus uñas

Así como cuidas de tu piel y cabello, tus uñas también necesitan de la dedicación para el cuidado de su salud y apariencia. Por eso Griin Skin te presenta algunos tips básicos para lucir uñas radiantes.



PIEL, CABELLO Y UÑAS RADIANTES

Griin Skin es un suplemento ideal para mantener tu piel, cabello y uñas radiantes. Griin Skin contiene 7 gramos de Colágeno Hidrolizado, que juega un papel muy importante a la hora de mantener la tersura de la piel y firmeza de los músculos, ya que contribuye a la formación de hasta el 75% de fibroblastos (fibras de colágeno) que aportan elasticidad e hidratación a la misma. Además, el contenido de Colágeno Hidrolizado, Ácido Pantoténico y Biotina de Griin Skin contribuyen a mantener la fuerza, brillo y flexibilidad del cabello, haciéndolo lucir siempre saludable y hermoso. Griin Skin también promueve la salud de tus uñas porque contiene los ingredientes necesarios para mantenerlas fuertes y promover su sano crecimiento.



Griin Skin te ayudará a cuidar tu piel desde su interior, mejorando la elasticidad, e hidratación que tu piel necesita para lucir radiante.

No olvides incluir a Griin Skin en tu rutina diaria de belleza.



crema

Tus uñas necesitan humectación no basta con aplicar crema en las manos, también aplica un poco en la cutícula y déjala que se absorba. Su función básicamente es actuar como un sellador protector a prueba de agua para mantener tus uñas sanas, en buen estado y protegerlas de hongos, bacterias y celulas de levadura que causan infecciones. Hidralas al menos dos veces por semana.



guantes

Cuando lavas ropa a mano, lavas trastes o limpias con productos químicos, protege tus manos con guantes de látex, y es importante lavar las manos y aplicarnos un poco de crema hidratante. Realmente hace la diferencia en la apariencia de las uñas y la manera en que crecen.



cutícula

La cutícula protege a la uña, la ayuda a que crezca sana y si la remueves dejará de proveerle vitaminas a la uña y podría lastimarse fácilmente. Cuando te hagas la manicura, empuja la cutícula suavemente para limpiar un poco la uña, pero no la remuevas. Lo más indicado es cortar con una tijera la parte que te molesta y luego aplicar crema para hidratar.



quita esmalte

Hazte el manicure mínimo 1 vez cada dos meses. Algunas personas lo ven como un lujo, pero el manicure y el pedicure brindan un mantenimiento indispensable a las uñas, las manos y los pies. Despues de cada manicure tus uñas lucirán diferentes y les ayudará a crecer fuertes y bonitas.

GRIIN SKIN

PIEL, CABELO Y UÑAS
RADIANTES

GRIIN SKIN

Con su fórmula Natural
+7 gramos de Colágeno
promueve:



Piel radiante y
protección Antiarrugas



Cabello saludable



Uñas fuertes



Por tercer año consecutivo, VIJOSA, es reconocido como

EXPORTADOR #1 SECTOR FARMACÉUTICO

Ranking Industrial Asociación Salvadoreña de Industriales



VIJOSA
LABORATORIOS



SANGRE DE HIERRO

+ PROCURA QUE EN TU DIETA ALIMENTICIA NO HAGAN FALTA LOS SIGUIENTES COMPONENTES QUE TE PROPORCIONARÁN UNA ALTA CANTIDAD DE HIERRO Y ÁCIDO FÓLICO PARA FORTALECER TU SANGRE. EL CONSUMO DE ESTOS TE BRINDARÁ UN ORGANISMO SANO Y RESISTENTE, CON ENERGÍA PARA DESARROLLAR TUS ACTIVIDADES SIN CANSANCIO Y ESTAR PREPARADA PARA COMBATIR LAS INFECCIONES.

ENRIQUECIDO PLATO DE LEGUMBRES

NECESARIO PARA LA FORMACIÓN Y MADURACIÓN DE LOS LEUCOCITOS, EL ÁCIDO FÓLICO ES ESENCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA SANGRE.

Los frijoles, los garbanzos, las lentejas y guisantes son algunos de los ejemplos de legumbres que te ayudarán a aumentar los niveles de hierro. Según estudios, 1/2 taza de frijoles negros aportan 1.8 miligramos de hierro y otras sustancias que ayudan a fortalecer la sangre; además, contiene vitamina E, cobre y zinc. Recuerda que las células sanguíneas necesitan nutrientes específicos para su correcta formación y desarrollo.



EL COMPLEMENTO IDEAL

Por ser una rica fuente de hierro y ácido fólico, la remolacha es indicada para embarazadas o mujeres que están con la menstruación. Además, debido a que aporta mucha energía al organismo, es indispensable para las personas que tienen anemia o enfermedades en la sangre. Asimismo la remolacha es esencial en la producción de la hemoglobina y considerada como uno de los remedios naturales para impulsar el recuento sanguíneo, ya que tiene la capacidad de activar la función de oxigenación celular.



UNFAVORABLE ANTOJO

LAS CARNES ROJAS Y BLANCAS SON RICAS EN HIERRO Y FACILITAN LA TAREA PARA QUE EL CUERPO ABSORBA LOS NUTRIENTES QUE MÁS NECESITA.

Las ostras entran en esta categoría como una de las fuentes más recomendadas por su alto nivel de nutrientes, en los que destaca el hierro previniendo la anemia y aumentando la resistencia natural del organismo a las infecciones.

● SALUD / CABELLO / MODA / SAZONES / CORTOS ●

ESPECIAL



SALUD Y BIENESTAR

Para disfrutar de una vida plena es necesario cuidar muchos detalles en tu estilo de vida, por eso te brindamos este especial que te brindará algunas opciones para estar bella y saludable. Encuentra una moda para ejercitarte, productos para cuidar tu cabello, consejos de nutrición y menús bajos en calorías, entre otros temas, además de consejos de los mejores médicos que serán de mucha utilidad, también lugares para cuidarte. Todo para lograr cambios positivos.



Crop top en tono rosa y leggins deportivo negro, Nike Factory. Bola para hacer pilates, con 75 cm de diámetro, Almacenes Simán.

URBANI

FITNESS

EL BALLET WORKOUT Y EL PILATES SON DOS ALTERNATIVAS SOFISTICADAS PARA TONIFICAR LOS MÚSCULOS Y ENTRAR EN CONTACTO CON TU ESPÍRITU.

MODA | Por: Laura Esmeralda Navarrete | Fotos: Ricardo Siliézar





Blusa deportiva de tirantes en color magenta y negro, y pantalón ajustado, **Almacenes Simán**. Cubo para ejercitarse, **Almacenes Simán**.

Sudadera deportiva negra, blusa de mangas cortas en color negro con transparencias, pantalón deportivo en combinación con magenta y negro y termo para agua.
Almacenes Simán.



Blusa deportiva con mangas
y short ajustado con
tecnología de ventilación
paralapiel, **Nike Factory**.
Banda elástica para el
cabello en tono rosa,
Almacenes Simán.



D'Oliva Light

MAYONESA D'OLIVA McCORMICK

Hemos combinado el delicioso sabor y consistencia de la mayonesa McCormick® que ya conoces, con los beneficios del Aceite de Oliva.



Pasión por el Sabor

1**BC OIL MIRACLE**

Este milagroso aceite de argán, de Schwarzkopf Professional, le aportará al instante un brillo y un tacto suave a tu cabello, sin sobrecargarlo. Su innovadora fórmula se evapora extendiendo una capa ultrafina sobre el cabello, que se distribuye fácilmente, proporcionando nutrición y un efecto antienredado. \$35. The Beauty Shop.

**2****HYDRATING STYLING CREAM**

Esta crema para peinar, marca MoroccanOil, está diseñada para lograr un secado perfecto. Aporta las extraordinarias propiedades acondicionadoras del aceite de argán, rico en antioxidantes, y provee una caída suave, además de hidratar y combatir el frizz. \$33. Vidal's Salon & Spa Urbano.

3**OIL TREATMENT**

Este tratamiento de aceite de argán penetra en el cabello al instante, proporciona suavidad, brillo y acondicionamiento sin dejar residuos. Solo tienes que aplicar una pequeña cantidad en el cabello húmedo o seco. \$15.85. Almacenes Simán.



ACEITE DE ARGÁN, ¡AL RESCATE!

EL BRILLO INSTANTÁNEO, LA SUAVIDAD Y DOCILIDAD DE TU CABELLO, SOLO SON ALGUNOS DE LOS BENEFICIOS DEL ACEITE DE ARGÁN, QUE LO PODRÁS ENCONTRAR EN LOS SIGUIENTES PRODUCTOS QUE TE PRESENTAMOS.

5**SUBLIMIS OIL DEEP TREATMENT**

Una fórmula para cabellos gruesos o muy secos, que nutre y refuerza, suaviza e ilumina. Su consistencia permite vehicular los principios activos en profundidad, haciendo que sea aún más eficaz la acción reacondicionadora. \$21.50. The Beauty Shop.

**4****SHINE LIGHT OIL**

Un aceite que hace relucir los cabellos y destaca la brillantez del color, gracias a las virtudes del aceite de argán. Su textura ultraligera lo vuelve especialmente adecuado para cabellos finos que se vuelven dóciles. \$29. The Beauty Shop.



PROPIEDADES Y BENEFICIOS

1

UN PRINCIPIO MUY VERSATIL POR SUS MÚLTIPLES BENEFICIOS, SE PUEDE APLICAR EN LA CARA, CUERPO Y CABELO.

• Ya que su uso no se limita al cabello, el aceite de argán es ideal para el rostro. Hidrata y nutre intensamente, gracias a que el argán es rico en ácidos grasos, que mantendrán una hidratación óptima y su elevada presencia de vitaminas antioxidantes como las vitaminas C o E, además de otros nutrientes esenciales, que cuidan las diferentes capas del cutis.

2

UN TRATAMIENTO PROFUNDO PARA EL CABELO
EL ACEITE ARGÁN ES UN ALIADO PARA LA APARIENCIA SALUDABLE DE TU PELO.

• No importa el tipo de cabello que tengas: para mantenerlo saludable y proporcionarle toda su belleza natural, el aceite de argán es el indicado. Contiene todos los elementos necesarios para nutrir y revitalizar el cuero cabelludo, te ayuda a controlar el frizz, proporciona brillo, suavidad, flexibilidad y fuerza.

3

ALTO CONTENIDO DE VITAMINA E CONOCIDO COMO EL ORO LÍQUIDO, EL ACEITE DE ARGÁN CONTIENE UN SINFÍN DE BENEFICIOS

• Vitaminas, antioxidantes y ácidos grasos hacen del aceite de argán una fuente de beneficios. Su alto contenido de vitamina E ayuda a humectar y evitar los signos de envejecimiento. Además, proporciona salud a las uñas y fortalece el cabello, dándole brillo y manteniéndolo sedoso y manejable.



4

UN POTENTE ANTIEDAD Y REGENERADOR GRACIAS A SUS ANTIOXIDANTES, EVITA LOS SIGNOS DE ENVEJECIMIENTO.

• Debido a sus propiedades y vitaminas, el aceite de argán ayuda a restaurar el metabolismo natural, reduciendo las arrugas y mejorando el estado de la piel, para conservarla suave y tersa.



ARIUM
SCALP&HAIR SOLUTIONS

SALUD Y BALANCE DESDE LA RAÍZ

Deja que tu cabello se encuentre en equilibrio, con un cuero cabelludo sano fortaleciéndolo de una manera integral desde la raíz a las puntas.



www.disprobe.com - www.arium.com.mx
Disponible en tu sala de belleza favorita o llama al 2121 - 8000.

DISPROBE ➤



En los últimos años se ha visto el crecimiento de productos bajos en calorías que además prometen un buen sabor. Sin embargo, muchas veces las expectativas de este tipo de productos no son cumplidas.

Esevía, es la fusión de azúcar morena y del extracto natural de la hoja de stevia. Una combinación única, ideal y que brinda equilibrio al organismo.

¿Por qué esta dulce fusión? Esevía contribuye a un metabolismo efectivo, ya que el extracto de la hoja de stevia se absorbe rápidamente por el tracto gastrointestinal sin acumulación en el organismo y el azúcar morena permite un correcto aporte de energía, caso contrario a los endulzantes artificiales que no logran ser metabolizados (absorbidos o digeridos) por el organismo y no brindan la energía necesaria para las actividades del día a día.

Récuerda... Si la naturaleza es sabia, ¡tú también! por eso prefiere lo natural.

stevia
Azúcar Morena
MENOS CALORÍAS



**¡Ahora, prepara
tus postres
con el sabor
de lo natural!**

Reduce hasta el 60% de calorías



1/2 TAZA
DE ESEVIA

= EQUIVALE A
LA DULZURA DE:
1 DE AZÚCAR



stevia+
Azúcar Morena
MENOS CALORÍAS

esevia
ENDULZANTE NATURAL
www.esevia.com

INNOVACIÓN Y CALIDAD EN SERVICIOS DE SALUD

El Hospital de la Mujer cuenta con una privilegiada ubicación en la Colonia Escalón, liderando el sector de salud por más de 25 años y brindando servicios con implementación y renovación de tecnología del mejor nivel en la región.

El reto constante es certificar a la familia salvadoreña el respaldo de especialistas médicos, personal de enfermería y administrativo de la más alta calidad, proporcionando servicios de Emergencia, atención quirúrgica, hospitalización y servicios diagnósticos en un ambiente confortable y moderno las 24 horas.

El Hospital de la Mujer ha diversificado los servicios a todos los miembros de la familia y está preparado para recibir niños, adultos y personas de la tercera edad que necesitan servicios ambulatorios, hospitalización por enfermedad o accidente o cirugías que son realizadas bajo técnicas modernas.

Brinda una moderna área de habitaciones privadas y confortables para las necesidades de los pacientes y cómodas salas de espera para sus familiares y



El Hospital de la Mujer está preparado para recibir niños, adultos y personas de la tercera edad, que necesitan servicios ambulatorios, hospitalización por enfermedad o accidente o una gran gama de cirugías que son practicadas bajo técnicas muy modernas.

amigos; además cuenta con una sala de operaciones diseñada con sistemas bacteriológicos hepa y diferencial de presión positiva y superficies estructuradas para no permitir la adherencia de bacterias. Con el fin de extender una placentera estancia a nuestros pacientes, se han diseñado salas de recuperación post-anestésica con monitor cardio-respiratorio y camillas ergonómicas que garantizan una óptima transición de recuperación.

Con la diversificación de servicios médicos, se ha permitido un crecimiento constante, por lo que actualmente se está ejecutando un nuevo proyecto de expansión que comprende el desarrollo de dos edificios de tres pisos que albergarán: Clínicas, unidades hospitalarias, locales comerciales y plazas para parqueos. El objetivo de este proyecto es la extensión de especialidades médicas, el servicio de imágenes con un moderno equipo de Resonancia Magnética y el servicio de Laboratorio Clínico.



En el Hospital de la Mujer encontrará siempre atención médica hospitalaria de la más alta calidad científica y humana, con el respaldo de especialistas médicos.

Emergencias: (503) 2555-1215

Website:
www.hospital-mujer.com

Email:
atencioncliente@hospital-mujer.com

PBX: (503) 2555-1200
FAX: (503) 2263-5187

Dirección:
81 Av. Sur y Calle Juan José Cañas,
Colonia Escalón, San Salvador, El Salvador



Hospital de la Mujer
Atención integral para toda la familia

Servicios *Hospitalarios*



- Área de hospitalización
- Cirugía ambulatoria
- Sala de operaciones y recuperación
- Cuidados intensivos
- Sala de partos/nursería
- Cuidados intensivos neonatales
- Unidad de cateterismo cardíaco
- Unidad de hemodiálisis
- Laboratorio clínico
- Rayos X e imágenes médicas
- Ultrasonografía ginecológica
- Terapia respiratoria
- Servicio de ambulancia

*Contamos con un personal
altamente capacitado en el área de salud.*

Departamento de Servicio al Cliente del Hospital: (503) 2555-1201

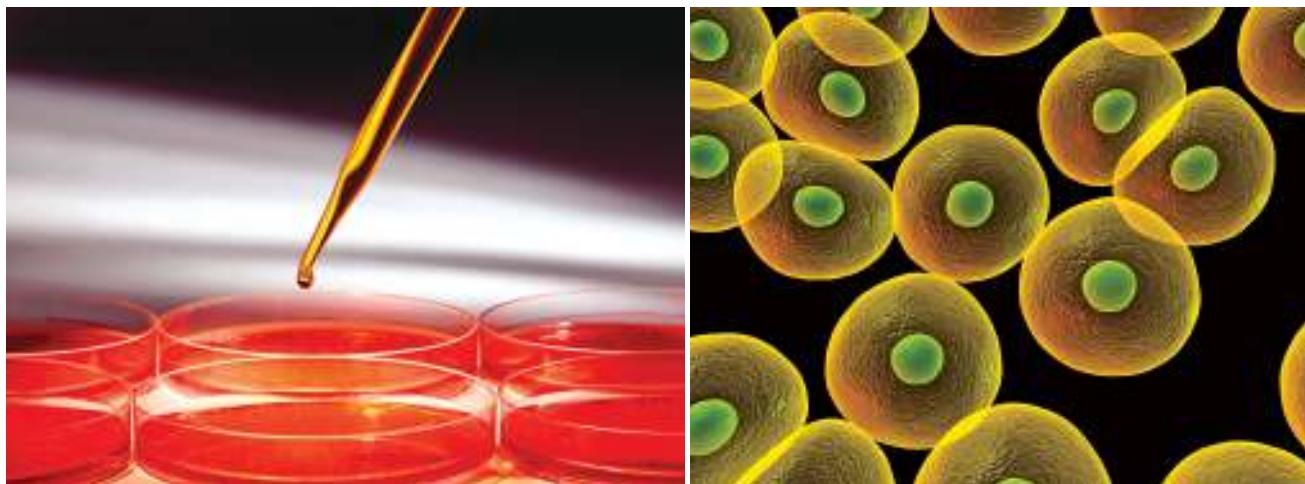


Servicio
24 horas

www.hospital-mujer.com
Búscanos en Facebook 



Hospital de la Mujer
Atención integral para toda la familia



MITOS Y REALIDADES DE LAS CÉLULAS MADRE

El cuerpo humano contiene cientos de diferentes tipos de células que son importantes para nuestra salud diaria. Estas células son responsables de mantener nuestros cuerpos en funcionamiento cada día, para hacer que nuestro corazón late, que nuestro cerebro piense, que nuestros riñones limpian la sangre, para reemplazar las células de nuestra piel a medida que se renueva y esas células son precisamente las células madre.

Estas células madre son muy importantes para la salud, porque cuando tu cuerpo tiene una lesión o enferma, muchas células se dañan o se mueren. Cuando esto sucede, las células madre de tu cuerpo se activan inmediatamente y tienen la tarea de reparar los tejidos dañados y sustituir las células que mueren rutinariamente. De esta manera las células madre nos mantienen sanos e impiden el envejecimiento prematuro. Las células madre son como nuestro propio ejército de médicos microscópicos.

Acá te compartimos algunos de los mitos más frecuentes en relación a las células madre:

MITO: las células madre solo provienen de embriones.

REALIDAD: las células madre están presentes en todos los órganos, principalmente en la grasa, medula ósea, sangre,

cordón umbilical, placenta, líquido amniótico, dientes y muchos otros órganos.

MITO: la Iglesia está en contra de las células madre.

REALIDAD: la Iglesia católica apoya firmemente la investigación y aplicación con células madre adultas, únicamente se opone a la investigación con células madre embrionarias, ya que las células se toman de embriones, destruyendo así la vida humana.

MITO: los tratamientos con células madre adultas producen cáncer.

REALIDAD: con los tratamientos de células madre adultas NO se ha reportado ningún proceso tumoral. Al contrario, estas han sido usadas exitosamente para tratar diversos tipos de cáncer. Los únicos reportes de tumores relacionados con tratamientos de células madre, han sido con el uso de células madre embrionarias.

MITO: Las células madre pueden curar todas las enfermedades.

REALIDAD: Las células madre no son una solución milagrosa a todas las enfermedades. Las terapias con células madre han tenido resultados exitosos especialmente en enfermedades donde la medicina tradicional no tiene nada que ofrecer y en las enfermedades crónicas degenerativas, como por ejemplo: artritis reumatoide y proble-

mas osteoarticulares, diabetes, Parkinson, Alzheimer, autismo, lupus, degeneración macular, VIH/SIDA, enfermedades pulmonares insuficiencia renal y hepática, esclerosis múltiple, derrame cerebral, lesiones de la médula espinal, disfunción eréctil, alopecia, entre otras. Actualmente, en Estados Unidos se ofrece como terapia en más de 70 enfermedades.

Es así como hoy en día el uso de las células madre está transformando la medicina, ya que están siendo utilizadas para tratar muchas condiciones médicas que hasta el momento ninguna pastilla o medicamento ha logrado mejorar esas enfermedades.

Si estás interesado en conocer más sobre células madre y sus usos actuales para mejorar la salud, puedes contactar a los teléfonos de EL SALVADOR MED CENTER®, primer centro en la aplicación, entrenamiento e investigación de células madre adultas en Centroamérica, al (503) 2263-0101 y 2263-0202, donde el grupo más selecto de especialistas, te darán la información adecuada o también puedes visitar la página web: www.elsalvadormedcenter.com.

EL SALVADOR MED CENTER®
Tel.: 2263-0101 y 2263-0202, página web:
www.elsalvadormedcenter.com.



DISFRUTA DE LA VIDA CON CÉLULAS MADRE

EL SALVADOR
MED CENTER
Tecnia Celular y Antienvejecimiento

La medicina del futuro HOY

Excelentes beneficios para:

- Antienvejecimiento
- Diabetes tipo 1 y 2
- Disfunción eréctil
- Asma, bronquitis crónica, fibrosis pulmonar
- Parkinson, Alzheimer, Esclerosis múltiple
- Artritis reumatoide, lupus y esclerodermia
- Accidente cerebrovascular
- Post Infarto de miocardio
- Osteoartritis
- Problemas hepáticos y renales
- Colitis Ulcerativa, enfermedad de Crohn
- Lesiones deportivas
- Tratamiento de cicatrices, alopecia
- Rejuvenecimiento facial, cuellos y manos

2263-0101

www.esmedcenter.com

info@esmedcenter.com



**1^{er} CENTRO MÉDICO EN CENTROAMÉRICA PARA LA APLICACIÓN,
INVESTIGACIÓN Y ENTRENAMIENTO ESPECIALIZADO DE CÉLULAS MADRE.**

Ahora en El Salvador
El tratamiento N°1
de los famosos
“Vampire Facelift”
con ECLIPSE **MICROPEN™**

- Elimina manchas y cicatrices
- Disminuye poros abiertos
- Desvanece líneas finas y arrugas moderadas

“Porque tú te mereces lo mejor”

**¡Haz tu cita al
2263-0202!**

Atendido por Personal Médico Calificado



Solo en:

**Body
Balance**
by MED CENTER

HAIR SPA:

BIENESTAR, SALUD Y BELLEZA

para tu cabello

Sí pensaste que el concepto de "spa" solo se aplica para tratamientos corporales, te comentamos que también tu cabello necesita de mimos y de atención, y qué mejor manera de recibirlos que a través de un hair spa, que más que una tendencia es una filosofía en tratamientos capilares para darle bienestar a tu cabello.

Hay que tomar en cuenta que el cabello también sufre de estrés, al igual que es resto de nuestro cuerpo, debe soportar los factores ambientales, cambios de clima, el sol, el viento y todos los procesos químicos al cual se somete. Esto trae como resultado caída del cabello, caspa, poca elasticidad, cabello opaco y sin brillo, entre otros signos.

Respondiendo a estas necesidades, la marca Framesi, con tec-

nología italiana, a través de su línea de productos Morphosis, es la pionera en introducir el concepto "spa" en la industria capilar. Morphosis está formulado y diseñado para transformar el cabello y el cuero cabelludo.

El poder del arándano, granada, limón, naranja, aceite de argán, girasol, las algas son ingredientes que hacen de Morphosis el método más eficaz y rápido para dar a tus cabellos la belleza que necesitan.

Para Morphosis, de Framesi, es muy importante cada momento de tu cabello para alcanzar ese bienestar y equilibrio, por eso dentro de su filosofía capilar se resalta la importancia de realizar un buen diagnóstico y asesoramiento, así como una correcta prescripción para que obtengas el tratamiento idóneo.



MORPHOSIS DENSIFYING:
anti-caída y regeneración



MORPHOSIS DESTRESS:
cuero cabelludo sensible



MORPHOSIS BALANCE: anti-grasa



MORPHOSIS PURIFYING: anti-casca



MORPHOSIS SCALP CONTROL:
regulador de cuero cabelludo



MORPHOSIS REPAIR: S.O.S.
para cabello dañado



MORPHOSIS SUBLIMIS OIL:
tratamiento con aceite de Argán



MORPHOSIS COLOR PROTECT: protección de color

Todos los productos de Framesi son distribuidos exclusivamente por DISPROBE, si deseas más información llamar al 2121-8000.

Salud y bienestar El manejo de la atención de paciente en casa

Ser el encargado principal del cuidado continuo de un ser querido puede ser un verdadero desafío. Debe aprender a mantener el equilibrio entre el trabajo, la familia y sus propias necesidades, mientras cuida de alguien más y cumple con algunas de las responsabilidades que el ser querido solía tener. El cuidado continuo de su ser querido puede requerir habilidades o destrezas con las que no está familiarizado y demandar la habilidad de manejar su atención.

Por eso S.T. MEDIC les facilitará con los mejores productos para dar comodidades para el paciente en casa.

S.T. MEDIC tiene a la venta productos que están distribuidos en el departamento de Home Care, Cuidado Personal, Seguridad en el Baño; donde encuentra productos de la mejor calidad que mejora el bienestar del paciente en casa.

Además cuenta con departamentos de Fisioterapia y Ortopedia, Salud; donde encuentra Equipo de Diagnóstico y Glucómetro para uso en casa como el Tensiómetro Digital que ayuda a la presión arterial elevada (también conocida como hipertensión) es una condición común que, de no ser controlada, puede causar futuros problemas de salud.

Según la Asociación Americana del Corazón, la hipertensión continua puede cau-

sar debilidad vascular (causando rupturas llamadas Aneurismas), cicatrización vascular, coágulos y placas (que son la causa número uno de embolias que llevan a derrames cerebrales), y daño a órganos. Si corres el riesgo de sufrir de hipertensión, tu doctor podría enseñarte a controlar periódicamente tu presión arterial.

En una persona con Diabetes la glucosa penetra en el torrente sanguíneo después de comer y beber, los niveles de glucosa se elevan:

Con Diabetes tipo 1: El páncreas no puede producir insulina.

Con Diabetes tipo 2: La células son resistentes a la insulina y/o el páncreas no puede producir suficiente insulina.

Las células quedan desprovistas de energía o no tienen la suficiente y aparece el síntoma de fatiga o falta de energía. Los niveles de glucosa no disminuyen porque las células no la pueden "quemar" o absorber. Los niveles de glucosa siguen aumentando si no se toman acciones.

En S.T. MEDIC encontrará equipos y productos para mejorar su salud; por esa razón los invitamos a que nos visíten en nuestras sucursales de San Salvador y San Miguel, donde serán atendidos por asesores de venta.

ST. MEDIC
EQUIPO MEDICO Y HOSPITALARIO

DIAGNÓSTICO

HOME CARE

TENSIOMETRO DIGITAL RIESTE ALEMÁN **DESDE \$90.40**

KIT DE GLUCOMETRO + 60 TIRAS GRATIS **DESDE \$49.00**

BÁSCULA DE BAÑO **DESDE \$86.00**

SILLA DE RUEDA **DESDE \$154.99**

SILLA PARA BAÑO **DESDE \$52.40**

SILLA INODORO **DESDE \$65.73**

ASIENTO PARA BAÑO CON TRANSFERENCIA **DESDE \$75.00**

PAÑAL PARA ADULTO **DESDE \$5.59**

ANDADERAS **DESDE \$44.69**

ALMOHADA ORTOPEDICA **DESDE \$34.62**

BASTONES **DESDE \$8.99**

RESPALDO LUMBAR **DESDE \$63.29**

MANTENIMIENTO PREVENTIVO Y CORRECTIVO EN TODOS LOS EQUIPOS

Sucursal Los Héroes
Edif. Torre Activa Blvd. Los Héroes, Nivel 1, Locales 9 y 10
PBX 2530-1000 Fax: 2530-1019

Sucursal San Miguel
Av. Roosevelt Sur N° 220, Colonia Ciudad Jardín, San Miguel
Tel.: 2660-5640 Fax: 2661-8353
E-mail: elsalvador@stmedic.com

Presenta este CUPÓN y recibe diferentes DESCUENTOS en las líneas representadas
Únicamente en el mes de Septiembre
RESTRICCIONES APICAN

SÍGUENOS EN

www.stmedic.com

ENERGÍA ENMAGENTA

➤ LOS COLORES NEONES SON LA TENDENCIA MÁS DESTACADA EN EL ÁMBITO DEPORTIVO, LAS CHICAS MODERNAS QUE APUESTAN POR UNA VIDA ACTIVA Y SALUDABLE SABEMOS CÓMO LLEVARLOS EN TODO MOMENTO.



2 AFULL COLOR ZAPATOS DEPORTIVOS

El amor por los zapatos no tiene límite, no importa si estos son unos tenis. Luce unos ligeros, cómodos y llamativos zapatos en colores neón Air Max de la firma Nike, adecuados para correr sobre áreas urbanas. **Sportline America.**

1

CÓMODA Y ALA MODA BOLSO DEPORTIVO

Practicar una disciplina deportiva ya no es una excusa para lucir mal. Combina accesorios en colores neón, como este moderno y amplio bolso Nike en color magenta, el complemento ideal para un look sport. **Sportline America.**

3

PRÁCTICO Y FUNCIONAL SQUEEZE

Una chica activa sabe que la hidratación es fundamental cuando realiza su rutina de ejercicios. Lleva contigo un squeeze práctico y adecuado para esos momentos de acción. **Sportline America.**

• SABORES QUE HACEN LA •

Diferencia



DELICIAS SALUDABLES

DARLE A NUESTRO CUERPO LOS NUTRIENTES QUE MERECE ES LA MEJOR MANERA DE PREVENIR ENFERMEDADES Y QUÉ MEJOR QUE CUIDARLO CON UN ARCOÍRIS DE SABOR DE 250 CALORÍAS POR PORCIÓN.



ADIÓS AL HAMBRE CON EL ZUCCHINI
Susto grado de fibra y su bajo nivel de calorías es una combinación perfecta para cuidar tu cuerpo.



- CANTIDAD:
PARA UNA PERSONA
- PREPARACIÓN:
15 MINUTOS
- DIFICULTAD:
MEDIA

2 onzas de cebolla morada
2 onzas de queso parmesano
1 onza de aceite de oliva
2 onzas de jugo de limón
Sal y pimienta al gusto

PROCEDIMIENTO

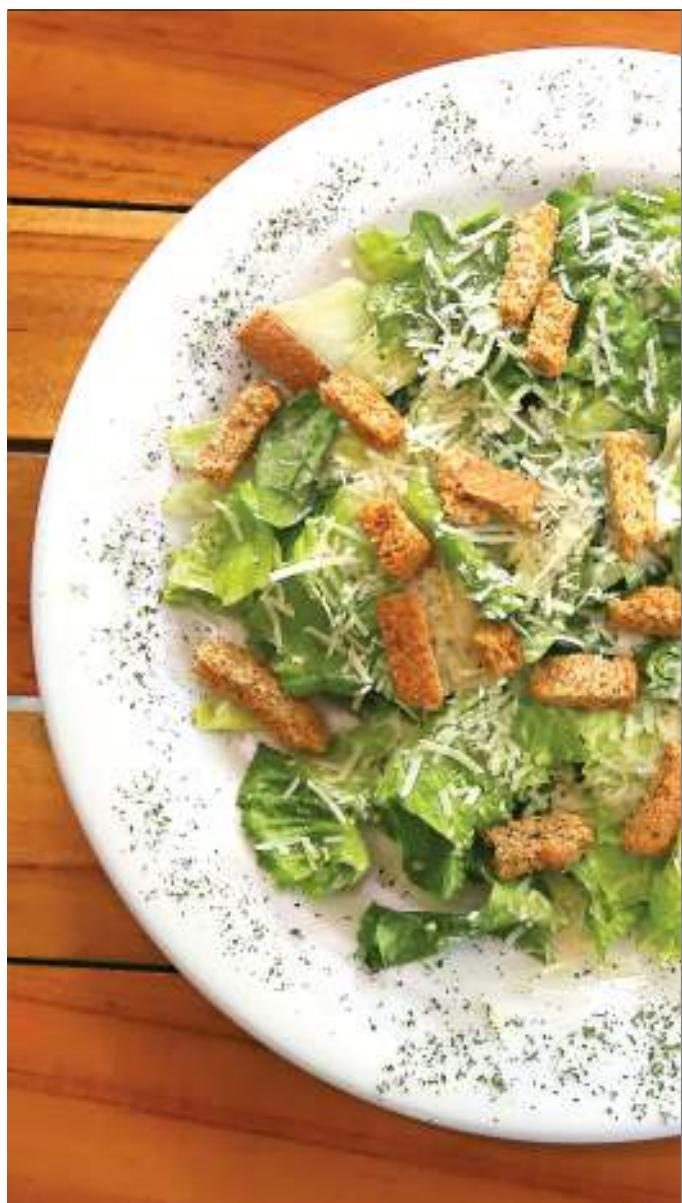
Lavar y desinfectar las verduras. Cortar finamente en lascas el zucchini, puerro y cebolla morada. En un plato colocar el zucchini como base, a modo de cubrir toda la superficie del plato. Agregar los demás ingredientes cortados sobre el zucchini y las alcachofas sin sal (en caso de no tener sin sal, déjelas en agua una hora para que liberen la sal), agregar el queso parmesano, el jugo del limón, sal, pimienta y aceite de oliva. Esta ensalada es ideal para ser acompañada por crostinis integrales horneados.

Receta elaborada por: The Green House, tel.: 2564-8282.

Carpaccio amarillo

INGREDIENTES

2 onzas de zucchini
2 onzas de puerro
2 onzas de alcachofas sin sal



• CANTIDAD:
PORCIÓN POR
PERSONA
• PREPARACIÓN:
15 MINUTOS
• DIFICULTAD:
BAJA

Ensalada Hail César

INGREDIENTES

6 onzas mix de lechuga
romana, palmito, arúgula,
escarola

1 onza queso parmesano

1 onza crutones
media onza de aceite de oliva

• PROCEDIMIENTO
Desinfectar las hojas del mix de lechugas (se recomienda desinfectarlas con gotitas de cloro disueltas en agua, cinco gotas por litro), lavar con abundante agua. Colocar el mix de lechugas como base de su plato, esparza el queso parmesano por toda la lechuga, agrega los crutones y el aceite de oliva. Decorar tu platillo con perejil molido u otra especie de tu preferencia.

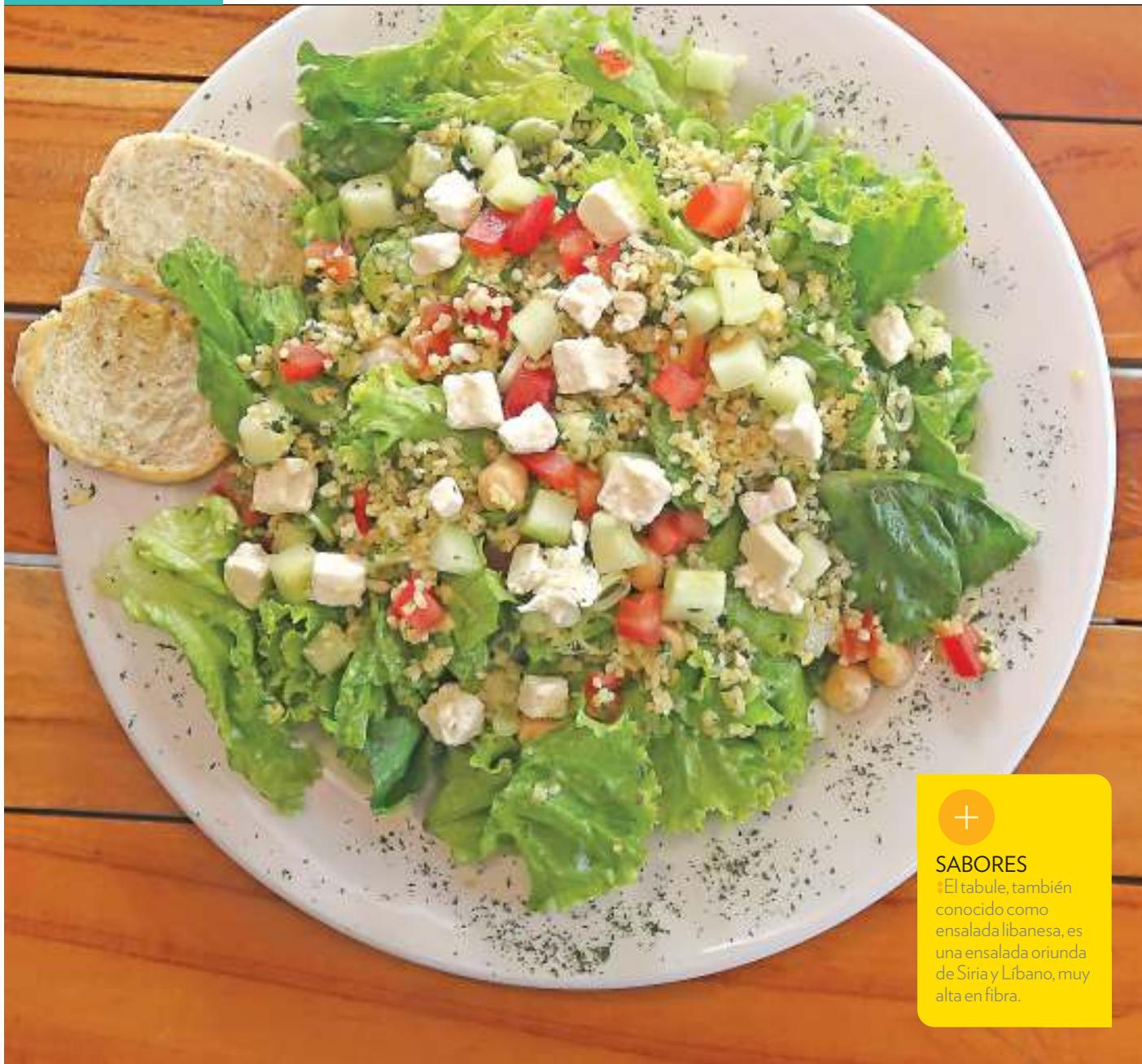
Receta elaborada por: The Green House, tel.: 2564-8282.

A vibrant green advertisement for pork. At the top, the text "COME CERDO HOY" is written in large, bold, red letters. Below it, a woman with long brown hair is smiling broadly, looking upwards. To her right, the words "FRESCO Y SALUDABLE" are written in green, with a small heart symbol underneath. In the bottom right corner, there is a circular logo for "Carne fresca de granja". The logo features a pink pig in the center, surrounded by the text "Carne fresca de granja" in a stylized font, with "ECONOMICA - DELICIOSA - SALUDABLE" written around the bottom edge. The background of the ad is a bright green gradient.

Exija siempre
carne fresca de granja.



ASPORC



SABORES

El tabule, también conocido como ensalada libanesa, es una ensalada oriunda de Siria y Líbano, muy alta en fibra.

- CANTIDAD:
PORCIÓN
POR PERSONA
- PREPARACIÓN:
20 MINUTOS
- DIFICULTAD:
MEDIA

Ensalada mediterránea

INGREDIENTES

- 4 onzas de mix de lechuga escarola, arúgula, palmito y romana
- 2 onzas de pepino
- 2 onzas de tomate
- 1 onza de garbanzos cocidos
- 1 onza de queso feta
- 1 onza de cebollín
- 3 onzas de tabule
- 1 onza de crostinis con hummus
- Sal y pimienta (opcional)

PROCEDIMIENTO

Lavar y desinfectar los vegetales y hojas de lechuga. Cortar el pepino y tomate en cubos. Cortar

finamente el cebollín. Agregar el queso feta, garbanzos, tabule, sal y pimienta (si se desea). Mezclar completamente y servir en un plato decorado con perejil en polvo, acompañado de crostinis con una delgada capa de hummus.

PARA EL TABULE

Vertir una taza de agua caliente al tabule, dejar hidratar, salpimentar (si se desea). Una vez hidratado retirar el exceso de agua, dejar enfriar y agregar a la ensalada. Reservar el resto de tabule.

PARA EL HUMMUS

Colocar en el procesador de alimentos garbanzos cocidos, agregar sal, pimienta blanca, procesar mientras se agrega aceite de oliva en hilo hasta lograr una textura pastosa.

Receta elaborada por: **The Green House**,
tel.: 2564-8282.

Fitness y nutrición ALAVISTA

REALIZAR UNA PLANIFICACIÓN ADECUADA DE TU DIETA ALIMENTICIA SIN AFECTAR TU ORGANISMO, COMBINADA CON EJERCICIOS FÁCILES Y PRÁCTICOS, QUE APRENDERÁS A TRAVÉS DE LA LECTURA.

1- "Baja en hidratos de carbono": Conoce el plan alimenticio que te ayudará a bajar de peso, evitando los hidratos de carbono. \$29.70

2- "Ponerse en forma, para Dummies": Haz tu programa de ejercicio, según tu estado físico. \$18

3- "La dieta de los 2 días": Una guía de ejercicios y alimentos para alcanzar tu peso ideal. \$28.40

4- "Véase y siéntase bien alimentándose correctamente": Aprende amplios conocimientos sobre nutrición. \$20.60

5- "Dieta glicémica": Una guía alimenticia para adelgazar, sin dejar de disfrutar los alimentos. \$29.70



DIETA Y EJERCICIO

Para obtener mejores resultados de los planes alimenticios y las rutinas de ejercicios, debes enfocarte en ser perseverante.

Encuéntralos en: Libros La Ceiba, Hipermall Las Cascadas, tel.: 2283-0431.

ORLY

UÑAS SALUDABLES Y HERMOSAS

Previene las uñas débiles, quebradizas y dañadas con los productos indicados, manteniéndolas saludables y llenas de vida.



MAINTENANCE

Tratamiento antihongos

TOPCOATS

Maquillaje duradero y brilloso hasta 12 días

BASECOATS

Base para eliminar residuos amarillentos

STRENGTHENER

Nutrición intensiva para daños severos

CUTICLE CARE

Hidratación de cutículas para uñas saludables



REFUERZO INMUNOLÓGICO Y VITAMÍNICO

Las cerezas son una de las frutas que más beneficios puede brindarte, si eres una chica activa que lleva un estilo de vida saludable. El consumo de estas ayuda a disminuir los dolores de cabeza o la inflamación de las articulaciones, provocadas por el entrenamiento. Esta fruta se destaca por su alto contenido en vitamina C, que ayuda a reforzar el sistema inmunológico; vitamina A, un potente antioxidante que permite mantener unos tejidos fuertes y bien conservados. También aporta vitaminas B y E, que ayudan a tener órganos en perfecto estado, sobre todo, cuando practicamos alguna disciplina deportiva. Las cerezas pueden consumirse de varias maneras: en batidos, como snack, en postres y también puedes incluirlas en las comidas principales del día. Antes de consumirlas, asegúrate de que estén en perfecto estado.

PARA EL SMOOTHIE
Agregar a la licuadora un yogur griego ligero, 100 gramos de arándanos congelados, azúcar al gusto, licuar y listo.



REDUCE LA TENSIÓN MUSCULAR

UN ESTUDIO REALIZADO, POR UN EQUIPO DE INVESTIGADORES DE NUEVA ZELANDA, REVELÓ QUE LOS ARÁNDANOS SON BENEFICIOSOS PARA LA TENSIÓN QUE APARECE CUANDO TE EJERCITAS. ESTE ESTUDIO DEMOSTRÓ QUE EL EXTRACTO DE ARÁNDANO REDUCE CONSIDERABLEMENTE EL DAÑO CELULAR INDUCIDO POR LA INTENSIDAD DEL EJERCICIO. LAS PROPIEDADES DE LA FRUTA AYUDAN A PROTEGER LAS FIBRAS MUSCULARES DEL ESTRÉS OXIDATIVO QUE SE PRODUCE CUANDO HACEMOS EJERCICIO. EL ARÁNDANO POSEE CUALIDADES ANTIOXIDANTES MUY POTENTES. PUEDES DEGUSTAR ESTA FRUTA DE MUCHAS MANERAS, PERO TE RECOMENDAMOS EN SMOOTHIE ANTES DE INICIAR TU ENTRENAMIENTO: UNA FORMA FÁCIL Y RÁPIDA DE DIGERIRLO.

EL PODER DE LOS FRUTOS ROJOS

LOS ARÁNDANOS, LAS MANZANAS Y LAS CEREZAS SON ALGUNAS DE LAS FRUTAS QUE PUEDES INCLUIR EN TU PLAN ALIMENTICIO. ESTOS FRUTOS PUEDEN BRINDAR IMPORTANTES NUTRIENTES PARA EL FUNCIONAMIENTO ADECUADO DE TU ORGANISMO.

LA MEJOR MANERA DE COMER FIBRA

▶ Esta deliciosa fruta, que muchos la consideran como el fruto prohibido, es una excelente fuente de nutrientes y sustancias químicas naturales, que proporcionan múltiples beneficios a la salud. Una manzana de tamaño medio, puede ser considerada como una comida rápida, saciante y rica en fibra, la cual contribuye a mejorar la salud de tu colon y el control de la glucosa en la sangre. La manzana es una fruta atemporal y puedes degustarla en cualquier época del año; además de la fibra, te puede aportar vitamina C y querctina, de efecto antihistamínico y antialérgico. Ahora ya lo sabes: a comer manzanas y olvídate de que son prohibidas.



● TENDENCIAS / ACCESORIOS / EN BOGA / BUY IT / PASARELA ●

FASHION

LO MEJOR DE COLOMBIAMODA

Revista Ella se sentó en primera fila para presenciar las mejores tendencias para el 2015 - 2016 en esta destacada pasarela realizada en Colombia. En esta sección también encontrarás una producción de moda con estilo campesino, además de accesorios con toques artísticos. Por último, no te pierdas, una interesante apuesta de moda inspirada en los cincuenta.





Pantalón skinny negro. **Bershka**.

Blusa negra cuello alto con encaje. **Bershka**. Chaqueta de flecos antelina troquelada en espalda. **Bershka**.

Chaqueta de cuero color camél. **Stradivarius**. Anillo dorado.

Park Avenue

Always a COUNTRY GIRL

LAS PRENDAS CON AIRE CAMPESTRE Y BOHEMIO CONTINUARÁN PRESENTES EN NUESTROS ARMARIOS. ¿QUÉ TAL MEZCLARE ESTA TENDENCIA CON PRENDAS BÁSICAS PARA UN RESULTADO MÁS CASUAL? TE INVITAMOS A DARLE UN VISTAZO A LA PROPUESTA DE MODA PARA ESTA EDICIÓN, EN DONDE DOS POLOS OPUESTOS, CAMPO Y CIUDAD, SE FUSIONAN.

FASHION / MODA NACIONAL / Por: Silvia Rivera / Fotos: Gerson Nájera



Cropped top guipur. **Zara**.
Collar largo con flecos.
Bershka.

Anillo con piedra roja. **Park Avenue**. Aretes pequeños.
Park Avenue. Botines de tacón medio. **Zara**.
Sombrero afelpado color vino. **Stradivarius**.



Vestido shoulder off de encaje. **Stradivarius**. Denim jacket. **Bershka**. Minibolso acolchado color blanco. **Bershka**. Set de pulseras de colores. **Bershka**. Brazalete dorado con piedras de colores. **Zara**. Aretes colgantes. **Bershka**. Collar largo de colores. **Bershka**. Zapatos en color celeste con detalle de perforaciones **Park Avenue**.



Sombrero flat negro con tachas. **Stradivarius**. Chaleco con flecos. **Stradivarius**. Pantalón cropped flare denim. **Zara**. Top blanco de cuerina. **Zara**. Aretes plata con piedra. **Bershka**. Collar statement plateado. **Zara**. Brazaletes. **Bershka**.



Top de encaje blanco
shoulder off. **Bershka**.
Short de encaje negro.
Stradivarius. Bandolera
color camel. **Stradivarius**.
Set de pulseras.
Stradivarius. Collar
statement con inspiración
tribal. **Stradivarius**.
Brazalete de cuero con
piedra. **Park Avenue**.

Top blanco con escote halter. **Zara**. Pantalón skinny color amarillo mostaza. **Zara**. Brazalete dorado. **Zara**. Cincho camel. **Stradivarius**. Sandalias con flecos. **Zara**. Collar largo dorado. **Bershka**.





Blusa manga larga en denim. Zara. Collar statement tribal. Bershka. Sombrero fedora en color beige. Stradivarius. Aretes pequeños beige. Park Avenue.

45

Modelo: Ana Yancy Clavel.
Maquillaje y peinado: Sofía Salguero, para Salón de Marlen; y Karla Torres, para International School of Design Total Image, tel.: 2223-4984.

Vestuario y accesorios:
Stradivarius, c. c. Galerías, tel.: 2223-8177; Zara, c. c. La Gran Vía, tel.: 2278-1020; Bershka, c. c. La Gran Vía, tel.: 2505-4850; y Park Avenue, c. c. La Gran Vía, tel.: 2278-9816.

Locación: Albaclara, sala de recepciones y parque campestre, carretera Planes de Renderos - Panchimalco, km 12, tels.: 2531-9597, 7887-5035, e-mail: parque.albaclara@gmail.com, www.parquealbaclara.com.

Fotografías: Gerson Nájera.
Coordinación: Silvia Rivera.

MANGO JEANS

C.C. MULTIPLAZA, NIVEL 1, CARRETERA PANAMERICANA

SUÉTER
\$24.99



1-Cami Tote con estampado de la pintura "El beso", confeccionado en cambas y cuerina.

2-Olivia bag color agua con estampado de la pintura "Amanecer", confeccionado en cuero.

3-Theresa bag en color vino con estampado de la pintura "Festival", confeccionado en cuero.

4-Lola Clutch con estampado de pintura "Sol Rojo", confeccionado en cuero.

5-Lola Clutch con estampado de pintura "Festival", confeccionado en cuero.

①

②

③

④

⑤



Piezas artísticas ENTUSMANOS

JACQUELINE SURIANO, DISEÑADORA SALVADOREÑA CON ASCENDENCIA CHINA, NACIDA EN ESTADOS UNIDOS, RETOMÓ LA OBRA "POP CUBISTA" DEL ARTISTA NICOLAS F. SHI, PARA CONFECCIONAR ESTOS BOLSOS LLENOS DE COLOR, ESTILO Y MODERNIDAD.

ella
b.o.d.a

Parisina

Búscalas en tu próxima edición

Una infinidad de detalles especiales para que tu boda sea muy romántica.
Ven con tu pareja y construye la boda de tus sueños: vestidos, calzados,
anillos, flores, decoración y mucho más



ella

Grupo Dutriz

DURANTE TRES DÍAS,
MEDELLÍN FUE SEDE DE LA
MODA EN EL MUNDO CON
LA 26.^a EDICIÓN DE
COLOMBIAMODA. UNAS
30 PASARELAS DE
DISEÑADORES EMERGENTES
Y RECONOCIDOS DIERON UN
VISTAZO A LAS TENDENCIAS
PARA LA PRÓXIMA
PRIMAVERA-VERANO 2016.



Una vez más, gracias al Instituto para la Exportación y la Moda (INEXMODA), se realizó la 26 edición de Colombiamoda, en Medellín, Colombia. Unos 70 diseñadores, entre estudiantes, diseñadores reconocidos y emergentes fueron los protagonistas durante tres días (del 28 al 30 de julio) de moda de primer nivel.

Todo inició una noche antes, el lunes 27, con la pasarela inaugural Argos, con Francesca Miranda, quien presentó su colección "AluSlnante", una colección donde se celebró el romanticismo de una mujer enamorada. Francesca hizo especial énfasis en los vestidos de novia, ricos en texturas, tejidos tipo canasta, bordados y perlas, contrastes que por 20 años han sido esenciales en sus creaciones. Vestidos de coctel, largos y cortos, hasta románticos vestidos de novia inspirados en el "estado de enamoramiento", símbolo del "sí" más importante que toda mujer da en su vida.

ENTRE LOS SETENTA Y LO DIGITAL

Una vez inaugurada la feria, fue el turno para tres de las más talentosas jóvenes diseñadoras Andrea Landa, Daniella Battle y Natalia Londoño, quienes protagonizaron (la primera de tres pasarela Non Stop) el espacio para los diseñadores emergentes de Colombia.

JÓVENES CREADORES
13 estudiantes de la Colegiatura Colombiana presentaron sus propuestas en la pasarela Chocolyne. Todos plasmaron su visión de la moda.

Landa, fue una de las más ovacionadas con su colección "Muñecas de trapo". La artesanía y los tejidos fueron parte del ADN de esta colección que incluyó cuero en diferentes acabados, bordados como el macramé y tejidos como la cruceta. La diseñadora redujo a tonos crudos, tierra y negro la paleta de colores, para crear piezas únicas con el toque añejo y mucho fleco, con la nostalgia de los setenta.

Más tarde, Jorge Duque, bajo su firma DUQUEVELEZ, encantó a todos con su colección de fuerte sabor colombiano "Latina Estéreo". Exaltó la belleza y exuberancia de la mujer latina con una exploración de color, texturas y grafismos urbanos y el vibrante de color de las amapolas. También exploró un nuevo mundo: el digital.

Leal Daccarett, formada por Francisco Leal y Karen Daccarett, puso sobre la pasarela una propuesta de alto atractivo visual con siluetas estructuradas suavizadas con bordados y aplicaciones. El styling ecléctico fue tal que incluyó gorras con pequeñas perlas.

Otra grande, fue Pepa Pombo, que produce sus tejidos en México, presentó "Pixel Paradise", una colección inspirada en los bordados de punto de cruz de antaño pero con el realismo de la era digital que vivimos, en un impresionante manejo del color y combinaciones de texturas.

Johanna Ortiz usó regularmente el negro como tono contrastante en piezas de su nueva colección "Resort 2016", se inspiró en las orquídeas y el movimiento que sus pétalos generan para crear una colección de tendencia absoluta: boleros, vuelos, hombros desnudos y estampados florales, para hablar de la feminidad latina, sellada con cinturas bien marcadas.

Para el último día, en la pasarela Éxito-Arkitect, que reúne a varios de los grandes diseñadores colombianos, incluyó a la caleña Renata Lozano, quien vistió a una mujer más ejecutiva, con chaquetas, trench coats, faldas en corte A hasta la pantorrilla y camisa clásica. Un renovado denim no dejó de faltar en su colección.

Para cerrar con broche de oro Colombiamoda, Kika Vargas presentó su colección "Sakura" (flor de cerezo), donde la delicadeza del oriente y la practicidad de occidente formaron una propuesta absolutamente primaveral y femenina. Colores profundos y pastel, texturas delicadas y siluetas que se inspiran en el movimiento de los pétalos.



■ Alessandra Ambrosio desfiló para Lozano. El denim fue un protagónico en su colección, al igual que los rojos y naranjas, además del azul.



■ Renata Lozano es una de las diseñadoras favoritas de la mujer colombiana, que esta vez nuevamente fue ovacionada por su colección.



Daniella Battle, con su colección Kanaás, conquistó la pasarela con sus diseños y estampados en tonalidades pastel.



Las creaciones de Daniella Battle son altamente femeninas, con especial énfasis en la cintura. Los accesorios con flecos, siguen marcando tendencia.



Los pantalones fueron el eje de la colección de Isabel Henao: de tiro alto, sueltos o entubados, en tonos gris, negro y arena para una propuesta más formal.



Las creaciones de Ricardo Pava destacaron gracias a su colección Casanova, una interpretación de texturas y delicadas costuras del siglo XVIII.



FRANCESCA EN PASARELA M

Francesca Miranda participó en dos pasarelas. La de inauguración y la llamada Pasarela M, en contra del cáncer de mama. En esta pasarela participaron también los diseñadores Ana María Restrepo, Argemiro Sierra, Juan Pablo Socarrás y Manuela Álvarez.



Isabel Henao fue la encargada de una línea más formal, más estructurada y elegante. Los chalecos largos siguen siendo un must have de temporada.



DETALLES
La riqueza de los bordados, transparencias y tejidos de Francesca Miranda es impresionante. Es parte del ADN de las creaciones de la diseñadora salvadoreña.



“ALUSINANTE”
La pasarela inaugural fue a cargo de Cementos Argos con AluSlnante, by Francesca Miranda, una pasarela que reunió sus exitosas líneas, femenina y de novias en más de 30 creaciones diseñados con la intención de exaltar la belleza de quien los luzca, con la sensibilidad y el gusto por los detalles.



Renata Lozano presentó en Colombiamoda su colección primavera-verano 2016. Los estampados y los crudos fueron clave.



Una de las musas de Francesca Miranda, en su pasarela de inauguración, fue la top model colombiana Toya Montoya.



La era digital recobró vida con Pepa Pombo. El resultado: estampados, bordados a mano, texturas innovadoras y tassel, como tendencia.



Andrea Landa es una de las diseñadoras emergentes de Colombia más exitosas. Su colección “Muñecas de trapo” encantó a los asistentes.

*Fly
Away*

UNA PROPUESTA CON ESTILO
RETRO INSPIRADO EN EL GLAMOUR
DE LOS AÑOS 50, ACOMPAÑADO DE
TONOS VIBRANTES, SIN DEJAR
DE LADO LA ELEGANCIA.





◀
Vestido rojo. **Express**. Zapatos negros Peep Toes. **La Place**. Cartera de piel. **Carolina Herrera**. Collar de perlas con flecos dorados. **Express**. Brazalete de perlas. **Giurella Joyería**. Anillo de perla con dorado de acero inoxidable. **Silvana's**. Pendientes de perlas. **Silvana's**. Brazalete dorado de acero inoxidable. **Silvana's**. Gafas de sol. **Express**.

▶
Chaqueta verde esmeralda con textura. **Carolina Herrera**. Falda negra estilo lápiz. **Express**. Zapatos negros con transparencia y con cinta en el tobillo. **Park Avenue**. Clutch con asa larga de cadena dorada. **Carolina Herrera**. Aretes de gota dorados con cristales. **Giurella**. Anillo combinado de oro y rosa con dorado. **Silvana's**. Brazalete dorado con cristales. **Express**.



Top Crop blanco de manga corta. **Express**. Falda negra estilo A. **Express**. Turbante estampado azul ecléctico. **Express**. Zapatos negros. **Park Avenue**. Collar con cristales. **Express**. Brazaletes con cristales. **Express**. Aretes con cristales. **Express**. Cartera roja. **Mango**.

Top Crop negro. Express.
Chaleco blanco sin mangas.
Express.
Pantalón de cuadros blanco con
negro. Express. Sandalias
plateadas. La Place.
Clutch plateado. Carolina
Herrera. Brazaletes gruesos
metálicos con cristales. Express.
Aretes de cristales blancos y
ahumados. Express. Collar con
pentágonos plateados, oro rosa
y dorado. Express.





Traje azul de blusa y falda estilo A, en color ecléctico. **Carolina Herrera**. Pulsera plateada con cristales. **Silvana's**. Pulsera de plata. **Silvana's**. Clutch plateado. **Carolina Herrera**. Sandalias plateadas. **La Place**. Aritos plateados colgantes. **Silvana's**.

Modela: Carolina Zonella. Maquillaje y peinado: Sofía Salguero y Mirna Cruz, de International School of Design Total Image, tel.: 2223-4984. Vestuario y accesorios: Carolina Herrera, tel.: 2124-6548; Express, tel.: 2243-7297; Mango, tel.: 2259-8020; La Place, tel.: 2243-1343, Silvana's Joyería, tel.: 2243-4038; en c.c Multiplaza; Giurella Joyería, tel.: 2264-2623; Park Avenue, c.c Galerías, tel.: 2224-1343. Fotografías: Gerson Nájera y Ricardo Siliézar. Coordinación: Zoraya Meléndez y Karla Chicas. Agradecimientos a: Dárdano Aeroservicios, en el Aeropuerto Internacional de Ilopango, Hángar 42, tel.: 2295-0329, 2295-5822. www.aeroserviciosdardano.com Variedades Génesis, tel.: 2263-7691. Casa Leblon, by Miguel Valencia, diseño de eventos, tel.: 2223-3032. Email: casa.leblon@gmail.com.



iEN CONTACTO!
RESUELVE TUS DUDAS. Si te interesa la temática abordada en la entrevista y te surgen preguntas para el invitado, no dudes en llamar al teléfono de cabina: 2209-2887.

¿“ELLA RADIO” SE REINVENTA!

Igual que una mujer que decide cambiarse el look para renovar su imagen, “Ella radio” ha decidido dar un cambio para satisfacer a todas sus oyentes. Agosto fue un mes muy importante para la trayectoria del programa, porque se ha renovado, llenándose de juventud y vida. Las citas del mediodía en el programa serán junto a Lilian Villalta y Titi Lazo, quién se ha unido al equipo de “Ella radio”. Esta dupla está lista para llevarte entretenimiento por 45 minutos, tres veces a la semana, e informarte sobre esos temas que tanto te gustan e interesan.

Por un lado Lily, a quien ya conocemos, graduada de Relaciones públicas y comunicaciones, quien es una talentosa conductora de 28 años que tuvo su incursión en la televisión, hace cinco años. Actualmente se encuentra en planes de boda, disfrutando del tiempo con su familia y feliz de poder acompañar a las radioescuchas, todos los lunes, miércoles y viernes.

Esthefany Lazo, mejor conocida como Titi, quien se suma al staff de “Ella radio” desde este mes, y que ha traído muchas risas y nuevas

ocurrencias en cada emisión. Con su experiencia en medios de comunicación, como conductora de programas juveniles y madre de una niña, es la pieza perfecta que el programa de “Ella Radio” requiere para que cada transmisión sea un éxito.

Juntas van a acompañarte en esos 45 minutos en que necesitas un respiro de tu rutina diaria y que deseas escuchar esos temas que tan feliz te hacen.

Precisamente, para septiembre te traemos muchas más discusiones interesantes, abordando nuestro especial de Salud con el que hemos bautizado la edición de revista Ella de este mes. También hablaremos de moda, belleza, nutrición y cultura, y todo lo que te apasiona.

Espera también más cambios en las secciones, todo con el fin de poder ofrecerte contenido de calidad femenino.

No dejes de escucharnos. Estamos al aire a través de Punto 105 (105.3 FM) todos los lunes, miércoles y viernes a partir de las 12 del mediodía y en GD Radio en retransmisión en internet a la 1:30 de la tarde.

¿QUÉ TANTO TIEMPO TE DEDICAS?

Existen conceptos nuevos, en todo, en estilos de vida, moda, en el matrimonio, y hoy hay uno que en lo particular hemos escuchado seguido: tener salud y bienestar. Muchas veces en la vida cotidiana vas viviendo el día a día con gran prisa, rodeada de numerosos distractores externos y distractores que a menudo no te permiten vivir a plenitud el momento presente y no logras darte un pequeño momento para tí misma, dejando de lado, en tercer y hasta en

cuarto plano, el cuidado de tu cuerpo y mente. ¿Cómo cuidarte, como llevar una vida activa y saludable? Es la pregunta que te haces diariamente. Salud y bienestar es un estado completo físico, mental y social.

Nosotras lo definimos como cuidar tu cuerpo, que es esencial. Cuando tu te amas a tí misma, es lo que verás reflejado en tu cuerpo y tu salud, un hecho tan sencillo como el acudir a tus controles médicos preventivos o consultar ante cualquier problema de salud, son señales de que te amas y cuidas.

Por otro lado, puedes realizar actividades físicas sencillas como caminar algunos minutos diarios, lo cual fortalece tu salud y activa la

liberación de endorfinas, que tienen directa relación con el autoestima, ayuda a la eliminación de estrés y a una mayor sensación de alegría interna. Es por eso que debes permitirte un espacio de conexión contigo misma, en el cual cultives tu espacio interior, el agradecimiento por lo que ya eres, lo que tienes y el tener claras tus fortalezas, debilidades y talentos. Estos son poderosos factores protectores para la mente, que influyen directamente en la salud y te revitalizan día a día.

Recuerda que el amor propio será lo que te da la fuerza de voluntad necesaria para obtener grandes logros. Con cariño, Lily y Titi.



HEIDI HANNA COACHING Y LAS NEUROCIENCIAS

ESTA CONFERENCISTA INTERNACIONAL, AUTORA DE BEST SELLER, CEO Y FUNDADORA DE SYNERGY, ESTUVO EN EL PAÍS PARA HABLAR DE UNA PODEROSA CAJA DE HERRAMIENTAS PARA LAS EMPRESAS Y PARA LAS PERSONAS.

El coaching basado en Neurociencias fortalece el liderazgo, el trabajo en equipo y mejora la comunicación. Es una disciplina sencilla pero muy poderosa, que facilita cambios de actitud, al tiempo que fortalece el desarrollo de nuevas habilidades en individuos y en grupos.

Heidi Hanna, especialista en el tema, pues es CEO y fundadora de Synergy, una asociación que ofrece capacitaciones de coaching basado en las Neurociencias, visitó el país y dio una entrevista exclusiva a revista Ella, durante el IV Congreso para el Desarrollo de la Mujer, Crece Mujer, organizado por Voces Vitales.

¿Por qué el coaching constituye una herramienta tan efectiva para el cambio personal?

El tema de coaching es bastante importante, porque analiza el cerebro. Ayuda a ver cómo la gente se comunica y a mejorar el sistema de comunicación y las relaciones personales. También permite analizar cómo uno percibe la información, porque va entrenando el cerebro para poder percibir la información de una mejor manera.

¿En qué consiste el Coaching basado en la Neurociencias?

Las neurociencias analizan las conexiones que tenemos en el cerebro y cómo

van reaccionando ante diferentes situaciones, incluyendo las emociones, el estrés, la atención, la concentración. Actualmente es muy importante, porque muchas personas a nivel empresarial hacen muchas cosas a la vez y son multitasking; esta herramienta permite poder ordenar, encajary alinear a la persona a que pueda enfocarse y lograr sus objetivos.

¿Cuáles son los mayores aportes del coaching basado en neurociencia a nivel empresarial?

El mayor problema en los negocios es que la gente se siente exhausta por la sobrecarga. La gente está manejando muchas cosas a la misma vez, el coaching en las Neurociencias ayuda a ordenarse y clasificar las prioridades para ir trabajando. El estrés es un factor común en las empresas: es la primera razón por la cual se necesita el coaching basado en las Neurociencias en las empresas. Cuando hay demasiado estrés, el cerebro no funciona bien, hay más fatiga, cansancio y el sistema immunológico va decayendo; el cuerpo no da más, después viene la depresión, la ansiedad, la obesidad. Una de las razones principales por la cual en los Estados Unidos se visitan los doctores, en el 75 % y el 90 % es por la sobrecarga del trabajo y el estrés.

¿Algún ejemplo en el que ha visto cambios positivos?

Podría poner mi caso. Cuando tenía 12 años me daban ataques de pánico que me producían desmayos. Mis dos grandes temores eran y siguen siendo: volar en avión y hablar en público, pero con esta disciplina he aprendido a manejarlos. Es algo que no se arregla de la noche a la mañana, tengo que seguir cuidando mi cerebro de la sobrecarga y los viajes, porque puede suceder otra vez. Yo hago meditación para relajarme, para que mi cuerpo trabaje mejor y así enfrentarme a los nuevos retos. Mi nuevo libro se llama: "Recarga" o "Recharge!" en inglés, trata de cómo ir recargando energías en cor-



Esta disciplina permite ordenar, encajary alinear a la persona para que pueda enfocarse y lograr sus objetivos”.

HEIDI HANNA, CONFERENCISTA INTERNACIONAL, CEO Y FUNDADORA DE SYNERGY.

tos períodos de tiempo durante el día, para que la persona no tenga que llegar a altos picos de estrés. Yo recomiendo hacer ejercicios de respiración profunda, de tres a cinco minutos al día.

Eventualmente, después de mis conferencias se me han acercado empresarios que me dicen: "yo también he tenido ataques de pánico, y ahora ya lo identifiqué y ya puedo hacer algo" me dicen. Ahora es normal que una persona tenga esos ataques de pánico, pero hay una gran diferencia en sentirse nervioso, estresado, a estar sobrecargado por las actividades que se van acumulando día tras día. Es importante saber identificarlo. Es normal sentirse nervioso cuando uno quiere hacer bien su trabajo, pero cuan-

do uno está sobrecargado, no tiene esa energía y por eso no te puedes exigir esa adrenalina extra para cumplir tus metas. Sin intención, podemos estar afectando el cerebro químicamente, lo cual nos producirá fatiga por el poco descanso, por no comer, no hacer ejercicios y estar mucho tiempo sentado trabajando.

¿A nivel empresarial, ¿qué cambios se pueden ver?

Se pueden ver mejores resultados, mayor compromiso con la organización, se reducen los costos en la empresa porque la gente faltará menos por enfermedad. Se fortalece el trabajo en equipo y las relaciones personales.

¿Desde cuándo se viene aplicando?

Desde hace 10 años, pero cada vez está teniendo mayor auge, porque ahora las personas están más consciente de la salud de su cerebro. Al aplicar el coaching de la Neurociencia, se está activando el cerebro con otras técnicas. Se pueden reducir las posibilidades a tener enfermedades como la enfermedad del Alzheimer. El impacto no es solo del momento: se debe educar el cerebro y los efectos que se ven a largo plazo.



Heidi Hanna, conferencista internacional, CEO y fundadora de SYNERGY, acompañada de Alexandra Araujo de Sola, presidenta de Voces Vitales El Salvador.

UN MATRIMONIO NORMAL

ES MOMENTO DE CAMBIAR LA NORMALIDAD DE TU MATRIMONIO POR UNA NUEVA NORMALIDAD. QUEREMOS QUE NUESTRO CÓNYUGE CAMBIE, PERO NOS RESULTA SUMAMENTE DIFÍCIL CAMBIAR LO QUE NO ESTÁ BIEN EN NOSOTROS MISMOS. TE PRESENTAMOS ALGUNOS CAMBIOS QUE DEBERÍAS DE CONSIDERAR PARA MEJORAR TU ACTITUD EN EL MATRIMONIO.

Hemos escuchado en consejerías, muchas veces, la expresión: "nosotros somos un matrimonio normal". Habitualmente esto lo expresa el esposo, y se refiere a que, si bien no sea el matrimonio perfecto, tampoco pasan la vida peleando. Hay discusiones como en toda pareja, dicen, lo cierto es que cuando la esposa expresa lo que siente, la historia es diferente. Nos han expresado con tristeza: "solo por nuestros hijos estoy con mi esposo".

Pareciera que la normalidad de los matrimonios son las contradicciones, las contiendas, las infidelidades y la mutua desconfianza. Cuando la frase "te he extrañado todo el día", se convierte en un "ya no quiero verte más", definitivamente hay una crisis matrimonial.

Es momento de cambiar la normalidad de tu matrimonio por una nueva normalidad. Queremos que nuestro cónyuge cambie, pero la realidad es que nos resulta sumamente difícil cambiar lo que no está bien en nosotros mis-

mos. Considera hacer algunos cambios en ti, con el objetivo de mejorar tu actitud en el matrimonio, aquí te presentamos algunos:

- Es necesario que nuestra nueva normalidad esté rodeada de un ambiente de amor, calidez, armonía y respeto mutuo. El matrimonio fue diseñado por Dios para que pudiéramos disfrutar juntos y ser felices.
- Evita a toda costa las peleas, recuerda que para pelear se necesitan dos, sé tú quien abandone la contienda, no proffieras a tu cónyuge palabras hirientes que después lamentes haber dicho. Usa siempre palabras amables y cariñosas.
- Cuida que las discusiones no terminen en pleitos. Cuando pretendemos sobreponer siempre nuestro punto de vista al de nuestro cónyuge, no habrá buenos resultados. En la pareja casi siempre hay uno de los dos que no deja hablar al otro. Escucha a tu cónyuge, deja que se exprese.
- Permite que tu cónyuge se equivoque. Somos muy poco tolerantes cuando es el cónyuge el que ha cometido algún error, pero justificamos siempre los nuestros. Acepta tus propios errores y aprende a perdonar. Si comprendes y perdonas, en tu momento, también cosecharás lo sembrado.
- Todo lo que hagas por tu pareja debes hacerlo con amor, nunca debe ser fingido ni de mala gana. Adelántate a atender a tu cónyuge, si fuera posible, antes de ser atendido. Procura dar más de lo que recibes.
- Nunca denigres ni hagas bromas de mal gusto a tu cónyuge. Si sabes qué hace enfadar a tu cónyuge, no lo provoques.

- No trates de solucionar un inconveniente cuando estés enojado, es mejor esperar que pase la tormenta, porque de la abundancia del corazón habla la boca.

Mantén siempre una disposición de servicio y colaboración para tu cónyuge, ámalo profundamente. Permitan que el amor de Dios y su paz llenen la atmósfera de su casa, porque el matrimonio es para toda la vida.



ANÍBAL Y LUCY ARAUZ
Matrimonios de éxito. Correo: radioguia.es@gmail.com
Facebook: Matrimonios de éxito Arauz

INVITADOS AL PROGRAMA DE COCINA "LA RECETA DEL CHEF"



La reina de las fiestas julianas, Mónica Mendoza, compartió cocina en Santa Ana con el chef Juan Salomón Miguel.

En el mes de julio, el programa de cocina "La receta del chef", contó con la participación de expertos en gastronomía, una reina de belleza, una guapa presentadora de televisión, y un conductor de un programa de entretenimiento de la Radio, todos ellos cocinaron sus recetas favoritas.

Gustavo Ramos, chef ejecutivo de restaurante Amar, del hotel boutique Sal & Luz; Francisco Perla, experto en alta gastronomía francesa; Mónica Mendoza, reina de las fiestas julianas de Santa Ana; Alejandra Costa, presentadora del programa "Buena onda", de canal 33, formaron parte de los invitados del chef Juan Salomón Miguel, conductor del programa de cocina producido por LA PRENSA GRÁFICA. A ellos se sumó Gerardo Ferrufino, conductor del programa de entretenimiento de Punto 105 Radio, "La barbería", que se transmite los días jueves de 7 a 9 de la noche.

El chef Ramos, preparó un róbalo sobre una cama de risotto, este plato mezcló sabores italianos, orientales y salvadoreños.

Por su parte, Francisco Perla, propietario del restaurante Maison la Tour y graduado de la escuela de Alta Gastronomía y Arte, Artesanía y Oficios de la Cámara de Comercio de París, sorprendió a los seguidores del programa de cocina con un plato de carne a la borgoña.

La reina de las fiestas julianas de Santa Ana, Mónica Mendoza, preparó uno de los platos más representativos de la gastronomía salvadoreña, sopa de frijoles negros, a la que agregó chorizo y verduras.

La presentadora de televisión Alejandra Costa, quien además está por finalizar su licenciatura en Comunicación, en la Universidad Dr. José Matías Delgado, y que fue muy sincera en decir que no puede cocinar, preparó con la ayuda del chef Juan Salomón Miguel, una receta a base de lonja de corvina, la que aderezó con una salsa de coco.

Gerardo Ferrufino, licenciado en Publicidad y conductor del programa de entretenimiento "La barbería" y buen cocinero por que lo demostró, elaboró un cebiche de pescado con mango al coco. Si quieras preparar estas recetas y saber más sobre los invitados, ingresa en línea en el sitio web de LA PRENSA GRÁFICA.



El chef colombiano Gustavo Ramos, preparando el róbalo con risotto, con la ayuda del chef Juan Salomón Miguel.



www.laprensagrafica.com

BUSCA LOS LUNES,
MIÉRCOLES Y VIERNES
EN laprensagrafica.com
el programa de "La receta del chef", por Juan Salomón Miguel.

ENVÍA AL
5756

LA PALABRA **CHEF**
Y RECIBE LAS RECETAS Y
LOS MEJORES SECRETOS DE
COCINA EN TU CELULAR.

LPG
Móvil

SUSCRIPCIÓN
GRATIS
Costo por
mensaje: \$0.09
para Claro, \$0.12
para Digicel,
Movistar y Tigo
(se reciben dos
al día).

TODO ES SABROSO CON ARROZ

Prácticas recetas e información en:
[Facebook /ArrozSaludable](https://www.facebook.com/ArrozSaludable)
www.arrozsalud.com

EL ARROZ ES IDEAL PARA PREVENIR ENFERMEDADES CARDIACAS E HIPERTENSIÓN, YA QUE CONTIENE UNA CANTIDAD MUY BAJA EN SODIO Y ES BAJO EN GRASA.





KENDALL JENNER LA MUSA DE ESTÉE LAUDER

Kendall Jenner se ha convertido en la máxima musa de la moda y de las redes sociales, esta vez debutó con su primera campaña publicitaria para una fragancia de la marca. La campaña estuvo a cargo del equipo creativo de la casa Estée Lauder, dirigido por el director creativo global, Richard Ferretti en colaboración con la reconocida agencia publicitaria LLOYD&CO. El comercial de televisión fue dirigido por el director de videos musicales galardonado, Jonas Akerlund, quien le da vida al poder de Modern Muse Le Rouge mientras Kendall altera el mundo a su alrededor a la perfección con cada paso que da. La campaña impresa estuvo a cargo del fotógrafo Mikael Janssen, quien captura su innegable glamour, su poder y personalidad magnética. Tanto la campaña televisiva como la impresa se llevaron a cabo en Los Ángeles.

Modern Muse está disponible en los estantes de Estée Lauder en Almacenes Simán.



Estée Lauder presenta una nueva faceta de la feminidad moderna con Modern Muse Le Rouge, una nueva fragancia inspirada en el glamour, el lado más provocativo de una musa moderna.

Estée Lauder presenta una nueva faceta de la feminidad moderna con la nueva fragancia: Modern Muse Le Rouge, que se inspira en el glamour, el lado más provocativo de una musa moderna. Le Rouge refleja a la mujer sexy y segura de sí misma, que nunca pasa desapercibida. Su color emblemático personifica su estilo, actitud e innegable efecto poderoso.

CONTRASTE SEXY

La Modern Muse Le Rouge es una fragancia oriental afrutada y floral que ofrece un contraste sexy de rosas suntuosas que se despiertan gracias a la presencia de frutas maduras con un acorde cremoso de terciopelo que captura el drama de la personalidad de esta musa. La innovadora estructura con “impresión-dual” de la fragancia les permite a las mujeres experimentarla a través de dos acordes contrastantes. Acorde de rosas maduras: esta faceta de la fragancia captura la audacia innegable de la mujer Le Rouge y su color; además un acorde cremoso de terciopelo: su sentido sexy y provocativo del estilo, al igual que su presencia dramática se expresan a través de una mezcla adictiva de vainilla de Madagascar y la textura almizclada que se refinan con el terroso y seductor vetiver y con pachulí, refrescándose

con la exuberante femineidad de la magnolia y el jazmín. “No se trataba solo de capturar la esencia del color rojo, sino de capturar su estado mental, una actitud vibrante y dramática,” declaró Karyn Khoury, vicepresidente superior de Corporate Fragrance Development Worldwide, compañía Estée Lauder.



Los elementos de glamour y sofisticación se encuentran entrelazados en el diseño de Modern Muse Le Rouge: una botella sólida y larga con los lados suavemente redondeados.



La marca de bolsos y accesorios Schedraui, creados por las hermanas Stephanie y Grace Chedraui, ya está a la venta en las dos sucursales de Park Avenue.

AHORA SCEDRAUI ESTÁ EN PARK AVENUE

LA MARCA DE LUJO CREADA POR LAS HERMANAS CHEDRAUI YA ESTÁ DISPONIBLE EN ESTA TIENDA EXCLUSIVA DE VENTA DE ZAPATOS Y ACCESORIOS.

Con la idea de elaborar bolsos a mano por artesanos nacionales, las hermanas Stephanie y Grace Chedraui, salvadoreñas de origen libanés crearon la marca Schedraui. El nombre surge del apellido, anteponiendo la "S" del término en inglés "sisters", que significa hermanas.

Los bolsos se han convertido en material de importación a diferentes partes del mundo y están elaborados de pieles bovinas y herra-

jes bañados en oro de 14 kilates. Cada pieza lleva un mensaje positivo grabado en láser, cuyo propósito es el de inspirar día a día a sus clientes.

Su gama de productos se extiende desde carteras para uso casual, de trabajo, de noche y hasta accesorios pequeños como billeteras, cosmetiqueras, tarjeteros y más.

Por todas estas razones, la prestigiosa tienda Park Avenue le abre sus puertas a esta marca y tanto en sus sucursales de La Gran Vía como en Galerías, se venderán los bolsos de Schedraui.

La alianza fue celebrada con un coctel de introducción a la cual asistieron clientes destacados, bloggers, medios de comunicación, familiares y amigos. El evento se llevó a cabo gracias al apoyo de sus patrocinadores y aliados.

Además un porcentaje de las ventas realizadas en dicho coctel fueron donadas a la Fundación "Dona tu cora", organización sin fines de lucro, recaudadora y canalizadora de donativos para apoyar proyectos de alto impacto en entidades de reconocida trayectoria social en El Salvador.

La marca Schedraui hace la invitación a visitar las tiendas Park Avenue en sus dos sucursales, donde ya se encuentran a la venta la última colección de sus piezas, con variedad de colores, estilos y pieles italianas.

SERVIR
-EN SOLO-
Minutos
SE VALE!

Pollo Indio
TODA RYUDA
Se vale

BIMBO TE INVITA ACORRER

LA MARCA CONVOCARÁ A CORRER A 90,000 PERSONAS EL PRÓXIMO 27 DE SEPTIEMBRE, CON EL FIN DE FOMENTAR UN ESTILO DE VIDA ACTIVO Y SALUDABLE EN EL MUNDO.

Como parte de su compromiso de promover un estilo de vida saludable y la actividad física, Bimbo llevará a cabo el próximo domingo 27 de septiembre la primera edición de Global Energy Race, la primera carrera en la que se prevé la participación cercana a 90,000 corredores en 22 ciudades de 19 países diferentes, en un mismo día. Global Energy Race, en su primera edición, se llevará a cabo en varias ciudades del mundo incluyendo nuestro país. Contará con categorías de 3, 5 y 10 kilómetros en las que podrán participar corredores de los 16 hasta los 70 años. El punto de partida será el Parque Madreselva, Santa Elena y la hora de salida de las tres categorías se encuentra programada para las 7 a.m.

Para quienes se encuentren interesados en participar, el kit tiene un costo de \$10 y pueden inscribirse en <http://www.globalenergyrace.com> y en tiendas Sportline. Habrán premios para los primeros lugares de todas las categorías.



Corre junto a miles de personas y Bimbo, este 27 de septiembre, para fomentar un estilo de vida activo y saludable.

EQUIPADA PARA IR AL GIMNASIO CON MIKE MIKE

EN TU RUTINA DE GIMNASIO NO DEBE FALTAR LA BUENA COMPAÑÍA. MIKE MIKE TIENE PARA TI LAS MEJORES OPCIONES DE BOLSOS, IDEALES PARA LLEVAR TODO LO QUE NECESITAS.



Bolsa en color negro con morado, asa corta. \$29.90

Bolsa en color morado con detalles en verde manzana y detalle de zipper al frente, asa larga. \$32



Bolsa en color verde musgo con asa corta y detalle de zipper al frente. \$29

Bolsa en color rosado de asa corta y larga y detalle de bolsas al frente. \$33



• Tres nuevas fragancias de Pino Silvestre que puedes disfrutar en perfumes y deospray.

PINO SILVESTRE PRESENTA FRAGANCIAS

Pino Silvestre, clásica fragancia italiana reconocida en el mundo por más de 50 años, presenta sus tres nuevas fragancias Underwood, Rainforest y Oud Absolute. Estas nuevas fragancias se encuentran en colonia y desodorante y reunen en ellas las notas de los elementos del bosque como musgos, resinas, pétalos y cortezas. Su presentación en perfume está disponible en 75 ml y el deospray en frascos 300 ml.

PROMOVIENDO A LOS ARTESANOS

Por tercer año consecutivo, Almacenes Simán en alianza con la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID), durante los meses de agosto y septiembre, promoverán el programa "ARTEC.A.: producto del talento centroamericano", que ha sido creado con el fin de promover las artesanías que se producen en El Salvador. Estos productos estarán a la venta en Almacenes Simán a partir del 15 de agosto hasta el 15 de septiembre, con el deseo de generar un sentimiento de identidad con productos artesanales a cargo de manos salvadoreñas.



• Encuentra estos productos en Almacenes Simán durante los meses de agosto y septiembre gracias al apoyo de USAID.



• Roberto Jovel, presidente de ASPORC, dio a conocer los beneficios de consumir carne de cerdo en el lanzamiento de la campaña.

ASPORCLANZÓ CAMPAÑA

LA EMPRESA LANZÓ SU CAMPAÑA DENOMINADA "COME CERDO HOYNK", BUSCANDO INCREMENTAR EL CONSUMO DE LA CARNE DE CERDO.

• La Asociación Salvadoreña de Porcicultores (ASPORC) lanzó su campaña "Come cerdo hoynk más delicioso, más económico, más saludable", con el fin de promover el consumo de la carne fresca de cerdo de granja salvadoreña. De acuerdo con la asociación esta es la tercera campaña que se desarrolla desde el año 2009, inicialmente se desarrolló una campaña educativa en la que buscaba desmitificar todos los conceptos alrededor del cerdo y mostrarlo como una alternativa saludable. La segunda etapa fue dirigida a la promoción de la carne de cerdo como opción saludable a la dieta de los consumidores y enseñarles las diferentes formas de preparación y sus diferentes cortes. Esta la tercera campaña busca que los consumidores acepten la carne de cerdo como una alternativa de consumo para sus comidas diarias y aumentar la frecuencia de su consumo. Esta carne es muy variada y puede comerse desde el desayuno, como tocineta, hasta platos más elaborados para el almuerzo o cena.

DESCUBRE LA PERFECCIÓN

SCHWARZKOPF PROFESSIONAL PRESENTÓ UNA NUEVA GENERACIÓN DE PRODUCTOS PARA EL CUIDADO DEL CABELO.

Schwarzkopf Professional, marca alemana de prestigio internacional, distribuida en el país por Intrade, presentó una nueva generación de productos para el cuidado del cabello. Entre ellos Bonacure, una línea de terapias capilares personalizadas para cada problema del cabello y el lanzamiento de Essensity y 3D Men. Para su presentación, la marca realizó un show lleno de tendencias, glamour y color a cargo de la consultora internacional para Latinoamérica, Mónica Zuleta. Bonacure, que con su innovadora tecnología celular Cell Perfecto, ayuda a que el cabello se acerque a su perfección natural. Su gama de productos incluye champú, acondicionador, BC Repair Rescue, BC Volume Boost, entre otros. El segundo, Essensity una línea profesional de color, tratamiento y finalización a base de ingredientes orgánicos y esencias naturales como la granada, el aloe vera y la proteína de la almendra. En este producto se encuentran dos gamas, Color & Moisture y Color & Repair. Finalmente, 3D Men exclusivo para hombres con cuidados en tres dimensiones, activa las raíces, refresca el cuero cabelludo y fortifica el cabello.



Mónica Zuleta, consultora técnica internacional para Latinoamérica de Schwarzkopf Professional, fue la encargada de la presentación de los nuevos productos.

PUNTO DE COMPRAS

La prevención es la mejor cura

CLÍNICA DE RADILOGÍA Y ULTRASONOGRAFÍA

Sosa-Guevara

» Ultrasonografía	» Fluoroscopía
» Rayos X	» Tomografía Computarizada TC
Doppler	

USG mamas	Mamografía	Mamografía y USG mamas
\$40	\$35	\$70

25 Av. Nte. No. 640, Coln. Clínicas Médicas, S.S.
(Fte. a Hosp. Pro Familia) Tels: 2226-0307 y
2225-7846 o Conmutador: 2523-5900 Ext. 1234

clinicassosa-guevara@hotmail.com

Sucursal Escalón: 85 Av. Nte. y Paseo
Gral. Escalón, Centro Médico Escalón.
Local 5, S.S. Tel.: 2263-2839

Olvídate del acné

Clinica de Acné

Atendido exclusivamente por:
Dr. Alfredo Morales Dermatólogo

Haz tu cita y recibe la evaluación y tratamiento de acuerdo a tu diagnóstico.

***30% de descuento en la primera consulta para acné.**

Leal
Centro Dermatológico

***Descuento no aplica para seguros médicos.**

91 Ave. Norte # 230, Colonia Escalón, San Salvador.
Tel.: 2264-9330

CLINICA LASER
Para Tratamiento de VÁRICES
Dr. Omar Antonio Callejas Sandoval
Cirujano Vascular

Tratamiento Especializado de Várices por Láser Biolitec

Tratamiento especializado por Láser de Várices grandes (GV), Ulceras venosas, Váriculas, Telangiectasias y arañas vasculares

Antes - Despues

- Sin cicatrices
- Sin dolor
- Sin hospitalización
- Sin anestesia
- Totalmente estético

"Las Piernas fueron hechas para lucirlas no para esconderlas"

21 Calle Poniente N° 1621, San Salvador (frente a Kinder Amiguitos)
omarcallejas@yahoo.com.mx

Tels.: 2225-2323 • 2225-0808

Clubella

SUSCRÍBETE A REVISTA Y DISFRUTA DE ESTOS BENEFICIOS

ella



20% de descuento en bebidas calientes y frías.



15% de descuento en Poninis.
2 X 1 en bebidas calientes.
* Todos los días. Válido al presentar tu sticker.



15% en bebidas a base café. 10% en alimentos y bebidas que no son a base de café.
* No aplica con otra promoción. Válido todos los días.



15% de descuento en cakes.* Descuentos de días festivos: 20% de descuento en cakes*
* Con pago en efectivo.
* Días festivos:
Día de la Madre, Día del Padre, San Valentín, Día del Niño, Navidad y Año Nuevo.



15% de descuento en bebidas de café frías y calientes. Agrandado GRATIS en bebidas de café frías y calientes.



10% de descuento.



15% de descuento en menú a precio regular (de lunes a domingo).



10% de descuento en productos a precio de menú.



20% de descuento en menú regular y pago en efectivo.



10% de descuento en productos a precio de menú.



12% de descuento



15% de descuento todos los días. LUNES Y MARTES al comprar una ensalada, acompañamiento y bebida GRATIS.



10% de descuento en productos a precio de menú.



10% de descuento en productos a precio de menú.



10% de descuento en productos a precio de menú.



15% de descuento.



20% de descuento en pagos en efectivo.



15% de descuento en cualquier forma de pago.



15% de descuento en mercería seleccionada. 10% de descuento de mercería de nueva colección.



15% de descuento en productos a precio regular.
* Restricciones aplican.



10% de descuento en toda la ropa.
No aplica con otras promociones. Pago efectivo o tarjeta.



20% de descuento en servicios.
* Aplica para pago en efectivo.



15% de descuento de producto regular. Aplica con una compra mínima de \$25.00



15% pagos en efectivo. 30% en el mes del cumpleaños.



12% de descuento en servicios.
* Restricciones Aplican.



12% de descuento aplicado a mensualidad y matrícula GRATIS.
* Aplica con cualquier tipo de pago.



15% de descuento. Todo en relojes. Consulta en tienda.



15% de descuento.



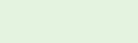
Entrada al 2x1 Wraps al 2x1 Crepas al 2x1
* Lunes, Martes, Viernes y viernes de diciembre. No válido en días festivos, sujeto a disponibilidad de cupo para cortesía. No válido para películas en su primera semana de estreno.



20% de descuento en pago en efectivo.
15% de descuento en pago con tarjeta de crédito.



10% de descuento.
* No válido con otra promoción.



10% de descuento.



50% de descuento en la segunda crepa.
* Restricciones aplican.



15% de descuento en menú principal.
* No aplica en días festivos.



15% de descuento.
* No aplica a domicilio.



20% de descuento en pagos en efectivo.
15% de descuento en pago con tarjetas de crédito.
* Solo aplica en menú a precio regular.



15% de descuento en menú principal.
* No aplica en días festivos.



10% de descuento en el pago con tarjeta de crédito.
15% de descuento al pagar en efectivo.
No aplica con otras promociones y descuentos.



15% de descuento en nuestros servicios de óptica.
(No incluye linea Value Pack).
Primera consulta de optometría GRATIS a los clientes que nos visiten por primera vez.
* Restricciones aplican.



15% de descuento en medicamentos GENERICOS*.
Al presentar tu tarjetón Club LPG GRATIS TOMA DE PRESIÓN ARTERIAL.
Aplica solo pago en efectivo. Cheque o tarjeta San Nicolás Visa Electron.



30% de descuento en los tienditas.
Restricciones: * Restricciones aplican.
El descuento solo se aplica sobre precio regular.
El descuento no es acumulativo.
El descuento no aplica en ropa interior, peluches, muñecitos, toallas ni accesorios.



TODOS LOS MARTES
15% de descuento en productos a precio regular.
5% de descuento adicional en productos en promoción.



20% de descuento todos los días en cubrebrazos, cortinas y fombrillas.
10% de descuento en todo tipo de prendas.
Ambas promociones todos los días y en cualquier forma de pago al presentar su membresía.



15% de descuento por pago en efectivo.
7% de descuento por pago con tarjeta de crédito o débito.
* Aplica únicamente a IJous.
Otras restricciones aplican.

* Restricciones aplican en cada establecimiento aliado a Clubella y en anuncios de prensa. Aplica al presentar la tarjeta de Clubella. No aplica con otras promociones.

PARA MAYOR INFORMACIÓN
LLAMA AL 2241-2388
suscripciones@laprensagrafica.com

lpg.ella



ella

Grupo Dutris

Bolívar



VUELVEN
LOS DÍAS DE
AMISTADES INVENCIBLES...



SANTA ROSA
UN LUGAR INCOMPARABLE

TRANQUILIDAD · HOGARES · ESTILO · COMUNIDAD
santarosa.com.sv [2229-3757](tel:2229-3757) / [2229-7486](tel:2229-7486) 