

Tú Revista  
**EVOLUCIONANDO**  
**PARA EL ÉXITO**

**CORY**  
**CÁRDENAS**



**PIENSA POSITIVO,  
LUCE POSITIVO.**

[@evolucionandoparaelexito.com](https://www.evolucionandoparaelexito.com)

# CONTENIDO

- 3** De la casa editorial
- 4** El dolor no deforma, transforma  
Danny Armijos
- 5** Soñar es el primer paso  
Cory Cárdenas
- 6** La lección impagable que aprendí de un babuino  
Antonio Bonilla
- 7** Claves para invertir en Florida  
Tina White y Laura Castorani
- 8** Anuncios
- 9** Salud materna, embarazo  
Dra. Laura Graterol
- 10** Metamorfosis  
Norbis Valderrey
- 11** La magia de las pestañas en navidad  
Hari Rodriguez
- 12** Dos `R´ para tu relación  
Nelson Castillo
- 13** Lucir en Navidad  
Emily Riera

# DE LA CASA EDITORIAL

Llegó diciembre y pronto enero del 2022, parece haber transcurrido tan solo un parpadeo desde que iniciábamos el año 2021 que ahora estamos despidiendo, y con la respectiva reflexión, que seguramente nos hacemos cada uno de nosotros sobre el imparable pasar del tiempo, y de la mano de todas las lecciones que la vida nos ofrece, aquí, en la casa editorial de Tú Revista, vemos hacia atrás en los inicios de un sueño, una idea, un proyecto, que hoy ya es una gran realidad, sí, así nació, siendo la visión interior de quienes hemos trabajado en ella con el respectivo compromiso de cada día, tanto por parte de sus integrantes como de sus colaboradores, la producción ha conllevado muchas experiencias, aprendizajes, y la cooperación de distintas fuentes, mentes y corazones únicos, perfectos en su esencia y estilo lo que hace de este espacio un mosaico de gran riqueza que brinda inspiración e información.



Su nombre hace honor al camino que estamos haciendo con tan hermosa labor, vamos Evolucionando para el Éxito, ese éxito del que nos nutrimos día a día por el simple hecho de brindar buen contenido, accesible y amplio, llenándonos de gratitud y buena voluntad.

**Queremos entregar un amplio gracias por compartir su conocimiento, a todos los hombres y mujeres profesionales de las diferentes ramas del desarrollo humano, que escriben sus artículos maravillosos pincelando este, vuestro espacio.**



Nos queda camino por recorrer, seguras de que está abierto para brindarnos más alegrías y experiencias. En esta nueva vuelta al sol, nuestra inspiración son ustedes, queridos lectores, quienes son el motivo y motor para cada edición, su presencia es un regalo, gracias infinitas por ello.

Enero trae consigo la nueva agenda de trabajo para la gran mayoría de nosotros, nos planteamos propósitos, sueños, objetivos; te instamos a que nos incluyas en la tuya para que la red de difusión de información de alta calidad humana crezca, comparte con todos tus seres queridos y conocidos el contenido de esta, Tú Revista digital, copia los enlaces de las redes sociales o cualquier mensaje que encuentres en ellas que toque tú vida y pégalo para alguien a quien le pueda ser de utilidad, es una de muchas formas de expandir la consciencia y el amor, seamos eco de una nueva humanidad.

**Muchos pequeños actos de amor cada día hacen del mundo un lugar mejor.**

**Bienvenidos, nuevo año, nuevas páginas, temáticas, pensamientos y regalos, bienvenido 2022.**



Por: Danny Armijos

## EL DOLOR NO DEFORMA, Transforma.

La historia que dio un giro de 180 grados a mi vida. Mi cuerpo estaba hablando de diferentes formas, sobre peso, cansancio, dolores fuertes de cabeza; había dejado de ir al gimnasio, dormía escasas 4 horas en las que no descansaba, me alimentaba de forma sana y no funcionaba. Tomé la decisión de ir al médico, tras los exámenes la recomendación fue visitar a un especialista; hice caso omiso.

Pasaron unos meses, estaba muy decaída con dolores intensos de cabeza, después de varios exámenes, en junio del 2019; la noticia: «Tiene un prolactinoma en la hipófisis, complejo de operar por el tamaño y la zona donde está ubicado, espero la radioterapia ayude»; el oncólogo que revisó los resultados, explicó que se trataba de un tumor cerebral. No estás preparado para una noticia así; reniegas, reclamas a la vida, cuestionas a Dios. No hacía más que llorar, una tristeza profunda me invadió completa, y se prolongó por varias semanas.

Comencé un tratamiento para combatir el tumor, 13 kilos menos en mi peso; mi rostro lucía cansado y tenía el aspecto de una mujer mayor a la edad de entonces; esto me generó una depresión aguda, autoestima por el suelo; perdí el deseo de sostener la vida.

Así como la vida te golpea, también te da luz en la oscuridad, gracias a una amiga, inicié sesiones de hipnosis con un profesional; entonces pude entender el para qué de lo que me estaba pasando, cambié la queja por gratitud, empecé a ver oportunidades donde solo se veían dificultades.

Decidí comprar un poco de ropa de acuerdo a mi nueva talla, fui a la peluquería, un poco de ácido hialurónico, retomé el gimnasio, alejé de mi vida a personas que no sumaban y sobre todo, me acerqué a Dios, si a ese Dios a quién tiempo atrás le había cuestionado.

Cada mañana me pongo frente a un espejo, doy gracias por lo que veo y me digo cosas positivas. Hoy, continúo en tratamiento, con medicación diaria, chequeos cada 6 meses; han pasado 2 años de aquel diagnóstico y un año de las sesiones de radioterapia que recibí. Contra todo pronóstico aquí sigo; con la convicción de que todo tiene una razón de ser, la vida ocurre en el aquí y ahora; ese poder mágico del ahora solo se experimenta cuando dejas de generar expectativas y vives al máximo sólo por hoy.

# SOÑAR

## ES EL PRIMER PASO



**Cory Cárdenas**

Cory, una mujer que brilla con luz propia, asegura: «que su trabajo y su misión de vida es un sueño hecho realidad». Quiteña de cuna, Cory recuerda de su infancia las interminables tardes de juegos con sus hermanas, sus padres y sobre todo recuerda del baúl de sus memorias, con gran amor, la nobleza y dulzura de su abuelo materno.

De niña soñaba con ser artista, cantante, modelo, ser parte del ejército y hasta ser agente del servicio secreto. Sin embargo, la vida le tendría preparada otra gran labor. La mujer valiente, soñadora y arriesgada decidió dejar su país, Ecuador y escribir un nuevo capítulo en su historia, Estados Unidos, el país que la recibió con los brazos abiertos, se convertiría en su nueva residencia. Frente a un escenario totalmente diferente, con un idioma desconocido se atrevió a tocar puertas y llevar a cabo sus objetivos.

Yanbal, se convirtió en su casa profesional, «Cuando me enteré que estaba la empresa en el país, vi la oportunidad de formar parte de la institución, la misma que lleva más de 54 años al servicio de la sociedad, y así fui formando una red de emprendedores».



«Estaba enamorada de los productos y la calidad, especialmente de las joyas.» «Me convertí en Directora Yanbal, rol que me permite guiar a las personas que integran mi red, entrenarlas y hacer que sus negocios sean exitosos».

Cory, a través de sus conocimientos en liderazgo, empodera a cada integrante y les acompaña a sacar todo su potencial para que logren alcanzar el éxito. Un éxito que le llena de mucha emoción porque lo considera como suyo propio.

Madre imparable, empresaria con una gran visión, asegura que «conocerse a sí misma ha sido el aprendizaje más encantador, y sin duda alguna, el más importante que ha realizado durante toda su vida.» Enamorada de la vida sabe que todo es posible aun a pesar del miedo: «no podemos evitarlo, pero podemos superarlo, el miedo no nos puede detener, las mujeres nos enfrentamos a todo y salimos adelante, nos inspiramos nosotras mismas a seguir y a alcanzar metas».

«No dejes pasar un día sin que impactes al mundo que te rodea. ¡Lo que haces marca la diferencia y tienes que decidir qué tipo de diferencia quieres hacer!

Es solo tomar la decisión, tener ganas, nosotros les entrenamos para vender e incorporar. Este sueño comienza con una inscripción, aquí estoy para guiarlas. ¡Decídetes y contáctame!»

**Por: Paola Vivas**





Por: Antonio Bonilla

# LA LECCIÓN IMPAGABLE

## QUE APRENDÍ DE UN BABUINO

Han transcurrido más de 25 años desde su flamante estreno internacional y parece que fue ayer cuando nuestros avezados ojos de niño anhelantes de fantasía quedaron por primera vez encandilados por la apasionante aventura de Simba.

Estas «pelis» están plagadas de sabiduría que posiblemente pasen del todo desapercibida para los niños. Pero que los adultos podemos degustar como si fueran un buen té caliente.

Una de las frases que me hizo pensar fue la que le dice Rafiki -el babuino sabio- a Simba, el Rey León, después de pegarle un porrazo en la cabeza.

**SIMBA:** ¿Por qué has hecho eso?

**RAFIKI:** No importa porque, está en el pasado.

**SIMBA:** Sí, pero me dolió.

**RAFIKI:** Oh, sí, el pasado puede doler, pero tal y como yo lo veo, puedes huir o aprender de él.



**¿Cuántos de nosotros no nos quedamos bloqueados dándole vueltas a algo que sucedió hace tiempo sin progresar hacia el futuro?**

**¿A cuántos nos bloquea el «y si me pasa otra vez...»?**

**¿Y cuántos decimos, «Esto siempre se ha hecho así»?**

Tal y como lo veo yo - y como lo ve Rafiki - a veces hace falta que nos den un porrazo en la cabeza para que reaccionemos, para que tomemos las decisiones que debemos tomar y sigamos adelante.

Todos somos animales de costumbres, y no nos suele gustar que nos las cambien..., de la misma forma, las organizaciones van generando sus procesos y costumbres, y crean la base de su cultura.

Pero alguna vez nos preguntamos si existen otras opciones, otras formas de hacer lo mismo, pero minimizando esfuerzos y recursos.

Muchas veces la costumbre entra en nuestras vidas y no nos deja ver más allá, pero para eso nos tenemos que dar cuenta y pedir ayuda.

**Las costumbres son difíciles de cambiar, pero no es tarea imposible.**

**¿Qué costumbres te gustaría cambiar en tu organización?**

**¿Cuáles otras crees que son realmente la esencia?**

**Es importante mirar con perspectiva tu empresa...**

Como Mentor, experto en Crecimiento Empresarial Estratégico, te sugiero que trabajes en tu empresa, y no para tu empresa y así encontrar los cambios que tienen que ocurrir en tu negocio para que llegues a ser el 'Rey León', aportar realmente a la manada que te sigue y escalar en tus ventas.

Haciendo esto, es muy probable, que cantes aquello de "The show must go on" y dejes atrás todo lo que te está atenazando ahora.



Por: Laura Castorani



Por: Tina White

# CLAVES PARA INVERTIR EN FLORIDA

Los Estados Unidos ofrece un refugio seguro a las inversiones extranjeras, ellas están sujetas a leyes tributarias y a procedimientos estrictos que garantizan el cumplimiento de esas leyes, así, el desconocimiento o la inadecuada asesoría al respecto podrían acarrear consecuencias no deseadas.

En esta edición hablaremos de la 'Ley de Impuestos sobre la Inversión Extranjera de Bienes Raíces, FIRPTA' (Foreign Investment in Real Property Tax Act). En 1980, el Gobierno de Estados Unidos implementó el Acta de Impuesto a la Inversión Extranjera, señalado anteriormente, esta ley fue diseñada para gravar los impuestos sobre las ganancias de los inversionistas no residentes y de sociedades anónimas extranjeras.

## ¿Cómo funciona esta ley?

El Servicio Interno de Impuestos de los Estados Unidos (IRS), garantiza que, en el momento en que se realiza la venta de una propiedad, los inversionistas extranjeros en bienes raíces, no se lleven sus ganancias a otras jurisdicciones sin haber pagado el impuesto estimado correspondiente a dicha venta.

Cuando la venta es realizada, una porción del dinero se retiene en el momento del cierre, hasta el 15% pudiera retenerse sobre el precio de venta bruto sin tener en cuenta la ganancia o pérdida. Las retenciones deben ser realizadas por la compañía que tramita el título o por un abogado especialista en bienes raíces, y los porcentajes de retención dependerán del monto de la venta.

Considere que los fondos deben ser enviados dentro de los primeros 20 días después del cierre, aunque

**Nota legal:** Es sumamente importante que consulte a un abogado o un contador con amplios conocimientos en el manejo de los casos que impliquen FIRPTA. En ningún momento debe tomarse la información de éste artículo como asesoría.

ciertas excepciones pudieran aplicar. La retención se mantendrá en una cuenta especial llamada, 'depósito en custodia (Escrow Account)', hasta que el inversionista extranjero presente su declaración de impuestos sobre ingresos en enero del año calendario siguiente al cierre de la venta. Una vez se realice la declaración y el IRS determine el monto a establecer como impuesto, el diferencial entre la retención y el impuesto es reintegrado al vendedor.

Bajo ciertas excepciones, el pago del impuesto podría ser diferido, y no se exigirá el FIRPTA ni se hará ninguna retención de impuestos sobre la transacción. (Sección 1031 del Código de Impuestos Internos de Estados Unidos)



Laura Castorani Ph. (813) 541-3351 [lcatorani@yahoo.com](mailto:lcatorani@yahoo.com)  
<https://lcatorani.bhhsfloridaproperties.com>

Tina White Ph. (956)337-7160 [TinaSellsTampa@gmail.com](mailto:TinaSellsTampa@gmail.com)  
<https://twhite.bhhsfloridaproperties.com>

Tú Revista  
**EVOLUCIONANDO**  
 PARA EL ÉXITO



ANUNCIOS

EN ESTOS MOMENTOS  
 DIFÍCILES, DEPOSITA TU  
 CONFIANZA EN NOSOTROS

PON EN NUESTRAS  
 MANOS Y NOSOTROS  
 NOS ENCARGAMOS

**VENDEMOS O ARRENDAMOS  
 TUS PROPIEDADES**

099 4047010 - 099 8143532

**HONGOS  
 EN LA SUPERFICIE  
 SON ASESINOS OCULTOS**

**“Encuétralos, Identifícalos y Elimínalos”**

- Limpieza de Ductos de Aire
- Mantenimientos de Unidades
- Control y Muestras de Hongos Ambientales
- Control de Plagas
- Limpieza de Oficina
- Remediación de Fuego

**www.7877000.com**  
 7870000@gmail.com

**(787) 787-0000** Estimados **GRATIS**  
 Aceptamos Tarjetas de Crédito

**Sofy Rosas Durán**  
 Terapeuta Holística-Tarotista

+593 984093282

www.facebook.com/sofyrdic  
 Sofy Catalina Rosas Durán

sofy.rosas.duran

**Dra. Laura  
 Graterol**

MÉDICO GENERAL  
 CONSULTA EN PREVENCIÓN DE  
 ENFERMEDADES Y FORTALECIMIENTO  
 DEL SISTEMA INMUNE POST COVID 19.

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE  
 ENFERMEDADES CRÓNICAS  
 CUIDADO DEL ADULTO MAYOR.

Teléfono +593 0978861778  
 lauragraterolr@gmail.com  
 Videoconsultas en español e inglés

SOMOS UNA  
**EMPRESA DE MEDIOS**  
 APASIONADA  
 POR LA CREATIVIDAD  
 Y LA TECNOLOGÍA DIGITAL.

**LA MEJOR MÚSICA**  
 Y LAS MEJORES  
 CONTENIDOS EN FORMA  
 DE VÍDEO Y  
 DOCUMENTALES

**MARKETING  
 DIGITAL PARA  
 EMPRENDEDORES Y  
 EMPRESAS**

**¿POR QUÉ ANUNCIARTE CON NOSOTROS?**

- El porcentaje de oyentes online es cada vez mayor -
- Puedes escuchar la transmisión en computadoras, celulares y tablets -
- Llegamos a una audiencia sin fronteras -
- 24 horas todos los días -

VISITA NUESTRO SITIO  
 www.multimedia-workstation.com.ec

WhatsApp: 098 121 20 82

ANÚNCIATE CON NOSOTROS  
**@evolucionandoparaelexito.com**

# SALUD MATERNA: EMBARAZO

## ¿CÓMO DEBE SER LA ALIMENTACIÓN?



Por: Dra. Laura Graterol

El embarazo es una etapa única e inolvidable en la vida de toda mujer, es un periodo de nuevas sensaciones, expectativas y cambios en el estilo de vida que impacta en su cuerpo, su mente y su entorno social. Siendo una experiencia novedosa, puede llegar a relacionarse con sentimientos de ansiedad, aumento de apetito y malnutrición, por lo cual, se hace necesario entender la relación de los nutrientes con el desarrollo del embrión.

Durante los 9 meses el desarrollo de una nueva vida viene determinado por los nutrientes que se le aporte, siendo primordial una alimentación de calidad y no de cantidad; Se consideran normales el aumento de apetito y los famosos «antojos maternos», algunos de ellos no acordes a la dieta saludable; aumento de 1 kg de peso al mes, llegando a un máximo de 12 kilos en 9 meses, la hormona responsable de estos cambios es la progesterona, la cual, durante el embarazo está asociada a síntomas como náuseas, retención de líquido, disminución de la tensión de la sangre y otros cambios normales.

Para lograr una nutrición balanceada se deben incluir en la dieta las proteínas que están presentes en las carnes magras, el pollo, los huevos, el pescado y las habas; En segundo lugar se recomienda consumir carbohidratos en moderada cantidad, los cuales aportan energía, estos están disponibles en los cereales, el arroz, las pastas, frutas y algunos vegetales; y en tercer lugar, alimentos que contengan grasas, necesarias para el desarrollo del tejido nervioso, que encontramos en los lácteos, mantequillas, frutos secos y aceites vegetales.

Aparte de la dieta básica, se aumenta la demanda de micronutrientes, cuyos beneficios se exponen en la siguiente tabla:



MICRONUTRIENTE	ALIMENTO	SALUD FETAL
<b>Ácido fólico</b>	Espinacas, acelgas, lechugas, frutas.	Desarrolla el sistema nervioso.
<b>Calcio</b>	Productos lácteos, espinaca.	Desarrollo de músculos, huesos, dientes.
<b>Hierro más, vitamina C</b>	Carnes y productos cítricos.	Producción de glóbulos rojos y cicatrización de la piel.
<b>Vitamina A y omega 3</b>	Pescados azules, frutos secos, semillas, algas.	Desarrollo visual normal y antioxidante.
<b>Yodo</b>	Sal, mariscos, pescado.	Funciones cerebrales.

Se debe evitar en el embarazo alimentos crudos o mal cocidos, cafeína, alimentos con alto contenido de grasas y azúcares, y bebidas alcohólicas.

Médico Cirujano- [Lauragraterolr@gmail.com](mailto:Lauragraterolr@gmail.com)

Artículo dedicado a mi hermana, Astrid Graterol, quien está iniciando esta hermosa experiencia de ser madre.



Por: Norbis Valderrey

# METAMORFOSIS CEREBRAL

**La transformación del mundo actual demanda nuevas formas de vida, por lo tanto, la gimnasia cerebral o brain gym tiene a tu disposición una gama de técnicas y ejercicios, logrando bienestar en medio de estos incesantes cambios.**

Es el momento de abrirte paso y disponerte a salir de lo ya conocido para asumir y aflorar nuevas potencialidades que hasta hoy las tenías ocultas, desde esta perspectiva develo algunas bondades de la gimnasia cerebral.

**Es una técnica que tiene su origen en los estudios realizados por el Doctor David Dennison,** quien ayudó a personas con problemas de atención, comportamiento y aprendizaje tomando algunas rutinas de ejercicios del Tai chi y Yoga, la puedes practicar en cualquier lugar y momento, integrando distintas partes del cerebro. Por ejemplo: respiración consciente, meditación, caminatas diarias, cantar, escuchar música, alimentación adecuada, leer, sueño repotenciador, son ejercicios aptos para cualquier persona a partir de los cinco años de edad, permiten conectarse con las emociones, generando nuevas conexiones neuronales para lograr el equilibrio y mejorar el aprendizaje.

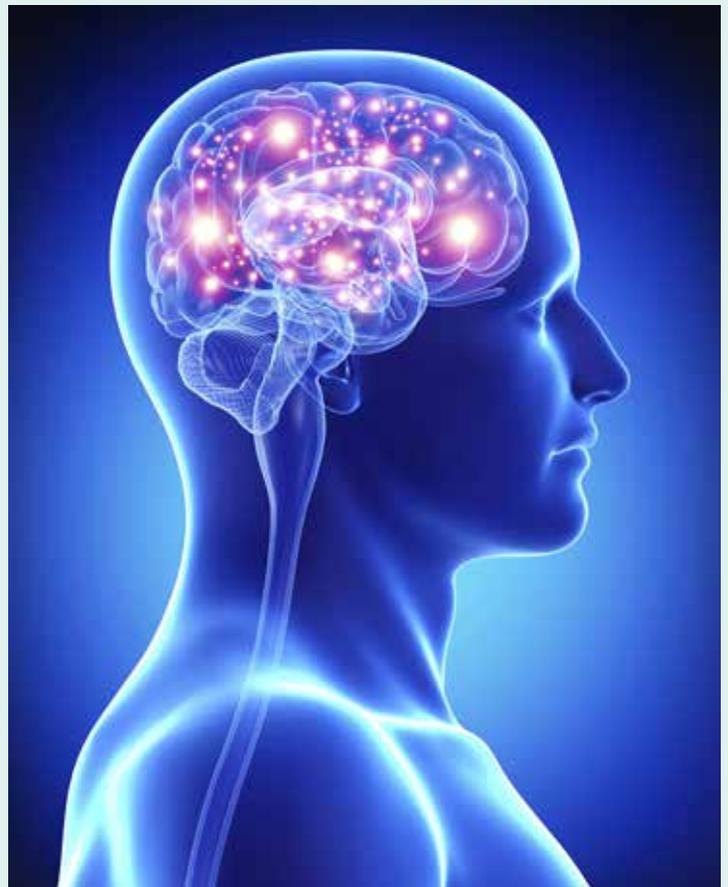
Anteriormente, se creía que nacíamos con una cantidad de neuronas que iban disminuyendo a medida que la persona avanzaba en edad, la 'Neurogénesis', ha comprobado que cuando se aprende algo nuevo hace una conexión sináptica en tu cerebro. Cuando este proceso es autodirigido en la edad adulta, el cerebro rejuvenece. Por lo tanto, la gimnasia cerebral ayuda a prevenir el Alzheimer, incluso a las personas que lo padecen les beneficia retrasando su progresividad. Gracias a la Neuroplasticidad Cerebral el cerebro con el que venimos al mundo no es algo fijo, lo podemos cambiar, es totalmente maleable.

El cerebro es un órgano que debes cuidar a lo largo de tu vida, está constituido por el Hemisferio Derecho que se encarga de coordinar el movimiento de la parte izquierda del cuerpo y el Hemisferio Izquierdo coordina la parte derecha. Gracias a la gimnasia cerebral se logra la integración de ambos hemisferios cerebrales,

generalmente, los bloqueos de aprendizaje se deben a que la persona estimula un hemisferio, por eso no procesa la información, es decir, el cerebro está unilateral, recibe datos pero no los integra.

**Hoy día, hay Mentores especializados en brain gym, no existe una fórmula prescriptiva, considero que la actitud es la base de cualquier proceso de transformación,** te inspira a ir más allá. Te invito a cambiar, ¡Sorpréndete! Descubriendo que puedes desarrollar nuevas habilidades cambiando hábitos.

**¡Expande tu Metamorfosis Cerebral!**



## LA MAGIA DE LAS PESTAÑAS EN NAVIDAD



Por: Hari Rodriguez

### ¿Has tenido mala experiencia con las extensiones de pestañas o no has probado nunca a llevarlas?

Pues déjame decirte que te estás perdiendo de una experiencia maravillosa en la que no solo conseguirás verte mas bella físicamente si no que también será un momento de paz y tranquilidad único.

**¿En qué pueden ayudarte las extensiones de pestañas?**, en el tiempo que ahorrarás cada día, al no necesitar maquillar tus ojos y también en el momento de relax que te estarás regalando al momento de ser colocadas.

Las extensiones son para las personas que quieran optimizar tiempo en sus rutinas, no maquillarse tanto, aumentar el volumen de sus pestañas, (si tienes pocas pestañas naturales y la máscara de pestañas no ayuda mucho), entonces, esta opción es una gran alternativa.

También puede pasar que las pestañas sean muy largas pero crecen rectas o descendentes por lo que no se notan y usar a diario el rizador de pestañas podría dañarlas. Pues déjame contarte que con las extensiones ya no tendrás que preocuparte por eso. Podemos multiplicar la cantidad de pestañas, darles más largo si lo deseas y corregir imperfecciones si se requiere. Si tus ojos son muy redondos o al revés, pequeños y alargados, no te preocupes, le pondremos solución gracias a la magia de esta técnica de belleza.



Siempre hacemos un estudio de la mirada y de la personalidad para darle el diseño y efecto que más puedan favorecer. Los diseños, ojo de gato para alargar la mirada, de muñeca para hacer los ojos más grandes o el natural para conservar la forma de los ojos, son las alternativas.

En el proceso del colocado de las extensiones tenemos que permanecer lo más quietas posible, por lo que será un momento de relajación y meditación estupendo. Los aromas, la música suave del ambiente ayudan a desconectar del estrés y ajeteo del día a día.

En la primera colocación de las extensiones podemos tardar sobre 2 horas y media. Y para mantenerlas bonitas, aconsejo acudir a un relleno cada 21 días. En los rellenos el tiempo es mucho menor, 1 hora y 15 minutos, aproximadamente.

**(Si te encuentras por Tenerife, contáctame que hasta el mes de diciembre tendrás el 20% descuento en tu primera sesión.)**

**Enciende el espíritu de Navidad con una mirada única**



Por: Nelson Castillo

## DOS 'R' PARA TU RELACIÓN

**La pandemia impactó a la sociedad, contextualizo, nuestra existencia, trastornó la intimidad de las relaciones,** fue un gran llamado al amor y esa es la invitación que te hago.

Replanteamos ideas como, libertad y espacio personal. Muchas parejas echaban mano de salidas de café y trabajo para encontrar un desahogo, llegar a casa con energías renovadas o con la máscara necesaria, pero ya no fue posible y solo algunos supieron gestionar el momento. Estaban mal sin reconocerlo, discusiones, abusos y hasta maltratos, algo no se sentía igual pero lo disfrazaron tras la falsa 'pax romana'. Y surgió la pregunta, **¿vas a quedarte así o mereces ser feliz?**

En pareja todo forma parte del «tu y yo»: hijos, padres, trabajo, amigos, quienes opinan (esos modelos que distorsionan tu idea de relación), haciendo que cada día se viva con un ánimo específico.

Durante el noviazgo no había distancia, las conversaciones fluían, el positivismo reinaba, nuestro sistema reticular miraba solo aquello 'bueno' que ofrecía ella/él. Dime, ¿y esto no es lo que dejamos de hacer y disfrutar?

**Sabemos lo que la pandemia trajo a la orilla de nuestras relaciones, pero es suficiente de seguir sobre eso, date cuenta de que tú vida y bienestar**

dependen de ello. Empecemos a trabajar la empatía, la compasión y los detalles; solo restaurando ese encanto inicial disfrutaremos nuevamente en plenitud las relaciones. Ponte en 'los zapatos del otro': la preocupación por los ingresos, apoyar al liderazgo de mi esposo/a, las cuentas por pagar, la falta de 'espacios'; hacen que el ánimo cambie.

**Es necesario que apliquemos a nuestra relación dos 'R' de suma importancia, Revisión y Reencantamiento,** verificando dónde estamos errando y/o avivando la llama, creando espacios de encuentro solo para ambos, así daremos un nuevo aire a nuestra vida de pareja.

Valoremos positivamente la pandemia, el acercamiento, el disfrute, hacer una escucha consciente de los propósitos de vida y observar dónde se encuentran, proyectos a futuro, estilos de vida, apoyo, colaboración en casa o el trabajo, es maravilloso cuando alguien que desconocía tu área laboral opina proactivamente. Será oportuno reconocer lo que el otro hace por ti, por el nosotros, es el mejor momento que tienes para decirle: «por esto te admiro, por esto te amo».

Regálate esta gran oportunidad de estar nuevamente con tu pareja en comunión de almas, abrir el corazón al amor sincero, verdadero, renovado y libre de máscaras.

# LUCIR EN NAVIDAD



Por: Emyli Riera

El nacimiento del redentor, es la fecha más memorable del año pero lo será aún más este 2021, un año que ha traído experiencias para las que pocos estuvimos preparados dejándonos aprendizajes transformadores.

La resiliencia se convirtió en uno de estos aprendizajes, manteniéndonos emocionalmente estables en medio del caos mundial, convirtiéndose en una capacidad humana fundamental.

Es momento de revestirnos de esta bella cualidad y de acompañarla de otras vestimentas, como la pasividad, paciencia, tolerancia, amor y de colores de vida que le den sentido a nuestros propósitos para el siguiente año.

Vestirnos de actitud en este año, es una cualidad afianzada por los propósitos, así, sugiero que los colores tengan significado en nuestra elección. Hay atuendos que además de hacernos lucir en tendencia nos ayudarán a sentirnos afianzados, conectados, enamorados.

Es indispensable soltar el materialismo, las actitudes, sentimientos, propósitos, el brillo debe emanar de ti no de la prenda; entonces, si puedes desempolvar o utilizar las que ya tienes para combinar estará muy bien, la idea es construir un look que inspire, además, la impulsividad de la compra no es importante sino crear fusiones que emocionen, para ello no necesitas dinero solo creatividad y positivismo.

## Atuendos CASUALES:

Para sentirte parte de tu núcleo, afianza la pertenencia familiar con una opción agradable, la de vestir en tribu, luciendo atuendos similares con tu familia o amigos. Esta opción genera mayor compromiso y conexión en tu grupo social.



## Atuendos SEMIFORMALES:

Son ideales para cenas o reuniones, su característica básica es el calzado, si es calzado formal toma apariencia semiformal, y con calzado deportivo convierte al 'outfit' en casual.



## Atuendos FORMALES:

Aquí, los colores son fundamentales, en muy formales y protocolares tenemos, negro, rojo, blanco y dorado entero, dan realce y distinción. También es muy importante el largo del vestido. Para la mañana hasta las 15h00 el formal indicado es sobre la rodilla o mini falda. Al medio día, hasta las 19h00 el largo ideal es, una cuarta bajo la rodilla. Desde el atardecer hasta las 22h00, el largo debe ser sobre tobillo o los 'maxis' que cubren los pies.



Éste artículo te ayudará a brillar, Tú actitud es el sello de garbo y elegancia, también sé hermosa con tus palabras, busca un 'look' para mostrar interés y respeto a quienes visites.

**Finalmente, ama el brillo de quienes te rodeen, recuerda que quien se incomoda con el brillo de otros, jamás será luz.**

# TU MEJOR INVERSIÓN EN BIENES RAÍCES EN LA **FLORIDA**

**TINA | LAURA  
WHITE | CASTORANI**

**Laura Castorani**  
Ph. (813) 541-3351  
[lcastorani@yahoo.com](mailto:lcastorani@yahoo.com)

**Tina White**  
Ph. (956)337-7160  
[TinaSellsTampa@gmail.com](mailto:TinaSellsTampa@gmail.com)

Tú Revista  
**EVOLUCIONANDO**  
PARA EL ÉXITO



**COLABORADORES EDICIÓN  
DICIEMBRE 2021 - ENERO 2022**



## **Paola Vivas**

Presidenta de Evolucionando para el Éxito  
Fundadora de la revista Evolucionando para el Éxito

## **Lydia Boschetti**

Vicepresidenta de Evolucionando para el Éxito  
Co-Fundadora de la revista Evolucionando para el Éxito

## **Sofy Catalina Rosas Durán**

Directora de Estilo de la revista  
Evolucionando para el Éxito



Danny Armijos, Paola Vivas, Cory Cárdenas, Antonio Bonilla,  
Tina White, Laura Castorani, Dra. Laura Gratorel, Norbis Valderrey,  
Hari Rodriguez, Nelson Castillo, Emily Riera.

Follow us on  
 **Instagram**

**facebook** **YouTube**

[@evolucionandoparaelexito.com](https://www.instagram.com/evolucionandoparaelexito)