

mujer

IN TIME

**ICÓNICA
& SEXY**

PIEZAS EXTRAORDINARIAS

**AROMAS
IMPARABLES**

**Los perfumes
favoritos de ellas**

El amor

a primera vista
¿EXISTE O SOMOS CURSIS?

**LIBROS
PROHIBIDOS**
por ser demasiado
eróticos

**Stephanie
Salas**

**EL AMOR EN TODAS
SUS FORMAS ES LA ENTREGA**



CIHUAH

WWW.CIHUAH.COM

HAVRE 68, COLONIA JUAREZ
MEXICO CITY

COLECTIVO CREATIVO DE MODA

THE Sweetest THING



www.mujertitane.com

Ternura, fuerza y elegancia a cada paso que das. Cecy Von es un statement para todas las amantes de los zapatos.

 @cecyvon.mx

40 ICÓNICA & SEXY

CONTIENE

www.mujeonline.com

EN PORTADA

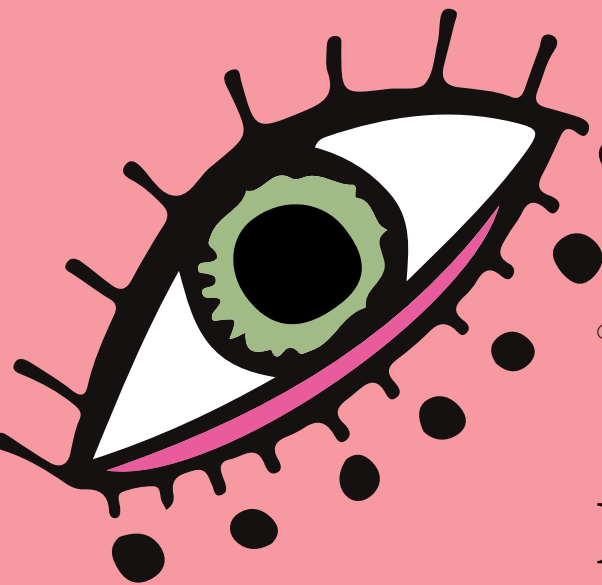
*Stephanie
Salas*

24



I WANT IT
42





*Amor
a primera vista*

¿VERDAD O CURSILERÍA?

8

PERFUMES IMPARABLES



44

ENVIDO

www.mujerintime.com

TWO **34**
SIDED
EDITORIAL



Libros

PROHIBIDOS

por ser ¿demasiado eróticos?

60

"EL SEXO ES EL REGALO DE AMOR QUE DEJO DIOS ENCRIPTADO EN CADA SER HUMANO PARA HACER DE LA BATALLA DE LA VIDA ALGO MÁS LIGERO..."

Palabras más palabras menos es una frase que mi madre me dijo cuando yo era toda una jovencita para que me quedara claro que el momento más pleno de una pareja es algo tan exclusivo como un regalo que solo se comparte con aquellas personas que son dignas de confianza y que han logrado en ti un lugar muy especial en tu vida.

Pero ¿por qué les hablo de estas cosas? seguro se preguntan, pues bien la intención es porque esta edición está enfocada al amor en todas sus facetas, aunque a veces hay quienes lo sacan de contexto y hacen de algo puro y natural, algo sucio y enfermizo. Para nosotros un tema digno de respeto y un breve recorda-

torio, de lo importante que es para un ser humano detalles de afecto y cariño, que este se puede demostrar de muchas maneras con respeto y honra para quien lo recibe y de quien lo otorga.

Espero disfruten y compartan esta edición que con mucho cariño y amor les preparamos, y recuerda el poder de estar informado@ puede hacer la diferencia en la duración de una sana relación.

Un abrazo fuerte y por favor recuerda...
Quédate en casa, usa cubrebocas y no busques fiestas en las que pongas en juego tu salud o la de los que amas. ¡Ya habrá tiempo!

Cynthia Díaz
Xo Xo



EDITORIAL

#NOTEPIERDASDENADA

EN PORTADA:



*¿Quieres escribir
como colaborador?*

redes@dcmedia.com.mx

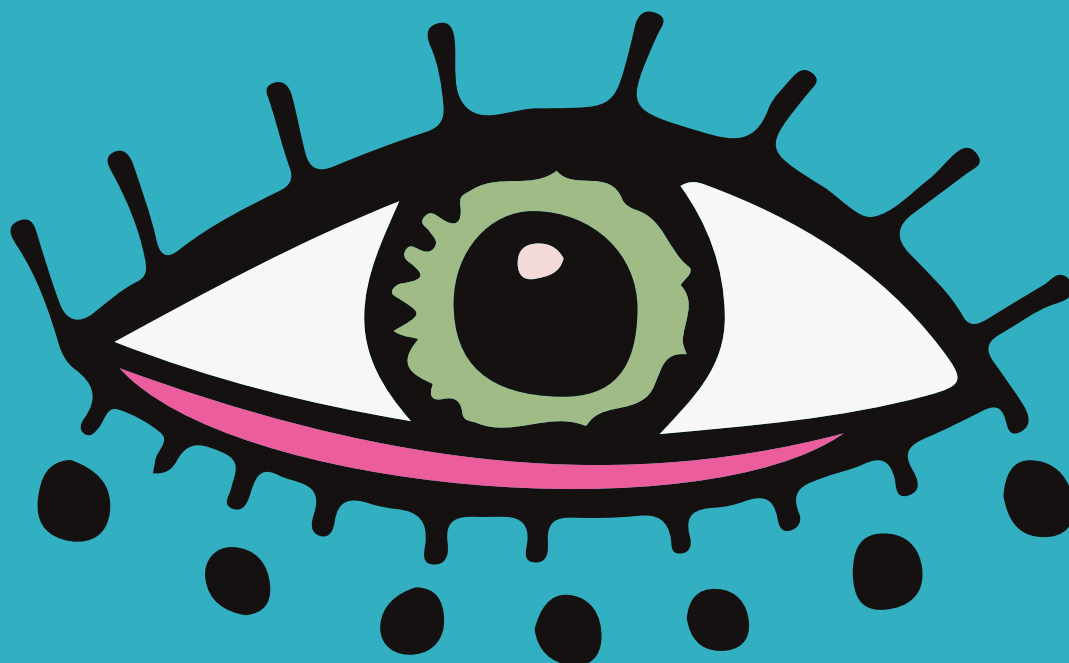


ARTÍCULOS DIARIOS EN
WWW.MUJERINTIME.COM



contacto@dcmedia.com.mx

Amor a primera vista



www.mujerintime.com

¿verdad o cursilería?

Cuando hablamos de romanticismo, chick flicks y cuentos de hadas, uno de los argumentos más comunes es: el amor a primera vista. Y es que todos los que nos hemos enamorado, con más frecuencia el primer amor, utilizamos esta frase para describir lo que sentimos cuando vimos a esta persona, el amor inmediato, sentir que ya conoces a esta persona de años o simplemente sentir "eso" amor a primera vista.

Pero profesionalmente hablando, o mejor dicho, científicamente. ¿qué se dice al respecto?, ¿existe realmente el amor a primera vista o es algo meramente cursi?

Antes que nada, debemos empezar por repetir que el amor no es más que reacciones químicas en nuestro cerebro, su función es generar dopamina, muy ligada a los sentimientos cuando comemos algo que nos encanta o realizamos actividades que nos generan placer.

Entonces, para algunos científicos es fácil explicar que el amor a primera vista, o lo que en ese momento creemos que es amor, se genera donde se produce la dopamina, como ya mencionamos, la causante del placer y el gusto. El amor a primera vista puede ser considerado un mecanismo de supervivencia, que nos impulsa a buscar vínculos o relaciones, así que: enamorarnos a primera vista viene de nuestro ADN y su búsqueda de supervivencia.

Esto no lo hace más o menos real, pues más del 50% de las personas creen o están seguros de haber experimentado este tipo de amor.

¿De qué depende el amor a primera vista?

El amor a primera vista depende en primer lugar del momento. Si has volteado a ver a alguien y sentiste ese amor, de repente toma otro camino y ya no te enteraste de su nombre, podemos decir que lo que tuviste fue una fijación. Si por el

contrario, lograste conocer a esta persona, en segundo lugar dependería de la forma de que la forma de ser de ambas personas, encajen con la percepción visual que tuviste y en tercero que simplemente estos elementos te atraigan, actitudes y hasta olores influyen.

Síntomas de haber llevado el "amor a primera vista" al siguiente nivel:

Pensar demasiado: es bastante resumido ¿sueñas despierta con esa persona?, los pensamientos son recurrentes, te imaginas escenarios que no han pasado o repites las memorias de los que ya pasaron CONS-TAN-TE-MEN-TE.

Comunicación y vínculo: ¿pretextos para escribirle? sobran, no hay algo que te pueda detener a crear un vínculo con el, te encanta que te reporte todo o pregunte por tu día, y tu haces lo mismo, necesitas saber qué es lo que está pasando 24/7.

Planear el futuro: te visualizas en planes a corto y también a largo plazo con esa persona. Si tienes alguna boda de algún conocido en el futuro, lo contemplas, o incluso en viajes que quieres realizar.

Has cambiado: tus prioridades son diferentes, algunas veces hasta dejas de frecuentar a tus amigos por hacer planes con esta persona. Cambias tu forma de ser, generalmente para bien y gestionan mucho mejor tus tiempos.



¿Y las llamadas "mariposas en el estómago"? ¿Las has sentido revolotear por tu interior cuando lo ves, pero ¿sabías que son un reflejo de tus neuronas? que gracias a la estimulación de los neurotransmisores se liberan en el abdomen, generando frecuencia cardíaca acelerada y niveles elevados de dopamina y al generarse en el abdomen, por chistoso que suene, puede estar acompañado de diarrea o mareos.

MIS REFLEXIONES

www.mujerintime.com

Ya es febrero, segundo mes del 2021 y un momento propicio para compartirte lo que la experiencia me ha permitido aprender en los últimos meses. Considero que en este mes del amor y la amistad es oportuno que conozcas algunas de las ideas más relevantes y si te gustan, las compartas con tus familiares y amigos:

Aprendí que, si bien planear mi futuro es relevante, lo fundamental es vivir cada día como si fuese el último.

Aprendí que el afecto se demuestra de múltiples formas y lo importante ****que es**** expresarlo cotidianamente.

Aprendí que la confianza se construye todos los días.

Aprendí que el autoaprendizaje es una de las competencias profesionales más importantes para esta época.

Aprendí que el liderazgo surge y es visible en pequeñas acciones.

Aprendí que la espiritualidad es necesaria, para lograr paz interior.

Aprendí que la generosidad se observa en el tiempo otorgado a otras personas.

Aprendí que la ropa y el calzado en realidad no son tan importantes.

Aprendí que la comunicación no verbal tiene mayor impacto que la comunicación verbal (¿intentaste conversar con alguien que tuviese su cámara apagada?).

Aprendí que las apariencias engañan (¡observa tus redes sociales!).

Aprendí que ser entusiasta es la actitud máspreciada.

Aprendí que el fracaso y el éxito son embusteros (¡por efímeros!).

Aprendí que el carácter se forja en la adversidad.

Aprendí que alinear tu pasión con tu actividad profesional, siempre será favorable.

Aprendí que, si no es necesario utilizar dos palabras para comunicar una idea, utilizaré siempre una.

Aprendí que en realidad nada es tan importante.

**“La felicidad no es un derecho
sino un deber, ya que si no eres
feliz amargas a todo el barrio”
(Facundo Cabral)**

Rodrigo López González
@soylopezrodrigo
rodrigolg@comunico.mx

LIBRO
RECOMENDADO



TE RESULTARÁ DIFÍCIL ENCONTRAR
UN AIRE MÁS PURO EN UN LUGAR TAN
ESPECTACULAR.

AHORA CON:

- MEJORAS EN EL TREN
- HIGIENE RIGUROSA
- VENTA DE BOLETOS EN LÍNEA
- PRECIOS MUCHO MÁS ACCESIBLES

REDESCUBRE EL CHEPE EXPRESS.

 **chepe**express

chepe.mx

**Todo es sexo y
amor hasta que...**

TU HIJO ENTRA
POR LA PUERTA



¿Haz experimentado este momento? Los niños en la cama, los ánimos se calientan en la habitación de los padres y en eso... tu hijo aparece, ¿te ha pasado? es un shock tuyo y de tu pequeño, que cuesta hasta reaccionar.

¿Y ahora qué hago?, ¿cómo le explico?, ¿será que se quedara traumatado?, ¿me quedará traumada yo?, ¿cómo hablo con él?, antes que nada y la palabra que la mayoría odiamos... tranquila.

Lo que sí es un hecho es que dependiendo de la edad tendrás que explicar ciertas cosas, y dependiendo de en qué etapa esté en su vida, será como lo hagas. Antes que nada, debes saber que fue lo que vio y qué escucho.

Si tu hijo tiene de 1 a 3 años

Aunque no lo creas, el sexo (o la manera de practicarlo) puede resultar violento para un pequeño, es común que utilicen frases como "mi papá le estaba pegando a mi mamá" (ya sabemos que nuestra mente picarona nos puede sacar una carcajada al imaginarnos el contexto de esto), pero el pequeño al no ver esta actividad habitual en los padres, pueden ver como una actividad que lastima. A esta edad lo más importante es explicarle que nadie estaba lastimando a nadie y que simplemente era un momento privado.

Si tu hijo tiene de 4 a 7 años

A esta edad comienza la curiosidad respecto al sexo, aunque generalmente intentan evitar el tema. También en esta etapa hay muchos mitos respecto a él, a la llegada de los bebés, a los besos y caricias. Tendrá curiosidad, pero difícilmente preguntará pues es algo "de grandes".

Si tu hijo tiene de 8 a 12 años

A esta edad algunos ya saben que es lo que está ocurriendo, los mitos son menos pero el rechazo es mayor, para ellos es una actividad desagradable. A pesar de esto es una excelente edad para mencionarles el respeto por la privacidad de los adultos.

Si tu hijo está pasando por la adolescencia

Es en la etapa en que les causa mayor incomodidad, saben que sus padres tienen sexo pero no quieren hablar del tema. Es difícil imaginar que los padres tengan intimidad y lo que menos necesitan es entrar por la puerta para comprobarla.

No intentes evadir las respuestas a tus preguntas, dales la información adecuada y no hagas algo negativo de esta experiencia. También es un buen momento para enseñar a respetar espacios, si la puerta esta cerrada, se debe tocar y como padre estás enseñando algo tan valioso como el espacio. Creenos que cuando crezcan valoraran tener su propio espacio.

También es importante que no por cuidarlo de esta experiencia, dejes de lado el cariño con tu pareja, para tu hijo verlos besarse, abrazarse o tomarse de la mano les ayudará en un futuro en las relaciones de pareja. Recuerda que lo que ven lo aprenden, si ven a unos padres fríos, es más probable que crezcan con estas ideas de no demostrar cariño enfrente de otras personas.



www.mujeintime.com

Javi y yo hemos vivido juntos desde hace 5 años y a pesar de que somos una pareja creativa y que disfrutamos del tiempo a solas con el otro, es inevitable caer en la rutina. Esta rutina nos desconectó del otro y desafortunadamente nos llevó a un límite de la relación en la que no sabíamos si seguir juntos o buscar un nuevo camino separados...

Una de las cosas que más me gusta de Javi, es que es una persona aventurera y siempre está abierto a descubrir lo que el mundo tiene para ofrecer; yo digo que tiene un alma viajera. Y esto fue lo que rescató nuestra relación de una decisión de la cuál me habría arrepentido; especialmente el viaje que hicimos por Chiapas.

Chiapas es rico en vegetación, donde el verde es protagonista de sus escenarios y paisajes, pero aquella vez, el rojo de este paraíso fue lo que nos cautivó.

Visitamos las Lagunas de Montebello, y me atrevo a decir que la energía e increíble belleza de este paisaje, nos hizo entrar en sincronía al instante. Se caracterizan por el azul penetrante de sus aguas y la unión que el tiempo ha creado entre estos 59 cenotes.

Otro lugar protagonista de este viaje inolvidable (en muchos aspectos), fueron sin duda las cascadas de Agua Azul. Es como entrar a una dimensión en donde sólo está la naturaleza; Javier y yo la pasamos increíble, nos relajamos, nos asombramos con las cascadas y comimos delicioso. Para esa noche, ya habíamos olvidado que una semana antes estábamos en la cama sin hablarnos.



El último día en Chiapas fue romántico desde el inicio al fin. Esa mañana, disfrutamos el café como ningún otro día, desde el aroma que nos envolvió desde un principio hasta su sabor energizante y afrutado. Caminamos más tarde por Tuxtla Gutiérrez y nos detuvimos en el mirador los Amorosos, donde pudimos observar toda la ciudad y platicar sobre el camino que estaba tomando nuestra relación.

A pesar de llevar tantos años juntos, creo que ese viaje a Chiapas nos hizo conectar como nunca y conocernos de una forma distinta. Chiapas nos envolvió con sus paisajes, sus senderos, los colores y su belleza natural. En pocas palabras puedo decir, que en ese viaje me enamoré de nuevo de Javier y de las maravillas que México esconde.

Adquiere tu *Woman Planner* digital



en @womanplanner

¿Cómo disfrutar la primera vez que me autoexploro?

www.mujerintime.com

Todos sentimos curiosidad en algún momento por experimentar el autoerotismo; la estimulación de nuestro cuerpo; ya sea con las manos o con algún objeto que bien podría ser un juguete sexual, pero cuando nunca lo has hecho, indudablemente no sabes ni cómo comenzar o no estás seguro de si hacerlo está bien; por ello, te compartimos 5 puntos importantes para que comiences este camino de autoconocimiento y placer que seguramente lo vas a disfrutar.

Es importante recalcar que la práctica hace al maestro, pero esto no significa que tu primera experiencia de autoerotismo tenga que ser mala, simplemente hay puntos importantes a considerar y a continuación te los describimos:

RELÁJATE Si decidiste comenzar en este camino de darte mucho amor y vivir tu placer, debes sentirte muy tranquila, eliminar tus miedos, culpas o malos pensamientos de tu cabeza. Esto que haces no es nada malo, simplemente estás conociendo tu cuerpo para saber qué es lo que te gusta y te genera placer. Estás contigo misma y nada malo va a pasarte, así que sólo enfócate en disfrutar. Busca un lugar privado en el que te sientas tranquila.

POCO A POCO Lo ideal es que empieces con lo básico, no quieras ir a mil por hora porque en lugar de disfrutar puedes lastimarte. Puedes comenzar con tus manos, tocándome suavemente y explorar todos los rincones que te apetezcan; movimientos circulares puede ser la opción, pero todo muy despacio.

UTILIZA ALGÚN COMPLEMENTO QUE PUEDA AYUDARTE A RELAJARTE Existen en el mercado algunos juguetes para adultos que pueden ayudarte en este proceso de exploración por primera vez. Puedes comenzar con un vibrador que no necesariamente introduzcas inmediatamente, puedes comenzar a usarlo masajeando tu cuerpo para relajarlo y continuar con tus manos. Si quieres experimentar cosas diferentes puedes recurrir a un succionador de clítoris con el que ya sintiéndote más en confianza contigo misma podrás estimular la zona del clítoris o pezones. Si quieres conocer un poco más sobre estos complementos para tu exploración puedes ingresar a la tienda CHERISH, en donde encontrarás muchos de estos juguetes y te darán atención personalizada por una sexóloga. Si ingresas el código CHERISH2021 obtendrás un 10% de descuento en tu primera compra.

LUBRICANTE Al masturbarse por primera vez, los lubricantes pueden ser de mucha ayuda, ya que te permitirá deslizarte mejor y sentir más confianza para tocar tus zonas del cuerpo. Además, si estás nerviosa tal vez no lubriques tanto, por lo que es ideal apoyarte en ellos.

POSICIÓN La posición es super importante ya que debe ser una que te haga sentir cómoda y al mismo tiempo te permita hacer los movimientos necesarios para explorar tu cuerpo. Puedes comenzar acostada o tal vez si quieres tener una experiencia más sexy puedes colocarte frente al espejo en la tina de baño.

Esperamos que estos 5 puntos te sean de utilidad en esta primera vez con tu cuerpo, al final esto es signo de amor propio y de apapacho a nosotros mismos. Disfruta y disfrútate, si tu sabes lo que te gusta y lo que puede hacerte sentir sensaciones únicas, mas adelante, si tu lo decides podrás compartirlo con quien quieras.

¿EL PRIMER

14 DE FEBRERO

LEJOS DE TU PAREJA?



CÓDIGO DE
DESCUENTO
mujerintime10

¡NO TE PREOCUPES!

¡Envía todo tu **amor** a
esa persona especial y
compartan experiencias
inolvidables juntos **sin**
importar distancia!

CO **CHERISH**
¡LO HACE POSIBLE!
cherish.mx

EL SECRETO DE UNA RELACIÓN SANA

www.mujevintime.com

DORMIR EN CAMAS SEPARADAS

"¿De qué me estás hablando?" para los acurrucados o a los que les gusta dormir en pareja, esto puede sonar imposible o una muerte total a la relación en pareja, pero aunque no lo creas, hay muchas parejas que practican dormir en camas separadas y no solo les genera un mejor descanso, sino que también, mejora su relación, aquí te explicamos el por qué.

Si has encontrado a tu otra mitad a la hora de descansar, es decir, esa persona que soporta tus olores corporales por las noches, tus ritos, o si eres tu quien soportas los ronquidos, es más si niquiera te das cuenta, felicidades, encontraste a tu sleep partner. Pero, si no es así, si a ti te encanta poner sonidos relajantes a la hora de dormir, y a tu pareja no, o si a tu pareja le encanta dormir tarde y te despierta cuando se va a acostar, te tenemos una NO desquiciada solución: dormir separados.

Más que "un estilo de vida" es una solución para el descanso, y como ya sabemos, el descanso es bienestar. No puedes ser 100% productiva o tener un excelente humor si lo más básico como dormir, no lo haces bien, o no le sacas el provecho que podrías.

Por lo general, las parejas que duermen juntas han notado en su pareja ronquidos, giros, patadas, luces prendidas, pesadillas que tienes que cargar tú también. Lo peor de todo, es que los ronquidos rara vez despiertan al roncador, sino a su acompañante, entonces es inevitable despertar a la mañana siguiente y no sentir algo de desprecio por tu pareja, verlo descansado y tu con ojos de panda.

>>Descansar poco y una mala época en tu relación ocurren simultáneamente

¿Y en salud? Dormir mal, interrumpir el sueño y no descansar aumentan la producción de la hormona del estrés y el cortisol. Si tu descansas llevas una vida con mucho más control lo que te hace una persona mucho más feliz.

>>1 de cada 4 parejas duerme por separado para lograr el descanso

¿Si no dormimos juntos, cuando tendremos sexo?

Cuando nuestro momento de ir a la cama no es agradable, en lugar de sentir romanticismo o erotismo, aparecen conductas como el rechazo, además si lo ves menos al día siguiente pueden tener más necesidad de afecto.

Dormir en camas separadas no es sinónimo de una ruptura en su relación, recuerda que nuestras conexiones vienen de nuestro bienestar por lo que dormir separados inclusive pueda salvar una relación.

KEGEL

¿KHE?

EL EJERCICIO PARA DARLE UN SEGUNDO
AIRE A TU VIDA SEXUAL

El ejercicio físico juega un papel importante en las relaciones sexuales, pues favorece la respiración, la condición física, la elasticidad y también la creatividad. La calidad de nuestra relación sexual mejorará con ejercicios simples en áreas específicas que nos ayudarán a tonificar hasta la musculatura más oculta.

Tanto el sexo como el ejercicio producen endorfinas, las hormonas de la felicidad.

Los ejercicios de kegel son una serie de ejercicios para fortalecer el suelo pélvico mediante una práctica "sencilla" en donde relajas y aprietas los músculos como si se quisiera controlar la orina.

El suelo pélvico se encuentra en la parte inferior de nuestra cavidad abdominal, cuando el músculo de esta zona no está trabajado, es cuando aparece la incontinencia urinaria y prolapsos. Mientras que en el tema sexual puede ocasionar falta de sensibilidad, disminución en los órganos y algunas veces dolor durante las relaciones.

¿CÓMO REALIZAR LOS EJERCICIOS KEGEL CORRECTAMENTE?

Se trata de relajar y apretar los músculos, se recomienda hacerlo 3 veces al día en periodos de 5 segundos cada uno. No importa si estás sentada, acostada, en la oficina o en la cocina.

Al momento de contraer, evita contraer los muslos o los glúteos, enfoca toda tu atención a tu suelo pélvico.

Después de la contracción relaja lentamente, que el tiempo que relajes sea el mismo que contraes.

Realizarlo durante 5 series, dejando descansar la musculatura.

FYI

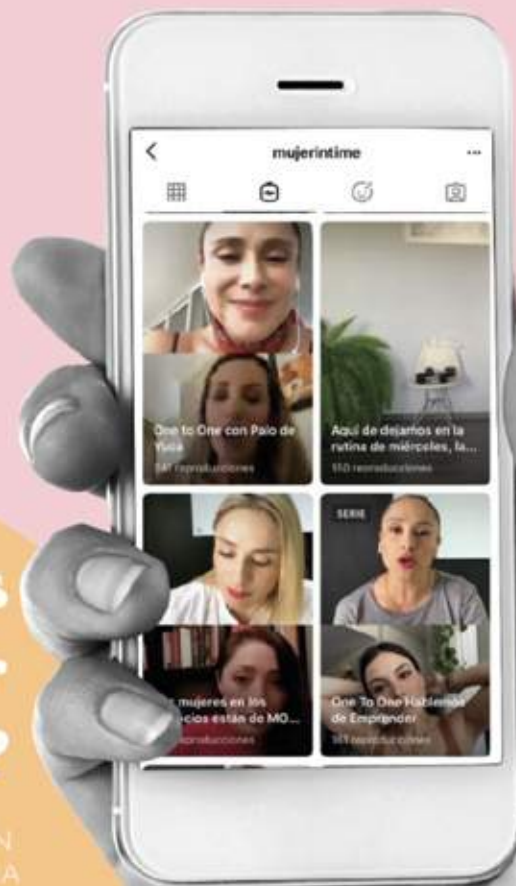
Los ejercicios kegel no son exclusivos de las mujeres, pues en realidad Arnold Kegel ideó esta serie de ejercicios en el siglo XX para ayudar a controlar la incontinencia. En hombres está relacionado con la erección, el control de la eyaculación precoz, trastornos de defecación y dolor pélvico.

No te pierdas nuestros

ONE TO ONE

por nuestro IGTV @mujerintime
y conoce a las mejores

MARCAS MEXICANAS



¿Quieres
presentar
tu marca?

ENVÍA UN
CORREO A
REDES@DCMEDIA.COM.MX

10 ALIMENTOS QUE TE AYUDARÁN A CUIDAR TU SALUD ÓSEA

La salud de los huesos en la mujer toma mayor relevancia debido a los cambios hormonales que transitamos durante todo el ciclo de la vida. Te explico porque, el cuerpo humano tiene la sabiduría para generar tejido óseo nuevo, sin embargo, este mecanismo se va modificando con el paso de los años ya que la “remodelación ósea” continua, pero la densidad ósea que se gana es menor.

En el caso de la mujer, existe evidencia que nos muestra que el efecto de los estrógenos influye sobre el crecimiento del esqueleto, comenzando en la pubertad y terminando en la menopausia, por lo que las mujeres tenemos mayor riesgo de desarrollar osteoporosis.

La alimentación es uno de los factores que influye en la absorción de calcio, por ejemplo se sabe que si se consume un exceso de fibra (más de 30 gramos al día), inhibe la absorción de este mineral.

Así como la combinación de alimentos con calcio y los alimentos que contengan antinutrientes como los oxalatos (café, chocolate, frijoles, espinacas) y ácido fítico (semillas como lentejas, almendras, avellanas, nueces), inhibe la absorción del calcio.

Asimismo, se reconoce que no sólo el consumo de calcio por medio de los alimentos determinará la densidad mineral ósea, existe evidencia que el consumo vitamina C, D, magnesio y potasio, así como los ácidos grasos monoinsaturados tienen

un efecto protector en la pérdida de la densidad mineral ósea. Existen otros factores que te ayudarán a mantener la salud ósea como el ejercicio, el consumo moderado del alcohol y tabaco, los cuales no ahondare en este artículo.

Por ello es importante prepararnos para un envejecimiento saludable a partir de la menopausia y mantener una adecuada densidad mineral ósea que nos permitirá seguir siendo físicamente independientes y aminorar los riesgos de enfermedades o complicaciones.

¡Así que comencemos por la alimentación!

Te comparto 10 alimentos que no pueden faltar en tu alimentación diaria:

1. Guayaba (vitamina C)
2. pimienta morrón rojo (vitamina C)
3. Kale (vitamina C)
4. Aguacate (ácidos grasos monoinsaturados potasio y magnesio)
5. Pescados azules como la sardina o boquerón (magnesio, calcio y Vitamina D)
6. Salmón (potasio y magnesio)
7. Nueces (ácidos grasos monoinsaturados)
8. Brócoli cocido (calcio)
9. Yogur reducido en grasa y sin azúcar añadida (calcio)
10. Leche light o descremada (calcio)

GRACIELA RAYA GIORGULI

NUTRIÓLOGA
EDUCADORA EN DIABETES

ESPECIALISTA EN PSICOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN
MAESTRA EN CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN HUMANA



44 22 73 21 80



GRACE.GIORGULI@GMAIL.COM



GRACE.GIORGULI



GRACE.GIORGULI



PORFIRIO'S®

R E S T A U R A N T E

¡EN PAREJA SABE MEJOR!



▶ TACOS DE HONGOS
EN BARBACOA

www.porfirios.com.mx



MASARYK | TOREO | COAPA | PUEBLA | GUADALAJARA | VALLARTA
CULIACÁN | CANCÚN | PLAYA DEL CARMEN | MÉRIDA

Stephanie Salas

www.mujeertime.com

El amor en todas sus formas es la entrega

CON UNA LARGA TRAYECTORIA Y UN FUERTE MATRIARCADO EN SU SANGRE, STEPHANIE NOS MUESTRA SU LADO MÁS CREATIVO Y SU FORMA DE ENTREGAR EL CORAZÓN A TRAVÉS DE LA MÚSICA.

COLECTIVO CREATIVO DE MODA

VIENES DE UNA FAMILIA DE PURO #GIRLPOWER, ¿CÓMO HA SIDO PARA TI DESARROLLARTE COMO PERSONA CON ESTE APOYO FEMENINO? Sin duda alguna crecí rodeada de mujeres, sin embargo, tuve la presencia de mi padre Micky Salas durante 10 años, porque a los principios de los 80 's fue que él fallece en el Puerto de Mazatlán. En ese momento me sentí 100% protegida por mis madres, tuve 3 madres a lo largo de mi vida: mi bisabuela Maria Luisa, mi abuela Silvia Pinal y mi madre a quien amo profundamente.

Las 3 son las pilares de mi vida y posteriormente mis embarazos, tuve yo a mis dos hijas, Michelle y Camila que me hicieron muy fuerte y con ellas cierro el broche de oro en este matriarcado sensacional, del que estoy orgullosísima, del que he aprendido muchísimo a tener esta postura y esta fortaleza ante la vida, siendo mujer, en este mundo tan complicado para nosotras que esperemos que cada vez lo sea menos, pero sin duda yo siempre he tenido ese apoyo y ese ejemplo a seguir por parte de mi matriarcado adorado.



www.mujerintime.com



ERES EJEMPLO DE QUE LOS 50 'S SON LOS NUEVOS 25 ¿CÓMO HACES PARA CUIDARTE NO SOLO FÍSICAMENTE?

En verdad sí, ahora que cumpli 50, definitivamente me siento en mi mejor momento, es mi segundo aire sin duda alguna. la verdad viví mi vida profundamente, para mí, mis 20 fueron mis golden year. Fueron un parteaguas en mi vida, saqué mis primeros discos, cuando tuve a mis dos hijas, tuve muchos regalos de la vida. Fui muy bendecida en esa época, sin embargo, esa experiencia con la que cuento hoy en día para nada los tienes a los 25, aunque vivas la vida rápido y tantas cosas, a lo mejor tienes muchas responsabilidades como yo las tenía a los 25. Hoy en día me siento viviendo profundamente, de otra manera, con madurez, con plenitud, con los pies sobre la tierra y con muchas bendiciones de la vida con otra perspectiva, como que abres los ojos de otra manera y sin duda siempre teniendo amor propio, hablando de mi género. Siempre como mujer, tener ese valor personal, ese cariño hacia ti misma va a ser y a lograr que tu llesves a cabo todos tus sueños.

NOS PUEDES PLATICAR UN POCO SOBRE LA HISTORIA DETRÁS DE "UNA VEZ MÁS" CON PONCE

Era mi momento de retomar los escenarios musicales, yo tengo dos facetas pero para mí son una sola, se llevan de la mano, la música y la actuación. Siempre recurro a ambos lados porque además me viene en las venas, mi padre era un excelente músico, un icono, un ejemplo a seguir en su generación de los 60's y 70's de la música en México. Entonces, yo adquiero esta cultura, este amor hacia la música desde la sangre, sin duda alguna. En mi casa mi padre se encargaba de ponerme cualquier cantidad de viniles, desde música clásica, jazz, rock, blues, música tradicional mexicana. También lo veía en sus ensayos, con su batería que era su mayor instrumento. Me llevaba muchas veces a los sitios donde él tocaba con otros grupos, con toda esa gente que se desenvolvió de una manera muy

diferente que no había tanta apertura en ese entonces.

Por el otro lado con mi mamá, era ir a los escenarios teatrales, me llevaba cuando ella estreno Sugar, que para mí era fascinante ver a mi mamá con Enrique Guzman, Héctor Bonilla, en ese musical que llevo a los cuernos de la luna a mi mamá, después nos fuimos a España gracias a ese musical. Siempre fui parte de sus puestas en escenas, de sus películas, sus llamados, entonces yo me compongo de esas dos facetas.

Sentí que ahora era mi momento de retomar la música. Desde poco antes de COVID estuve en Acapulco con mi madre y en este tiempo me dedique a escuchar playlist, siempre con las ganas de retomar mi carrera musical en colaboración con alguien. Así conocí la música de Ponce, me identifique con su sencillo "Fantasma", con su timbre de voz y sus melodías. Es un gran compositor de canciones como se nombra así mismo. Comenzamos a desarrollar la posibilidad de hacer algo juntos, lo que ahora se convirtió en "Una vez más". Ya en el estudio me involucre en el tema de la producción, colaborando con Alan Santos de Centaurus, y Alan fue quién le dio el toque final a este sencillo.

Hay un remix sensacional, ya que vimos la magnitud de esta gran composición, se cobijó muy bien con un videoclip sensacional donde contamos toda la historia que hay detrás de esa letra en donde hablamos de recuperar estas relaciones sociales de todo tipo, el video habla mucho de la canción, nos lleva a darle vida a esa historia que nos entusiasma al verla en el video, a mi particularmente si me gusta que los videos tengan una logística. Entonces vimos todo lo que representaba y decidimos colaborar con Andre VII, que es un gran productor y darle este toque final, este último sello con este remix, que viene de la mano con otros dos: uno vocal y otro desde la perspectiva full de Andre VII. Una gran oportunidad para darle una

bailada a este tema.

HAZ HECHO TODA UNA SERIE DE INVESTIGACIONES EN TORNO A TU PADRE, LO QUE TE HA LLEVADO A CONOCER Y PLATICAR CON MUCHAS PERSONAS, ¿NOS PUEDES PLATICAR SOBRE ESTA EXPERIENCIA? Es un proyecto que evidentemente conlleva muchas cosas, no es escribir y ya sacar un libro. En este caso estoy con un escritor Tiosha Bojorquez, evidentemente soy parte de la investigación, voy a aterrizar sobre la mesa toda la historia detrás del libro.

Este libro es un homenaje a mi papá, un icono del rock alternativo en México. Y partiendo de un personaje como mi papá, que conocía a mucha gente alrededor de la música y de la cultura, porque mi abuelo en su momento fue director de artes plásticas de Bellas Artes, retomando desde mi abuelo de artista plástico, hasta mi papá, es encontrarnos con una época y conocer con lujo de detalles que es lo que sucedía en esa época. Ese es el pretexto para traer a mi papá y a la época en donde se desenvolvió, una persona tan importante dentro de la música en México.

Es un proyecto que nos va a llevar el tiempo que nos tenga que llevar, porque hay que entrevistar a las personas que nos puedan dar datos de la época, amistades de mi papá que me puedan dar detalles de él, por ejemplo: qué lugares frecuentaba, con que gente se relacionaba, los bares de la época, los músicos, cómo era ser músico en aquel entonces que había tanta represión, hablando del 68. Como la juventud escuchaba discos que a lo mejor lo tenían que hacer a escondidas, comprarlos de una manera discreta porque sino había un problema social y cultural muy fuerte en el país. Nos tomará un tiempo emprender esta aventura, ya estamos aterrizando los últimos detalles para emprender el proceso de investigación y aprovechar el confinamiento para trabajar en este proyecto.





ERES UNA PERSONA MUY ARTÍSTICA TANTO EN LA FORMA DE EXPRESARTE CORPORALMENTE COMO LA MÚSICA ¿CÓMO ALIMENTAS ESTE ESPÍRITU CREATIVO? Uno ya está dentro de esto, así como todos los días desayunas y cenas, es algo que se me da desde la cuna y siempre he estado en la búsqueda de esa parte artística, dentro de mí. Además uno debe tener una bandera de representar el arte que uno lleva y por el otro lado, es encontrarlo afuera. En mi caso que me dedico en la música, pues relacionarme con los músicos con los que me siento identificada, colaborar con ellos, trabajar desde mi perspectiva, enriqueciendo con libros que me retroalimentan el alma, los discos que me gustan. Debes saber que pasa, lejos de que te identifiques con cosas, tienes que estar al tanto de lo que pasa con todo y tener una opinión. Sin embargo, como todo el mundo, si tengo mis géneros consentidos, mis artistas predilectos, mis amigos con los que me super identifico.

TAL VEZ SEA BASTANTE OBVIA LA RESPUESTA PERO ¿QUÉ SIENTES AL VER A TUS HIJAS CAMILIA Y MICHELLE COMO PERSONAS INDEPENDIENTES, QUERIDAS Y ADEMÁS GUAPÍSIMAS? Me da un orgullo tremendo, satisfacción y mucha paz, porque ahí es donde te das cuenta que tal hiciste tu trabajo como madre. Y por el otro lado muy agradecida de que son niñas lindísimas, hermosísimas, bien hechas diría yo, y de esa manera te quitas también un peso, de que tuviéramos que enfrentarnos ahora a una situación emocional que a mí no me permitiera hoy desenvolverme como lo hago. Entonces de esa manera estoy tranquila, siempre habrá situaciones que atender, en todo momento, uno no deja de ser madre. Sin embargo me da la tranquilidad de poder hacer lo mío en paz, porque mis hijas están bien, son niñas creativas que saben bien donde están pisando, saben lo que hacen, les gusta hacer las cosas bien y punto. Así

yo puedo hacer lo mío confiada y relajada sabiendo que mis hijas están por buen camino.

¿SI PUDIERAS DECIR QUÉ COSAS VES EN CAMILIA Y EN MICHELLE QUE SACARON DE TI, QUÉ SERÍA? No dejar de vivir la vida y siempre tener los pies en la tierra. Como joven te gusta vivir y tener experiencias que es muy importante pues eso da madurez, sin embargo eso no debe hacer que tu pierdas la cabeza o quites los pies en la tierra. Mientras siempre estés colocado diría yo, vas a tener experiencia, madurez, vas a crecer y vas a estar equilibrado. Yo creo que eso es algo bueno que me heredaron.

Y en ellas veo de mí el amor en todas sus expresiones, la conciencia de las situaciones, tomar cartas en el asunto. Ser sensibles y comprometidas con ellas y socialmente hablando.

INICIASTE UNA CARRERA MUSICAL DESDE MUY PEQUEÑA, ¿CÓMO HA SIDO PARA TI FORMAR PARTE DEL MUNDO ARTÍSTICO A MUY CORTA EDAD?

Ahora si que ni me lo cuestione, desde que nací vi la luz de un flash, siempre he estado ahí, y he aprendido a vivir con eso. No me imagino que no hubiera sido de esa forma. He aprendido a pasar la cuerda floja porque nací en esto y me fascina.

ERES UNA MUJER QUE PROYECTA MUCHA FUERZA Y SENSUALIDAD, ¿QUÉ CONSEJO LE DARÍAS A TODAS AQUELLAS MUJERES QUE NO SE ATREVEN A MOSTRAR SU SENSUALIDAD? Es difícil ¿no? cuando es así es porque hay cosas detrás que no te lo permiten. Lo principal es darte confianza a ti misma como mujer y creer en ti, saber que no existe ningún obstáculo para ser una mujer plena y libre, parece fácil decirlo, sin embargo cuando te lo propones, cuando te das confianza a ti misma y valor propio lo

puedes lograr. Yo entiendo que hay situaciones muy complejas que no te lo permiten, sin embargo, permítetelo. Yo le digo esto a todas las mujeres "permítete tener ese contacto contigo misma y creer en ti" de esa manera yo creo que vas superar muchos obstáculos.

¿CUÁL CONSIDERAS QUE ES LA CLAVE PARA UNA RELACIÓN EXITOSA? Ni me lo preguntes porque yo no tengo la clave jaja, lo único que te puedo decir es que profundamente creo en la pareja y en el amor. Si creo que es lo más difícil que hay en este mundo, las personas que lo logran y tienen esa clave, es una maravilla. Yo lo he logrado sin duda alguna en una etapa de la vida, claro que he vivido el amor en pareja, es lo más fuerte y lo más bello, cuando logras compaginar esa fuerza entre los dos, cuando haces equipo, tal cual la palabra: pareja. Encuentras tu media naranja y te vuelves uno mismo, es ese momento cuando uno se da cuenta que realmente está enamorado.

Yo en estos momentos estoy concentrada en la música, hoy para mí es momento de dedicarme 100% a mi lado profesional. También muchas veces las relaciones no te permite llegar a tus objetivos profesionales y funcionas estando single y de esta manera te dedicas 100% a tu trabajo. Entonces estoy dedicada a mi profesión ahí está mi media naranja.

Y APROVECHANDO EL TEMA DEL AMOR, ¿EN QUÉ ENCUENTRAS TÚ EL AMOR? Hoy en día en la música sin duda alguna, en la posibilidad de contar lo que pasa por mi corazón, ahí está todo. Se nota en lo que hago, es muy importante dejar tu corazón en tu obra de arte, compartir con la gente que te escucha. Cuando les llega ese mensaje, te puedes quedar tranquilo que está haciendo lo correcto y que te estás entregando sinceramente con el corazón. El amor es eso, la entrega.



PERFUMES IMPARABLES

El accesorio oculto que nos empodera

¿Qué perfume me debería comprar? Además de su delicioso aroma, hay perfumes que se vuelven inolvidables. En nuestra comunidad hicimos un recuento de los perfumes que nos hacen sentir imparables, ese aroma que al llevarlo como accesorio nos hace sentir poderosas y listas para lo que sea.

DONA DE
VALENTINO



MISS DIOR DE
DIOR



SOLO DE
LOEWE



DAISY DE
MARC JACOBS





LIGHT BLUE
BY DOLCE
& GABBANA



JASMIN NOIR DE
BVLGARI



CHANCE DE CHANEL



VIVA LA JUICY
JUICY CULTURE



BRIGHT CRYSTAL
DE VERSACE



SÍ PASSIONE
DE GIORGIO
ARMANI



LA VIE
EST BELLE
DE LANCOME



GOOD GIRL DE
CAROLINA HERRERA



BE DELICIOUS
DE DKNY

TWO SIDED

www.merittime.com

Fotógrafo: Mauricio Ramirez H (@maumania)
Stilist: Dante Albertti (@dantealbertti)
MUA & Hair: Kariana Martinez (@ufo-
magik_mua)
Model: Ale Nava (@alnavaa__)
Agency: Queta Rojas (@quetarojas)
Showroom: Colectivo Creativo de Moda

Coat: Nelly I Guinald
Gloves: erresie7e
Boots: Forever21
Belt: ayaneguibrand



www.mujertuque.com

EDITORIAL

Jacket: The Jasperz

Boots: Perugia

Vinyl socks: Christian Colunga

www.mujerintime.com





www.mujerintime.com



Top: Shein
Belt: Doxa
Pants: Angel Grave
Boots: Patey Woman

Dress: Nelly I Guinald
Heels: Cecil Von



www.mujerintime.com

DOLCE & GABBANA

GAUGE81

FLEUR DU MAL

SAINT LAURENT

ICÓNICA & SEXY

Sexy, cute, encajes, piel, estas piezas icónicas son una declaración de sensualidad y romanticismo.

Cada una de ellas es icónica, la pieza clave que necesitas para explorar ese lado fierce que llevas dentro.

DOLCE & GABBANA

ALEKSANDRE
AKHALKATSISHVILI

AMBUSH

JUNYA
WATANABE

ALISON LOU

BORDELLE

WOLFORD

SOMETHING WICKED

THE ATTICO



DOLCE & GABBANA



DAVID KOMA



LA PERLA



ANISSA KERMICHE



DANIELLE GERBER



LE SILLA

OSCAR DE LA RENTA



AQUAZZURRA



ISABEL MARANT

ALISON LOU

MARIA LUCIA HOHAN

CHOPARD



BORDELLE



FLEUR DU MAL



BIMBA Y LOLA



FLEUR DU MAL



JOHANNA ORTIZ

I WANT IT

THE ADORED GOLD

www.mujerintime.com



Una pieza de colección tallada en madera de nogal con un exclusivo broche de periquitos abrazados para celebrar el amor.

Una declaración versátil con un toque romántico.

\$950 dls
Sarah's Bag @sarahabag

piali



Somos una empresa 100% mexicana de productos cosméticos con calidad dermatológica, comprometidas con crear un impacto ambiental en la industria de la belleza a través de la disminución de la huella de carbono.

Buscamos atender las necesidades de las pieles latinas con productos que contienen ingredientes naturales. Contamos con venta de productos a granel y envasados.



www.piali.mx

  [piali.organico](https://www.facebook.com/pialiorganico)

Av. Rubén Dario 1461, interior 7 segundo piso , Guadalajara Jalisco

 332205 8372

Antes de empezar con este artículo, queremos decirte: no, no eres la única. Si ya ha pasado un tiempo en que tú y tu pareja no se soltaban, o pasaban todo el día en la cama, los besos en el cuello y todas esas cosas sexuales, probablemente este artículo es para ti.

Un estudio realizado por el British Medical Journal, informo que las mujeres tienen 4 veces más probabilidades de tener una falta de interés en el sexo. Sin embargo el 15% de los hombres de la encuesta también pasan por esa dura época.

Puede ser que como pareja estén viviendo una de sus etapas más fuertes en su relación, y aún así atravesar por la falta de apetito sexual. Aún así puede ser inquietante cuando el interés de nuestra pareja disminuye, pero ¿qué se puede hacer?.

¿MI PAREJA PERDIÓ INTERÉS EN MÍ?

Es complicado identificar el problema específico que lleva a la falta de sexo. Lo primero es descartar problemas físicos, sin embargo la adicción a algunos medicamentos puede hacer que la libido disminuya. También factores internos pueden afectar las relaciones sexuales, como las inseguridades y complejos. Otro factor (el más importante) es el hábito. Hasta el mejor sexo puede tornarse aburrido con la cotidianidad, la rutina en pareja. El hogar es un lugar seguro y para relajarse, y el sexo puede pasar a segundo plano. Así que no, no es que tu pareja te dejó de querer, hay otros factores que afectan la relación sexual.

¿CÓMO HABLARLO?

Si decir “ya no tenemos sexo” te asusta. Lo importante es abordar el tema con la palabra “nosotros” ya que no es problema de uno, y al hacerlo de esta manera es como culpar a una de las partes. Concéntrate a escuchar. Si lo has intentado una/varias veces y la comunicación no funciona, hablen con el terapeuta. La comunicación abierta y honesta es necesaria para una vida sexual saludable. Explicar lo que te gusta y lo que no, puede llevarlos a experiencias completamente nuevas.

CAMBIA LA META

En lugar de que el objetivo sea tener el mejor sexo y siempre llegar al orgasmo, apunta por la intimidad del momento, busca otras formas (nuevas) de conectarse no necesariamente el sexo. También es bueno dejar de pensar en el escenario sexual habitual, probar cosas nuevas (por cliché que suene) o tomar en serio las fantasías sexuales (tanto decirlas, sin complejos, como realizarlas).

REPITE CONMIGO: MINDFULNESS, MINDFULNESS, MINDFULNESS...

Calma la mente ocupada, mediante una práctica de mindfulness, desvía tu mente de los problemas que puede ocasionarte los problemas corporales, o enemigos del estado de ánimo. La meditación es una herramienta realmente útil.

NO TE COMPARES

Si tienes relaciones 1 vez al mes, puedes pensar que tus amigos las tienen 1 vez a la semana. Si tienes 1 vez a la semana, puedes pensar que otros tienen 1 vez al día. Siempre comparándonos. La frecuencia de las relaciones en pareja siempre cambiará.

La vida sexual, va y viene.

¿QUÉ HACER SI TU PAREJA PIERDE INTERÉS EN EL SEXO?

ONE DROP TO WAKE UP

Destapa tu sensualidad

by Syl Goddard

Estimula el deseo sexual con aceites esenciales

El sentido del olfato es especialmente sensible y poderoso. ¿Sabías que los aceites esenciales son capaces de potenciar los sentidos y la sensualidad?

Son muchos los estímulos que llegan al cerebro a través del olfato sin que casi nos demos cuenta. El poder de los olores, su capacidad para evocar recuerdos o para producir sensaciones relajantes o estimulantes es algo que se conoce desde la antigüedad. Lo que hoy llamamos aromaterapia es el uso de determinadas fragancias para conseguir una reacción física y mental concreta.

AROMAS AFRODISIACOS: Ciertos aceites esenciales son utilizados como afrodisíacos por su composición química natural y por que actúan rápidamente en los sistemas circulatorios, endocrino y reproductivo cuando se aplican en la piel (generalmente diluidos).

EFFECTIVO: Los AE afectan el estado de ánimo, el pensamiento y los sentimientos a través del olfato; una vez que se inhalan las moléculas de olor registran respuesta en la parte límbica del cerebro que también es responsable de la conducta sexual y la memoria y pueden influir en la respuesta sexual del cuerpo.

Jengibre

Es un poderoso estimulante y excitante sexual, gracias a su aroma dulce y tibio y a sus propiedades para mejorar el sistema circulatorio. Funciona como excelente antidepresivo, tonificando cuerpo y espíritu. Su particular aroma hace que resulte más agradable combinado con otros aceites como el de canela o lavanda (más suaves).

Sándalo

Originario de la India, se le atribuye la capacidad de atraer energías positivas y de proporcionar armonía y equilibrio espiritual. Este olor exótico característico de las culturas asiáticas promueve la apertura emocional para favorecer el aumento de la pasión en la pareja.

Ylang Ylang

Tiene una merecida fama de ser un potente afrodisíaco de los más poderosos que se conocen. Su olor dulce y suave combina genial con el jazmín, la esencia de rosas y el sándalo. Posee efectos relajantes capaces de hacer desaparecer la ansiedad y el estrés que en ocasiones dificultan las relaciones sexuales.

¿cuáles usar?

Jazmín

Ayuda principalmente a aumentar el libido de las mujeres. Mejora el estado de ánimo y la sensación de energía y permite aumentar la pasión en la pareja. Muchos aseguran que es el olor más "femenino", el que más puede atraer a un hombre.

Canela

Huele tan bien como sabe. Es un aceite caliente, con un aroma dulce y picante muy sensual. Aplicado sobre el cuerpo mejora la circulación y el flujo sanguíneo. Estimula el sistema circulatorio y despierta sensaciones placenteras en el cerebro.

Rosa

El olor del aceite esencial de rosa impacta directamente en el corazón, por lo que es ideal para favorecer la ternura en la pareja en los momentos sensuales. Además, también es un aceite caliente que estimula el sistema circulatorio y su aroma es muy sensual.

HAY VARIAS OPCIONES PARA AYUDARTE DE LAS PROPIEDADES AFRODISIACAS DE ESTOS ACEITES ESENCIALES

Aprovechar su aroma. Utiliza un difusor de aceites esenciales para aromatizar la habitación u hogar y crear un ambiente sensual que despierte los sentidos. También puedes crear agua con gotas de los aceites esenciales que más te gusten y rociarlo con un atomizador por la casa.

Masajes con aceites esenciales. Extender los aceites esenciales sobre sus cuerpos y disfrutar de una experiencia sensual y aromática que ayudará a encender la pasión. Los aceites de pimienta negra, canela y jengibre deben diluirse con un aceite base como el aceite de almendras o de coco para poder ser usados como aceite de masaje. Además, si usas un aceite comestible como base y unas gotitas de cualquiera de los aceites afrodisíacos que sean comestibles podrás llevar la experiencia sensual al nivel gustativo. ¡Pruébalo!

LAMEZCLADERIA

ACEITES ESENCIALES



@la_mezcladeria.mx



lamezcladeria@gmail.com

MANUAL DEL POLIAMOR

¿ES PARA TI?

Para algunos funciona, y no solo funciona si no que ha cambiado su relación en pareja en positivo, para otros esto la ha destruido y para muchos otros es impensable unirse al poliamor.

Lo cierto es que el poliamor es algo muy difícil de comprender, pues es abandonar todo lo establecido en la monogamia o el amor de verdad, para muchas personas. Las relaciones poliamorosas son aquellas que se escapan de los estándares de pareja, en donde cada uno tiene a un único amor.

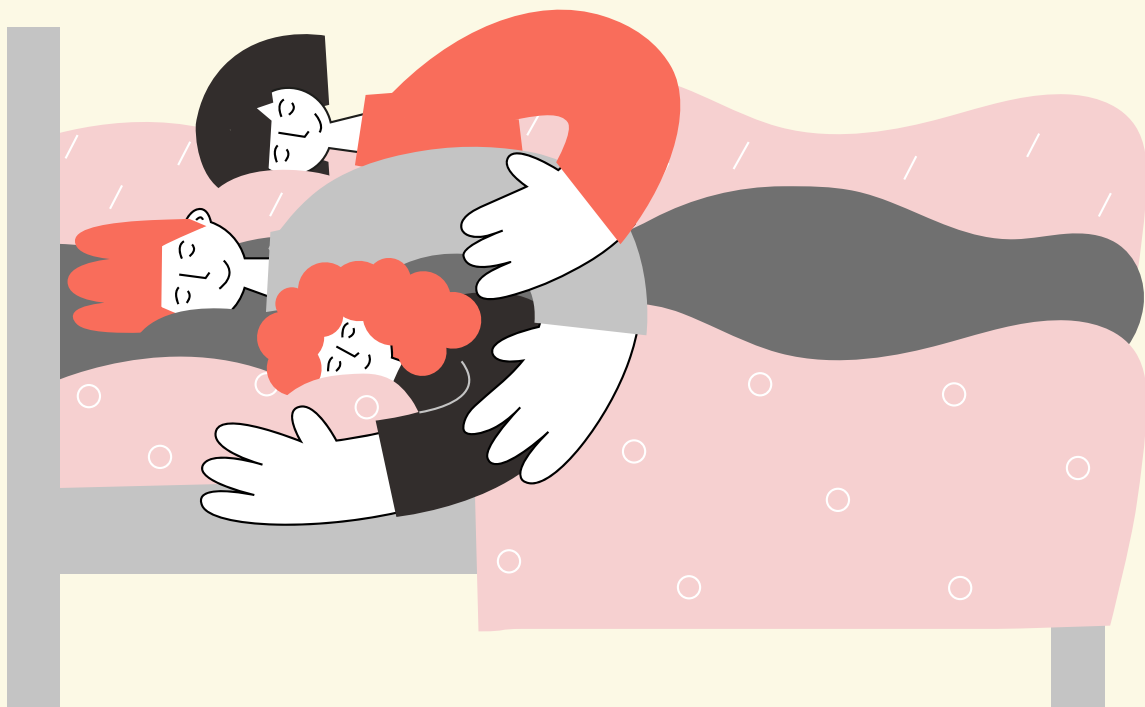
¿Eres apto? Hay muchas preguntas en torno a esta práctica, como ¿dónde queda el respeto? y ¿cómo saber cuando ya cruzaste el límite? Por ejemplo si tu eres una persona soltera, y conoces a un hombre que está dentro de una relación en poligamia (ojo: para la poligamia, ambas parte deben estar de acuerdo) tu debes saber, que al terminar el día de estar con este hombre, el regresará a los brazos de su mujer, que dentro de esta practica, ni tu, ni ella pueden demostrar celos pues todas las partes saben que es lo que ocurre.

El poliamor tiene por lema que hay muchas formas de amor, y todas son correctas. "Hace 4 años, mi mejor amigo quien tenía una pareja formal desde hacía 5 años, me contó que estaban practicando el poliamor. Para mi era todo nuevo, en una ocasión, me presento a la otra persona y yo no podía concebir

aquella situación, para mi era incluso, como si yo estuviera traicionando a su pareja, aunque esta ya supiera" mi pregunta era, ¿cómo repartes el amor? y él me contesto, "si tu amas a todos tus amigos, porque solo amar a una pareja". Sin embargo con el tiempo, me fui dando cuenta que lejos de marchitar su relación, esta práctica la nutria, en una ocasión me dijo "mi pareja y yo, en el sexo, no somos compatibles, aunque lo amor, entonces cuando entra una tercer persona, dejo de cargarle el peso al sexo y disfrutamos de otras cosas". Cada vez en mi mente de "el príncipe azul solo es uno" fui aceptando más esa idea, sin embargo yo no creo estar lista ni creo que sea para mi el poliamor.

Cabe resaltar que esta práctica es para las personalidades abiertas y no apegadas a la moral o a la religión, sin embargo nadie está excepto de causar daños colaterales. Por ejemplo, si tu pareja te pide iniciar esta práctica, dando completa libertad de buscar a otras personas, y tú accedes por salvar algo de tu relación, es imposible no salir lastimado.

Tampoco podemos decir que el poliamor es solamente para las personas fuertes o mucho más avanzadas culturalmente, pues muchas parejas monógamas experimentan esta madurez sin necesidad de buscar terceros.





*Bienestar
Elegancia y..
Estilo*

Mexicali B.C.

  @ambarartboutique

www.ambarartshop.com

El estilo y arte se fusionan en este concepto de arte funcional y el mundo de los cristales. Más que una pieza son detalles que se convierten en experiencias, desde nuestros termos con cuarzo, hasta en nuestras tablas decoradas con resina creadas 100% de manera artesanal. Estamos orgullosos de ser una marca Mexicana.

Nuestro trabajo es muy diverso y cada una de nuestras piezas es única en su estilo, y una alternativa a lo que ya está establecido como decoración. Actualmente tenemos al menos 1 cliente en cada estado de la república y algunos en E.U.

Las feromonas y el sexo

www.mujerintime.com

Una de las afirmaciones más grande en cuanto al sexo es que las feromonas influyen de manera directa en la atracción sexual y las creemos tan necesarias que incluso nos gusta adquirirlas en perfumes con la promesa de darnos suerte a la hora de buscar acción.

¿Qué sabemos de las feromonas?

La primera feromona se descubrió en 1959, encontraron una hormona que el cuerpo emite hacia afuera, que influye en cómo nos comportamos. Estudios comprobaron que en todas las especies afectaba su comportamiento. Y en 1971 tuvieron la teoría que en los humanos podíamos encontrarla en la respiración y el sudor. En las mujeres cuando la respiración nos delata y nos encontramos excitadas sexualmente. Sin embargo esta teoría fue descartada.

Lo que sí han demostrado es que en animales esto existe, pero en humanos no hay nada cierto y esto es por los aprendizajes sociales que tenemos, pues algunos ritos sexuales no son parte de nuestra naturaleza si no de la cultura en la que nos desarrollamos.

Las "feromonas" de los humanos

La voz, la simetría del rostro, la forma de vestir, el tono de piel, la estructura corporal. Recordemos que los humanos somos mucho más visuales por lo que estos factores pueden actuar como atractivos

Así que ya sabes, olvídate de esos productos que te ofrecen feromonas entre sus ingredientes, lo único que pueden hacer por ti es darte lo que se llama sugestión positiva, que es cuando un producto te ayuda con inseguridades o a lograr algo, y tu simplemente crees que ha sido el producto cuando en realidad fuiste tu.

Oh Lovely

CASA JOYERA

Oh lovely esta hecha para recordar los momentos felices, divertidos y llenos de sueños que tenemos cuando éramos niñas.

Para nosotras es importante que te cambiamos el mood del día con algún recuerdo que se te venga a la mente cuando uses nuestra joyería y te cause felicidad. También es importante que cuando uses nuestra joyería te sientas única, que atesoras y que te sientas divertida. Por que para oh lovely es importante el factor de la diversión. Actualmente tenemos dos líneas de joyería. Una que se inspira en los cuentos de la niñez que nos hacían viajar a mundos inexistentes y la otra que habla sobre el día de muertos. Con la felicidad y diversión con la que se vive esa fiesta.

Nuestras piezas están hechas con plata mexicana .925, con chapa de oro y esmaltes para darle un poco de color. Optamos por el uso de las tecnologías como algo necesario en nuestros procesos y tenemos un control de calidad riguroso.



@oh.lovelycasajoyera
ohlovelycasajoyera@gmail.com
Cel: 3315118269

Tiendas físicas:
Puerta del cielo- Valle de bravo
Arte joya- CDMX, San Ángel.

“No es suficiente”

¿QUÉ PASA EN REALIDAD CUANDO NUESTRA RELACIÓN NO NOS LLENA?

Al principio todo es color de rosa, pero con el tiempo sientes un "je ne sais quoi" que te impide disfrutar de tu relación y sientes que no es suficiente ¿qué puedes hacer?

Nuestro entorno nos ha mentido, las películas que vemos y las couple goals que seguimos, y la realidad es que no existe un "vivieron felices para siempre". Las relaciones en pareja no son el único aspecto en la vida que nos da felicidad o estabilidad, y como todo, no son estables. Son aspectos que deben trabajarse día con día.

No podemos poner toda nuestra felicidad en los brazos de alguien más, y queremos que las personas actúen de la manera que queremos, y cuando no lo hacen es cuando sentimos ese "no es suficiente" y tenemos una sensación de no estar satisfechas.

No existirá una persona que nos llene lo suficiente, si no empezamos por nosotras mismas. Por muy cliché que suene, enamorarse de ti misma es la clave para dejar de sentir ese vacío que no tiene nada que ver con otra persona.



La principal inspiración y motivación que nos llevó a desarrollar una línea de bocadillos saludables y deliciosos fue el amaranto, ya que mi esposo, mis hijos y yo hemos crecido disfrutando barras de amaranto llamadas alegrías, comida callejera tradicional mexicana hecha con semillas de amaranto.

Es parte de nuestra cultura y patrimonio. Es un antiguo súperalimento nativo que ha sido básico en la dieta mexicana desde la época de los aztecas, quienes creían que era un símbolo de "fuerza interminable". De hecho, era la comida de los dioses, en parte por su sabor único, pero más que nada por su gran versatilidad y su amabilidad con el ambiente. Hoy, lo llevamos un paso hacia adelante y creamos una versión sin gluten, vegana y más saludable de nuestros Snacks de Amaranto favoritos.

I am what I love, I love what I am.

Después de mucho probar, experimentar y perfeccionar, hemos desarrollado los snacks de amaranto más increíbles, auténticos, únicos y con el mejor sabor del mercado contando con el plus de los certificados de Gluten Free, Kosher, Non GMO, Vegano y el nuestro, Amaranth Lovers.

I am Charris: Son doblemente centrifugados para asegurarnos que absorban muy poco aceite en el proceso.

I am Nutz: Incluimos tanta nutrición como es posible en todos nuestros snacks. Usamos harina de garbanzo, linaza y chía para un boost de Omega 3 y Calcio.

I am Cacao, I am Cups: Nuestro chocolate es vegano, hecho con cacao orgánico, almendras locales y azúcar mascabado.

I am Bites: Nuestro amaranto es local y orgánicamente cosechado e inflado.

I am Sunflower, I am Cookie, I am Granola: Usamos endulzantes naturales, azúcar mascabado, azúcar de coco, jarabe orgánico de agave, stevia (local para asegurar la mejor calidad).

I am Wafer: Son hechas a manos dando una textura única y crujiente.

I am Chipz: Nuestros chiles mexicanos son naturalmente secados y molidos.



I am aranth.
Ancient Superseed Amaranth Snacks

☎ (+52) 1 2872 8074
snacks@iamaranth.com
📷 I LOVE amaranth
www.iamaranth.com

ODILLE FRAGA

DISEÑADORA DE MODA,
DEDICADA A LA ORFEBRERÍA.

Joyas statement, versátiles y con el toque chic de quien lleva años observando las tendencias. La diseñadora de moda Odille Fraga firma estas piezas en las que el “sé tu misma” es el leitmotiv.

Joyería original para transformar tu look y tu estado de ánimo.

Con su origen en la Ciudad de México, su fuerte filosofía de marca; compra poco y bien, resalta tu personalidad, una pieza de buena calidad y buen diseño levanta tu outfit... es una inyección de positivismo que te anima a querer descubrir más sobre esta marca.

No podemos contarte toda la historia que hay detrás de Odille Fraga, pero sí te diremos que no puede ser más original y contundente en sus COLECCIONES con su mensaje e historias inspiradas en viajes, en “mantras y personas”, en frases o mensajes con carga energética como “volar con alas propias”, en el “Amor”, hasta una colección inspirada en su abuela y los años 50’s llamada “H” de Hortensia como su abuela.

Detrás de ella hay una mujer emprendedora de origen Chihuahuense que transmite con sus joyas de autor un proceso totalmente artesanal, con gran sentido por la estética en el cuidado de los detalles y últimas tendencias. También puedes encargar el anillo de compromiso o argollas de matrimonio totalmente personalizadas en materiales como oro, platino y piedras preciosas así como diamantes certificados GIA.

En sus colecciones cuenta con joyas simples y rotundas; en plata, baño en oro y oro, piedras preciosas y semi-preciosas.

En sus piezas encontraras aretes maxi, así como anillos y aretes mini, con y sin piedras, en diferentes metales y colores, clásicos y básicos, así como piezas con mucho diseño y gran trabajo de los orfebres mexicanos.

La diseñadora menciona que el éxito de un outfit radica en la forma natural y espontánea con la que combinas tu joyería con tu ropa y el como esta combinación te hace sentir.



www.mujevirtime.com



ODILLE FRAGA



www.odillefraga.com

Envíos nacionales e internacionales

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

 [Odille Fraga](https://www.facebook.com/OdilleFraga)

info@odillefraga.com

 5519549572)

Citas para diseño de anillos de compromiso y argollas de matrimonio personalizadas disponibles por Zoom.

Four Seasons Reforma CDMX

Hotel St. Regis Reforma CDMX

Julio y Jordan Concept Store San Miguel de Allende



TODO SOBRE EL ORGASMO FEMENINO

El orgasmo femenino es un tema aún tan desconocido que, con cada nuevo estudio que se realiza, se descubren nuevos puntos capaces de dotar a la mujer/ persona con vagina de un orgasmo inigualable.

Pero ¿existen diferentes tipos de orgasmo? La respuesta es no. El orgasmo es uno, lo que cambia es la manera de alcanzarlo, el punto de nuestro cuerpo que estimulemos para llegar al tan ansiado y buscado clímax.

Una vez aclarado esto, entramos en cuántos puntos se pueden estimular para llegar al orgasmo.

La mayoría de la gente asegura que son dos: el clítoris y el punto G. Nosotrxs discrepamos infinitamente; ya que creemos que el abanico del orgasmo es bastante más amplio.

FACTOR PSICOLÓGICO

En el caso de las mujeres y personas con vagina, el orgasmo es un asunto muy psicológico. La intimidad, la excitación, la atmósfera o el momento del ciclo menstrual en el que se encuentre (entre otros muchos factores) condicionan enormemente la llegada al orgasmo.

Y los preliminares, por supuesto. No nos cansaremos JAMÁS de repetirlo. Cuantos más, mejor.

Ahora vayamos al lío. ¿Qué puntos del cuerpo pueden conducirte a un orgasmo de los que te dejan sin aliento y con todo el cuerpo temblando?

CLÍTORIS

El mítico. El punto que lleva al clímax a la mayoría. ¿Y por qué? Sencillo. El clítoris se trata de un órgano genital externo con alrededor de 8.000 terminaciones nerviosas, por lo que su estimulación directa es mucho más sencilla. Además, todas estas terminaciones nerviosas están muy focalizadas, lo que hace que las sensaciones sean muy fuertes.

Tanto las de placer como las de dolor, por supuesto. Es por eso que el clítoris ha de estimularse con cuidado, no como si fuera un timbre, como ya indicamos en este post.

Se afirma que alrededor del 70% de las mujeres y personas con vulva necesitan estimulación directa en el clítoris para llegar al orgasmo. Para estimularlo, te recomendamos que optes por un masajeador clitoral como Río.

PUNTO G

Aquí hay controversia. Muchos estudios afirman que el orgasmo a través de la estimulación vaginal no es que sea difícil de alcanzar, sino que directamente no existe.

Otros estudios afirman que lo que en realidad estimulamos cuando hablamos de la vagina es una extensión del clítoris. El famoso punto G. Es decir, que el clítoris se extiende por el interior de la vagina y realmente estamos estimulando este punto cuando alcanzamos el orgasmo. Sea como sea, no podemos negar que muchas personas con vagina llegan al orgasmo a través de la penetración. Y es que lo realmente importante aquí es lo que cuentan ell@s, que para eso son

quienes lo viven. El 64% reconoce haber tenido un orgasmo durante su último coito.

Juguete ideal: Lucas, de Platanomelón, ya que su diseño de punta curvada harán que alcance tu punto G y lo estimule con potentes vibraciones sin ningún esfuerzo, además cuenta con una función de calor corporal y se calienta hasta 39 grados.

CLÍTORIS Y PUNTO G

Para quienes buscan orgasmos superintensos, nada como estimular el punto G y el clítoris al mismo tiempo. En pareja es fácil, es cuestión de añadir un dedo al asunto. O un juguetito diseñado para la estimulación del clítoris. Pero, ¿y a solas? ¡También facilísimo! Solo tienes que hacerte con un conejito y dejar que te lleve al cielo.

ANO

El sexo anal per se es un tema tabú. De todos modos, lo que se sabe sobre este asunto es que el orgasmo por estimulación anal en las mujeres y personas con vagina existe, pero es mucho más posible alcanzarlo si se acompaña de estimulación del clítoris. Y es que, en cierta manera, el orgasmo por estimulación anal consiste en una extrema sensación de excitación y morbo que nos provoca el acto en sí. Porque, tal como hemos dicho un poquito más arriba: el orgasmo femenino no es solo físico, sino que, en gran medida, también se trata de algo psicológico. Tanto es así, que el 94% de las personas con vagina que han practicado sexo anal dicen haber llegado al clímax.

Juguete ideal: un kit como el Anal Kit, formado por tres plugs anales de diferentes tamaños, para que vayas aumentando la intensidad de manera progresiva.

PUNTOS NO GENITALES

Pero claro, no todos los orgasmos se logran a través de la estimulación directa de los órganos genitales. El 20% de las mujeres y personas con vagina aseguran ser capaces de llegar al orgasmo mediante la estimulación de un punto no genital.

PEZONES

Lo primero en lo que pensamos aquí es en los pechos. Y no es para menos, pues es posible alcanzar el clímax sexual con la estimulación de los pechos. Sí, sin ni siquiera tocar el clítoris. Así que, aunque un pequeño porcentaje de la población femenina dice haber alcanzado el orgasmo gracias a la estimulación de los senos, merece la pena probarlo, ¿no crees? ¡Puede que te encuentres entre las afortunadas!

Pilla a tu pareja por banda (o prueba tú a solas) y dile que estimule primero tus pechos haciendo movimientos suaves en círculos, para luego estimular tus pezones con sus dedos o su lengua. Pasad a los mordisquitos, o incluso a los pellizcos, descubre qué intensidad te estimula más, si eres de las que no hace ascos a un poquito de dolor o si lo que más te excita son los toques suaves.

OTRAS ZONAS INESPERADAMENTE ORGÁSMICAS

Muslos, un punto de la espalda, cuello, orejas, o incluso un inesperado orgasmo durante tus momentos de higiene bucal. Como lo lees.

Es más, algunas personas aseguran que ni siquiera necesitan contacto físico para llegar al nirvana del placer. Sin ir más lejos, el 10% de las mujeres y personas con vagina puede llegar al orgasmo mientras hace ejercicio. Eso sí que da ganas de apuntarse al gym.

UNA OVEJITA, DOS OVEJITA-AAAHS...

Otra causa de orgasmo más común de lo que podemos pensar es el sueño. Sí, mientras dormimos podemos tener orgasmos. El 70% de las personas con vagina asegura haber llegado al orgasmo durmiendo. Se cree que los sueños que tienes en el momento, e incluso la postura en la que estás durmiendo, afectan a la hora de tener o no tener orgasmos nocturnos.

LOS OBTENGAMOS COMO LOS OBTENGAMOS, SOLO PODEMOS DECIR UNA COSA: ¡VIVAN LOS ORGASMOS!

ADRIANA

@la.adrianaa

MORFIN

COLOR
FAVORITO



www.mujerintime.com

PERFUME
FAVORITO



FRASE

"Después?
Después el café se enfría."

PRODUCTO DE
MAQUILLAJE



MARCA DE
MAQUILLAJE



LIBRO
FAVORITO

Frío o calor: calor 100%.

Lugar favorito en el mundo: Tulum.

Lugar favorito de México: Tulum jeje.

Mejor inversión: mi celular y computadora.

En tu bolsa no falta: mi cartera.

Crush: Kris Bryant.

Animal favorito: perros.

Hobby: indoorcycling, es mi trabajo también pero lo disfruto como hobby.

Producto de skincare favorito: mi crema humectante de noche.

Hábito de cuarentena: leer.

Gadget favorito: mi celular y mi bocina.

Color favorito: rosa y negro para la ropa.

De pequeña querías ser: actriz.

Define tu estilo en una palabra: casual, basic.

Serie favorita: Greys Anatomy 100%

Accesorio favorito: anillos y mis piercings de la oreja.

Comida favorita: sushi, nigiris para ser más exacta.

Alguien con quien te gustaría trabajar: amo a Danna Paola, wow compartir algo con ella.

Lo primero que haces al despertar: checar mi celular.

¿Cómo te dicen de cariño?: Bobis y adris

Si pudieras brunchear con cualquier persona en el mundo sería: Juanpa Zurita jajaja.

Alicia

@aliciasabrera

CABRERA

COLOR
FAVORITO

Frío o calor: calor 100%.

Lugar favorito de México: Oaxaca, estoy enamorada de sus tradiciones, comida, sus calles, pasajes.

Mejor inversión: cuando empecé mi negocio de postres por la cuarentena.

En tu bolsa no falta: un perfume.

Marca favorita mexicana: con esto de las redes sociales conocí muchísimas, me encanta el emprendimiento mexicano, no podría elegir solo una, pero si resaltar comer verde la plataforma que tienen, la interacción y marketing me encanta.

Crush: Justin Bieber.

Animal favorito: todos, amo a los animales con todo el corazón.

Hobby: cocinar, hacer ejercicio, ver series en otros idiomas.

Hábito de cuarentena: no dormir.

Gadget favorito: cámaras.

Color favorito: amarillo.

De pequeña querías ser: veterinaria.

Define tu estilo en una palabra: fluye.

Personaje de tv favorito: Rachel de Friends.

Accesorio favorito: collares.

Comida favorita: difícil estudio gastronomía pero creo que sería la pasta.

Lo primero que haces al despertar: tomar agua.

¿Cómo te dicen de cariño?: Alix.

Si pudieras brunchear con cualquier persona en el mundo sería: La princesa Diana.



PRODUCTO DE
SKINCARE
FAVORITO

"Hoy puedo ser
mejor que ayer"

FRASE
FAVORITA



PERFUME
FAVORITO



MARCA FAVORITA
DE MAQUILLAJE



PRODUCTO DE
MAQUILLAJE
FAVORITO



LIBRO FAVORITO

Con un toque "picosito" y escenas eróticas y cargadas de pasión, te presentamos estas 4 series que te atraerán por su trama erótico, además de estar cargadas de suspenso que te harán engancharte desde el primer episodio.

SEX EDUCATION

Todo un trend esta serie, tanto que ya hay cantidad inimaginable de merch en tiendas departamentales. Nos narra la historia de la sexualidad vista desde los ojos de Otis, que junto con Maeve hacen un negocio de terapia sexual, en ella se tratan temas, reflexiones, patologías, dudas, miedos en base al sexo.



TÚ, YO Y ELLA

Una de las fantasías sexuales más recurrentes son los tríos, y en esta serie Jack y Emma deciden darle un segundo aire a su vida sexual por lo que una tercera persona aparece en escena para practicar el poliamor.



THE AFFAIR

Noah es un tradicional padre de familia y escritor que conoce a Alison quien trabaja en el bar de Montauk, este encuentro los lleva a una historia de tragedias, manteniendo un romance oculto. Las mentiras van llevando a una peligrosa adicción sexual.



GYPSY

Protagonizada por Naomi Watts, es una historia llena de drama y claro erotismo. Gypsy se centra en la vida de una psicóloga que comienza a trabajar en el caso de un chico obsesionado con una chica, esta psicóloga se envuelve en la historia llevándola a tener un romance con una mujer aparentemente peligrosa.



P
I
C
O
S
I
T
A
S

SERIES



Come AS
you ARE

www.maelys.com.mx



/MaelysSkincare



@maelys_skincare

Libros

PROHIBIDOS

por ser ¿demasiado eróticos?

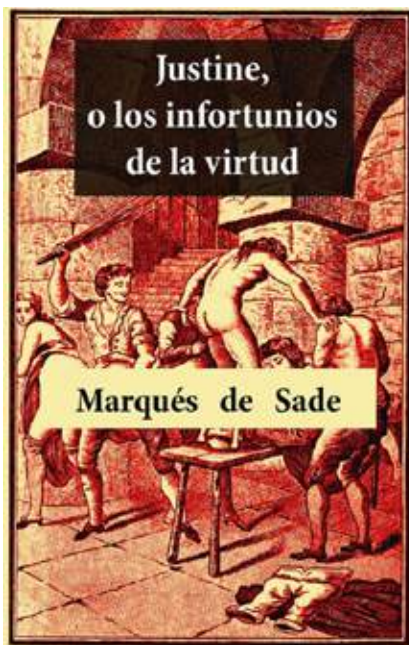
www.mujerintime.com



Lolita

Vladimir Nabokov

Ufff si hablamos de Lolita estaremos hablando de quizás el libro con más polémica de todos los tiempos. Este libro es una obra maestra pues forma parte de un relato erótico hasta perversiones psicopatológicas de ambos personajes. Lolita fue adaptada para la pantalla grande, sin embargo es el libro el que de la manera más explícita de una historia que nadie quiso publicar durante mucho tiempo. Fue en Francia donde se publicó por primera vez, causando en los Estados Unidos indignación, que se ordenó a decomisar cualquier ejemplar que entrara al país.



Justine

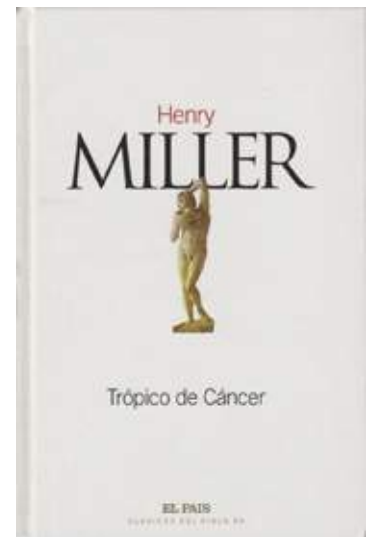
Marqués de Sade

Si alguien conoció la censura fue el escritor francés Donatien Alphonse Francois de Sade, llevándolo a prisión, en donde escribió esta obra.

Una vez publicada la edición, se quemaron sus obras, pero estamos hablando del año 1791, hoy, en otros tiempos, el Marqués de Sade es considerado uno de los mejores novelistas por su gran manejo del erotismo. Justine se centra en una adolescente, que intenta preservar su virtud, sin embargo la vida la lleva a conocer sus placeres más sensuales.

Existen libros que vieron muy poca luz cuando salieron, aclamados por mucho por esta prohibición y odiados por otros por los temas altos en contenido erótico. Sin embargo, como una pieza de arte, entre más se hable de ella, más sube su valor y la necesidad de saber más sobre ella.

Estos 3 libros fueron prohibidos en su tiempo por su contenido sexual, y no... 50 sombras de Grey es un cuento para niños comparado con estos ejemplares.



Trópico de Cáncer

Henry Miller

Escrita desde 1934 y publicada después de 27 años, Trópico de Cáncer es una autobiografía de Henry Miller. Esta obra fue sometida a un juicio por ser sumamente obsena, recuento de las experiencias de un estadounidense pobre, viviendo en Francia, llevando una vida entra la indigencia, sadomasoquismo y prostitución.

Nuevamente Estados Unidos luchó para que esta obra no pisara su país, sin embargo eso solo desencadenó la popularidad de la obra.



FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL

¿QUIERES TRATAR LOS SIGNOS DE LA EDAD POR PROFESIONALES DE LA SALUD?

La Fisioterapia Dermatofuncional es una herramienta innovadora que permite restaurar las alteraciones de la piel **SIN CIRUGÍA**.

¿Qué se puede tratar con la Fisioterapia Dermatofuncional Facial?

Arrugas, Líneas de expresión, Flacidez facial, Párpado caído, Marcas de acné, Cicatrices, Pigmentación (Manchas), Melasma, Papada e Hidratación de Epidermis y Alopecia (Pérdida de cabello).

¿Cómo se realiza el procedimiento?

Por medio de diferentes agentes físicos, como lo son: SPA Galvánico, Dermápen, HIFU, Alta Frecuencia, Vacum, Radiofrecuencia, Fototerapia, Martillo Frío, Drenaje Linfático, etc.

¿Cuál de los diferentes agentes físicos es el ideal para mí?

De acuerdo a lo que se desea tratar, hacemos la selección de agentes físicos ideal para cada paciente, en combinación con componentes como el Ácido hialurónico, Colágeno, Vitaminas como B, E, Retinol y Péptidos, los cuáles, potencializan los resultados.

¿Es doloroso?

¡NO!, sin embargo, algunos de los agentes físicos son aplicados por medio de agujas, no obstante, las molestias son completamente tolerables.

¿Al cuánto tiempo se ven los resultados?

Los resultados son inmediatos, sin embargo el paciente notará los cambios a partir de la tercera sesión.

Valoración



Sesión 3

**Costo x 8
sesiones
\$3,500**

**-20%
Desc**

¡Contáctanos!



(442) 193 8535



(442) 637 3688



iif.fisioterapia



IIF

“I know many beautiful people and their lives are just so terrible. They feel so uncomfortable with themselves. Being comfortable is not about what you look like, but how you feel.”



MONICA BELLUCCI



TEQUILA
DESIGN



L'BEL

ROSE D'AMELIE

Francia en una rosa
y una rosa en ti.

MAXIMIZA
CALIDAD
Y DURACIÓN

NUEVO PROCESO**

ESSENTTECH

