

# intrend

magazine

## MODA:

*COOL* outfits  
según tu  
personalidad

**Willy chavarría**

En el top mundial de los  
diseñadores de moda

+

Looks de  
fiesta  
para **Ellos**

BEAUTY:

**4 Top looks**  
para las  
fiestas

+

WELLNESS:

**Breathwork**  
Respiración  
consciente

**Yael**  
*Sandler*  
Fashion Icon

INVIERNO 2025



  
**JW MARRIOTT**  
MONTERREY VALLE

EVENTS AT JW  
Hacemos de tu evento, un día único,  
mágico e inolvidable



JW Marriott Monterrey Valle

Av. del Roble 670, Valle del Campestre San Pedro Garza García, Nuevo León, México 66265

M: [lourdes.bueno@fibrainn.mx](mailto:lourdes.bueno@fibrainn.mx) | T: 81 88 50 67 00 | [f](#) [@](#) [jwmarriottmonterrey](#)

# MAC

*by Maria Alejandra C.*



#### **Ciudad Victoria Tamaulipas**

**Sucursal Aventa:** Paseo Aventa, Local 47, Cd Victoria Tamaulipas.

**Tel: 834 116 6334**

**Sucursal Luminarias:** 15 y 16 Coahuila, local 1, Plaza Luminarias, Cd Victoria Tamaulipas.

#### **San Pedro Garza García**

**Sucursal San Pedro:** Plaza 401, local F2D Calzada Del Valle, San Pedro Garza García

**Tel: 899 425 6682**

Instagram: **@mac\_outlet\_boutique**  
Tiktok: **mac.boutique**



**BOUTIQUE**  
Ropa | Calzado | Perfumes árabes

**DIRECTORA EDITORIAL**

CEO / Fundadora / Editora  
Verónica Batiz de Samar

**DISEÑO EDITORIAL**

Andrea del Valle Espinosa

**CORRESPONSAL CDMX**

Paty Arizpe

**MODA**

Liz Sanjuanero  
Mariana Arenas  
Eduardo Luna

**BELLEZA**

Liz Sanjuanero

**CULTURA**

Alejandro Acevedo

**SAHUD**

Dr. Enrique Cedillo

**WELLNESS**

Máster Li - Feng Shui  
Monyk Arreola

**FITNESS**

Ricardo Samar Baruqui

**FINANZAS**

Daniela Pérez Borges

**DECORACIÓN**

Karla Ríos

**VIAJES**

Lichita Ayon

**COLABORADORES DEL MES**

**PORTADA Yael Sandler**

STYLING: PATY ARIZPE Y Yael SANDLER  
MKP: JORDI AVENDAÑO  
HAIR: MILY PC  
FOTO: RO MACHADO

**EDITORIAL DE MODA XMAS**

FOTO: NIGORETTE  
MKP & HAIR: ANNIE MARTÍNEZ  
MODELO: ABBIE  
OUTFITS: IVONNE  
JOYERÍA: HELGUERA

**EDITORIAL NIGHT OUT IN THE CITY**

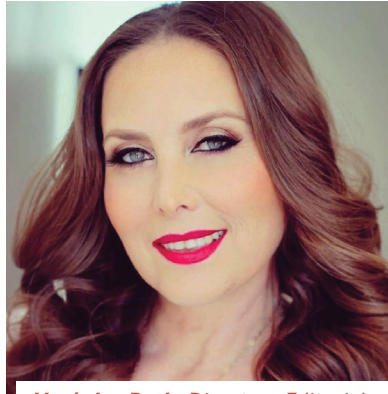
FOTO: JERRY PIÑA PARA IN TREND MAGAZINE  
MODELO: ANAHÍ GASTELUM  
MKP & HAIR: PONTE GUAPA  
OUTFITS: MAC  
JOYERÍA: LORENZA MX  
STYLING: VERO BATIZ

**EDITORIAL BELLEZA**

FOTO: JERRY PIÑA PARA IN TREND MAGAZINE  
MODELO: VLADISLAVA MIKHAILOVSKAIA  
MKP & HAIR: MARÍA ALEJANDRA STUDIO ACADEMY  
OUTFITS: MAC OUTLET BY MARÍA ALEJANDRA  
JOYERÍA: ETERNITY DIAMONDS  
STYLING: VERO BATIZ

**MANTENTE EN CONTACTO**

Instagram. @intrendmagazine  
Facebook. In Trend Magazine  
Web. www.editorialintrend.com  
Teléfono. +52 (81) 82 80 86 42



Verónica Batiz Directora Editorial

Bienvenidos a nuestra edición de diciembre misma que te acompañará hasta el inicio del año 2026.

Se cierra un año y se abre otro que estamos seguros será extraordinario.

Aprovecho para deseales una muy **Feliz Navidad y un Próspero Año Nuevo.**

Que estas fiestas vengan con reencuentros increíbles de familiares y amigos, que los primeros días del 2026 sean el inicio de la realización de tus planes para crecer en lo personal, en tu profesión u oficio y sobre todo cimientos de un año repleto de éxito y abundancia.

Este mes es de mucha fiesta, pero recuerda que lo más importante es que es un mes para celebrar la vida, reunirnos con nuestros seres queridos los días festivos, y el 31, agradecer por el 2025 que se va y lo que nos dio. Pedir por un 2026 de fe y voluntad para lograr nuestras metas y objetivos.

Te dejamos esta edición con una espectacular portada donde Yael Sandler, nuestra fashion icon por excelencia, luce bellísima.

También encontrarás interesantes temas de moda, belleza, wellness, opiniones y consejos de nuestros colaboradores quienes con todo nuestro equipo se suman para desearte felices fiestas.

**Nos leemos en el 2026.**

Verónica Batiz de Samar  
CEO / Fundadora / Editora  
Directora Editorial



**FOLLOW US**  
www.editorialintrend.com

**IN TREND MAKES ME HAPPY!**

**WE ARE BACK! - XOXO**

www.editorialintrend.com - FACEBOOK In Trend Magazine - INSTAGRAM @InTrendMagazine - TEL. +52 (81) 82 80 86 42

**INTREND MAGAZINE, No. 78, DICIEMBRE 2025**, es una publicación semestral de circulación mixta. Editada y Distribuida por Editorial In Trend SA de CV. Mariposa Monarca 224, Col. Carolco, Monterrey, N.L. 64996 Editora responsable: Verónica Irene Batiz Vegas. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo: 04-2014-080112084100-102 otorgada por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Certificado de Licitud de Título y Contenido 15964 otorgado por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. Inscripción en el Padrón Nacional de Medios Impresos de SEGOB: 13/10/2015.

# IANN|DEY



# intrend *Contenido*

magazine

## MODA

### 9. COMING SOON "IVY FASHION AFFAIR" BY INTREND MAGAZINE

Evento de moda con causa  
Invitados especiales: IANN|DEY

### 10. IANN DEY

Los Astros de La moda mexicana

### 14. NIGHT OUT IN THE CITY

Looks modernos para salir en la ciudad

### 20. COMO VESTIR SEGUN TU PERSONALIDAD

Expresa tu estilo con tus outfits

### 22. WILLY CHAVARRÍA

En el top mundial de los diseñadores de moda

### 24. MODA HOMBRE

Looks para ellos para esta temporada

### 26. DUA LIPA

Audaz influenciando en la moda

### 28. BRILLO Y LENTEJUELAS

Looks festivos esta Navidad

## BEAUTY BUZZ

### 12. PONTE GUAPA

Belleza que inspira

### 32. MARÍA ALEJANDRA STUDIO

Formando Maquillistas en México

### 34. 4 TENDENCIAS

Maquillaje para invierno 2025

### 38. DR. ENRIQUE CEDILLO

Maestro del rostro Aka Dr. Face

### 40. THE ROUTINE SPA

Yoga facial

## COVER STORY

### 42. ENTREVISTA PORTADA

Yael Sandler top fashion icon



## WELLNESS

### 52. LA BÚSQUEDA DE LA FELICIDAD

No es un destino, sino un viaje

### 54. BREATHWORK

La respiración cambia nuestro estado interno

### 56. MASTER LI

Naturaleza, fuente de toda energía

## DECORACIÓN

### 60. LA SALA

El espacio que define el carácter de una casa

## VIAJES

### 62. NAVIDAD POR EUROPA

Paisajes sin igual

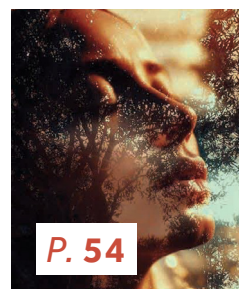
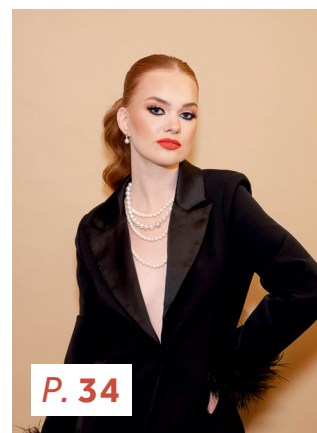
## FINANZAS

### 64. FINANZAS

Reestructura tus finanzas y empoderate en 2026



P. 42 EN PORTADA  
Yael SANDLER  
FASHION ICON





JW MARRIOTT  
MONTERREY VALLE

*Salvador*  
Fashion Affair

By

**intrend**  
magazine

¡Evento  
de  
moda  
con  
causa!



Informes para expositores  
y venta de boletos:

+52 818 - 280 - 8642

Invitados  
especiales:  
**IANN|DEY**

# IANN | DEY

Por. Vero Batiz - @verobatiz

Si hablamos de moda nupcial en México, así como vestidos de noche y de gala, **IANN | DEY** sin duda es una gran referencia.

Por eso, con orgullo Monterrey se vestirá de fiesta este próximo **11 de febrero, 2026** con la presencia de **Iván Gallegos y David Márquez**, el dúo de diseñadores de moda fundadores de la marca mexicana **IANN | DEY**.

Ellos han conquistado las pasarelas, y ahora también la televisión. Donde Galilea Montijo ha causado furor con los impactantes diseños de **IANN | DEY** en La Casa de los Famosos.

La firma es conocida por cuidar hasta el más mínimo detalle en sus diseños espectaculares.

Nuestra revista: **In Trend Magazine** los presentará y sus exclusivos diseños en el marco del evento **"Ivy Fashion Affair"**

El venue será en el suntuoso **Hotel JW Marriott Valle, Arboleda**

Informes para expositores y venta de boletos : **+52 818-280-8642**

## *Los astros de la moda mexicana*



FW  
PARIS  
FASHION  
WEEK



**IANN | DEY** nació por hobby en noviembre de 2012 y abrió su Atelier en 2015 en la ciudad de León, Guanajuato, México.

En 2017 la marca mexicana comenzó a participar en eventos locales, nacionales e internacionales, lo que la posicionaría hoy como una de las marcas de moda más representativas de México.

Gracias a su esencia, estilo elegante y sofisticado, han vestido a importantes celebridades e influencers como: **Galilea Montijo, Naomi Campbell, Paris Hilton, Yalitza Aparicio, Belinda, Ángela Aguilar, Aislinn Derbez, Andrea Meza, Naomi Campbell, Sofía Castro, Geraldine Bazán, Angelique Boyer, Sandra Echeverría, Natalia Dupeyrón, Sara Corrales, Hanna Jaff, Cecilia Galliano, Liz Contreras, Paulina Goto y Martha Sahagún de Fox.**

De Monterrey a **Andy Benavides, Fer Polín y Charito D'Alessio.**

Además de personalidades de la política como la gobernadora de Guanajuato, **Libia Dennise García Muñoz Ledo**, y la alcaldesa de León, **Alejandra Gutiérrez Campos**, entre otras, han lucido **IANN | DEY.**

*Su estilo se caracteriza por ser: Romántico y sofisticado*

**Con 13 años de experiencia en diseño y confección de Vestidos de Alta Costura.**

NY  
FW  
NEW YORK  
FASHION WEEK



*“Vestidos de novia y de noche a la medida, creados para momentos inolvidables, donde cada silueta cuenta tu historia y cada detalle abraza una emoción.”*

**- IANN | DEY**



NY  
FW  
NEW YORK  
FASHION WEEK



Betty Guajardo

*"Nuestra misión es adaptar las tendencias al estilo único de cada persona que se sienta en nuestras sillas." - Betty*

# ponteguapa

**Belleza que inspira, experiencia que transforma**

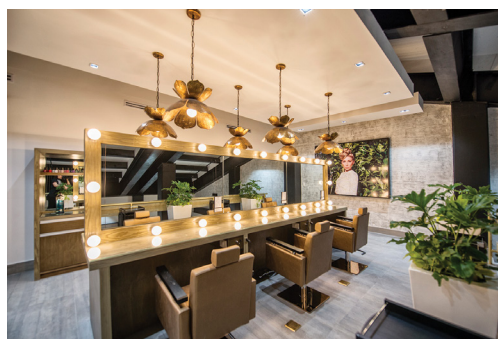
Desde hace más de 16 años, Ponte Guapa ha redefinido la manera en que las mujeres viven la belleza.

Fundada por **Betty Guajardo**, una profesional con más de 20 años de experiencia en la industria, la marca ha crecido hasta convertirse en una empresa de más de **80 colaboradores**, con **4 salones en Monterrey**, un **Training Center** y una **sucursal en Querétaro**.

La filosofía de Ponte Guapa es clara: **resaltar lo mejor de cada persona** con un servicio personalizado, impecable y lleno de calidez. Cada visita es una experiencia, una pausa para consentirte, renovarte y reconectarte contigo misma.

La **visión** de la marca es ser un referente en servicios de belleza en México, distinguiéndose por su atención al detalle, su enfoque en la **formación profesional** de su equipo y su capacidad para innovar en un **mercado tradicional**.

Sus **valores** innovación, profesionalismo, servicialidad y respeto son la base de una cultura que busca crecer, inspirar y dejar huella.



La línea de **cuidado del cabello de Ponte Guapa** nació del deseo de llevar la experiencia del salón a casa.

Formulados con **ingredientes premium provenientes de Israel**, enriquecidos con **minerales y sales del Mar Muerto**, estos productos nutren, reparan e hidratan el cabello desde la raíz hasta las puntas.

Todos los productos son **libres de sulfatos artificiales y parabenos**, y su aroma es simplemente irresistible fresco, elegante y único.

**Línea de Hidratación:** shampoo, conditioner, mascarilla, leave-in, oil y shampoo morado (neutralizante para rubias).

**Línea de Reparación:** shampoo y mascarilla

Además: shampoo de limpieza profunda y leave-in ultra ligero.

Diseñados para todo tipo de cabello, son el complemento perfecto para mantener la salud, el brillo y la suavidad que distinguen el sello *Ponte Guapa*.




Puedes encontrarlos en sucursales  
**Ponte Guapa y tiendas HEB**

# ponteguapa



Visita nuestro  
sitio web



 +52 (81) 1470 8695

# Night *out in* the city

Por. Vero Batiz @verobatiz

**E**l estilo glamuroso para una salida nocturna incluye prendas atrevidas y sofisticadas como tops de lentejuelas, vestidos en tonos vibrantes, animal print, o un jumper chic; combinados con accesorios llamativos y calzado elegante.

Para lograr un look en tendencia, apuesta por telas brillantes y detalles elaborados.



**Jumper al cuerpo, opta por un mono de lentejuelas de una pieza para un efecto espectacular.**

Foto - @jerrypinastudio  
Modelo - @anahigastelum  
Mkp & hair - @ponteguapa

Outfits - @mac\_outlet\_boutique by María Alejandra  
Joyería - @lorenza.mx  
Styling - @verobatiz  
Locación - @hoteles\_safi

Un abrigo de piel sintética sobre un vestido estilo negligé de animal print para mayor calidez y glamour.





**Minivestido con estilo: Elige una minifalda y un top coqueto y combínalo con una chaqueta de mezclilla bomber con detalles únicos, como cortes metálicos, que le aportan un toque de distinción y estilo.**

Brillo y  
resplandor:  
Elige un top y  
una minifalda  
con lentejuelas  
para un conjunto  
alegre y  
deslumbrante.





**Piezas modernas y juveniles:**

**Combina un top con una falda ajustada con tela mesh logrando un toque audaz que se adapta a tu mood.**

Consigue un look glamoroso con un vestido de encaje para un conjunto elegante y moderno. ¡Prepárate para ser el centro de atención en tu próximo evento!



**Elementos clave y accesorios:**

**Accesorios llamativos:** Realza tu look con joyas llamativas y un bolso de mano.

**Calzado:** Elige un calzado que combine estilo y comodidad. Sandalias de tacón, stiletos o botas elegantes son una buena opción.

# Cómo vestir según tu personalidad este invierno

Por: Mariana Arenas @mariana\_arenas

Escoger el look perfecto cada día no debería sentirse como una tarea, sino como una forma de expresión personal. En un mundo donde las tendencias cambian con un clic, la verdadera clave está en re interpretarlas desde tu propio estilo.

Ya sea con tu camisa blanca favorita, un mix & match de estampados o un simple accesorio, cada elección refleja tu esencia. La ropa no solo cubre tu cuerpo: comunica quién eres, cómo te sientes y qué versión de ti quieres mostrarle al mundo cada día.

Este invierno 2025-2026, la moda se adapta a ti. Las prendas hablan de tu energía, tus gustos y tu forma de ver el mundo. Descubre qué están usando las chicas según su personalidad y encuentra el estilo que mejor te representa.

## La Fashionista

Audaz, vibrante y sin miedo a destacar. Ama los colores intensos y los cortes modernos que roban miradas.

Su sello esta temporada: los abrigos de pelo sintético, mezcla perfecta entre calidez y glamour.

Atrévete a jugar con texturas contrastantes para lograr profundidad y sofisticación en cada look.



## La Sensual

Magnética, glamurosa y segura de sí misma.

Esta temporada el vestido de encaje se convierte en su aliado, acompañado de botas altas o tops satinados drapeados.

La sensualidad no necesita exceso, solo sutileza y confianza.



## La Minimalista

Elegancia sin esfuerzo. Prefiere prendas de calidad, cortes limpios y tonos neutros que transmiten serenidad.

Apuesta por la monocromía, los cinturones estructurados y materiales como el satén, el terciopelo o la lana fina.

Su estilo demuestra que menos siempre es más.

**El estilo que revela quién eres**

**Este invierno, más que**

**seguir tendencias, se trata de vestir con propósito.**

**Cada prenda cuenta una historia —la tuya—, y cada look es una oportunidad para expresar**

**lo que sientes, piensas y sueñas.**

**Porque cuando te vistes desde la autenticidad,**

**no solo creas moda: creas identidad.**

## La Romántica

Delicada, soñadora y con alma vintage.

Sus looks parecen salidos de un poema: cuellos con encaje, bucket hat y cardigans tonos tierra.

Sutil, femenina y siempre elegante, representa la belleza de los pequeños detalles.



## La Casual

Práctica, moderna y sin complicaciones.

Prefiere los básicos con actitud: jeans balloon, ballerinas y blazer oversize son su fórmula infalible.

El look denim on denim se convierte en su mejor aliado para lograr comodidad y estilo sin esfuerzo.



## La Clásica

Refinada y estructurada, domina el arte del equilibrio.

Cada prenda está pensada, cada accesorio tiene un propósito.

Esta temporada, los tops estructurados y los cuellos de piel elevan su estilo con elegancia atemporal.



## La Bohemia

Libre, aventurera y naturalmente chic. No sigue reglas, las reinventa.

Apuesta por blusas con volanes, botas cowboy y una chamarra de sude para ese toque viajero que combina libertad y moda.



## La Grunge

Misteriosa e intensa, lleva el estilo rebelde con una actitud inigualable.

El burgundy domina su guardarropa esta temporada, presente en prendas de cuero, terciopelo o mezclilla.

Las botas slouchy son su accesorio clave: cómodas, versátiles y con carácter.

# Willy Chavarría: Paladín *de la* moda protestante

Por. Alejandro Acevedo Valenzuela

Si Hummel, Ralph Lauren, Adidas o K-Swiss buscan las colaboraciones de Willy Chavarría es por la originalidad de sus prendas que en pasarelas y eventos internacionales lucen con garbo sus modelos: JBalvin, Ozuna, Omar Apollo, Maluma, Kendrick Lamar, Becky G, Joey BadA\$\$...

## Currículum

Y contar con dichos embajadores de súper lujo es la consecuencia lógica de años y años de trabajo arduo y brillante.

Al tiempo que este californiano de 58 años consolidaba su marca homónima ("WILLY CHAVARRIA"), también fungía como vicepresidente sénior en Calvin Klein; allí estuvo hasta 2024.

También confundo y dirige Palmer Trading Company, una marca neoyorquina de ropa masculina que se vende en tiendas insignia.

## Pasarela Internacional

Willy Chavarría también ha participado en el Superbowl, la Semana de la Moda (Nueva York, París.) la Gala del Met.

En París 2025, por ejemplo, fue uno de los más celebrados diseñadores. Junto a los de Louis Vuitton o Dolce & Gabbana, su nombre brilló en las páginas de la prestigiosa revista Numéro, así como en otros influyentes medios europeos.



## EN EL OJO DEL HURACÁN

Hace un par de años, Willy, asociado con Adidas, creó los Oaxaca Slip On. Unos zapatos deportivos inspirados en los mexicanísimos huaraches.

¡Se le armó! Hasta Claudia Sheinbaum, presidenta de México, le reclamó la osadía. ¡Apropiación! ¡Exclusión!

Mayra Peralta de la revista MITU nos hace una elocuente pregunta: "¿Tributo cultural o gentrificación de la Moda?".

Willy, eres nuestro ídolo, pero, por favor, no lo vuelvas a hacer.



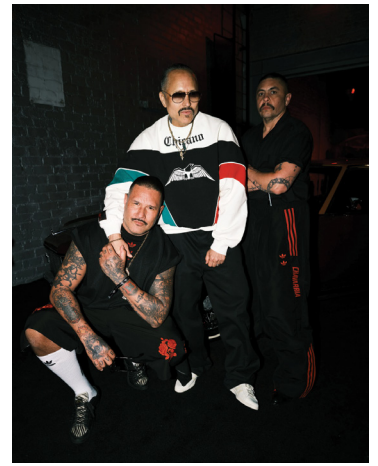
## Street Fashion

Terciopelo, peluche, cuero, metal, perneras anchas, calcetines que se estiran hasta la rodilla... Sus outfits son homenaje a la moda que se hace en la calle.

Sus reinventiones y variaciones al zoot suit de los pachucos, al vestuario de los cholos, nuestro "chúntaro style", así como los uniformes de los trabajadores migrantes que se llegan en el sur de los Estados Unidos; todos reivindican su pasado y su presente chicanos.

### OPINIÓN AUTORIZADA

*"Chavarría es un creativo inteligente y cosmopolita que sabe cómo ser inclusivo y, al mismo tiempo, forjar su propio modus operandi", Nick Remsen (Vogue).*



## Honor a Quien Honor...

Por dos años consecutivos, Chavarría ha ganado el CFDA (2023 y 2024) acaparando la atención mediática. Y en Francia (durante la Semana de la Moda de París, 2025) Willy Chavarría devino tendencia inspiradora.

## Moda Guerrera

Uno de los atractivos que caracterizan los shows de Willy es el ingrediente social que les imprime. Con Willy Chavarría, la exigencia de justicia laboral y la denuncia de los abusos que se cometen contra los seres marginados se visten de gala. Se ponen corbata. Se enfundan un short. Se forran de terciopelo rosa...

Su colección "América" (SS2025) estuvo dedicada a la fuerza trabajadora latina de Los Estados Unidos. En el desfile "América" se vieron sudaderas con leyendas como "lechuga" y "sandía" en alusión a los productos que cosechan nuestros hermanos migrantes.

En el desfile de esta colección SS2025, Willy se hizo acompañar por el grupo Yahritza y su Esencia que interpretó "Querida" de Juan Gabriel. Los modelos que allí desfilaron representaron al personal latino que realiza labores de limpieza, a los plomeros y jardineros, a los roofers... En el show "América" se vieron prendas estampadas con las siglas "USA" al revés que como alguien bien señaló fue "Una forma muy inteligente de mostrar su descontento con la situación actual que se vive en el país natal de Chavarría: USA."

Su show parisino (2025) inició con 35 hombres latinos arrodillados en alusión al inhumano sistema carcelario de Bukele y del ICE, que, dicho sea de paso, han tomado medidas que están dando más problemas que soluciones.

## The Willy Hour

2022. Premio Nacional de Diseño Cooper Hewitt.

2023 y 2024. Diseñador del Año del CFDA (Council of Fashion Designers of America).

2025. La revista Time incluyó a Willy Chavarría en la lista de las 100 personas más influyentes del mundo.



### CHICO DE PORTADA

Willy Chavarría y sus creaciones han sido portada de las principales revistas de moda: Vogue, Numéro, Dazed, Flaunt...

**¿Entendemos ahora por qué se dice que Willy Chavarría está en el top mundial de los diseñadores de moda?**

**Sí. Lo entendemos. Y también comprendemos ahora por qué Willy Chavarría es reclamado en los principales eventos internacionales de la más alta costura.**

# *El look* **IDEAL** *para las* **fiestas**

Por. Eduardo Luna - @lalouluna

En esta edición te ayudaremos a crear looks elegantes y prácticos para las múltiples celebraciones de la temporada. Podrás lucir chic y cómodo de una manera acertada.

Las tonalidades de esta temporada son elegantes y llamativas, optemos por prendas como trajes y para looks más casuales blazer o suéter.



La combinación de camisa blanca y pantalón negro es idónea, podemos utilizar accesorios llamativos como lo es una corbata en color guinda ideal para atmósfera festiva que estará presente en el ambiente.



El suéter de cuello de tortuga en diferentes tonalidades es una prenda muy elegante en combinación con un pantalón de corte chino y mocasines, los colores que más favorecen son el azul marino, beige y guinda.



Para la cena de año nuevo recomendamos un look que aporte elegancia y protagonismo ya que la fecha lo amerita. Esta temporada hay gran variedad de opciones en ropa formal con estilo distinto a lo acostumbrado para el diario. Es válido arriesgarnos a utilizar piezas más llamativas en estos días debido a que son fechas para celebrar.



Camisas estampadas, sacos satinados y ropa con algunos destellos brillantes será la pieza clave para obtener el look deseado, zapatos de charol y botas serán nuestros mejores aliados para las cenas y fiestas.



Con estos consejos tu look será un éxito seguro en cualquier evento de esta temporada.

*sin reglas en la moda*

## D U A L I P A

Por. **Liz Sanjuanero**  
 IG. @lizsanjuaneroherrera

Tras su exitosa gira mundial **Radical Optimism**, la británica debuta como empresaria al lanzar su propia línea de cuidado de la piel **DUA** en colaboración con **Augustinus Bader**, convirtiéndose en la persona menor de 30 años más rica del Reino Unido.

En tan poco tiempo, la cantante y compositora inglesa de origen albaniano-kosovar, ha logrado consolidarse como una de las intérpretes favoritas más talentosas e influyentes en la música pop y es difícil olvidar cuando apenas iniciaba su carrera subiendo covers a **YouTube**, lo que ayudó para firmar su primer contrato con **Warner Music Group** en el 2015.

Con el paso de los años su éxito siguió, a tal grado de recibir múltiples premios, incluidos varios Grammy y premios Brit.

Este año cierra su gira **Radical Optimism** en México y ha sorprendido a sus fans al cantar en español y tener invitados especiales en el escenario como: **Gwen Stefani**, **Lenny Kravitz**, **Jamiroquai**, entre otros.

Además de contar con los mejores músicos en su banda musical, desde sus inicios ha venido acompañada por la moda, distinguiéndose no tener reglas para vestir, pero sí elegancia y extravagancia. Pero, ¿cómo se podría describir el estilo de Dua Lipa? Simplemente "audaz" por mezclar moda retro, influencias de los 90, y elementos modernos de alta costura, además de combinar lo casual con lo elegante con texturas llamativas como: transparencias, lentejuelas, piel, peluche, con una paleta de colores que incluyen: el negro, rojo y tonos metálicos. Y no sólo eso, también ha mezclado bikinis con ropa formal, diseños con cut-outs y lentejuelas durante el día, rindiendo así homenaje a diseñadores icónicos con piezas de archivo.



Y como la suerte está a su favor, gracias a su belleza y sensualidad inigualable, ha sido embajadora internacional de fragancias de **Yves Saint Laurent (YSL) Beauty** para la línea "Libre" desde su lanzamiento original en el 2019, y ha continuado protagonizando las campañas publicitarias para las diferentes versiones y lanzamientos relacionados en los años posteriores, incluyendo el actual.

Además, está conquistando nuevos horizontes por haber lanzado en Noviembre, su primera línea de cuidado de la piel llamada "**Dua**", en colaboración con el prestigioso científico **Augustinus Bader**, conocido por su revolucionaria tecnología de regeneración celular, que ofrece una rutina minimalista con tres productos esenciales, que condensan ciencia, practicidad y un toque moderno fiel al estilo de la cantante.

Actualmente, la intérprete de "**Levitating**" vive uno de los mejores momentos a nivel profesional y personal, ya que además de ser emprendedora, es una mujer plena, feliz y enamorada del actor británico **Callum Turner**, con quien desde enero del 2024 comenzó su relación y con quien está comprometida desde junio de este año, por lo que probablemente en los próximos años, además de lograr éxitos musicales, podría llegar al altar.

STYLE  
 ICON

# Tips para canalizar el estilo de DUA LIPA

## Hair Arrangement

Actualmente luce una melena extralarga negra, cuyo estilo marca un regreso a lo esencial, después de que por años ha experimentado con diversos tonos y cortes. Su imagen transmite madurez y estabilidad, un contraste con la explosividad de sus looks anteriores.



## Skincare

A diferencia de otras celebridades que lanzan decenas de productos, **DUA by AB** se enfoca en la simplicidad. Ella se aplica sus propios productos a base de tres básicos esenciales para mantener la piel equilibrada y luminosa con: un limpiador, un suero y crema hidratante, lo que le ha ayudado a lucir un rostro sin impurezas.

## Makeup

Su maquillaje es su sello personal, a veces lleva sombras brillantes en los párpados, poco rímel, rubor bronceado luminoso y en ocasiones se arriesga con un ahumado intenso. Respecto al labial que le ayuda a destacar en cualquier ocasión es el **YSL Loveshine**.

## Outfits

Su estilo se caracteriza por la combinación inteligente de las piezas clásicas con las tendencias actuales, logrando looks sofisticados y urbanos. La sobriedad de los estilismos la rompe a través del color y los accesorios, con la selección de prendas de tonos más llamativos, el uso de gafas, bolsos grandes y pequeños.



# Brillo, lentejuelas y estilo navideño

Por. Vero Batiz - @verobatiz

Un código de vestimenta festivo es un estilo alegre y refinado, más expresivo que un atuendo de cóctel, que incorpora colores de temporada, texturas ricas y brillo para eventos especiales.

Esto puede incluir un vestido de lentejuelas, un traje de dos piezas o un vestido dorado con accesorios llamativos.

Y, por supuesto, un vestido negro siempre es sinónimo de elegancia pura.

Consejo de estilo: apuesta por joyas extragrandes para un look deslumbrante, glamoroso e inolvidable.



Fotografía y retoque - Nigorette

Maquillaje y peinado - Annie Martínez

Modelo - Abbie

Styling - Kenia Catalán

Outfits - @ivonnefashion - ivonne.com

Joyería - @ghelguera







# De Artista a Mentora: El impacto de María Alejandra en la Formación de Maquillistas en México

Fotografía: @sergio.gtza

Desde Monterrey, la maquillista y mentora María Alejandra está redefiniendo los estándares de formación en belleza y construyendo un modelo educativo que empodera, transforma y eleva a una nueva generación de artistas del maquillaje en México.

“Trabajo para que el maquillaje deje de ser un oficio aprendido en silencio y se convierta en una profesión respetada.”

**¿Cuándo descubriste que el maquillaje debía convertirse en una profesión formal?**

MA: Cuando mis alumnas buscaban vivir de esto, pero no encontraban educación estructurada. Vi una industria llena de talento, pero sin un sistema académico que la sostuviera. Ahí y en la práctica entendí que merecía reconocimiento profesional.

**¿Que falta en la industria para avanzar hacia un modelo educativo más serio?**

MA: Estandarización y rigor académico. No solo somos artistas, necesitamos educación formal y certificaciones reales que reflejen esa complejidad.

**¿Cómo ha sido transformar un oficio aprendido en silencio en una disciplina con metodología?**

MA: Desafiante y hermoso. Implica cuestionar y ordenar todo. Convertir el arte en programas claros y enseñar con intención. Cada manual que hago y cada curso me confirman que este camino sí es necesario.

**¿Que papel juegan tus alumnas en este proceso de profesionalización?**

MA: Son el motor. Sus historias, sus dudas y sus sueños me enseñan el camino hacia dónde debe ir la educación en belleza. Cada generación me confirma que los y las nuevas maquillistas quieren más: quieren estructura, reconocimiento, oportunidades reales.

“Mi vocación es clara: trabajar y formar con intención.”

María Alejandra  
@mariaalejandramakeupartist

**Al convertirte en mentora, ¿no sientes que enseñar puede alejarte del arte de maquillar? ¿Cómo conservas tu técnica tan característica mientras la compartes con otros artistas?**

MA: La verdad, enseñar no me aleja de mi arte... me conecta más con él. Cuando explico mi técnica, la refino. Cuando la veo en manos de mis alumnas, la entiendo mejor. Mi forma de maquillar sigue siendo mía, al compartirla se vuelve más sólida. Enseñar me obliga a evolucionar.

**MA Studio & Academy es conocido por formar talento con muy buena reputación. ¿Que significa eso para ti?**

MA: Me llena de orgullo. Son un reflejo de la filosofía con la que trabajamos: técnica, disciplina y respeto por el oficio.

**¿Qué papel juega Glam Squad x MA en impulsar a las alumnas más destacadas?**

Glam Squad x MA es una puerta. La oportunidad para que las alumnas sobresalientes trabajen, se fogueen y crezcan sus proyectos reales. Es el puente entre la escuela y la industria.

**Trajiste a Priscilla Ono y ahora traerás a Scott Barnes a México, ¿Qué representan estas masterclasses para la educación de belleza?**

MA: Para mi son un acto de coherencia con mi visión, si quiero profesionalizar el maquillaje, debo traer a quienes han elevado el estándar global. Es inspirador ver a mis alumnas aprendiendo de quien yo misma admiro. Les demuestra que sus carreras pueden llegar tan lejos como ellas quieran.





*Eternity*<sup>®</sup>  
Diamonds  
*Amor en cada faceta*

[www.eternitydiamonds.com.mx](http://www.eternitydiamonds.com.mx)

# Las tendencias *de* maquillaje más importantes *del* invierno *de* gran impacto

Por. Vero Batiz - @verobatiz

**S**i estás leyendo esto, lo más probable es que tengas planes para salir y quieres lograr un maquillaje y peinado increíbles.

Sea cual sea la ocasión, estamos aquí para ayudarte con un poco de inspiración de belleza.

Aquí te compartimos 4 bellos looks para las fiestas así que comienza a planificar una temporada de momentos mágicos y looks divinos.

Foto - @jerrypinastudio

Modelo - @Vladislava.Mikhailovskaiia

Maquillaje - @mariaalejandramakeupartist

Maquillaje Peinado - @ma\_studioacademy

Joyería - @eternitydiamonds

Outfits - @mac\_outlet\_boutique by María Alejandra

Styling - @verobatiz



Un look de soft glam clásico: ojos en tonos nude cálidos con la paleta de "Makeup by Mario", delineado negro preciso con el "Perfect Strokes Matte Liquid Liner" de Rare Beauty, y labios intensos en rojo con el labial No. 4 de MA.

Un estilo elegante, pulido y atemporal que realza la belleza natural con un toque de fuerza y sofisticación.



Labios en un profundo tono ciruela – labial tono 8 de la línea “MA” – combinados con un delineado dramáticamente oscuro con RareBeauty. Para los ojos, usé una paleta de sombras en tonos café de Natasha Denona, que aportan profundidad y elegancia. El resultado: un maquillaje sofisticado, ideal para noches frías, con un aire misterioso y femenino.





**Smoky Elegance:** mirada intensa y sofisticada – sombras profundas en tonos tierra fundiéndose hacia el final del ojo, delineado oscuro y labios en Peachy Nude sutil. Un rubor durazno suave en mejillas aporta un toque de sofisticación y elegancia. Perfecto para noches sofisticadas, este look fusiona fuerza, feminidad y elegancia en cada trazo.



**Winter Glow:** en medio del frío, el arte está en brillar suave — rostro escultural con contornos cálidos gracias al Sculpting & Contour de Scott Barnes, labios vibrantes con el Morange de MAC y un rubor sutil para elevar el glow. Este maquillaje demuestra que incluso en invierno podemos lucir bronceadas, radiantes y frescas.



# ENRIQUE CEDILLO:

## Maestro del Rostro

**H**oy en día cuando escuchamos el nombre del Dr. Enrique Cedillo, solamente podemos pensar en una cosa: Juventud. Y es que Enrique Javier Cedillo Alemán, cirujano plástico certificado, le ha dado una vuelta total a los estándares, formas y resultados de lo que una buena cirugía facial puede hacer en cada persona.

Estamos siempre en constante búsqueda de la perfección, y eso ha llevado a que muchísimos cirujanos hagan una especie de "plantilla" sobre cómo debe lucir un rostro rejuvenecido. No con el **Dr. Cedillo. Enrique Cedillo**, o como ya lo han nombrado hace un par de años "**Dr. Face**" sus mismas pacientes, se concentra en cada individuo de manera personal, entendiendo de donde y el por qué de su envejecimiento, ya sea por propia edad o por envejecimiento prematuro, que hoy en día por diferentes factores está sucediendo de manera más constante. Así es como Dr. Face (que ya es marca registrada) aborda a cada uno de sus pacientes de manera única, dando por supuesto resultados singulares, satisfactorios y casi imperceptibles.

Para el **Dr. Cedillo** la importancia no es el devolver los años que ya pasaron a sus pacientes, sino conservar de manera óptima la armonización facial y la naturalidad del rostro, sin continuar con esa "fábrica" de caras que pareciesen casi iguales.

*"A lo largo de mi trayectoria en la cirugía facial, he comprendido que cada rostro cuenta una historia; una historia que debe respetarse, y a partir de ahí hacer una mejora considerable en la que el*



*paciente siga sintiéndose él mismo pero con ese plus de rejuvenecimiento. Estamos hablando de una cara con más frescura, donde los signos tan visibles del envejecimiento queden atrás, una cara que puede lograr hasta 15 o 20 años menos, si se somete al procedimiento adecuado y por supuesto depositando la confianza en mí; yo tengo el compromiso de siempre buscar y dar el equilibrio y el mejor resultado para cada uno de mis pacientes".*

Entre los procedimientos en el que el **Dr. Enrique Cedillo** se destaca no sólo a nivel nacional sino global, está el famoso **Dr. Face Lift**, un lifting de cara que quita la flacidez, el exceso de piel o tejido y las pacientes se refieren a el como un procedimiento casi milagroso por su casi indolora recuperación y rápida recuperación.

*"Mis pacientes no pertenecen a un rango de edad determinada, vienen desde los 27 años hasta arriba de 70 años. Y cada una busca algo diferente por como lo he dicho, cada una presenta este envejecimiento por diferentes factores, pérdida masiva de peso, pérdida de volumen facial, exposición solar durante varios años, o simplemente el paso del tiempo. Dependiendo de lo que yo observé en ellas y sobretudo las*

*expectativas que ellas tengan, se hace un plan quirúrgico, siempre basado en resultados reales y alcanzables, que van desde un levantamiento de cejas, blefaroplastia, a un lifting facial sólo o combinado con lifting de cuello.*

*Mi compromiso es siempre dejar a mis pacientes luciendo un rostro que de acuerdo a su edad, rasgos faciales, etc. será sin lugar a duda su mejor versión".*

Por último es preciso destacar, que el **Dr. Enrique Cedillo**, lleva más de 23 años en el campo de la medicina, de estos, entregándose por completo por más de 12 años a entender, estudiar, y mejorar la cirugía plástica facial.

No es por menos que **Dr. Face** es constantemente invitado a dar plásticas desde aquí en su natal Monterrey, la Ciudad de México, hasta Colombia, España y Egipto, donde centenares de doctores quedan sorprendidos y admiran la tenacidad, la pasión y la entrega de este cirujano por continuar con la excelencia en la cirugía plástica facial.

Hospital Ángeles Valle Oriente  
Piso 12 / Consultorio 1203  
Citas: 813 400 5511



TU PIEL MERECE  
UN NUEVO COMIENZO

# SKINCURE

AGING SCIENCE

PLAZA RUFINO - LOCAL 106  
PLANTA BAJA - SPGG  
**TEL. 81 4006 3777**

# The Routine

## Yoga Facial

En **The Routine**, nuestra filosofía se centra en el Well Aging. Mediante técnicas especializadas de yoga facial y pilates, trabajamos los músculos de la cara, apoyándonos de equipos de última generación (no invasivos) que ayudan a devolverte la firmeza y la tonicidad del rostro, favoreciendo la síntesis de colágeno y elastina para prevenir el envejecimiento de manera efectiva.

Gracias a estas técnicas, se logra un profundo drenaje linfático facial, activando la circulación y eliminando toxinas de manera natural, lo que evita la retención de líquidos y favorece el estado general de la piel. Nuestros equipos ayudan a tonificar, esculpir y desvanecer líneas de expresión, creando un efecto lifting y permitiendo llegar a capas más profundas de la piel.

Para complementar nuestros workouts, tenemos una selección de marcas de lujo que potencian tus resultados. Somos los únicos distribuidores en México de Troiareuke y contamos con la exclusiva línea de Omorovicza. Todos nuestros productos son eco-friendly, veganos y libres de químicos innecesarios, hechos a base de extractos de plantas para lograr una nutrición profunda y desintoxicación de la piel.



Distintos estudios elaborados por universidades de prestigio han comprobado que el cuidado de la piel y el constante estímulo de los 40+ músculos de la misma, no solo previenen la flacidez, sino que ayudan a prolongar el proceso de envejecimiento, manteniendo una apariencia más juvenil y saludable a largo plazo.

**¡Evolucionamos Contigo! Nuevo estudio en Halo Tower.**

Nos emociona anunciar que nos cambiamos a Halo Tower. Este crecimiento es para ofrecerte una mejor experiencia en un estudio más amplio y moderno.

# The Routine



**MTY Halo Tower**

**Tel: 81 3121 7727**

Rio de La Plata #125 Col. Del Valle,  
SPGG, N.L. C.P. 66220 Local 8

**MTY Distrito Armida**

**Tel: 81 3556 0077**

Av. Lázaro Cárdenas #303, L124 Corporativo  
Proser, SPGG, N. L. C.P.: 66260

**CDMX**

**Tel: 55 4798 1837**

Goldsmith #27, Polanco III  
Mexico City, Mexico

**Instagram: @theroutine.mx Tiktok: theroutinemx**

EN EXCLUSIVA

# Yael Sandler

**Fashion Icon**

*Influyendo en la cultura de la moda*

Por. **Verónica Batiz**

IG. @verobatiz

CEO/Socia fundadora - Directora Editorial

**Yael Sandler** es un nombre muy conocido en el mundo fashion de México y su bellísimo rostro: inconfundible.

Cómo suele suceder en estos casos con una belleza que intimida, muchas veces los seguidores piensan que ella es creída o sangrona como ella me platicó, pero la conozco desde hace muchos años y puedo decirles que nada está más alejado de la realidad.

Pocas personas he conocido con el espíritu de ayudar a los demás tan abiertamente y con tanta entrega. **Yael es un amor de ser humano y una mujer en toda la extensión de la palabra.**

**Bella por dentro y por fuera y poseedora de un gran corazón, es humilde y sencilla, talentosa y sumado a esto es una gran madre y esposa.**

Estoy muy orgullosa de ella pues cada vez logra más reconocimiento como embajadora de top marcas nacionales e internacionales y recientemente fue galardonada por el Salón de la Fama al premio otorgado a los 100 hombres y mujeres más destacados de México donde recibió el premio nacional de la mujer por su destacada carrera profesional como embajadora de marcas y conductora.

Conozcan más acerca de Yael en esta entrevista exclusiva para **In Trend Magazine**.

**Foto** - Ro.machado\_

**Mkp** - jordi\_80

**Hair** - mily\_p\_c

**Styling** - @paty\_arizpe y @yael\_sandler

**Outfits** - @steponfashion - @carlospinedamx

@stevanvalencia.co

**Yael's Closet** - @delaostia.com.ar

**Coordinación** - @verobatiz para @intrendmagazine

Total Look - Carlos Pineda



**IT- Yael, ¿cuál es tu nombre completo y dónde naciste?**

Yael Sandler Fascovich y nací en Monterrey, Nuevo León.

**IT- Cuéntanos de tu familia de origen.**

Mis padres nacieron en Monterrey. Mis abuelos maternos son de Polonia y los de mi padre de Lituania. Tengo 2 hermanas.

**IT- ¿Que estudiaste y dónde?**

Empecé a estudiar ciencias de la comunicación en el Tec de Monterrey pero luego me fui a vivir a Los Ángeles y ahí estudié en UCLA. Terminé mis estudios en CDMX en la Universidad Anahuac del Norte.

**IT- ¿Cómo iniciaste tu carrera en el mundo del espectáculo?**

Mi carrera artística inició cuando un amigo me invitó a la graduación de la prepa Tec y ahí me invitaron a posar para unas fotos para un desfile de beneficencia en el Club La Havana.

Ahí surgió mi primera portada en El Norte.

**IT- ¿Cómo conociste a tu esposo y cómo describes tu matrimonio?**

Nos conocimos en un club de la comunidad judía al que pertenecemos. Recuerdo entrar y nos volteamos a ver a lo lejos. Pasaron dos años hasta que nos volvimos a ver y desde ahí ya no nos separáramos.

Mi matrimonio es una relación basada en el respeto. Nos apoyamos siempre y cuidamos mucho el no irnos a dormir enojados.

Lo hemos trabajado mucho con el paso de los años y siempre cuando surge algún problema dialogamos y sacamos adelante las situaciones.

**IT- ¿Fue difícil para ti mudarte a vivir a CDMX?**

No porque la gente me recibió hermoso.

Ha sido un lugar donde he encontrado una estabilidad porque para mi trabajo era el lugar ideal y he conocido a muchas personas. Después, cuando me casé con Daniel hicimos un grupo de parejas increíble.

La verdad CDMX es una ciudad que ofrece todo.

Siempre están pasando cosas y estoy muy contenta con la vida que llevo ahí.

**IT- ¿Qué retos has enfrentado en tu carrera?**

Uno fue el que yo no empecé con redes sociales entonces tuve que acoplarme a este nuevo mundo. No sabía que esta era la nueva forma de monetizar y tuve que empezar y aprender a manejar las redes.

Otra cosa es que a veces la gente no entiende este trabajo. Crean que es superficial y que no tiene valor. Hay amigas que no están en este medio que me dicen por ejemplo: sube las pañaleras de mi negocio, por decir, y resulta que tu trabajo de difundir cosas en redes no es gratis, y si les cobras se enojan.

Pero creo que cada vez me pasa menos y la gente poco a poco está entendiendo este trabajo.

**“ Lo principal que he hecho para construir mi carrera es nunca sentirme presionada, dejarme llevar con las oportunidades de la vida y ser fiel an mis principios y valores.”**

Otro reto fue al convertirme en mamá porque me empezaron a buscar muchísimas marcas de bebé y realmente no era lo mío, pero lo hice y me fue muy bien económicamente.

Pero a mí lo que me gusta es la moda, entonces tuve que definir quién soy yo y no quiero perder mi esencia por haber sido mamá, sino hacerme más poderosa por serlo. No hay nada más femenino o en el mundo que ser madre así que creo que logré un balance padrísimo y sigo trabajando todos los días.

**IT- ¿Quienes son tus mejores amigas y por qué tienen ese gran distinción en tu vida?**

Tengo muy buenas amigas y es difícil definir a una.

Tengo grandes amigas en mi medio de trabajo pero también amigas de la universidad y en pareja también.

Todas ellas tienen esa distinción porque han estado conmigo en las buenas y en las malas y puedo confiar en ellas. Cuando estoy triste siempre me sacan una sonrisa.

**IT- Este año has cosechado grandes logros en tu carrera, en marzo fuiste nombrada y galardonada por el Salón de la Fama al premio otorgado a los 100 hombres y mujeres más destacados de México donde recibiste el premio nacional de la mujer por tu destacada carrera profesional como embajadora de marcas y conductora. Y en noviembre fuiste invitada por el Senado de la República para hablar ante cientos de mujeres sobre el poder de la mujer y la independencia económica. Platícanos de ambas experiencias.**

2025 ha sido muy importante para mí.

Fue increíble cuando me nombraron para las 100 hombres y mujeres más destacados de México. Fue un honor.

También ahora que fui invitada al Senado de la República, me encantó poder hablar entre las 100 mujeres más empoderadas de México.

Fue un gran reto porque creo que no es lo mismo cuando he dado pláticas en universidades con estudiantes a hablar con personas profesionistas.

Total Look - Stevan Valencia



Total Look - Stevan Valencia



Creo que salí adelante y que a los asistentes les gustó.

### **IT- ¿Qué has hecho para construir tu carrera?**

Ahorita en mi carrera soy embajadora de muchas marcas importantes lo cual siempre soñé lograrlo, ¡y ahora es realidad!

Estoy muy contenta.

Han sido experiencias padrísimas.

Creo que lo principal que he hecho para construir mi carrera es nunca sentirme presionada, dejarme llevar con las oportunidades de la vida. También siempre ser fiel a mis principios y valores.

Es muy fácil decirlo pero es común que te propongan cosas muy llamativas pero que no van contigo y pensar que en este momento suena increíble pero que a largo plazo no es la imagen que quieres representar en tu vida.

Creo que eso es lo primordial para mí: tener mis bases bien puestas para así seguir construyendo.

### **IT- ¿Qué retos enfrentaste al inicio y qué te impulsó a seguir adelante?**

Uno de los retos más grandes que enfrenté al inicio fue cuando me fui a vivir a Los Ángeles después de salir en la serie **Glam Girls**. Con esa experiencia de actuar en la serie me empezó a gustar la actuación, pero esa serie fue algo muy cuidado en un ambiente muy protegido en mi ciudad, y yo creí que así era el medio artístico en general. Cuando entré a **Stella Adler**, la escuela de actuación donde estudió **Salma Hayek** entre muchos artistas más, ahí me dijeron que me tenía que besar con otros actores y recuerdo que salí llorando y me dije a mi misma que solo era actuación. Se que es un trabajo y lo respeto muchísimo y a todas las actrices, pero era algo que no pude hacer. No pude separar la actuación de mi vida real. Me cayó de perlas esta nueva



**Total Look - Delaostia**

faceta de influencer, de ser creadora de contenido y pude balancear perfecto mi vida.

**IT- En México eres icono de belleza, y reconocida como fashion icon indiscutiblemente. ¿Qué responsabilidad conlleva toda la atención puesta sobre tí?**

Gracias por los elogios al decir que soy fashion icon. Si lleva mucha responsabilidad, pero creo que cada vez por lo menos el qué dirán me importa menos.

Si hay críticas negativas veo de parte de quien son, a veces vienen de cuentas falsas con cero followers y no me quita el sueño.

Lo más importante es saber quien eres y que estás haciendo las cosas correctamente.

Ya lo demás sobra.

Ahora que soy mamá para mí es aún más importante tener una imagen positiva y demostrar que este medio no está peleado con ser una buena persona con valores. No todo es superficial, sino al contrario, puedo mostrarle al mundo que esta carrera va más allá de la belleza física y que también el interior es importante.

**IT- Platícanos de las marcas para las cuales eres brand ambassador. ¿Cómo eliges a quienes representar? porque me imagino que a diario te llueven propuestas.**

Si es difícil escoger las marcas. Es uno de mis grandes dilemas porque muchas veces te hablan tres marcas de ejercicio, cinco marcas de otro giro, y tienes que elegir lo que es mejor para ti y no necesariamente económicamente hablando. No siempre elijo la que me paga más, sino la que más me deja a mí como persona y como ser humano y la marca que me gusta.

Es seleccionar y hacer un trabajo con los PR y ver que me conviene a mí.

**IT- ¿Has tenido propuestas para trabajar en Estados Unidos, en Hollywood.**

Si he tenido propuestas para trabajar en Estados Unidos, de hecho ahorita la siguiente semana tengo una propuesta de una marca que amo. En Hollywood ya estuve en **E Entertainment Television**, y cuando la cosa se puso más seria con ofertas de hacer algo en televisión y había pasado a la siguiente etapa del casting, fue cuando decidí que no quería esa vida para mí y me vine a Ciudad de México.

**IT- ¿Cómo es tu día a día?**

¡Mi día a día! ¡Uf!

Por ejemplo octubre y noviembre han sido meses de locura donde literal me levanto de la cama a las 5:30 am, le doy de desayunar a mis hijos, los mando a la escuela y me voy corriendo a trabajar, asistir a eventos, y crear contenido. Luego llegan mis hijos estoy con ellos en la tarde, luego los duermo y me voy corriendo a más compromisos de trabajo. De verdad no descanso. Estos meses son así, y se que también me tengo que dar unos breaks, pero bueno ahorita son meses fuertes y en enero viene un poquito más relajado.

Soy súper trabajadora y le echo todos los kilos.





“**Mi lema de vida es que teniendo balance lo tienes todo. *Mi prioridad cien por ciento es ser madre y ser esposa aunque mi carrera me da muchísima felicidad. Por eso sigo adelante y se que mis hijos estarán orgullosos de mi en el futuro.***”

**IT- ¿Cómo balanceas tu rol de esposa y madre y tu carrera?**

Me encanta esta pregunta de cómo balanceo mis roles de esposa y madre con mi carrera porque en verdad mi lema de vida es que teniendo balance lo tienes todo.

Claro que hay días como madre, que si tengo que ausentarme unos días por algo de trabajo siento culpabilidad, pero siempre organizo todo muy bien con mi esposo (si no viene el conmigo), y con las abuelas. Que no le falte cariño y atención a mis hijos.

Es un trabajo de todos los días y trato de cada semana hacer un calendario donde no falte el tiempo que le quiero dedicar a cada persona de mi vida y a mi carrera. Mi prioridad cien por ciento es ser madre y ser esposa aunque mi carrera me da muchísima felicidad. Por eso sigo adelante y se que mis hijos estarán orgullosos de mi en el futuro.

**IT- Cuéntanos acerca de tu alimentación, y menciona lo que jamás comes y lo que siempre está presente en tu dieta.**

Yo era una persona que no me cuidaba nada y era súper flaquita, hasta que me embarcé de mi segunda hija y entonces el doctor me puso límites porque me dio diabetes gestacional en el embarazo.

Aprendí a comer bien para cuidar a mi bebita y después de eso me quedé siendo una persona fit y me cambió la vida para bien. Deje de ser ansiosa y empecé a hacer deporte, ha sido un cambio padrísimo.

Siempre desayuno y hago cinco comidas diarias. No me funciona el ayuno intermitente. Jamás como azúcar refinada.

**“Las enseñanzas más importantes que he recibido de mis padres han sido el saber dar amor, y saber recibir amor. *El tener valores y principios, ser educada y nunca perder el piso. Siempre estar aterrizada porque la vida da muchas vueltas.*”**

**IT- ¿Cómo te describes a ti misma?**

Soy una persona muy sensible, muy empática. Me preocupo mucho por las emociones de los demás. Incluso si alguien me hace daño pienso que tal vez esa persona está pasando por algo y por eso lo hicieron. Claro que he trabajado mucho en el poner límites porque por más mal que alguien la esté pasando también tenemos que cuidarnos a nosotros mismos y creo que eso me ha ayudado mucho en esta etapa de mi vida. Considero que soy una mamá súper amorosa y mi esposo es demasiado importante en mi vida y trato de trabajar todos los días en mi relación porque como dicen: nunca debes dar nada por hecho.

Soy una buena hija y hermana. Soy súper familiar y somos muy unidos. Soy una persona alegre, y como dicen mis amigas, a veces soy chistosa y poquito rara. A veces la gente cree que soy sangrona pero para nada lo soy.

Soy ocurrente y me considero muy afortunada porque tengo muy buenas amigas.

**IT- ¿En qué ha cambiado la Yael de hoy a la que fuiste en tu adolescencia?**

En lo que más he cambiado es que definitivamente ya no me importan las críticas ni el que dirán y me siento mucho más en paz, más plena, mucho más trabajada. Era algo ansiosa en la adolescencia y ahora con terapia y mucho esfuerzo creo que soy una persona mucho más aliviada y relajada también como mamá.

---

**IT- ¿Cuales han sido las enseñanzas más importantes que has recibido de tus padres?**

El saber dar amor, y saber recibir amor. El tener valores y principios. El ser educada y nunca perder el piso. Siempre estar aterrizada porque la vida da muchas vueltas .

**IT- ¿A quienes admiras y por qué?**

Definitivamente las personas que más admiro son mis papás. Son un gran ejemplo para mí de matrimonio, de respeto y de cómo han llevado sus vidas.

**IT- ¿Que planes tienes en puerta?**

Tengo varios planes en puerta pero como dicen: ¡no hay que decirlos porque se sala!

Pero vienen cosas muy padres de moda y en otras áreas de mi vida que ya lo verán .

**IT- ¿Que metas tienes a futuro?**

Seguir trabajando, no rendirme nunca. Ser una mujer independiente, una buena madre. Seguir con mi esposo muchos años más con salud.

Me veo dando pláticas. Tengo mi canal como conductora en youtube y en pop visión que es un canal llamado “De compras con Yael”, seguir por esa rama, no solo como embajadora de marcas.

**IT- ¿Cómo percibes la felicidad?**

La felicidad para mí no es un lugar al que llegas sino que eliges mirar lo que ya tienes y agradeces .

Son momentos chiquitos que empiezan a sentirse grandes; como paz, agradecimiento, calma, conexión. Estar con tu familia, creo que para mí eso es la felicidad.

**IT- ¿Algo más que quieras compartir con nuestras lectoras?**

Me gustaría decirles que nunca se rindan.

Que sigan sus sueños. |Cuando se quiere, se puede y además sí se puede ser a la vez mamá, profesionista y esposa si te lo propones y balanceas tu vida.

¡Nunca dejen de luchar!

**Ig. @yael\_sandler**  
**www.popvisionplus.com**

*The Brightest Gift  
Is the  
One That Shines  
Every Day*



**STELLIUM**



COMPRA AQUÍ



@STELLIUMSHOPMX

Plaza 404, San Pedro Garza García, N.L.

[www.stelliumshop.com](http://www.stelliumshop.com) @stelliumshopmx

# La Búsqueda de la Felicidad:

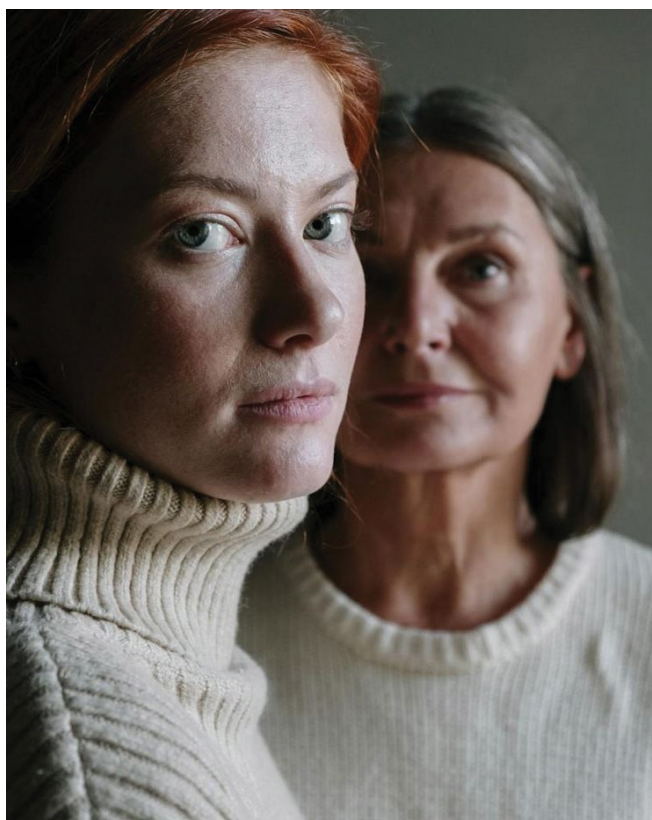
## *Un Viaje de Autoconocimiento y Crecimiento*

Por. **Dra. Vero Marcos PhD**

La búsqueda de la felicidad es un anhelo universal que ha sido perseguido por seres humanos a lo largo de la historia en una constante permanente. Sin embargo, en un mundo cada vez más complejo y acelerado, parecería que la felicidad es un objetivo cada vez más difícil de encontrar. **¿Qué es lo que nos impide encontrar la felicidad? ¿Cómo podemos superar los obstáculos que nos separan de ella?**

La respuesta es simple, pero no siempre fácil: **Primero que nada debemos aprender a cerrar ciclos, a aceptar la las personas, situaciones y cosas tal y como son, a perdonar, a soltar dejando ir todo aquello que no nos haga bien para poder vivir en el aquí y ahora.**

Cerrar ciclos significa dejar ir el pasado, soltar las emociones y experiencias que nos han estado pesando, y encontrar la manera de perdonarnos a nosotros mismos y a otros. Vivir en el aquí y ahora significa enfocarnos en el presente, disfrutar de las pequeñas cosas, y encontrar la belleza en la vida cotidiana, en nuestros seres queridos y en lo que verdaderamente vale: El amor, la salud, la familia, la paz, la estabilidad emocional, las relaciones sanas y las amistades genuinas.



**Dra. Vero Marcos PhD**

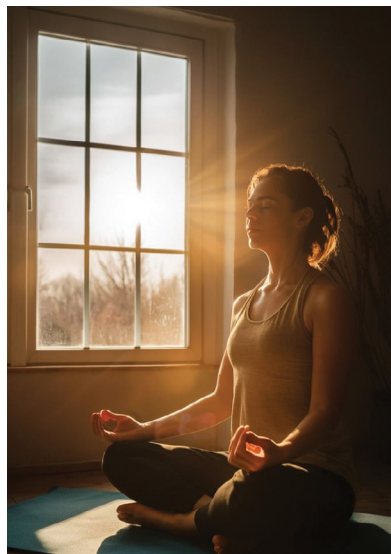
© @veromarcos70

📍 Vero Marcos

🌐 www.veromarcos.com

**Pero, ¿cómo podemos hacer esto? ¿Cómo podemos aprender a cerrar ciclos y a vivir en el presente?** La respuesta es a través del autoconocimiento y la sanación interior por medio de la terapia y la práctica del agradecimiento que nos hace tener conciencia de lo afortunados que somos. Debemos aprender a reconocer y aceptar nuestras emociones, a identificar y cambiar nuestros patrones de pensamiento negativos, y a desarrollar habilidades para manejar el estrés y la ansiedad por medio de la autorregulación de nuestros pensamientos, nuestras emociones, nuestras palabras y nuestras acciones.

La práctica de la atención plena (*mindfulness*) es una herramienta poderosa para lograr esto. Al enfocarnos en el presente, podemos aprender a dejar ir los pensamientos y emociones que nos distraen y nos impiden disfrutar de la magia del diario vivir. La meditación, la oración, la contemplación, el ejercitar nuestra capacidad de asombro, el yoga y otras prácticas de atención plena pueden ayudarnos a cultivar la conciencia y la presencia en el momento presente que por eso se llama presente, por qué es un regalo.



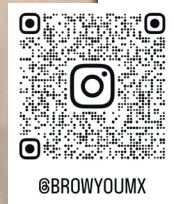
Además, es importante identificar nuestros valores y pasiones, y encontrar formas de incorporarlos en nuestra vida cotidiana por medio de la práctica de actividades gratificantes.

Cuando estamos haciendo algo que nos apasiona, nos sentimos más conectados y motivados y en automático eso hace que encontremos la felicidad en el momento presente que estamos viviendo.

**La felicidad no es un destino, sino un viaje. Es un proceso de crecimiento y descubrimiento que requiere de nuestro esfuerzo y dedicación. Pero con la práctica, la paciencia y la compasión, podemos aprender a encontrar la felicidad en el aquí y ahora.**

# browYOU

MICROBLADING & LASHES



@BROWYOU MX

### SUCURSAL CUMBRES

Plaza Forum Leones L209 Av,  
Paseo de los Leones #9203,  
Col. Espacio Cumbres, Mty.  
☎ 81 3434 6386 📍 81 2904 9084

### SUCURSAL CALZADA

Plaza Monarka L 212,  
Calzada del Valle #245 pte.  
Col. Jardines del Valle, San Pedro Garza García.  
☎ 81 1415 5521 📍 81 2398 0001

### SUCURSAL CARRETERA

Plaza Omnia L311,  
Carretera nacional km 265  
Col. El Uro, Mty.  
☎ 81 1100 5781 📍 81 2440 0429

📱 @adrianap.browyou - @browyoumx

# Respirar es el ARTE de volver a ti

“Hablemos del pranayama en la era del **breathwork**”

Por. **Mony Arreola** (Yogui Mony)  
@yoguimony @amala.healing @metodoshakti

Lo que hoy llamamos **breathwork** no nació en TikTok ni en los retiros modernos, hablamos de una práctica milenaria que forma parte del camino del yoga y su nombre es “**pranayama**”, y está regresando para ayudarnos a regular el sistema nervioso, liberar emociones y reconectar con nuestra esencia.

Respirar no es una moda. Es la primera acción que hacemos al llegar al mundo y la última cuando lo dejamos. Entre esos dos instantes tan sagrados, olvidamos que la respiración no solo sostiene la vida: también puede transformarla.

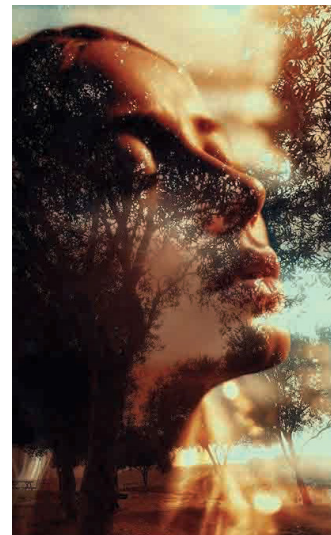
Quizá por eso, en medio de un mundo saturado, el **breathwork** se ha convertido en una de las prácticas más buscadas del bienestar moderno. Pero lo que pocos saben es que esta tendencia contemporánea tiene raíces profundas: viene del yoga, y su nombre original es pranayama, una técnica que se ha practicado desde hace miles de años.

## **El origen real del breathwork: Una sabiduría de miles de años.**

Mientras que hoy vemos sesiones de **breathwork** en redes sociales, festivales y terapias alternativas, las tradiciones yóguicas ya hablaban de la respiración como tecnología espiritual desde los tiempos de los Upanishads (Textos sagrados antiguos).

El **pranayama** es la práctica de modular, expandir y dirigir la energía vital a través de la respiración y aparece documentado hace más de 2.000 años A.C, aunque su filosofía se remonta todavía más atrás.

Lo novedoso no es la técnica, sino la manera en la que el mundo moderno la está redescubriendo.



Las tradiciones yóguicas describían esto como el movimiento del prana; la neurociencia hoy lo explica como regulación del sistema nervioso. Dos lenguajes distintos para la misma verdad.

En esencia, el **breathwork** no inventó nada nuevo: trajo al lenguaje moderno una práctica que nació en el yoga y que siempre estuvo ahí, esperando ser recordada.

**La respiración como portal emocional desde mi experiencia como maestra de yoga y facilitadora de espacios para esta práctica te puedo asegurar que cuando respiramos con presencia, el cuerpo se ablanda, la mente deja de pelear y el corazón se abre.**

La respiración revela lo que escondemos y libera lo que retenemos. Nos permite atravesar emociones que normalmente evitamos y nos acompaña a entrar en silencio, en intuición, en verdad.

## **¿Por qué está revolucionando el bienestar?**

Porque es simple, accesible, profundo y universal. No necesitas experiencia previa, no necesitas flexibilidad y solo necesitas tu cuerpo y tu intención.

**El breathwork es más que una tendencia:** Es un regreso a lo esencial. Una forma de recordar quiénes somos, de honrar nuestro ritmo interno y de reconectar con nuestra sensibilidad. Es un camino hacia el corazón, hacia la presencia y hacia la sanación.

Si quieres experimentarlo de forma profunda te invito a unirme a mis espacios: clases, talleres, retiros y experiencias donde la respiración se vuelve puente, medicina y guía.

Porque cuando cambias tu respiración, cambias tu mente, cuando cambias tu mente, tus reacciones cambian y con ello llega la armonía a tu vida.



## **La ciencia confirma lo que la tradición sabía**

Hoy sabemos que la respiración consciente no es solo “relajación”:

- Modula el sistema nervioso autónomo.
- Reduce el cortisol.
- Mejora la variabilidad cardíaca.
- Favorece estados de claridad mental.

En pocas palabras:  
**La respiración cambia nuestro estado interno.**

# taraán

## Galletas de la fortuna artesanales y personalizadas

Ideales para eventos sociales como:

Engagement party

Despedida de Soltera

Boda

Pedir padrinos/testigos

Agenda con tiempo para tu boda.



INSTAGRAM  
@taraancookies

Revisa nuestro catálogo:



# La naturaleza es la fuente de toda energía:

*Despierta el Tao en tu interior*

Por. Master Li

Instagram. @fengshuiculture

Tiktok. @fengshuienergy1

Cuando paseas por una playa prístina, sintiendo los besos del sol; cuando te encuentras junto a misteriosas ruinas antiguas, escuchando el susurro del viento entre viejos muros de piedra; cuando respiras el aire matutino o contemplas el revoloteo de las mariposas en un santuario... ¿Has sentido alguna vez un poder trascendente, vibrante y sanador? Este poder está en todas partes.

En Oriente, los antiguos sabios descubrieron hace mucho el misterio supremo del universo: La naturaleza es la fuente de toda energía.

## **El Dao sigue a la Naturaleza:** *El Aliento y el Ritmo del Cosmos*

Lao Tzu, fundador del taoísmo, dijo: «*El ser humano sigue a la Tierra, la Tierra sigue al Cielo, el Cielo sigue al Dao y el Dao sigue a la Naturaleza*». Esto revela una verdad simple pero profunda: **la ley suprema es la «Naturaleza» misma.**

Aquí, «*Naturaleza*» no se refiere simplemente a montañas y ríos, sino a las leyes operativas espontáneas e inherentes del universo. El sol sale por el este y se pone por el oeste, las cuatro estaciones se alternan y las mareas suben y bajan. Estos son los ritmos internos y armoniosos del universo, la manifestación del Dao y la forma más básica de energía.

En Oriente, llamamos a esta energía fluida «*Qi*». El Qi es el aliento de vida y la conexión entre todas las cosas.



Lao Tzu

Existe en el viento aullante, el agua que fluye, las llamas ardientes, la tierra sólida y cada célula de nuestro cuerpo. La salud, la riqueza, las relaciones y la alegría interior dependen de si nuestro «*Qi*» personal es abundante y sin obstrucciones, y de si podemos resonar en armonía con el «*Qi*» de la naturaleza.

La tierra que pisas, con su misteriosa civilización, es en sí misma un poderoso campo energético. Tus ancestros también veneraban al sol, la luna, la tierra y a los dioses de la lluvia, una creencia que se alinea con el concepto oriental de armonía entre el cielo y la humanidad. Todos expresamos la misma verdad en diferentes idiomas: somos parte de la naturaleza, no sus dueños.

# Los 5 elementos de la Energía:

## *Las Cinco Fuerzas que Construyen el Mundo*

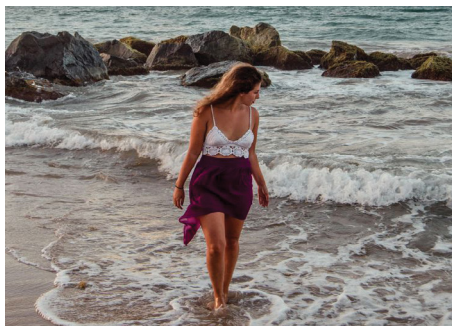
Para comprender la energía natural de forma más concreta, el taoísmo divide el «Qi» en cinco modos y atributos básicos de interacción, conocidos como los «Cinco Elementos»: **Madera, Fuego, Tierra, Metal y Agua**. Estos no son simplemente cinco sustancias, sino cinco estados energéticos, cinco direcciones de movimiento, cinco estaciones y cinco emociones.



**La madera representa la energía del crecimiento, la vitalidad y el impulso ascendente.** Como las plántulas que brotan de la tierra en primavera, está llena de vida y creatividad. En el cuerpo, se corresponde con el hígado y la vesícula biliar. Emocionalmente, se asocia con la bondad y la tolerancia, pero cuando está desequilibrada, puede provocar ira y terquedad.



**El fuego representa la energía del calor, la expansión y el brillo.** Como el sol de verano, trae consigo pasión, alegría y vitalidad. En el cuerpo, se corresponde con el corazón y el intestino delgado. Emocionalmente, es amor y felicidad, pero cuando está desequilibrada, se manifiesta como manía o indiferencia.



**El agua representa la energía del frío, la humedad y el flujo descendente.** Como un estanque profundo en invierno, almacena energía y simboliza la sabiduría y la tranquilidad. En el cuerpo, se corresponde con los riñones y la vejiga. Emocionalmente, representa la calma y el miedo, pero cuando está desequilibrada, puede provocar cobardía y falta de voluntad.



**El metal representa la energía de la contracción, la purificación y la formación.** Como la brisa otoñal, aporta claridad, decisión y la capacidad de soltar. En el cuerpo, se corresponde con los pulmones y el intestino grueso. Emocionalmente, simboliza la lealtad y la empatía, pero cuando está desequilibrado, conduce a la tristeza y la rigidez.



**La tierra representa la energía de la fertilidad, el cuidado y la estabilidad.** Como la tierra fértil de finales de verano, nutre todas las cosas y simboliza la integridad y la reflexión. En el cuerpo, se corresponde con el bazo y el estómago. Emocionalmente, representa la compasión y la conexión con la tierra, pero cuando está desequilibrada, puede causar ansiedad y pensamientos excesivos.

Cada uno de nosotros posee estos cinco tipos de energía, pero en diferentes proporciones; esto conforma nuestra singular *“Carta del Destino BaZi”* (un mapa energético personal basado en la fecha y hora de nacimiento). Nuestro entorno vital —nuestros hogares, oficinas, incluso la comida y los colores que elegimos— están impregnados de la energía de los Cinco Elementos.

**Cuando los Cinco Elementos dentro de nosotros están en armonía con los de nuestro entorno externo, la energía fluye sin problemas, atrayendo salud y prosperidad. Cuando entran en conflicto, surgen bloqueos que provocan fatiga, enfermedad y desgracia.**

## Siente y Conecta: *Prácticas Diarias de Sanación Energética*

La teoría es un mapa; la práctica es el camino. Transformemos esta antigua sabiduría del Feng Shui en un camino de sanación accesible que puedes comenzar hoy mismo.

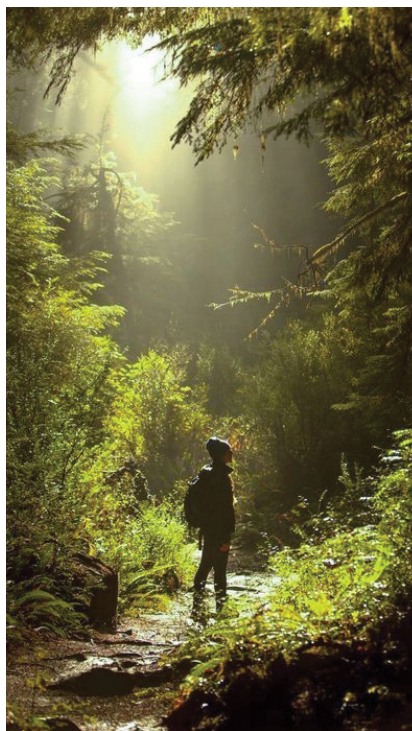
### **Técnica 1: Conexión a Tierra Descalzo –** *Extrae Energía de la Madre Tierra (Elemento Tierra)*

En la sociedad moderna, usamos calzado aislante y vivimos en edificios altos, desconectándonos de la energía de la Madre Tierra. Esto provoca un desequilibrio en la energía de la Tierra, lo que puede causar ansiedad, insomnio y problemas digestivos.

**Método:** Dedicar 15 minutos al día a caminar descalzo por un parque cercano, una zona verde o la playa. Cierra los ojos y siente la textura de la tierra bajo tus pies.

Imagina la energía amarilla de la tierra, como un cálido rayo de luz, fluyendo hacia tu cuerpo a través del punto de acupuntura Yongquan (en las plantas de los pies), llenando tus piernas, nutriendo tu bazo y estómago, y liberando toda tu ansiedad y estrés.

Considera esto una forma elegante y moderna de meditación de conexión con la tierra. Usa pantalones o un vestido cómodos de lino y practica con la luz del sol de la mañana o de la tarde; no solo es sanador, sino también una manera elegante de integrarte con la naturaleza.



### **Técnica 2: Baño de Bosque –** *Conecta con la Vitalidad de la Energía de la Madera (Elemento Madera)*

Adéntrate en el bosque, camina entre los árboles: lugares rebosantes de energía de la Madera.

**Método:** Entra en el bosque sin prisas, sin caminar ni tomar fotos. Busca un lugar tranquilo, siéntate con la espalda apoyada en un árbol con el que conectes y coloca suavemente las palmas de las manos sobre el tronco.

Respira profundamente. Imagina que intercambias energía con este árbol ancestral: inhala el oxígeno fresco y la energía vital que emana, y exhala la energía estancada y las toxinas de tu cuerpo.

Siente el poder ascendente del árbol, que estimula tu creatividad y vitalidad interior, y libera la ira y la represión causadas por el trabajo o las relaciones.

Viste colores naturales como el verde o el azul para integrarte en el bosque. Lleva una botella de agua ecológica y bebe agua de un arroyo para completar un ciclo energético completo.

### **Técnica 3: Respirar como el viento –** *Equilibrar el Yin y el Yang internos (Qi)*

La respiración es la forma más directa y frecuente de intercambiar energía con la naturaleza. El taoísmo considera que la respiración es “viento” y la clave para movilizar el “Qi”.

**Método:** Técnica taoísta de “Respiración del Talón”. Siéntese en una posición cómoda con la espalda recta. Al inhalar, imagine la energía natural fresca (energía yang celestial) entrando por sus fosas nasales, descendiendo no solo hasta su pecho, sino hasta su dantian (unos centímetros por debajo del ombligo), e incluso sintiendo cómo la respiración llega a sus talones.

Haga una breve pausa y, al exhalar, imagine la energía impura y la enfermedad de su cuerpo saliendo por sus pies y hundiéndose profundamente en la tierra.

**Efecto:** Esta respiración abdominal profunda mejora significativamente tu percepción del “Qi”, equilibra los sistemas nerviosos simpático y parasimpático, permitiéndote recuperar rápidamente la calma y revitalizar tu energía vital en medio del ajetreo de la vida urbana.



Sé un mensajero de la naturaleza y vive en tu frecuencia óptima. La naturaleza no es un concepto lejano: es el aire que respiras, el sol que te baña y la tierra bajo tus pies. Al practicar estos métodos arraigados en la antigua sabiduría oriental, no solo aprendes una habilidad, sino que despiertas un instinto innato: la capacidad de resonar en armonía con el universo.

Cuando aprendes a extraer conscientemente la energía de la naturaleza, dejas de ser un receptor pasivo para convertirte en un creador activo. Te sentirás más tranquilo, con más energía, más creativo y con mayor capacidad para atraer las cosas bellas que deseas. Porque eres el reflejo más único y hermoso de la naturaleza. Al conectar con la fuente, vives en tu estado más radiante y auténtico: un estado de estilo atemporal.

**Que la energía de la naturaleza, como la cálida luz del sol, ilumine siempre tu camino.**



# La DOÑA

DELICIAS DEL LÍBANO



**¡Estamos a sus órdenes para sus eventos!**



Catering para posadas

**Navidad y Año Nuevo**

**Auténtico menú libanés**

Tel. +52 818-280-8642 - Vero Batiz de Samar

# El Diseño Emocional de tu Sala:

Por. Karla Rios Cisneros  
@karlarios @oficiocreativo.ad

## Equilibrio perfecto entre estética y tecnología

Hay espacios que definen el carácter de una casa, pero ninguno lo hace con tanta claridad como la sala. Es el escenario de la convivencia y, muchas veces, el reflejo más sincero de quienes la habitan. Una buena sala no solo se ve: se siente. Transmite calma, pertenencia y esa sutil sensación de lujo cotidiano que envuelve sin pretenderlo.

El corazón de una sala está en su confort. Un sofá modular amplio o en "L" marca el eje de convivencia, acompañado por sillones individuales, una mesa de centro generosa y mesas laterales que completan el gesto de hospitalidad. El suelo se suaviza con un tapete que delimita el área y unifica la paleta, mientras cortinas motorizadas filtran la luz con suavidad. La combinación de maderas cálidas y piedras decorativas crea una base natural y serena, acentuada por textiles neutros en cojines y mantas ligeras.

Cortinas Personalizadas Oficio Creativo - Costo Personalizado



Tapete Essenza - \$5,210.00 mxn

Sala Modular "Westwood" Pottery Barn - \$92,999.00 mxn



Sillón Penn West Elm - \$9,999.00 mxn



Sillón Nils West Elm - \$27,999.00 mxn



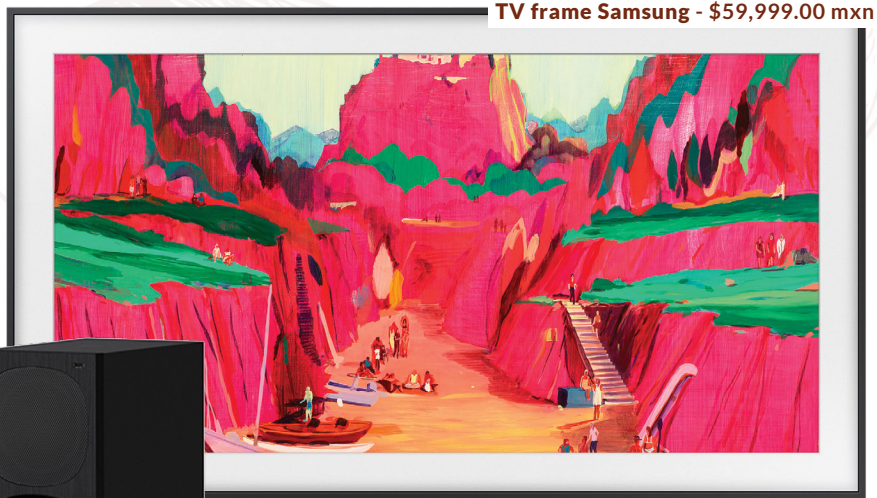
Mesa de Centro Pinnacle - \$29,550.00 mxn

Una sala contemporánea también es un ecosistema técnico. Detrás de su calma aparente se esconden sistemas inteligentes que la vuelven práctica y envolvente: una televisión tipo **"The Frame"**, un sistema de audio integrado y un control automatizado que regula luces, sonido y cortinas con un solo gesto. Cuando la tecnología se integra con discreción, la experiencia se vuelve intuitiva y placentera.



Lámpara LED Kern West Elm - \$15,999.00 mxn

La iluminación cálida y las tiras LED en plafones o mobiliario crean capas de atmósfera que acompañan los ritmos del día. De una charla matutina a una película nocturna, la sala se transforma con solo ajustar la intensidad.



TV frame Samsung - \$59,999.00 mxn



Sony - \$7,999.00 mxn



Zara Home - \$999.00 mxn



Zara Home - \$2,799.00 mxn



MF Espacios - \$39,000.00 mxn



Luz Victoria - \$7,945.00 mxn



Finalmente, los detalles —arte, libros, cerámica, plantas, un mueble bar o una credenza a medida— aportan textura, ritmo y coherencia visual. Porque una buena sala no solo se habita: se vive, se siente y se recuerda.

Cojines Familia Prado - \$20,000.00 mxn

# Europa en Navidad

*donde la magia cobra vida*

Por. Alice Ayón - @fashionbazaar.mx



**H**ay momentos del año que parecen escritos por un poeta y diciembre en Europa es uno de ellos. Las ciudades se visten de luces doradas, los aromas de vino caliente y canela flotan en el aire y los mercados se transforman en pequeños universos de encanto.

Viajar por Europa en esta temporada es como adentrarse en un cuento de hadas: La historia cobra vida, la nieve se vuelve parte del paisaje y la nostalgia se convierte en el idioma universal.

En este recorrido descubriremos 3 destinos donde la Navidad no se celebra, sino que se vive con los cinco sentidos.



## Francia

*La magia medieval de  
Alsacia y Estrasburgo*

En la frontera con **Alemania**, la región de **Alsacia** parece suspendida en el tiempo. Casas de entramado de madera, calles empedradas y ventanas decoradas con guirnaldas crean un escenario que podría inspirar cualquier película navideña.

En **Estrasburgo**, el mercado de Navidad más antiguo de Europa ilumina la plaza de la catedral desde el siglo XVI. Aquí, cada rincón huele a pan de jengibre y vino especiado, mientras los coros llenan el aire con villancicos franceses.

A pocos kilómetros, **Colmar** ofrece un espectáculo aún más íntimo e Instagramable. Sus canales reflejan las luces de colores y sus fachadas parecen salidas de un sueño. Quien lo visita en diciembre entiende por qué se le llama "*La joya navideña de Francia*".

### Tips que te ayudarán muchísimo:

- Llega antes del atardecer para disfrutar cómo las luces se encienden poco a poco.
- Lleva calzado cómodo y cálido: Las calles son empedradas y caminarás mucho.
- Si eres friolento, una bufanda gruesa y guantes térmicos harán toda la diferencia.
- Reserva alojamiento con anticipación; Diciembre es la temporada más demandada.



# Alemania

## El corazón de la tradición

Si la Navidad tuviera una patria, muchos dirían que es **Alemania**. Aquí nacieron los famosos Christkindmarkt, los mercados que hoy se replican en todo el mundo.

En **Nüremberg**, el aroma del pan de especias y las salchichas asadas se mezcla con el sonido de los villancicos. En cada puesto, los artesanos ofrecen adornos de madera tallados a mano, esferas de vidrio y dulces tradicionales.

Pero también hay joyas menos conocidas, como **Rothenburg ob der Tauber**, un pueblo medieval perfectamente conservado que parece haber sido diseñado para una postal navideña. Su museo dedicado a la Navidad, abierto todo el año, confirma que para los alemanes esta festividad no es una fecha, sino un estado de ánimo.

### Tips que te ayudarán muchísimo:

- Prueba el vino caliente (Glühwein) y acompáñalo con galletas de jengibre.
- No te limites al mercado principal; los barrios más pequeños esconden tesoros.
- Aprovecha los trenes regionales: conectan muchos pueblos encantadores y son parte de la experiencia.
- Si nieva, abrígate por capas ya que dentro de los mercados hace calor.



# Austria

## El encanto imperial de Viena y Salzburgo



En **Viena**, las luces se reflejan en las fachadas de los palacios imperiales y el sonido de un vals acompaña el paseo por el mercado frente al Ayuntamiento. Las tazas de chocolate caliente se disfrutaban al ritmo de Mozart, mientras los carruajes avanzan lentamente por calles nevadas.

En **Salzburgo**, la ciudad natal del compositor, la atmósfera es más íntima: el casco antiguo se llena de velas, coros y aromas dulces. Rodeada por los Alpes, parece una estampa sacada de una tarjeta de Navidad.

### Tips que te ayudarán muchísimo:

- Lleva un paraguas pequeño o gorro impermeable: la nieve ligera es parte del encanto.
- Guarda espacio en tu maleta para los adornos artesanales, ¡son irresistibles!
- Si puedes, asiste a un concierto navideño: la música en vivo le da un toque mágico a la experiencia.
- Dedicar una noche solo a caminar sin rumbo; Viena de noche brilla distinto.

## La magia que nos devuelve la infancia

Viajar por Europa en esta temporada no es solo conocer lugares, sino reencontrarse con una emoción. Cada mercado, cada calle iluminada y cada canción nos recuerda que la Navidad es un momento para volver a mirar el mundo con ojos de niño. Entre luces, nieve y melodías, uno entiende que en Europa la Navidad no se imagina... ¡Se vive!

Y tú ¿Te animarías a descubrir este otro lado de Europa? Quizás sea el momento de cambiar el verano por una bufanda, el calor por una taza de vino caliente... Y dejar que la magia te encuentre caminando bajo la nieve.



# Reestructura tus deudas

## y cierra 2025 con poder financiero

Lic. Daniela Perez Borges - Socia de **Buhox Wealth Management** y Profesora de Catedra del Tec de Mty.

Contacto: [dperezborges@gmail.com](mailto:dperezborges@gmail.com)

Ig. [@sra.directora](#)

Hay momentos del año en los que pareciera que vamos mas de prisa y hay mucho ruido y agenda llena, pero de pronto, aparece una verdad incómoda: las finanzas personales cuentan historias que no siempre queremos escuchar.

Diciembre es uno de esos momentos. Es un mes festivo, sí, pero también la oportunidad perfecta para mirar de frente a las deudas, replantear nuestra relación con el crédito y decidir cómo queremos cerrar —y empezar— nuestro nuevo ciclo financiero.

Para las mujeres que se mueven entre viajes, compromisos profesionales, metas personales y un estilo de vida activo, la estabilidad económica no es un lujo... es una plataforma. Por eso este artículo lo enfoco a lectoras exigentes y con visión, para ofrecerles una guía clara y elegante para reestructurar deudas, ordenar el crédito y darle un cierre impecable a 2025.

### ► Una fotografía sin filtros

Antes de hablar de estrategias, hace falta honestidad. Tómate una tarde —con café, té o una copa de vino— y revisa tu fotografía financiera con la misma atención con la que revisas tu skincare de noche.

- ¿Cuánto debes en total?
- ¿Cuáles son tus tasas más altas?
- ¿Cuánta liquidez tienes hoy?
- ¿Qué porcentaje de tus ingresos está comprometido?

La claridad no es intimidante; es liberadora. Sin esta visión completa, cualquier esfuerzo por reestructurar alguna deuda será como reorganizar un clóset sin saber qué tienes.

La palabra “reestructurar” suele sonar a problema. En realidad, es un movimiento inteligente. Es como decidir llevar un guardarropa a la tintorería: no es porque esté arruinado, sino porque quieres que dure más.

Si tienes deudas dispersas, con diferentes tasas y fechas de pago, considera unirlas en un solo crédito con mejores condiciones. No es solo comodidad: es estrategia. Una sola mensualidad te permite respirar y planear, te permite consolidar la deuda sin complicarte.



## ➤ **Cambiar deuda cara por deuda barata**

Las tarjetas de crédito suelen engañar si no estás al pendiente... pueden causar sorpresas cuando llega el estado de cuenta. Siempre evalúa si existe la posibilidad de mover ese saldo a un crédito personal con tasa más baja, vale la pena explorarlo.

Hacer estras reestructuras implica negociar como quien conoce su poder. Tienes más margen de negociación del que crees. Hablar con tu banco, pedir una tasa preferencial, solicitar un plan de pagos fijo... todo eso es válido, especialmente si has sido cliente puntual. La negociación también es parte del auto cuidado financiero.

## ➤ **El crédito: una aliada sofisticada que merece reglas claras**

El crédito no es enemigo; es una herramienta que bien usada, impulsa desde viajes hasta oportunidades de inversión. La clave está en establecer límites tan claros como los que aplicas en tus relaciones personales.

Una fórmula simple para mantener el equilibrio: 70% de tus gastos al contado, 30% con crédito estratégico. Así cuidas tu liquidez sin frenar tu historial crediticio.

## ➤ **Siempre es recomendable conocer el “lado oscuro” de tu tarjeta**

No es drama; es disciplina. El pago mínimo mensual no es suficiente, usa la tarjeta a tu favor no que la tarjeta te use a ti, así evitas generar intereses compuestos que eventualmente si no pagas el total cada mes, se hace una bola de nieve.

## ➤ **Usa crédito para lo que realmente suma**

Viajes planificados, formación profesional, tecnología necesaria, mejoras para tu hogar o inversiones. El crédito debería potenciar tu vida, no llenarla de pendientes.

## ➤ **Elige tarjetas que se alineen a tu estilo**

Viajas mucho: busca millas.

Compras frecuentes: cashback.

Prefieres experiencias: puntos flexibles.

Una tarjeta debe trabajar para ti, no al revés.

Revisa las anualidades si es que tu tarjeta aún la tiene y opta por la que te de mas benéficos por usar el crédito como un “puente” y no que la tarjeta sea una escalera a la deuda eterna.

## ➤ **Depura tus suscripciones y servicios**

Revisa tus apps, plataformas premium, clubes digitales. Haz una limpieza profunda y deja solo lo que suma y acompaña tu estilo.

## ➤ **Presupuesta diciembre como si fuera un proyecto**

Eventos, regalos, viajes. Todo se puede planear y asignar. Evita que el cierre del año se convierta en una nueva deuda que perseguirás en 2026.

## ➤ **Realiza tu “corte anual”**

Haz un balance: ahorros, inversiones, deudas pagadas, metas cumplidas. Dale a tus finanzas la misma importancia que a una revisión médica o una junta con cliente clave.

## ➤ **Refuerza tu fondo de emergencia**

Tres a seis meses de gastos fijos es la base; nueve meses si tu estilo de vida lo requiere. Un fondo de emergencia es tu mejor seguro emocional y financiero.

## ➤ **Aprovecha el aguinaldo con intención**

Asigna un porcentaje para inversión, otro para ahorro y un pequeño porcentaje para un capricho. No tiene que ser prohibitivo, solo equilibrado.

## ➤ **Revisa tus seguros**

Un seguro actualizado es parte de una vida bien diseñada. Si tus circunstancias cambiaron este año, tus pólizas también deberían hacerlo.

## ➤ **2026: un año para crecer, no para corregir**

Define una palabra que guiará tus decisiones: estabilidad, expansión, enfoque, libertad. Después, establece tres metas: una de estabilidad, una de crecimiento y una de estilo de vida. Tu dinero debe estar alineado con tus prioridades, no con las expectativas externas.

Automatiza todo lo que puedas, agenda revisiones trimestrales y mantén un ritmo constante.

Las grandes transformaciones financieras no ocurren en saltos; ocurren en hábitos.

Tus decisiones de hoy son el estilo de vida que vivirás mañana.

Porque la libertad financiera no es un destino, es un estilo. Y tú ya estás en camino.



# SAMAR GOLF

PROFESSIONAL SERVICES



PING



FJ FOOTJOY



Bobby Jones



Titleist



SRIXON



Authorized PING Fitter Clubs

**PRO SHOP | FITTINGS | GOLF LESSONS**



@samargolf

Contacto: 818.309.6875 / samargolf@gmail.com



**MENÚ**



**INSTAGRAM**



**FACEBOOK**

**BY VERO BATIZ DE SAMAR**



Plaza Distrito Armida, Circuito Frida Kahlo #300  
Col. Haciendas de la Sierra, San Pedro, Valle Oriente  
Local 22, CP 66278  
Planta Baja



Fracc. La Toscana Pienza 124  
Carretera Nacional  
Monterrey, NL 64983 \*dark kitchen




[www.ladonadeliciasdelibano.com](http://www.ladonadeliciasdelibano.com)



**RESERVACIONES Y PEDIDOS: 818.280.86.42**



@ladona\_deliciasdelibano  La Doña



**RESTAURANT, CATERING, DELIVERY & PICK-UP**



L-S | 12:00 - 8:00 PM / D | 12:00 A 4:00 PM

# La DOÑA

DELICIAS DEL LÍBANO



DR. ENRIQUE CEDILLO  
CIRUJANO PLÁSTICO

FIGS

**Hospital Ángeles Valle Oriente - Piso 12 / Consultorio 1203 - Citas: 813 400 5511**