

EL MENSAJERO
de SWFL

Esencial

EDICIÓN 25

UNA PIEL RADIANTE

LOS CUIDADOS QUE DEBEMOS TENER
CON NUESTRA PIEL EN EL CAMBIO DE
ESTACIÓN HACIA LA PRIMAVERA Y EL
VERANO 2024. **PÁG. 4**



LA ESPERANZA

Lo que aprendemos
del documental "20
días en Mariupol".

Pág. 6



FLORECER

El poder de crecimiento
que representa y brinda
la flor de loto.

Pág. 7



DIRECTORIO

EDICIÓN 25

PUBLISHER

Milka Valdivia Pratt

EDITORA

Silvia Diez

ASISTENTE

Diana Rojas

FOTÓGRAFO

Jhayson Martinez

COLABORADORES

Wafa El Atrache
Sara Falcone
Ismael Cala
Doreen Colondres
Dra. Nancy Alvarez

MARKETING Y PUBLICIDAD

agent@mediaccontentintl.com

239-200-2672

MCI

Media Content International

Miembros de la SIP (Sociedad Interamericana de Prensa)



SOCIEDAD
INTERAMERICANA
DE PRENSA

EQUIPO EDITORIAL

Director General
Guillermo Navarro

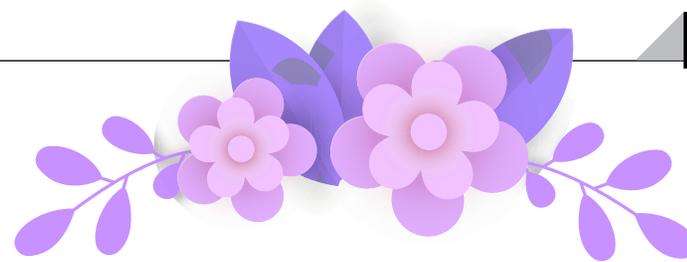
Director Editorial
Esteban Gil

Director de arte
Joel Sahagún

Diseño Editorial
Odeth Vázquez

Corrección y estilo
Irene González

Los textos son responsabilidad de sus autores.



Temporada de florecer

¿Han notado que muchos países alrededor del mundo tienen vacaciones por estas fechas?

Para algunos es el Spring Break, y para otros será Semana Santa. Independientemente de la razón, ambas celebraciones evocan un mismo sentimiento: el cambio. John Maxwell siempre dice: "El cambio es inevitable, el crecimiento es opcional". Creo que es hermoso, y hoy es más válido que nunca.

Puede que hayas tenido dificultades los meses anteriores, o que no hayas podido cumplir muchas de las metas que quieres lograr. El comienzo de la primavera es un símbolo de sacudirse el polvo y comenzar a florecer. En otras palabras: CRECER.

Si quieres hacer de esta primavera tu temporada para florecer y que las cosas cambien para bien en tu vida, este es tu momento.

Camina, lee regálate un tiempo para tu familia y amigos, pero sobre todo para Ti. Todo aquí en Esencial nos recuerda lo importante que es estar saludable y que mejor que darnos ese tiempo en primavera. Te sugiero algunas acciones que puedes tomar: realizar actividad física al aire libre, alimentarte de manera saludable, tomarte un tiempo de relajación, aprovechar la luz natural, socializar, cuidarte la piel y aprovechar la naturaleza.

Estas acciones pueden contribuir a mejorar tu bienestar general durante la temporada de primavera.

Espero les dé resultado y sigamos creciendo internamente.



SILVIA DIEZ
EDITORA






maxliving[®]
 TRINITY CHIROPRACTIC

"El poder que hace el cuerpo, cura el cuerpo".

Dr. Alex Dunlop
 Doctor en Quiropráctica

239-597-6099
 2515 Northbrooke Plaza Dr. Suite 102
 Naples, FL 34119

CONSULTA, EXÁMEN Y RADIOGRAFÍAS
 (SI ES NECESARIO) POR SÓLO \$37.

Nuestro objetivo es llegar a la causa de su problema y no sólo cubrir el síntoma. Esto se hace a través de la corrección espinal mediante la eliminación de la interferencia en el sistema nervioso para permitir que el cuerpo funcione y se cure de forma natural.

"El poder que hace el cuerpo, cura el cuerpo".

Creemos que hay 5 Esenciales para la buena salud:

- La Atención Quiropráctica
- La Mentalidad Correcta
- La Nutrición Pura y Simple
- El Ejercicio y el Oxígeno
- Reducir al Mínimo la Exposición a Toxinas.



HACIENDO LA ATENCIÓN MÉDICA **ACCESIBLE PARA TODOS**

Con oficinas en todo el condado de Collier, Healthcare Network brinda servicios asequibles para usted y su familia.

- Atención para la familia
- Atención para la mujer
- Atención para niños
- Atención para personas mayores
- Atención dental
- Farmacia
- Salud mental
- Atención pediátrica conveniente

¡PARA OBTENER EL NIVEL MÁS ALTO DE ATENCIÓN, INDEPENDIEMENTE DE SUS INGRESOS, SEGURO O EMPLEO, LLAME HOY!
 239-920-7728 | HealthcareSWFL.org



healthcare
 network



Por Sara Falcone

Legó la PRIMAVERA, abril es un mes rejuvenecedor con los colores, las flores y el ambiente placentero. En este año 2024 el color azúlenos celeste y el color lima son de los más buscados y de moda este año, claro está sin dejar a un lado los colores durazno tanto en tonos claros, como oscuros.

El verano se avecina y ¿qué se debe hacer?

Pues, desde ya, debes buscar tu protector solar contra los rayos ultravioletas. Si haces ejercicios, trata de estar con buena ventilación y tomar mucha agua. Te aconsejo: beber agua, consumir frutas y verduras, ropa liviana, bloqueador solar, gorras y sombreros.

Sabías que: Cada amanecer debes pensar en ti y en cómo invertir más tiempo en ti consintiéndote con los cuidados que debes tener, especialmente, con tu cuerpo y tu piel.

Debes lucir radiante, con una piel lista para verano y el resto del año. Desde ya inicia si por casualidad no has iniciado tu rutina diaria en casa del cuidado de tu piel y cada 21 a 30 días no olvides tus cuidados profesionales. Ya sea una limpieza facial o un tratamiento rejuvenecedor siempre debe estar presente el cuidado de tu piel. Te recomendamos un buen Hydrafacial hecho por profesionales con los mejores productos en el

Renovación de piel y cuerpo

Las tendencias que la primavera nos trae para el cuidado de nuestra apariencia



mercado estético. De igual manera, te recomiendo el BBGLOW, tratamiento semipermanente que trabaja como base de maquillaje. Lo encontrarás en Glowtique Salón & MedSpa, Naples.

Para tu cuerpo, si lo que buscas es una cintura marcada, tonificar los

músculos y esa silueta de guitarra, la encontrarás en Glowtique Salón & MedSpa. Contamos en nuestro MedSpa con todos los tratamientos moldeadores del cuerpo sea para damas o caballeros. Recuerda que cada visita es hecha a tu medida y necesidad. Somos los Di-

señadores de tu Programa Corporal y Estético para lograr tus sueños de bajar de peso. El programa es dirigido por un médico con tecnología actualizada y también con Semaglutide. En Glowtique Salón y MedSpa tenemos todos los servicios de belleza y mucho más. Visítanos en

el 15275 Collier Blvd. Suite 206, Naples, Florida 34119
Contáctanos: (239)977-4569.

¡Te esperamos!

Sara Falcone
Glowtique Salón & MedSpa
(239)977-GLOW
Naples, FL



@sarafalcone2021



ivyscards@gmail.com

Hydracell cápsulas de ceramidas para ojos y rostro



Envíame mensaje para más información.
Betzaida Ramírez
Líder Terramar

239-285-7240

INSTRUCCIONES DE USO: Para obtener mejores resultados, aplica una cápsula de día o cuando tu piel necesite hidratación extra. Úsalas después de la limpieza, antes de tu crema o loción hidratante sobre el rostro y contorno de ojos.

Rostro Hidratado + Suavidad

Tratamiento de hidratación, con tecnología de liberación lenta de biopéptidos contenidos en micro esponjas, las cuales ayudan a proveer suavidad y una apariencia joven de la piel.

Cada cápsula contiene la dosis exacta de tratamiento con ceramidas para suavizar y humectar tu piel con resultados a través del uso continuo. Las cápsulas son biodegradables.

Ingredientes Clave

BIOPÉPTIDOS: Es una mezcla de 2 péptidos, moléculas que por su tamaño se unen fácilmente a las células receptoras de la piel y penetran más fácilmente lo cual ayuda a proteger la piel del paso del tiempo.

CERAMIDAS: Son un tipo de lípido que ocupa los espacios entre las células y de esta forma evita que la piel pierda agua y se mantenga hidratada.

Extractos Naturales Frutas Del Ártico

ACEITE DE MORA ÁRTICA: Ayuda a aclarar la piel.

ACEITE DE FRAMBUESA: Tratamiento eficaz para la piel madura que ayuda a mejorar la hidratación de la piel.

Frutas Del Amazonas

ACEITE DE PEQUI: Favorece una apariencia de la piel firme, sana y resplandeciente.

ACEITE DE GRANADA: Protege la piel de los radicales libres por su gran contenido de antioxidantes y polifenoles, regula la producción de sebo.

ACEITE DE URUCÚ: Es la "súper vitamina E" tiene efecto antioxidante. Gracias a este efecto antioxidante, mantiene la piel hidratada.

¡Únete hoy!

¡Vive tu potencial!

Emprende tu propio negocio en la industria de la Belleza y Bienestar

Inigualable oportunidad de negocio con lo más selecto de la naturaleza y la ciencia.

Combinando ingredientes marinos, botánicos y tecnológicos, evaluados en laboratorios de clase mundial.

Betzaida Ramírez

LÍDER TERRAMAR
CONSULTORA
INDEPENDIENTE
TM4683



Facebook, Instagram, and WhatsApp icons followed by @bebeautifulbetsi and (239)285-7240



Nuestros servicios:

- Organización de Eventos (event planner)
- Decoración con Globos
- Renta de Mobiliario para Eventos
- Organización de Bodas
- Quinceaños
- Fiestas infantiles
- Eventos corporativos



¡Transformando al Suroeste de la Florida en materia de entretenimiento y eventos!!

239-565-5269 / 754-317-5063
royalpalaceevent@gmail.com



@royalpalaceevent

**ISMAEL CALA - @CALA**

Brillando en la oscuridad

En un hito sin precedentes para la cinematografía ucraniana, el documental “20 días en Mariúpol” ha conquistado el codiciado premio Óscar al Mejor Documental, marcando un momento histórico tanto para el cine de Ucrania como para la conciencia global. Dirigido por el talentoso cineasta ucraniano Mstyslav Chernov, este documental se ha erigido como una voz poderosa que trasciende las fronteras físicas y emocionales, llevando consigo un mensaje de liderazgo y resiliencia en medio de la adversidad.

La nominación al Óscar de “20 días en Mariúpol” fue descrita por Chernov como un momento agri dulce, cargado de responsabilidad y significado. Este reconocimiento no sólo honra la memoria de los ciudadanos de Mariúpol, sino que también representa una oportunidad única para proyectar al mundo la realidad cruda y conmovedora de una nación en conflicto. Como primer ucraniano nominado al Óscar, Chernov asume el compromiso de representar no sólo a su país, sino también a toda una industria cinematográfica que busca hacer eco de las voces silenciadas por la guerra y la opresión.

El impacto de “20 días en Mariúpol” va más allá de las fronteras nacionales; es un testimonio visual que desafía al espectador a confrontar la brutalidad y la humanidad entrelazadas en medio del caos. A través de imágenes implacables y relatos conmovedores, este documental logra capturar la esencia misma de la tragedia y la esperanza que coexisten en tiempos de conflicto.

En un discurso emotivo tras recibir el premio, Chernov expresó su deseo profundo de que nunca hubiera tenido que realizar esta película, lamentando los horrores que motivaron

su creación. Sin embargo, también instó a la audiencia a unirse en la búsqueda de justicia y verdad, recordando que juntos pueden rectificar la historia y preservar la memoria de aquellos que han sido víctimas del conflicto.

“20 días en Mariúpol” no sólo es una obra cinematográfica galardada, es un llamado a la acción, una invitación a reflexionar sobre las consecuencias devastadoras de la guerra y la importancia vital de preservar la verdad en medio de la desinformación y el olvido.

Este reconocimiento no sólo eleva el prestigio del cine ucr-

niano, sino que también es un faro de luz que ilumina los rincones más oscuros de nuestra humanidad, recordándonos nuestra capacidad colectiva para transformar el sufrimiento en esperanza.

¡Por más espacios para reconocer las posibilidades de cambio!

www.IsmaelCala.com

Twitter: @cala

Instagram: ismaelcala

Facebook: Ismael Cala





Por Wafa Senait

Y así se muestra ante los ojos incrédulos de ver tanta belleza jamás contemplada, tan efímero que en un abrir y cerrar de ojos sólo su jade queda para comenzar a recordarte quién eres, para que cuando transites en medio del fango y se eleva, así florezcas dentro de tu interior impregnándose en su aroma en ese espacio que sólo reconoce tu corazón tan vívido y bondadoso. Qué compasión se muestra ante el nacimiento de lo divino cristalino que en realidad soy, que en realidad eres. Es tan mío ese loto que hoy lo comparto contigo para que en él te busques y para que en él también te encuentres.

Esta emblemática flor de loto representa la pureza del alma, la mente y el cuerpo, manteniéndose inmaculada a pesar de que sus raíces crecen en el lodo. Es inherente a la experiencia humana, ya que es una metáfora de la vida misma, además de ser un recordatorio de resiliencia, ya que emerge desde las profundidades del agua o del fango que simbólicamente representa la oscuridad que son los momentos difíciles que quizás en algún momento de nuestras vidas hayamos transitado y que emerge hacia la luz, enfrentando adversidades con gracia, elegancia y belleza, limpiando e iluminando nuestra existencia.

El loto nos recuerda que, en los momentos más difi-

EL LOTO QUE FLORECE...

En medio de la nada, en donde se encuentra el todo. FLORECE...



ciles, hay esperanza para el crecimiento personal y la transformación. En estos momentos donde casi todos los seres humanos estamos viviendo un proceso de cambio hacia lo más sutil, hacia el origen, hacia lo que somos y hemos sido creados, hacia el amor puro e incondicional. Esta es la esencia del loto.

La flor de loto también simboliza la prosperidad, reflejando la promesa de crecimiento y éxito, pero quizás su interpretación más inspiradora sea la del renacimiento y la apertura de caminos, simbolizando la capacidad innata de superación y la constante evolución hacia estados concientes más elevados o superiores.

Se dice que cuando regalas una flor de loto, estás haciendo mucho más que ofrecer un simple obsequio, estás entregando un mensaje de esperanza y fortaleza. Hoy, en este mes de Abril donde florece la Primavera, éste ser, quién hoy les escribe esta nota desde su experiencia personal, recibió este regalo hace años atrás de una gran Maestra llamada Kwan Yin quien dejó su loto en mi jardín y que en una experiencia onírica me llevó a su lago hermoso y purificador, elevando así mi estado de conciencia donde solo existe una esencia de Amor que en palabras sería casi imposible describir porque solo se siente en esa cámara sagrada llamada corazón.

Así que en este camino que hoy tránsito y desde mi propio jardín les regalo este loto también a todos ustedes para que en él también lo lleven, pero tan solo recuerden que está dentro de ti.

Con Amor.
Wafa Senait.
Terapeuta Holística

Dc Balloons

Explora la magia de los colores!

Visita nuestra tienda y encuentra los mas bellos colores para decorar tus eventos especiales.

17230 S Tamiami Trail, Fort Myers
FL 33908 (suite 9)

Compra en linea

www.dcballoons.us

Distribuidores de productos



Sempertex



hacemos descuentos para empresas de decoración.



@DCBALLOONS

SPECIAL OCCASION EVENTS

Todo tipo de Eventos Sociales

Bodas, Aniversarios, Gender
Reveals, Baby Showers, Eventos
Corporativos, Reuniones
Familiares y más

239-919-7454

soeventsnaples@gmail.com
5480 Rattlesnake Hammock
Naples Fl 34113



Lleva tu Bienestar al Próximo Nivel



STARONEWELLNESS

TERAPIA IV
HIPNOTERAPIA
VEMI
BIOPTON
MASAJES Y MAS

Reclama tu 15% de descuento
en tu primer tratamiento + 30 minutos de masaje
gratis + consulta médica gratis.

StarOneWellness.com

