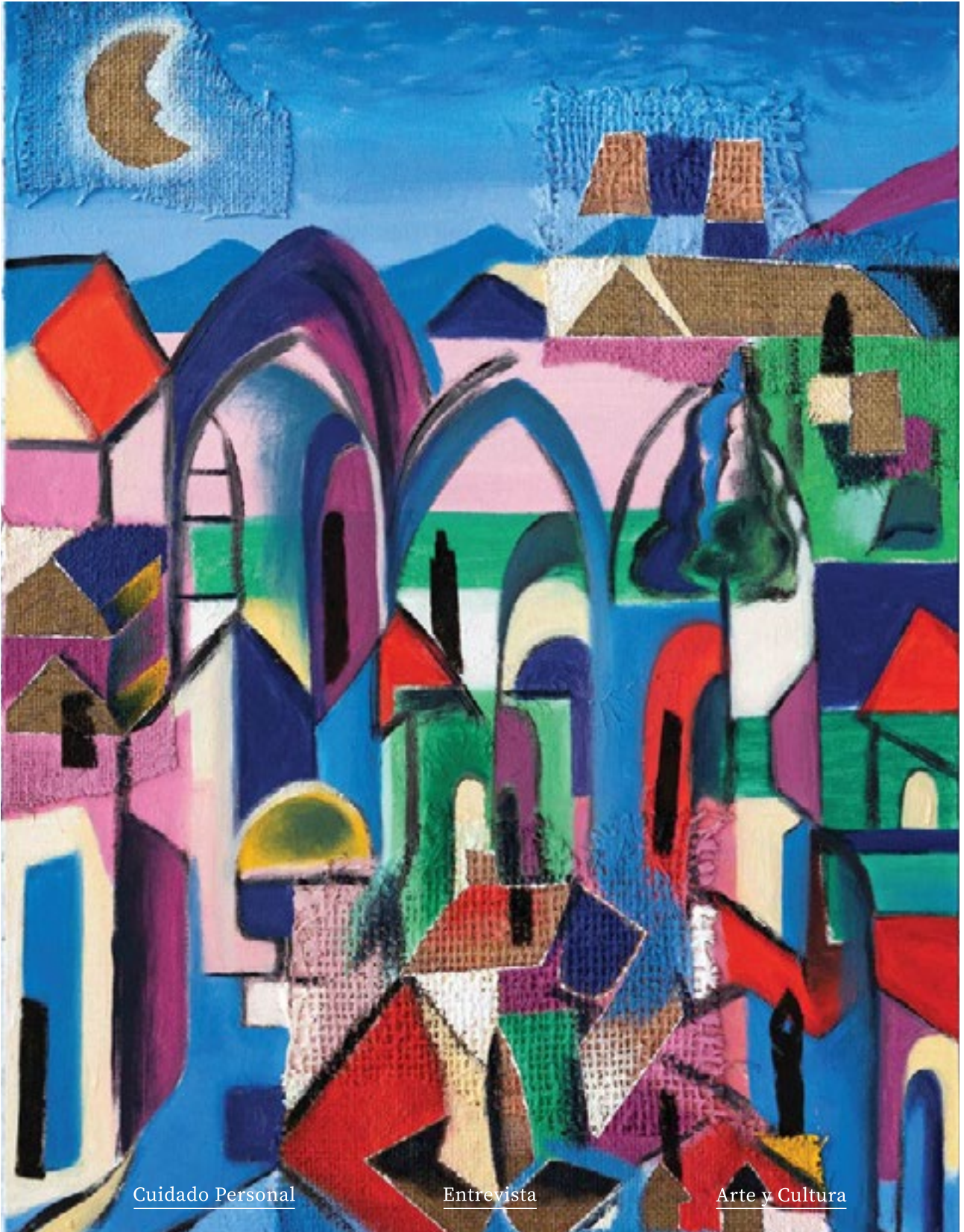


Volumen Seis

# club Provenzal



Cuidado Personal

Entrevista

Arte y Cultura



**ACCA KAPPA**  
*dal 1869*

Enriquecida con aceite de semilla de uva, jojoba, coco y argán, vitamina E y manteca de karité, para nutrir, hidratar y ayudar a regenerar la piel en profundidad.

## CUIDADO **CORPORAL**

Tu piel también necesita algo más

Hasta 48 horas de Hidratación y nutrición intensiva para tu piel y toma neutro para utilizar el perfume que prefieras.



[Saber más](#)



[www.AccaKappa.com.ec](http://www.AccaKappa.com.ec)  
Scala Shopping, entrada principal



La edición de julio-agosto nos invita a detenernos, respirar y mirar con otros ojos aquello que muchas veces, en medio de la prisa, dejamos pasar. Son meses cargados de celebración, memoria e identidad, y por eso quisimos abrir estas páginas rindiendo homenaje a Guayaquil en sus fiestas julianas: una ciudad maravillosa, hecha de carácter, calidez y una energía imposible de confundir. Guayaquil enamora por su gente, por su fuerza, por esa hospitalidad que se siente cercana y auténtica, y también por una gastronomía que conquista los sentidos y se vuelve parte esencial de su alma.

Celebrar a Guayaquil es también celebrar una forma intensa y apasionada de vivir. Pero en esta edición queremos hacerlo desde una reflexión serena, recordándonos lo importante que es tomar tiempo para vivir de verdad, para disfrutar de los detalles, para abrazar los momentos importantes y permitirnos, aunque sea un poco, desacelerar el ritmo. En tiempos en los que todo parece empujarnos a correr, volver a lo básico se convierte casi en un acto de sabiduría.

Volver a lo esencial es regresar a aquello que verdaderamente sostiene la vida: una

conversación sin apuro, una mesa compartida, un paisaje que nos conmueve, un silencio que nos devuelve al centro, una pausa que nos recuerda que vivir no debería ser solo avanzar, sino también sentir.

Quizás ahí, en lo simple y en lo cotidiano, se esconden las formas más profundas de plenitud. Esta edición quiere ser precisamente una invitación a vivir más despacio, a mirar más hondo y a reconectar con lo verdaderamente importante.

En estas páginas también tenemos el privilegio de acercarnos a la mirada y trayectoria de Miguel Betancourt, artista ecuatoriano que nos comparte parte de su camino creativo y nos presenta su nueva muestra, Ad Libitum, llevada a cabo en la ciudad de Quito. Su obra y su sensibilidad nos recuerdan que el arte también es una forma de pausa, de contemplación y de diálogo con lo más íntimo y lo más profundo de nuestra experiencia.

En nuestro recorrido de viajes, nos trasladamos a la Umbría para descubrir Perugia, una ciudad mágica, llena de historia, arte y rincones que merecen ser descubiertos sin prisa. Hay lu-

gares que no solo se visitan, sino que se viven, y Perugia pertenece a esa categoría de destinos que dejan una huella silenciosa, hecha de piedra antigua, belleza serena y encanto perdurable.

Y en Ecuador dirigimos la mirada hacia la inmensidad de nuestra Amazonía, un territorio que para muchos sigue siendo desconocido, pero que guarda una riqueza emocional, natural y espiritual que va mucho más allá de lo imaginable. En su misterio, en su fuerza y en su vida exuberante, la Amazonía nos recuerda que aún existen mundos capaces de sorprendernos profundamente, de despertar nuestros sentidos y de conectarnos con una dimensión más esencial de la existencia.

Entre la celebración de una ciudad que vibra con intensidad, la inspiración que nace del arte y los destinos que invitan a contemplar, esta edición de julio-agosto quiere acompañarlos con una propuesta que une identidad, belleza y reflexión. Ojalá estas páginas los inspiren a disfrutar más conscientemente, a valorar lo cercano, a redescubrir lo extraordinario en lo simple y a darle a la vida un ritmo más humano, más amable y más pleno.

**El equipo editorial de Club Provenzal**

Carta del editor



**Director y editor:**  
Juan M. Bustamante  
director@clubprovenzal.com

**Consejo editorial:**  
Juan M. Bustamante  
Christian Jaramillo  
Carmen María Cruz  
Cristina Borja  
Verónica Suárez  
Carmen Sánchez Moreno  
Soledad Holguín

**Portada Miguel Betancourt:**  
Castillo con pórticos negros - 2024 -  
óleo sobre lienzo cáñamo - 70x50 cm

**Arte & Diseño:**  
Silvio Giorgi  
Leonardo Tipán

**Impresión:**  
Imprenta Mariscal Cia. Ltda.

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| <i>Guayaquil</i>                | 04 |
| <i>Bernardo de Legarda</i>      | 06 |
| <i>Cuentos que el tiempo...</i> | 08 |
| <i>Camille Claudel</i>          | 10 |
| <i>El bioacetato</i>            | 12 |
| <i>Perugia</i>                  | 14 |

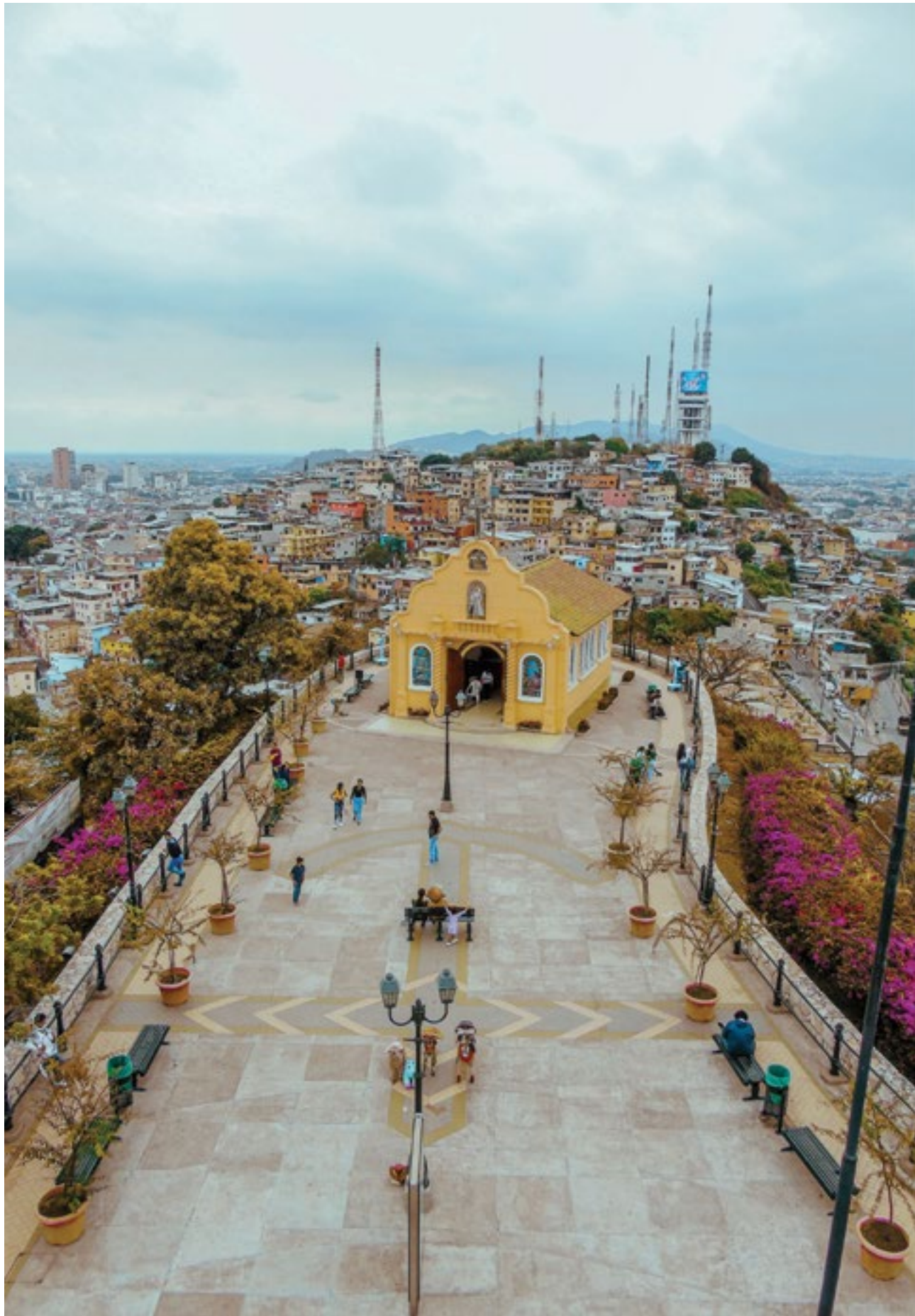
|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| <i>El arte de lucir las canas</i> | 18 |
| <i>Oriente ecuatoriano</i>        | 20 |
| <i>Miguel Betancourt</i>          | 22 |
| <i>Roger Bunny</i>                | 24 |
| <i>Ciencia y naturaleza</i>       | 28 |
| <i>Botox</i>                      | 30 |
| <i>Hojaldre</i>                   | 32 |
| <i>Alimentación</i>               | 34 |
| <i>El arte de la ligereza</i>     | 36 |
| <i>Snobismo del arte</i>          | 38 |
| <i>Sociales</i>                   | 40 |



97%  
de las usuarias  
notaron una piel  
más luminosa  
inmediatamente\*.







# Guayaquil, la ciudad que te adopta

Un homenaje a su fundación... y a esa magia suya que no cabe en una fecha

Guayaquil cumple **495 años** —y, con ella, cumple años una forma de estar en el mundo. Porque el Puerto Principal no se reduce a una efeméride (además, su proceso fundacional fue largo y la fecha exacta se ha discutido históricamente).

Guayaquil es otra cosa: **una energía**. Una mezcla de río y brisa, de barrio y malecón, de historia con sabor. Una ciudad que no te pide permiso para entrar en tu memoria: se te mete por la sonrisa de su gente, por su manera de decir “pasa”, por esa calidez que no es pose, sino costumbre.

## La magia de una tierra que vive en clave de familia

En Guayaquil la familia no es solo un concepto: es un sistema de vida. Se nota en cómo la gente se llama “mi pana” sin haberte visto antes, en cómo el domingo tiene olor a reunión, en cómo el abrazo se da fácil y la conversación se alarga. En una ciudad que ha crecido con el pulso de puerto y de comercio, lo más valioso sigue siendo lo íntimo: **la mesa compartida, el plan improvisado, el “ven, te invito”**.

Y hay algo más: el guayaquileño tiene esa habilidad rara de hacerte sentir parte. No importa si vienes de la Sierra, de la Amazonía o de otro país. Guayaquil no te mira desde arriba: te mira de frente. Y eso, hoy, es casi un lujo.

## Gastronomía que dice Ecuador (sin necesidad de bandera)

Si hay un idioma en el que Guayaquil se vuelve universal, es el de la comida. Porque aquí la gastronomía no es únicamente orgullo: es identidad viva.

• **El encebollado:** ese plato que ha trascendido fronteras y que, en cuanto lo nombras, suena a Ecuador entero. Es sopa y es ritual. Es cura de desvelo, es desayuno con carácter, es el plato que une oficinas, mercados, madrugadas y domingos. No hace falta explicarlo: se prueba y se entiende. (Y sí, se ha convertido en emblema cultural del país.)

• **El bolón de verde:** inigualable. Un invento perfecto: contundente, sencillo, feliz. El bolón es esa prueba de que con verde, buen refrito y una idea clara, se puede construir una nación entera de antojos. Ha invadido mesas en todo Ecuador, pero hay algo en comerlo en Guayaquil —con su café, su prisa amable, su “¿con queso o chicharrón?”— que lo devuelve a casa.

Y luego vienen los acompañamientos inevitables del imaginario costeño: el verde en todas sus formas, el maní que abraza, el marisco que cuenta el litoral, el arroz que nunca falta. Guayaquil alimenta, sí... pero sobre todo recuerda: a infancia, a barrio, a familia, a vacaciones.

## Lugares que no son “atracciones”, son capítulos

Guayaquil no se recorre como catálogo. Se recorre como relato. Y hay sitios que, más que lugares, son símbolos:

• **Las Peñas:** una calle que es postal y memoria. Casas de colores, escalones que te obligan a bajar el ritmo, y esa sensación de que la ciudad se cuenta mejor cuando uno camina despacio.

• **El Cerro Santa Ana:** subirlo es un pequeño rito. A medida que asciendes, Guayaquil se abre como abanico y entiendes por qué esta

ciudad tiene corazón de mirador: porque siempre está mirando al futuro, pero sin soltar el río.

• **El Parque Histórico:** para quien quiera entender la identidad guayaquileña más allá del centro, este lugar funciona como una cápsula afectiva: arquitectura, naturaleza, costumbres, un recordatorio de que la historia no solo se estudia; también se pasea.

(Estos sitios, además, dialogan con ese Guayaquil que se reinventa sin dejar de ser el mismo.)

## Una ciudad diversa, rica, fascinante... y luminosa

Guayaquil es diversidad pura: de acentos, de ritmos, de barrios, de formas de celebrar. Es ciudad de trabajo y de fiesta, de puerto y de familia, de modernidad y tradición. Y, sobre todo, es una ciudad que sabe algo esencial: que la calidez no se improvisa. Se cultiva.

Por eso, cuando llega su aniversario, no se celebra solo una fundación: se celebra una manera de vivir.

## La invitación (con los sentidos)

Si eres guayaquileño, este es tu recordatorio: lo tuyo es un privilegio. No lo normalices. Y si visitas Guayaquil, ve con el corazón abierto y el apetito despierto: prueba un encebollado temprano, comparte un bolón sin culpa, sube al cerro cuando el sol afloje, camina Las Peñas como quien lee una carta antigua.

Guayaquil es una ciudad para sentirla: en la piel, en la risa, en el sabor. Y eso —esa magia cotidiana que te adopta— merece festejarse por todo lo alto.



# Bernardo de Legarda



Arte y Cultura

Club Provençal

En el Quito colonial, el arte no era un lujo: era un lenguaje. Se rezaba con imágenes, se aprendía con retablos, se lloraba frente a un Calvario. Y en ese mundo donde la madera podía volverse milagro, **Bernardo de Legarda** (c. 1700–1773) destacó como uno de los creadores más inspirados y versátiles del arte virreinal ecuatoriano.

No es casual que su nombre haya sobrevivido cuando tantos otros se perdieron en el anonimato de talleres y conventos: Legarda no solo ejecutó encargos. Le dio **carácter, vigor y un pulso propio al barroco quiteño**, y dejó obras que hoy siguen marcando la manera en que Quito se reconoce a sí mismo.

## Un taller cerca de San Francisco y una vida entregada al oficio

De Legarda no lo sabemos todo —la documentación es fragmentaria—, pero lo esencial se mantiene: fue un artista profundamente ligado al **arte sacro**, y trabajó de manera intensa desde su taller, muy cerca del mundo franciscano. El Centro Virtual Cervantes lo describe como un creador **polifacético**, capaz de moverse entre disciplinas: ebanistería, pintura, impresión, platería, talla de retablos e imágenes piadosas.

Hay quienes dicen que la ruptura de su matrimonio influyó mucho a Legarda ya que, ese quiebre, lo llevó a concentrarse todavía más en el trabajo, casi como si el taller se hubiera convertido en su refugio. En el Quito de entonces, eso significaba días enteros entre herramientas, pigmentos, oro, barnices y madera; un mundo donde la paciencia era parte de la fe.

## El gran giro: la Inmaculada que parecía bailar

Si hay una obra que convirtió a Legarda en referente, es la que acabaría

## El artesano que hizo “moverse” al barroco quiteño

por convertirse en símbolo de ciudad: la célebre Inmaculada Concepción (1734), conocida popularmente como la Virgen de Quito o Virgen de Legarda, ubicada en el altar mayor de la Iglesia de San Francisco.

Lo extraordinario de esa imagen no es solo su belleza. Es su sensación de movimiento. No posa: avanza. No está quieta: parece girar en el aire. Y, además, la iconografía se vuelve inconfundible por sus alas, el rasgo que terminaría definiendo una “Virgen quiteña” como algo único en el continente.

Ese gesto —casi musical— hizo algo más profundo: popularizó un tipo de imagen, replicada e imitada, hasta el punto de proyectarse más allá de Quito. Incluso se menciona una réplica mayor atribuida al propio Legarda venerada en Popayán (Colombia).

## Por qué fue un referente en la Escuela Quiteña

A Legarda se le suele recordar como “imaginero”, pero eso se queda corto. Su aporte fue de escala urbana: convirtió iglesias en verdaderas galerías, pobló altares y espacios devocionales con una calidad técnica y expresiva que definió el gusto del siglo XVIII quiteño.

El Centro Virtual Cervantes, además, subraya algo esencial para entender su peso: Legarda no fue rutinario. Supo absorber lo mejor del barroco local y darle tono y vigor a su obra. En otras palabras: no solo trabajó dentro de una tradición; la empujó hacia adelante.

## Piezas representativas para seguirle el rastro

Si quieres “leer” a Legarda en Quito, no lo busques en un solo lugar. Está

disperso como están los grandes: en templos, en retablos, en rincones donde la ciudad guarda sus tesoros.

## 1) La Virgen de Quito (Inmaculada Concepción), 1734

Su obra más emblemática, en San Francisco. Una imagen que definió un estilo y terminó inspirando incluso el gran imaginario del Panecillo.

## 2) Retablos en La Merced y en el Carmen Moderno

Cervantes menciona los retablos elaborados por Legarda en La Merced y el Carmen Moderno, piezas clave del barroco quiteño y del “teatro” visual de la fe.

## 3) El Calvario de la capilla de Cantuña

Una obra citada entre sus creaciones destacadas: dramatismo barroco y devoción en escena.

## 4) La mampara de Santo Domingo (1767)

Arquitectura interior convertida en arte: un elemento funcional que se vuelve pieza estética y narrativa.

## Legarda hoy: el nombre que sigue sosteniendo una ciudad

Hay artistas que pertenecen a los museos. Legarda pertenece a la **mirada cotidiana de Quito**: en sus iglesias, en sus símbolos, en esa idea de belleza barroca que no se explica del todo con palabras, porque se entiende con el cuerpo: caminando, mirando hacia arriba, dejando que el dorado y la madera te cuenten la historia.

Y quizá por eso su legado es tan vigente: porque nos recuerda que la Escuela Quiteña no fue solo una etapa artística. Fue una manera de hacer identidad. Una manera de decir: aquí también se crea con maestría.





Arte y Cultura

Club Provenzal

Una sección cultural  
de Club Provenzal

# Julio Cortázar

## Casa Tomada:

la invasión invisible

En un mundo que cada vez lee menos, los cuentos breves para adultos han quedado como islas pequeñas y luminosas en un mar de ruido. Hay obras maestras que, con apenas unas páginas, nos sacuden, nos hacen pensar o nos dejan con esa extraña sensación de haber tocado algo importante. En Club Provenzal, creemos que ese tipo de literatura merece volver a la luz. Por eso, en esta sección cultural, compartimos con nuestros lectores cuentos que quizás el tiempo ha querido olvidar... pero que siguen tan vigentes como el primer día.

En esta edición, viajamos a la literatura latinoamericana de la mano de Julio Cortázar, uno de los grandes maestros del relato breve, y de su inquietante y enigmático cuento "Casa Tomada".

### Julio Cortázar: el cronopio mayor

Julio Cortázar nació en Bruselas, se crió en Argentina y murió en París. Fue un autor universal, un tejedor de laberintos narrativos, juegos, sombras y revelaciones. Su obra rompió moldes, desdibujó fronteras entre lo real y lo fantástico, y le dio a la literatura en español una nueva respiración.

Amaba el jazz, el surrealismo y las palabras bien puestas. Fue un cuentista magistral, capaz de convertir

lo cotidiano en algo profundamente inquietante. Leer a Cortázar es caminar por una calle familiar y de pronto darse cuenta de que la sombra que sigue tus pasos no es la tuya.

Irene y su hermano viven en una vieja casa heredada, amplia y silenciosa, en algún rincón de Buenos Aires. Llevan una vida monótona, tranquila, casi estática. Se dedican a tareas simples: tejer, leer, ordenar la vajilla. No parecen necesitar nada más. Hasta que un día, sin previo aviso, una parte de la casa comienza a ser "tomada".

¿Qué la toma? Nunca se dice. No hay monstruos, ni ruidos explícitos. Solo una presencia que obliga a los protagonistas a retirarse, primero de una habitación, luego de otra... hasta quedar fuera de la casa, desplazados por algo que nunca vemos, pero que sentimos profundamente.

"Casa Tomada" es una metáfora brillante. Puede leerse como un cuento de terror silencioso, como una alegoría política, como una historia de represión emocional o como un poema sobre la pérdida. Y justamente ahí radica su poder: en lo no dicho, en lo que se insinúa sin mostrarse.

Este cuento, publicado por primera vez en 1946, sigue generando

interpretaciones y escalofríos. Es breve, hipnótico, y absolutamente inolvidable.



Escanea el código QR para leer el cuento completo y ahorremos papel.

Sumérgete en una de esas historias que te obligan a mirar tu propia casa —y tus propias rutinas— con otros ojos. Porque a veces, lo más inquietante no es lo que se ve, sino lo que apenas se intuye.





La escultura rota  
por el olvido:

# Camille Claudel.



10

La historia del arte está llena de nombres que brillan con luz propia, pero también de otros que fueron relegados a la sombra. Uno de los casos más conmovedores es el de Camille Claudel (1864–1943), escultora francesa cuya vida y obra quedaron marcadas por la incomprensión, la explotación y el abandono. Admirada en su tiempo por su talento excepcional, terminó siendo víctima de aquellos que decían apoyarla, pero que en realidad aprovecharon su fragilidad y su genialidad.

## Un talento precoz

Camille mostró desde joven una habilidad extraordinaria para la escultura. En una época en la que el arte era un terreno casi exclusivo de los hombres, luchó contra los prejuicios y consiguió formarse en París, donde pronto llamó la atención por la fuerza y la sensibilidad de sus piezas. Sus esculturas transmitían un dominio del mármol y el bronce inusual en alguien de su edad, y con ellas expresaba una visión profundamente personal de la condición humana.

## El encuentro con Rodin

Su destino se entrelazó con el del

célebre escultor Auguste Rodin, de quien fue alumna, musa, colaboradora y amante. La relación con Rodin fue intensa y tormentosa: por un lado, le permitió desarrollar su arte en un ambiente de creación compartida; por otro, la encadenó a la sombra de un maestro que muchas veces se atribuyó méritos de piezas en las que Camille había tenido un rol fundamental.

Los celos, la desigualdad de poder y las tensiones emocionales terminaron destruyendo la relación, pero también dañaron la reputación de Camille. En un mundo artístico dominado por hombres, la joven escultora quedó reducida a “la amante de Rodin”, cuando en realidad su obra hablaba por sí sola.

## La incomprensión y el aislamiento

Camille luchó por consolidarse como artista independiente, pero el peso del escándalo y la falta de apoyos financieros dificultaron su camino. Poco a poco fue marginada por el mismo círculo que antes la había aclamado. Sus últimos años estuvieron marcados por la soledad y el deterioro de su salud mental.

En 1913, su propia familia, en lugar de protegerla, decidió internarla en un manicomio donde permaneció los últimos 30 años de su vida, olvidada y sin reconocimiento. Murió en 1943, en el más absoluto abandono, mientras muchas de sus obras se deterioraban o desaparecían.

## El legado rescatado

Hoy, sin embargo, la figura de Camille Claudel ha sido reivindicada. Sus esculturas, como La edad madura, Cloto o La ola, se consideran obras maestras del simbolismo y del realismo expresivo. Su arte habla de fuerza y fragilidad, de deseo y dolor, de una sensibilidad que transformó el mármol en emociones palpables.

Camille fue víctima de una época y de un sistema que no supo valorar a una mujer artista en toda su dimensión. Pero su legado trasciende las sombras: es la prueba de que el arte verdadero sobrevive a la injusticia, y de que las voces silenciadas siempre encuentran un camino para ser escuchadas.

Arte

Club Provençal



Camille Claudel no fue solo la musa de Rodin: fue una creadora única, cuya vida nos recuerda cuánto talento se perdió en los márgenes de la historia.

## Dónde descubrir a Camille Claudel

Aunque durante décadas fue olvidada, hoy la obra de Camille Claudel ocupa el lugar que merece en la historia del arte. Estas son algunas de sus piezas más emblemáticas y dónde se pueden admirar:

• **La edad madura (1899)** – Una de sus obras más conocidas, alegoría

del paso del tiempo y de su relación con Rodin.

**Musée d'Orsay, París.**

• **Cloto (1893)** – Escultura de la Parca de la mitología griega, símbolo de destino y dolor.

**Musée Rodin, París.**

• **La ola (1897)** – Una de sus piezas más dinámicas, donde el movimiento del mar se convierte en metáfora de la vida.

**Musée Rodin, París.**

• **Sakuntala (1888)** – Inspirada en un poema hindú, representa el reencuentro amoroso, lleno de ternura y fuerza.

**Musée Camille Claudel, Nogent-sur-Seine.**

• **El vals (1893)** – Una delicada representación del movimiento y la pasión, considerada una de sus obras más sensuales.

**Musée Camille Claudel, Nogent-sur-Seine.**

Hoy, el Musée Camille Claudel en Nogent-sur-Seine (inaugurado en 2017) guarda la mayor colección de sus obras, convirtiéndose en un espacio de justicia histórica para una artista cuya voz fue silenciada en vida.



11





LÍNEA EYE - ACCA KAPPA

Cepillos para el cabello, cepillo para el cuerpo, cepillo de dientes y cepillo para uñas.

100% BIODEGRADABLE - 100% RECICLABLE

# El Bioacetato:

Una Alternativa Sostenible para el Futuro.

En un mundo donde la sostenibilidad es cada vez más crucial, el bioacetato emerge como una opción innovadora y ecológica. Este material, derivado de fuentes naturales como la pulpa de madera o el algodón, ha ganado protagonismo como alternativa al acetato convencional, que se obtiene del petróleo y es uno de los plásticos más problemáticos para el medio ambiente.

El bioacetato se presenta como una solución biodegradable, que no solo ayuda a reducir la huella ecológica, sino que también tiene aplicaciones interesantes en sectores como la cosmética, la moda y, en particular, en la fabricación de cepillos corporales.

## **¿Qué es el Bioacetato y Cómo se Obtiene?**

El bioacetato es un material plástico biocompatible y biodegradable que se obtiene principalmente a partir de recursos renovables, como la celulosa derivada de la madera o el algodón. A diferencia del acetato tradicional, que utiliza derivados del petróleo, el bioacetato se produce mediante la modificación química de la celulosa, utilizando compuestos como el ácido acético y un agente plastificante. Este proceso convierte las fibras naturales en un material plástico flexible y resistente, que puede ser moldeado en una variedad de productos.

La producción de bioacetato es más amigable con el medio ambiente debido a que no depende de fuentes no renovables y su proceso de fabri-

cación genera menos emisiones de carbono. Además, a lo largo de su ciclo de vida, el bioacetato tiene un menor impacto ambiental, lo que lo convierte en una opción preferida para marcas comprometidas con la sostenibilidad.

## **Biodegradabilidad y Sostenibilidad: Ventajas del Bioacetato**

Una de las características más destacadas del bioacetato es su biodegradabilidad. A diferencia de los plásticos convencionales, que pueden tardar siglos en descomponerse, el bioacetato se desintegra más rápidamente en el medio ambiente, especialmente en condiciones adecuadas de humedad y temperatura. Esto lo convierte en una opción mucho más respetuosa con los ecosistemas, ya que no contribuye a la acumulación de residuos plásticos en la naturaleza.

El bioacetato no solo es biodegradable, sino que también es no tóxico, lo que significa que no libera sustancias peligrosas al descomponerse. Su uso en productos de consumo cotidiano, como en artículos de higiene personal o cosmética, representa una forma de reducir el impacto negativo de los plásticos convencionales.

## **Acca Kappa y sus Cepillos Corporales de Bioacetato**

Una de las marcas pioneras en el uso del bioacetato en sus productos es Acca Kappa, una empresa conocida por su compromiso con la calidad y la sostenibilidad. Acca Kappa ha optado por incorporar este material innovador en la fabricación de sus cepillos corporales, una línea de productos diseñada no solo para cuidar la piel, sino también para cuidar el planeta.

Los cepillos corporales de Acca Kappa fabricados con bioacetato ofrecen una serie de ventajas tanto para el usuario como para el medio ambiente. El material es suave, resistente y ligero, lo que garantiza una experiencia de uso cómoda y efectiva. Además, al ser biodegradable, estos cepillos tienen un menor impacto ambiental al final de su vida útil, lo que refuerza el compromiso de Acca Kappa con la sostenibilidad.

La utilización del bioacetato en los cepillos corporales también refleja una tendencia creciente en la industria de la belleza y el cuidado personal hacia el uso de materiales ecológicos. Al elegir productos fabricados con bioacetato, los consumidores no solo están invirtiendo en su bienestar, sino también en la salud del planeta.

## **Conclusión**

El bioacetato es una de las soluciones más prometedoras para combatir la contaminación plástica, gracias a su origen renovable y su biodegradabilidad. Su capacidad para sustituir al plástico tradicional sin comprometer la funcionalidad lo convierte en un material ideal para una amplia gama de productos. Marcas como Acca Kappa han demostrado cómo este material puede ser incorporado en artículos de uso diario, como cepillos corporales, ofreciendo una opción más ecológica para los consumidores conscientes del impacto ambiental de sus decisiones de compra.

La adopción generalizada del bioacetato podría ser un paso significativo hacia un futuro más sostenible, donde la innovación y el respeto por el medio ambiente vayan de la mano.



# Perugia:

una ciudad en capas, donde la historia se camina... y el final siempre sabe a chocolate.

Hay ciudades que se conocen con un mapa, y otras que se descubren con una idea: seguir las capas del tiempo. Perugia —en el corazón de Umbría— es una de esas ciudades que no se explican solo con “qué ver”, porque lo más valioso no es una lista, sino la sensación de estar dentro de un relato: cada calle te deja leer un siglo distinto.

Perugia habla con sus vestigios a la vista —arcos, plazas, palacios—, pero también con lo que esconde: corredores subterráneos, restos incorporados a edificios, pasajes que atraviesan la ciudad como una memoria bajo el suelo. Y cuando el viajero cree que ya entendió su carácter austero y elegante, Perugia le guiña un ojo: aquí la historia también se come, y se come muy bien.

Acompáñanos a recorrerla “por capas”: etrusca, romana, medieval, renacentista... y deliciosamente actual.

## Capa 1: Etrusca – el origen que todavía custodia la ciudad

Perugia nació antes de Roma. Su raíz etrusca no es una nota al pie: es una presencia física, firme, de piedra.

El mejor símbolo es el Arco Etrusco, una de las puertas monumentales más impresionantes de la ciudad. Y aquí va una precisión importante (y una corrección necesaria): no es cierto que los romanos hayan sido los primeros en construir arcos “circulares”. Los etruscos ya dominaban el arco verdadero, y el Arco Etrusco ya fue concebido con arcos redondeados. Lo romano vendrá después, como una firma añadida, no como la forma original.

Acércate sin prisa. Mira los bloques, la escala, el gesto de fortaleza. Es fácil imaginarlo como umbral: un punto de entrada, sí, pero también una declaración de permanencia.

Y luego, cuando quieras sentir esa antigüedad aún más cerca, baja el ritmo y busca la Perugia subterránea: pozos, estructuras y espacios que revelan el ingenio de una ciudad que aprendió a sobrevivir con agua, piedra y estrategia. Perugia no se limita a lo que luce: también se entiende por lo que protege bajo tierra.

## Capa 2: Romana – la ciudad rebautizada, reorganizada y “firmada” en piedra

Roma no “inventó” Perugia, pero sí la transformó. Su huella aquí se siente como una reorganización del poder: la ciudad se integra al mundo romano y adopta otro lenguaje político, urbano y simbólico.

Ese cambio puede leerse en un detalle que parece pequeño, pero que es enorme para quien disfruta

descifrar ciudades: las inscripciones romanas. En el Arco Etrusco, lo romano aparece como una marca de época: una manera de decir “esto ahora pertenece a otro orden”. Es la historia escrita sin pergamino: tallada.

En Perugia, Roma se percibe así: no siempre como una ruina aislada, sino como una capa que renombra, reordena y reinterpreta lo que ya existía. Caminarla con esa idea es un placer: el viajero empieza a notar que muchas ciudades “muestran” historia; Perugia, en cambio, la superpone.

## Capa 3: Medieval – la edad de oro del centro: plaza, poder y agua convertida en arte

Entonces llegas al corazón y lo entiendes: Perugia fue medieval con fuerza, con orgullo, con sentido cívico.

La Piazza IV Novembre concentra esa energía como un escenario perfecto. Aquí la ciudad se vuelve emblemática: piedra clara, escalinatas, fachadas solemnes, y un pulso que sigue vivo. En el centro, la Fontana Maggiore no es solo una fuente bonita: es una obra que celebra algo tan esencial como el agua... y lo hace con el lenguaje del arte, como si Perugia dijera: “nuestros logros merecen belleza”.

Muy cerca, el Palazzo dei Priori impone su presencia con la elegancia de lo institucional: un edificio que no pide permiso, porque nació para gobernar y para durar. Sus volúmenes, sus ventanas, su aire severo: todo te lleva a imaginar la ciudad medieval como un organismo potente, independiente, orgulloso de su orden.

Esta capa medieval es, para muchos viajeros, el instante de enamoramiento. Porque no es un barrio reconstruido para el turismo: es un centro histórico que sigue siendo el centro, donde la gente vive, se encuentra, compra, conversa, se sienta a tomar algo... rodeada de siglos.

## Capa 4: Renacentista – el arte como luz: cuando Perugia afina su belleza

Y luego, como si la ciudad respirara distinto, aparece el Renacimiento.

Aquí la historia deja de ser únicamente defensa y administración: se vuelve armonía, proporción, pintura, detalle. Perugia abre puertas interiores: oratorios, salas, colegios anti-

guos, espacios donde el arte no está “colgado” como una decoración, sino integrado como identidad.

Es el momento de entrar, mirar arriba, y quedarse quieto unos segundos. Porque el Renacimiento en Perugia no se vive como un “museo distante”: se vive como una continuidad natural del casco histórico. Como si la ciudad se hubiera refinado sin perder su carácter.

## Capa 5: Perugia subterránea – la historia que no se ve... hasta que la cruzas

Hay una experiencia que resume el espíritu perugino: caminar por debajo de Perugia.

Bajo el centro, la ciudad guarda pasajes, niveles y espacios que cuentan conflictos, reordenamientos, épocas en que el poder no solo construía en alto, sino también borraba y levantaba encima. Esa sensación —la de atravesar un “doble fondo” urbano— es una de las más memorables de toda Umbría.

Perugia, literalmente, tiene una segunda ciudad debajo: un recorrido que te devuelve el asombro de sentir la historia como arquitectura, como peso, como silencio fresco de piedra.

## Comer Perugia: cuando la historia termina en mesa... y empieza de nuevo

Perugia no se recorre con hambre: se recorre con apetito. Aquí la gastronomía no es “un complemento”; es otro capítulo de la ciudad.

## La trufa: perfume de Umbría

La trufa —especialmente la negra— aparece como un lujo sobrio, profundamente local. No necesita salsas pesadas: en Umbría manda la idea de pocos ingredientes, intensidad máxima. Un plato de pasta con trufa puede ser minimalista y, aun así, inolvidable.

## La porchetta: calle, tradición y felicidad inmediata

Hay comidas que son un abrazo directo: la porchetta es una de ellas. Carnosa, aromática, con ese equilibrio entre jugosidad y corteza crujiente, suele encontrarte en formato de bocadillo, perfecto para comer mientras sigues caminando. Perugia se disfruta mucho así: un bocado, una calle, una vista, otra curva.



**Strangozzi: la pasta que cambia de traje sin perder el alma**  
Los strangozzi son una pasta típica de Umbria y funcionan como un lienzo para variaciones que enamoran:

- **Strangozzi a la trufa:** la versión “umbral” por excelencia: perfumada, elegante.
- **Strangozzi con ragù:** más profundo, más de domingo, ideal si buscas contundencia.
- **Strangozzi con tomate, ajo y hierbas:** simple, honesta, y perfecta para entender el sabor italiano sin artificios.
- **Strangozzi con setas:** una opción que se siente muy de bosque y temporada.

Cada preparación te recuerda algo importante: Perugia no presume, convencen sus sabores.

**Perugina: el chocolate que nació aquí (y se convirtió en símbolo)**  
Y sí: Perugia también tiene un final dulce con nombre propio. Perugina es originaria de Perugia, y su chocolate forma parte del imaginario italiano como un emblema de la ciudad.

El gesto más típico es sencillo y perfecto para viajeros: comprar un chocolate, caminar por el centro, y dejar que el recorrido termine con una pausa dulce. En Perugia, ese cierre no es un souvenir: es cultura.

**Un itinerario emocional para querer volver**  
Si tuviéramos que resumir Perugia en una experiencia (y no en una lista), sería así:

- **Mañana:** puertas antiguas y piedra etrusca para empezar desde el origen.
- **Mediodía:** plaza medieval, fuente, palacios, y ese instante en que la ciudad te “cierra la historia” con belleza.
- **Tarde:** bajar al subsuelo y sentir la ciudad por dentro, como un secreto compartido.
- **Noche:** trufa o strangozzi, una copa tranquila, y chocolate para sellar el día.

Perugia no exige prisa. De hecho, su encanto está en lo contrario: te enseña a caminar más lento, a mirar más, a escuchar la piedra, a entender que viajar también es aprender a leer un lugar.

**Invitación final**  
Perugia es una ciudad que no compite por ser estridente. No necesita. Su magia está en la profundidad: una historia que se acumula sin borrarse, un centro que se vive, un subsuelo que sorprende, y una gastronomía que convierte cualquier paseo en celebración.

Si buscas una Italia auténtica, de descubrimiento, de detalles que se revelan paso a paso... Perugia te espera.

Y lo mejor es que, una vez la visitas, te queda esa sensación rara y feliz de haber encontrado una ciudad que todavía se siente como un hallazgo.

**Strangozzi (pasta fresca sin huevo)**

**Rinde:** 3–4 porciones

**Tiempo:** 15–20 min de preparación + 30 min de reposo + 5 min de cocción

- Ingredientes**
- 100 g de harina de trigo (harina común)
  - 200 g de sémola de trigo duro (semolina)
  - 120 g de agua (a temperatura ambiente)

**Nota:** la sémola puede absorber un poco más o menos según la marca y el clima. Empieza con 120 g y ajusta si hace falta.

- Utensilios recomendados**
- Superficie de trabajo (mesa o tabla)
  - Rodillo (o máquina de pasta, opcional)
  - Cuchillo o cortador de masa
  - Olla grande para hervir

- Preparación**
- 1) Mezcla y formado de la masa
1. En una mesa o en un bol grande, mezcla la harina + la sémola.
  2. Haz un “volcán” con la mezcla y vierte el agua poco a poco en el centro.
  3. Integra con un tenedor o con la mano hasta que ya no quede harina suelta.
- 2) Amasado
1. Amasa durante 8–10 minutos, hasta lograr una masa firme, lisa y elástica.
  2. Si la masa se siente muy seca o se quiebra, agrega agua de a cucharaditas (5 ml) y sigue amasando.
  3. Si está pegajosa, espolvorea un poco más de sémola sobre la mesa y amasa hasta corregir.

- 3) Reposo
1. Forma una bola.
  2. Cúbrela con film o un paño y deja reposar 30 minutos. Esto relaja el gluten y facilita estirar.

- 4) Estirado y corte (forma “strangozzi”)
1. Divide la masa en 2–3 partes para tra-

- bajar más cómodo.
2. Estira con rodillo (o máquina) hasta un grosor de 2–3 mm.
  3. Espolvorea sémola por encima para que no se pegue.
  4. Corta tiras largas tipo “cordón” de 3–5 mm de ancho (más rústicos y gruesos = más “strangozzi”).
  5. Separa las tiras y espolvorea un poco más de sémola para que no se peguen entre sí.

- Cocción**
1. Hierve abundante agua y sala bien (debe saber “a mar suave”).
  2. Cocina los strangozzi 2–4 minutos (pasta fresca cuece rápido).
  3. Prueba uno: deben quedar al dente.
  4. Escurre y reserva un poco del agua de cocción (ayuda a ligar la salsa).

- Cómo servirlos**
- Aquí va lo bonito: combínalos con la salsa que prefiera el lector.
- Ideas que funcionan de maravilla:
- Mantequilla/aceite + trufa (si tienes trufa o crema de trufa)
  - Ajo + aceite de oliva + perejil (simple y clásica)
  - Salsa de tomate rápida con albahaca
  - Setas salteadas y un toque de queso
  - Ragù (carne o versión vegetariana)
  - Crema de queso (pecorino/parmesano) con pimienta

**Tip pro:** Saltea la pasta ya cocida 1 minuto en la sartén con la salsa y añade un chorrito del agua de cocción para que todo se vuelva más sedoso y se adhiera mejor.

- Conservación**
- En el día: guárdalos espolvoreados con sémola y cubiertos, en la nevera hasta 24 h.
  - Para congelar: forma “nidos” sobre una bandeja, congela 1–2 h y luego pasa a bolsa. Se cocinan directamente congelados (añade 1–2 minutos).

Si quieres, también te redacto una “nota de revista” de 4–5 líneas para acompañar la receta (contexto umbro/perugino + sugerencias de maridaje) con el tono Club Provençal.



Viajes

# LA ALTERNATIVA NATURAL DEL RETINOL

## SUPER EXTRACTO DE IMMORTELE

Hasta un 19% menos de arrugas visibles en el rostro\*.





Tips

## El arte de lucir las canas: cuidado, estilo y elegancia consciente.

Durante décadas, las canas fueron vistas como algo que debía ocultarse. Un signo del paso del tiempo que convenía disimular, corregir o borrar. Sin embargo, algo está cambiando. Cada vez más personas deciden dejar de esconderlas y empezar a habitarlas con orgullo, entendiendo que el cabello blanco o gris no es un símbolo de descuido, sino una expresión de identidad, madurez y elegancia.

Lucir las canas no es renunciar al cuidado, es elevarlo. Es elegir una estética que nace del respeto por el cuerpo y por la historia que llevamos escrita en él.

### El cabello canoso: entenderlo para cuidarlo

Cuando el cabello pierde melanina, no solo cambia de color: también se transforma su estructura. El cabello canoso suele ser más seco, más po-

roso y, en ocasiones, más áspero al tacto. También puede adquirir tonos amarillentos debido a la exposición al sol, al calor o a productos inadecuados.

Por eso, aceptar las canas implica comprender que sus necesidades son distintas. Cuidarlas no es opcional: es la clave para que luzcan luminosas, sanas y sofisticadas.

### Rituales de cuidado que marcan la diferencia

El primer paso es elegir productos adecuados. Champús suaves, preferiblemente sin sulfatos agresivos, ayudan a mantener la hidratación natural del cabello. Los productos matizantes, usados con moderación, permiten neutralizar reflejos amarillos sin alterar la fibra capilar.

Las mascarillas nutritivas y los aceites ligeros se convierten en

aliados indispensables para devolver suavidad y brillo. Y, como en todo ritual de belleza consciente, la constancia es más importante que la cantidad. Menos productos, mejor elegidos.

No hay que olvidar que el cuidado comienza desde dentro: una alimentación equilibrada, rica en antioxidantes, minerales y grasas saludables, se refleja también en la calidad del cabello.

### El corte: arquitectura y carácter

Un buen corte puede transformar por completo la percepción del cabello canoso. Aporta movimiento, estructura y luz. Cortes bien definidos, con líneas limpias o capas sutiles, realzan el color gris y lo convierten en protagonista.

Aquí, el asesoramiento profesional cobra un valor esencial. Entender la forma del rostro, la textura del cabello y el estilo de vida permite construir una imagen coherente, elegante y auténtica.

### Vestir en armonía con el gris

El cabello canoso invita a una nueva relación con el vestir. Tonos neutros, tierras, blancos rotos, azules profundos o negros bien estructurados potencian su elegancia natural.

Los tejidos nobles, las siluetas bien pensadas y los detalles cuidados elevan el conjunto sin necesidad de excesos.

No se trata de seguir tendencias, sino de construir un estilo propio, uno que dialogue con lo que somos hoy. Vestirse se convierte así en un acto de coherencia y respeto hacia uno mismo.

### Canas con orgullo: una elección consciente

Decidir lucir las canas es, en muchos casos, un acto íntimo y valiente. Significa dejar de competir con ideales irreales y comenzar a reconocer la belleza que nace de la autenticidad.

Cada hebra blanca es testigo de experiencias, aprendizajes y tiempo vivido. No hay nada que ocultar en ello. Al contrario: hay carácter, hay presencia, hay verdad.

En un mundo que insiste en borrar el paso del tiempo, elegir convivir con él con elegancia es un gesto profundamente moderno. Porque la belleza que perdura no es la que niega la edad, sino la que sabe llevarla con dignidad, cuidado y amor propio.

2.



3.



1.



4.



### Guía de compras

1. Shampoo matizante Nuggela & Sulé, 2. Acondicionador y mascarilla Nuggela & Sulé, 3. Shampoo Acca Kappa, 4. Cepillo eye Acca Kappa.



# Oriente ecuatoriano:

dormir en la selva, despertar en un río



20

Viajes

© Napo Wildlife Center

**La Amazonía del Ecuador y sus refugios con encanto para una experiencia verdaderamente inmersiva.**

Hay viajes que se recuerdan por una foto. Y hay viajes —los más valiosos— que se recuerdan por un sonido: el coro de insectos al caer la tarde, un aleteo inesperado en la copa de los árboles, el agua que marca el rumbo cuando la canoa avanza sin prisa.

El Oriente ecuatoriano no se “visita” como un destino más. Se entra en él. Y, una vez adentro, la selva hace lo suyo: te baja el ritmo, te afina los sentidos y te devuelve una versión más presente de ti mismo.

Para Club Provenzal, la Amazonía es ese Ecuador que sorprende incluso a quienes creen conocerlo. Un territorio de selvas exuberantes, ríos que parecen caminos vivos y hoteles mágicos —lodges y refugios— que no compiten con la naturaleza: se esconden en ella.

**Tres puertas para descubrir la Amazonía (y elegir tu propia aventura)**

**1) Yasuní: el “corazón verde” que late fuerte**

Si sueñas con una Amazonía profunda, de biodiversidad abrumadora y paisajes que parecen infinitos, tu brújula apunta a Yasuní.

El Parque Nacional Yasuní, en las provincias de Orellana y Pastaza, es un área protegida creada en 1979 y forma parte del Sistema Nacional de Áreas Protegidas. Entre las actividades destacadas están la fotografía, el paseo en canoa y la excursión en selva.

Además, Yasuní es también Reserva de Biosfera: la UNESCO la describe como una de las regiones más biológica y culturalmente diversas del planeta.

**¿Cómo se vive Yasuní?**

En modo contemplación: amaneceres en lagunas, caminatas guiadas que parecen una clase magistral de vida, y noches donde la selva —por fin— toma la palabra.

**2) Cuyabeno: agua, espejos y atardeceres que parecen cine**

Si lo tuyo es la Amazonía acuática —lagunas, bosques inundados y cielos que se reflejan como un espejo—, Cuyabeno es un flechazo.

La Reserva de Producción de Fauna Cuyabeno (Orellana y Sucumbíos) también fue creada en 1979 y, según la ficha del sistema oficial de áreas protegidas, ofrece experiencias como paseo en canoa, excursión en selva y pesca vivencial.

Desde el Ministerio de Turismo se destacan actividades como observación de delfines rosados y grises, caminatas, avistamiento de aves y recorridos (incluidas actividades acuáticas) en Laguna Grande, uno de sus escenarios más icónicos.

**¿Cómo se siente Cuyabeno?**

Como un viaje de luz: aquí el atardecer no es “un momento”, es un ritual diario.

**3) Alto Napo: Tena y Misahuallí, la Amazonía amable (y muy auténtica)**  
Para quienes quieren una expe-

riencia selvática con buen acceso por carretera y planes que combinan naturaleza + cultura + gastronomía, el Alto Napo es una puerta preciosa.

Ecuador Travel (plataforma turística del país) presenta a Tena como una entrada al “paraíso amazónico”, con cascadas, senderos y una gastronomía que se disfruta sin complicaciones.

**¿La gran ventaja?**

Puedes armar un viaje corto de fin de semana o una escapada más larga, sumando caminatas, ríos y alojamientos con encanto cerca de Puerto Misahuallí.

**Sabores del Oriente: comer la selva con respeto y curiosidad**

Viajar por la Amazonía ecuatoriana también es aprender a comer distinto: más envuelto en hojas, más cocido al carbón, más ligado al río, a la chacra y a los productos de temporada.

**Maito: el plato que huele a hoja y a hogar**

El maito (de tilapia, bagre o gallina, entre otros) es uno de los emblemas. Pescado o gallina envueltos en hojas de Kwan Panga (bijao) y cocido al carbón, servido con acompañantes como yuca y ensalada.

**Pinchos de mayón y otras delicias de mercado**

Entre los sabores que se mencionan como comunes en la Amazonía están los pinchos de mayón, además de los maitos en distintas versiones.

**Bebidas con historia: guayusa y chicha**

En el Oriente, beber también es parte de la experiencia cultural:

- Agua/té de guayusa, muy presente en relatos de vivencias amazónicas.
- Chicha, en versiones como chicha de chonta y otras preparaciones tradicionales.

**Un consejo Club Provenzal**

Pide al guía o al alojamiento que te cuente el origen del plato: qué hoja se usa, qué pescado es de temporada, cómo se cultiva la yuca. En la Amazonía, la comida es un mapa cultural.

Hoteles con encanto: refugios “mágicos” para una Amazonía inmersiva  
A continuación, una selección curada de lugares que se viven como experiencia (no como simple hospedaje).

Los organizamos por estilo de viaje.

**1) Para vivir la selva profunda (Yasuní y alrededores)**

**Napo Wildlife Center (Yasuní)**

Un lodge en el corazón del Parque Nacional Yasuní, pensado para viajeros que buscan selva + confort + expediciones guiadas.

Además, se lo describe como un proyecto vinculado a la comunidad kichwa Añangu en la Reserva de Biosfera Yasuní.

**Sani Lodge (Yasuní / río Napo)**

Ideal si quieres que el viaje tenga un componente cultural claro: se destaca como un lodge propiedad y operación de la comunidad kichwa Sani Isla, combinando naturaleza y herencia viva.

**La Selva Eco-Lodge & Retreat (Reserva de Biosfera Yasuní)**

Ubicado dentro de la Reserva de Biosfera Yasuní y en los bordes del Parque Nacional, se presenta como un refugio que mezcla naturaleza con hospitalidad y programas de exploración.

**Sacha Lodge (Amazonía ecuatoriana)**

Muy buscado por amantes de la vida silvestre y la fotografía: el lodge se describe como un santuario de selva primaria e incluye su famoso canopy walk, además de torre para observación.

**Sinchi Wayra Ecolodge (Yasuní)**

Una opción contemporánea y con narrativa potente: fue reseñado por TIME como un ecolodge en Yasuní, con enfoque comunitario y actividades de exploración y cultura.

**2) Para enamorarte de las lagunas y los atardeceres (Cuyabeno)**

**Cuyabeno Lodge (Laguna / Cuyabeno)**

Se presenta como un lodge con enfoque en la experiencia directa del lago y la observación desde su deck, buscando estar “en primera fila” para los mejores paisajes de la reserva.

**Cuyabeno Dolphin Lodge (río Cuyabeno)**

Ubicado junto a las riberas del río, se promociona por su cercanía a zonas lacustres y por facilitar la navegación y el acceso a áreas clave del entorno.

(En Cuyabeno, el encanto muchas veces no está en “lujo”, sino en la at-

mósfera: hamacas, madera, silencio, y la selva abriéndose como un escenario al amanecer.)

**3) Para una escapada amazónica con toque boutique (Alto Napo: Tena / Misahuallí)**

**Suchipakari Jungle Lodge (Napo, cerca de Tena)**

Se describe como un lodge ecológico a aproximadamente una hora de Tena, pensado como puerta de entrada a experiencias de aventura y encuentros culturales, con conexión directa con la naturaleza.

**Hamadryade Lodge (Puerto Misahuallí / Alto Napo)**

Una opción de “selva con diseño”: se presenta como un hotel boutique donde lujo, bienestar y naturaleza se combinan en una experiencia íntima, con bungalows y vista al entorno amazónico.

**Bonus: el “hotel flotante” (para quienes aman moverse cada día)**

**Anakonda Amazon Cruise (río Napo / Amazonía ecuatoriana)**

Si te seduce la idea de dormir con el río como horizonte, esta alternativa se promociona como una experiencia de crucero por el Napo con excursiones diurnas y nocturnas, incluyendo visitas a zonas como Yasuní.

**Pequeña guía Club Provenzal para viajar mejor al Oriente**

- Ve con guía local: en áreas protegidas la experiencia (y la seguridad) dependen mucho de la interpretación del guía.
- Empaca liviano, pero inteligente: impermeable, repelente, linterna frontal, zapatos de buen agarre, bolsa seca.
- Cero prisa: la Amazonía se revela en los detalles (un sonido, una huella, una flor).
- Elige proyectos responsables: muchos lodges trabajan con comunidades y conservación; tu elección impacta.

**Cierre: el Oriente como una promesa**

Hay un Ecuador que se escucha más de lo que se mira. Ese Ecuador está en el Oriente.

Y cuando lo vives desde adentro —en un lodge entre árboles, con una taza de guayusa al amanecer y un maito servido como tradición— entiendes algo simple y poderoso:

**la Amazonía no es un paisaje: es una experiencia.**



21





Personajes

Entrevista por  
Soledad Holguín



# Miguel Betancourt

## "Ad Libitum"

Tenemos el honor de entrevistar al maestro Miguel Betancourt, quien ha construido, a lo largo de los años, una obra profundamente ligada a la memoria, la identidad y la emoción.

Desde Cumbayá, su lugar de origen, hasta los imaginarios del ba-

rrero quiteño, su pintura transita entre el gesto, la figura humana y la huella del tiempo, creando un universo visual íntimo y profundamente sensible.

Conversamos con el artista sobre la memoria, el arte y la libertad que atraviesa su nueva muestra.

**¿Qué emociones siente que habitan hoy en su pintura?**

Mi pintura está atravesada por una emoción profunda que nace del asombro ante el mundo. En ella conviven la contemplación, la memoria y una melancolía ligada a lo fugaz, pero también una alegría que brota del contacto con la materia. Esa

emoción no es fija: está en constante transformación, como una vibración interna. No se trata de un estado estático, sino de una metamorfosis donde el color y la línea se desplazan, generando una experiencia viva, como un eco que nunca termina de estabilizarse.

**Cumbayá aparece constantemente en su obra. ¿Qué recuerdos de su infancia siguen vivos en usted?**

Cumbayá es un territorio fundacional (el pueblo donde nació y en donde vivo actualmente), pero no como una imagen fija, sino como un palimpsesto. Los recuerdos —los muros, la iglesia, el campo, las flores, los cerros, los antiguos caminos de piedra— se han ido superponiendo como capas de memoria. Recuerdo haber hecho un dibujo en relieve con un punzón de hueso en el patio de mi infancia y descubrir, a la mañana siguiente, con infinita tristeza, que la lluvia lo había borrado. Esa experiencia me enseñó que recordar es volver a trazar una y otra vez. Mi pintura reconstruye el pasado no como documento, sino como una acumulación de huellas que se reescriben constantemente.

**Su pintura tiene mucha fuerza gestual, pero también fragilidad. ¿Cómo conviven esas dos dimensiones?**

Esa dualidad es esencial: la energía del gesto y la fragilidad del soporte, especialmente en los papeles de acuarela, técnica con la que me inicié, dialogan como tensiones en movimiento. La línea nunca está quieta: vibra, se desborda, fluye de manera ondulante como un leitmotiv que luego se transforma en mancha. Esa vibración introduce una inestabilidad que impide que la obra se cierre del todo. Lo frágil no es debilidad, sino apertura; permite que la pintura respire. La coexistencia entre la transparencia de la acuarela y la consistencia de lo matérico, como cáñamo, arcilla o arena, ha sido una constante, como en la naturaleza misma: luz y sombra.

**¿Qué significa para usted pintar después de tantos años de trayectoria?**

Pintar sigue siendo una necesidad vital, pero también un ejercicio de libertad en expansión. Con los años, siento que ya no busco un estilo único, sino que acepto la coexistencia de múltiples lenguajes. La pintura se convierte en un espacio donde dialogan distintas formas de expresión, como un tejido en el que cada trazo lleva consigo la memoria de otros. Entiendo mi pintura como un traslape que se ha ido construyendo a lo largo de la vida.

**En sus obras aparecen memoria, espiritualidad y territorio. ¿Siente que pintar también es una forma de regresar a uno mismo?**

Sí, pintar es un retorno, pero no hacia un origen fijo, sino hacia un origen en permanente transformación. Es volver a ese "patio encantado" que ya no existe tal como fue, que pervive en mi memoria, pero que se reconstruye en capas de recuerdos superpuestos. Ese regreso es también una búsqueda interior, donde las imágenes surgen como resonancias; cada experiencia deja una huella que se reactiva en el acto pictórico.

**¿Qué lugar ocupa el silencio o la contemplación dentro de su proceso creativo?**

La contemplación es el punto de partida. En el silencio y la soledad emergen las relaciones invisibles entre las formas. Allí la línea comienza a insinuarse, a vibrar antes de hacerse visible. Es un estado de escucha profunda, donde la pintura no se impone, sino que aparece lentamente. El silencio permite que la imagen surja como un descubrimiento, como un asombro frente a la naturaleza y el cosmos.

**¿Qué espera que el público sienta frente a sus obras?**

Aspiro a que el espectador no busque una única lectura, sino que entre en un campo abierto de posibilidades. Mi pintura no propone un relato cerrado, sino un conjunto de voces, como un coro en el que cada uno encuentra su propio sentido. Me interesa activar la imaginación del otro, que su mirada complete la obra y la continúe desde su experiencia y su cosmovisión. Que el espectador se convierta, de alguna manera, en coautor de la obra.

**¿Hay alguna obra de esta muestra que considere especialmente personal?**

Las obras con capas superpuestas, rostros, paisajes, cielos, cuerpos, me resultan especialmente cercanas porque condensan esa idea de simultaneidad. En ellas no hay una sola historia, sino varias coexistiendo. Son espacios donde mi memoria, mis influencias y mis búsquedas se cruzan, generando imágenes que son más proceso que resultado. Siento, además, una especial afinidad por las obras realizadas con aspergeo en azul. "Arte Pictórica" (2005-2006) surgió casi por azar: a partir del goteo de pintura sobre cartones de empaque y papel Kraft. Un gran amigo me sugirió exponer esos "garabatos", y así nació una línea pictórica caligráfica que dialoga con el azar, incluso

a riesgo de destruir algunos de esos soportes. De esta secuencia incluso escribí un texto, que fue publicado en varias revistas culturales de la época.

**¿Cómo ha cambiado su mirada sobre el arte y sobre la vida con el paso del tiempo?**

He aprendido a valorar la huella y lo aparentemente intrascendente. Hoy me interesa más el proceso que la imagen final. Entiendo el arte como un campo de escucha y transformación, donde todo está en constante movimiento. No pienso en términos de permanencia, sino más bien de cambio: cada obra es un estado transitorio dentro de una búsqueda más amplia. Esta es la razón por la que, en ocasiones, he realizado variaciones del mismo tema.

**¿Qué significa hoy para usted la libertad en la pintura?**

La libertad tiene que ver con actuar "Ad Libitum", como sugiere el título de esta exposición propuesto por mi curador, Humberto Montero. Pero también implica aceptar la mutabilidad de la obra: permitir que no quede fijada a una sola forma ni a un único sentido. Es confiar en la intuición, en la vibración del color, en la transformación constante. En ese sentido, la libertad consiste en asumir que la pintura como la vida, está siempre en metamorfosis.

Miguel Betancourt presentó la muestra "Ad libitum" del 3 al 10 de junio en El CUBO del Centro Comercial La Esquina. El título proviene de la expresión latina ad libitum, que significa "a voluntad", "con libertad" o "según el deseo propio", una idea que atraviesa toda la exposición como una invitación a crear sin límites y a dejar que la pintura fluya desde la intuición y la emoción.







# Bunny Roger:

el dandy inglés que hizo de la moda un espectáculo con estilo

Hay nombres en la historia de la moda que no solo confeccionan ropa: construyen personalidad, atmósferas y sueños. Neil Munro "Bunny" Roger (1911-1997) fue uno de esos personajes. Couturier, dandy, socialité, y provocador de estilo, su vida fue un desfile constante de elegancia exuberante, caprichos, rupturas y un legado que sigue inspirando a quienes aman vestir con audacia.

## Infancia y juventud

Bunny nació en Londres el 9 de junio de 1911, en una familia con raíces escocesas. Sus padres, Sir Alexander Roger y Helen Stuart Clark, le brindaron una crianza privilegiada, pero de una naturaleza también rígida que chocó con su espíritu curioso. Estudió en la escuela Loretto (Escocia) y luego ingresó a Balliol College, Oxford, donde empezó a leer Historia. Pero su estancia duró poco: fue expulsado de Oxford tras acusaciones relacionadas con su orientación sexual.

Tras ese episodio, Bunny se volcó al arte y al diseño. Estudió dibujo en The Ruskin, y poco después comenzó a perfilar su estilo distintivo, haciendo del vestir una herramienta de identidad más que una obligación social.

## De la moda a la leyenda

En 1937 fundó su casa de modas, Neil Roger, ubicada en Great Newport Street, Londres. Allí empezó

a vestir a la alta sociedad con piezas hechas a medida, mezclando audacia y elegancia. Su taller se convirtió en territorio de revolución discreta en un mundo donde la sobriedad dominaba los salones.

Durante la Segunda Guerra Mundial fue comisionado en la Rifle Brigade, sirviendo en Italia y el norte de África, donde ganó reputación por su valor. Se cuenta que en plena batalla respondió a un oficial: "When in doubt, powder heavily" ("Cuando dudes, empolva con decisión"), frase que muestra su humor refinado aún en circunstancias extremas.

Al terminar la guerra, su carrera tomó un nuevo impulso: fue invitado a encargarse de la confección de alta costura en Fortnum & Mason, y más tarde invirtió en la casa Hardy Amies.

## Estilo y creaciones emblemáticas

Bunny Roger era un apasionado del estilo neo-edwardiano. Sus trajes mostraban chaquetas de cuatro botones, hombros amplios, cinturas ceñidas y siluetas alargadas. Prefería pantalones estrechos y sombreros de copa alta. En su guardarropa también abundaban los zapatos spectator y gemelos de rubies, detalles que convertían lo cotidiano en teatralidad sutil.

Una de sus contribuciones más recordadas es la popularización del

pantalón capri (aunque no fue su invención original), que adoptó y difundió como una pieza de estilo versátil entre la elite masculina.

Bunny no solo diseñaba para destacar en el vestir diario, sino también para el espectáculo social. Era famoso por sus fiestas temáticas: los bailes Diamante, Amatista o Flama marcaban celebraciones únicas para sus cumpleaños 60, 70 y 80. Sus invitados presenciaban desfiles de vestuarios impactantes, envoltorios de estilo dramático y esa teatralidad elegante que sólo él podía concebir.

## Clientes y reconocimiento social

Entre sus clientes más destacados estuvo Vivien Leigh, a quien vistió en más de una ocasión. Roger era más que diseñador: era un símbolo social. Compraba hasta quince trajes a medida al año, y para cada traje tenía varios pares de zapatos hechos a medida. Su estilo personal excedía lo estético: era una forma de vida.

Su impacto en la moda masculina fue especialmente fuerte en el reino británico: la neo-estética Edwardiana que impulsó influyó en movimientos como el Teddy Boy y la cultura dandi del siglo XX.

## Frustraciones, contradicciones y legado

Detrás de la gloria había tensiones. La presión de mantener una



imagen excéntrica, de romper barreras sociales y la lucha constante por expresión auténtica en una época conservadora, representaron desafíos personales. No siempre su arte fue comprendido por las élites más rígidas, y su sexualidad abierta fue motivo de controversia en tiempos menos tolerantes.

Sin embargo, esa tensión también lo impulsó. Su vida fue un acto de valentía estética: vivir conforme a su visión sin pedir permiso. Hoy, su nombre se

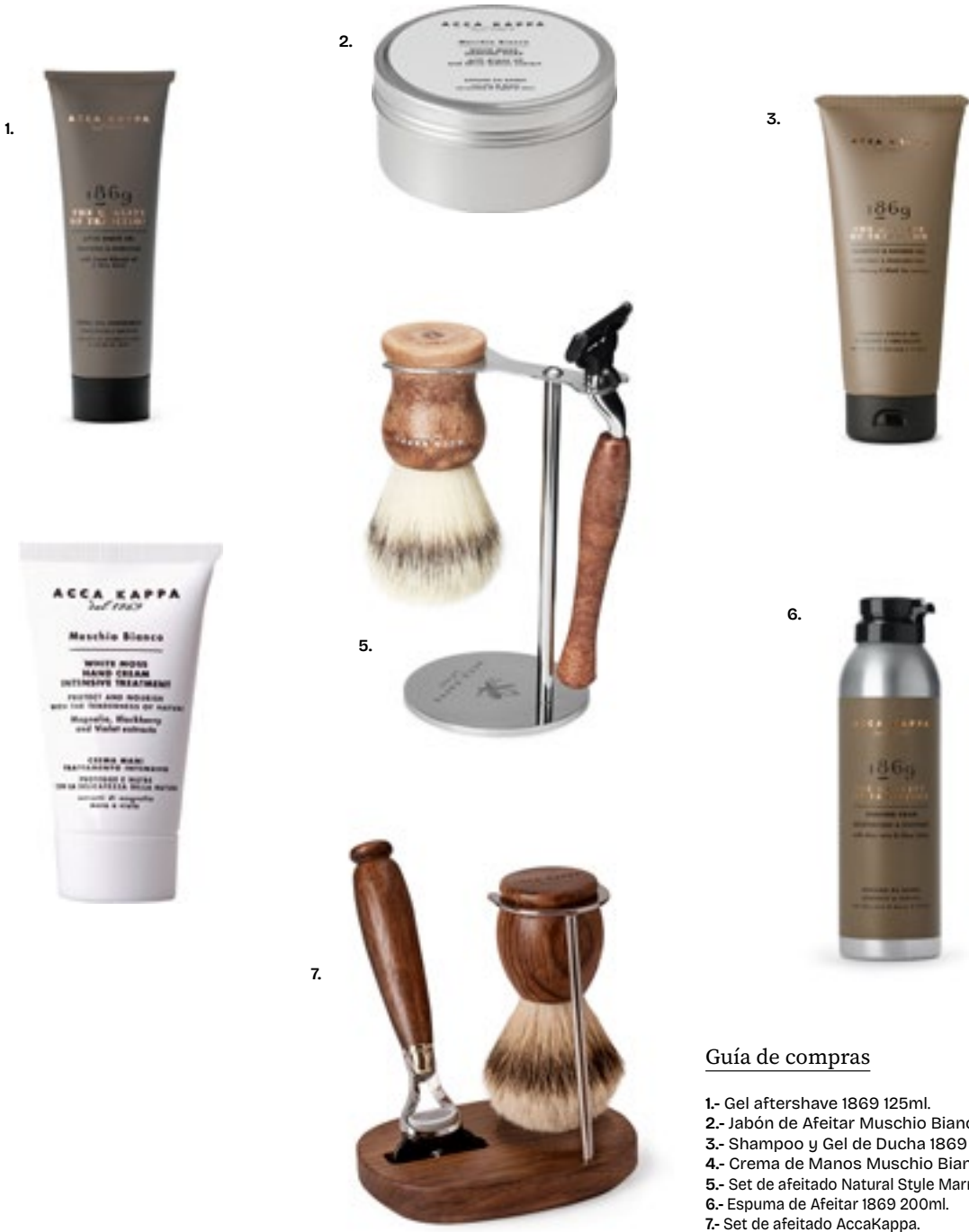
rescató en círculos de moda, diseño masculino y cultura dandi como modelo de audacia refinada y autenticidad.

Reflexión final

Bunny Roger no fue simplemente un diseñador inglés del siglo XX. Convirtió su identidad en atuendo y su taller en escenario. Nos enseñó que el estilo no es solo lo que vestimos, sino cómo vivimos, cómo nos afirmamos, cómo expandimos nuestra presencia en el mundo con elegancia sin sacrificar la individualidad.

Aquí, en Club Provenzal, admiramos su legado como inspiración: para quienes creen que cada prenda debe tener carácter, para quienes aprecian la elegancia que se sostiene en coherencia, no en la ostentación. Bunny Roger sigue siendo un faro del lujo silencioso aplicado al hombre, un recordatorio de que el estilo verdadero siempre nace desde la intención personal.

Cultura



Guía de compras

- 1.- Gel aftershave 1869 125ml.
- 2.- Jabón de Afeitar Muschio Bianco 250g.
- 3.- Shampoo y Gel de Ducha 1869 200m.
- 4.- Crema de Manos Muschio Bianco 75m.
- 5.- Set de afeitado Natural Style Marrón.
- 6.- Espuma de Afeitar 1869 200ml.
- 7.- Set de afeitado AccaKappa.

Ejercicios de Kegel: pequeños movimientos, grandes beneficios.

En el mundo del bienestar existen prácticas sencillas que, aunque casi invisibles, generan un impacto profundo en la salud. Una de ellas son los ejercicios de Kegel, diseñados para fortalecer el suelo pélvico, esa red de músculos que sostiene órganos clave como la vejiga, el útero, el intestino y la próstata.

Su nombre proviene del ginecólogo estadounidense Arnold Kegel, quien en la década de 1940 los ideó como un método no invasivo para ayudar a las mujeres a recuperar la tonicidad del suelo pélvico después del parto. Con el tiempo, la ciencia confirmó que sus beneficios van mucho más allá y que son útiles tanto para mujeres como para hombres, en distintas etapas de la vida.

¿Para quién son útiles los Kegel?

- **En mujeres:** ayudan en el posparto, previenen y reducen la incontinencia urinaria, favorecen la recuperación tras cirugías ginecológicas y mejoran la sensibilidad sexual.
- **En hombres:** fortalecen el control de la vejiga, apoyan la recuperación tras cirugías de próstata y contribuyen a una mejor función eréctil.
- **En adultos mayores:** mantener el suelo pélvico activo es clave para conservar autonomía, prevenir caídas relacionadas con urgencias urinarias y mejorar la calidad de vida.

Lo más valioso de los ejercicios de Kegel es que son simples, discretos y gratuitos: se pueden realizar en cualquier lugar, sentado, de pie o acostado, sin que nadie lo note.

¿Y qué pasa con los “nuevos Kegel” de moda?

En los últimos años, el término se ha popularizado y con él han surgido diferentes programas y dispositivos que prometen entrenar el suelo pélvico de forma rápida o incluso “milagrosa”: pesas vaginales, conos de distintos tamaños, aparatos electrónicos que estimulan con corrientes o aplicaciones que guían rutinas de contracciones. Si bien algunos pueden servir de apo-

Cuidado Personal



yo —sobre todo cuando la persona tiene dificultad para identificar el músculo correcto—, los ejercicios de Kegel clásicos, realizados con técnica y constancia, siguen siendo la base más efectiva.

En general:

- Son útiles si ayudan a localizar el músculo pélvico o motivan a la práctica constante.
- No son necesarios para quienes ya saben ejecutar los ejercicios de manera adecuada.
- Requieren precaución: el uso de dispositivos debe hacerse siempre bajo recomendación de un especialista, pues un mal uso puede causar molestias o lesiones.

El verdadero valor de los Kegel no está en los accesorios, sino en la regularidad y la conciencia al practicarlos.

Mini rutina básica de ejercicios de Kegel

1. Identifica el músculo: imagina que intentas detener el flujo de orina. Ese es el músculo del suelo pélvico.
2. Contracción corta: aprieta el músculo durante 3 segundos y relájalo otros 3 segundos. Haz 10 repeticiones.

3. Contracción larga: contrae el músculo entre 5 y 10 segundos, luego relájalo el mismo tiempo. Haz 10 repeticiones.
4. Variación rápida: aprieta y suelta el músculo de forma rápida 10 veces seguidas. Frecuencia recomendada: 3 veces al día (mañana, tarde y noche).

Consejos importantes:

- Respira normalmente; no contengas el aire.
- No uses los músculos del abdomen, glúteos o muslos: el trabajo debe concentrarse en el suelo pélvico.
- Sé constante: los beneficios aparecen tras varias semanas de práctica regular.

Los ejercicios de Kegel son un ejemplo perfecto de cómo un hábito pequeño puede transformar la salud de manera silenciosa pero poderosa. Con unos minutos al día, fortalecemos el centro invisible que sostiene nuestro bienestar físico, emocional y sexual en todas las etapas de la vida.





# Ciencia y naturaleza: el corazón innovador de L'Occitane



## Cuando la investigación transforma lo esencial en extraordinario

En el universo de la cosmética, pocas casas han logrado equilibrar con tanta coherencia dos mundos aparentemente opuestos: la tradición botánica y la alta tecnología. En ese punto de encuentro se sitúa L'Occitane, una firma que ha convertido la investigación científica en el eje silencioso de su excelencia.

Detrás de cada textura, de cada aroma y de cada resultado visible, existe un trabajo profundo de investigación y desarrollo (I+D) que posiciona a la marca como uno de los referentes internacionales en cosmética natural avanzada.

## Un laboratorio al servicio de la naturaleza

El departamento de I+D de L'Occitane no se limita a formular productos: investiga, valida y transforma ingredientes naturales en activos de alta eficacia. Sus laboratorios, situados en la Provenza francesa, trabajan en estrecha colaboración con botánicos, biólogos y expertos en dermocosmética para estudiar el

potencial de las plantas en su estado más puro.

Este enfoque permite ir más allá de la simple extracción vegetal. Se trata de comprender cómo funcionan los activos en la piel, cómo se estabilizan, cómo se potencian y cómo se integran en fórmulas que respetan su integridad biológica.

El resultado es una cosmética que no solo se inspira en la naturaleza, sino que la traduce en ciencia aplicada.

## La patente como sello de innovación

Uno de los pilares que distingue a L'Occitane dentro del segmento de la cosmética natural es su compromiso con la investigación protegida por patentes registradas.

La marca cuenta con más de 30 patentes en el ámbito cosmético, fruto de años de investigación sobre activos vegetales, biotecnología y mecanismos de acción en la piel. Estas patentes no son un recurso de marketing, sino una garantía de que los ingredientes han sido estudiados, optimizados y clínicamente evaluados.

Este equilibrio entre naturaleza e innovación es lo que sitúa a L'Occitane como un referente en la llamada cosmética natural de alta tecnología.

## Immortelle: la flor que desafía el tiempo

Si hay un ingrediente que simboliza el trabajo científico de la marca, es la Immortelle (*Helichrysum italicum*), una flor capaz de conservar su estructura incluso después de ser recolectada.

A partir de este activo, L'Occitane ha desarrollado uno de sus pilares de investigación, respaldado por más de 10 patentes específicas sobre la Immortelle y sus derivados.

## Immortelle Preciosa

Diseñada para tratar los primeros signos de la edad, actúa sobre la luminosidad, la textura y la uniformidad de la piel, favoreciendo la renovación celular.

## Immortelle Divina

Una línea más avanzada, enfocada en firmeza, densidad y arrugas profundas. Aquí la investigación se



centra en estimular los mecanismos estructurales de la piel, mejorando su arquitectura.

## Immortelle Harmonie

Representa una evolución más global del cuidado antiedad, trabajando el tono, la homogeneidad y el equilibrio general de la piel. Su enfoque es integral, considerando la piel como un sistema dinámico.

En estas líneas, la Immortelle se combina con tecnologías avanzadas que permiten maximizar su biodisponibilidad y eficacia.

## Karité y Almendra: nutrición con respaldo científico

Más allá del tratamiento facial, el I+D de L'Occitane también ha consolidado dos líneas icónicas en el cuidado corporal, apoyadas en activos naturales estudiados y optimizados:

## Karité (Shea Butter)

La manteca de karité, procedente de África occidental, es uno de los ingredientes más nutritivos en cosmética. La marca ha desarrollado procesos específicos para preservar sus

propiedades, logrando fórmulas que restauran la barrera cutánea, protegen y reparan la piel en profundidad.

## Almendra

La línea de almendra es un ejemplo de innovación aplicada al cuidado corporal. Sus fórmulas están diseñadas para mejorar la elasticidad y firmeza de la piel, gracias a complejos que actúan sobre la estructura cutánea de forma progresiva.

## Liderazgo global en cosmética natural avanzada

El reconocimiento internacional de L'Occitane se basa en una propuesta clara y consistente:

- Investigación continua respaldada por patentes
- Ingredientes de origen natural con trazabilidad
- Fórmulas que combinan tradición botánica y tecnología avanzada

En un mercado donde lo “natural” se ha convertido en tendencia, la marca destaca por ir más allá del discurso, construyendo una cosmética donde la naturaleza no es un ar-

gumento estético, sino un campo de estudio científico.

## Más allá del producto: una filosofía

Hablar del I+D de L'Occitane es hablar de una forma de entender la belleza. Una visión donde el tiempo no se combate, sino que se acompaña con inteligencia.

## Donde la piel no se fuerza, sino que se estimula.

Y donde la innovación no sustituye a la naturaleza, sino que la potencia.

En un mundo de resultados inmediatos, la verdadera diferencia sigue estando en aquello que no se ve: la investigación, el conocimiento y el tiempo invertido en hacer las cosas bien.

Porque cuando la ciencia y la naturaleza trabajan juntas, la belleza deja de ser una promesa para convertirse en una experiencia real y duradera.



# Belleza inmediata vs. belleza sostenida:

Botox, cuidado consciente y la salud de la piel a largo plazo.



En la búsqueda contemporánea de una piel lisa, firme y sin huellas del tiempo, el botox se ha convertido en uno de los tratamientos estéticos más extendidos a nivel global. Su popularidad no es casual: ofrece resultados visibles en pocos días y responde a una demanda cada vez más presente en la sociedad actual, donde la inmediatez se ha convertido en un valor.

Sin embargo, en paralelo a este auge, emerge una reflexión necesaria: ¿qué ocurre cuando comparamos estos resultados inmediatos con los beneficios de un cuidado constante, bien formulado y respetuoso con la fisiología de la piel?

**¿Qué es el botox y cómo actúa?**  
El botox —toxina botulínica tipo A— es una sustancia que actúa bloqueando temporalmente la señal nerviosa que provoca la contracción muscular. Al inhibir este movimiento, se suavizan las arrugas dinámicas, especialmente en zonas como el entrecejo, la frente o el contorno de ojos.

Su eficacia está ampliamente documentada en medicina estética. Sin embargo, es fundamental entender su naturaleza:

El botox no mejora la calidad de la piel, sino que inmoviliza el músculo que genera la arruga. Es una acción mecánica, no biológica.

## Efectos secundarios y consideraciones a largo plazo

Cuando es aplicado correctamente por profesionales cualificados, el botox es considerado un procedimiento seguro. No obstante, como cualquier intervención médica, no está exento de efectos secundarios y limitaciones:

- Pérdida progresiva de expresividad facial
- Dependencia del tratamiento para mantener el efecto
- Atrofia muscular con el uso repetido en algunas zonas
- Posibles asimetrías o resultados no deseados
- Dolores de cabeza, inflamación o sensibilidad en el área tratada

A largo plazo, el uso continuado puede generar una piel que, aunque aparentemente lisa en reposo, pierde dinamismo y naturalidad en el gesto, alejándose de una estética orgánica

y coherente con el paso del tiempo.

Más allá del efecto visible, la reflexión de fondo es otra: el botox interrumpe un proceso natural, pero no lo corrige ni lo mejora desde su origen.

## El otro camino: estimular, no bloquear

Frente a esta lógica de intervención, existe otro enfoque: el de la cosmética de tratamiento bien formulada, basada en la estimulación de los procesos naturales de la piel.

Este tipo de cosmética —desarrollada por casas con tradición, investigación y patentes propias— no busca resultados instantáneos, sino resultados sostenibles.

- Trabaja sobre:
- La producción de colágeno y elastina
  - La regeneración celular
  - La hidratación profunda
  - La protección frente al estrés oxidativo

A diferencia del botox, aquí no se bloquea la función, sino que se optimiza la capacidad natural de la piel para mantenerse firme, elástica y luminosa.

## La importancia de la formulación

No todos los productos cosméticos tienen la misma capacidad de acción. La diferencia real está en:

- La calidad de las materias primas
- La concentración de los activos
- La existencia de patentes e investigación clínica
- La trazabilidad y coherencia de la marca

Existen laboratorios y casas cosméticas que han dedicado décadas a estudiar extractos vegetales, desarrollar complejos patentados y perfeccionar fórmulas que respetan la piel mientras la estimulan.

En estos casos, la cosmética deja de ser superficial para convertirse en una herramienta de tratamiento real, con resultados progresivos pero profundamente visibles en el tiempo.

## Tiempo vs. inmediatez

Aquí radica la verdadera diferencia entre ambos enfoques:

- El botox responde a la lógica de la inmediatez
- La cosmética bien formulada responde a la lógica del tiempo

El primero ofrece un efecto rápido,

pero transitorio. El segundo requiere constancia, pero construye resultados acumulativos.

La piel, como cualquier órgano vivo, responde mejor a procesos sostenidos que a intervenciones puntuales.

## Salud de la piel: una visión más amplia

Cuando hablamos de envejecimiento, no hablamos únicamente de arrugas. Hablamos de:

- Calidad de la piel
- Luminosidad
- Textura
- Elasticidad
- Capacidad de regeneración

El verdadero objetivo no debería ser eliminar la expresión, sino mantener la piel en su mejor estado posible durante el mayor tiempo posible.

Y esto no se logra únicamente con un tratamiento, sino con un conjunto de hábitos:

- Alimentación equilibrada
- Protección solar
- Descanso adecuado
- Cosmética de calidad
- Rutinas constantes

## Elegir con criterio

No se trata de demonizar el botox ni de idealizar la cosmética. Se trata de entender.

Ambas herramientas tienen su lugar, pero responden a necesidades distintas. La diferencia está en el enfoque:

- intervenir o acompañar
- corregir o estimular
- ocultar o mejorar

En un contexto donde la estética tiende a la uniformidad, el verdadero lujo es conservar la identidad, la expresión y la salud de la piel.

## Una nueva elegancia

Quizás la verdadera sofisticación hoy no esté en borrar el paso del tiempo, sino en saber convivir con él con inteligencia y cuidado.

Elegir productos bien formulados, respaldados por investigación y coherentes con la biología de la piel, es una forma de respeto hacia uno mismo.

Porque la belleza más duradera no es la que inmoviliza, sino la que evoluciona.



## Hojaldre: cuando el error y el cuidado dieron forma a la perfección.

Algunas de las grandes creaciones de la gastronomía no nacieron del cálculo ni de la ambición, sino de algo mucho más humano: la necesidad, el afecto y el azar.

La masa de hojaldre, símbolo indiscutible de refinamiento, ligereza y técnica, es una de ellas. Su origen no está en un palacio ni en una academia, sino en el gesto torpe —y bienintencionado— de un aprendiz que solo quería cuidar a su padre.

La historia nos lleva a Francia, al siglo XVII. Un joven aprendiz de panadero llamado Claude Gelée —más conocido por la posteridad como Le Lorrain— intentaba preparar un pan especial para su padre enfermo. El médico le había recomendado una dieta estricta, baja en grasa, y el muchacho, con escaso conocimiento técnico pero con gran determinación, decidió improvisar.

Sin comprender del todo las reglas del pan tradicional, Gelée incorporó mantequilla a la masa de una forma poco habitual. En lugar de mezclarla directamente, la fue introduciendo en

capas, doblando y estirando la masa una y otra vez. No buscaba ligereza ni volumen; buscaba obedecer una indicación médica sin renunciar del todo al sabor. El resultado fue inesperado.

Al hornearse, aquella masa se elevó, se abrió en finas capas crujientes y adquirió una textura jamás vista. Lo que había nacido como un error se transformó en una revelación. La mantequilla, atrapada entre capas de masa, generó vapor, empujando la estructura hacia arriba y creando esa característica estratificación que hoy reconocemos como hojaldre.

### El hallazgo no pasó desapercibido.

Pronto, la técnica fue adoptada y perfeccionada por pasteleros profesionales, especialmente en Francia, donde la mantequilla y la precisión ya eran parte del lenguaje culinario. El hojaldre dejó de ser una casualidad y se convirtió en un arte. Se sistematizaron los pliegues, los tiempos de reposo, la temperatura exacta, la calidad de la grasa. Lo que había nacido de la intuición se transformó en disciplina.

Con el tiempo, la masa de hojaldre pasó de la panadería a la mesa refinada. Se convirtió en base de tartas delicadas, volovanes, milhojas, crois-

sants, piezas saladas y dulces que exigían paciencia, técnica y respeto por el proceso. Su ligereza no era fruto de la simplicidad, sino del trabajo metódico. Cada capa hablaba de tiempo, de cuidado, de repetición consciente.

Pero quizás lo más fascinante del hojaldre no sea su complejidad técnica, sino su origen profundamente humano. Nació del deseo de proteger, de alimentar, de hacer algo mejor con lo poco que se sabía. Es un recordatorio de que la cocina —como la vida— avanza no solo gracias al conocimiento, sino también gracias a la curiosidad y al error bien intencionado.

Hoy, el hojaldre es sinónimo de elegancia. Aparece en vitrinas de pastelerías, en cartas de alta cocina, en celebraciones especiales. Pocos recuerdan que su historia comenzó lejos del lujo, en una cocina modesta, con un hijo intentando cuidar a su padre.

Y tal vez por eso sigue siendo tan admirable. Porque detrás de su perfección crujiente hay una lección silenciosa: a veces, las cosas más refinadas nacen de la imperfección, y los grandes avances surgen cuando alguien se atreve a intentar... incluso sin saber del todo cómo.

Arte y Cultura

nuggela  
& sulé

# PROTECCIÓN CAPILAR

Disfruta del verano sin preocuparte por tu cabello con Nuggela & Sulé.

- Protector térmico SPF 15+
- Bruma anti frizz
- Mascarilla nutritiva



www.NuggelaSule.com.ec

Quito: Isla Quicentro Shopping - Planta baja | Cuenca: Isla Matl del Alto - Nivel 2, sector H&M





**CP:** Carmen, vamos directo al punto: ¿por qué las grasas siguen dando tanto miedo?

**Carmen:** "Porque se simplificó el mensaje durante años. Nadie pone en duda lo imprescindible que es tomar vitaminas o proteínas, pero no nos cuestionamos igual la necesidad de usar todos los días aceites insaturados de primera presión en frío."

**CP:** O sea, que el problema no es "la grasa" como concepto.

**Carmen:** "Exacto. Los lípidos son imprescindibles para la vida y para conservar una salud óptima: son fuente de energía, protectores estructurales de los órganos internos, parte vital de las membranas celulares y precursores de hormonas y otros productos metabólicos."

#### Saturadas e insaturadas: lo básico sin complicarse

**CP:** Si tuviéramos que explicarlo sin química: ¿qué tipos de grasas hay?

**Carmen:** "Hay dos tipos. Saturadas: están en carne, queso, productos lácteos; suelen ser sólidas y densas. También en aceite de palma, copra y margarinas. Y insaturadas: son de origen vegetal y también están en el pescado."

**CP:** En tu explicación dices algo que puede confundir al lector: que las insaturadas al cocinarse se oxidan y por eso aconsejas su uso en crudo. Y claro, alguien puede pensar: 'entonces no debo comer pescado cocido'. ¿Cómo lo aclaramos?

**Carmen:** "Es mejor tomar el pescado cocido a la plancha, frito o al horno que no tomar ese tipo de lípido. Lo importante es entender la calidad de la grasa y cómo se usa."

#### Monoinsaturadas y poliinsaturadas: la clave que ordena todo

**CP:** Aquí viene la parte que, bien

contada, quita miedos. ¿Qué diferencia hay entre grasas monoinsaturadas y poliinsaturadas?

**Carmen:** "Las monoinsaturadas son la familia de los omega 9, con el ácido oleico como representante: el aceite de oliva es su principal, también cacahuete y colza. Las monoinsaturadas vegetales obtenidas por primera prensa en frío son óptimas para la salud y se tienen que tomar en crudo."

**CP:** ¿Y las poliinsaturadas?

**Carmen:** "Ahí hablamos sobre todo de omega 3 (ácido alfa-linoleico) y omega 6 (ácido linoleico). El omega 3 lo encuentras en colza, soja, semillas de lino, nueces... y también en pescados grasos como atún, caballa, sardinas, anchoas, salmón... El omega 6 en semillas oleaginosas y aceites vegetales como girasol, maíz o pepitas de uva."

**CP:** Entonces, para el lector: ¿cuál es el punto clave que debe recordar?

**Carmen:** "Que no todas las grasas se usan igual. Algunas conviene priorizarlas en crudo, otras son mejores para ciertos usos, y lo importante es no eliminarlas, sino elegir las y dosificarlas."

#### "Aceites vivos": lo que Carmen recomienda mirar (de verdad)

**CP:** Me encanta cuando dices "aceites vivos". ¿Qué significa eso?

**Carmen:** "Aceites que conservan todas sus propiedades nutritivas. Grasas sin tratar, obtenidas por procedimientos mecánicos, primera presión en frío, sin procesos químicos que alteren su naturaleza."

**CP:** Y si pensamos en el día a día, ¿qué aporta una ingesta equilibrada de estas grasas?

**Carmen:** "Una ingesta equilibrada en aceites vegetales de primera prensada en frío ayuda al manteni-

miento de los órganos internos y al buen funcionamiento del organismo: articulaciones, hígado, cerebro, inmunidad, piel... Todas las células: sus membranas son grasas y están formadas por ácidos grasos."

#### Cuando faltan grasas: señales que muchas personas no relacionan

**CP:** Una pregunta muy concreta: ¿qué consecuencias puede tener a largo plazo no consumir grasa de forma adecuada? Y en la mujer, que muchas veces evita grasas por miedo, ¿qué pasa al llegar la menopausia?

**Carmen:** "Las personas que carecen de ácidos grasos se caracterizan por fragilidad general del organismo, especialmente a nivel inmunitario, trastornos ORL, alergias, asma, trastornos cutáneos, sequedad de piel y mucosas, alteraciones en el síndrome premenstrual y en la menopausia, trastornos circulatorios."

#### Cierre: tres ideas para quedarse (sin drama y sin culpa)

**CP:** Carmen, si tuviéramos que resumirlo para que el lector deje de demonizar las grasas, ¿qué le dirías?

**Carmen:**

1. "Las grasas son imprescindibles: energía, células, hormonas."
2. "La clave no es quitarlas, sino calidad y moderación: prioriza grasas naturales y bien obtenidas."
3. "Y recuerda que el cuerpo necesita esos ácidos grasos que no puede fabricar: hay que aportarlos con la alimentación."

Y con eso, dejamos el tema abierto... porque la siguiente edición entraremos en un debate igual de cotidiano y lleno de preguntas: proteínas animales y vegetales. Pros, contras y la gran duda: ¿se pueden sustituir unas por otras... o depende?





# El arte de la ligereza:

el regreso del Eau de Cologne

Mucho antes de que la perfumería moderna se definiera por intensidades y concentraciones, existía una forma más ligera, más espontánea y profundamente refrescante de perfumarse: el Eau de Cologne. Nacida en el siglo XVIII en la ciudad de Colonia, esta creación se concebía como una mezcla de cítricos, hierbas y flores, pensada no solo para perfumar, sino también para revitalizar el cuerpo y los sentidos. Era un gesto cotidiano, casi terapéutico, ligado al bienestar y a la frescura.

Hoy, en un mundo donde buscamos cada vez más momentos de pausa y ligereza, el Eau de Cologne recupera su lugar como una forma de perfumarse natural, versátil y profundamente personal.

## La diferencia está en la intención

A diferencia del Eau de Parfum o incluso del Eau de Toilette, el Eau de Cologne tiene una menor concentración aromática, lo que lo convierte en una fragancia más ligera, etérea y fácil de reaplicar. No busca marcar presencia ni dejar una estela intensa, sino acompañar con discreción, como una segunda piel.

Es el perfume de los momentos íntimos:  
de una mañana tranquila,  
de un día cálido,  
de una tarde en casa,  
o incluso de ese instante antes de dormir en el que buscamos una sensación de limpieza y bienestar.

## White Moss: la pureza de lo esencial

Dentro de este universo, White Moss (Muschio Bianco) de Acca Kappa se ha convertido en un verdadero icono. Su composición, fresca y limpia, evoca la sensación de una camisa blanca recién puesta, de piel cuidada y de elegancia sin esfuerzo.

Con notas cítricas, lavanda suave y un fondo de almizcle blanco, esta fragancia tiene la capacidad de adaptarse a cualquier momento del día. Es un aroma que no invade, sino que acompaña, ideal para quienes buscan una presencia sutil, equilibrada y atemporal.

En los días cálidos, se convierte en un aliado perfecto: refresca sin saturar, limpia sin imponerse. Y por la noche, aplicado antes de dormir, deja en la piel una sensación de calma y orden.

## Green Mandarin: frescura luminosa y vital

Si White Moss es pureza, Green Mandarin es energía. Inspirada en los cítricos mediterráneos, esta fragancia combina la vitalidad de la mandarina verde con matices suaves y ligeramente florales, creando una sensación de frescura luminosa y optimista.

Es la elección perfecta para días activos, para después del gimnasio, o para esos momentos en los que el cuerpo necesita renovarse. Su carácter ligero permite reaplicarla a lo largo del día, manteniendo siempre una sensación de limpieza y vitalidad.

## Un ritual cotidiano

Tanto White Moss como Green Mandarin forman parte de colecciones que van más allá del perfume. Geles de ducha, lociones corporales y otros productos complementan la experiencia, permitiendo construir un ritual completo donde la fragancia se integra de manera natural en la piel.

El Eau de Cologne, en este contexto, no es solo un perfume: es un gesto de cuidado. Se aplica con libertad, sin reglas estrictas, como quien busca sentirse bien consigo mismo.

## Redescubrir la ligereza

En un mundo donde todo parece exigir intensidad, elegir un Eau de Cologne es, en cierto modo, una declaración de estilo. Es optar por la elegancia discreta, por la frescura cotidiana, por el placer de lo simple.

White Moss y Green Mandarin invitan precisamente a eso: a redescubrir el valor de lo ligero, de lo inmediato, de lo que no necesita imponerse para ser recordado. Porque a veces, el lujo más auténtico es simplemente sentirse bien en la propia piel.

## Guía de compras

- 1.- Gel de Ducha y Baño Green Mandarin 500ml.
- 2.- Crema de Manos de Green Mandarin 75ml.
- 3.- Loción Corporal Muschio Bianco 300ml.
- 4.- Loción Corporal Green Mandarin 300ml.
- 5.- Crema de Manos Muschio Bianco 75ml.
- 6.- Gel de Baño y Ducha Muschio Bianco 500ml.
- 7.- Jabón en Barra Green Mandarin / Muschio Bianco 150g.

Marca

# ACQUA DI COLONIA

Una presencia sutil que refresca, reconforta y envuelve la piel con delicadeza, convirtiendo lo cotidiano en un instante de bienestar.

Cítrica, luminosa y vibrante, despierta los sentidos con una frescura alegre y natural.

Suave, limpio y atemporal, envuelve la piel con frescura serena y confort diario.

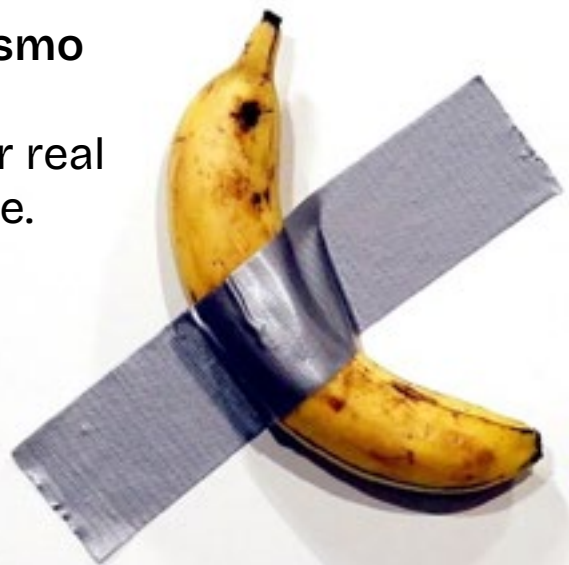


ACCA KAPPA  
dal 1869





¿Hasta dónde llega el snobismo del arte? Una mirada al valor real de lo intangible.



En el mundo contemporáneo del arte, las fronteras entre genialidad, provocación, ironía y vacuidad parecen cada vez más difusas. El mercado ha sido testigo de fenómenos que despiertan fascinación y burla a partes iguales, y que plantean una pregunta incómoda pero necesaria: ¿hasta qué punto es gusto, y hasta qué punto es snobismo?

Uno de los ejemplos más comentados de los últimos años fue la famosa obra Comedian del artista italiano Maurizio Cattelan: un plátano adherido a la pared con cinta adhesiva, presentada en Art Basel Miami en 2019. Tres versiones de esta pieza fueron vendidas por hasta \$150.000 cada una. ¿El atractivo? No el objeto en sí —un plátano perecedero con cinta de ferretería— sino su concepto, su autor, y, por supuesto, la controversia que generó.

Algo similar ocurrió con la obra lo Sono (“Yo soy”) del también italiano Salvatore Garau, quien vendió una escultura invisible por 18.000 dólares. La pieza no existe físicamente, pero el comprador recibió un certificado de autenticidad. El arte, según el artista, “es lo que

no se ve, lo que se siente”. Para algunos, una propuesta conceptual profunda; para otros, un ejercicio de audacia envuelto en un envoltorio vacío.

¿Arte conceptual o espejismo de mercado?

Este tipo de obras polariza a críticos y al público. Por un lado, están quienes defienden que el arte no tiene por qué ser tangible, que debe provocar, incomodar, hacer pensar. Por otro, aquellos que ven en estas expresiones un síntoma claro de un sistema cada vez más influenciado por el marketing, los nombres, las ferias de arte, y no necesariamente por el contenido o la técnica.

Porque, en muchos casos, lo que se está adquiriendo no es la pieza —ni siquiera el concepto—, sino el estatus de tenerla, de haberla entendido, de poder explicarla en una cena o mostrarla como símbolo de pertenencia a un círculo selecto. En otras palabras, el arte se convierte en un accesorio del ego.

¿Y entonces, qué es el “buen” arte?

A pesar de estas tensiones, hay algo innegable: el arte no tiene una definición única ni universal. Su valor es, en gran medida, subjetivo. Lo que conmueve a uno, puede dejar indiferente a otro. Lo que para unos es absurdo, para otros puede ser poesía. Pero quizás haya un criterio simple y honesto que vale la pena rescatar: el

buen arte es aquel que, para quien lo posee u observa, genera placer, emoción, conexión o simplemente gusto. No tiene que ser caro, ni tener nombre, ni estar colgado en una galería internacional. Basta con que provoque algo real.

El límite entre el gusto y el snobismo

La delgada línea entre la apreciación auténtica y el snobismo no siempre es fácil de trazar. Y tal vez ahí radique el verdadero desafío de nuestro tiempo: volver a mirar el arte con curiosidad genuina, sin miedo a preguntar, sin sentir la obligación de entender lo que no nos dice nada.

Porque si el arte debe tener alguna función —más allá del discurso intelectual o del valor de mercado—, es la de comunicarnos algo, tocarnos de alguna manera, incluso si es incómoda o indefinible. Pero cuando deja de ser experiencia para convertirse únicamente en símbolo de estatus, el arte corre el riesgo de perder su esencia.

Así, la próxima vez que nos encontremos frente a una obra que parece incomprensible o desproporcionadamente valorada, quizá valga la pena hacerse una sola pregunta: ¿esto me dice algo o simplemente siento que debería impresionarme? La respuesta puede ayudarnos a distinguir el arte del artefacto, el gusto del postureo.

# El cabello está en peligro de extinción

Detrás de Nuggela & Sulé hay una corazonada. La de Adolfo Remartínez, su fundador, quien apostó por rescatar los remedios tradicionales del cabello y transformarlos en fórmulas científicas. Así nació una marca española que hoy se vende en medio mundo y mejora la salud capilar de quienes la utilizan.

El producto que lo cambió todo fue el Champú Nº1 con Extracto de Cebolla Roja: una idea tan loca como eficaz. Nuggela & Sulé fue el primer laboratorio capilar en recuperar un remedio que ya se usaba en la antigua Roma y transformarlo en una fórmula cosmética moderna, que cuenta con estudios dermatológicos, resultados visibles y lo más importante, sin olor a cebolla.

*“Nunca he visto un activo tan poderoso para cuidar el cabello como el extracto de cebolla”.*

Lejos de su fama culinaria, la cebolla ha sido desde hace siglos uno de los remedios más usados para tratar problemas capilares. Se le atribuyen numerosas propiedades: acelerar el crecimiento del cabello, regular la producción de grasa, frenar su caída o retrasar la aparición de canas. Estos beneficios se deben a sus dos principales activos: la quercetina y el azufre, también conocido como “el mineral de la belleza”.

En un mundo agotado por el estrés, donde los casos de alopecia aumentan cada año, Nuggela & Sulé defiende una belleza consciente: aquella que nace del conocimiento y el respeto por la naturaleza. Su historia demuestra que, cuando la ciencia escucha a la tradición, la innovación y el cabello se vuelve eternos.



*“Solo sobreviven los productos que mejoran la vida de las personas”*

Adolfo Remartínez, fundador de Nuggela & Sulé



Con más de un millón de unidades vendidas, el Champú Nº1 es para muchos el mejor champú del mundo. Disponible en islas **Nuggela & Sulé** en Ecuador.



En el siglo I, Dioscórides Anazarbeo, médico griego, ya mencionaba en *De Materia Medica*, el poder de la cebolla para hacer renacer el cabello.



Karen Shultze galería

Club Provençal estuvo presente en la exposición “La Respuesta es el Amor” de Karen Schulze, un encuentro que celebró la sensibilidad, la fuerza y la mirada artística de la mujer a través del arte.



Social

Adriana Hoyos L’Occitane

Junto a Adriana Hoyos, compartimos una mañana inspirada en el arte del layering, donde las fragancias, el diseño de interiores y las flores dialogaron en perfecta armonía. Entre aromas de la Provence, composiciones florales y momentos de inspiración, madres e hijas descubrieron cómo las capas de texturas, notas y detalles cuidadosamente seleccionados pueden convertirse en una expresión auténtica de identidad. Un encuentro que celebra la herencia de lo bien hecho, el buen vivir y la belleza de crear recuerdos juntas.



Social



Adriana Hoyos Acca Kappa

Acca Kappa y Adriana Hoyos presentaron The Art of Wellness, una experiencia multisensorial donde la alta perfumería italiana, el diseño y los textiles se unieron para inspirar momentos de bienestar, conexión y equilibrio. A través de aromas, texturas, yoga y meditación, los asistentes vivieron una mañana dedicada al arte de cuidarse y disfrutar de los pequeños rituales que enriquecen la vida cotidiana.



Apertura isla Nuggela & Sulé Cuenca

Así se vivió la apertura de la nueva isla en Mall del Alto, Cuenca, un evento acompañado por un masterclass que acercó a los asistentes a la especialidad de la marca en anti caída capilar.





# EL EFECTO PROVENZAL

La refrescante expresión de la verbena

L'OCCITANE  
EN PROVENCE

VERVEINE

Eau de Toilette

L'OCCITANE  
EN PROVENCE