





# MOST AMERICANS SAY FEMINISM IS EMPOWERING, BUT MANY ALSO SEE IT AS POLARIZING

verall, the public says the feminist movement has contributed to the advancement of women's rights in the U.S.: 22% say it's done a great deal and 48% say it's done a fair amount. But the public has mixed views on what feminism looks like today. A majority of Americans (64%) say feminism is empowering and 42% see it as inclusive. At the same time, 45% say it is polarizing and 30% say it's outdated.

Notably, many of those who identify as feminist are critical of the feminist movement. For example, 43% of adults who say feminism describes them very or somewhat well also say feminism is polarizing, and 45% would not describe it as inclusive.

Women are more likely than men to associate feminism with positive attributes like empowering and inclusive, while men are more likely than women to see feminism as polarizing and outdated. Even so, six-in-ten men say feminism is empowering.

Among women, there are some key differences across demographic groups. Women younger than 50 are more likely than their older counterparts to say feminism is empowering (73% vs. 63%). Women younger than 30 stand out for being the most likely to say feminism is inclusive (56% say it is) and the least likely to say it's outdated (only 17% say it is).

#### Women more likely than men to assign positive characteristics to feminism



Source: Survey of U.S. adults conducted March 18-April 1, 2020.

PEW RESEARCH CENTER

Women with a college degree have somewhat different views on feminism than women with less education. Those with a bachelor's degree or more education are more likely to say feminism is empowering (76% vs. 64% of those with some college education or less) and inclusive (54% vs. 41%), but they're also more likely to see it as polarizing (50% vs. 34%).

There are large partisan gaps in views about feminism, too. While 76% of Democrats say feminism is empowering, only 49% of Republicans say

the same. Similarly, Democrats are more likely than Republicans to say feminism is inclusive (51% vs. 32%). For their part, Republicans are more likely than their Democratic counterparts to say feminism is polarizing (51% vs. 40%) and about twice as likely to say it's outdated (42% vs. 20%).

These partisan patterns play out similarly among women and men. Democratic women are much more likely than Republican women to see feminism as empowering (77% vs. 56%) and inclusive (53% vs. 36%). Republican women are twice as likely as Democratic women to say feminism is outdated (36% vs. 18%).

There are racial and ethnic differences, too, in how people view feminism. White adults are more likely than Black and Hispanic adults to associate feminism with negative characteristics. Roughly half of white adults (49%) say feminism is polarizing, compared with 34% of Black and 36% of Hispanic adults. Similarly, while about a third (32%) of whites say feminism is outdated, roughly one-infour Black (24%) and Hispanic (26%) adults say the same. When accounting for both race and gender, similar patterns remain.

By: Pew Research Center



--Bienvenidas a nuestro nuevo número de la Revista Moda Mujer

La única publicación dedicada a las Mujeres Hispanas en EE. UU.

Leslie Tohnson





# MUJER DA

Asegúrate de tener un ejemplar de tu revista MODA MUJER todos los meses, recibiéndola en la comodidad de tu casa, solo tienes que llenar el formulario. Lo mejor de todo, es que es totalmente gratis.

## ¿A dónde quieres recibir tu revista?

| Nombre                          |  |
|---------------------------------|--|
| Email                           |  |
| Domicilio                       |  |
| Ciudad                          |  |
| Estado ZIP                      |  |
| Teléfono                        |  |
| Fecha                           |  |
| Firma                           |  |
| Desea suscribirse a la revista: |  |

#### Envía tu suscripción a:

NO (

Moda Mujer Publishing Inc. 880 West First Street Suite #310 Los Angeles, California, 90012 www.modamujermagazine.com



#### **EDITOR IN CHIEF EDGARDO DANIEL IORIO**

[publisher@modamujermagazine.com]

#### **EXECUTIVE EDITOR**

Leslie Ann Johnson [leslie@modamujermagazine.com]

#### **AUTOMOTIVE EDITOR**

Steve Sturgess [steve.sturgess@modamujermagazine.com]

#### ASSOCIATE EDITOR

Celeste Billinge [celeste@modamujermagazine.com]

#### TRAVEL EDITOR

Nestor Sala [nestor.sala@modamujermagazine.com]

#### ART DIRECTOR

Luz Lezama [luz.lezama@modamujermagazine.com]

#### **FASHION EDITOR**

Alexandra MILLER alexandra.miller@modamujermagazine.com

#### **DIRECTOR OF PHOTOGRAPHY**

Maurice Rinaldi [maurice@modamujermagazine.com]

#### **WRITERS**

Ivo Cutzarida, Alejandro Saldivar, Luz Otero y Diana Ascencio

#### CONTRIBUTORS

Elvia Moreno, Raquel Aviles, y Sergio Andrade



880 West First St. Suite #310, Los Angeles, CA 90012, Tel: 213.621.2188, Fax: 213.620.6255

MODA MUJER es la primera revista en la que la mujer hispana bicultural moderna encuentra inspiración e ideas. A lo largo de nuestra distribución nacional mensual de vanguardia, MODA MUJER se concentra en el marketing imaginativo e innovador, mientras se comunica con el mercado de más rápido crecimiento. Siempre bajo los estándares de impresión premium de cualquier publicación de Arbol Publishina.

880 West First St. Suite #310, Los Angeles, CA 90012,

Tel: 213.621.2188, Fax: 213.620.6255

#### Moda Mujer Magazine is a publication of Arbol Publishing.



 $M\Theta DA$ 









#### Distribution

T.L.P. Distribution 213.621.2188

MODA MUJER Publishing are copyright © 2024 by MODA MUJER Publishing Inc. No part of this magazine may be reproduced or transmitted in any form or by any means. Statements, opinions and points of view expressed by the writers and advertisers are their own and do not necessarily represent those of the publisher. Published in the USA.

**ADVERTISING** 888.628.2188



Audited Circulation **75,000** monthly



### CON TE NIDO

#### 14 ¿NECESITAS BOTOX PREVENTIVO? LOS EXPERTOS LO ANALIZAN TODO

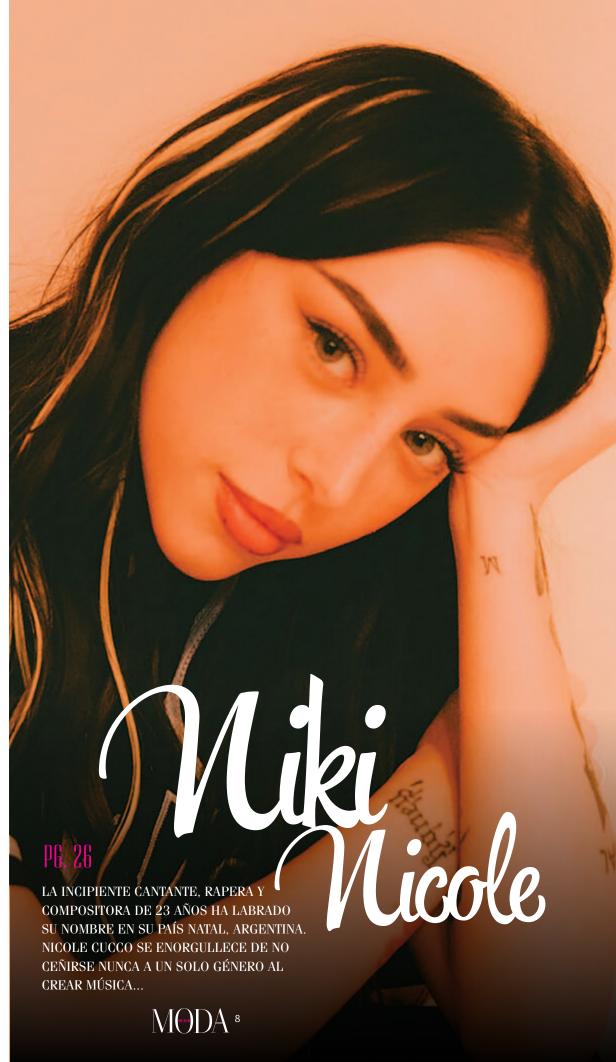
Ha habido un cambio fundamental en la forma en que las mujeres de veintitantos años miran sus rostros, y con él viene el surgimiento de muchos tratamientos estéticos, incluido el polarizante "Botox preventivo". Si bien podría decirse que las razones son tan multifacéticas como esta generación misma, muchos estarían de acuerdo en una cosa: no se puede subestimar el impacto de las redes sociales.

#### 20 CAUSAS COMUNES DE LA CAÍDA DEL CABELLO

La caída del cabello (alopecia) puede afectar solo el cuero cabelludo o todo el cuerpo y puede ser temporal o permanente. Puede ser el resultado de herencia, cambios hormonales, condiciones médicas o una parte normal del envejecimiento. Cualquiera puede perder pelo en la cabeza, pero es más común en los hombres.

#### 48 CONVIÉRTETE EN UNA MUJER SIN MIEDO A DEFENDER LO QUE CREE

Existe una marcada diferencia entre ser asertivo y ser agresivo. Todo se reduce a la confianza. Ser asertivo consiste en defender su posición, expresar respetuosamente sus opiniones y no retroceder cuando cree en algo. Es un rasgo que define a las mujeres que se defienden con confianza. Sin embargo, ser agresivo consiste más en imponer sus creencias a los demás, muchas veces sin tener en cuenta sus sentimientos.







#### NANA JAQUELINE CONJUNTO DE BIKINI SABANA (SAVANNAH BIKINI SET)

Color: Negro Precio: \$285.00

**Detalle:** El conjunto de bikini Savannah está diseñado pensando en el verano sexy. La exquisita calidad combinada con los detalles de la cadena dorada crea un bikini de ensueño hecho para tomar el sol.





#### MARA HOFFMAN LUCIA ONE PIECE

Color: Amarillo
Precio: \$295.00

Detalle: Lucia es un traje de
baño de una pieza sin tirantes, totalmente forrado y con
corte a media pierna. Con aro
en U en el centro del frente,
refuerzos en los costados y
sujetador incorporado para
brindar soporte.



Qué Estilo de traje de baño te Gustaría Más De las 7 Opciones



Color: Verde Precio: \$735.00

Detalle: Esta temporada,
nuestra oferta Essentials incluye
un nuevo mono icónico. El bañador
Icône presenta un escote en V y
prácticos botones de presión que
se pueden ajustar según tu estado
de ánimo.



PARAMIDONA
BIKINI DOS PIEZAS KYLIE LECHE
DE ALMENDRA (TWO PIECE BIKINI
KYLIE ALMOND MILK)

Color: Leche Precio: \$180.00

Detalle: La parte superior del traje de baño tiene volantes femeninos y la parte inferior es de cintura alta con volantes a cada lado

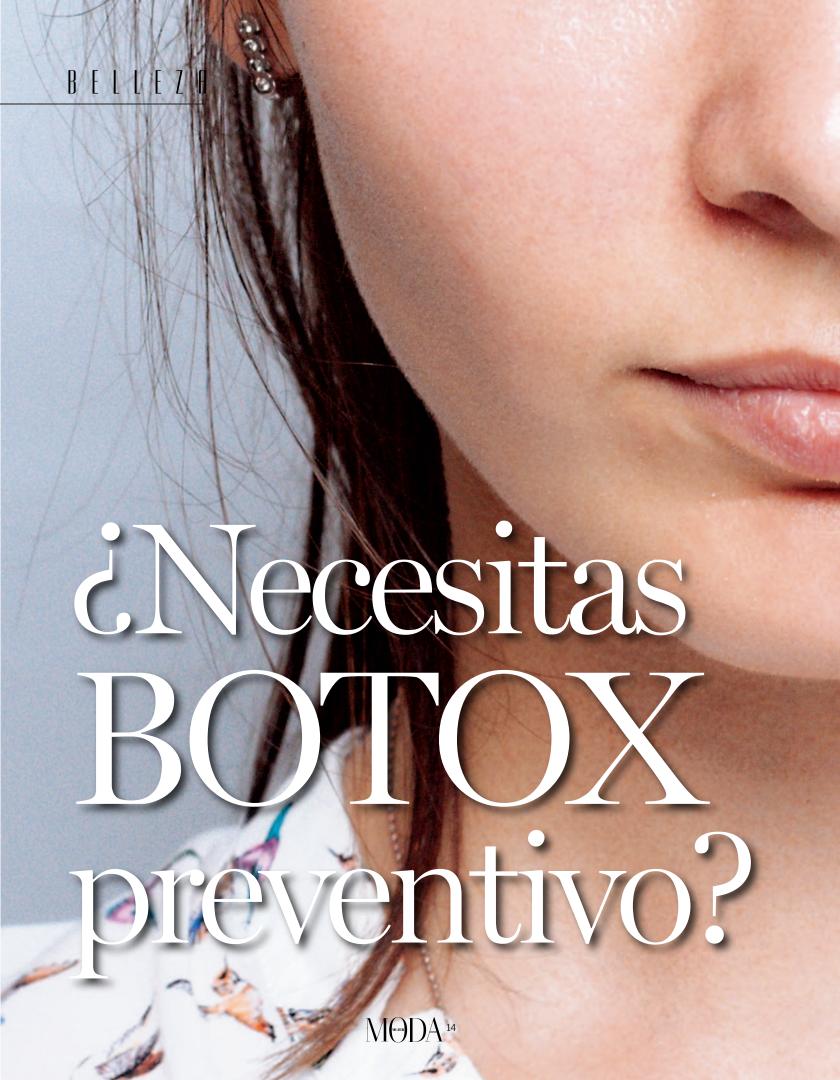
M  $\bigcirc$  A 11

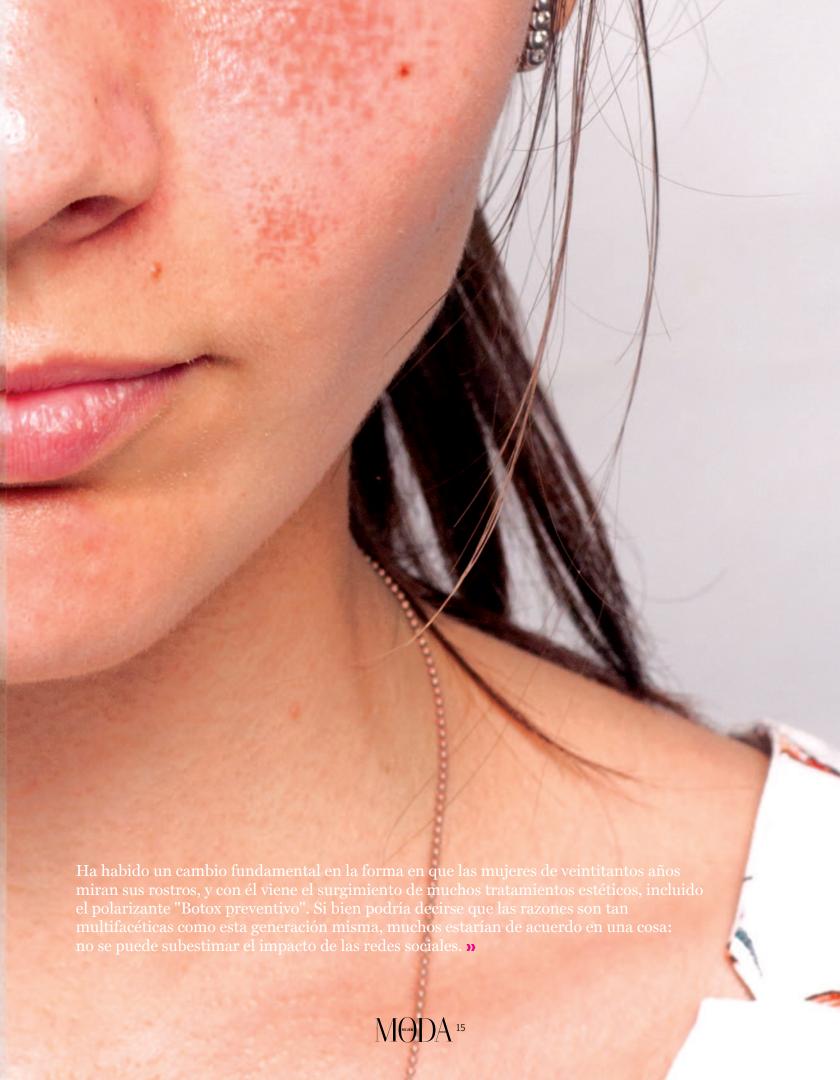




Jennifer Lopez Los Angeles, California







#### BELLEZA

egún la Sociedad Estadounidense de Cirujanos Plásticos, las inyecciones de Botox han aumentado un 28 por ciento desde 2010 entre los jóvenes de 20 a 29 años. Y el efecto Zoom no ha hecho más que aumentar las solicitudes de tratamientos estéticos, y el Botox se ha convertido en el principal procedimiento cosmético mínimamente invasivo, según el Informe estadístico de cirugía plástica de 2020 de la Sociedad Estadounidense de Cirujanos Plásticos (ASPS).

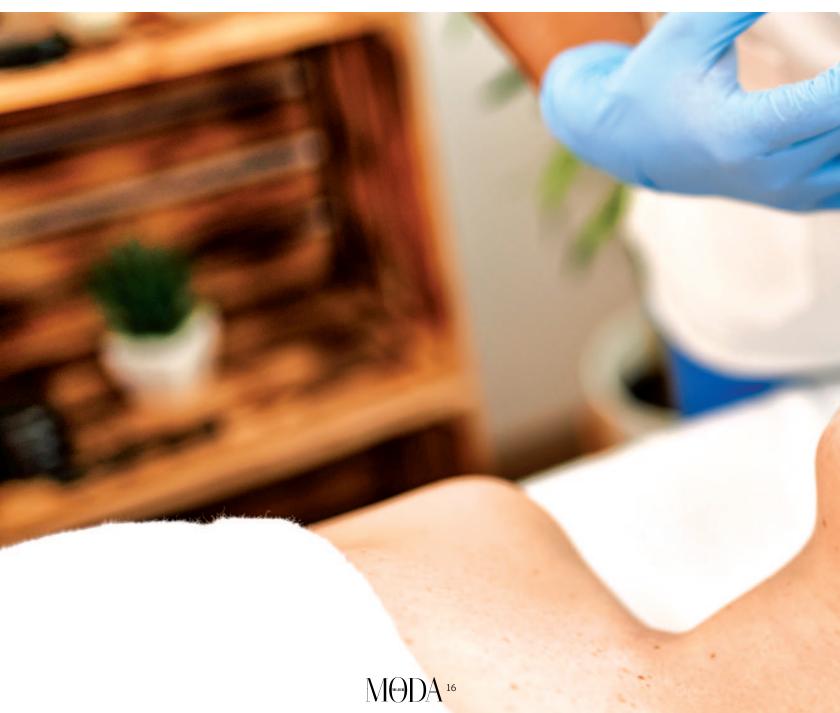
Si bien la mayoría de los médicos sugieren cen-

trarse en la calidad de la piel con un régimen adecuado que incluya exfoliación diaria y protección SPF, así como exfoliaciones químicas regulares o tratamientos especializados como el rejuvenecimiento con láser Clear y Brilliant durante esta década, todavía hay excepciones. Si el constante surco de las cejas ha dado lugar a los primeros signos de un pliegue enojado, o si las patas de gallo prematuras debido a la piel naturalmente delgada son una causa persistente de frustración, los inyectables pueden ayudar. Pero como cualquier

buen dermatólogo notará, hay una advertencia: cuando se trata de Botox y relleno preventivo, existe una delgada línea entre ajustes específicos y hacer demasiado y demasiado pronto. Aquí, los expertos más solicitados comparten sus pautas para mujeres de 20 años.

#### BOTOX VERSUS BOTOX PREVENTIVO

¿Qué es exactamente el Botox preventivo y en qué se diferencia del Botox normal? El Botox



#### ¿PERO EL MEJOR CONSEJO DE TODOS?

#### Olvídate de esas imperfecciones autopercibidas y sonríe. Sólo tienes 20 años una vez.

es una neurotoxina que se inyecta para tratar las arrugas y reducir la apariencia de las líneas finas. Según Dendy Engelman, MD, FAAD, dermatólogo certificado y cirujano de Mohs en Shafer Clinic Fifth Avenue, actúa bloqueando la contracción muscular, lo que hace que el músculo se mueva menos, lo que da como resultado una piel más suave. El Botox se inyecta con el tiempo en lugares estratégicos del rostro donde ya hay arrugas visibles. El Botox preventivo, por otro lado, tiene como objetivo tratar las arrugas incluso antes de

que aparezcan y requiere visitas menos frecuentes. "[Es] un cruce entre prevención y rejuvenecimiento", dice. "La idea es empezar temprano y de forma preventiva antes de que se formen líneas visibles".

#### **EL PROCESO**

Al recibir Botox preventivo, puede esperar un proceso similar al de recibir Botox regular. Engelman dice que normalmente primero limpia la piel de suciedad y maquillaje con una solución suave. Luego, puede aplicar un gel anestésico tópico en el área objetivo o usar hielo antes si el paciente lo solicita. Luego, con una aguja pequeña, inyectará en la piel y luego aplicará hielo en la piel para minimizar el riesgo de hematomas y sangrado.

Los cuidados posteriores son mínimos (consulte nuestra guía aquí) y, según ella, puede continuar con su rutina normal en su mayor parte. Ella desaconseja tocar, frotar o masajear el área tratada durante aproximadamente 24 horas y evitar trabajar durante aproximadamente 48 horas después de la inyección.

#### CUÁNDO RECIBIR BOTOX PREVENTIVO

Si bien la mayoría comenzará a notar la aparición de líneas en la cara a los 20 años, Engelman dice que no existe un número mágico a partir de qué edad se debe comenzar a recibir Botox preventivo; Tendrás que evaluar tu piel antes de hacer esa llamada. "Recomiendo comenzar las inyecciones de Botox cuando veo arrugas dinámicas o la piel comienza a arrugarse y formar pequeñas líneas", dice. "[Todo esto es] para evitar la formación de líneas más profundas".

#### EL BOTOX PREVENTIVO PUEDE AYUDAR CUANDO SE USA DE FORMA CONSERVADORA

Cuando las mujeres de veintitantos años consideran por primera vez recibir Botox, la prevención suele ser el factor principal, ya que los primeros signos del envejecimiento, como patas de gallo, arrugas en la frente y líneas finas, están comenzando a aparecer. "Las líneas se vuelven cada vez más profundas con la edad", explica Patricia Wexler, MD, de Wexler Dermatology en Manhattan. "Si comienzas [a recibir Botox] lo suficientemente temprano y se hace correctamente, no necesitarás [tanto] en el futuro". Para los pacientes más jóvenes que desconfían de la mirada congelada (recuerde, los rostros jóvenes se mueven), a Wexler le gusta emplear dosis más bajas de Botox mediante microinyecciones ultradirigidas administradas en áreas específicas de la cara como la frente, las cejas o alrededor de los ojos. >>>



"A medida que envejecemos, perdemos volumen en la cara y se puede utilizar un relleno de ácido hialurónico como sustituto", explica Wexler. "Para las mujeres más jóvenes, se pueden usar inyecciones para tratar áreas con cicatrices de acné o huecos debajo de los ojos". A los 20 años, cuando el rostro está más pleno y saludable, se ha argumentado que una mirada sombría puede incluso ser bastante encantadora. Pero en otros casos, las ojeras hereditarias pueden provocar una mirada cansada persistente, y es ahí donde unas gotas de relleno debajo de los ojos pueden resultar útiles. Sin embargo, como señala rápidamente el destacado dermatólogo David Colbert, M.D., demasiado Botox y relleno distorsionan el rostro y, como resultado, harán que parezca mayor. "Cuando se cruza la línea, todos empiezan a parecer como si estuvieran relacionados", también advierte sobre una apariencia uniforme y uniforme que carece de carácter o individualidad. O peor. "Es un efecto de bola de nieve en el que a la gente le gusta algo, regresa demasiado pronto [por más] y luego se vuelve demasiado pesado", añade Wexler.

#### LOS LABIOS SON COMPLICADOS... Y PUNTO

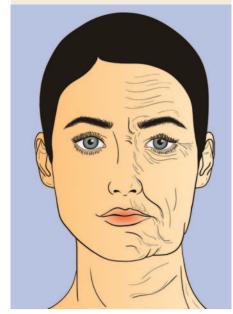
Muchos médicos coinciden en que la boca puede ser la señal más clara de un trabajo realizado demasiado pronto. Los labios juveniles tienden a tener un volumen sustancial y aparecer naturalmente en las comisuras, lo que significa que la mejor estrategia para halagarlos a menudo se reduce a un buen color de labios característico. Para las mujeres que siguen siendo conscientes del tamaño o la simetría de sus labios (piense en una apariencia ligeramente torcida, por ejemplo), se puede inyectar Botox en el músculo orbicular de los labios a lo largo de la línea del labio como una alternativa a los rellenos labiales. "Cuando ciertas personas sonríen, el labio se dobla hacia adentro y pierden ese volumen superior", dice Dara Liotta, MD, FACS, cirujana plástica y estética con sede en la ciudad de Nueva York. "Esto relaja las capas externas del músculo circular alrededor de los labios y luce mucho más natural que el relleno". Además, las inyecciones a lo largo de la línea de la mandíbula, o más específicamente, el músculo masetero, han ganado popularidad para aliviar el apretón de la mandíbula inducido por el estrés y también se sabe que refinan el área. "Mucha gente mantiene tensión en el área de la mandíbula y cuando relajas ese músculo, la barbilla sale de la sombra del labio inferior", explica Liotta.

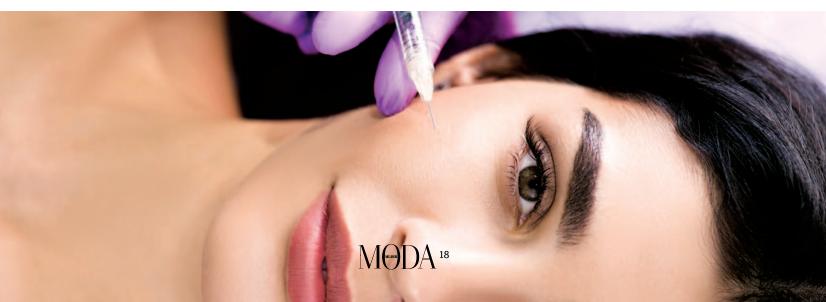
#### FORMAS ALTERNATIVAS DE PREVENIR LAS ARRUGAS

Para otras formas de mantener la piel suave que no impliquen inyecciones, tienes un par de opciones. Engelman dice que el uso diario de protector solar ayudará a prevenir el daño solar, las quemaduras solares y los signos de envejecimiento. También recomienda buscar ingredientes como la vitamina A (la forma más común incluye retinol) y antioxidantes que promuevan la renovación celular y la producción de colágeno y defiendan la piel contra los agresores ambientales. También puede recurrir a tratamientos en el consultorio. Ella recomienda las exfoliaciones químicas y las microagujas como dos que estimulan la producción de colágeno y reducen la aparición de líneas finas.

#### ...PERO DEMASIADO Y DEMASIADO RÁPIDO TE HARÁN ENVEJECER

El Botox solo dura de tres a seis meses y, sin embargo, lo que se discute con menos frecuencia es esto: los músculos faciales se debilitan naturalmente con el tiempo y exagerar en un área determinada podría tener consecuencias no deseadas. "Si te aplicas demasiado Botox en la frente durante muchos, muchos años, los músculos se debilitarán y se aplanarán", advierte Wexler, añadiendo que la piel también puede parecer más delgada y suelta. Además, a medida que tus músculos se debilitan, pueden comenzar a reclutar los músculos circundantes cuando haces expresiones faciales. "Si uno deja de usar los músculos de la frente, puede comenzar a entrecerrar los ojos con la nariz y tener arrugas a los lados de la nariz", explica, Traducción: Se necesita aún más Botox para los músculos recién reclutados, dice Wexler. Para evitar este tipo de errores, es esencial investigar diligentemente a un médico, al igual que abordar los inyectables de manera conservadora y hacer preguntas sobre cómo se adaptará el tratamiento a sus necesidades individuales.





Saber comprender cómo se puede acceder a lo mejor para cada rostro





Director Dr. Juan José Juri

**SERVICIOS** 

www.clinicajuri.com.ar consultas@clinicajuri.com.ar





RINOPLASTIAS PRIMARIAS Y SECUNDARIAS ENVEJECIMIENTO FACIAL (Facelift) CUERO CABELLUDO (Hair Implants) CIRUGIA DEL CONTORNO CORPORAL (Body Contouring)

MASTOPLATIAS (Breast Augmentation)

**DIRECCION**: Av. Cerviño 3251, C1425 CABA, Argentina **TEL**: +54 11 4802-6464 **Wapp:** +5911 59617388

#### CRITERIO ARTISTICO EN MANO DE LOS MEJORES CIRUJANOS DEL PAIS

Cumpliendo con más de 50 años de reconocimiento internacional fundado en sus aportes y experiencia profesional al servicio y cuidado de sus pacientes.

#### USO DE LA TECNOLOGIA INNOVADORA Y HALLAZGOS DE LA CIENCIA

Utilizamos el extraordinario avance experimentado por las diferentes tecnologías en la medicina y los últimos hallazgos de la ciencia.







La caída del cabello (alopecia) puede afectar solo el cuero cabelludo o todo el cuerpo y puede ser temporal o permanente. Puede ser el resultado de herencia, cambios hormonales, condiciones médicas o una parte normal del envejecimiento. Cualquiera puede perder pelo en la cabeza, pero es más común en los hombres. »

a calvicie generalmente se refiere a la pérdida excesiva de cabello en el cuero cabelludo. La caída del cabello hereditaria con la edad es la causa más común de calvicie. Algunas personas prefieren dejar que la caída del cabello siga su curso sin tratarla y sin ocultarla. Otros pueden disimularlo con peinados, maquillaje, sombreros o bufandas. Y otros eligen uno de los tratamientos disponibles para prevenir una mayor caída del cabello o restaurar el crecimiento.

Antes de seguir un tratamiento contra la caída del cabello, hable con su médico sobre la causa de la caída del cabello y las opciones de tratamiento. La caída del cabello puede aparecer de muchas formas diferentes, dependiendo de su causa. Puede aparecer repentina o gradualmente y afectar sólo el cuero cabelludo o todo el cuerpo.

#### LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA CAÍDA DEL CABELLO PUEDEN INCLUIR:

Adelgazamiento gradual en la parte superior de la cabeza. Este es el tipo más común de pérdida de cabello y afecta a las personas a medida que envejecen. En los hombres, el cabello a menudo comienza a retroceder en la línea del cabello en la frente. Las mujeres suelen tener un ensanchamiento de la raya del cabello. Un patrón de pérdida de cabello cada vez más común en las mujeres mayores es la entrada del cabello (alopecia frontal fibrosante). Calvas circulares o irregulares. Algunas personas pierden cabello en zonas calvas circulares o irregulares en el cuero cabelludo, la barba o las cejas. Su piel puede sentir picazón o dolor antes de que se caiga el cabello.

Aflojamiento repentino del cabello. Un shock físico o emocional puede provocar que el cabello se suelte. Es posible que se caigan puñados de cabello al peinarse o lavarse el cabello o incluso después de tirar suavemente. Este tipo de caída del cabello suele provocar un adelgazamiento general del cabello, pero es temporal. Caída del cabello en todo el cuerpo. Algunas afecciones y tratamientos médicos, como la quimioterapia para el cáncer, pueden provocar la pérdida de cabello en todo el cuerpo. El pelo suele volver a crecer.

Parches de descamación que se extienden por el cuero cabelludo. Este es un signo de tiña. Puede ir acompañado de cabello quebrado, enrojecimiento, hinchazón y, en ocasiones, supuración.

#### **CUANDO VER A UN MEDICO**

Consulte a su médico si le preocupa la pérdida persistente de cabello en usted o su hijo y desea seguir un tratamiento. Para las mujeres que experimentan retroceso del cabello (alopecia fibrosante frontal), hable con su



#### **CAUSAS**

Las personas suelen perder entre 50 y 100 cabellos al día. Por lo general, esto no se nota porque al mismo tiempo crece cabello nuevo. La caída del cabello ocurre cuando el cabello nuevo no reemplaza al cabello que se ha caído.

#### LA CAÍDA DEL CABELLO SUELE ESTAR RELACIONADA CON UNO O MÁS DE LOS SIGUIENTES FACTORES:

- HISTORIA FAMILIAR (HERENCIA). La causa más común de caída del cabello es una condición hereditaria que ocurre
  con el envejecimiento. Esta condición se llama alopecia androgénica, calvicie de patrón masculino y calvicie de patrón
  femenino. Por lo general, ocurre gradualmente y en patrones predecibles: retroceso del cabello y zonas calvas en los
  hombres y adelgazamiento del cabello a lo largo de la coronilla del cuero cabelludo en las mujeres.
- CAMBIOS HORMONALES Y CONDICIONES MÉDICAS. Una variedad de condiciones pueden causar la caída del cabello
  permanente o temporal, incluidos los cambios hormonales debido al embarazo, el parto, la menopausia y los problemas
  de tiroides. Las condiciones médicas incluyen alopecia areata (al-o-PEE-she-uh ar-e-A-tuh), que está relacionada con el
  sistema inmunológico y causa pérdida de cabello en parches, infecciones del cuero cabelludo como la tiña y un trastorno
  de arrancamiento del cabello llamado tricotilomanía (trik- o-til-o-MAY-nee-uh).
- MEDICAMENTOS Y SUPLEMENTOS. La caída del cabello puede ser un efecto secundario de ciertos medicamentos, como los que se usan para el cáncer, la artritis, la depresión, los problemas cardíacos, la gota y la presión arterial alta.
- RADIOTERAPIA EN LA CABEZA. Es posible que el cabello no vuelva a crecer igual que antes.
- UN EVENTO MUY ESTRESANTE. Muchas personas experimentan una caída generalizada del cabello varios meses después de un shock físico o emocional. Este tipo de caída del cabello es temporal.
- PEINADOS Y TRATAMIENTOS. El peinado excesivo o los peinados que tiran del cabello, como coletas o trenzas, pueden causar un tipo de pérdida de cabello llamada alopecia por tracción. Los tratamientos capilares con aceite caliente y las permanentes también pueden provocar la caída del cabello. Si se producen cicatrices, la caída del cabello podría ser permanente.

médico sobre el tratamiento temprano para evitar una calvicie permanente significativa.

También hable con su médico si nota una pérdida de cabello repentina o irregular o una pérdida de cabello mayor de lo habitual al peinarse o lavarse el cabello o el de su hijo. La caída repentina del cabello puede indicar una afección médica subyacente que requiere tratamiento.

#### **PREVENCIÓN**

La mayor parte de la calvicie es causada por la genética (calvicie de patrón masculino y calvicie de patrón femenino). Este tipo de caída del cabello no se puede prevenir.

Estos consejos pueden ayudarle a evitar tipos de caída del cabello que se pueden prevenir:

Sé gentil con tu cabello. Utiliza un desenredante y evita tirones al cepillarte y peinarte, especial-

mente cuando tienes el cabello mojado. Un peine de dientes anchos puede ayudar a evitar arrancar el cabello. Evite tratamientos agresivos como rulos calientes, rizadores, tratamientos con aceite caliente y permanentes. Limite la tensión en el cabello de los estilos que utilizan bandas elásticas, pasadores y trenzas.

Pregúntele a su médico acerca de los medicamentos y suplementos que toma y que podrían provocar la caída del cabello.

Protege tu cabello de la luz solar y otras fuentes de luz ultravioleta.

Deja de fumar. Algunos estudios muestran una asociación entre el tabaquismo y la calvicie en los hombres.

Si está recibiendo tratamiento con quimioterapia, pregúntele a su médico acerca de un gorro refrescante. Esta gorra puede reducir el riesgo de perder cabello durante la quimioterapia.

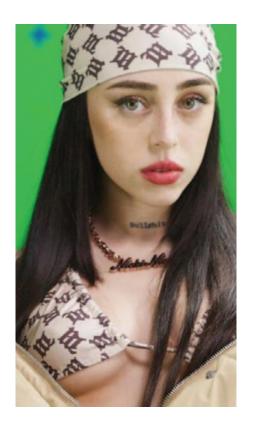






#### $\parallel$ ENTREVISTA MODA MUJER $\parallel$









Es una tarde lluviosa de jueves en la ciudad de Nueva York y Nicki Nicole ha pasado la mayor parte del día respondiendo preguntas consecutivas de entrevistas de periodistas. Para alguien que acaba de concluir una gira entre América Latina y Europa, sin mencionar nueve shows con entradas agotadas en el Movistar Arena de Buenos Aires, donde asistieron más de 100.000 fanáticos, uno pensaría que estaba lista para reducir el ritmo. Pero horas antes de nuestra conversación, anunció que su primera gira como cabeza de cartel por Estados Unidos comenzaría el próximo mes en la Ciudad de México. Puedes ver la visión de túnel en sus ojos verdes. Sus fans, que han estado a su lado desde el primer día, son los que la motivan a seguir adelante »



a incipiente cantante, rapera y compositora de 23 años se ha forjado un nombre en su país natal, Argentina. Nicole Cucco se enorgullece de no ceñirse nunca a un solo género al crear música; ayudó a definir su lugar como creativa multidimensional interesada en cerrar la brecha entre el canto y el rap.

Con el anuncio de la etapa estadounidense de su gira llega nueva música que hace precisamente eso. Su primer sencillo del año, "Ojos Verdes", es una balada de cumbia inspirada en situaciones personales por las que ha pasado, muy posiblemente en alusión a su reciente ruptura pública con Peso Pluma. La letra se traduce como: "Pero saqué lo mejor de ti / Y te diste cuenta el día que me fui".

"Desde que era niña, he escuchado cumbia y sé mucho sobre ella. La única otra vez que trabajé en una canción de cumbia fue con la [banda] Ángeles Azules", dice. "Ahora me siento cómodo y preparado para hacer mi propia canción, así que soy yo quien lo hace por mi cuenta".

Nicole ha recorrido un largo camino en poco tiempo. Su álbum debut de 2019, "Recuedros", lleno de toques de pop, R&B conmovedor y tonos urbanos, incluye su sencillo destacado, "Wapo Traketero", que interpretó un par de años después en "The Tonight Show Starring Jimmy Fallon". ella la primera artista argentina en actuar en el programa nocturno.

Mientras tanto, su segundo álbum de estudio de 2021, "Parte de Mí", juega con sonidos de reggaetón, hip-hop y pop alegre, junto con fuertes colaboraciones de artistas como Rauw Alejandro, Mora y Mon Lafarte, solo por nombrar algunos. "ALMA", un álbum de autoexploración que une el reggaetón, el R&B latino y las baladas oscuras, fue nominado a "Mejor

# "SÉ QUE CADA ARTISTA ARGENTINO QUE ESTÁ TRABAJANDO EN ESTE MOMENTO REALMENTE MERECE TODO EL RECONOCIMIENTO", Dice.

Álbum Urbano" en los Grammy Latinos 2023.

"La verdad es que cada álbum y cada canción que publiqué realmente me han ayudado a evolucionar mi sonido", dice. "Si escuchas mi primer y tercer álbum, puedes ver el crecimiento no sólo vocalmente sino también en los conceptos generales, incluso en la forma en que me expreso. Me encanta cuando la gente puede notar esa evolución en mi música".

Su cuarto álbum de estudio aún es un trabajo en progreso, pero Nicole señala que el concepto general del proyecto está terminado. "No quiero limitarme ni apresurarme con el álbum. Siempre estoy aprendiendo algo nuevo. Solo estando aquí en Nueva York durante una semana, hice algunas canciones increíbles", dice. "Para este próximo proyecto, en lo que respecta a estructura y melodías, habrá mucho hip-hop, R&B y rap; ese será el enfoque. Sin embargo, musicalmente, aparte de mi próximo proyecto, habrá muchas sorpresas. eso sucederá este año."

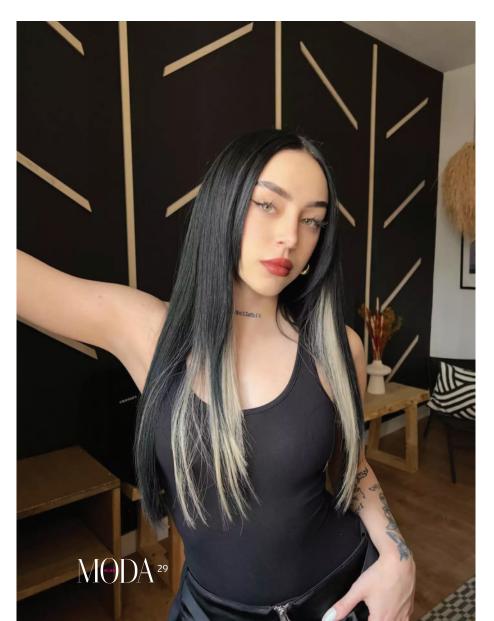
Al crecer, las influencias musicales de Nicole variaron. Creció escuchando tango, cumbia, rock y varios géneros. "Amy Winehouse, Christina Aguilera, Kendrick Lamar son algunos de los artistas que han influido en mi música. Nunca he trabajado en música rock como solista, pero eso es algo que planeo explorar también", dice.

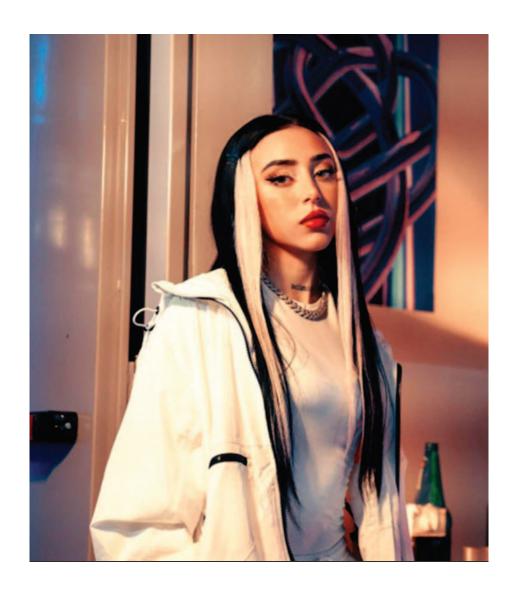
El amor de Nicole por el hip-hop comenzó cuando tenía 15 años, cuando comenzó a asistir a competencias de batalla de estilo libre. Recuerda estar intrigada por "The Get Down", la serie de Netflix que se centra en el nacimiento y ascenso del hip-hop en la ciudad de Nueva York, y querer aprender más sobre los orígenes del género.

"Antes de ver [la serie], conocía un

poco de la historia del hip-hop, pero a medida que seguía viendo quería aprender más sobre este mundo, realmente me llamó la atención", dice Nicole. "Comencé a escuchar más música rap; me enamoré de todo. Me entristeció que solo hubiera una temporada del programa".

A los 17 años, una Nicki Nicole más joven participaba en competiciones de estilo libre, lo que ayudó a darle forma a sus juegos de palabras actuales. Sus raperos pasados y presentes favoritos incluyen al rapero nuvorican Hurricane G, Lauryn Hill, Ivy Queen, Nathy Peluso y su hermana, Sofía Gabanna. El auge de la cultura hip-hop en Argentina no es nuevo; Ha sido un movimiento desde hace algún tiempo. Nicole está agradecida por El Quinto Escalón, apodado el concurso de rap más destacado de Argentina, que se realizó de 2012 a 2017 en Buenos Aires. Duki, Paolo Londra, Milo J y muchos otros, cada uno con su propio estilo y esencia, han participado en la competencia y son jugadores clave en la escena hip-hop argentina actual.





"LA VERDAD ES QUE CADA ÁLBUM Y CADA CANCIÓN QUE PUBLI-QUÉ REALMENTE ME HAN AYUDADO A EVO-LUCIONAR MI SONIDO", Dice.

"SI ESCUCHAS MI PRIMER Y TERCER ÁLBUM,
PUEDES VER EL CRECIMIENTO NO SÓLO
VOCALMENTE SINO
TAMBIÉN EN LOS CONCEPTOS GENERALES,
INCLUSO EN LA FORMA
EN QUE ME EXPRESO.
ME ENCANTA CUANDO
LA GENTE PUEDE
NOTAR ESA EVOLUCIÓN
EN MI MÚSICA".

"Esto no comenzó como mi lucha, y es fácil para cualquiera apropiarse de un espacio en el que no comenzaron, pero yo nunca tomaré posesión de un espacio en el que soy invitada", dice. . "Conocer los orígenes del hip-hop es importante, dar visibilidad a cosas que sucedieron en la cultura en el pasado y a tantos raperos increíbles que componen estos espacios, apropiarme del espacio es algo que nunca planeo hacer. ".

Ella dice que también le debe a la cultura hip-hop y rap por ayudarla a salir de su caparazón y moldear su habilidad para el estilo libre.

"Siento que el hip-hop, pero sobre todo el rap, me enseñó a expresarme cuando hago estilo libre. No sólo musicalmente, sino que también me enseñó a salir de mi caparazón porque solía ser muy tímida", comparte. "Todo lo que no tuve el coraje de decir en persona, lo decía en un estilo libre, en un estudio, en una batalla, y aprendí a expresarme de esta manera. Y a través del estilo libre, aprendí a socializar"., y también me sirvió en mi vida personal para hablar con la gente".

Con tanta música y talento saliendo de Argentina (Cazzu, Emilia, Tiago PZK, Duki, María Becerra y muchos más), Nicki Nicole está orgullosa de la grandeza que proviene de su país.

"Sé que cada artista argentino que está trabajando en este momento realmente merece todo el reconocimiento", dice. "Conozco a muchos de ellos personalmente, así que me hace feliz porque conozco todo el trabajo y esfuerzo que hay detrás

de todo, y sé que hacen todo esto porque lo soñaron. Es un honor conocerlos. "

Mientras Nicki Nicole se prepara para su gira y planea su dominación mundial, no la perturba ningún ruido exterior, cualquier cosa que se interponga entre su trabajo. Nada puede detenerla, a menos que sea una oportunidad de entrar al estudio con el legendario Tego Calderón o la banda de electropop Miranda, lo cual espera que suceda algún día. Lo que la mantiene con los pies en la tierra es su familia y sus amigos, y disfrutar de lo que hace.

"Realmente estoy logrando todo lo que alguna vez soñé y eso es lo que me mantiene adelante", dice. "Poder apoyar a mis padres, poder pasar tiempo con la gente que amo, eso es lo más importante para mí en este mundo de la música".







MUMIU



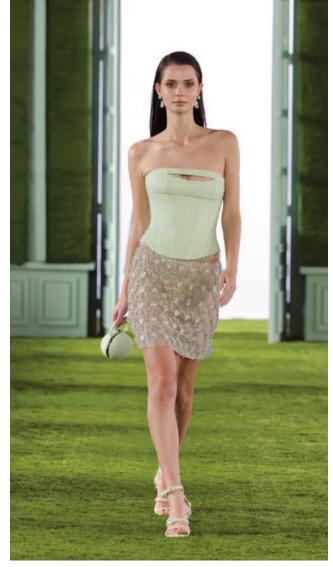
FALL WINTER 2024 FASHION SHOW





# ITOBELIAL MODA<sup>35</sup>



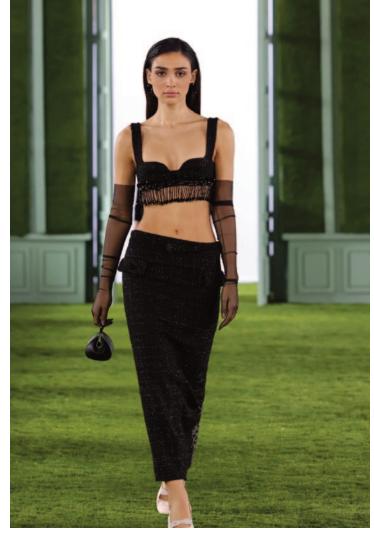




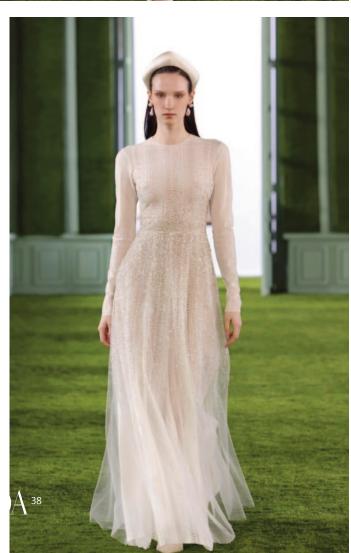














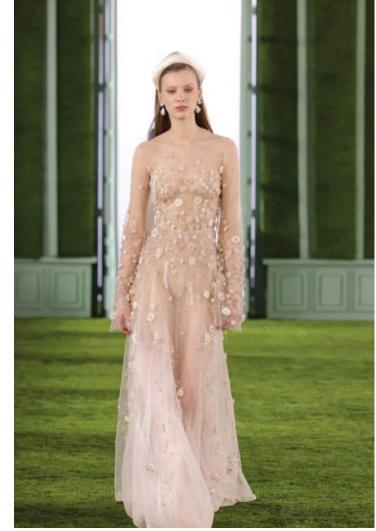














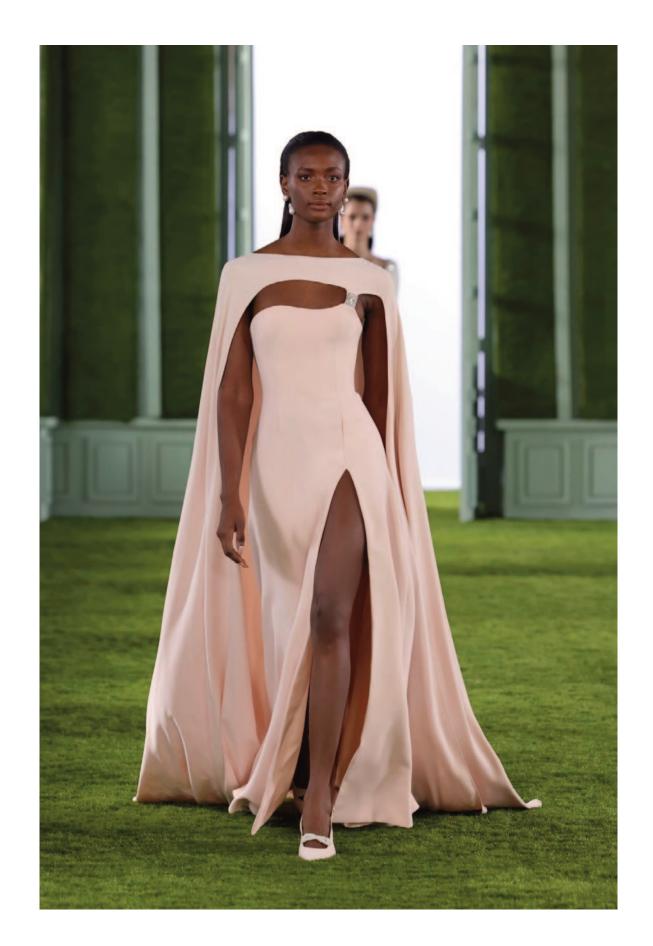
















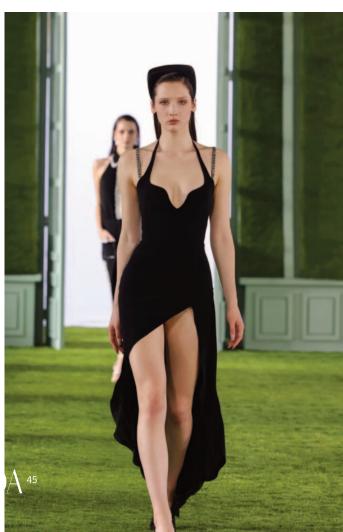


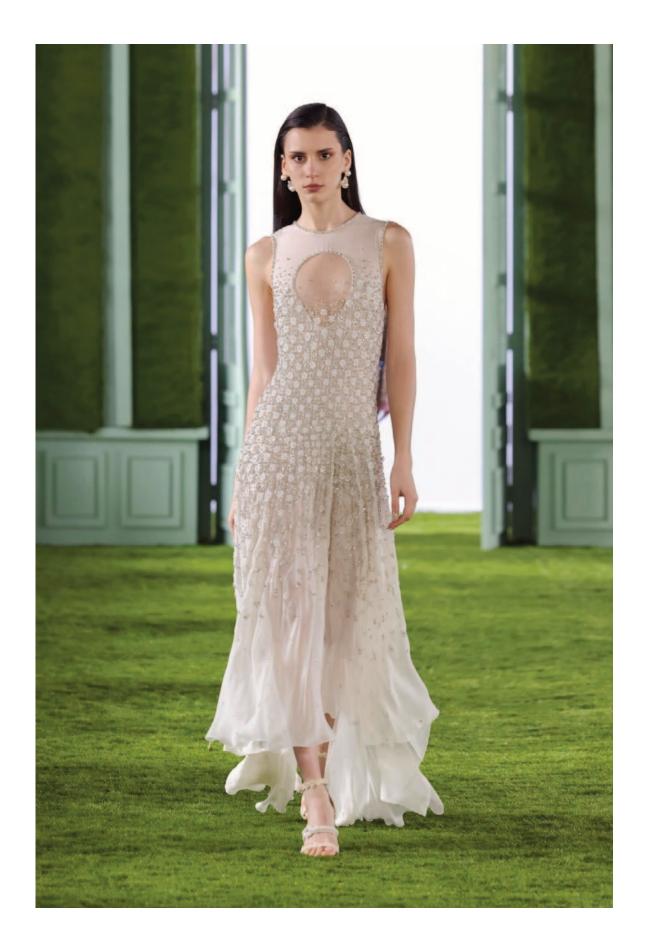












Muss DA 46



# LOUIS VUITTON



# CONVIÉRTETE ENUNAMUJER SINMIEDOA DEFENDERLO QUE CREE

Existe una marcada diferencia entre ser asertivo y ser agresivo. Todo se reduce a la confianza. Ser asertivo consiste en defender su posición, expresar respetuosamente sus opiniones y no retroceder cuando cree en algo. Es un rasgo que define a las mujeres que se defienden con confianza. Sin embargo, ser agresivo consiste más en imponer sus creencias a los demás, muchas veces sin tener en cuenta sus sentimientos.



a clave aquí es el equilibrio. Y las mujeres empoderadas que saben defenderse han dominado este arte del equilibrio. En este artículo exploraremos estas características definitorias y cómo moldean el comportamiento de las mujeres seguras de sí mismas.

**CONFIANZA EN SI MISMAS** 

Toda mujer que se mantiene firme frente a la adversidad tiene una base sólida de confianza en sí misma. No se trata de ser arrogante o engreída. Más bien, se trata de confiar en sus habilidades, sus decisiones y su camino en la vida. Se trata de conocer su valor y negarse a permitir que otros la subestimen. Las mujeres seguras de sí mismas no dudan de sí mismas constantemente. Toman una decisión, la mantienen y asumen la responsabilidad de los resultados. No rehuyen defender lo que creen, incluso si eso significa ir contra la corriente. Esto no significa que nunca tengan dudas o miedos. Pero optan por abordarlos de frente, en lugar de dejarles controlar sus acciones. La confianza no es algo con lo que se nace. Es un rasgo que se construye con el tiempo. Entonces, si eres una mujer que busca defenderse con confianza, comienza por cultivar tu confianza en ti misma.

La asertividad es otro rasgo fundamental de las mujeres que se defienden a sí mismas con confianza. Recuerdo un momento de mi vida en el que tuve que aprender esta lección. Tenía un trabajo muy estresante, hacía malabarismos con múltiples responsabilidades y constantemente me pedían que asumiera más trabajo. Tenía miedo de decir "no" por temor a que me consideraran inútil o, peor aún, incapaz. Pero un día me di cuenta de que no poner límites estaba afectando mi salud y mi bienestar. Entonces, decidí practicar decir "no". Las primeras veces fueron difíciles, pero con el tiempo se hizo más fácil. ¿Y adivina qué? La gente respetaba mis límites.

Las mujeres que se defienden comprenden el poder del "no". Conocen sus límites y no tienen miedo de comunicarlos. Se dan cuenta de que decir "sí" a todo no es una señal de fortaleza o competencia. De hecho, suele ser lo contrario. Aprender a decir "no" es empoderador y es un rasgo que toda mujer debería adoptar para poder defenderse con confianza.

Cuando se trata de defenderse, las mujeres seguras de sí mismas no sienten la necesidad de encajar en un molde o seguir normas sociales. Se sienten cómodos consigo mismos y aprecian su individualidad. Estas mujeres se dan cuenta de que su singularidad no es una desventaja sino una ventaja. Son dueños de sus peculiaridades, sus fortalezas, sus debilidades y todo lo que los hace quienes son. Entienden que hay un poder inmenso en ser diferente y no tienen miedo de demostrarlo.

CULTIVAN LA RESILIENCIA

La resiliencia es un rasgo fundamental de las mujeres que se defienden con confianza. La vida está llena de altibajos y cualquiera puede tener confianza cuando las cosas van bien.

Pero la verdadera prueba llega cuando enfrentan la adversidad.

Las mujeres resilientes no se desmoronan bajo presión ni se dan por vencidas ante la primera señal de dificultad.

En cambio, ven los desafíos como oportunidades para crecer y aprender. Entienden que el fracaso no es un reflejo de su valor sino parte del camino hacia el éxito. Saben cómo recuperarse de los reveses, quitarse el polvo y seguir avanzando. Esta resiliencia les da la confianza para mantenerse firmes, sabiendo que incluso si caen, tienen la fuerza para volver a levantarse. Cultivar la resiliencia no siempre es fácil, pero es un rasgo que puede marcar la diferencia cuando se trata de defendernos.

#### PRACTICAN EL AUTOCUIDADO

Puede parecer un cliché, pero cuidarse física, emocional y mentalmente es un rasgo clave de las mujeres que se defienden a sí mismas con confianza. Estas mujeres entienden que para poder luchar por sus derechos, primero deben cuidar de su propio bienestar. Tienen como prioridad nutrir sus cuerpos con una nutrición adecuada y ejercicio. También se aseguran de estar sanos mental y emocionalmente al tomarse el tiempo para relajarse, meditar o realizar actividades que aman.

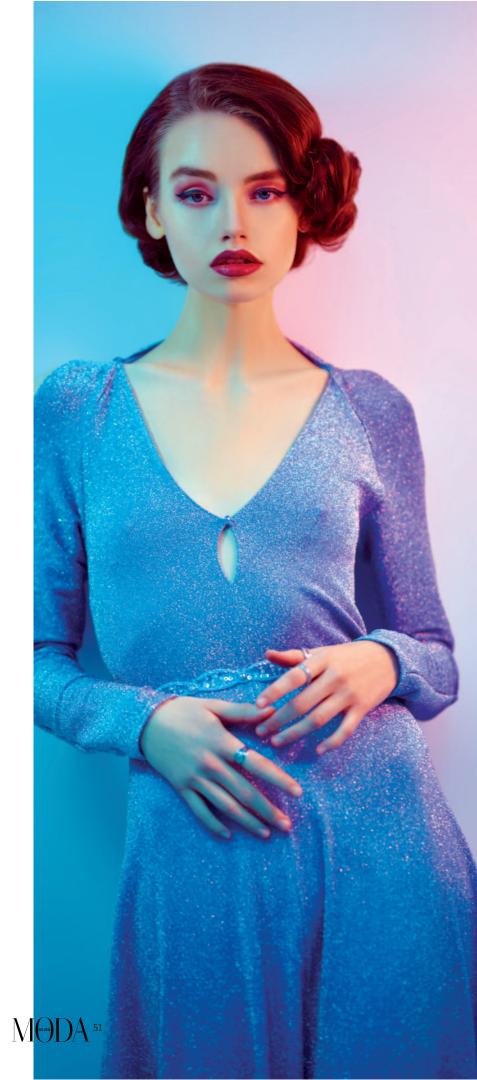
Saben que descuidar el cuidado personal puede provocar agotamiento, lo que les dificulta defenderse cuando la situación lo exige. Al cuidar su bienestar general, se equipan con la energía y la fuerza necesarias para mantenerse firmes con confianza. En esencia, practicar el autocuidado no se trata sólo de mimarse a uno mismo; se trata de preservar la capacidad de uno para luchar por sus derechos y creencias.

Una mujer que se defiende con confianza tiene una creencia profundamente arraigada en su valor. Sabe que merece respeto, amabilidad y amor, como cualquier otra persona. No permite que otros la degraden o la traten mal. Sabe que su valor no está determinado por cómo la perciben los demás sino por cómo ella se percibe a sí misma.

Creer en tu valor puede ser un viaje lleno de dudas e inseguridades. Pero una vez que encarnas esta creencia, puede ser transformadora. Cuando realmente crees en tu valor, no tolerarás que te traten menos de lo que mereces. Te defenderás cuando sea necesario y lo harás con confianza. Te darás cuenta de que tu voz importa, que tus sentimientos son válidos y que eres digno de ser escuchado. Se trata de amarte a ti mismo lo suficiente como para defenderte, incluso cuando sea difícil.

BUSCAN CRECIMIENTO, NO PERFECCIÓN

Las mujeres que se defienden a sí mismas con confianza no son perfeccionistas. Más bien, están orientadas al crecimiento. Recuerdo una época en la que me paralizó el miedo a no ser perfecto. Cada tarea debía realizarse impecablemente; cada decisión tenía que ser la correcta. Este miedo a la imperfección me hizo dudar a la hora de expresar mis opiniones o defenderme.



Pero luego me di cuenta de que la perfección es una ilusión. Es un estándar inalcanzable que sólo genera insatisfacción y dudas. Entonces, cambié mi enfoque de ser perfecto a crecer y aprender. Comencé a aceptar los errores como oportunidades de aprendizaje y los fracasos como peldaños hacia el éxito. Este cambio de perspectiva me dio la confianza para defenderme, sabiendo que incluso si cometo errores o enfrento reveses, seguiré adelante. No se trata de ser perfecto; se trata de crecer, evolucionar y convertirnos en la mejor versión de nosotros mismos. Y esto sólo es posible aceptando nuestros defectos y aprendiendo de nuestros errores.

SON EMPÁTICAS

Estas mujeres comprenden y aprecian los sentimientos de los demás. Pueden ponerse en el lugar de otra persona, lo que les ayuda a comunicarse de forma eficaz y asertiva. Empatía no significa estar de acuerdo con todos o doblegarse a su voluntad. Más bien, significa comprender las perspectivas y emociones de otras personas y respetarlas, incluso si son diferentes a las suyas.

Esta comprensión les permite afrontar los conflictos con gracia y hacer valer sus necesidades sin ignorar los sentimientos de los demás. También les ayuda a construir relaciones sólidas y significativas basadas en el respeto y la comprensión mutuos. En esencia, la empatía dota a estas mujeres de la inteligencia emocional necesaria para defenderse a sí mismas con confianza y al mismo tiempo mantener el respeto por los demás.

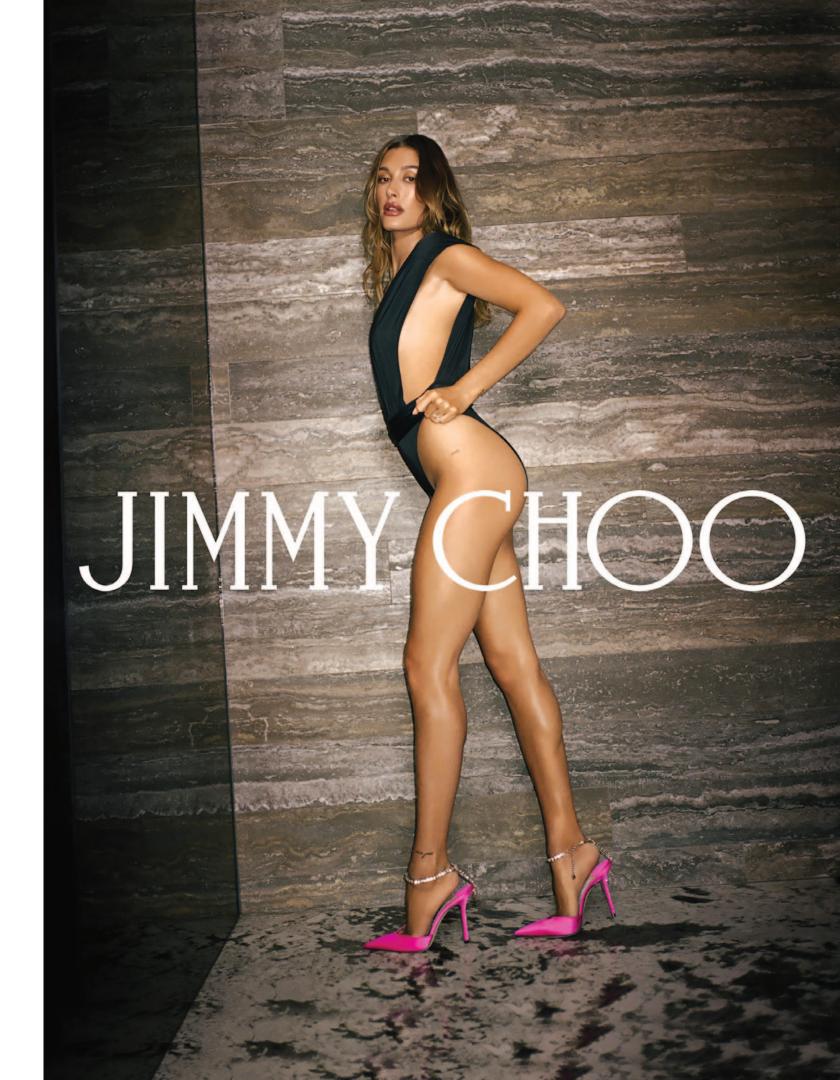
Por encima de todo, estas mujeres son valientes. Entienden que se necesita valor para expresar sus opiniones, decir "no" cuando sea necesario, exigir respeto y defender su posición. El coraje no se trata de no tener miedo; se trata de actuar a pesar del miedo. Se trata de enfrentar los desafíos de frente y defender lo que uno cree, incluso cuando sea incómodo o aterrador. Estas mujeres saben que el coraje es como un músculo; cuanto más lo usas, más fuerte se vuelve. Cada vez que se defienden, están ejercitando este músculo, lo que los hace aún más resilientes y seguros.

#### PENSAMIENTOS FINALES: ES UN VIAJE

Convertirse en una mujer que puede valerse por sí misma es un viaje, un proceso de crecimiento, autodescubrimiento y empoderamiento. Se trata de aceptar tu singularidad, nutrir tu confianza en ti mismo y aprender a decir "no". Se trata de cultivar la resiliencia, practicar el cuidado personal y creer en tu valor.

Se trata de buscar el crecimiento por encima de la perfección, mostrar empatía y, lo más importante, ser valiente. Es importante reconocer que estos rasgos no son innatos. Se cultivan con el tiempo a través de experiencias, desafíos e introspección. Como dijo una vez Eleanor Roosevelt: "Nadie puede hacerte sentir inferior sin tu consentimiento". El poder de defenderte con confianza está dentro de ti. Se trata de darte permiso para aceptar quién eres, expresar tus opiniones y hacer valer tus necesidades.







# ARIES MARZO 21 — APBIL 19

MHKZU ZI — HPKIL

¡Deja que tu verdadero yo brille! Estás mostrando tus verdaderos colores y es posible que todos estén prestando atención. Ya sea que estés en una plataforma frente a una audiencia de extraños o que personas que ya conoces te estén dando protagonismo, es hora de subir al escenario y mostrarles a todos lo que tienes. Tu pasión está en su punto más alto, así que asegúrate de canalizarla hacia lugares positivos. Da lo mejor de ti: ¡el resto depende del destino!

### TAURO

ABRIL 20 — MAYO 20

Es posible que las profundidades de un viaje no sean visibles hasta que comiences. Ya sea que esto signifique que continúas un viaje literal con una actitud más fluida o que estás profundizando en los detalles de un área de estudio, debes dejar de concentrarte en ti mismo un poco en el camino. No intentes ser controlador en este momento. En lugar de eso, absorba lo que sucede a su alrededor y todo lo que le están enseñando. Sé una esponja: ¡puedes preocuparte por organizarlo todo más tarde!

# GÉMINIS

MAYO 21 — JUNIO 20

Las personas en las que puedes confiar están actualizando elementos de tu vida. Es posible que haya tenido dificultades para conocer a personas que lo entendieran en un nivel profundo, o que no haya tenido tiempo para pasar con las personas que tienen las conexiones más profundas con usted, pero reunirse es una posibilidad real. Podrían aportar a tu vida la misma inspiración y pasión que solían tener o que has estado buscando en un amigo, y esto debería impulsarte a abordar tu vida con renovado vigor.

# CÁNCER

JUNIO 21 — JULIO 22

Tus responsabilidades pueden conectarte con personas fascinantes. Es posible que simplemente haya aparecido para hacer el trabajo que tenía que hacer, ya sea en el lugar de trabajo o por una responsabilidad personal, pero es probable que alguien haya estado prestando atención o esté a punto de notarlo. Pueden brindarle la oportunidad de florecer más de lo que ha sido o despertar una pasión dentro de usted que ha estado latente. ¡Esté abierto a cambios emocionantes, incluso si provienen de lugares mundanos!

#### LEO

JULIO 23 — AGOSTO 22

Estás poniendo cuidado y atención en recuperarte. Al establecer una lista de tareas pendientes para el día, tiene la posibilidad de examinar sus métodos con ojos renovados. Las formas en que ha estado perdiendo tiempo o dinero podrían volverse más evidentes ahora, o incluso alguien podría estar enseñándole una mejor manera de superar cualquier bloqueo interno cuando se trata de poner su vida en orden. ¡Poco a poco, estás aprendiendo un sistema que funciona para ti!

# VIRGO

AGOSTO 23 — SEPTJEMBRE 22

Hay un acto de fe frente a ti, Virgo. Es probable que esto provenga de un profundo instinto: puede que no tengas una lógica detrás, pero tu intuición te dice que sí. Está bien sentirse un poco indeciso, porque puede ser un desafío seguir este camino. Es posible que desees rendirte en las primeras etapas, pero una vez que hayas dado los primeros pasos, la parte difícil debería quedar atrás. ¡Supera la incomodidad para obtener las recompensas!

# LIBRA

SEPTIEMBRE 23 — OCTUBRE 22

Es posible que personas de diferentes áreas de su vida comiencen a unirse para ayudarlo. Es posible que necesite ayuda para organizar una reunión para sus amigos y familiares. Personas que solo están conectadas sabiendo que podrías reunirse para apoyarte o celebrarte. Debes permitir que estas personas se mezclen y se conozcan entre sí y, de esta manera, llegar a conocerte mejor. No seas tímido: ¡deja que tus amigos y familiares sean amigos!

# ESCORPIO

OCTUBRE 23 — NOVIEMBRE 21

¿Qué hay que decir, Escorpio? Es posible que haya estado sentado sobre ciertos datos hasta ahora, sin estar seguro de querer compartirlos, pero algo le dice que lo que tiene que decir es importante y se le debe dar tiempo y consideración. Para ti en este momento todo se trata de catarsis emocional, así que ya sea que estés escribiendo tus pensamientos en un diario o contándoselo a un profesional, prioriza sacar las cosas de tu pecho. Tienes permitido dejarlos ir.

# SAGITARIO

NOVIEMBRE 22 — DICIEMBRE 21

La nueva seguridad puede animarle a correr riesgos. Es posible que antes haya sentido que había demasiado en juego para expresarse. Ahora, sin embargo, una base estable lo ha colocado en un lugar más seguro para correr riesgos, sabiendo que puede recuperarse si todo no sale según lo planeado. La vida también se trata de cómo giras cuando te derriban, y el destino hacia el que giras podría ser mejor que el que buscabas inicialmente.

# CAPRICORNIO

DICIEMBRE 22 — ENERO 19

Tus emociones son parte de quién eres. Es posible que en el pasado hayas descartado tus emociones como debilidad o como un obstáculo, pero estás aprendiendo que vivir en sintonía con tus emociones en lugar de reprimirlas genera más fortaleza que debilidad. Cuanto más puedas sintonizar con cómo te sientes en cada momento, mejor posicionado estarás para encontrar el éxito y la empatía con los demás. Tus sentimientos genuinos están tratando de decirte algo, no

# ACUARIO

FNFRA SA — FFRRFRA 18

Alguien con quien no has hablado recientemente podría estar en primer plano en tu mente. Puede haber sido un problema entre ustedes dos lo que hizo que se separaran, o su brecha de comunicación podría haber sido causada porque otros los empujaron en direcciones diferentes. Independientemente de los detalles, puedes volver a conectarte. Incluso si normalmente no extendieras la mano primero, está bien ser vulnerable: los planetas te alientan a extender la mano. Simplemente preguntarles cómo les ha ido últimamente podría ser un gran comienzo.

# PISCIS

FEBRERO 19 — MARZO 20

Es posible que dejes que otros te recojan cuando no estás seguro de adónde ir. Incluso si tuviste un buen comienzo, una vez que llegues a un lugar determinado, es posible que llegues a un punto muerto. Las personas que te rodean podrían tener una visión más clara de la situación que tú, o pueden haber estado donde tú estás en el pasado. De cualquier manera, al menos considere sus consejos. No es necesario que hagas las cosas exactamente a su manera, solo obtén algo de perspectiva para evitar quedarte estancado.

