

SANMBO

REVISTA EXCLUSIVA PARA SUSCRIPTORES
EL UNIVERSO[242] AGOSTO 2025

Elementos
para la
decoración

Profesionales de
la construcción

Calma japonesa
y energía latina
en Ichigo

Estilo y texturas en los
ambientes





Al Sol



San Bernardo 4

Construyamos juntos el futuro que deseas



Vizcaya 2



Samborondón
City Center



Mocoli bay



SOLINES SOLUCIONES

-  *Piscina* |  *Parques* |  *Zona BBQ*
-  *Canchas de pádel y fútbol* |  *Guardianía y circuito cerrado de vigilancia interna*

Visítanos en km 9.8 vía Samborondon,
Plaza Vizcaya , piso 2 , oficina 59.

099 916 5645 · 098 076 9103
ventas@solinessoluciones.com
www.solinessoluciones.com

en bandeja

Objetos para decorar tu hogar



Lámpara Khabukhi
Treze Furniture
\$ 830
Lámpara de diseño, perfecta para decorar e iluminar estancias.



Dudet Chair
Treze Furniture
\$ 355
Silla moderna con formas orgánicas, tapiz a elección, ideal para comedores.



Sofá Ivory Minimal
El Millón
\$ 1.849
Diseño moderno y elegante con silueta curva que aporta dinamismo. Su tapizado en color marfil transmite frescura y sofisticación.



Bandeja
Denda
\$ 113,85
Perfecta para adornar tu sala y mantener todo en orden.



Taburete de madera
Muy Mucho
\$ 164,99
Fabricado en madera de teca y tejido de alga marina. Versátil y resistente, aporta calidez y estilo a cualquier ambiente.



Mesita auxiliar
El Millón
\$ 209
Con cubierta y base en mármol oscuro y fuste metálico dorado, combina elegancia y funcionalidad, perfecta junto al sofá o en un rincón de lectura.



Butaca
Denda
\$ 370 + IVA
Butaca para niños completamente personalizada.



Set de baúles
Muy Mucho
\$ 189,99
Prácticos y decorativos para mantener el orden con estilo.



SAMBO
Número 242. Diario EL UNIVERSO. Av. Domingo Comín entre calle 11 y Ernesto Albán.
EL UNIVERSO
www.eluniverso.com

Portada Yulia Bondareva. **Vestuario** No More Jean y D'Mori. **Producción y fotografía** Andrea Alvarado.
Redacción EU Content. **Diseño** Walter Melena. **Gerenta comercial** Melissa Uscovich.
Publicidad Carlos Cercado / ccercado@eluniverso.com / (04) 500-8888.
Según el art. 60 de la Ley Orgánica de Comunicación, los contenidos se identifican y clasifican en (I), informativos; (O), de opinión; (F), formativos/educativos/culturales; (E), entretenimiento.

Síguenos
@sambo_eu



En Ichigo, cada detalle une a dos mundos



Udon shitake al tartufo

Para compartir

Ingredientes:

- 100 gramos de langostino
- 3 unidades de conchas
- 5 unidades de *scallops*
- 1 pizca de sal
- 1 pizca de umami
- 1 pizca de azúcar
- 80 gramos de hongo shiitake (ya cocido).
- 35 gramos de hongo portobello
- 30 ml de *sake*
- 1 onza de aceite de trufa
- 5 gramos de soya
- 20 gramos de salsa *funghi*
- 100 gramos de pasta udon (precocida)
- 5 gramos de cebolla china

Preparación:

- 1. Sazonar la proteína.** Condimentar conchas, langostinos y *scallops* con sal y umami.
- 2. Sellar.** Calentar un bol o sartén a fuego alto. Colocar las proteínas y dejarlas sellar bien por ambos lados.
- 3. Agregar vegetales.** Incorporar los hongos shiitake y portobello, saltear para que suelten aroma y sabor.
- 4. Incorporar salsa.** Agregar la salsa *funghi* y seguir salteando. Añadir la salsa de soya, una pizca de sal y azúcar. Cocinar hasta que la salsa reduzca ligeramente.
- 5. La pasta.** Incorporar la pasta udon. Verter un chorrito de *sake* y unas gotas de aceite de trufa. Seguir salteando hasta que todo quede bien integrado.
- 6. Finalizar y servir.** Rectificar sabor si es necesario. Decorar con cebolla china. Servir caliente.



Fusión entre Japón y Latinoamérica

La pasión por ofrecer una experiencia auténtica en la que se cuida cada detalle, desde la calidad de los ingredientes hasta el ambiente que invita a compartir y que incluye la concepción y el diseño, es parte de Ichigo, un restaurante que en cada plato destaca la fusión entre la cocina japonesa y los sabores auténticos de Latinoamérica. Ubicado en la planta baja del centro comercial Alhambra, en el km 2,5 de la avenida Samborombón, Ichigo surgió de los distintos viajes y recorridos de su propietario, quien vivió de cerca los sabores, la cultura y la inspiración que le ha regalado cada lugar visitado.

Ichigo sobresale también por su construcción. “La arquitectura mezcla materiales cálidos y texturas artesanales: la fachada está revestida con un mosaico de piedra que marca presencia desde el exterior, mientras que el interior incorpora ladrillos diseñados y fabricados especialmente para el proyecto, aportando carácter y unicidad”. La barra destaca por su tono dorado, un guiño al oro de las culturas precolombinas, se dice. Y las mesas se visten de un mármol rojo profundo que añade fuerza y sofisticación. Todo se equilibra con toques de verde en el mobiliario, generando contraste y frescura en la paleta terrosa. La iluminación suave y las curvas del espacio refuerzan una atmósfera íntima, contemporánea y con identidad propia, donde cada detalle conecta con la idea de un lugar que une mundos distintos en un mismo viaje sensorial.

Escanea para ver otra receta



El 'top' 6 de Ichigo



Estos son los platos más pedidos por los clientes en Ichigo, espacio que celebra la fusión cultural entre Japón y Latinoamérica, y que innova sin perder su raíz: la unión entre cultura, sabor y hospitalidad:

1. Marrow tartar
2. Nigiri unagui
3. Ceviche jipisake
4. Udon shitake al tartufo
5. Niku usuzukuri
6. Tako al kimchi



28 AÑOS
OKTOBERFEST
HILTON

#HiltonOktoberfest @HiltonColon_Gye

25 septiembre - 5 octubre

¡NUEVO SHOW, BUFFET ALEMÁN,
AFTER PARTY, CERVEZA Y MUCHA DIVERSIÓN!
(viernes y sábados)

RESERVAS: 0987598810

Produbanco
Grupo Promerica


Hilton
COLON GUAYAQUIL

Profesionales del sector inmobiliario

CORTESÍA



"Valor, bienestar y experiencias únicas para los clientes"

Alejandro Jijón Lynch, director comercial de Métrica, promotora inmobiliaria con 14 años en el mercado.

Está en el negocio inmobiliario desde los 23 años (tiene 44), cuando asumió la gerencia y comercialización de un centro comercial. Esa experiencia marcó el inicio de una carrera enfocada en liderar, estructurar y ejecutar proyectos inmobiliarios con una visión integral.

Se especializó en la gestión de centros comerciales, fideicomisos inmobiliarios y gerencia de proyectos; también complementó su formación con maestrías en Marketing y Administración de Empresas, además del curso de ACBIR en ventas inmobiliarias. "Siempre estuve vinculado a la parte comercial porque creía firmemente en liderar proyectos que no solo sean técnicamente viables, sino comercialmente exitosos. Esa combinación me ha permitido consolidarme como un gestor integral de proyectos, capaz de llevar una idea desde el papel hasta convertirse en una inversión real, rentable y sostenible", dice Alejandro Jijón, director comercial de Métrica. Cree que el principal desafío en el sector inmobiliario local es mantenerse ágil frente a los cambios econó-

micos y a la evolución constante en las preferencias del consumidor. "Las variaciones en la economía del país, sumadas a nuevas tendencias en ubicación, estilo de vida, diseño y tecnología, exigen que las empresas se reinventen de forma continua. Esto implica desarrollar y ofrecer productos que equilibren lo que el cliente valora, como plusvalía, seguridad, *amenities*, ubicación estratégica y dimensiones adecuadas, siempre de la mano de lo que está dispuesto a invertir cada cliente y sector". Agrega que la clave está en anticiparse al mercado, entender sus nuevas prioridades y proponer soluciones diferenciadas, sostenibles y con alto potencial de valorización. "Me apasiona crear espacios que se transformen en oportunidades de inversión que generen plusvalía y renta, y espacios que se conviertan en hogares para las familias". Los proyectos de Métrica están enfocados en integrar diseño, tecnología y sostenibilidad, con el objetivo de "crear espacios que generen valor, bienestar y experiencias únicas".

ADRIÁN SALAZAR



"La construcción es pasión, legado y futuro sostenible"

Juan Bernardo Solines Zea, director comercial de Solines Soluciones, constructora con 35 años.

"A los 8 años acompañaba a mi padre a las obras, asistía a la oficina y a reuniones con proveedores y clientes. Esa experiencia temprana me permitió comprender el 360° de una constructora tan compleja como fascinante", recuerda Juan Bernardo Solines Zea. Su padre, José Xavier Solines Aguayo, gerente general de Solines Soluciones, con más de 35 años de trayectoria, es su inspiración y mentor. Hoy, como director comercial, Juan Bernardo asegura que esa cercanía fue clave: "He aprendido de su amor al trabajo, la meticulosidad y el estar en cada detalle". Colaborar con su progenitor no es solo una oportunidad profesional, sino un privilegio personal: "Aprendo de él todos los días y a la vez puedo aportar soluciones empresariales y constructivas que mejoren la calidad de vida de nuestros clientes, así como la de la compañía". El trabajo es en equipo junto con su hermano y sus dos hermanas. "Compartimos valores de pasión, excelencia y fraternidad". El principal desafío es claro: "Queremos que cada proyecto no solo ge-

nere plusvalía y satisfaga las necesidades de nuestros clientes, sino también impulse el desarrollo urbano responsable, fortalezca la cohesión comunitaria y respete el entorno natural. Y eso es exactamente lo que estamos construyendo día a día", dice el abogado de 29 años. La visión de Solines Soluciones se alinea con las tendencias internacionales: proyectos con eficiencia energética, integración de espacios verdes, innovación tecnológica y arquitectura que conecta con la experiencia emocional del usuario. La compañía ha establecido una alianza estratégica con EJ Arquitectura, un estudio de primer nivel que ha fortalecido la visión de calidad e innovación de los proyectos, así como un estudio de paisajismo. Entre los proyectos de alto impacto que están en marcha menciona San Bernardo 5 (25 % vendido en apenas 9 días), San Bernardo 4 (totalmente vendido en un mes), Vizcaya Plaza y Residencias 2, Ofibodegas Fénix 360, Sol & Mare, Mocolí Bay y Sambo-rondón City Center.



LUIS NOBOA NARANJO

— EL MUSICAL —

LETRA MÚSICA
Y PRODUCCIÓN:
LUIS PADILLA GUEVARA

DIRECCIÓN:
JOSÉ MIGUEL SALEM

SEPTIEMBRE

TEATRO
SANCHEZ
AGUILAR

VIE	SÁB	DOM
19	20	21

VIE	SÁB	DOM
26	27	28

Entradas en: **TICKETSHOW**

UN PROYECTO EN BENEFICIO DE:



PATROCINADO POR:



AUSPICIADO POR:





1

El *look* total denim ha vuelto con fuerza y no es solo para los amantes del clásico pantalón vaquero. Ahora se trata de llevarlo de pies a cabeza, sin miedo a mezclar diferentes tonos y texturas. También se usa con prendas casuales.

Denim: clave para un estilo moderno y cómodo



1. La tendencia de mezclar denim con prendas casuales se trata de encontrar un equilibrio entre la comodidad y el estilo. No hay reglas estrictas, así que puedes experimentar y hallar tus propias combinaciones favoritas. Lo importante es sentirte cómoda y confiada con lo que llevas puesto.

2. Un *top* de denim a juego con un *jean* del mismo *print*. La mezcla de tonos y texturas crea un efecto interesante y evita que el *look* se vuelva monótono.

3. La clave para lograr un *look* total denim exitoso es la variedad. Puedes combinar una chaqueta con pantalón, todo de un solo tono.

4. Las joyas *chunky* son accesorios audaces y llamativos que pueden transformar un *look* entero en un instante. La clave es resaltarlas y mezclarlas sin caer en el exceso. Al combinarlas con piezas más delicadas y minimalistas crea un contraste interesante y evita que el *look* se vuelva demasiado abrumador.

5. En colores brillantes o audaces, las joyas *chunky* pueden añadir un toque de personalidad al *look*. Puedes combinarlas con prendas neutras o con otros colores que complementen el tono de la joya.



Modelo:
Yulia Bondareva
IG: @Yulitabond

Producción y fotografía:
Andrea Alvarado
IG: @andreaalvaradostudio

Makeup & hair:
Olga Bermeo
IG: @obmakeupstudio

Vestuario denim:
No More Jeans
IG: @nomorejeans

Vestido y pantalón:
D'Mori
IG: @dmori.label

Zapatos:
D'Mori
IG: @dmori.label

Joyas:
Karen Pinargote
IG: @moonstoneec

Vida ligera y saludable

Aprende a reducir de forma gradual el consumo de azúcar. Sugar detox, el programa que combina coaching y plan nutricional.

El Sugar detox es un programa de limpieza del azúcar con una duración de seis semanas, guiado por Marianella Terán, nutricionista, e Irene Baquerizo, health coach, quienes integran sus conocimientos para brindar un acompañamiento guiado.

Nació en 2018 al identificar la necesidad de muchas personas que se sentían frustradas en su intento de mejorar su peso y salud, apuntan las guías. “La mayoría había recurrido a dietas restrictivas que, aunque ofrecían resultados rápidos, terminaban siendo insostenibles por los antojos y ansiedad”.

El programa combina sesiones de *coaching* con un plan nutricional diseñado para quienes desean adoptar un estilo de vida más saludable, desinflamar su organismo, mejorar su relación con el azúcar o perder peso de manera consciente. “El azúcar o incluso el glutamato monosódico generan mayor ansiedad y la necesidad de seguir comiendo”, explica la nutricionista, quien recalca que reducir el consumo de azúcar resulta beneficioso para cualquier persona, incluso si ya goza de buena salud.

Beneficios al disminuir el consumo de azúcar

- Claridad mental.
- Mayor energía.
- Pérdida de peso.
- Desinflamación.
- Ligereza.
- Mejora en hábitos alimenticios.
- No comer por impulso.
- Ganar autoestima y confianza en sí.

Consejos prácticos para iniciar un plan gradual de reducción de azúcar

Las guías del programa sugieren que los cambios deben ser progresivos y sostenibles. “La clave está en ajustar hábitos poco a poco para que el cuerpo y la mente se adapten de manera natural”.

Empieza con pequeños cambios

Comienza de menos a más, permitiendo que tu paladar se acostumbre a sabores menos dulces sin sentirlo como una restricción.

Elige alternativas saludables

Prefiere alimentos naturalmente dulces, como frutas frescas o tubérculos, que además de sabor aportan fibra y nutrientes esenciales.

Planifica tus comidas

Organizar tus tiempos y opciones alimenticias evitará saltarte comidas o recurrir a alternativas rápidas y poco nutritivas. Tener opciones saludables a la mano te mantiene enfocado en tus objetivos.

Sé paciente y persistente

Reducir el consumo de azúcar es un proceso gradual. Habrá caídas, pero lo importante es mantener la constancia.

Estrategias del ‘Sugar detox’

Marianella e Irene recomiendan enfocarse en pequeños pasos conscientes que ayudan a reducir los antojos y a construir una relación más equilibrada con la comida.

1. Identificar los desencadenantes Reconocer las situaciones, estados de ánimo o momentos del día que despiertan el deseo de azúcar es fundamental. Muchas veces el origen está en el estrés, el cansancio o el aburrimiento.

2. Tener sustitutos saludables No se trata de prohibir, sino de reemplazar. Busca opciones nutritivas y saciantes, como yogur natural con cacao 100 % y estevia, que aportan sabor sin excesos.

3. Aumentar proteínas y fibra Un mayor consumo de proteínas, fibra y grasas saludables contribuye a la saciedad y reduce la frecuencia de antojos. En el programa se ofrecen charlas para aprender a calcular la proteína diaria necesaria.

4. Mantener una hidratación adecuada Muchas veces la deshidratación se confunde con hambre. Beber suficiente agua —de preferencia filtrada— ayuda a mantener el equilibrio.

5. Incorporar actividades sustitutivas

Cuando aparezcan los antojos, ocupa tu mente y tu cuerpo con acciones positivas: ejercicio, caminatas, lectura, yoga o meditación.

Marianella Terán, nutricionista, junto a Irene Baquerizo, health coach.



Escanea para conocer más



ja leer!

María del Carmen Gómez

Apasionada de las letras, creó la librería digital Capítulo Uno, que busca nutrir a la comunidad con historias y sueños.
IG: @capitulouno.shop



Estos tres libros nos invitan a mirar más allá de lo evidente: desde los secretos que se esconden en un hogar hasta la vida que respiran los edificios y la riqueza cultural de Shanghái. Cada uno, a su manera, nos habla de historias ocultas, de lo que permanece y de lo que transforma. Son lecturas que mezclan reflexión, historia y emoción.

Lo que encontré bajo el sofá

En esta novela, Eloy Moreno nos recuerda que cada hogar guarda historias invisibles, más allá de los muebles y la decoración que vemos. A través de la trama revela que los objetos no son simples adornos: son testigos silenciosos de alegrías, miedos y verdades que preferimos no mirar, y que además tienen una misión dentro de nuestro hogar, no olvidemos que alguien los escogió para estar ahí. Debajo del sofá puede esconderse un mundo que solo descubrimos al atrevernos a mirarlo.



La vida de los edificios

Este libro reúne artículos del arquitecto Rafael Moneo, quien nos lleva a descubrir lo que hay detrás de grandes construcciones. Más allá de lo técnico, nos invita a

aceptar que cada edificio, como la vida misma, va evolucionando, aunque mantiene sus rasgos más profundos, aquellos que le otorgan permanencia desde sus orígenes.

La mujer de los ojos de jade

Marta Cámara nos transporta a un Shanghái lleno de contrastes culturales, donde la protagonista busca descubrir la China auténtica. Entre tensiones políticas y un amor inesperado, la obra combina cultura, suspense e historia en una lectura imperdible. Con un estilo ágil y envolvente, la autora logra que cada página te acerque a un mundo tan fascinante y complejo.



Escanea para ver la reseña

LA COSTA
S A M B O R O N D Ó N

Invierte en el Nuevo Samborondón

+7 modelos de casas de lujo para elegir

3 y 4 dorm desde \$250,000

Entrega de 15 hasta 24 meses

¡Reserva con \$3000!

0985160580 | (04)2830808

www.lacostasamborondon.com.ec

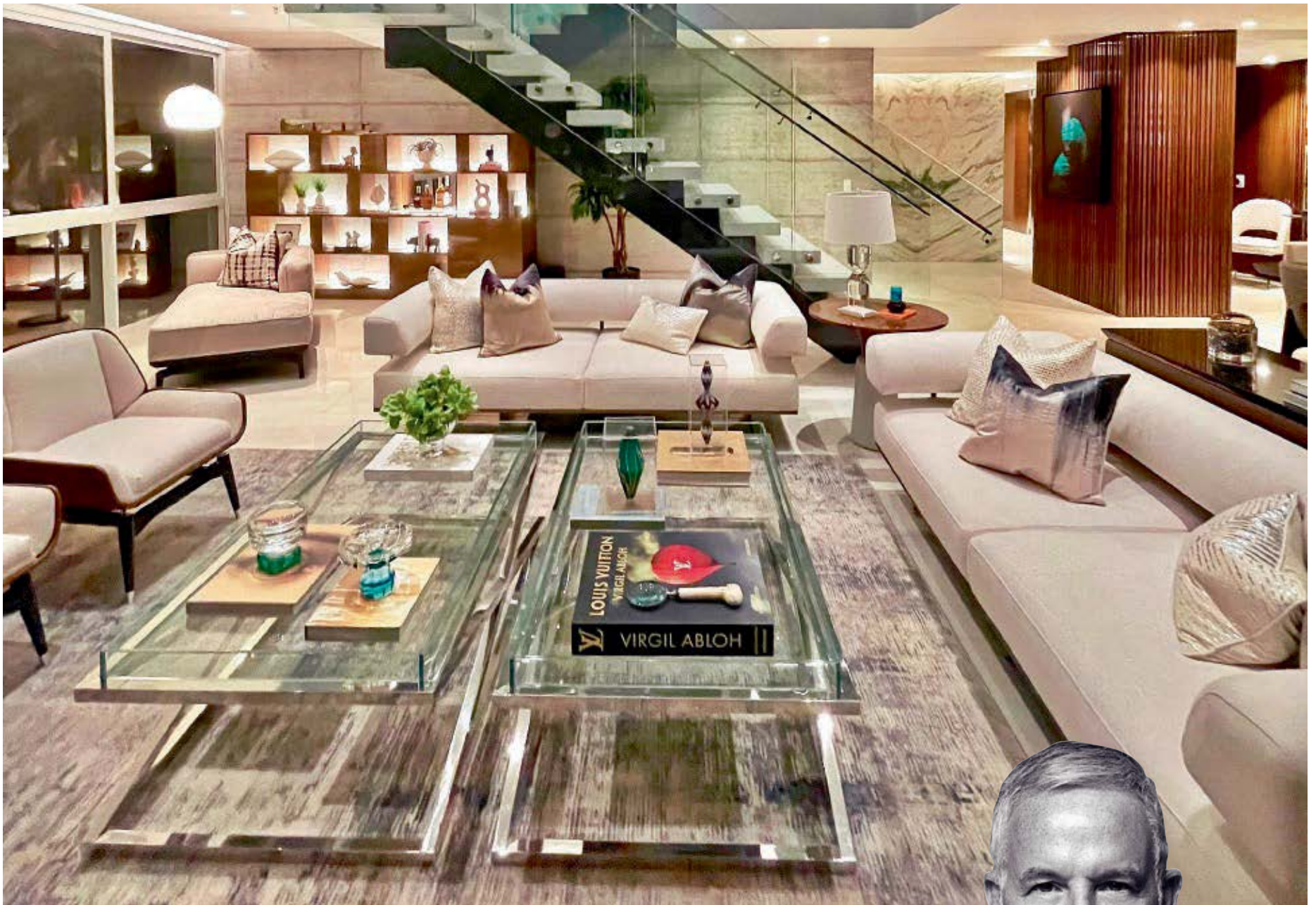
Proyecto inmobiliario de @metricaec y Dibiens Inmobiliaria
desarrollado a través de un fideicomiso mercantil representado por FUTURFID S.A

DIBIENS
inmobiliaria

MÉTRICA
PROMOTORA INMOBILIARIA

Tu espacio con detalles únicos

Daniel Muñoz presenta una propuesta que combina materiales en su estado crudo con un estilo que integra geometría y creatividad, bajo un enfoque de honestidad estructural.



Este espacio a doble altura se disfruta desde cada ángulo: las áreas sociales fluyen con naturalidad en un ambiente acogedor, donde las texturas elegidas crean carácter y armonía.

Un rincón ideal para meditar, leer o simplemente admirar la espectacular vista del penthouse.



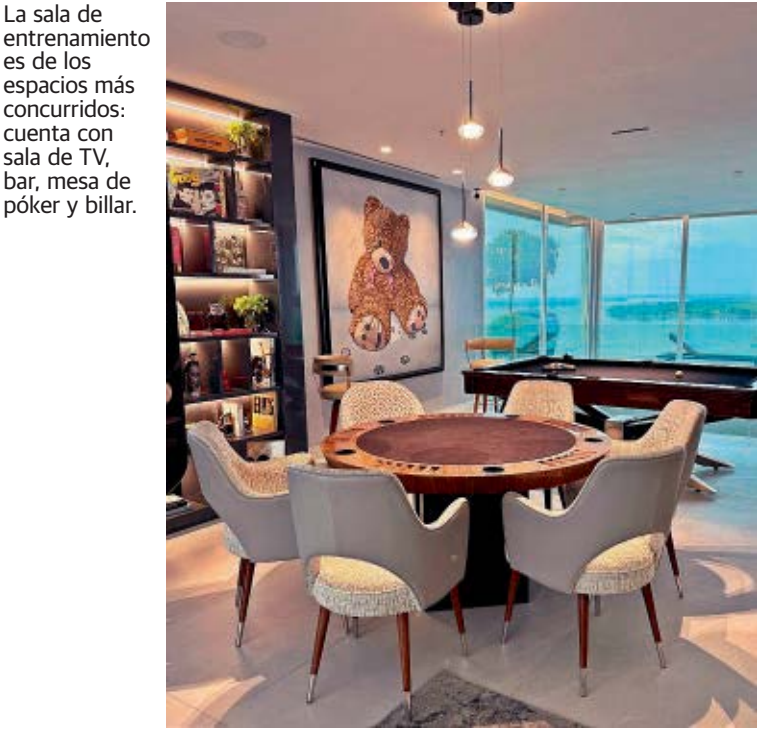
Diseño arquitectónico

Daniel Muñoz es un diseñador arquitectónico con más de 35 años de experiencia dentro del área residencial, hotelera, comercial y urbanística.





La terraza es un oasis al aire libre: sala de exteriores, whirlpool y área de BBQ para disfrutar con estilo.



La sala de entrenamiento es de los espacios más concurridos: cuenta con sala de TV, bar, mesa de póker y billar.



La zona de BBQ se integra al hidromasaje, formando un rincón único con iluminación cálida y envolvente.



Vista aérea de la sala principal a través de la doble altura.

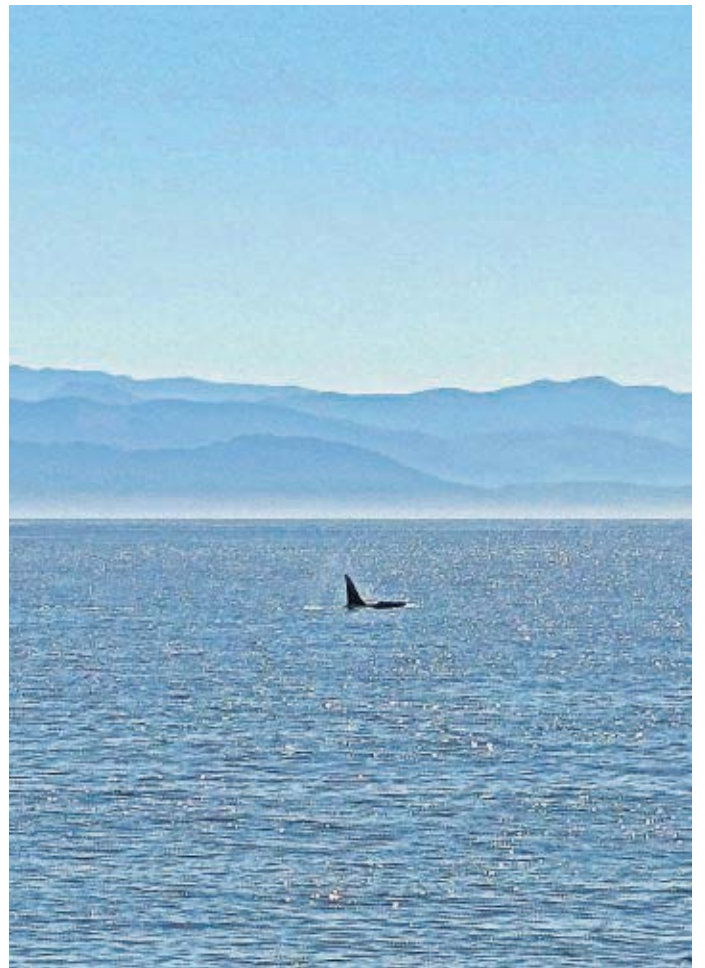
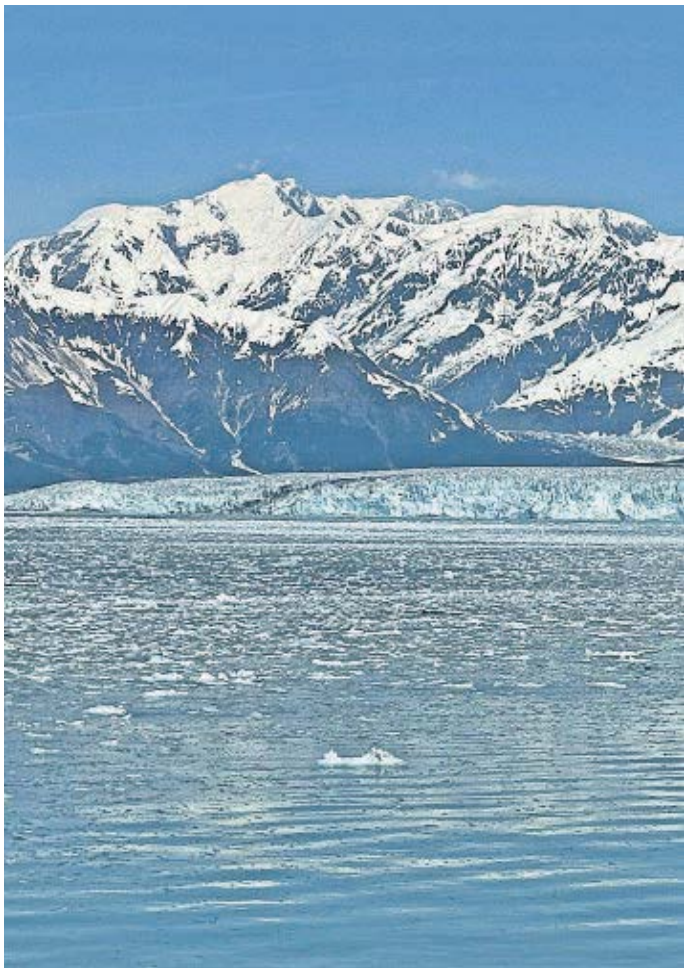


El baño de visitas extiende el área social con las mismas texturas, reinterpretadas de forma armónica.

boleto a...

Una aventura en Alaska

Entre glaciares imponentes, fiordos protegidos y bosques intactos, este destino ofrece experiencias únicas de exploración, descubrimiento y contacto cercano con la naturaleza.



Por Cecilia Plaza de Miranda

No es uno de los destinos que normalmente tendrías como prioridad, pero está en tu *bucket list*. Después de un año de planificación, decidimos embarcarnos en esta aventura, motivados por nuestra afición a los cruceros. La línea Oceanía ya nos había demostrado que es una excelente opción cuando quieres recorrer varios puntos en una sola vacación.

Embarcamos en Seattle, una ciudad que solo me traía a la mente lluvia, y resultó ser un gran descubrimiento. Si tienes poco tiempo, hay varios lugares que no debes perderte: la Aguja Espacial, inaugurada en 1962 para la Feria Mundial; el jardín y museo Chihuly, con las obras en vidrio del artista Dale Chihuly; el mercado de Pike Place, donde se puede probar un excelente *clam chowder*; y para los amantes del béisbol, un partido en el estadio de los Marineros de Seattle.

El aspecto más importante por considerar antes de viajar es el clima cambiante: lluvias constantes, frío y viento. Aunque algunos lo comparan con Quito, no es lo mismo; por eso es fundamental llevar ropa adecuada para protegerse del frío y la lluvia. Además, siendo un destino de actividades al aire libre, la ropa elegante queda en casa; es recomendable empacar ropa cómoda y botas o zapatos de caucho para caminatas por bosques, andar en bicicleta, remar en canoas y más.

Al día siguiente de embarcar, navegamos todo el día y disfrutamos de paisajes espectaculares al cruzar el Pasaje Interior, una ruta protegida que evita el mar abierto y permite recorrer miles de islas y fiordos llenos de vida silvestre. La primera parada fue Ketchikan, donde la aventura comenzó con caminatas por bosques vírgenes después de cruzar el lago Harriet Hunt; todos los *tours* brindan recomendaciones sobre cómo actuar si te encuentras con osos.

En Juneau se puede acceder al glaciar Mendenhall,



de 19 km de longitud y muy cerca de la ciudad, y antes de subir al crucero no puedes dejar de probar las famosas *Alaskan king crab*. La siguiente parada fue el glaciar Hubbard, que ofrece la vista más impresionante del viaje: el barco se acerca lo suficiente para ver pedazos de hielo flotando alrededor, con una cara turquesa de 122 metros de altura.

En Sitka, donde se filmó la película *The Proposal*, es posible observar gran cantidad de animales silvestres, desde salmones que regresan al lugar donde

nacieron hasta águilas calvas, cuya población ha sido recuperada. También hay un santuario donde se pueden ver osos pardos y *grizzlies* en su hábitat natural. Finalmente, la última parada fue Victoria, una ciudad con arquitectura victoriana impresionante, donde se pueden tomar *tours* para observar orcas y, en ocasiones, ballenas jorobadas. Durante nuestro *tour* pudimos ver ambas especies desde un barco seguro que cumple todas las normas para no perturbar a estos mamíferos en su ambiente natural.

Datos clave para viajar

Mejor época:

Verano, de mayo a agosto.

Luz del día:

El sol sale cerca de las 05:00 y se oculta alrededor de las 21:30.

Rutas aéreas:

Desde Miami:

Vuelo directo a Seattle.

Alternativa:

Vuelo con escala en Dallas.

Clima:

Variable, frío, lluvias frecuentes y viento.

Ropa:

Cómoda y para actividades al aire libre; botas o zapatos de caucho.

Actividades:

Caminatas, ciclismo, kayak, avistamiento de fauna y glaciares.



GRAND VIEW^{leaf}

NUEVO EDIFICIO

TU HOGAR EN VÍA A LA COSTA

DORMITORIO MÁSTER



KIDS ZONE



APARTAMENTOS DE 2 Y 3 DORMITORIOS

DESDE \$128,000

UN PROYECTO DE:

MINUTO
CORP

HORARIO DE ATENCIÓN
9:00 AM - 6:00 PM

KM 11.5
VÍA A LA COSTA



LYNK & CO

09

Híbrido

Desde

\$52.890



swedish
technology



Volvo

Seguridad

AWD

Tracción
total

3

Filas de
asientos

VISÍTANOS:

QUITO

Av. Naciones Unidas y Av. América

GUAYAQUIL

Autopista Narcisca de Jesús, junto a la ATM

AMBATO

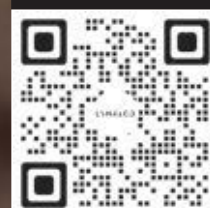
Av. Los Guaytambos y Reina Claudia, Edificio Onix



@lynkcoautos

www.lynkcoautos.com.ec

Conoce más



Vehicentro