

AGOSTO 2024

EDICIÓN | 20

# IDENTIDAD .ec



## RESILIENCIA Y CREATIVIDAD

para emprender

**AEI**

potenciando el ecosistema emprendedor a través de la innovación

Impulsando el Futuro Económico del Ecuador junto a

**EMPRENDEDORES**

Entrevista con:

**NICOLÁS ESPINOSA "EL MIJIN"**

**CRÓNICAS DE UN VIAJERO POR EL MUNDO**

Por Esteban Guevara

Desarrollado por:

**NIC.ec**

Sé único,



Sé diferente

# CONTENIDO

## 4 CARTA DEL EDITOR

Sección especial para nuestros queridos lectores donde compartimos nuestras perspectivas y opiniones sobre temas relevantes.

## 5 ENTREVISTA A EMPRESAS .EC

AEI potenciando el ecosistema emprendedor a través de la innovación.

## 8 ARTÍCULO CENTRAL

Resiliencia y creatividad para emprender.

## 10 PERSONAJES

¡Pasión, persistencia y éxito!  
La vida de Nicolás Espinosa.

## 12 ARTÍCULO ACADÉMICO

Impulsando el futuro económico del Ecuador junto a emprendedores.

## 14 ARTÍCULO TECNOLOGÍA EDUCACIÓN

Emprendimiento y educación: preparando líderes para un mundo mejor.

## 16 EDUCACIÓN FINANCIERA

Nuevas soluciones tecnológicas para nuestras finanzas.

## 18 SALUD

No pongas en riesgo tu salud: menstruación y anemia, entre mitos y realidades.

## 20 DESTINO

Crónicas de un viajero por el mundo por Esteban Guevara.

## 22 RESPONSABILIDAD SOCIAL

Sembrando solidaridad y fortaleciendo comunidades con Cáritas Ecuador.

## 24 ESTILO DE VIDA

Retiro interior: desconectando para conectar contigo mismo.

## 26 RECOMENDACIONES

Comunidad .ec.

Edición No. 20,  
AGOSTO 2024

Dirección General  
Lorena Villagómez Cabezas

Edición  
Dominick Campos

Colaboradores

María Francisca Fernández  
María Eugenia Fernández  
Roberto Camana  
Amibank  
Dra. Johanna Rojas  
Esteban Guevara  
Nati Correa

Diseño  
Diana Andrango

Fotografía  
www.freepik.es

## CRÉDITOS

Copyright. Reservados todos los derechos NIC.ec. No se permite su reproducción parcial o total ni su transmisión en medios electrónicos, sociales e impresos sin la autorización previa de los titulares, salvo que el propósito sea únicamente académico y como fuente de investigación.

# EDITORIAL

Es un honor para nosotros presentarles la edición de agosto, dedicada especialmente a los emprendedores que con su dedicación y visión están transformando realidades. Este mes, nos inspiramos en historias poderosas que capturan el espíritu incansable de individuos como Juan Montero de AEI.

En nuestro artículo principal, exploraremos cómo la resiliencia y la creatividad son fundamentales para forjar el camino hacia el éxito empresarial. "Conoceremos de cerca a destacadas figuras como Nicolás Espinosa, reconocido artista, productor y emprendedor ecuatoriano."

Desde la PUCE de Ibarra, ahondaremos en su destacado proyecto de incubación de emprendimientos, un semillero de ideas que promete impulsar el desarrollo económico y social de la región.

Roberto Camana nos guiará a través del

fascinante mundo del emprendimiento educativo, mientras que Amibank nos ofrecerá valiosas soluciones tecnológicas para optimizar nuestras finanzas.

Además, la Dra. Johanna Rojas desmitificará creencias sobre la menstruación y la anemia, ofreciendo un enfoque esclarecedor y educativo.

Esteban Guevara nos llevará a un fascinante viaje por África, compartiendo perspectivas únicas y reveladoras sobre culturas y realidades lejanas.

No podemos dejar de lado la importante labor humanitaria de Cáritas Ecuador, cuyo impacto positivo en comunidades vulnerables merece ser conocido y reconocido.

Finalmente, Nati Correa nos invita a explorar el poder transformador de viajar para conectarnos con nuestro ser interior.

**¡Bienvenidos a la edición de agosto de Identidad.ec!**

**NIC.ec**



# AEI

potenciando el ecosistema emprendedor  
a través de la innovación

La Alianza para el Emprendimiento e Innovación del Ecuador (AEI) se constituye como una red integrada por actores públicos, privados y académicos dedicados a promover y fortalecer el emprendimiento y la innovación en el país. Su misión es establecer estas prácticas como pilares fundamentales para el desarrollo productivo de Ecuador. AEI coordina esfuerzos entre diferentes sectores, facilitando colaboraciones estratégicas y promoviendo un ambiente propicio para la creación y crecimiento de iniciativas empresariales innovadoras.

El rol de AEI es facilitar el crecimiento y desarrollo de emprendedores a través de una red interconectada. AEI se compromete a generar conexiones estratégicas que permitan a los emprendedores acceder a diversos

recursos fundamentales para el éxito de sus negocios. Esto incluye la apertura a mercados mediante alianzas comerciales con cadenas de supermercados, participación en convocatorias con grandes empresas y programas de exportación.

Además, AEI facilita el acceso a financiamiento de capital de riesgo y productos bancarios en condiciones favorables. También ofrece mentorías personalizadas con empresarios reconocidos para perfeccionar proyectos innovadores, junto con una variedad de servicios diseñados para apoyar integralmente al emprendedor en su trayectoria empresarial.

En esta entrevista, Juan Montero, presidente de la AEI, nos explica cómo impulsa el

*"Un emprendedor surge al identificar una necesidad, desarrolla una solución para satisfacerla y transforma ese desafío en una oportunidad para ofrecer un servicio o producto que beneficie a los ciudadanos. En esencia, el emprendimiento abarca cualquier ámbito, ya sea alimentos, servicios o productos."*

emprendimiento y la innovación en el país, integrando a diversos sectores para promover el desarrollo económico a través de iniciativas innovadoras.

**¿Cómo se describe el papel que realiza la AEI en el ecosistema de emprendimientos y la innovación en el Ecuador?**

Creo que debemos reconocer el mérito de AEI por su década de existencia como el motor inicial del ecosistema emprendedor del país. Antes de su establecimiento, no existía un entorno estructurado que integrara aspectos sociales y legales necesarios para facilitar el emprendimiento. La AEI ha sido pionero en la articulación de estos elementos, como se evidencia en la creación de la ley SAS, que ha promovido la rápida proliferación de empresas. Es justo atribuir a la AEI el crédito por establecer y mantener un ecosistema emprendedor robusto y significativo en Ecuador, que ha servido como modelo para otros países enfrentando similares desafíos a nivel global.

**¿Cómo ha evolucionado la AEI desde su fundación hasta la actualidad y cuál ha sido su impacto en el ecosistema emprendedor?**

La Alianza para el Emprendimiento e Innovación del Ecuador ha evolucionado significativamente desde sus inicios hace 10 años. Anteriormente, surgió como una extensión de la Corporación Líderes para Gobernar, una organización fundada hace 18 años con la misión de formar líderes y contribuir al país. Con el tiempo, reconocimos

la necesidad de abordar el desempleo y apoyar a las empresas en dificultades. Así nació la AEI, inicialmente sin oficinas fijas, operando en espacios de coworking para reflejar el entorno emprendedor.

Desde entonces, hemos crecido con el apoyo de 185 aliados, principalmente del sector privado, así como del público y la academia. Nuestro enfoque se centra en fomentar el emprendimiento en todas sus formas, desde el emprendedor individual hasta la innovación dentro de las empresas establecidas. Trabajamos para conectar la academia con el sector empresarial, asegurando que la investigación y el conocimiento académico se traduzcan en aplicaciones prácticas que beneficien a las empresas y a la sociedad en general.

En resumen, la AEI tiene un objetivo claro y único: impulsar miles de emprendedores y revitalizar cientos de empresas para enfrentar los desafíos de competitividad global del siglo XXI.

**¿Qué programas o iniciativas destacarías como los más exitosos impulsados por AEI?**

Hay dos ejemplos destacables. Primero, hemos apoyado a más de 17,000 emprendedores desde nuestros inicios. Esta cifra incluye tanto emprendimientos de subsistencia como innovadores, todos fundamentales para la generación de más de 5,000 empleos. Este logro es significativo considerando los desafíos asociados con la creación de empleo. Además, hemos capacitado a más de 30,000 personas, siendo el 65% mujeres, reflejando el impacto positivo de invertir en la capacitación femenina.

Segundo, frente a desafíos como el terremoto en Manabí y Esmeraldas, AEI lideró el programa Reemprende, recaudando 10 millones de dólares para revitalizar negocios afectados. Con un enfoque meticuloso y el respaldo de nuestros aliados, logramos una tasa de cartera vencida menor al 1.3%, demostrando la efectividad de nuestro compromiso y la honestidad de

los emprendedores beneficiados. Aunque enfrentamos nuevas dificultades como la inseguridad, seguimos comprometidos con nuestro propósito de apoyar el crecimiento empresarial y comunitario en Ecuador.

**¿Podría compartir con nosotros un caso destacado de éxito que haya sido respaldado por AEI?**

Por supuesto. Guillermo Jarrín fundó Tippy Tea, una destacada marca de té gourmet en Quito. Guillermo se enfocó en ofrecer té de alta calidad, como su té de manzanilla hecho solo con flores, preservando su aroma puro. Además, ha creado empleo para más de 300 mujeres en comunidades campesinas, fortaleciendo tanto su empresa como estas comunidades. Tippy Tea está ahora expandiéndose internacionalmente y diversificando su oferta. Este caso muestra el impacto positivo del apoyo de AEI en emprendedores comprometidos con la calidad y el desarrollo comunitario.

**¿Qué consejo específico sobre emprendimiento podría compartir con nuestra audiencia?**

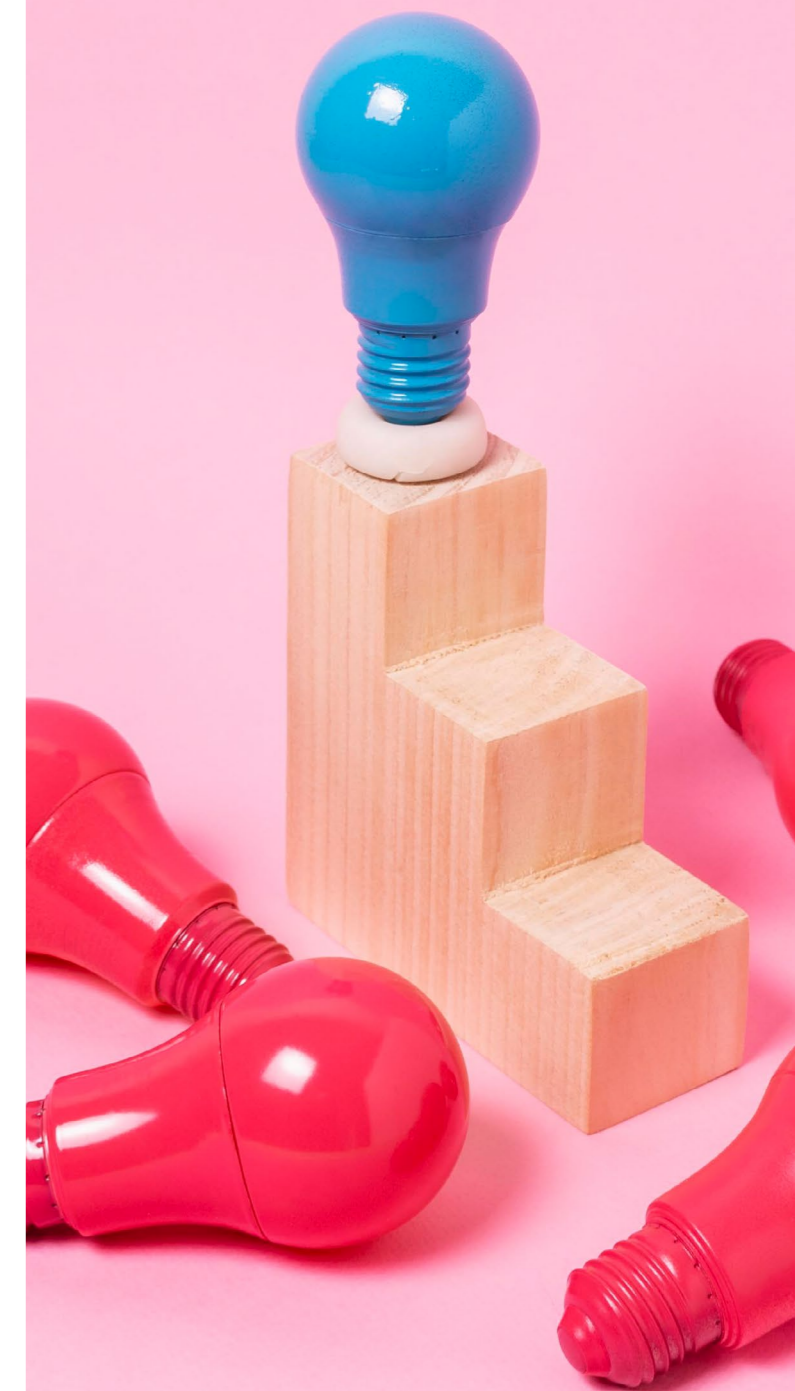
Cuando hablamos de emprendimiento, es importante recordar que todos llevamos dentro el espíritu de un emprendedor desde el mismo momento en que un espermatozoide logra la fecundación. Cada uno de nosotros es único e irrepetible en este mundo, con una capacidad innata para innovar y crear.

Mi recomendación es simple pero poderosa: invierta en una libreta y un bolígrafo económicos, que simbolizan el comienzo de un viaje hacia la materialización de sus ideas y apunten todo lo que escuche y vea. Utilice su teléfono para capturar inspiraciones y observaciones, aprovechando las tecnologías actuales que nos permiten documentar y revisar nuestras ideas con facilidad.



**Dominick Campos**  
Editora General

*"Alguien tiene un producto y no sabe cómo introducirlo en el mercado. Nuestro objetivo no es solo ayudar a colocarlo en la percha de un supermercado cumpliendo todos los requisitos necesarios. El desafío principal es asegurar que permanezca en ese estante, ya que es posible que el producto se venda inicialmente pero luego no logre mantenerse."*



## Resiliencia y creatividad para emprender



En Ecuador, el espíritu emprendedor se manifiesta en la capacidad de individuos para crear, innovar y adaptarse a circunstancias cambiantes. Un emprendedor no solo desarrolla ideas, sino que las materializa, enfrentando desafíos y asumiendo riesgos con determinación. El emprendimiento ha crecido como respuesta a desafíos económicos y el desempleo, con muchos ciudadanos optando por iniciar negocios para enfrentar estas dificultades.

Dado que el emprendimiento es un pilar clave de la economía, es fundamental mantener un monitoreo constante y desarrollar estrategias para apoyarlo y prevenir el fracaso de nuevos negocios en el mercado. Estos esfuerzos deben ser coordinados entre el gobierno, la academia y el sector privado, quienes tienen el potencial de controlar factores cruciales para el éxito empresarial.

En esta dinámica, la sociedad enfrenta nuevas realidades donde la adaptabilidad y la creatividad juegan un papel crucial en la sostenibilidad de los negocios. Estos esfuerzos no solo pueden mejorar los niveles de desempleo, sino también reactivar la economía en general.

Los emprendedores ecuatorianos destacan por su tenacidad, creatividad y espíritu innovador, características que impulsan su éxito en diversos

ámbitos. Desde las coloridas artesanías de Otavalo hasta los startups tecnológicos en Quito y Guayaquil, los emprendedores de Ecuador no temen enfrentarse a los desafíos económicos y sociales para convertir sus ideas en realidad.

En las calles de ciudades como Cuenca y Ambato, se respira el espíritu emprendedor en cada pequeño negocio familiar que ofrece productos únicos y tradicionales. Estos empresarios locales no solo generan ingresos para sus familias, sino que también fortalecen la identidad cultural y promueven el comercio justo.

En el campo de la tecnología, jóvenes ecuatorianos están revolucionando sectores como el software, la biotecnología y las energías renovables. Incubadoras de startups y programas de apoyo gubernamental han surgido para apoyar estos esfuerzos, permitiendo que ideas audaces encuentren el respaldo necesario para crecer y prosperar.

*"La capacidad de los ecuatorianos para emprender refleja su voluntad de superación y su profundo amor por su país. A través de la innovación y el trabajo arduo, están construyendo un futuro prometedor tanto dentro como fuera de Ecuador."*

*"El emprendimiento en Ecuador no solo es una respuesta a la crisis, sino un testimonio de resiliencia y creatividad. Es el reflejo de una sociedad que, ante la adversidad, encuentra oportunidades y las convierte en nuevos caminos hacia el progreso."*

La migración de los ecuatorianos debido a la falta de oportunidades en el país también juega un papel crucial en el panorama emprendedor, trayendo consigo experiencias internacionales y conexiones globales. Desde restaurantes de cocina ecuatoriana en Nueva York hasta academias de baile en Barcelona, los emprendedores ecuatorianos están dejando huella en todo el mundo.

Los ecuatorianos se destacan por su ímpetu y creatividad para superar obstáculos y alcanzar metas, aún en medio de adversidades. Un claro ejemplo de esta tenacidad es la de Alejandro Logana y Melissa Cortez quienes decidieron emprender en el mundo de la decoración y eventos.

Su historia como emprendedores comenzó de manera inesperada, impulsados por la llegada temprana de su hija, un evento que no solo cambió sus vidas, sino que también desencadenó una necesidad urgente de ingresos estables. Fue entonces cuando decidieron adentrarse en el mundo de los eventos, primero ofreciendo servicios de animación y más tarde expandiéndose hacia la decoración. Esta elección no sólo satisfacía una necesidad económica, sino que también desataba su innata capacidad para crear y diseñar experiencias únicas.

Los primeros años fueron desafiantes, como lo es para muchos emprendedores que comienzan sin un respaldo financiero sólido. Melissa y Alejandro enfrentaron el obstáculo inicial del capital con tenacidad, reinvertiendo cada ganancia en el negocio para fomentar su crecimiento. Esta dedicación no sólo fortaleció su disciplina y hábitos de trabajo, sino que también les enseñó la resiliencia indispensable para mantenerse en un campo tan competitivo como el de los eventos.

A medida que Candyland y The Party Company ganaban reconocimiento nacional e internacional, también encontraban satisfacción tanto personal como profesional en el impacto positivo que estaban generando. Su capacidad para crear eventos memorables y productos innovadores no solo les ganó clientes fieles, sino

también un lugar destacado en el mercado global de decoración de eventos.

La evolución de sus negocios ha sido notable. Con el tiempo, Melissa y Alejandro han ampliado sus horizontes, explorando nuevas ramas dentro del sector de eventos y aspirando a ser pioneros en conceptos innovadores aún no explorados en su país.

La creatividad y la innovación han sido el motor que impulsa cada aspecto de sus negocios. Mientras Melissa se sumerge en la planificación meticulosa de cada evento y la creación de mesas de dulces que deslumbran, Alejandro no deja de innovar en sus productos, siempre buscando ofrecer lo mejor a sus clientes. Esta combinación de talentos creativos no solo ha diferenciado a sus marcas, sino que también ha cimentado su reputación como líderes en su campo.

En resumen, la historia de Melissa y Alejandro no solo es la de dos emprendedores audaces, sino también un testimonio inspirador de cómo la pasión, la perseverancia y la creatividad pueden transformar sueños en realidades concretas, iluminando caminos nuevos para otros que buscan emprender en el competitivo mundo de los eventos.

En la encrucijada de la vida, hay momentos que nos desafían a explorar nuestro potencial y trascender nuestras expectativas. Emprender no solo es un camino hacia el éxito financiero, sino también una travesía personal de autodescubrimiento y crecimiento.

Imagina despertar cada mañana con la emoción de trabajar en algo que amas, algo que tú mismo has creado desde cero. Emprender te brinda la libertad de innovar, de materializar ideas que podrían cambiar el mundo, y de influir positivamente en la vida de las personas que te rodean.

Además, emprender de la mano del uso del dominio .ec abre un abanico de oportunidades aún más amplio. Este dominio específico no solo te conecta con el mercado local en Ecuador, sino que también te posiciona como una entidad confiable y cercana a tus clientes. Utilizar un dominio .ec es una estrategia inteligente para establecer tu identidad en línea de manera clara y memorable.



**Dominick Campos**  
Editora General



# ¡Pasión, persistencia y éxito!

La vida de Nicolás Espinosa

**Nicolás Espinosa**, también conocido como "El Mijin" es un nombre que resuena en el corazón del entretenimiento ecuatoriano, ha dedicado su vida a hacer sonreír a los demás. Artista, emprendedor y soñador incansable, ha dejado una huella indeleble en diversas facetas del mundo del espectáculo, desde la televisión hasta la radio y la música.

Desde temprana edad, Nicolás sintió una conexión profunda con el arte y el entretenimiento. Criado en un ambiente familiar donde la música y la actuación eran protagonistas, encontró inspiración en el talento que lo rodeaba. "Mi papá siempre cantaba y mi mamá actuaba", recuerda con emoción. Este entorno lleno de creatividad fue fundamental para hacer sus sueños realidad en el mundo del espectáculo.

Su camino hacia el estrellato comenzó a delinearse a los 16 años, cuando se sintió atraído por el mundo de la televisión. Con determinación, se fijó el objetivo de convertirse en una figura reconocida en ese medio. A los 19 años, con sus propios ahorros, cruzó fronteras y viajó a Argentina para estudiar actuación y así crecer en su formación artística.

Después de regresar de Argentina, Nicolás tocó varias puertas en la televisión, enfrentando inicialmente el rechazo. Sin embargo, decidió compartir su experiencia y talento a través de la enseñanza. Brindó clases de actuación, modelaje, etiqueta, canto, expresión corporal y habilidades para hablar en público, especialmente dirigidas a jóvenes que compartían su sueño de triunfar en el mundo del espectáculo.

Posteriormente, incursionó en la organización de eventos para casinos, creando plataformas donde artistas y actores podían brillar. Este emprendimiento fue un éxito hasta que los cambios en la industria de los casinos afectaron su continuidad.

Tiempo después, el destino le tenía preparada una nueva oportunidad. Ecuavisa, uno de los canales más importantes del país, lanzó un casting que buscaba talento en baile, canto y actuación. Nicolás no dudó en participar y viajó a Guayaquil para demostrar su habilidad y carisma. Su participación en el programa marcó el inicio de una década en la televisión ecuatoriana,

**"Su pasión por hacer reír a los demás y su constante búsqueda de nuevas oportunidades lo han convertido en un referente del talento y perseverancia en Ecuador."**

pasando primero tres años en Ecuavisa y luego cuatro en Teleamazonas, consolidándose como un destacado profesional en la industria del entretenimiento.

Nicolás no solo se conformó con ser un rostro en la pantalla, sino que también exploró otras facetas del entretenimiento. Ha marcado trayectoria en la radio, siendo parte del equipo de Radio Canela, donde en la actualidad ha conquistado a miles de oyentes con su carisma único y su energía contagiosa.

En su vida la radio representa mucho más que un medio de comunicación: es la libertad de expresarse sin ataduras ni guiones preestablecidos. Considera que en la radio puede ser él mismo, sin la presión de seguir reglas estrictas o líneas editoriales impuestas por otros.

Cuando llegó a Radio Canela, encontró un ambiente que fomentaba su creatividad y autenticidad. Al preguntar cómo debía ser en el aire, la respuesta fue simple y liberadora: "Sé tú mismo, molesta, ríe, presenta". Esta nueva dinámica fue un cambio refrescante para Nicolás, quien encontró en este medio una plataforma donde podía manejar su programa según su propio estilo y visión.

No obstante, la música siempre ha ocupado un lugar especial en su corazón. Después de una década, Nicolás decidió volver a sus raíces musicales con el lanzamiento de "Yo Soy Ecuatoriano", una canción que celebra su identidad y cultura. Este éxito ha reafirmado su posición como un talento multifacético capaz de trascender fronteras y conectar con su público a través de la música.

El apodo "El Mijin" no es solo un sobrenombre; representa un vínculo profundo con su trayectoria en el mundo del entretenimiento. Inspirado por su papel en el popular programa "El Combo Amarillo", donde interpretaba un personaje cómico, Nicolás adoptó este apodo que pronto se convirtió en una marca reconocida por su creatividad y carisma.

Con el tiempo, el apodo "El Mijin" se extendió más allá de los límites del programa, alcanzando una popularidad que motivó a Nicolás a registrar la marca. Este paso estratégico le permitió expandir su visión creativa hacia nuevas áreas y su emprendimiento de comida familiar llamada Mijin Food Factory.

Nicolás Espinoza nos comparte valiosos consejos para aquellos que buscan emprender:

- Define que quieres brindar puede ser un producto o servicio.
- Crea una identidad clara con nombre, logo y presencia en redes sociales.
- Establece una presencia online con un dominio .ec y un sitio web profesional.
- Genera contenido de valor relevante para atraer y retener clientes.
- Cumple siempre con tus promesas de lo que ofreces para ganar la confianza del cliente.
- Identifica las necesidades del mercado y aprovecha las tendencias actuales.
- No te rindas frente a los desafíos; ajusta tu estrategia según sea necesario.
- Destina recursos a estrategias de marketing para ampliar tu alcance y aumentar las ventas.

Hoy en día, nuestro personaje sigue siendo un ejemplo de perseverancia y pasión por el arte. Su capacidad para reinventarse y su compromiso con hacer felices a los demás son la clave de su éxito. Con cada proyecto, ya sea en la pantalla, en el micrófono o en el escenario, continúa inspirando a nuevas generaciones a perseguir sus sueños y a encontrar la felicidad en lo que hacen.

En resumen, Nicolás no solo es un artista versátil y visionario, sino también un verdadero embajador del entretenimiento ecuatoriano, cuyo talento y carisma han dejado una marca indeleble en la industria y en el corazón de quienes tienen el placer de disfrutar de su trabajo.



**Dominick Campos**  
Editora General



## Impulsando el futuro económico del Ecuador junto a emprendedores

El Centro de Innovación y Emprendimiento Co-Creari de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ibarra se inauguró en octubre de 2021 con el propósito de abordar una problemática significativa en el país. Según el Global Entrepreneurship Monitor (GEM) Ecuador 2020, aproximadamente el 28.7% de la población adulta estaba involucrada en actividades emprendedoras, ya sea en sus primeras etapas o con negocios consolidados. Además, se destaca que 9 de cada 10 emprendimientos fracasan en los primeros 3 años de operación.

En la actualidad la tasa de actividad emprendedora ha experimentado un notable aumento. Empezar ya no es solo una opción, sino una de las principales actividades económicas que sustentan la economía del país. Ante este contexto, la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Ibarra, como un actor clave en innovación y transformación educativa, ha creado un espacio dedicado a la formación y acompañamiento. Su misión es equipar a los emprendedores con las herramientas, recursos y redes necesarias para convertir ideas innovadoras en negocios exitosos.

Co-Creari ha establecido alianzas estratégicas con Prendho UTPL, Incubadora Empresarial de Loja. Esto ha permitido la transferencia de metodologías de incubación de emprendimientos, dando lugar al lanzamiento del Programa de Incubación Anual. Este programa está dirigido a emprendedores de la Zona 1 del país. A través de un exhaustivo mapeo empresarial, se han identificado las principales actividades económicas de la región. En base a este análisis, se han diseñado áreas específicas de intervención que incluyen talleres y mentorías especializadas para brindar apoyo efectivo a dichos sectores.

Se identificaron siete áreas industriales clave: Agro Innovación, Bio Emprendimiento, Industria Sostenible, Gastronomía Creativa, TIC's e Inteligencia Artificial, Innohábitat, Emprendimiento Comunitario, Innovación en Derecho e Innovación Educativa.

### Metodología del Programa

Una vez identificadas las áreas industriales, se procede a lanzar la convocatoria para participar en el Programa de Incubación. Esta convocatoria está

dirigida a estudiantes y al público en general que posean una idea de negocio o que necesiten fortalecer un proyecto empresarial en marcha. Se realiza una convocatoria anual y los emprendimientos pasan por las siguientes etapas: postulación, bootcamp de ideación e incubación.

El Programa de Incubación de Co-Creari está diseñado para apoyar a los emprendedores en todas las etapas del desarrollo de su negocio, desde la ideación hasta la expansión. Este programa tiene una duración de 6 meses y es 100% online en donde reciben acompañamiento constante que incluye una serie de módulos formativos que cubren temas esenciales como la validación de ideas, planificación financiera, marketing digital y estrategia de crecimiento. Los emprendedores participan en talleres, seminarios y sesiones de mentoría personalizados que les ayudan a adquirir las habilidades necesarias para gestionar sus negocios de manera efectiva.

### Resultados Alcanzados

En este momento Co-Creari se encuentra en la tercera cohorte del Programa de Incubación con más de 100 emprendimientos que participaron en la fase de postulación a lo largo de la apertura de Co-Creari y 45 emprendimientos incubados en la actualidad.

Los emprendedores graduados de Co-Creari representan una diversa gama de proyectos exitosos. Entre ellos se encuentran Sacha Licor Ancestral, que ha destacado por su innovación en licores; Bodega San Lukas, reconocida por su excelente oferta de vinos; y Mente Genial, una iniciativa dedicada a impulsar capacitaciones tanto para niños como para adultos. Estos son solo algunos ejemplos de los numerosos emprendimientos que han florecido bajo el apoyo y la guía de Co-Creari, demostrando el impacto positivo que el programa ha tenido en el ecosistema emprendedor.

### Seguimiento- Post Incubación

Una vez que los emprendimientos se gradúan se activa el proceso de seguimiento a graduados donde se establece una reunión al mes con el emprendedor, con la finalidad de identificar necesidades requeridas por el mismo, y como Centro de Innovación podemos solventar, en algunos casos nos apoyamos de alianzas estratégicas que dispone la Universidad para poder dar un soporte y continuidad al emprendimiento.

El apoyo a los emprendedores en Co-Creari se ofrece con total dedicación. Nuestro equipo, compuesto por cuatro profesionales con experiencia en finanzas, marketing, negocios, diseño y prototipado de productos, organiza anualmente las convocatorias del Programa de Incubación. Además, proporcionamos

*"En el futuro, se espera que el emprendimiento en Ecuador siga expandiéndose y diversificándose, aprovechando el talento y la creatividad de su gente para enfrentar los retos globales y aprovechar las oportunidades emergentes en un mundo cada vez más conectado y dinámico."*

un acompañamiento personalizado que impulsa la transformación y genera un impacto positivo en las vidas de nuestros emprendedores.

Durante nuestra experiencia, hemos observado que muchos emprendedores, además de necesitar herramientas técnicas, carecen de confianza en sí mismos, habilidades para hablar en público y capacidad para vender su idea de negocio. Por esta razón, al finalizar cada ciclo, llevamos a cabo una encuesta de satisfacción y mejora. Nuestro Programa de Incubación es flexible y se adapta continuamente a las necesidades y circunstancias actuales. Incluimos temas como mindset, liderazgo y desarrollo de habilidades blandas, fundamentales en el viaje de todo emprendedor.

El camino del emprendimiento es complejo; a menudo, los resultados no son inmediatos. Durante este proceso, es probable que los emprendedores deban reformular su idea inicial y enfrentarse a diversos desafíos. Sin embargo, este proceso representa un constante crecimiento. Es verdaderamente gratificante presenciar la transformación de nuestros emprendedores: desde llegar al Programa de Incubación con una simple idea hasta desarrollar una marca, un prototipo, una propuesta de valor e incluso realizar sus primeras ventas. Nuestra misión en Co-Creari es ser un apoyo constante y un guía para aquellos emprendedores que tienen una idea, pero no conocen el camino claro o la hoja de ruta para llevar su proyecto a la siguiente etapa.

### María Francisca Fernández

Co-Coordinadora del Centro de Innovación Co-Creari



### María Eugenia Fernández

Gestora de proyectos



# Emprendimiento y educación: preparando líderes para un mundo mejor

En un mundo en constante evolución, donde la innovación y el espíritu emprendedor se han convertido en pilares fundamentales del éxito, la educación juega un papel crucial en la preparación de las próximas generaciones de líderes y visionarios. Este artículo explora la sinergia entre el emprendimiento y la educación, y cómo juntas pueden forjar a los innovadores del mañana.

## La importancia del espíritu emprendedor

El espíritu emprendedor ha sido el motor de innumerables avances y transformaciones a lo largo de la historia. Individuos con visión, coraje y determinación han sido capaces de identificar

*"La educación y el emprendimiento van de la mano para formar personas capaces de innovar y liderar. A través del aprendizaje, se adquieren conocimientos, habilidades y técnicas, permitiendo cultivar una mentalidad crítica y creativa, para enfrentar desafíos empresariales."*

oportunidades, asumir riesgos y crear soluciones innovadoras que han cambiado el curso de la humanidad. Desde los pioneros de la tecnología hasta los visionarios del mundo de los negocios, el emprendimiento ha demostrado ser una fuerza poderosa para el progreso y el crecimiento.

## El papel de la educación en el fomento del emprendimiento

La educación, por su parte, tiene la capacidad de cultivar y nutrir el espíritu emprendedor. Al proporcionar a los estudiantes las herramientas, el conocimiento y las habilidades necesarias, las instituciones educativas pueden ayudarles a desarrollar una mentalidad emprendedora y a adquirir las competencias requeridas para tener éxito en el mundo empresarial.

## Enfoques innovadores en la educación emprendedora

Cada vez más, las escuelas y universidades están adoptando enfoques innovadores para fomentar

el emprendimiento entre sus estudiantes. Desde programas de incubación y aceleración de startups hasta la integración de cursos y talleres especializados, estas instituciones están creando entornos propicios para que los jóvenes puedan explorar sus ideas, desarrollar sus habilidades y poner en práctica sus proyectos emprendedores.

## Desarrollo de habilidades clave para el emprendimiento

Además de proporcionar conocimientos técnicos, la educación emprendedora también se enfoca en el desarrollo de habilidades blandas fundamentales, como el pensamiento crítico, la resolución de problemas, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo. Estas competencias son esenciales para que los estudiantes puedan navegar con éxito en el mundo empresarial y adaptarse a los desafíos cambiantes.

## Fomento de la innovación y la creatividad

La educación emprendedora también desempeña un papel crucial en el fomento de la innovación y la creatividad. Al estimular a los estudiantes a pensar de manera divergente, a cuestionar los paradigmas establecidos y a explorar soluciones novedosas, las instituciones educativas pueden ayudarles a desarrollar una mentalidad creativa y a convertirse en líderes innovadores.

## Colaboración entre la academia y el mundo empresarial

Para lograr un impacto significativo, la educación emprendedora requiere de una estrecha colaboración entre la academia y el mundo empresarial. Al establecer alianzas estratégicas, las instituciones educativas pueden aprovechar la experiencia y los recursos de las empresas, ofreciendo a los estudiantes oportunidades de aprendizaje práctico y de networking.

## Fomento del espíritu emprendedor en todas las disciplinas

Si bien tradicionalmente el emprendimiento se ha asociado más con áreas como la tecnología y los negocios, es importante fomentar el espíritu emprendedor en todas las disciplinas académicas. Desde las artes y las humanidades hasta las ciencias y la ingeniería, cada campo ofrece oportunidades para que los estudiantes desarrollen soluciones innovadoras y emprendan proyectos transformadores.

## Educación emprendedora a lo largo de la vida

El aprendizaje y el desarrollo de habilidades emprendedoras no se limitan a la etapa universitaria.

*"La educación es el cimiento sobre el cual se construyen los emprendedores del mañana, proporcionando el conocimiento y las herramientas necesarias para convertir ideas en realidades innovadoras."*

La educación emprendedora debe ser un proceso continuo, que acompañe a los individuos a lo largo de su trayectoria profesional, brindándoles oportunidades de actualización, capacitación y desarrollo personal.

## Empoderamiento de grupos subrepresentados

La educación emprendedora también tiene el potencial de empoderar a grupos históricamente subrepresentados en el mundo empresarial, como mujeres, minorías étnicas y comunidades desfavorecidas. Al brindar acceso a recursos, mentorías y oportunidades, las instituciones educativas pueden ayudar a estos grupos a superar barreras y a convertirse en líderes emprendedores.

## Impacto social y sostenibilidad

Más allá del éxito individual, el emprendimiento también puede tener un impacto positivo en la sociedad y el medio ambiente. La educación emprendedora puede fomentar la creación de empresas y proyectos que aborden desafíos sociales y ambientales, contribuyendo al desarrollo sostenible y al bienestar de las comunidades.

En resumen, la sinergia entre el emprendimiento y la educación es fundamental para forjar a los innovadores del mañana. Al cultivar el espíritu emprendedor, desarrollar habilidades clave y fomentar la innovación, las instituciones educativas pueden desempeñar un papel crucial en la preparación de una generación de líderes capaces de transformar el mundo. Juntos, el emprendimiento y la educación pueden abrir nuevos horizontes y crear un futuro más brillante para todos.



**Roberto Camana Fiallos**  
Docente Investigador



# Nuevas soluciones

tecnológicas para nuestras finanzas

La era digital actual ha revolucionado nuestras finanzas. Estas nuevas soluciones no solo facilitan el manejo del dinero, sino que también ofrecen mayor seguridad, conveniencia y control financiero. Por eso, hoy te compartimos algunas de las herramientas más destacadas que pueden transformar la manera en que manejas tus finanzas diarias.

*"Las aplicaciones de gestión financiera se han convertido en herramientas esenciales para el control de nuestras finanzas personales. Estas plataformas permiten llevar un seguimiento detallado de ingresos y gastos, establecer presupuestos y ahorrar de manera efectiva."*

## Aplicaciones de gestión financiera

Las aplicaciones móviles de manejo financiero han ganado una popularidad significativa en los últimos años. Estas aplicaciones ofrecen una variedad de funcionalidades que simplifican la administración del dinero, haciendo que sea más accesible y manejable para todos.

**Presupuesto y rastreo de gastos:** Aplicaciones como 1Money, Gestor de gastos y Spendee permiten a los usuarios crear presupuestos personalizados, rastrear sus gastos y categorizar las transacciones automáticamente. Estas herramientas nos dan una visión clara de cómo se gasta el dinero, ayudando a identificar áreas donde se puede ahorrar.

**Ahorro automático:** Plataformas y apps bancarias de nuestras instituciones financieras

automatizan el ahorro y debitan mensualmente un monto a nuestras cuentas de ahorro. Estas aplicaciones hacen que el ahorro sea un proceso continuo y sin esfuerzo, fomentando la acumulación de fondos a lo largo del tiempo.

## Pagos móviles

Otra innovación tecnológica significativa es la capacidad de realizar pagos sin necesidad de una tarjeta física, solamente usando el celular. Este avance ha transformado la forma en que realizamos transacciones, haciéndolas más rápidas, seguras y convenientes.

**Billeteras digitales:** Servicios como Apple Pay, Google Pay y Samsung Pay permiten a los usuarios almacenar de manera segura la información de sus tarjetas de crédito y débito en sus dispositivos móviles. Con estos monederos digitales, las compras se pueden realizar con solo acercar el celular a un terminal de pago compatible. Por el momento hay 3 instituciones financieras en Ecuador (Produbanco, Banco de Guayaquil y Banco Bolivariano) que ofrecen Apple Pay.

**Pagos persona a persona:** Aplicaciones como Deuna y PayPal facilitan los pagos entre personas, eliminando la necesidad de efectivo o cheques. Estas plataformas permiten transferir dinero instantáneamente a amigos y familiares, haciendo que dividir cuentas en restaurantes, pagar alquiler o compartir gastos comunes sea sencillo y rápido.

**Transferencias bancarias en línea:** Las soluciones de pago móvil que ofrecen los bancos (Pichincha Banca Móvil, Produbanco, banco de Guayaquil, BGR Digital, Banco Bolivariano y más) no sólo son fáciles y rápidas, pero también muy seguras ya que incorporan múltiples capas de seguridad, incluyendo autenticación biométrica (huella dactilar o reconocimiento facial) y tokens de pago únicos que protegen la información de la tarjeta. Esto reduce significativamente el riesgo de fraude y robo de identidad en comparación con el uso de tarjetas físicas.

*"La tecnología financiera, o fintech, está revolucionando el mundo de las finanzas al ofrecer soluciones innovadoras que mejoran la gestión de dinero. Desde aplicaciones de pago y presupuestación hasta plataformas de inversión automatizadas, las fintech facilitan el acceso a servicios financieros de manera rápida y eficiente."*

En resumen, la tecnología financiera hoy nos brinda accesibilidad y conveniencia. La disponibilidad a través de dispositivos móviles hace que la gestión de las finanzas personales sea accesible en cualquier momento y lugar. Esto proporciona una mayor flexibilidad y control sobre las finanzas, permitiendo tomar decisiones informadas al instante.

Además, muchas de estas aplicaciones y servicios se integran entre sí, proporcionando una visión unificada de las finanzas personales. La automatización de tareas como el ahorro, el rastreo de gastos y el pago de facturas reduce la carga administrativa y minimiza el riesgo de errores.

¡Es momento de que utilices la tecnología a favor de tus finanzas personales!



Ana María Velasco

Amibank

## No pongas en riesgo tu salud: menstruación y anemia, entre mitos y realidades

La menstruación, también conocida como "regla", es producto de los diversos cambios hormonales que ocurren en el cuerpo de las mujeres. Es un proceso biológico que puede sentirse incómodo o a veces extraño, pero es preciso entenderlo de manera clara con una orientación médica adecuada. Esto posibilitará una comprensión sensata, y desmiente numerosos mitos y tabúes, especialmente entre las adolescentes. En la sociedad actual, las jóvenes tienen fácil acceso a una gran cantidad de información en redes sociales, que no siempre es la más precisa, lo que puede generar confusión y malentendidos.

Es un ciclo que prepara el útero para un posible embarazo. Si este no ocurre, el endometrio se descama, lo que significa que el útero elimina su revestimiento interno, dando lugar al sangrado menstrual. Los ciclos normales suelen tener una duración de 28 a 35 días y durar de 2 a 5 días, con un flujo de entre 5 y 80 mililitros (ml). Además, no deberían ser dolorosos ni presentar coágulos de manera excesiva.

Durante la adolescencia, es común experimentar alteraciones menstruales frecuentes, especialmente en cuanto a la cantidad de flujo, debido a la inmadurez hormonal. Desde mi experiencia médica en consulta, observo un aumento creciente en jóvenes pacientes con problemas de anemia, principalmente atribuible al incremento del flujo menstrual, que supera la cantidad esperada según las características individuales de su organismo.

Es crucial enfatizar que no se debe considerar el flujo abundante como algo "normal". Esta percepción puede derivarse de la experiencia de madres o abuelas, quienes en épocas pasadas no reconocían los riesgos para la salud asociados con menstruaciones abundantes y las consideraban como señal de buena salud.

Del mismo modo, no es normal menstruar dos veces en un mes ni tener un flujo que supere los 80 ml. Es fundamental realizar un seguimiento

adecuado de cada ciclo menstrual de manera preventiva para evitar complicaciones de salud innecesarias.

Para tener una referencia, una toalla higiénica estándar puede absorber hasta 5 ml de sangre, mientras que una toalla nocturna puede absorber hasta 15 ml. En cuanto a los tampones, un tampón regular puede absorber de 3 a 5 ml y un tampón súper hasta 15 ml. Por lo tanto, es recomendable llevar un registro de cuánto sangras para detectar oportunamente cualquier anomalía.

Además, es importante señalar que la presencia de coágulos y cólicos intensos no deben considerarse normales. Es aún más preocupante encontrar el inodoro lleno de sangre al ir al baño.

### No arriesgues tu salud hay que prevenir antes que lamentar

Debido a temas culturales, creencias familiares y sociales, han surgido numerosos mitos en torno a la menstruación que carecen de fundamento. En tiempos pasados, estos mitos eran aceptados como verdades, pero hoy en día, con el respaldo de la evidencia médica especializada, podemos confirmar que muchos de ellos pueden poner en riesgo tu salud. Por ejemplo, los flujos abundantes pueden provocar pérdida de hierro y, en casos graves, conducir a anemia, una condición de salud seria con consecuencias a veces irreversibles. Por eso es crucial prevenir en lugar de lamentar.

Durante la adolescencia, las mujeres necesitan un aporte diario de 15 mg de hierro, que pueden encontrar en alimentos ricos en hierro hemo, como las carnes rojas y vísceras. Los alimentos con hierro no hemo, como las verduras de hojas verdes oscuras y las leguminosas, no aportan suficiente cantidad y calidad de hierro. Es fundamental adoptar una alimentación equilibrada y saludable de manera continua. Un consejo útil es acompañar las comidas con alimentos ricos en vitamina C, como limón, mandarinas, kiwi, tomate y brócoli, entre otros.

La deficiencia de hierro es un desequilibrio grave durante la adolescencia, ya que las pérdidas menstruales, que suelen ser abundantes al inicio, pueden llevar a problemas significativos. Estos incluyen falta de energía, intolerancia al ejercicio, bajo rendimiento escolar, dolores de cabeza e irritabilidad. A menudo, estos síntomas se asocian erróneamente con los cambios de humor y hormonales propios de las adolescentes.

*"Es importante tener en cuenta que los síntomas iniciales de la deficiencia de hierro, que a menudo son leves, pueden complicarse y llevar a condiciones más graves, especialmente en el sistema cardiovascular, como taquicardia y arritmias."*

Es recomendable que consultes a tu ginecóloga cuando comiences tu proceso menstrual para recibir orientación especializada, resolver dudas y desmentir mitos sobre cómo deberían ser tus ciclos normales. Si experimentas alguna alteración, es urgente realizar una batería completa de exámenes (como biometría hemática, reticulocitos y perfil de hierro) y, si se detecta alguna anomalía, acudir lo antes posible a un hematólogo.

Es importante saber que la ferropenia (deficiencia de hierro) y la anemia no se tratan con alimentación o con supuestos 'jugos verdes milagrosos'. El tratamiento adecuado dependerá de factores como la edad y los resultados de los exámenes médicos. Esto permitirá al especialista determinar el tipo de tratamiento más apropiado, ya sea oral o intravenoso. Esta decisión siempre debe estar en manos del especialista.

Durante la infancia, la falta de hierro puede afectar seriamente el desarrollo psicomotor y el crecimiento. Durante el embarazo, la ferropenia puede aumentar la mortalidad tanto materna como fetal, y en general, las personas con deficiencia de hierro están más susceptibles a infecciones severas. En resumen, una deficiencia crónica de hierro no tratada adecuadamente puede comprometer la calidad y la expectativa de vida.

Finalmente, es crucial considerar que la anemia y la deficiencia de hierro representan un problema crítico de salud pública. Dado que son fácilmente detectables al comprender el funcionamiento adecuado del cuerpo, es fundamental dirigir todos los esfuerzos hacia su prevención.

**Johanna Rojas**  
Médica hematóloga



# Crónicas de un viajero por el mundo

Desde mi infancia, mi pasión por viajar fue moldeada por mis padres, auténticos andariegos que me enseñaron desde pequeño a amar y explorar cada rincón de nuestro querido Ecuador. Cada viaje era una oportunidad para aprender sobre nuestra cultura diversa, nuestra historia y nuestra conexión profunda con la naturaleza.

Esa pasión por viajar y explorar comenzó como un sueño infantil de descubrir el mundo más allá de las fronteras de mi país. Mientras algunos niños sueñan con ser astronautas, médicos, policías, abogados o futbolistas, yo soñaba con ser un explorador, un aventurero que pudiera conocer las diferentes culturas y paisajes de todo el planeta.

## ¿Cómo empezó mi gran aventura?

El punto de inflexión en mi trayectoria como viajero y creador de grupos de viajes llegó durante la pandemia del Covid-19, cuando me encontré varado en Sudáfrica durante cuatro meses. Aquel período de incertidumbre y adaptación me llevó a compartir más activamente mis experiencias en redes sociales. Lo que comenzó como una necesidad de conexión y entretenimiento se convirtió rápidamente en una plataforma para inspirar a otros a través de mis aventuras y conocimientos de viaje.

***“Para aquellos que prefieren no viajar solos, ya sea por seguridad o por preferencia personal, ofrecemos un emocionante viaje grupal a Sudáfrica y Tanzania. La experiencia de viajar en grupo es fundamental en nuestra filosofía de viajes.”***

Fue en ese contexto que surgió la idea de organizar viajes grupales y desde entonces, he llevado a cabo más de 25 viajes, reuniendo a viajeros de todas partes del mundo para explorar destinos emocionantes y culturas diversas. Mi enfoque no se limita solo a visitar lugares turísticos, sino también a sumergirnos en las historias locales, aprender de las comunidades que visitamos y dejar una huella positiva en cada lugar que exploramos.

## África un viaje salvaje lleno de desafíos

África siempre ocupó un lugar especial en mi corazón desde que era joven. Inspirado por documentales de vida salvaje y la fascinación por la naturaleza, se convirtió en un destino obligatorio en mi lista de sueños por cumplir. Mi oportunidad llegó durante mi estadía en Sudáfrica durante la pandemia, donde además de enfrentar desafíos, aprendí valiosas lecciones sobre la vida y la cultura africana. Fue una experiencia transformadora que me permitió no solo explorar la vida salvaje, sino también sumergirme en la riqueza cultural y la hospitalidad del continente.

Entre mis recuerdos más preciados se encuentra mi aventura en Mozambique, un país lleno de desafíos únicos. Desde problemas con los visados hasta enfrentamientos con la corrupción policial en carreteras remotas, cada obstáculo fue una lección de paciencia, resiliencia y adaptabilidad. Estos desafíos, aunque difíciles en el momento, fueron piedras angulares en mi desarrollo como viajero y guía.

## Consejos para los aventureros que deseen descubrir África

Para aquellos que están considerando su primer viaje a África, recomiendo comenzar por destinos como Sudáfrica y Egipto. Ambos países ofrecen una combinación única de historia milenaria, paisajes impresionantes y la oportunidad de experimentar safaris inolvidables permitiéndoles observar a los animales más grandes como: búfalos, elefantes, leones, guepardos y rinocerontes.

Además, Sudáfrica es el país más desarrollado de África, cuenta con una excelente infraestructura turística y es relativamente seguro. Por otro lado, Egipto es mundialmente famoso por sus pirámides y su desierto, atrayendo a millones de turistas cada año.

En términos de conservación del medio ambiente y la vida silvestre, es fundamental para mí promover prácticas responsables entre los viajeros. Esto implica respetar los hábitats naturales, apoyar iniciativas locales de conservación y evitar actividades que exploten a los animales con fines turísticos.

## Andariego: una marca creada para los aventureros

Andariego no es simplemente una marca, es un estilo de vida que busca inspirar a otros a explorar el mundo de manera consciente y responsable. Nuestros productos, como la popular toalla de

microfibra, están diseñados pensando en los viajeros que valoran la ligereza, la durabilidad y la funcionalidad en cada paso de su aventura. Cada producto de Andariego no solo cumple con altos estándares de calidad, sino que también refleja nuestro compromiso con un estilo de vida minimalista y respetuoso con el medio ambiente.

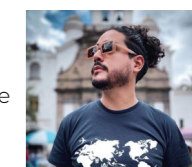
Mirando hacia el futuro, tenemos planes emocionantes para expandir nuestra línea de productos, incluyendo una mochila plegable de 18 litros diseñada para aquellos que desean maximizar el espacio sin comprometer la comodidad durante sus viajes. Además, estamos explorando nuevas oportunidades para ofrecer experiencias únicas de viaje que no solo enriquezcan la vida de nuestros clientes, sino que también contribuyan positivamente a las comunidades locales y al medio ambiente.

***“África es un continente diverso, lleno de etnias y tribus con costumbres únicas. Es fundamental conocer y respetar sus tradiciones para aprender de su rica cultura sin prejuicios.”***

Mi viaje como fundador de Andariego ha sido una montaña rusa de autodescubrimiento y crecimiento personal. A través de las experiencias compartidas con nuestra comunidad de Andariegos y los desafíos superados en cada viaje, he aprendido que el mundo es un lugar vasto y diverso lleno de oportunidades para aprender, crecer y compartir. Invito a todos los apasionados por viajar a unirse a la comunidad de Andariegos y explorar juntos lo que el mundo tiene para ofrecer. Juntos, podemos hacer del mundo nuestro hogar temporal y compartir momentos que permanecerán en nuestros corazones para siempre.

¡Nos vemos en la próxima aventura!

**Esteban Guevara**  
Creador de contenido y fundador de la marca de ropa Andariego





**"En Cáritas Ecuador, se han establecido escuelas de incidencia política para educar sobre los derechos humanos y promover su respeto y cumplimiento para evitar la vulneración de los mismos."**

## Sembrando solidaridad y fortaleciendo comunidades con Cáritas Ecuador

En Ecuador, la acción de la Pastoral Social Cáritas resuena con un compromiso profundo hacia el Desarrollo Humano Integral y Solidario. Fundada en la convicción de que cada persona merece dignidad y oportunidades para crecer, Cáritas Ecuador se dedica a promover el desarrollo humano y comunitario a través de múltiples iniciativas. Desde sus inicios, hace 63 años, esta organización internacional se ha consolidado como el brazo social de la Iglesia Católica en 160 países, extendiendo su influencia a las 24 provincias del Ecuador.

Uno de los pilares fundamentales de su acción es la Economía Social y Solidaria, donde fomentan

la creación de oportunidades económicas inclusivas y sostenibles. Un ejemplo destacado es el proyecto de agroecología, mediante el cual las comunidades cultivan frutas y verduras para autoconsumo y comercialización. Esta iniciativa no solo busca erradicar la desnutrición infantil, sino también diversificar la producción agrícola mediante la creación de microclimas que permitan el cultivo de alimentos adaptados a cada región.

Hace un tiempo crearon un proyecto en Riobamba, donde Cáritas Ecuador facilitó la creación de una feria comunitaria que ahora ofrece productos orgánicos cultivados localmente. Esta iniciativa no solo ha fortalecido la economía local, sino que también ha creado un espacio de encuentro y comunidad para los habitantes de la zona.

En el ámbito de la Ecología Integral, Cáritas Ecuador promueve prácticas sostenibles que respeten y protejan el medio ambiente. Esto

incluye proyectos que no solo conservan recursos naturales, sino que también educan a las comunidades sobre la importancia de la conservación y el uso responsable de los recursos naturales.

En 2019, la Fundación implementó un proyecto que ha transformado la realidad de siete comunidades en Esmeraldas precisamente en el cantón Eloy Alfaro: Picadero, Selva Alegre, Timberé, Colon Eloy, Bellavista, Maldonado y El Reposo. Anteriormente aisladas y con limitadas oportunidades, estas comunidades ahora están unidas y organizadas gracias a iniciativas como la formación de Cajas de ahorro y crédito, que han fortalecido significativamente su capacidad económica y organizativa.

Además, se ha capacitado a las familias en técnicas avanzadas para mejorar tanto la producción como la comercialización de su producto estrella que es el cacao. Este impulso ha permitido no solo sostener, sino también mejorar la economía tanto a nivel individual como comunitario. Ahora se planea replicarlo en Napo para fortalecer a más familias y expandir su impacto positivo y sostenible en comunidades vulnerables.

El voluntariado es una fuerza transformadora que, como mencionó el Papa Francisco, tiene el poder de romper con lo establecido para lograr algo significativo. La labor del voluntariado en Cáritas se centra en animar y motivar a las comunidades para que sean sensibles a las necesidades de las familias vulnerables, integrándolas plenamente en la realidad social.

Además del voluntariado parroquial, Cáritas Ecuador también cuenta con programas de voluntariado corporativo e institucional. Estos programas tienen como objetivo involucrar al personal de empresas y estudiantes de instituciones educativas como agentes de cambio. Se promueven espacios para sensibilizar, inspirar y motivar a los voluntarios a participar activamente en la gestión de proyectos sociales,

**"Cáritas Ecuador, impulsa el proyecto "formador de formadores" en Cultura de Paz. El objetivo es fortalecer capacidades organizativas para promover una vida libre de violencia, priorizando a niños, niñas, adolescentes y mujeres vulnerables."**

generando así nuevas capacidades y fomentando la Responsabilidad Social entre los participantes.

Un ejemplo concreto de la impactante labor voluntaria de Cáritas Ecuador es el programa "Mochila de Derechos". En una iniciativa reciente, antes del inicio de clases en la costa ecuatoriana, se recolectaron 150 mochilas con útiles escolares gracias al apoyo de estudiantes de la sierra. Estas mochilas fueron donadas a niños y jóvenes que viven con VIH y se encontraban en situaciones de aislamiento. El proyecto no solo consistió en proveer material escolar, sino que también incluyó un componente emocional importante: los niños sensibilizados participaron activamente en la preparación de las mochilas y escribieron cartas personales para los destinatarios, transmitiendo así un mensaje de solidaridad y apoyo mutuo.

Cada donación a Cáritas Ecuador genera un impacto positivo y duradero en personas y comunidades vulnerables.

*Te invitamos a Contribuir a la causa visitando [www.caritasecuador.org](http://www.caritasecuador.org) o haciendo una transferencia a:*

**PASTORAL SOCIAL CÁRITAS ECUADOR**

**BANCO INTERNACIONAL**

**Cuenta: 52061648-7**

**RUC: 1792259479001**

**Dominick Campos**  
Editora General





## Retiro interior: desconectando para conectar contigo mismo

Todo comenzó con una visa negada. 3 meses en Europa con amigas, a la basura. El problema es que ya había comprado mi pasaje a España. Por suerte, con posibilidad de cambio. A un día del vuelo original, decidí cambiar mi destino a México. Así que, sin mucho plan, me aventuré a pasar 2 meses explorando el país. Era mi primer viaje sola. Quise aprovechar muy bien el tiempo y dividí esos 60 días entre Ciudad de México y Cancún. Encontré un hostel en el centro

de Cancún, en donde me daban alojamiento a cambio de ayudar en la preparación de desayunos y en la recepción.

Fue un mes como ningún otro. Ingenua y demasiado confiada en la publicidad engañosa, metí mi celular al mar y se dañó en mi primera semana. ¿Error de principiante? Aún me quedaba un mes por delante ¡sin teléfono! Solo tenía acceso a Facebook desde la computadora del hostel. Nunca imaginé que aquella visa negada y mi teléfono inservible se convertirían en un regalo tan inesperado.

Mis días en Cancún, sin teléfono, me llevaron a reflexionar profundamente, a confiar en la gente, a hacer nuevos amigos, a atreverme a pedir ayuda a desconocidos en la calle, a buscar direcciones para llegar a lugares desconocidos... También me llevaron a escribir, a hacerme preguntas importantes.

Hoy en día no puedo imaginarme viajando sin llevar mi teléfono y sin compartir historias, reels y publicaciones diarias. Aunque siento que la desconexión me hace falta, aún no puedo permitírmelo.

No puedo hacerlo porque a raíz de ese viaje de desconexión, se encendió en mí una llama viajera que me llevó a recorrer el mundo un poco así, a lo mochilero. Antes la idea me llamaba la atención,

*"En cada viaje, mi objetivo es que cada mujer que me acompañe se descubra y acepte a sí misma, fomentando un ambiente de confianza y apoyo. Quiero que cada una de ellas muestre esa aceptación personal a las demás, creando conexiones auténticas y significativas que enriquezcan la experiencia de todas."*

*"Los viajes de desconexión son momentos perfectos para escapar de la rutina y recargar energías. Ya sea en una playa tranquila, una cabaña en el bosque o un retiro en la montaña, estos viajes nos permiten desconectar de las preocupaciones diarias y reconectar con nosotros mismos."*

pero en México lo experimenté y quería más de eso. 4 años después de estar compaginando la vida adulta con los viajes mochileros, me fui de nuevo de viaje. A diferencia de los anteriores, este fue un viaje sin reflexión, sin desconexión.

Al regreso, entendí con más argumentos que existen dos tipos de viajes: los normales, de turismo, de cambiar de lugar; y los Viajes de Conexión, esos que te conectan contigo y con otras personas, esos que te cambian y te ayudan a ser un poco más tú, más auténtica.

Después de ese viaje "normal" sabía por dónde iba la cosa: Viajes de Conexión para mujeres que quieren viajar solas, pero acompañadas. Era el resumen de mis experiencias viajeras como mujer mochilera que se aventura sola por el mundo. El 4 de julio del 2020 regresé a mi país, ya con la decisión de establecerme, al menos por un tiempo, y el 24 de septiembre del mismo año tuvimos nuestra primera aventura de Conexión.

De todos los lugares que he visitado, Galápagos ocupa el primer puesto. Por esa razón, además de diseñar tours personalizados a las islas como agente de viajes, organizo cada año un viaje grupal para mujeres a Galápagos: Galápagos de Conexión. Exploramos a fondo las tres islas principales: Santa Cruz, San Cristóbal e Isabela, combinando turismo con talleres y actividades de autoconocimiento, amor propio y autenticidad.

El objetivo es que cada participante viva la experiencia externa de un viaje corto y la interna de un viaje transformador, similar a aquellos que cambiaron mi vida.

Hay quienes han creído que soy psicóloga o coach certificada, y aunque lo deseara, no soy ninguna de las dos. Soy una gran fan del valor de la experiencia y creo que en ella se puede encontrar tanta sabiduría como en los libros.

La diferencia es que el aprendizaje es un poco más lento y, en el camino, hay más caídas y errores de los que aprender. Al final, quienes han escrito todos esos libros y extraído las grandes conclusiones sobre la vida y el universo primero tuvieron que vivir, ¿verdad? Creo que mi camino va un poco por ahí: quiero vivir y experimentar, y solo después podré enseñar. ¡De hecho, ya lo hago a través de mis Viajes de Conexión! No soy coach ni psicóloga, pero viajar ha sido una forma de terapia en mi vida, y eso es lo que quiero transmitir a mis viajeras.

Hoy en día, aunque quisiera, no puedo darme el lujo de viajar sin mi teléfono porque mi Instagram @viajes.naticorrea es mi mayor fuente de promoción de los Viajes de Conexión que organizo cada año. Sin embargo, sueño con el día en que pueda irme sola y sin teléfono nuevamente... o tal vez no sola, ¡pero sí sin teléfono! Quiero desconectarme de verdad para poder conectar. ¿Vamos?



**Nati Correa**  
Creadora de contenido  
y organizadora de  
viajes

# COMUNIDAD.ec

Este mes te recomendamos emprendedores que no solo han construido negocios exitosos, sino que también han elevado los estándares en sus industrias, demostrando que el compromiso con la excelencia es el camino hacia el éxito duradero.

## CASA TOLEDO

Centro de arte y cultura

Desde exposiciones que despiertan emociones hasta eventos que fomentan el intercambio cultural, Casa Toledo ofrece un ambiente enriquecedor donde cada visita es una oportunidad para explorar, aprender y conectar con el arte y la historia de una manera única y cautivadora.

[www.casatoledo.com.ec](http://www.casatoledo.com.ec)



## AEI

Alianza para el emprendimiento e innovación del Ecuador



Con un compromiso firme hacia la colaboración estratégica entre diversos sectores, AEI Ecuador se posiciona como un agente de cambio positivo, impulsando iniciativas que potencian el talento local y fortalecen la competitividad global de los emprendimientos ecuatorianos.

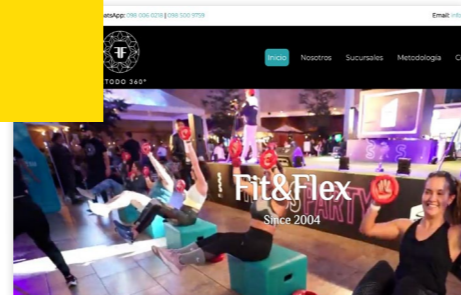
[www.aei.ec](http://www.aei.ec)

## FITFLEX

Método 360 pilates funcional

Con un enfoque personalizado y motivador, este espacio se distingue por su ambiente acogedor que promueve el bienestar físico y emocional. Fit&Flex es reconocido como un centro deportivo que ofrece una experiencia única para transformar el estilo de vida y alcanzar objetivos de fitness de manera efectiva.

[www.fitflex.ec](http://www.fitflex.ec)



## KENTO

Centro integral de cirugía plástica y nutrición



Con un equipo multidisciplinario de especialistas comprometidos con la excelencia médica, el centro proporciona tratamientos avanzados en cirugía plástica reconstructiva y estética, así como programas de nutrición diseñados para mejorar el bienestar integral.

[www.kento.ec](http://www.kento.ec)

# PrensaEc.. ¡Somos noticia!



# ¡AHORA!

**Transforma** tu negocio tradicional, en tu **Negocio Digital**

Te **ofrecemos** 

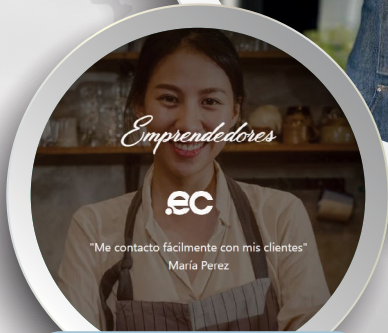
 **Dominios Web**



 **Certificados SSL**



 **Correo**



 **Diseño Web**



 **Hosting**

**CONTÁCTANOS** 



[www.dominioecuador.ec](http://www.dominioecuador.ec)



**(+593)958821109**



**PBX (02)4016188**