



El esplendor de
Ángela
Cifuentes

Ama y Aprende

Tips para un
cabello perfecto
Y MÁS...

¿CÓMO USAR LA APP?

Desliza
de manera horizontal
para pasar las páginas



Presiona
la pantalla para mostrar
la barra inferior



Pellizca
para hacer un zoom





Ama y Aprende



*Tips para un
Cabello Perfecto*



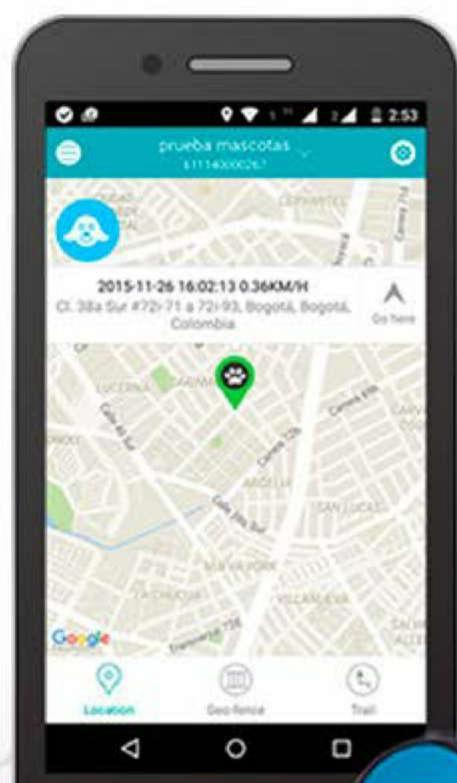
*Ángela
Cifuentes*



*Salmón
Teriyaki con
Aceite de Coco*



EL GPS DE TU MASCOTA



Mira la ubicación de
tu **Mascota** desde
tu **smartphone**

www.appet.co

 (+57)3214012012

Ama y Aprende

DE HANS COMYN
TRADUCIDO POR AUGUSTTO MARÍ
VÍA HANSCOMYN.COM





Sal y conoce a las mujeres. Desea a las mujeres. Ponte nervioso y háblales de todas maneras. Absolutamente ama, ama, ama a las mujeres. Celebra la feminidad en todas y en cada mujer que conozcas. Se rechazado. Acéptalo con gracia. Habla con más mujeres. Preguntales todo lo que quieres saber sobre el amor. Escucha. Escucha mas allá de sus palabras. Decíde lo que quieres. Enamórate locamente. Siente todo lo que te sientas invitado a sentir. Besa. Besa un poco más. Besa lo más que puedas. Exclama y proclama lo que sea que tengas que decir. Mete la pata. Siéntete mal por arruinarlo. Sal con toda mujer que quiera salir contigo. Deja de tratar de aparentar ser algo que no eres. Comparte tu tristeza. Comparte tus miedos. Comparte tu emoción. Abre tu corazón. Se el primero en decir "te amo". Se el novio, el esposo, ... haz de el amor tu prioridad suprema. Siente la alegría, siente el dolor, siente la perdida, siéntete como un tonto, ... que te rompan el corazón, sepárense con gracia, estéte deprimido, perdónate a ti mismo, levántate, y hazlo todo de nuevo otra vez. Ama y aprende.

SXY
mag HOMBRES

Hans Comyn
www.hanscomyn.com



reinventarse

Reinventarse es tener la oportunidad de volver a empezar
y así cumplir las metas que siempre has soñado



Tips para un Cabello Perfecto

POR FEDERICO G.
VIA SOYMACHO.COM





Quieres saber la diferencia entre alguien que se ve bien y alguien que no? es muy sencillo, alguien se da mantenimiento y alguien no, la gente come o mínimo trata de comer sano con el fin de que al final del año o en esas vacaciones se vea bien. Pero qué pasa con todo lo demás del cuerpo en especial el cabello, la gente se hace un corte y se espera hasta que se le vea mal para volver a ir y es un círculo vicioso ya que ciertos cortes tienen tiempo de vida así que te vamos a dar unos tips para que te veas perfecto los 365 días del año.

TIP #1 - VE A HACERTE UN CORTE

No te esperes hasta que se te vea fatal y no lo puedes peinar, un corte de cabello corto necesita menos de 4 semanas antes de desfigurarse y perder todo el estilo, así que ve antes de que sea demasiado tarde. Un corte de cabello mediano normalmente aguanta entre 4 y 6 semanas.

TIP #2 - EL QUE HACE EL CORTE TAMBIÉN IMPORTA

Consigue un buen estilista que entienda lo que le pidas y más importante que nada que entienda que tu cara y estilo es distinta a los demás cortes que hace. Lo mejor que puedes hacer es escuchar recomendaciones de gente que tenga un buen estilo o que consideres que se ven bien, también pregunta qué productos debes de usar con el corte y estilo que te hicieron (nosotros te podemos ayudar en eso) y lo más importante ¡No seas codo! acuérdate que lo barato sale caro, entonces no escatimes en el costo del corte.

TIP #3 - CONOCE TU ESTILO

Conocer la longitud y textura de tu cabello es importante, utilizar alguno de nuestros blogs o imágenes para encontrar el estilo que te gusta, obviamente que si eres una persona con cabello chino no te ilusiones con estilos de cabello lacio.

TIP #4 - PRACTICA Y NO TENGAS MIEDO DE EXPERIMENTAR

Juega con tu cabello, utiliza diferentes productos y solo así podrás tener un estilo único

TIP #5 - PRODUCTOS

No importa que estilo escojas, vas a tener que utilizar productos así que asegurate que sea de excelente calidad o cuando ya no tengas cabello, no podrás tener estilo distinto. si tienes dudas nos puedes escribir a info@soymacho.com y te asesoramos con que producto necesitas.



TIP #6 - ¡A BAÑARSE!

Es un tip que posiblemente ya te lo sabías pero lo más importante es el hecho de que no te debes de bañar muy seguido ya que tu cabello no tiene que estar tan limpio, si un día a la semana no te enjuagas el cabello no hay ningún problema, es más, le hace bien.

TIP #7 - ACONDICIONADOR

Al menos una vez a la semana debes de utilizar acondicionador, no importa la longitud de tu cabello, esto ayudará a que crezca más sano, más brillante y más fuerte.

TIP #8 - UNA BUENA DIETA

Mucha gente dice “eres lo que comes” pues esto si aplica para tu cabello ya que muchos de los nutrientes con los que te alimentas, se reflejan en tu cabello.

TIP #9 - ACEPTA EL CAMBIO

Cambiar tu estilo aunque sea un poco durante las semanas te puede dar un look fresco y estar al día, con esto nos referimos a que no seas el mismo todos los días y se note el esfuerzo que haces para verte bien.

Estos tips te van a ayudar a tener un cabello sano y un cabello sano se nota luego luego en tu estilo. Pruébalo por al menos un mes y vas a ver las diferencias.

Siempre un gusto





Medicannabis

**Terapias personalizadas
con seguimiento médico
tecnológico.**

CONOCE MÁS AQUÍ

A woman with long brown hair, wearing a black cowboy hat and a white button-down shirt that is open at the chest, posing against a light-colored wall. She is holding the brim of her hat with her left hand. She is also wearing blue jeans.

SXV
mag HOMBRES

PRESENTA A

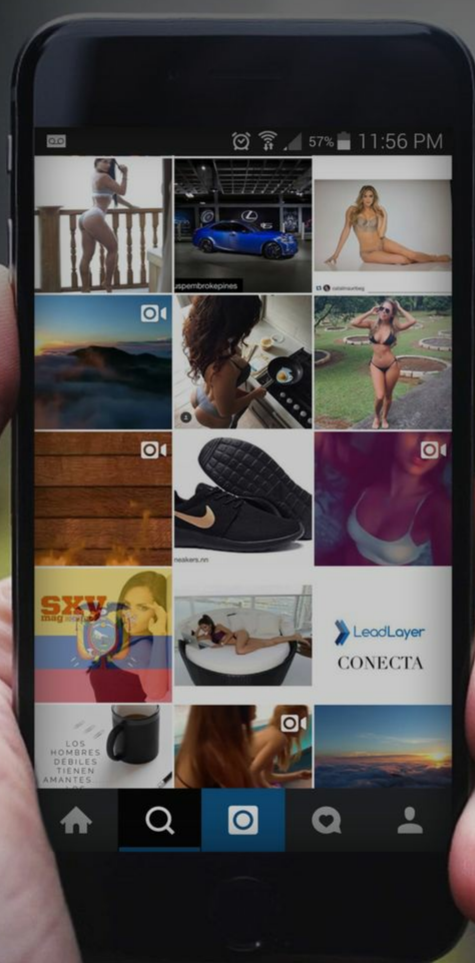
ÁNGELA CIFUENTES







¡Síguenos!
Sxy Mag Hombres



Con más de
40,000 seguidores







Descubre cómo tener en tus manos una plataforma fácil de usar, lista para generar clientes potenciales a un costo más económico más rápidamente, sin perder tiempo en una página de captura compleja.

**ENTRA YA
Lead Layer Conecta**









SXY
mag HOMBRES

Ángela Cifuentes

@angelaoficialtv

CLIC AQUÍ



Aluna



Fabricados por manos colombianas
llenas de mucho amor

Instagram: @alunashoes
Facebook: Aluna Shoes

Email: alunacontact@gmail.com
Phone: (+57) 311 600 0124

Sxy Mag Hombres Saludables:
Salmón Teriyaki
con Aceite
de Coco

VIA ACEITEDECOCO.ORG



La receta de hoy es un clásico de la cocina asiática que se puede conseguir en prácticamente cualquier restaurante de comida asiática internacional. El Salmón, combinado con el Aceite de Coco Virgen ofrece unos estupendos valores nutricionales que no pasarán desapercibidos para aquellos que cuidan su salud a través de los alimentos que toman.

El salmón es un pescado rico en grasas insaturadas Omega3. Al tomarlo junto con Aceite de Coco, completamos el aporte ideal de grasas incluyendo también ácidos grasos de cadena media, que son los que componen el Aceite de Coco Virgen.

Ingredientes

- 1 Paquete de Tallarines (Fettuccine)
(Recomendado comprar pastas de arroz o que no contengan trigo)
- 4 Lomitos de Salmón fresco, con su piel
- 150ml de Aceite de Coco Virgen
- 5 dientes de ajo, molidos
- 35g de jengibre en polvo
- 30g de zumo de lima
- 30g de aceite de sésamo
- 30g de vinagre de arroz
- 30g de miel virgen
- 250ml de salsa de soja
- 1/2 pimienton

Instrucciones

Mezclar todos los ingredientes en un cuenco excepto el salmón, el pimienton y los tallarines.

Usar la salsa resultante para sumergir los lomos del salmón y que se empapen bien durante 2 o 3 horas en la nevera.

Pasado ese tiempo, se pueden cocinar en la sartén, al grill o en la barbacoa, o incluso cocinarlos en el horno a temperatura alta durante 10-12 minutos.

Para saber cuando está correctamente cocinado, el pescado debe deshacerse en escamas al pincharlo con un tenedor.

Con la salsa sobrante se pueden aderezar ligeramente los fettuccine como acompañamiento.





 /SxyMag Hombres

www.sxymag.com