

## BIENESTAR

### En busca del equilibrio y la felicidad

Ángela Storace, coach profesional, cuenta como afrontar el cierre de año, establecer metas alcanzables y encontrar bienestar en un mundo lleno de desafíos.

■ Pág. 2

## EDUCACIÓN

### El poder del deporte y la naturaleza en su desarrollo

Juan Pablo Cibils, reflexiona sobre la importancia de los deportes, el contacto con la naturaleza y el tiempo al aire libre en el desarrollo de niños y adolescentes.

■ Pág. 3

## INNOVACIÓN

### Vitrium Capital: Liderando el camino hacia la sustentabilidad

Con más de 18 años de experiencia, la desarrolladora inmobiliaria se consolida como referente en el mercado regional incorporando certificaciones de sustentabilidad internacionales.

■ Pág. 7

## INVERSIONES

### El nuevo lujo de las inversiones inmobiliarias

Federico Gagliardo, CEO de Vitrium Capital nos cuenta que en el mundo de las inversiones, hay oportunidades que trascienden los números y las proyecciones.

Son aquellas que logran combinar rendimiento con propósito, exclusividad con significado, y diseño con visión.

■ Pág. 6



Por primera vez en latinoamerica dos marcas se fusionan para redefinir el estilo de vida, presentando un proyecto de vanguardia, con diseño arquitectónico de clase mundial y amenities exclusivos a orillas de los Lagos de Carrasco.

## DECO

### Interiorismo con alma e identidad

La pasión por el arte y el diseño se refleja en cada proyecto de Victoria Brown, interiorista cuya formación y sensibilidad artística marcan un estilo único.

■ Pág. 8

## VERANO

### Mezclar y reinventar con personalidad y estilismos únicos

Sofía Dominguez nos cuenta todas las tendencias de moda en este verano 2025, que te ayudarán a contar tu propia historia.

■ Pág. 8



## DESTACADOS

### Un proyecto que será referente de lujo y exclusividad en Uruguay

El 25 de Setiembre pasado se realizó el lanzamiento oficial de Rotunda al Lago.

Durante el evento se presentó una visión renovada del estilo de vida, en la que el confort, la naturaleza y la modernidad se fusionan para crear un entorno ideal para disfrutar en familia o con amigos.

Guardería náutica, café Rotunda con vista al lago, piscina con borde infinito, gimnasio, pet spa y espacios de recreación son algunos de los amenities exclusivos e innovadores que destacan a este desarrollo inmobiliario como una experiencia realmente única.

■ Todo sobre el proyecto en la Pág. 4

## BIENESTAR

# En busca del equilibrio y la felicidad

*En tiempos donde las expectativas son altas y la ansiedad está a la vuelta de la esquina, conversamos con Ángela Storace, coach profesional, sobre cómo afrontar el cierre de año, establecer metas alcanzables y encontrar bienestar en un mundo lleno de desafíos.*

**A**ngela Storace, quien dejó atrás una carrera como profesora y abogada para dedicarse al coaching, comparte en esta entrevista su perspectiva única sobre el desarrollo personal y el equilibrio entre la vida personal y profesional.

## ¿Qué fue lo que te llevó a dedicarte al coaching profesional?

Luego de casi dos décadas trabajando como profesora y abogada, sentía que no me estaba desarrollando plenamente. Aunque recibía elogios por mi trabajo, algo me faltaba. En esa búsqueda, descubrí a coaches como Jack Canfield, Verónica y Florencia Andrés, y Tony Robbins. Sus enseñanzas resonaron profundamente en mí. Fue un camino de aprendizaje, lecturas y certificaciones que me llevaron a convertirme en coach profesional en 2017. Desde entonces, no he parado de estudiar, actualizarme y aplicar herramientas transformadoras, primero en mi vida y luego en la de quienes acompaño.

## ¿Qué aprendizaje aplicás más en tu vida diaria?

Lo que más valoro es liderar mi propia vida. Esto implica dejar de vivir de forma reactiva y tomar verdadera responsabilidad por mis pensamientos, acciones y palabras. Antes solía quejarme por lo que no salía bien, pero aprendí a responder de forma consciente. Esa transformación personal es lo que ahora transmito a quienes acompaño en su proceso.

## Fin de año y nuevos comienzos

### ¿Qué recomendás para cerrar el año con calma y gratitud?

Primero, detenernos y reflexionar sobre el camino recorrido. Preguntarnos: ¿Qué logré este año? ¿Qué quedó pendiente? Muchas veces surgen logros inesperados o prioridades que cambiaron, y eso también merece ser celebrado. La gratitud es clave: agradecer lo bueno y también las lecciones de lo que no salió

como esperábamos.

Muchas veces creemos que para ser felices tenemos que tener todo andando y no es así. Como dijo el escritor argentino Menapache: "Hay años que son como un recreo y otros de fuerte aprendizaje, pero no hay años malos." Yo comparto esta reflexión porque aún cuando no ganamos lo que queríamos y no nos salen las cosas como queríamos, hay mucho aprendizaje en lo que no nos salió. Eso es tan o más importante que lo otro. Así que de una forma u otra todo merece ser agradecido. Al final de cuentas, yo creo que el plan de Dios es perfecto.

Para arrancar el año sugiero reflexionar con preguntas como: ¿Qué palabra define mi año? ¿Qué lecciones me llevo? Además, recomiendo el journaling como herramienta para organizar ideas y valorar nuestro camino.

A veces subestimamos lo que podemos hacer en un año y creemos que en esos 365 días tenemos que hacer todo lo que pusimos en nuestra lista y más. Sin embargo, subestimamos lo que podemos hacer en lapsos de tiempo más largos como 5 o 10 años.

“ Los invito a practicar la gratitud y a dejar de lado la queja, pruébenlo por unos días y verán los cambios. ”

Una de las mejores herramientas es el método SMART: que las metas sean específicas, medibles, alcanzables, realistas y con un tiempo determinado. Es esencial dividir las en plazos: anual, trimestral, mensual y diario. Las expectativas que nos ponemos cada primero de Enero son tan altas que difícilmente las podemos mantener todo el año. Hay que tener cuidado con esto, porque cuando nos proponemos algo y no lo cumplimos, eso puede dañar



**Ángela Storace**  
Coach profesional | Abogada

nuestra autoestima, ya que estamos faltando a nuestra palabra y se genera incongruencia.

## ¿Cómo conectar mejor con los demás en esta época de reencuentros?

Es clave aceptar a las personas tal como son y soltar expectativas irreales. Las emociones son contagiosas, así que ser conscientes de lo que transmitimos puede transformar los vínculos. Cuando en mis talleres hablo de emociones, explico esto que es tan importante de que estas son contagiosas, por lo tanto será muy útil pensar de antemano qué emociones estoy experimentando la mayor parte del tiempo, porque de seguro las estaré transmitiendo a mi entorno. Nos ayudará mucho el elegir a conciencia de qué manera me quiero relacionar con esa persona o ese grupo de personas, especialmente en estas épocas de reencuentros. ■



Escaneá el QR  
y leé la nota  
completa.

**01 VISTA**

**VITRIUM CAPITAL**

MONTEVIDEO, URUGUAY

**INVERTÍ SIN PAGAR IMPUESTOS**

**APARTAMENTOS EN VENTA**

ENTREGA **2027**

## EDUCACIÓN

# El poder del deporte y la naturaleza en su desarrollo

*En una era dominada por pantallas y estímulos digitales, la crianza de niños y adolescentes plantea nuevos retos. ¿Cómo impacta el uso excesivo de tecnología en su desarrollo emocional y social? ¿Qué hacer para fomentar hábitos saludables y equilibrar el tiempo frente a pantallas?*

**¿Juan Pablo, cómo afecta el uso excesivo de pantallas al desarrollo emocional y social de niños y adolescentes?**

El cerebro adolescente está en pleno desarrollo, un proceso clave que ocurre entre los 12 y los 24 años. Durante este tiempo, el cerebro madura, fortalece conexiones y elimina aquellas que ya no son útiles, en un fenómeno conocido como poda neuronal. Esto explica muchas características típicas de la adolescencia, como la impulsividad y la intensidad emocional.

El uso excesivo de pantallas puede potenciar estos rasgos al fomentar la inmediatez y la falta de reflexión.

En un entorno dominado por estímulos constantes y rápidos, se dificulta la capacidad de desconexión, pausa y autorregulación emocional, que son fundamentales en esta etapa.

Esto puede hacer que los adolescentes sean más vulnerables a actuar sin pensar y a intensificar sus emociones, afectando su desarrollo social y emocional.

**¿Qué beneficios tienen los niños y adolescentes que pasan tiempo al aire libre?**

Pasar tiempo al aire libre les brinda a los niños y adolescentes oportunidades únicas para aprender y desarrollarse. Uno de los mayores beneficios es que aprenden a gestionar su tiempo a resolver conflictos y a tomar decisiones sobre qué quieren hacer. También enfrentan algo crucial: manejar el aburrimiento. Esto les enseña a responder de manera creativa y a encontrar soluciones por sí mismos.

**¿Qué papel juegan los deportes en el desarrollo integral de niños y adolescentes?**

Los deportes son fundamentales para el desarrollo integral de niños y adolescentes porque fomentan tanto la salud física como la emocional y social. A través de su práctica, aprenden habilidades clave como el trabajo en equipo, el establecimiento de metas a corto y largo plazo, y la capacidad de reconocer su progreso personal hacia



Juan Pablo Cibils  
Psicólogo

esos objetivos. Además de combatir los efectos negativos del sedentarismo, el deporte tiene un impacto positivo en la salud mental. Durante la actividad física, el cuerpo libera endorfinas, que ayudan a reducir el estrés y mejorar el estado de ánimo. Este beneficio se extiende más allá del momento de la práctica, promoviendo una sensación general de bienestar.



**El tiempo al aire libre permite desconectarse, reflexionar y desarrollar habilidades como la creatividad y la autorregulación.**



**¿Qué estrategias pueden usar las familias para limitar el uso de pantallas en casa?**

La clave está en el diálogo. Más que imponer reglas sin explicación, es importante conversar con los hijos para que entiendan por qué se sugieren ciertos límites. Esto fomenta una comunicación abierta y permite establecer normas claras que todos respeten.

No hay soluciones mágicas, ya que cada familia tiene su propia realidad, pero algunas estrategias útiles incluyen:

- Establecer horarios y momentos libres de pantallas, como durante las comidas o ciertos momentos del día o del fin de semana.
- Organizar actividades familiares sin pantallas, como juegos de mesa, paseos al aire libre o cocinar juntos, para promover la conexión y el tiempo de calidad.
- Dar el ejemplo, mostrando un uso equilibrado y consciente de la tecnología como adultos.

Estas prácticas no solo limitan el uso de pantallas, sino que también fortalecen los lazos familiares y ayudan a enseñar hábitos saludables. ■



## TU PRÓXIMA CONEXIÓN

# Un entorno inigualable

*La gran protagonista de Rotunda al Lago es, sin lugar a dudas, su vista panorámica al lago. Cada rincón de este proyecto ha sido diseñado para aprovechar la belleza natural que ofrece su entorno, permitiendo que los residentes se conecten con la serenidad del paisaje en todo momento.*



**C**on la promesa de redefinir el concepto de calidad de vida en **Uruguay, Rotunda al Lago** se erige como un exclusivo proyecto inmobiliario situado en el corazón de la prestigiosa zona de **Lagos de Carrasco**. Este desarrollo no solo destaca por su ubicación privilegiada frente al lago Calcagno, sino que también ofrece un estilo de vida orientado al bienestar, con una selección de espacios y servicios que invitan a disfrutar de cada instante de manera consciente y plena. Los amenities además de ser comodidades, son experiencias diseñadas para enriquecer la vida diaria. El **Wellness Point & Spa** se convierte en un refugio de tranquilidad, un lugar donde es posible desconectar del ritmo

frenético del día a día y reconectar con uno mismo.

La luz suave, los aromas sutiles y el cuidado diseño de este espacio invitan a relajar el cuerpo y la mente, creando un oasis en el propio hogar. La **piscina infinita** y el **gym** son escenarios donde la salud y el bienestar se vuelven parte esencial del estilo de vida. Aquí, mantenerse activo no es una obligación, sino un placer, potenciado por la sensación de estar inmerso en un entorno natural que inspira cada movimiento. **Los senderos sustentables** que rodean el proyecto son un recordatorio de la conexión con la naturaleza, una invitación a recorrerlos a pie o en bicicleta, mientras el aire fresco



y las vistas al lago acompañan cada paso. Estos caminos no solo son una opción para el ejercicio, sino también un espacio para encontrar paz y claridad, lejos del ruido de la ciudad. En **Rotunda al Lago**, también hay lugar para los encuentros y las risas compartidas.

Los espacios como el **SUM & parrilleros** y la **plaza de recreación** son espacios pensados para celebrar la vida, donde amigos y familiares pueden reunirse y disfrutar de momentos inolvidables. Incluso las mascotas tienen su espacio especial en el **Pet Spa**, porque aquí, cada miembro de la familia importa. Cada detalle, desde los pocket parks hasta las áreas de juegos para niños, han sido pensados para que cada

residente encuentre su lugar, un rincón donde sentirse plenamente conectado con el entorno y consigo mismo. Más que un hogar, **Rotunda al Lago** es un espacio donde cada amanecer frente al lago y cada rincón cuidadosamente diseñado recuerdan que la vida puede y debe vivirse en su máxima expresión. Aquí, el estilo de vida trasciende lo cotidiano, invitando a los residentes a encontrar un equilibrio perfecto entre bienestar, conexión con la naturaleza y momentos que verdaderamente importan.

Es un lugar donde vivir se convierte en un arte, en el que cada día ofrece la oportunidad de construir una vida plena, consciente y llena de propósito.

## INNOVACIÓN

# Vitrium Capital: Liderando el camino hacia la sustentabilidad

*En un contexto global donde la sustentabilidad es clave para enfrentar los desafíos del cambio climático, la compañía se consolida como un referente en el mercado inmobiliario. Con más de 18 años de trayectoria, la desarrolladora se ha trazado el ambicioso objetivo de lograr emisiones de carbono cero para 2030, incorporando estándares internacionales como las certificaciones **EDGE** o **LEED** en todos sus proyectos.*

**E**l sector de la construcción, responsable del 38% de las emisiones globales de CO<sub>2</sub> globales, lucha contra su impacto en el cambio climático. Un papel crucial en América Latina, hogar del 60% de la biodiversidad terrestre y marina del mundo, enfrenta retos urgentes, como la pérdida de 85 millones de hectáreas de la Amazonia y un aumento del 30% en la deforestación interanual. Ante este panorama, **Vitrium Capital** trabaja activamente para ofrecer soluciones tangibles que prioricen tanto el cuidado del medio ambiente como el bienestar de las personas.

## Innovación aplicada al diseño sostenible

Un ejemplo destacado de su visión es el proyecto **Rotunda al Lago**, que combina diseño innovador, tecnología eficiente y respeto por el entorno natural. El uso de materiales ecológicos y sistemas de energía eficiente reflejan el compromiso de la empresa con la reducción de emisiones. Cada unidad está diseñada para maximizar el confort y la conexión con el entorno, creando espacios saludables y funcionales para los residentes.

## Un agente de cambio

A través de proyectos como **Rotunda al Lago**, la compañía demuestra que el desarrollo inmobiliario puede ser un motor de transformación. No solo construye edificios, sino que redefine el sector con prácticas que combinan innovación, diseño y sustentabilidad. En un mercado donde las inversiones en sostenibilidad aún son limitadas —América Latina recibe solo el 4% de las inversiones globales en sostenibilidad—, la compañía lidera



con visión y compromiso. Con cada acción, desde la selección de materiales hasta la planificación del diseño, reafirma su misión de construir un futuro más equilibrado y consciente.

## El reto del sector y la respuesta de Vitrium Capital

Con iniciativas como la certificación **EDGE** o **LEED** en proyectos innovadores, **Vitrium Capital** lidera el cambio en el sector inmobiliario, demostrando que es posible combinar el crecimiento económico con la preservación del medio ambiente. Al apostar por un enfoque integral que prioriza tanto la sustentabilidad como la calidad de vida, la empresa no solo reafirma su liderazgo en el mercado, sino que también impulsa un mensaje claro: **el desarrollo responsable es el único camino hacia un futuro mejor.**

# Edge

Certificación de construcción sostenible diseñada por la Corporación Financiera Internacional (Banco Mundial).



Ahorro de energía.



Ahorro de agua.



Ahorro de energía incorporada a los materiales



Más  
información

Octavio Costa

Director de estrategia e innovación | Vitrium Capital

## INVERSIÓN



# El nuevo lujo en las inversiones inmobiliarias

Por Federico Gagliardo, CEO de Vitrium Capital

**E**n el mundo de las inversiones, hay oportunidades que trascienden los números y las proyecciones. Son aquellas que logran combinar rendimiento con propósito, exclusividad con significado, y diseño con visión. En **Vitrium Capital**, hemos dedicado los últimos 18 años a crear proyectos que redefinen lo que significa invertir en real estate en Latinoamérica.

Uruguay, con su estabilidad económica y calidad de vida, se ha consolidado como un destino excepcional para el desarrollo inmobiliario. En los últimos cinco años, el país ha experimentado un crecimiento del 18% en el sector residencial, y nuestros proyectos se destacan en un mercado que valora la combinación de diseño, sostenibilidad y tecnología. El mercado inmobiliario en Uruguay ofrece retornos compuestos del 6% al 7% anual en dólares en inversiones de renta, con una demanda sostenida impulsada por compradores locales e internacionales que buscan estabilidad

y calidad de vida. Además, estudios recientes indican que los proyectos en zonas premium han registrado un incremento del 15% en valor por metro cuadrado en los últimos tres años.

Hace unos meses presentamos **Rotunda al Lago** como una oportunidad única: un proyecto que combina el diseño distintivo de la reconocida marca uruguaya **Rotunda** con nuestro compromiso de crear espacios que inspiran. Pero esto es solo el comienzo. También desarrollamos proyectos en Paraguay, Perú y Estados Unidos, mercados donde el real estate sigue siendo un refugio seguro y rentable para quienes buscan preservar y multiplicar su patrimonio. También en Argentina, a pesar de los desafíos actuales, identificamos oportunidades estratégicas en segmentos específicos que permiten capitalizar el valor a largo plazo. Invertir en real estate no es solo una decisión financiera, es una declaración de confianza en el futuro. Es elegir

proyectos que no solo prometen retorno, sino que también reflejan una visión compartida de exclusividad y legado.

“  
**Invertir en real estate no es solo una decisión financiera, es una declaración de confianza en el futuro.**  
 ”

Si compartís esta perspectiva y buscás oportunidades alineadas con tus objetivos, estaremos encantados de conectar con vos para explorar cómo podemos ser parte de su estrategia de inversión. Cada proyecto es una historia, y sería un honor que formarás parte de la próxima. ■

@fede.gagliardo

## INVERTÍ SEGURO.

Somos la compañía que está construyendo el mundo que vas a vivir mañana.



**VITRIUM  
CAPITAL**



# Interiorismo con identidad, carácter y alma

*La pasión por el arte y el diseño se refleja en cada proyecto de Victoria Brown, una interiorista cuya formación y sensibilidad artística marcan su trabajo con un estilo único.*

**E**l amor por el interiorismo nació temprano.

Su conexión temprana con los materiales, los oficios y la restauración definió una base sólida para lo que más tarde se convertiría en su carrera.

## ¿Cómo integras el arte en tus diseños de interiores?

Naturalmente, mi formación artística influye mucho. Pienso en las proporciones, en el ritmo del espacio, y en cómo crear puntos de interés sin que los interiores se sobrecarguen de un solo color. El arte es esencial para concebir un ambiente que tenga personalidad.

## ¿Qué errores son comunes en la decoración y cómo evitarlos?

Uno de los más frecuentes es no trabajar bien las proporciones y la iluminación. También sucede que las casas no expresan la personalidad de quienes las habitan, porque el miedo lleva a interiores despersonalizados, que no cuentan una historia propia.

## ¿Qué materiales o elementos son imprescindibles en tus proyectos?

Siempre trabajo con maderas nobles, iluminación variada y elementos eclécticos que aporten interés. Un buen sofá y una alfombra o tapiz de calidad también son básicos. Además, siempre incluyo piezas

de diseño que sumen valor cultural.

## ¿Qué papel juega la sostenibilidad en tu trabajo?

Es crucial. Por eso diseño mobiliario que no es tendencioso ni efímero. La sostenibilidad está en crear espacios que duren y no sean descartables, respetando siempre el valor de los materiales y el entorno.

## ¿Cuál es el primer paso para garantizar que ese espacio refleje la personalidad de quien lo habita?

Primero miro la identidad de la vivienda presente. Luego estudio al cliente. Luego le damos un proyecto que contempla su personalidad, y más que nada eleva la manera en la que quiere vivir. Nuestros interiores son muy importantes. Influyen mucho en nuestro ánimo, es nuestro hábitat. Es importante cultivarlo y darle extrema importancia.

**Victoria Brown**  
Interiorista



## Tendencias de verano



**SOFÍA DOMÍNGUEZ**  
Co-Founder & Directora  
creativa Rotunda

## Reinventar con personalidad y estilismos únicos

*El verano llega cargado de creatividad y libertad en el mundo de la moda. Este año, las tendencias nos invitan a jugar con las combinaciones y a explorar estilismos únicos e irrepetibles. La clave está en mezclar. Animate a combinar prendas de distintos estilos, como un vestido lencero con una camisa oversize anudada a la cintura. La superposición de texturas también se posiciona como un must: lino y algodón para los días cálidos, o mezclas de crochet con denim para un toque más artesanal y bohemio. Las fibras nobles como el lino, el algodón y la seda no solo aportan comodidad, sino también un aire sofisticado y fresco. El auge de las piezas únicas y artesanales se destaca esta temporada y vino para quedarse. Los diseños hechos a mano, desde prendas tejidas hasta accesorios de rafia o cuero, se convierten en protagonistas, fomentando una moda más sostenible y con identidad propia. Busca prendas que cuenten una historia, ya sea por su confección o por los materiales empleados. Los colores y las combinaciones audaces son el alma del verano. Este año, la paleta se inclina hacia los tonos neutros y marrones como base, acentuados con colores primarios vibrantes y referencias setentosas. "Mocha Mousse" ha sido declarado el color del 2025. Las prendas monocromáticas también tienen su espacio, especialmente cuando jugamos con cortes y texturas interesantes. Crear estilismos únicos no se trata de seguir las reglas, sino de romperlas con confianza. Usa esa falda estampada que nunca combinaste, agrégale una camiseta vintage y un par de sandalias de cuero. Jugá, experimentá y, sobre todo, haz que cada look sea una expresión personal que cuente tú esencia.*

**Sofía Domínguez**  
**@soysofsof**



Escaneá el QR  
y viví la experiencia  
R.A.L.