

REVISTA

ACTITUDES

*Darle color
a tu vida*

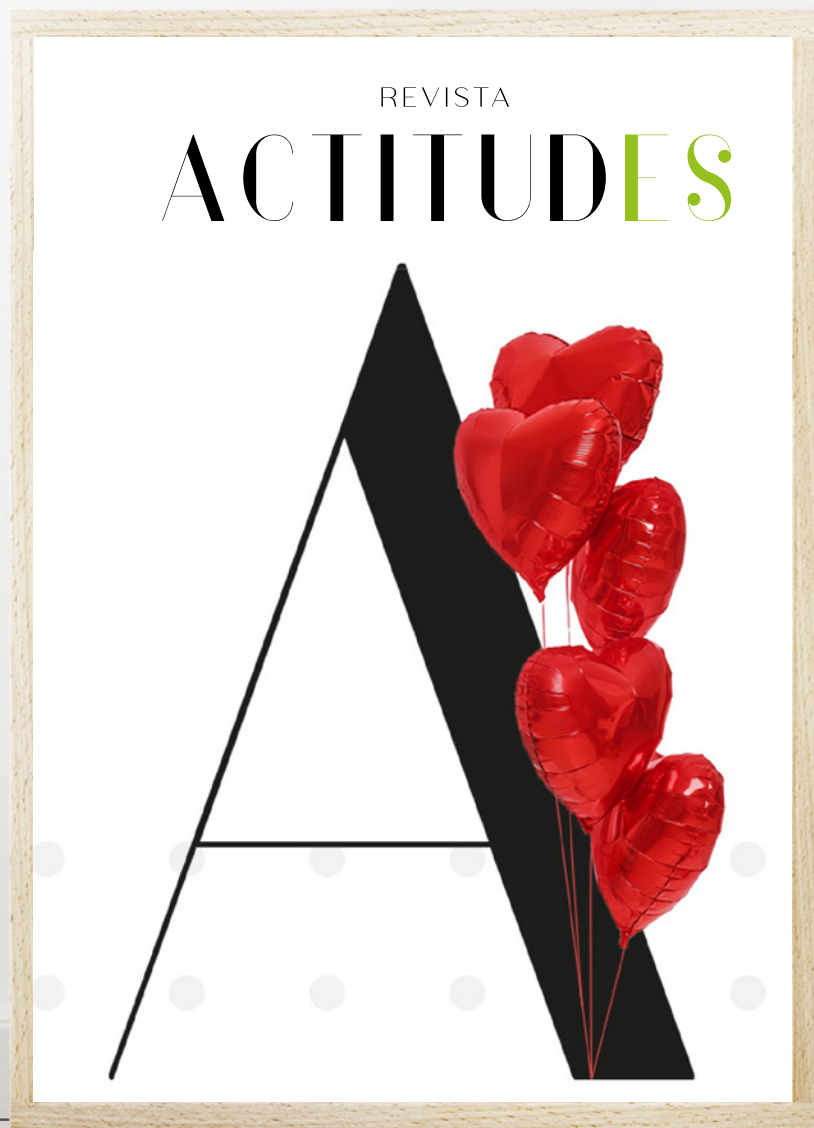


MEDIA KIT
2026

LIFESTYLE MAGAZINE

www.actitudes.mx

SALUD | FITNESS | ESTILO | DESTINOS | GOURMET | CULTURA



IDEOLOGÍA

DE LA
Revista

"DARLE COLOR A TU VIDA"

- ACTITUDES es la revista digital gratuita que durante
- 10 años ha conectado con miles de lectores interesados
- en estilo de vida, gastronomía, cultura, salud, fitness,
- música y viajes.
-
- Con una distribución directa a más de 80,000 emplea-
- dos de Petróleos Mexicanos y sus filiales en todo el país,
- tu marca puede llegar de forma estratégica y efectiva al
- sector petrolero.
-
- Al estar disponible de manera digital y gratuita en nues-
- tro sitio web, Actitudes garantiza un mayor número de
- impactos y exposición constante para tu marca.

- > RESET
- > ACTITUD FIT
- > INSPIRACIÓN
- > ESTILO
- > ANTOJO
- > GUSTO POR
- > HOT SPOT
- > BREAK
- > CULTURA
- > AMBIENTES
- > INNOVACIÓN
- > CONCIENCIA AMBIENTAL
- > HÉROES REALES
- > MÚSICA
- > AGENDA

SECCIONES

CON

Actitud

RESISTENCIA A LA **insulina**

¿QUÉ ES?

En muchos diabéticos, se resiste a la acción de la insulina, lo que provoca que el azúcar en sangre se acumule y no pueda ser utilizado por las células. Por lo tanto, el páncreas produce más insulina para compensar que la glucosa entre en las células y se convierte en energía.

Cabe mencionar que hay personas que tienen factores de riesgo genéticos o por su estilo de vida, que tienen más probabilidades de desarrollar resistencia a la insulina.

LOS FACTORES DE RIESGO INCLUYEN:

- Sobrepeso u obesidad
- Antecedentes familiares (padre y madre) de diabetes
- Hipercolesterolemia
- Presión arterial alta y niveles anormales de colesterol y triglicéridos
- Diabetes gestacional
- Enfermedad cardíaca o accidente cerebrovascular
- Síndrome de ovario poliquístico

Es importante realizar cambios en los hábitos, como:

- 1. Mejorar la alimentación aumentando el consumo de fibra en verduras y cereales integrales
- 2. Controlar las porciones de los alimentos
- 3. Realizar actividad física
- 4. Evitar comidas y bebidas con alto contenido de azúcares y alta procesadas
- 5. Mantener los horarios, el sueño, los triglicéridos y la presión arterial.

OTOÑO

PERFUMES DE TEMPORADA

En esta época del año, el frío empieza a aparecer por lo que principalmente buscamos la calidez. Podemos encontrar a través de las notas: amaderadas, especiadas y florales intensas. Con estos colores sofisticados no solo realzamos los aromas característicos de esta época del año, sino que este accesorio invisible resultará tu personalidad en todo su esplendor.

DOLCE & GABBANA

Se trata una reina en esta época del año, junto con la fragancia más apreciada y femenina, O'por. #DolceGabbana Eau de Parfum es la creación de la perfumista Daphne Bugay y fabricada en Italia con la materia prima de más alta calidad. Es una mezcla de tonos amaderados y florales con vibrantes y dulces tonos de limón siciliano y cítricos, acompañados por un toque de madera de cedro.

ELLAS

2 LAVENDER ON THE ROCKS
ATKINSONS LONDON

Es la versión moderna de una fragancia clásica inglesa. Es un cóctel espumoso que le encantará para cualquier momento dejando una huella en las personas que están a tu alrededor. En sus notas altas encontramos: abedul & rosa, en su base: madera de Guaiac, especias de Oud & saffron y en su corazón: lavanda absoluta & Cítricos.

3 CRYSTAL NOIR
VERSACE

Destaca por otorgar una experiencia olfativa única, que se convierte en la opción ideal para el otoño que mantiene un aroma que no pasa desapercibido. Las notas de salida de esta fragancia son de pimienta, jengibre y cardamomo; las notas de corazón son de cacao, girasol, flor de azahar del marrojo y pimiento; y las notas de fondo de sándalo, almizcle y ámbar.

INGREDIENTES

- 30 ml de beflinger pink
- 30 ml de beflinger vino rosado
- 120 ml de perasecco
- 60 ml de jugo de toronja
- Top de fermento limonada rosé

PREPARACIÓN

1. En una copa de vino agrega hielo.
2. Luego agrega los 120 ml de perasecco y los 60 ml de jugo de toronja.
3. Procede con el beflinger vino rosado y los 30 ml de beflinger pink.
4. Termina con un top de fermento limonada rosé.

Decora con una rodaja de limón fresco y 4 láminas de fresas.

PINK SPRITZ

PERFIL DEL *lector*



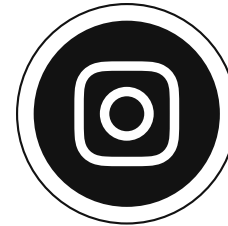
Empleado de clase socioeconómica
alta y medio alta

NSE: | A,B,C,+C

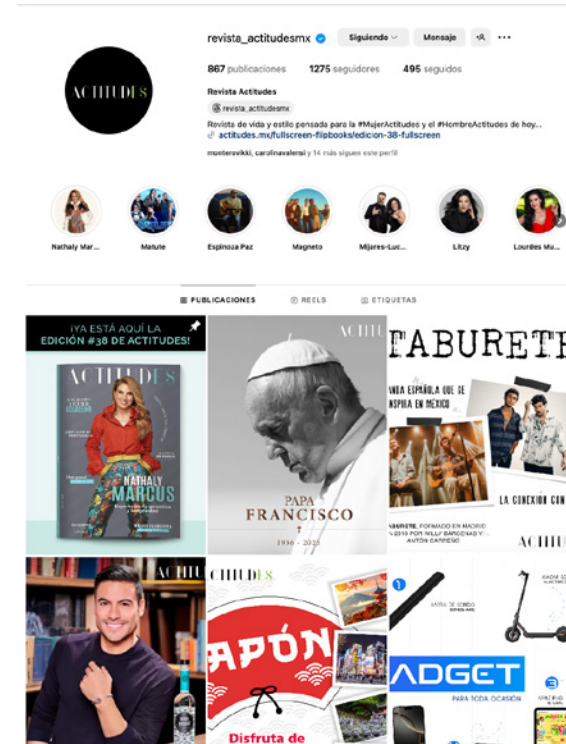
REDES Sociales



/RevistaActitudesMx



@revista_actitudes

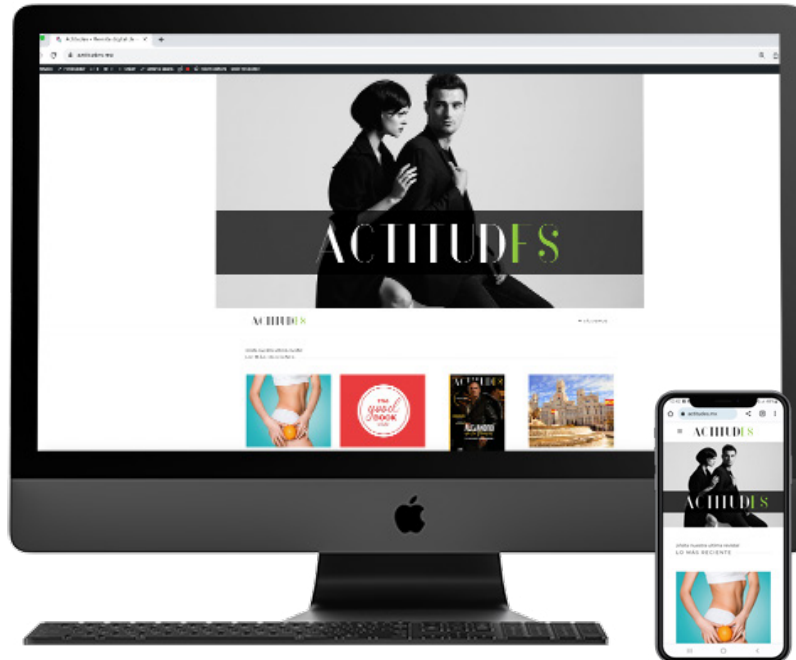




Revista versión digital

PORTAFOLIO

Digital



Actitudes
web
www.actitudes.mx



PROPUESTA Comercial

PROPUESTA digital

DESCRIPCIÓN DE PAQUETE:

No. DE EDICIONES: **1**

TIPO DE CONTRATACIÓN: **Bimestral**

DESCUENTO: **No aplica**

- Publicación en revista digital
- 1 banner en website
- 2 artículos en página web a lo largo de la edición.
- 2 publicaciones en redes sociales (facebook e instagram)
- Presencia de marca en videowall de PDV
- Ingreso como proveedor

No. DE EDICIONES: **3**

TIPO DE CONTRATACIÓN: **Semestral**

DESCUENTO: **5%**

- Publicación en revista digital
- 1 banner en website
- 6 artículos en página web a lo largo de la edición.
- 6 publicaciones en redes sociales (facebook e instagram)
- Presencia de marca en videowall de PDV
- Ingreso como proveedor

No. DE EDICIONES: **6**

TIPO DE CONTRATACIÓN: **Anual**

DESCUENTO: **13%**

- Publicación en revista digital
- 1 banner en website
- 12 artículos en página web a lo largo de la edición.
- 12 publicaciones en redes sociales (facebook e instagram)
- Presencia de marca en videowall de PDV
- Ingreso como proveedor

1 semana de exhibición compartida

PÁGINA COMPLETA **\$14,664**

1 semana de exhibición particular

PÁGINA COMPLETA **\$41,792**

2 semanas de exhibición particular

PÁGINA COMPLETA **\$76,546**

LOS PRECIOS MENCIONADOS NO INCLUYEN IVA

DESCUENTO: 5%

DESCUENTO: 13%

WEBSITE	EDICIÓN	SEMESTRAL	ANUAL
BANNER INICIO (2400 x 500 px) <i>POSICIÓN PRINCIPAL</i>	\$5,170	\$14,734	\$26,987
BANNER INICIO (2400 x 500 px) <i>POSICIÓN SECUNDARIA</i>	\$4,342	\$12,347	\$22,665
BANNER SECCIÓN (2400 x 500 px)	\$2,274	\$6,480	\$11,870
BANNER SECCIÓN CUADRO (1200 x 1200 px)	\$1,034	\$2,946	\$5,397
ARTÍCULO	\$1,551	\$4,420	\$8,095

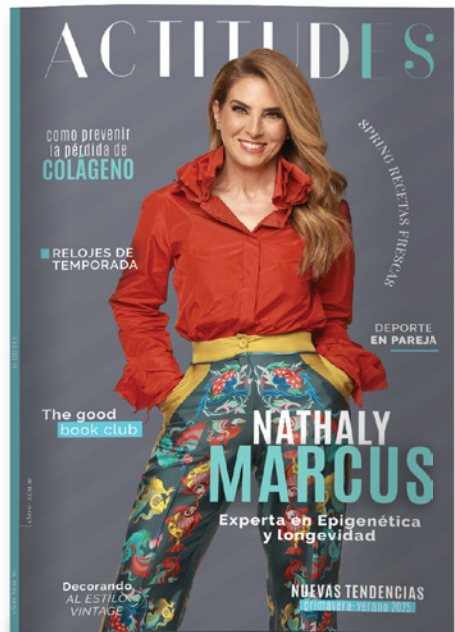
Incluye mención FB/IG y mención en artículo

TARIFAS

Digitales

REDES SOCIALES	EDICIÓN	SEMESTRAL	ANUAL
PUBLICACIÓN EN FACEBOOK	\$517	\$1,473	\$2,698
PUBLICACIÓN INSTAGRAM	\$517	\$1,473	\$2,698
STORY EN INSTAGRAM	\$310	\$883	\$1,767
PUBLICACIÓN PROMOCIONADA (3 días)	\$1,034	\$2,946	\$5,397
PUBLICACIÓN PROMOCIONADA VIDEO (3 días)	\$1,551	\$4,420	\$8,096
PUBLICACIÓN FACEBOOK EDICIÓN	\$3,102	\$8,840	\$16,192
PUBLICACIÓN INSTAGRAM - EDICIÓN	\$3,102	\$8,840	\$16,192
PUBLICACIÓN MIXTA EDICIÓN	\$3,102	\$8,840	\$16,192

Una publicación semanal por toda la edición.



EDICIONES

MEDIDAS REVISTA

Digital

- Los anuncios pueden ser entregados en formato:

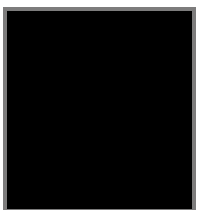
- **JPG**
- **TIFF**
- **EPS**
- **AI**
- **PDF**
- **PSD**

- Utilizar los canales **RGB**, con resolución mínima de **150 dpí's**.

PÁGINA COMPLETA

22.5 cm de ancho
34 cm de alto

MEDIDAS *Web*



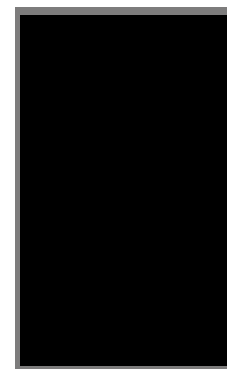
PLECA CUADRADA

1200 x 1200 pixeles
144 dpi's
RGB



PLECA HORIZONTAL

2400 x 500 pixeles
144 dpi's
RGB



PLECA VERTICAL

1200 x 2000 pixeles
144 dpi's
RGB

■ Los anuncios pueden ser entregados en formato:

- **JPG**
- **AI**
- **PSD**
- **SVG**
- **PNG**
- **GIF**

INFORMACIÓN Y VENTAS



VIRGINIA ROJAS

Tel: 55 1101 2100 ext. 2075