

BUENAS *Nuevas* **gt**



Edición Semanal

Semana del 15 al 21 de mayo de 2023

“Y nosotros anunciaremos las Buenas Nuevas en Guatemala y celebraremos todo lo bueno, agradable y perfecto”





75° Años de amistad entre Guatemala e Israel

Noche de
DPI
En RENAP nos ajustamos a tu tiempo



16 de mayo
Atenderemos hasta las
8:00 PM

Festival Cultural: Paseo de la Sexta 2023



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75

75° Años del establecimiento de las Relaciones diplomáticas entre Guatemala e Israel

Celebración del septuagésimo quinto aniversario del establecimiento de relaciones diplomáticas entre la República de Guatemala y el Estado de Israel, las cuales se iniciaron el 15 de mayo de 1948.



La República de Guatemala fue el primer país de América Latina en reconocer la fundación del Estado de Israel y el segundo en todo el mundo. Asimismo, Guatemala fue el segundo país en el mundo en trasladar su Embajada a Jerusalén.

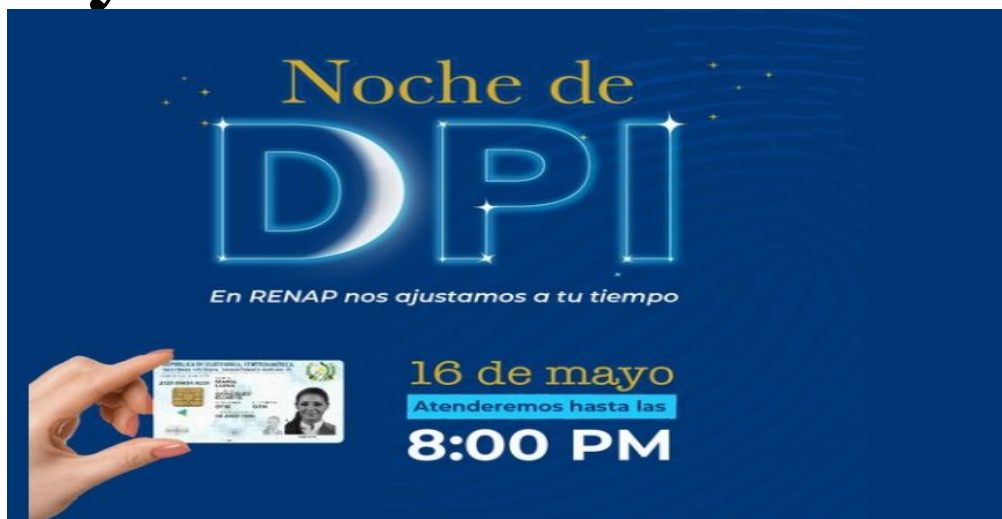
Ambos países reconocemos que, históricamente, la relación bilateral se ha caracterizado por un extraordinario diálogo político y por la cooperación mutua. Como socios y aliados, valoramos los esfuerzos desplegados en la cooperación en las áreas de agricultura y recursos hídricos, ciencia y tecnología, educación y salud, así como otras áreas de beneficio mutuo

Asimismo, las relaciones entre ambos países se han fortalecido con muy buenas perspectivas de profundización en el ámbito económico-comercial y en el ámbito de las inversiones.

Subrayamos la necesidad de continuar reforzando la colaboración en estas materias.

Guatemala e Israel compartimos valores e intereses comunes, por lo que revalidamos el sólido nivel de entendimiento y fraternidad existente entre ambos países.

Renap tendrá para el 16 de mayo la "Noche del DPI"



El Registro Nacional de las Personas estarán atendiendo en 12 de sus sedes en horario especial. Este 16 de mayo, esto como parte de la Noche de DPI De acuerdo con las autoridades, las oficinas registrales estarán atendiendo hasta las 20:00 horas en diferentes puntos del país. El objetivo es para apoyar a los guatemaltecos que cuentan con tiempo limitado para acercarse a gestionar sus trámites durante el día. La actividad representa un gran beneficio para las personas que tienen pendiente gestionar trámites como:

- emisión de certificaciones de nacimiento**
- certificación de matrimonio**
- trámite y entrega del documento personal de identificación (DPI)**
- actas de defunción y de divorcio**
- enmiendas**

Sedes de las oficinas que estarán atendiendo en horario especial son las ubicadas en:

Sede central, zona 7 capitalina

zona 9 capitalina

Villa Nueva, zona 5

centro comercial Metronorte, zona 17

centro de impresiones en Quetzaltenango

Cobán, zona 4

Chimaltenango, zona 3 Ciudad de Quetzaltenango, zona 1

San Pedro Carchá, zona 5

Escuintla, zona 1

San Juan Sacatepéquez

Huehuetenango, zona 11

Grutas del Rey Marcos, en Alta Verapaz



En la localidad en donde se encuentra este lugar sagrado existe la creencia de que hace miles de años, en las grutas se refugiaron varias personas de aspecto diferente, con una inteligencia superior y que además podían predecir el futuro, eran dioses y su rey se llamaba Marcos.

Las Grutas del Rey Marcos son un impresionante destino turístico para quienes visitan la región de Alta Verapaz. Este espacio ofrece una experiencia mística, fantástica, llena de aventura y energía positiva en contacto con la naturaleza. Cuentan con pozas naturales en medio del bosque nuboso, senderos, canopy, paseos en lancha, grutas para explorar, cabañas para hospedarse y mucho más.



El tour de cuevas sin duda es único gracias a los paisajes rocosos que se pueden observar. Estas grutas son un sistema de cuevas con un río subterráneo y en la actualidad las Grutas del Rey Marcos siguen siendo visitadas para ceremonias mayas. Las Grutas del Rey Marcos se encuentran a seis kilómetros de San Juan Chamelco y a 14 kilómetros de Cobán en Alta Verapaz, podrás ir en cualquier tipo de vehículo

**MAYO 19
A JUNIO 04**

**Plaza de la Constitución
10 am. a 8 pm.**

Entrada libre



Festival Cultural: Paseo de la Sexta #2023

El Festival Cultural Paseo de la Sexta se realiza con el propósito de promover, fortalecer y divulgar los valores artísticos y culturales en la ciudad de Guatemala, del 19 de mayo al 4 de junio en la Plaza de la Constitución, de 10:00 a 20:00 horas.

Dará inicio con un gran concierto de música cubana y guatemalteca. La Big Band Municipal, de abrirá el evento el viernes 19 de mayo a las 7:00 pm.

¿Qué encontraremos en el Festival Cultural Paseo de la Sexta 2023?

Concentrará diversidad de expresiones educativas, artísticas y culturales, para que niños, jóvenes y adultos puedan vivir una experiencia memorable. El Festival incluye exposiciones de arte, la innovación de un planetario, conciertos, presentaciones artísticas, talleres, juegos, instalaciones educativas, elementos iluminados y mucho más.

Planetario: Un viaje a través del firmamento, en donde niños y adultos vivirán la experiencia de conocer el espacio por primera vez en Guatemala

Sistema Solar Interactivo: Se expondrá un Sistema Solar a escala, para caminar entre los planetas

Salón de La Multifonía por Joaquín Orellana: La producción del Maestro Orellana se caracteriza por los instrumentos acústicos de su creación, llamados útiles sonoros.

Exposición de arte Formas de Ver: Esta exposición narra y conecta a través de obras de arte, nuestra cultura contemporánea a través del paso del tiempo.

Feria del Libro: en conjunto con la Asociación de Libreros de Guatemala ASLIGUA, se crea un espacio donde los libros estarán al alcance de los lectores.

El Portal de La Sexta: El Portal albergará la exposición Galería Urbana.

Zona interactiva: un área destinada para realizar talleres e interactuar, viviendo la experiencia de crear. Además, varios espacios de convivencia familiar, un rincón gastronómico. un jardín iluminado, proyecto Adopta un Árbol y muchas presentaciones artísticas en la Concha Acústica

Torneo Clausura 2023 partidos de ida de semifinales

El Torneo Clausura 2023 definió este fin de semana a los clasificados a las semifinales, en el que se buscará coronar a un nuevo campeón y también se sabrá quién será el tercer clasificado a la Copa Centroamericana.

La primera llave será la que disputarán Guastatoya versus Xelajú MC. los chivos dejaron en el camino a Deportivo Mixco. Los orientales hicieron lo suyo al superar Xinabajul. En el segundo encuentro, Antigua dio la campana al eliminar a Municipal en la tanda de los penales, mientras que por su parte, Comunicaciones tuvo que aplicarse bien para ganarle a Achuapa.

La programación para los partidos queda de la siguiente manera:

JUEGOS DE IDA

Miércoles 17 de mayo

11:00 horas – Guastatoya vs Xelajú – Estadio David Cordón Hichos

Jueves 18 de mayo

19:00 horas – Antigua GFC vs Comunicaciones – Estadio Pensativo

JUEGOS DE VUELTA

Sábado 20 de mayo

20:00 horas – Xelajú MC vs Guastatoya – Estadio Mario Camposeco

Domingo 21 de mayo

19:00 horas – Comunicaciones vs Antigua GFC – Estadio Doroteo Guamuch Flores



Tras el fracaso del Clausura 2023 José Saturnino Cardozo no continúa como DT De Municipal

Municipal fue eliminado en Cuartos de Final del Torneo Clausura 2023 por Antigua GFC en tanda de penales

De mutuo acuerdo se decidió no renovar contrato, con el profesor José Saturnino Cardozo mientras que el club rojo iniciará la búsqueda del nuevo entrenador de cara a la temporada 2023-2024, informó Municipal mediante un comunicado de prensa.

Durante su etapa en Municipal, Cardozo dirigió en 89 ocasiones al equipo rojo, consiguiendo 45 victorias, 20 empates y 24 derrotas, llegando a las semifinales en el torneo Apertura 2021 y Apertura 2022, fue finalista en el Clausura 2022 y en este Clausura 2023 quedó eliminado en Cuartos de Final.

Se termina la era de José Saturnino Cardozo en Guatemala con Municipal sin conseguir el título en su experiencia en el balompié centroamericano.

En el Torneo Clausura 2023, Cardozo registró una racha de nueve victorias consecutivas que no se conseguía desde el 2002, alcanzando el subliderato de la clasificación general con 43 puntos tras 13 triunfos, cuatro empates y cinco derrotas.



En los Cuartos de Final, los Rojos se enfrentaron a la Antigua GFC. En el juego de ida, los locales se impusieron 2-1 y en el juego de vuelta que se disputó la tarde de domingo en El Estadio del Trébol, Municipal ganó 2-1, alargando la serie a tiempos extras y después a penales.

En los lanzamientos, los Rojos fallaron tres tiros de Milciades Portillo, Isaac Acuña y Yasnier Matos, y solo José Carlos Martínez pudo anotarle a Braulio Linares. De esta manera, Antigua GFC clasificó a las semifinales al ganar en penales por 3-1.

Cardozo es señalado por la afición de los Escarlatas como el principal responsable de la eliminación en Cuartos de Final y tras la reunión que sostuvo con Junta Directiva se decidió poner fin a la relación con el club.



Descubren hongo capaz de descomponer el plástico en 140 días

Liga A de Naciones de
Concacaf, rivales de
Guatemala



**Municipalidad de
Guatemala hará
descuentos en
multas de tránsito e
intereses por mora**



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75

Descubren hongo capaz de descomponer plástico en 140 días

Un equipo de investigadores australianos ha descubierto un hongo que sería capaz de descomponer plástico en tiempo récord. El proceso llevaría solo 140 días, dando una nueva esperanza a la crisis del reciclaje.

Un hongo para descomponer plástico

Científicos de la Universidad de Sidney descubrieron a través de experimentos que podían usar dos tipos de hongo que se encuentran comúnmente en las plantas y el suelo, *Aspergillus terreus* y *Engyodontium album*, para descomponer el plástico resistente. Los hongos tardaron unos 140 días en descomponer por completo los plásticos.

Tasa de degradación más alta reportada» en todo el mundo

Es una noticia optimista después de que un informe de 2022 de Greenpeace descubriera que la gran mayoría de los plásticos que se reciclan en los Estados Unidos terminan en el océano o en vertederos, que emiten contaminantes peligrosos al aire. Solo el 5% de los plásticos se reciclan en artículos nuevos.

Un proceso más eficiente

En la Universidad de Sidney, los científicos están probando el proceso de degradación con hongos

para ver cómo pueden hacerlo más eficiente y listo para su uso a escala comercial. El proceso de investigación podría llevar de tres a cinco años, y sería necesario abordar una letanía de problemas de comportamiento y comerciales.

“No podemos darnos el lujo de esperar, necesitamos actuar”, indicó Abbas. «Necesitamos que los problemas de comportamiento, los problemas sociales, los problemas comerciales, todos estos deben resolverse en torno al problema de los plásticos. La tecnología es solo la mitad de la solución».



Descubren nuevo santuario de árboles gigantes en la selva amazónica



En el estado brasileño de Amapá, en el bosque tropical del Amazonas, se ha descubierto un nuevo santuario de árboles gigantes de casi 80 metros de altura. Por lo tanto, una buena noticia desde el pulmón verde del mundo.

Se trata de dos especies de árboles diferentes, y es que con la ayuda de drones y la colaboración de la comunidad local, los investigadores pudieron determinar el mayor árbol de castaña del Brasil (*Bertholletia excelsa*) que cuenta con 66,66 metros de altura. Además de un Angelim rojo (*Dinizia excelsa* Duke) de 79,19 metros de altura.

El santuario se encuentra en la Reserva de Desarrollo Sostenible del Río Iratapuru, donde vive la comunidad de São Francisco do Iratapuru, que tiene como sustento la explotación sostenible de la nuez.

En este santuario descubrimos que existe una competencia intraespecífica entre dos gigantes del Amazonas, el castaño del Brasil y el angelito rojo, además de observar la importancia de la especie para la comunidad local», declaró uno de los investigadores responsables del proyecto.

cuáles son los mejores mercados para invertir



En la actualidad, los brókeres online ofrecen una amplia variedad de mercados para elegir al momento de invertir. Por fortuna, con solo crear una cuenta en una plataforma, el inversor tendrá acceso a todas las opciones que ofrece el bróker, para que pueda diversificar su capital financiero como crea conveniente. Estos son algunos de los mejores mercados para invertir dentro de estas plataformas:

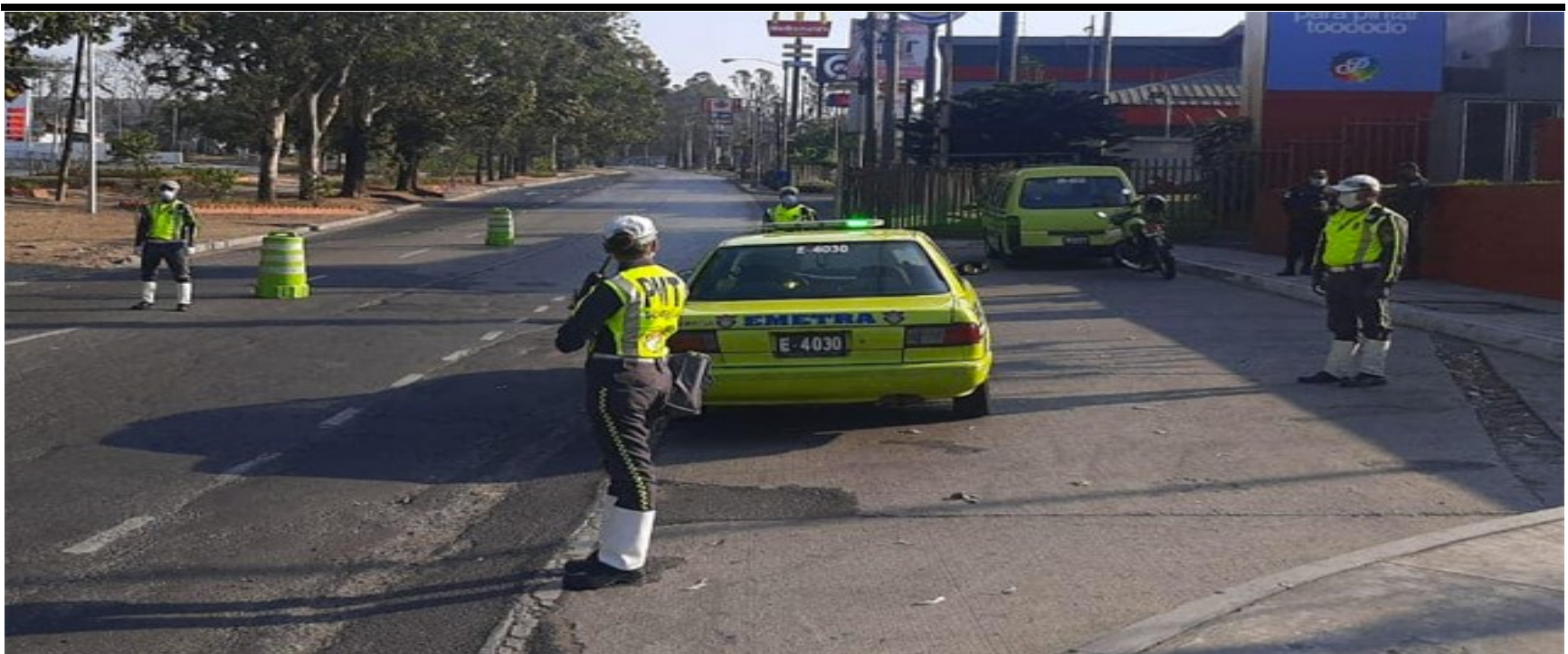
Acciones: Comprar acciones te permite adquirir títulos en compañías como Amazon, Google o cualquier otra empresa que cotice en bolsa. De esta manera, los inversores se benefician de los dividendos que pague la compañía o la revalorización de los precios de las acciones.

Forex: El mercado de divisas Forex es otra buena inversión. En él, se opera con pares de monedas, que se intercambian mediante la compra y la venta. Se trata de la opción con mayor liquidez y que reúne a la mayor cantidad de inversores por la facilidad con la que se pueden predecir las fluctuaciones.

Materias primas: El mercado de las materias primas implica invertir en recursos energéticos, como el petróleo, alimentos, como el café, y metales preciosos, como el oro. En especial, estas inversiones se utilizan para mitigar los efectos de la inflación.

Criptomonedas: El mercado de las criptomonedas permite operar con monedas virtuales, que están descentralizadas. Bitcoin, Ethereum y Litecoin son algunos ejemplos. Ahora bien, se trata de uno de los mercados menos estables del sector financiero porque los precios fluctúan desproporcionadamente en cualquier momento. Por eso, es muy difícil de predecir cuáles serán buenas inversiones.

Índices: Los índices miden el comportamiento de distintas acciones en el mercado; estos sirven para entender cómo evolucionan los mercados bursátiles. Ahora bien, no se invierte en ellos directamente, sino que se utilizan otros instrumentos, como los fondos indexados o los CFD, para hacer las operaciones.



Municipalidad de Guatemala hará descuentos en multas de tránsito e intereses por mora

La Municipalidad de Guatemala publicó el Acuerdo COM 17-2023 en el Diario de Centro América, en donde informa que hará descuentos en multas de tránsito e intereses por mora en la Ciudad de Guatemala.

Este martes 16 de mayo de 2023 se publicó en el Diario de Centroamérica las condonaciones que aplicará la Municipalidad de Guatemala. El Acuerdo entró en vigencia a partir de su publicación hasta el 31 de mayo de 2023.

Estos descuentos en multas de tránsito hará la Municipalidad?

30% de las multas de tránsito impuestas en el Municipio de Guatemala.

100% de intereses generados por mora

90% en concepto de tasa por depósito de vehículos que se encuentren de depósitos. La misma será condicionada al retiro de los automóviles durante la vigencia del acuerdo.

Sin embargo, en el primer caso no aplicará cuando se trate de multas cuyo pago se está reclamando judicialmente.

Tiempo para cancelar las multas

El Acuerdo indica que la (Emetra), deberá realizar las gestiones para que se aplique.

Los guatemaltecos deberán revisar y si tienen alguna multa, ya que contarán con solo 15 días para hacer efectivo el pago y así estar sin multas y pagar menos

Comunicaciones FC, es el mejor equipo chapin dentro del nuevo ranking de la Concacaf

Concacaf presentó el listado de los equipos de la región, los cremas son los mejores posicionados del país y los terceros de Centroamérica.

El listado servirá para definir las cabezas de serie en los diferentes sorteos de las competencias oficiales de clubes de la región.

Comunicaciones suma 1138 puntos en el conteo que toma en cuenta los resultados internacionales y locales desde 2017. A nivel de Centroamérica ocupan la tercera casilla, superados por Olimpia, de Honduras, (1157) y Saprissa, de Costa Rica (1141). A nivel continental son 47 en la lista.

En el nuevo ranking de la Concacaf I Monterrey de México ocupa el primer lugar, con 1252 puntos. Le sigue el América, y la tercera posición es para Los Ángeles FC, de la MLS de Estados Unidos. Comunicaciones supera al Municipal, en el segundo lugar de Guatemala, por 23 puntos. Los escarlatas se ubican en la posición 54 del ranking general. Antigua está en la tercera casilla, en la cuarta Cobán Imperial y en la quinta posición aparece Xelajú MC.

¿Para qué sirve el ranking?

El nuevo ranking de clubes de la Concacaf servirá para determinar los cabezas de serie en los sorteos de las distintas competencias de equipos de la región. Las primeras competencias en utilizar el sistema serán las nuevas Copas en Centroamérica y el Caribe.

Para la nueva Copa Centroamericana de Clubes de la Concacaf ya están clasificados Comunicaciones FC, equipo con mayor cantidad de puntos logrados durante la temporada 2022-2023, y Cobán Imperial, campeón del Torneo Apertura 2022. 'Los clubes ganarán más puntos por derrotar a un rival con un mejor ranking y perderán más puntos si son derrotados por un rival con un peor ranking. La ventaja de jugar en casa también será un factor.



Rivales de Guatemala en la Liga A de la Liga de Naciones de Concacaf



La Confederación del Norte, Centroamérica y el Caribe de Fútbol -Concacaf- realizó este martes el sorteo de la Liga de Naciones 2023-2024, que servirá como clasificatoria hacia la Copa América, otorgando seis boletos al certamen que se disputará el próximo año.

La Bicolor ascendió a la Liga A, tras el paso que tuvo por las ligas C y B, y ahora se encuentra entre las mejores 16 selecciones del área.

Guatemala fue una de las 12 selecciones que fueron divididas en dos grupos de seis participantes cada uno. La Bicolor quedó ubicada en el Grupo A junto a Panamá, El Salvador, Martinica, Curazao y Nicaragua.

El Grupo B quedó integrado por Haití, Jamaica, Honduras, Cuba, Surinam y Granada.

México, Estados Unidos, Costa Rica y Canadá, esperarán a las dos mejores selecciones de cada grupo para disputar la ronda de eliminación directa y determinar los boletos hacia la Copa América 2024, como representantes de Concacaf.

Miércoles,
17 de
mayo

BUENAS *Nuevas* **gt**

2023



MIPYMES con distintivo Sello Blanco participan en la First International Convention ADVANCE



¿Cómo pudo Noé poner todos los animales en el Arca?



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75

MIPYMES con distintivo Sello Blanco participan en la First International Convention ADVANCE

Un grupo de cinco MIPYMES guatemaltecas poseedoras del distintivo Sello Blanco participan este miércoles en la First International Convention ADVANCE, evento organizado por la Asociación Guatemalteca de Exportadores (AGEXPORT) con la cooperación de los viceministerios de Desarrollo de la MIPYME y de Integración y Comercio Exterior del Ministerio de Economía, que tiene como fin capacitar a los miembros de la industria nacional de cosméticos e higiénicos.

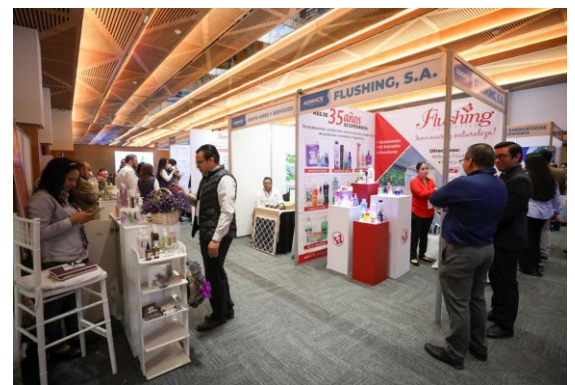
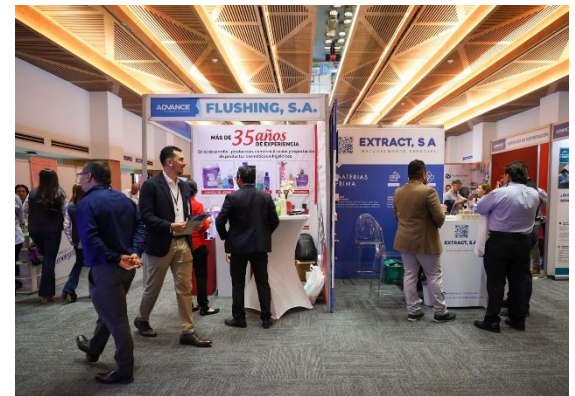
La actividad busca, abordar desafíos y oportunidades en la formulación de productos cosméticos e higiénicos en torno a la evolución de consumidores más conscientes de la protección de la salud y el medio ambiente. El objetivo es fortalecer al sector empresarial guatemalteco con nuevas herramientas de innovación que le permita aumentar su competitividad en el mercado externo.

Participan alrededor de 30 empresas, generando más de 8 mil empleos directos y más de 25 mil empleos.

La jornada de dos días, tendrá 18 conferencias con diferentes temas, entre ellos nuevas certificaciones que generan valor a la exportación para Estados Unidos y Europa, mercado global y comportamiento de los aceites esenciales, fragancias innovadoras para la industria cosmética e higiénica, tendencia en empaque, mercado global y comportamiento de los higiénicos, colorantes para la formulación, tendencias en formulación para home care y perspectivas económicas 2023.

Este evento fortalece el compromiso del Viceministerio de Integración y Comercio Exterior de promover las relaciones económicas y el desarrollo del comercio exterior para Guatemala, apoyando la participación de empresas guatemaltecas.

En 2022 el sector de exportaciones de cosméticos e higiénicos registró exportaciones por US\$512 millones, lo que representó un crecimiento del 21% con relación al año anterior.



Por qué levantar pesas es fundamental para las mujeres antes y después de la menopausia

Muchas mujeres comienzan a experimentar síntomas de la menopausia alrededor de los 50 años. A medida que las hormonas comienzan a fluctuar y cambiar, las mujeres pueden comenzar a tener una serie de síntomas como sofocos, dolores en las articulaciones, falta de ánimo y sequedad vaginal.

La menopausia puede estar acompañada también por cambios físicos, entre los que se incluyen la pérdida de masa muscular y densidad ósea, así como una ralentización del metabolismo.

Afortunadamente, el ejercicio regular en especial el levantamiento de pesas ayuda a mitigar un poco estos cambios y mejorar la salud y el bienestar en general.

Estas son solo algunas de las formas en que el levantamiento de pesas puede ser beneficioso para las mujeres que atraviesan la menopausia,



Aumenta la densidad ósea

los ejercicios de resistencia (como el levantamiento de pesas) estimulan la formación de tejido óseo nuevo, lo que puede aumentar la densidad ósea.

Mantiene la masa muscular

A medida que las mujeres envejecen, tienden a perder masa muscular y fuerza, lo que puede aumentar el riesgo de caídas, fracturas y lesiones. La menopausia puede contribuir a esta pérdida de masa muscular.

Mejora el estado de ánimo

Las mujeres que atraviesan la menopausia pueden experimentar problemas de salud mental, como depresión y ansiedad.

Acelera el metabolismo

El levantamiento de pesas puede aumentar la masa muscular magra, lo que a su vez puede ayudar a estimular el metabolismo y quemar más calorías en reposo.



¿Cómo pudo Noé poner todos los animales en el Arca?

Los escépticos a menudo descartan este desafío, pensando que no hay respuesta, pero la hay, y es muy simple.

La pregunta tiene dos partes: la cantidad de animales y el tamaño del Arca.

Todas las especies de seres vivos no necesitaban subir a bordo. Solo los animales que respiraban aire

Los peces no subieron al arca, no respiran aire. Las ballenas y los delfines tampoco subieron. Aunque respiran aire, no viven en la tierra. Los peces y las ballenas sobreviven bajo el agua, aunque algunos mueren durante las inundaciones cuando los sedimentos y otros desechos contaminan el agua. Encontramos muchos fósiles marinos que fueron enterrados durante el Diluvio.

Los insectos probablemente no fueron recolectados ni alojados en el Arca. No tienen fosas nasales para respirar aire, y pueden sobrevivir a las inundaciones en escombros flotantes como esteras de vegetación. eso reduce el número de especies. Tomemos a los perros, por ejemplo,

alsacianos, dos cocker spaniels, No, solo un par de perros, como los lobos, con mucha variación genética, las diferentes razas de perros se han producido a partir de un perro parecido a un lobo, y esto solo tomó unos pocos miles de años. Hoy hay muchos más tipos de animales diferentes de los que tomó Noé en el Arca. Se han diversificado en los 4.500 años desde el Diluvio. El número real de animales que Noé subió a bordo depende de lo que sea un "tipo" bíblico.

Se calculó que el número de animales habría sido menos de 16.000. Los animales se habrían alojado fácilmente en recintos pequeños porque la mayoría son pequeños, en promedio del tamaño de un conejo.

¿Y el tamaño del Arca? Era enorme. Tenía una capacidad de más de 500 vagones de ferrocarril, suficiente para transportar más de 120.000 ovejas. Así que había suficiente espacio en el Arca para los animales, para su comida y agua, para Noé y su familia.



Las ballenas azules ingieren hasta 10 millones de trozos de micro plásticos al día

Las ballenas azules están absorbiendo millones de micro plásticos, un impacto inesperadamente alto de la contaminación en estos mamíferos.

las ballenas se alimentan principalmente a profundidades entre 50 y 250 metros, justo donde se encuentra la mayor concentración de micro plásticos en la columna de agua. Esto significaría que el mayor animal de la Tierra también es el mayor consumidor de micro plásticos, al ingerir hasta 43,6 kilogramos cada día.

El plástico absorbido proviene de las presas de las ballenas y no del océano. El 99% de los micro plásticos penetraron en el cuerpo de estos animales marinos porque ya estaban dentro de sus presas.

Se han encontrado fragmentos de plástico en el fondo de los océanos, en la Antártida y en las montañas más altas, e incluso en órganos y en la sangre humana.

El impacto de los micro plásticos en la salud humana y en el medio ambiente es un tema cada vez más urgente que requiere atención y acción inmediatas.



UEFA Champions League: Manchester City elimina al Real Madrid

Una máquina de hacer fútbol, una trituradora de rivales llamada Manchester City, destrozó al equipo blanco en la mejor noche en su historia en la Champions League (4-0).

Dos goles de Bernardo Silva, uno de Militao en propia puerta, otro de Julián Álvarez y, sobre todo, un torrente de juego en la primera parte borró al conjunto de Ancelotti del terreno de juego. El equipo madridista adoleció de un mejor esquema, de muchos minutos de fútbol y del hambre que esta vez sí tuvo un City que nunca verá la ansiada 'Champions' tan cerca como esta vez.

Real Madrid nunca se había visto tan desdibujado. Desaparecido, derrotado, sin concentración, detrás del balón que le era esquiva y que tenía que dar gracias que no acabara en la red jugada tras jugada. El Madrid el equipo al que nunca hay que dar por muerto, esta vez salió sin vida al Etihad

Maniatado por el City que dio una de las exhibición más que brillantes en la primera parte

Las ocasiones, que llegaron una tras otra, eran el reflejo de un dominio insultante ante el campeón. Solo dos palmeos imposibles de Courtois, a dos cabezazos a bocajarro de Haaland, evitaron la caída del marco en los primeros veinte minutos. El equipo merengue se sostuvo de pie, pero fue solo un engaño. Aguantó un evite para caer por repetición y de forma merecida.



Torneo Clausura 2023: partido de ida Guastatoya vs. Xela Todo se define en el Mario Camposeco

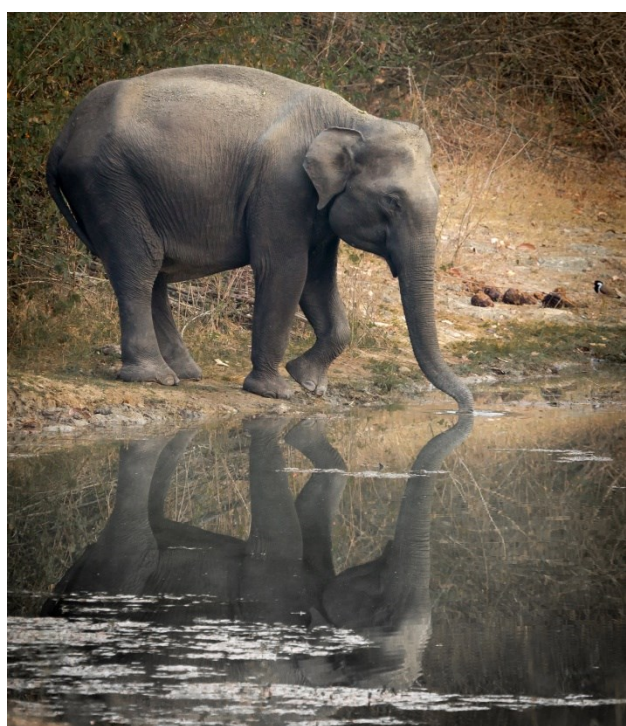
El pecho amarillo desde el inicio, domino el esférico, Llegadas esporádicas de Jonatan Morán (17 y 23) y Víctor Armas (18) un peligroso remate de Morán al 23 fue directo a las manos de José Calderón.

EL Chepo Calderón, había tenido pocas intervenciones en el partido, pero cometió un error que terminó en la caída de su arco. Al 26 un centro desde la derecha, Calderón salió mal y el balón quedó suelto, y de volea Anderson Ortiz la clavó en el ángulo superior izquierdo de Xela. Fue un golazo, el mejor en el campo ya ganaba 1-0.

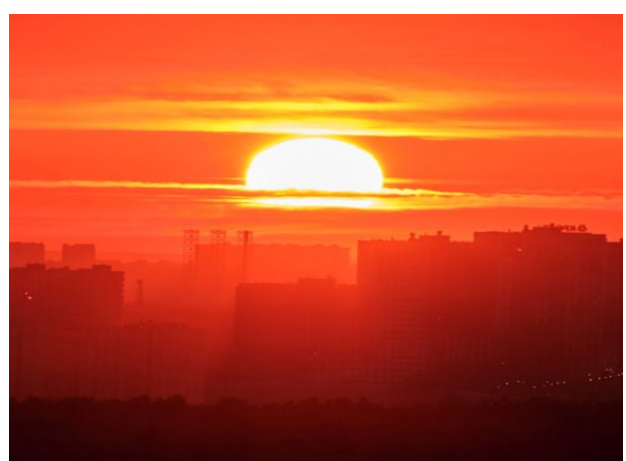
Xela, empató al 82, tras un error de José Márquez. Oscar Raf Villa, recibió de parte de Márquez la mejor de las asistencias, el jugador de Guastatoya por despejar se la cedió al mexicano, quien solo remató para derrotar la valla de Adrián De Lemos.



Empresas guatemaltecas participarán en el National Restaurant Association Show



Curiosidades sobre el elefante asiático, la especie más social y menos documentada



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75

Empresas guatemaltecas participarán en el National Restaurant Association Show 2023

Una delegación de seis empresas guatemaltecas participará del 20 al 23 de mayo próximos en el National Restaurant Association Show 2023, a realizarse en el centro de convenciones McCormick Place, Chicago, Estados Unidos.

El evento catalogado como la actividad anual de foodservice más grande del hemisferio occidental constituye la única reunión de profesionales de este sector, en donde se darán cita operadores, compradores, proveedores, fabricantes, empresas innovadoras, marcas de nicho y referentes de la industria antes citada.

“Estamos muy contentos y con altas expectativas de tener un Pabellón de Guatemala en la feria más importante en Estados Unidos de empresas de servicio de comida, donde tendrán la oportunidad de conocer y reunirse con empresas innovadoras para nuevos nichos de mercado y con empresas reconocidas en esta industria.

Se esperan más de 51 mil visitantes, entre ellos, propietarios y operadores de restaurantes registrados, profesionales de servicios de alimentos minoristas, proveedores de alimentos e ingredientes y fabricantes de equipos. Al mismo tiempo, se prevé la participación de los 50 estados de Estados Unidos y de más de 110 países”, indicó Ingrid Gaitán, jefe de Market Promotion de la Asociación Guatemalteca de Exportadores (AGEXPORT).

Las empresas participantes en el pabellón de Guatemala, ofrecerán los siguientes productos: semillas tostadas, frituras, aderezos, salsas, snacks, elotitos, palmitos enlatados y café. La feria contará con la presencia de más de 1,800 expositores, quienes ofrecerán más de 900 categorías de productos entre alimentos, bebidas, equipo, tecnología, servicio de mesa y saneamiento, para citar algunos ejemplos

El sector de alimentos y bebidas en los últimos años ha experimentado un fuerte crecimiento, con US\$2 mil 826 millones en productos exportados durante el 2022. Comparado con el 2021, se incrementó 24.95%, es importante la participación en espacios como el National Restaurant Association Show 2023 para incrementar las exportaciones; y para dar a conocer nuevas tecnologías que impulsen negocios y las tendencias relacionadas a la industria de alimentos y bebidas.



Los cinco próximos años van a ser cruciales para el clima de la Tierra

Uno de los próximos cinco años será el más caluroso registrado y hay una probabilidad alta de que en uno de ellos se cruce el umbral de calentamiento global de 1,5 °C.

Las temperaturas mundiales batirán récords en los próximos cinco años. Una actualización de la Organización Meteorológica Mundial, un organismo de la ONU, ha señalado que hay un 98 por ciento de probabilidad de que al menos uno de los próximos cinco años sea el más caluroso registrado históricamente. Y no solo eso: hay un 66 por ciento de probabilidad de que al menos en uno de estos años se supere el umbral crítico de calentamiento global de 1,5 °C.

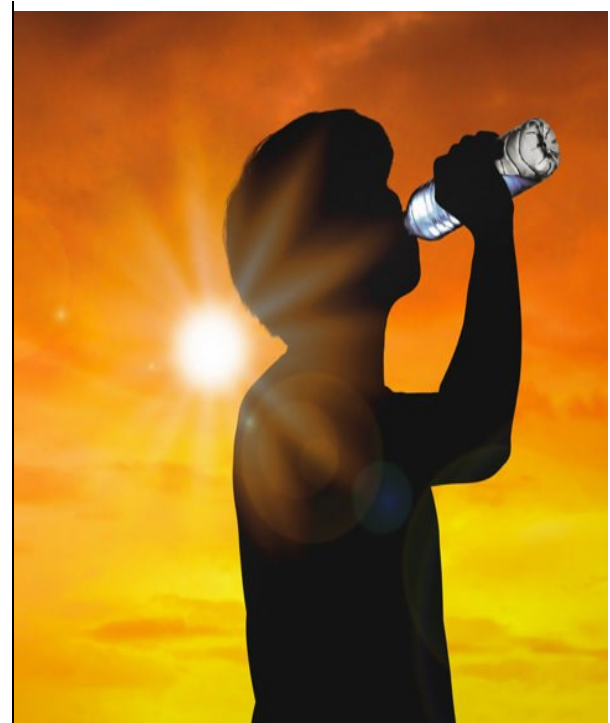
También hay un 32 por ciento de probabilidad de que la temperatura media en los próximos cinco años supere el umbral de 1,5 °C. La posibilidad de superar temporalmente los 1,5 °C ha aumentado constantemente desde 2015, cuando era cercana a cero. Para entre los años 2017 y 2021, la probabilidad se elevó al 10 por ciento.

NUEVOS (Y MÁS) RÉCORDS DE CALOR

El impacto humano ha propiciado un aumento de las temperaturas promedio globales de más de 1°C desde finales del siglo XIX, debido a la emisión de gases de efecto invernadero. Según los datos recientes, la temperatura media global en 2022 superó el promedio de 1850-1900 en aproximadamente 1,15°C, a pesar del efecto de enfriamiento provocado por el fenómeno climático de La Niña. En la actualidad, las temperaturas aumentan aproximadamente 0,2°C cada década.

EL NIÑO

El actual récord de temperatura media global se estableció en 2016, cuando un significativo evento de El Niño influyó en el aumento de la temperatura media mundial. Los fenómenos de El Niño están vinculados con temperaturas del mar superiores a la media en gran parte del Pacífico central y este, lo que contribuye a calentar la atmósfera inferior y aumentar las temperaturas globales alrededor de 0,1°C. Aunque este incremento puede parecer pequeño, en el contexto de un calentamiento global acelerado suele ser suficiente para superar el récord previo.



Desde la instauración del actual récord de temperatura global hace siete años, las actividades humanas han continuado exacerbando el efecto invernadero, lo que incrementa la posibilidad de establecer un nuevo récord.

Los indicadores de El Niño empiezan a aparecer en el Pacífico, y su consolidación para junio y julio parece cada vez más factible. Esto podría representar el primer evento de El Niño importante desde 2016. Tal fenómeno incrementaría considerablemente la probabilidad de superar el récord de la temperatura media global más alta registrado ese año, particularmente en el año 2024.

Curiosidades sobre el elefante asiático

El elefante asiático es el mamífero terrestre más grande del continente asiático, además de la especie más social y más vinculada con la actividad humana, pero también la menos documentada.

Es uno de los más amenazados. En su día, su área de distribución llegaba hasta el Éufrates, hoy sus poblaciones se han reducido drásticamente. Ha sido mucho menos estudiado que el africano, sobre todo en estado salvaje, lo que redundará en su estado de conservación.

Comparten habilidades cognitivas con los humanos y con los simios

Los elefantes asiáticos han probado que son capaces de superar la prueba del espejo, que determina si un animal es consciente de que se está viendo a sí mismo. Algunos expertos aseguran que la especie goza de un elevado sentido de la autoconciencia.

Pueden absorber y retener más de 5 litros de agua con la trompa

Además de permitirles agarrar objetos, los elefantes usan la trompa para muchas otras funciones, entre ellas la de transportar agua. Son capaces de absorber y retener más de cinco litros, aunque también pueden servirse de una zona de la garganta llamada saco faríngeo.



Una de las diferencias más peculiares entre los elefantes asiáticos y los africanos es la manera de utilizar la trompa para agarrar objetos.

A diferencia de los africanos, los asiáticos forman sociedades menos jerárquicas que las de los elefantes africanos. Viven en grupos más reducidos, menos jerarquizados y menos rígidos que los africanos. Además, sus estructuras son más flexibles. Pueden separarse o reunirse con el paso del tiempo, o incluso asociarse con clanes más amplios formados por parientes más lejanos. Las estructuras sociales de sus parientes africanos son mucho más rígidas. En los elefantes asiáticos

tampoco domina la hembra de más edad, como sucede entre los africanos los asiáticos tienen una sola protuberancia, con lo que agarran los objetos envolviéndolos, no agarrándolos.

Están muy vinculados a la actividad humana

En el continente asiático, personas y elefantes han convivido desde hace miles de años. Cuando abandonaron su uso bélico, siguió siendo utilizado como medio de transporte, de mercancías y para la tala de árboles. Hoy es habitual verlos en celebraciones religiosas, sobre todo en India, Sri Lanka

Es la especie de elefante que está más emparentada con los mamuts

Igual que sucedió con nuestros antepasados humanos, los mamuts lanudos y otros elefantes primitivos se expandieron desde su zona de distribución original en África hasta Asia, donde prosperó el elefante asiático (*Elephas maximus*). Se adaptaron a distintos entornos, pero hoy solo quedan 3 especies. El asiático es la que está más emparentada con los antiguos mamuts, de cuyo linaje se escindieron hace 6 millones de años

PRODUCTO	GUATEMALA	EL SALVADOR	HONDURAS	NICARAGUA	COSTA RICA
Fecha de Monitoreo	15/05/2023	13/05/2023	15/05/2023	13/05/2023	13/05/2023
Gasolina Superior	Q33.49	Q35.89	Q34.56	Q39.71	Q40.34
Gasolina Regular	Q31.98	Q33.00	Q29.73	Q38.78	Q38.70
Combustible Diésel	Q27.02	Q29.65	Q27.46	Q35.03	Q34.72

Guatemala tiene los precios más bajos de combustibles en Centroamérica

Los precios de las gasolinas superior y diésel en Guatemala son los más bajos entre los países de la región, mientras que el costo de la gasolina regular es el segundo más bajo de los registrados en El Salvador, Honduras, Nicaragua y Costa Rica.

Según el monitoreo semanal de los precios de los combustibles realizado por la Dirección General de Hidrocarburos (DGH) del Ministerio de Energía y Minas (MEM) el pasado 15 de mayo, el precio de la gasolina superior en Guatemala es de Q33.49 por galón.

Dicho precio es el más bajo de los países centroamericanos, el segundo precio más barato lo tiene Honduras con Q34.56, por galón; seguido de El Salvador, Q35.89; Nicaragua, 37.71 y Costa Rica con 40.34.

Lo mismo sucede con el combustible diésel ya que el precio por galón en Guatemala es de Q27.02, le siguen Honduras, Q27.46; El Salvador, Q29.65; Costa Rica, 34.72, y Nicaragua, Q35.03.

Gasolina regular la segunda más baja

El informe de la DGH también revela que los precios del galón de la gasolina regular que se registran en Guatemala son los segundos más bajos de los países del istmo, siendo este de Q31.98 por galón.

El documento señala que el país con el precio de la gasolina regular más bajo es Honduras, con Q29.73 por galón; en tercer puesto está El Salvador, Q33.00; seguido de Costa Rica, Q38.70, y Nicaragua, Q38.78.



¡Sevilla-Roma, la gran final de la Europa League!

La final de la Europa League 2022-23 será un gran duelo entre el Sevilla, su majestad de la competición, y la Roma de José Mourinho. La gran cita tendrá lugar el próximo 31 de mayo en el Puskas Arena de Budapest (21:00). El equipo sevillista, al que ahora dirige José Luis Mendilibar, buscará ganar este título por séptima vez (tras la de 2005-06, 2006-07, 2013-14, 2014-15, 2015-16 y 2019-20).

Uno de ellos, Sevilla o Roma, será el sucesor del Eintracht Frankfurt, que se proclamó campeón hace un año al vencer al Rangers en el Sánchez Pizjuán (5-4 por penaltis tras un 1-1).

El Sevilla logró su pase a la final tras remontar ante la Juventus este jueves (2-1, después del 1-1 en la ida). Además de sus 6 Copas de la UEFA / Europa League, el Sevilla tiene en sus vitrinas una Supercopa de Europa (2006).

La Roma de José Mourinho se clasificó este jueves a la final de la Europa League al empatar sin goles con el Bayer Leverkusen con un juego minimalista.

Tras el 1-0 que firmó en la ida, se concentró en mantener imbatida su meta e hizo poco o nada por el ataque. Y le salió bien.

En el minuto 2 el equipo italiano dio un susto a los locales con un remate desviado desde la media luna de Lorenzo Pellegrino. Lejos de ser una declaración de intenciones, el Bayer Leverkusen se hizo con el control del duelo frente a un rival muy relegado.

Cremas sacan valioso empate en el pensativo



Antigua y Comunicaciones no se hacen daño en el encuentro de ida de la semifinal del Clausura 2023 en el estado Pensativo, en un encuentro que termina sin goles. Comunicaciones no hizo un tiro directo en los 90 minutos, contrario a las 3 veces que Antigua lo logró. Sin jugadas más claras en los 90 minutos.

Ambos cuadros llegaron a defender su portería, por lo que este resultado deja abierta la serie para ambos cuadros.

El encuentro de vuelta será el domingo 21 de mayo en el estadio Doroteo Guamuch a las 7 de la noche.



Mundial Sub-20 de la FIFA Argentina 2023 Guatemala y Nueva Zelanda disputarán el partido inaugural



20 de mayo de
2023



12:00 PM
Mundial Sub 20
Estadio
Santiago del
Estero

Guatemala vs Nueva Zelanda |

Mundial Sub 20 de la FIFA 2023

Ocho de los animales más pesados del mundo

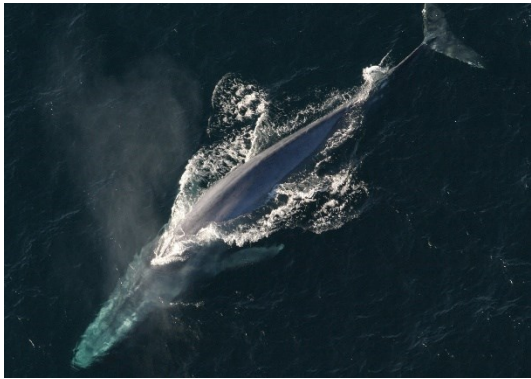


CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL

ISRAEL 75

Ocho de los animales más pesados del mundo

Los animales más pesados alcanzan números locos. Aquí están los pesos pesados del reino animal. el animal más pesado de todos es la ballena azul, cuyo peso promedio es de aproximadamente 110-150 toneladas. En la lista hemos considerado solo animales terrestres o en todo caso que tengan hábitos tanto terrestres como acuáticos. Y a continuación estos son:



ballena azul (Balaenoptera musculus), cuyo peso promedio es de aproximadamente 110-150 toneladas



Gaur (Bos gaurus) Originario de la India y Birmania. El peso del Gaur varía desde 650 kilos hasta aproximadamente una tonelada y media para los machos adultos, su el promedio es de 850 kilogramos.



Búfalo asiático (Bubalus arnee)

El búfalo asiático pesa una media de 900 kilos (el más pesado puede superar la tonelada). La especie se ha considerado en peligro de extinción desde 1986, ya que la población restante asciende a menos de 4.000 individuos.



Morsa (Odobenus rosmarus)

puede pesar hasta 1,7 toneladas (como 23 personas combinadas). Vive principalmente en las aguas poco profundas de la plataforma continental oceánica y también en este caso estamos hablando de un animal vulnerable con respecto al riesgo de extinción.



Hipopótamo (Hippopotamus amphibius)

A pesar de ser herbívoro, el hipopótamo es uno de los animales más fuertes del planeta. En promedio, un hipopótamo pesa alrededor de 2 toneladas, pero los machos también pueden alcanzar 3-4 toneladas.

Rinoceronte blanco (Ceratotherium simum)
El rinoceronte blanco es la especie más grande existente de rinoceronte. Esta especie de promedio alcanza las dos toneladas y media, pero los machos también tocan las 3-4 toneladas en casos excepcionales.



Elefante africano (Loxodonta africana)

Entre los animales terrestres más grandes encontramos el elefante africano, que difiere de su primo indio porque los machos son mucho más grandes (las hembras de las dos especies tienen aproximadamente el mismo tamaño). Los elefantes africanos machos pesan un promedio de 6 toneladas, ¡pero se han encontrado especímenes que incluso alcanzaron las 10 toneladas! Desafortunadamente, este hermoso animal está en riesgo de extinción debido a la destrucción de su hábitat y debido a la caza furtiva para obtener carne y marfil de sus colmillos.



Elefante indio (Elephas maximus)

Los elefantes indios machos miden en promedio 5.5-6.5 metros de largo, tienen una altura de hombro de 2.7-3 metros y pesan de 4 a 4.7 toneladas. Las hembras, por otro lado, son ligeramente más pequeñas.



75 ANIVERSARIO
de Relaciones Diplomáticas entre
Guatemala y el Estado de Israel
1948 - 2023

Asiste y participa con tu familia y amigos en esta marcha en la Avenida Reforma.

**CELEBRACIÓN
Guatemala - Israel**

Inicia en la Plaza Israel zona 9,
5ta. Calle Avenida Reforma.

Domingo 21 de Mayo.
14:00 horas.

TE ESPERAMOS!

Insivumeh pronóstico de temperaturas y lluvias para este fin de semana

Tormentas locales severas en lugares altos, actividad eléctrica, vientos y hasta caída de granizo, son las condiciones que se prevén para este 20 y 21 de mayo de 2023 en todo el país, informó el Instituto Nacional de Sismología, Vulcanología, Meteorología, e Hidrología (Insivumeh)

La leve entrada de humedad promoverá las lluvias dispersas y actividad eléctrica durante la tarde sobre la Boca costa, zona norte de Petén y algunos sectores de Occidente. El viento predominará del noreste moderado sobre Valles del Oriente y Altiplano Central.

Debido a las altas temperaturas se pueden seguir presentando tormentas locales severas con viento fuerte y posible caída de granizo, principalmente en áreas montañosas o volcánicas.

En la región del centro del país, Alta Verapaz, Caribe y Franja Transversal del Norte se prevén temperaturas máximas entre los 27 y 29 grados, mientras que en la región de Boca costa y Petén será de 35 a 37 grados.



Minex e IGM firman convenio para extender vigencia de pasaportes por 18 meses y por 3 años

El Ministerio de Relaciones Exteriores (Minex) y el Instituto Guatemalteco de Migración (IGM) firmaron hoy un convenio institucional que permitirá extender la vigencia de los pasaportes guatemaltecos con una duración de 18 meses y por 3 años.

En la actividad, el ministro de Relaciones Exteriores, Mario Búcaro, y el director general del IGM, Estuardo Rodríguez, suscribieron el documento indicando que el propósito es beneficiar a los connacionales en el país y en el extranjero para que tengan nuevas opciones de extender el tiempo de utilidad de sus documentos para viajar.

El canciller Búcaro hizo énfasis en que, al ofrecer nuevos servicios, en línea con las instrucciones del presidente, Dr. Alejandro Giammattei, de brindar la mejor atención a los connacionales, se reconoce también el valioso tiempo de nuestros connacionales en el exterior.

Las autoridades reafirmaron, además, su compromiso de continuar trabajando en conjunto en beneficio de la población.



MUNDIAL SUB-20

CALENDARIO

SÁBADO 20 DE MAYO	Santiago del Estero	12:00 P.M.
GUATEMALA	VS.	NUEVA ZELANDA
MARTES 23 DE MAYO	Santiago del Estero	3:00 P.M.
ARGENTINA	VS.	GUATEMALA
VIERNES 26 DE MAYO	Santiago del Estero	3:00 P.M.
UZBEKISTÁN	VS.	GUATEMALA

Gran debut de Guatemala en el Mundial Sub-20

Las selecciones de Guatemala y Nueva Zelanda disputarán el partido inaugural del Mundial U20 Argentina 2023.

La selección de Guatemala se enfrentará a Nueva Zelanda en el primer partido del Mundial Sub 20 de Argentina el sábado 20 de mayo a partir de las 12:00 horas del mediodía, horario de Guatemala, en el Estadio Único Madre de Ciudades en la ciudad de Santiago del Estero, Argentina.

La azul y blanco se ha preparado intensamente para este primer encuentro, el cual será el inaugural del campeonato mundial de la categoría sub 20. Los dirigidos por Rafael Loredo jugaron cuatro encuentros amistosos con equipos argentinos, de los cuales ganó 2 y empató 2.

Sin duda alguna la participación de Guatemala en la Copa del Mundo Sub-20 de la FIFA Argentina 2023 será histórica. La Bicolor inaugurará la competición juvenil el sábado 20 de mayo.

A las misma hora será el encuentro entre Estados Unidos y Ecuador, que se disputará en paralelo, en San Juan, serán los partidos que darán el banderazo de salida a la Copa del Mundo Sub-20.

Esta confirmado que Guatemala enfrentará a Argentina, en la segunda jornada del Grupo A, el martes 23 de mayo, a las 18:00 horas local (15:00 haga). Y la Selección Sub 20 cerrará su participación en la fase de grupos el viernes 26 de mayo, enfrentando a Uzbekistán, a las 18:00 horas local (15:00 haga). Todos los juegos serán en el Estadio Madre de Ciudades de Santiago del Estero.

20/05/2023		
 Xelajú MC	20:00	 Guastatoya
21/05/2023		
 Comunicaciones	19:00	 Antigua GFC

Torneo Clausura Partidos de ida

Estos son los horarios de los choques de vuelta de los cuartos de final del Torneo Clausura 2023, en la ida los encuentros quedaron así Guastatoya de local empate 1 - 1 con los Super Chivos del Xelaju Mario Camposeco, Y en la otra llave también se registro un empate 0-0 entre los Panzas Verdes del Antigua y los Cremas del Comunicaciones, por lo tanto, todo se definirá en los juegos del sábado y domingo, para saber cuáles de los cuatro semifinalistas llegan a la gran final.



**La Tierra está girando más rápido,
¿Qué consecuencias tendrá?**



**20 de mayo Día
Mundial de las
Abejas**



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75

La Tierra está girando más rápido de lo habitual

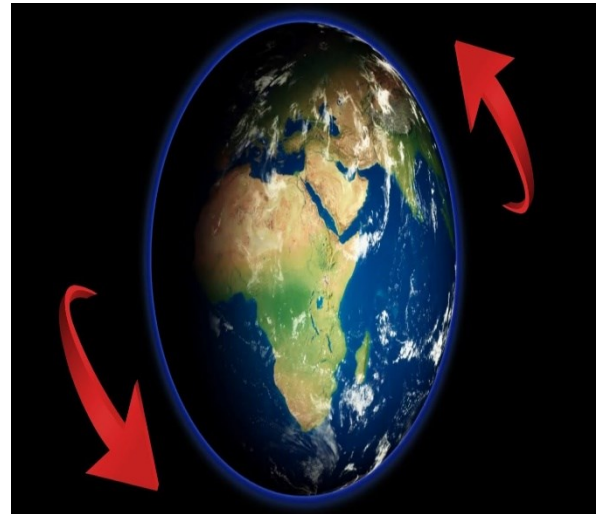
Desde hace algunos años el planeta ha ido incluyendo segundos bisiestos que compensan la lentitud de la rotación y, ahora, los analistas afirman que el viraje se ha acelerado. De hecho, se puede estar empezando con un periodo de 50 años con días menos duraderos.

En 2020 se registraron los 28 días más cortos de la historia desde 1960, de acuerdo con datos proporcionados por la revista 'Forbes'. No obstante, en junio y julio de ese año se registraron dos récord nuevos. El primero, el 29 de junio fue el día más corto en la historia de la humanidad y, el segundo, el martes 26 de julio que fue 1,50 milisegundos más veloz que las 24 horas establecidas.

Aunque científicamente no hay explicación para el aceleramiento del proceso rotatorio de la Tierra, existen algunas teorías que podrían dar explicación a estos fenómenos. Por un lado, el derretimiento de los glaciares significaría que hay menos peso en los polos y el planeta podría girar con mayor facilidad.

Esto también se debe al Bamboleo de Chandler, una pequeña desviación en el eje de rotación del planeta. Los creadores de esta hipótesis, Leonid Zotov, Christian Bizouard y Nikolay Sidorenkov, explican que esto se asemeja al temblor de un trompo cuando empieza a ganar impulso o se ralentiza.

Estos cambios en la rotación han hecho que se considere introducir el primer segundo adicional negativo. Es decir, que los relojes tendrían que saltarse un segundo para acoplarse al tiempo civil que se baja en los relojes atómicos en sintonía con el tiempo solar.



¿Cuáles son los beneficios a la salud por utilizar la bicicleta?



Cada 3 de junio se celebra el Día Mundial de la Bicicleta, instaurado por la ONU en 2018, y tiene como objetivo darle más protagonismo a este medio de transporte y así tener una cultura más enfocada a su uso y dejar de lado el automóvil para reducir los niveles de contaminación.

Además del beneficio a favor del medio ambiente, la bicicleta también tiene algunos otros que pueden ser benéficos para la salud y así prevenir ciertas enfermedades. En Unotv.com te decimos cuáles son

Enfermedades que previene el andar en bici

De acuerdo con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), el uso de la bicicleta, además de promover la salud y el bienestar físico, puede disminuir el riesgo de padecer algunas enfermedades como:

Cardiopatías

Derrames cerebrales

Algunos tipos de cáncer

Diabetes

Beneficios a la salud por andar en bici

Varias organizaciones que promueven el uso de la bicicleta señalan algunos beneficios.

en la salud para aquellos que utilizan este medio de transporte.

Reduce el riesgo de padecer un infarto

Estudios indican que andar en bicicleta reduce el riesgo de sufrir un infarto en más de un 50%.

Ayuda a quemar calorías Andar en bicicleta durante 30 minutos a un ritmo tranquilo permite quemar hasta 300 calorías.

Protege las articulaciones

A diferencia de otras actividades como correr o saltar, entre el 70 y 80% del peso del cuerpo es amortiguado por la silla de la bici, con lo que las articulaciones y los cartílagos no tienen que soportar cargas pesadas.

Combate el dolor de espalda Es una de las actividades ideales para las personas que sufren dolor de espalda.

Fortalece el sistema inmunológico Su práctica diaria beneficia al sistema inmunológico. Esto se debe a que las células del cuerpo llamadas fagocitos se movilizan de forma inmediata gracias al pedaleo.

Ayuda a dormir mejor Andar en bicicleta estabiliza el ritmo biológico del cuerpo y reduce los niveles de cortisol, una hormona relacionada con el estrés que impide el sueño profundo.

20 de mayo Día Mundial de las Abejas



Con el fin de sensibilizar sobre la relevancia de los polinizadores, los desafíos que encaran y su papel en el progreso sostenible, la Organización de las Naciones Unidas ha designado el 20 de mayo como el Día Internacional de las Abejas.

La meta fundamental es salvaguardar a las abejas y demás polinizadores para que puedan aportar de manera substancial a la solución de problemas vinculados con la provisión de alimentos a nivel global y a la erradicación del hambre en las naciones en vías de desarrollo.

ABEJAS EN PELIGRO

Las abejas están en peligro debido a varias razones, como el uso de pesticidas. Las abejas pueden ser envenenadas directamente por pesticidas o pueden ser indirectamente afectadas al consumir polen contaminado. Algunos estudios han demostrado que los pesticidas pueden afectar la habilidad de las abejas para navegar, lo que puede influir negativamente en su habilidad para encontrar alimento.

¿QUÉ PASA SI YA NO HAY ABEJAS?

La disminución de las poblaciones de abejas tiene varias consecuencias importantes. La más importante es la polinización. Las abejas juegan un papel crítico en la polinización de las plantas. Muchas plantas, incluyendo cultivos de alimentos, dependen de las abejas para su reproducción. Si las abejas desaparecen, podría haber un impacto significativo en la producción de alimentos.

La polinización es un mecanismo clave que asegura la continuidad de los ecosistemas, siendo vital para la generación y perpetuación

de una gran cantidad de cultivos y vegetación silvestre. Alrededor del 90% de las plantas florales requieren de la polinización para su reproducción; de igual manera, el 75% de los cultivos de alimentos a nivel global y el 35% de las tierras de cultivo del mundo dependen, en algún grado, de la polinización.

Los polinizadores no solo juegan un rol crucial en garantizar la seguridad alimentaria, sino que su presencia es esencial para la preservación de la biodiversidad. Las abejas tan contribuyen a la biodiversidad al polinizar plantas que crean hábitats para otras especies de fauna. La pérdida de abejas provoca pérdida de biodiversidad.

La disminución de las abejas puede tener un impacto económico en la agricultura y la apicultura. los servicios de polinización de las abejas valen miles de millones de dólares cada año.

Para proteger a las abejas y polinizadores, es importante usar de forma responsable los pesticidas, conservar los hábitats silvestres y de flores y combatir los parásitos y las enfermedades de las abejas.

Luz ultravioleta: una ayuda eficaz contra los virus

Ciertas enfermedades transmitidas por el aire, como la gripe y la tuberculosis, representan importantes desafíos para la salud pública. Es por ello que conseguir un método directo para prevenir la transmisión de este tipo de enfermedades a través del aire podría ser una verdadera revolución. Y precisamente un sistema a base de luz, que consiguiese eliminar los patógenos que pululan por el ambiente, sería fabuloso

La luz ultravioleta es un potencial agente antimicrobiano que responde a este enfoque preventivo. De los 9 tipos de luz existentes, la radiación ultravioleta de onda corta -UVC- ya se había establecido desde hace tiempo como un efectivo agente microbiano. No obstante, su uso generalizado en entornos públicos hasta el momento había sido limitado debido a que las fuentes de luz UVC convencionales son dañinas para la salud.

Pero no todas. Un equipo científico del Centro Médico Universitario de Columbia -CUIMC- demostró que la luz UVC lejana -aquella cuya longitud de onda se sitúa entre los 207 y los 222 nanómetros- tiene la capacidad de inactivar algunos de estos patógenos de transmisión aérea sin poner en peligro la salud humana.

INACTIVAR LOS VIRUS CON LUZ

David J. Benner, profesor de Biofísica de la Radiación y de Ciencias de la Salud Ambiental a la vez que director del Centro de Investigación Radiológica en el CUIMC y autor principal del estudio, explica que: "la luz UVC lejana tiene un rango muy limitado y no puede penetrar a través de la capa externa de células muertas de la piel humana o la capa de lágrimas en el ojo, por lo que no es un peligro para la



Sin embargo, los virus y las bacterias son mucho más pequeños que las células humanas, por lo que la luz UVC lejana puede alcanzar su material genético e inactivarlos" gracias que este tipo de luz invisible ataca los enlaces moleculares que mantienen unido el ADN. Los hallazgos sugieren que el uso de luz ultravioleta lejana en hospitales, consultorios médicos, escuelas, aeropuertos, aviones y otros espacios públicos podría proporcionar un control poderoso sobre las epidemias de gripe estacional, así como evitar la propagación de pandemias relacionadas con esta y a un precio menor de 1.000 euros por lámpara, un costo que seguramente disminuiría si las mismas fuesen producidas en masa, las luces de UVC lejana resultarían tremendamente económicas. Además, son multiusos, pues pueden utilizarse microbios en el aire, incluidas las nuevas cepas emergentes" tras enfermedades.



Guatemala debuta con derrota en el Mundial Sub 20

La Bicolor cayó 0-1 ante Nueva Zelanda en su debut en el Mundial Sub 20 de Argentina

Con una derrota inició Guatemala su participación en el Mundial Sub 20 de Argentina, la Bicolor terminó cayendo por un marcador de 0-1, el gol fue anotación de Norman Garbett al 79', que llegó a los pocos minutos de la lesión de Jorge Moreno en el arco guatemalteco.

Durante los minutos iniciales Nueva Zelanda presionó por medio de su mejor arma: el juego aéreo, fue un tiro libre y un saque de esquina que la defensa guatemalteca logró resolver para evitar las anotaciones de su rival.

Al minuto 11' Carlos Santos envió un cabezazo a las manos de Sims tras una excelente jugada organizada por Quimi Ordóñez.

Los minutos transcurrieron y la pelota era controlada por Nueva Zelanda, pero a pesar de eso, las mejores oportunidades fueron para Guatemala Figo Montaña recibió un formidable pase de Carlos Santos al 41' y tiro raso y potente forzando al guardameta a hacer una atajada.

Ambas selecciones se fueron al descanso con un 0-0 y los equipos iniciaron el segundo tiempo sin ninguna modificación.

Pero Al 56' Quimi tuvo su primera oportunidad, recibió de espalda y sacó un potente remate que terminó en un tiro de esquina. Faltando 20 minutos para el final del partido sucedieron las malas noticias para Guatemala, primero Jeshua Urizar pidió y el cambio, y después, Jorge Moreno recibió un golpe en el rostro que obligó a Rafael Loreda a realizar un cambio. Ingresando Fausto Delgado en lugar de Moreno, segundo guardameta. Pocos minutos habían pasado cuando en un error de la defensa Norman Garbett hizo el primero al (79'). Guatemala trató de empatar, pero al final el marcador ya no se movió y Guatemala debuto con derrota.



Barcelona se corona campeón de La Liga 22-23

El Barça dio el alirón en casa, a pesar de la derrota ante la Real Sociedad. El campeón cosechó su primera derrota en casa, en La Liga, pero festejó con su gente

El Barcelona recibió, tras la derrota contra la Real Sociedad (1-2), el título de Liga y lo celebró con su afición.

Han tenido que pasar cuatro años para que el Barcelona vuelva a ganar una Liga. Este campeonato liguero de 2022-23 ha supuesto el primero desde que se fuera Leo Messi, con los de la Ciudad Condal llegando a conquistar su título 27 en el certamen.



Formas sencillas de ahorrar luz y dinero



¿qué dicen las primeras canas sobre tu salud?



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75

Esto le sucede a tu cuerpo si comes jengibre todos los días durante un mes

Todos sabemos que las frutas y verduras son realmente buenas para nosotros. Se sabe que debemos comer alimentos variados varias veces al día, pero ¿sabías que ciertas especias también tienen muchos beneficios para la salud? Toma jengibre, por ejemplo. Cuando comes jengibre todos los días, le pasan muchas cosas buenas a tu cuerpo.

Jengibre El jengibre es una especia con un sabor muy fuerte. El jengibre no solo es muy sabroso, sino que también tiene muchas buenas cualidades. El jengibre contiene gingerol, shogaol, zingibereno y toda una gama de vitaminas y minerales. Por lo tanto, no es sorprendente que el jengibre tenga una larga historia medicinal. Siglos atrás, el jengibre se utilizaba para curar todo tipo de males. Además, comer jengibre regularmente también ayuda a mantener sano el cuerpo.

A tu cuerpo le hace esto:

Antiinflamatorio: La inflamación en el cuerpo se reduce más rápido. Esto se debe al efecto antiinflamatorio del jengibre.

Desaparecen las náuseas: Al comer jengibre diariamente, las náuseas desaparecerán pronto, especialmente las mujeres embarazadas y las personas sometidas a quimioterapia pueden beneficiarse de esto.

Reduce el dolor muscular: Comer jengibre puede tener una buena influencia en esto. El consumo diario de jengibre aliviará gradualmente el dolor.

Dolor menstrual: Comer jengibre todos los días puede ayudarte. La especia es similar a tomar analgésicos, que pueden ayudar a aliviar el dolor abdominal agudo.

Reduce el colesterol: ayuda a reducir el colesterol «malo» en el cuerpo.

La cantidad de triglicéridos en la sangre se reduce por las sustancias en el jengibre.

Estimula el sistema inmunitario: Las propiedades antiinflamatorias en el jengibre fortalecen el sistema inmune. ¿Ya te has contagiado de un resfriado o un virus? Entonces el jengibre puede ayudarte a recuperarte más rápido.



El electrodoméstico que afecta el wi-fi de manera directa

El WiFi es, de los aparatos electrónicos que más uso se le da en el hogar y en especial en el sitio de trabajo. El router nos permite tener conexión a Internet en diversos dispositivos en simultáneo. Pero su uso se puede ver limitado y obstruido dentro de casa, a causa de un aparato que suele estar cerca: se trata del microondas. A continuación, te contamos cómo afecta este electrodoméstico a tu conexión.

El microondas debe estar alejado de cualquier aparato que utilices para conectarte a Internet o bien para conectarte al router de WiFi para que este pueda brindarte un buen servicio de red inalámbrica.

¿Por qué el microondas afecta al router de WiFi?

De acuerdo a expertos en tecnología, esto es problemático debido a que el microondas utiliza la frecuencia de los 2,4 GHz, igual que el WiFi. Eso va a provocar que interferencias y hará que un ordenador o cualquier dispositivo tenga problemas para establecer conexión y pérdida de velocidad.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que este inconveniente no siempre afecta por igual. Es que el microondas afecta solo a la banda de los 2,4 GHz. La mayoría de dispositivos actualmente admiten la doble banda, como puede ser un ordenador o smartphone, por lo que puedes conectarte a los 5 GHz y evitar interferencias.

Por lo tanto, el ordenador como el teléfono, que son de los dispositivos más usados para acceder a Internet a través del WiFi, no estarán afectados, pero sí bombillas y enchufes inteligentes, ya que generalmente funcionan solo en la banda de los 2,4 GHz. En esos casos especialmente sí puede llegar a tener problemas.



Formas sencillas de ahorrar luz y energía

Los precios de la luz y la energía se han disparado. Cualquiera que no quiera una factura de servicios públicos altísima haría bien en ahorrar tanto como sea posible. Te ayudaremos mencionándote algunos consejos prácticos para que ahorres.

Dispositivos que no están en espera

Muchos electrodomésticos entran automáticamente en modo de espera cuando no los usas. Eso consume bastante energía y dinero. Al desenchufar los aparatos que no usas, ahorras bastante.

Asegura un buen aislamiento

Al rellenar huecos en puertas, ventanas, el suelo y la chimenea, se escapará mucho menos aire. El calor de tu calefacción se mantendrá mucho mejor.

Cuidado con la lavadora y la secadora

Al lavar la ropa a treinta grados en lugar de cuarenta, ya estás ahorrando. Si esperas hasta que el cesto de la ropa sucia esté realmente lleno antes de poner una lavadora, ahorrarás aún más. es aconsejable dejar la secadora afuera tanto como sea posible.



Luces apagadas

Si dejas luces encendidas gastarás mucha más electricidad. Si reemplazas todas las bombillas con bombillas LED, te aseguras de ahorrar aún más.

Pasa menos tiempo en el baño

Una ducha corta consume menos agua que un baño caliente. Reduce el tiempo de tu baño y opta por la ducha (cuatro minutos como máximo), ahorrarás aún más dinero.

Usa el lavavajillas solo cuando esté lleno

Un lavavajillas es una bendición en el área de la cocina. Nos ahorra mucho tiempo y esfuerzo. Sin embargo, si lo usas sin estar completamente cargado, se pierde mucha energía y agua. Por lo tanto, espera siempre hasta que tengas suficientes platos para una tirada completa. Con ese simple acto, puedes ahorrarte mucho dinero a largo plazo.

¿qué dicen las primeras canas sobre tu salud?

por qué algunas personas tienen canas antes que otras

Por lo general, las personas tienen sus primeras canas alrededor de los treinta años. Pero a veces esas primeras canas aparecen antes de lo esperado. El cabello de algunas personas se vuelve completamente gris cuando envejecen, mientras que otras personas solo tienen algunos cabellos y mechones. Descubre por qué algunas personas tienen canas antes que otras y por qué no debes preocuparte cuando esto te suceda.

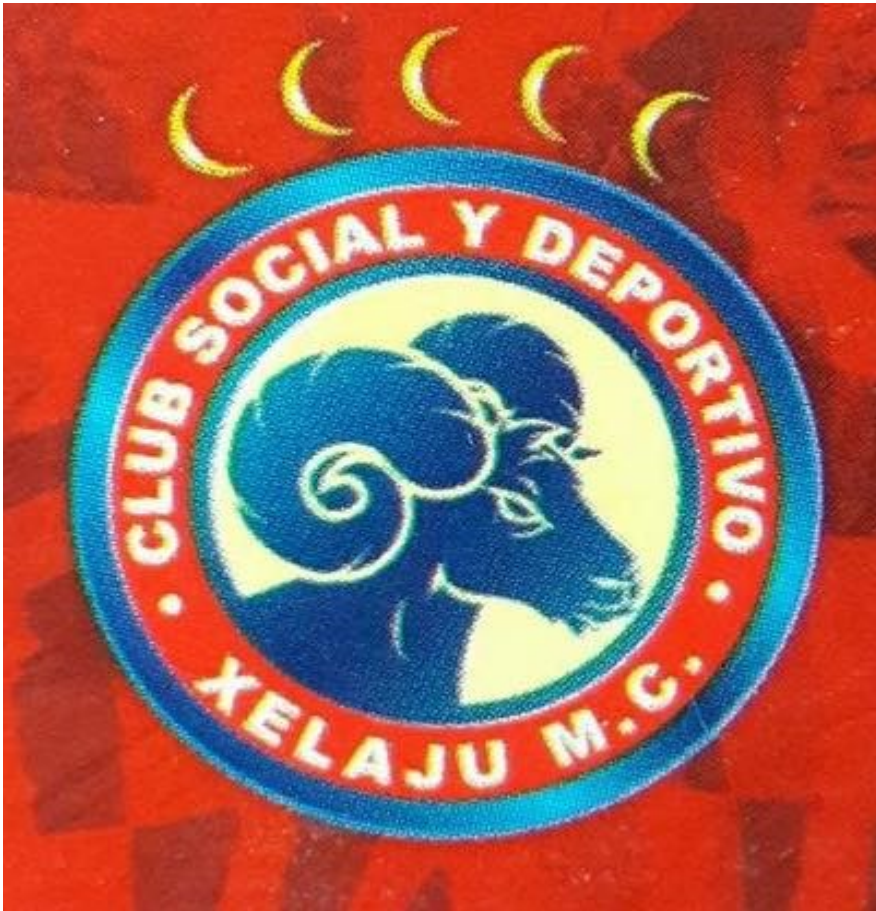
Pelo canoso

La razón por la que algunas personas se vuelven grises antes que otras, tiene que ver con la melanina. Ese es el pigmento que hace que tu cabello tenga un color determinado. Y cuando tienes menos melanina, tu cabello se vuelve gris antes que las personas que tienen mucha. El cabello gris tiene una cantidad reducida de este pigmento, el cabello blanco carece por completo de melanina. Pero ¿por qué se reduce la cantidad de melanina en el cabello? Cuando envejeces, la cantidad de células madre que se convierten en células de melanina disminuirá. Y eso significa que tu cabello perderá lentamente su melanina con el tiempo. La cantidad de melanina en tu cabello y la forma en que envejece tu cabello están relacionadas con tus genes. Entonces, si tus padres tuvieron canas desde temprano, es probable que tú también.



Otras razones

Si sientes que te están saliendo canas demasiado pronto, es posible que haya otras causas en juego. Fumar influye en el proceso de envejecimiento de tu cabello; si fumas, es posible que tengas canas a una edad más temprana. Otras posibles causas son factores ambientales como la luz ultravioleta o la contaminación. E incluso el estrés puede hacer que tu cabello se ponga gris antes. ¿Las buenas noticias? Según Health, los investigadores descubrieron que cuando se reduce la cantidad de estrés, el cabello puede recuperar su color normal.



Torneo Clausura 2023 ya están los Finalistas Chivos y Aguacateros a la final.

Este sábado el estadio Mario Camposeco lució sus mejores galas recibió al duelo de semifinales de vuelta del Clausura 2023 entre Xelajú MC y Guastatoya.

una falta de Ruben Morales sobre un jugador súper chivo al minuto 6' terminó con la anotación de Kenner Gutiérrez por la vía del penal y con el 1-0 (2-1 global) a favor de los locales.

Durante el resto del primer tiempo ambos equipos disputaron el esférico, pero el marcador ya no se movió. Fue hasta el arranque de la segunda parte que Luis Cardona aprovechó una mala salida de Guastatoya para hacer el 2-0.

Guastatoya lo intento al 70' cuando Jorge Vargas quedó en soledad ante José Calderón y anotó el gol del descuento, pero ya no se movió el marcador finalizando el encuentro 2-1. A favor de los Super chivos. Xelajú MC ganó el encuentro y se convirtió en el primer finalista del Clausura 2023.

En la otra llave Comunicaciones cayó derrotado ante Antigua en los penales tuvieron que llegar esa instancia luego de disputar los dos encuentros y con las porterías a cero, Antigua le gano 2-3 por la vía de los penales, ganando su pase para la gran final frente a los Super Chivos. Aguacateros y Chivos van a pelear por ser campeones del Clausura 2023.



¿Qué sucedió con Jorge Moreno Sub 20?

El portero guatemalteco tuvo que abandonar la cancha en camilla durante el debut ante Nueva Zelanda.

Tras la derrota ante Nueva Zelanda en el debut mundialista en Argentina, la Selección Sub-20 de Guatemala volvió este domingo a temprana hora al entrenamiento con el enfoque en el duelo del próximo martes ante Argentina programado para las 15:00 horas.

En la Bicolor que se conoció la noticia de la recuperación del guardameta Jorge Moreno, ya está recuperado y completamente a la disposición del cuerpo técnico que encabeza Rafael Loredó.