



Internet de STARLINK en Guatemala



Los centros de votación que se habilitarán en Guatemala para las Elecciones 2023

Designados 3 mil 478 centros de votación para las Elecciones Generales 2023 que funcionarán en todo el país.

El (TSE) confirmó la ubicación de los 3 mil 478 centros de votación que habilitará en todo el país

La distribución final de los puntos de votación se les entregó a los fiscales de los partidos políticos, según la magistrada presidenta, Irma Elizabeth Palencia. Y que falta por incluir los puntos para la votación en el extranjero.

Hasta la fecha son 9.3 millones de guatemaltecos inscritos en el padrón electoral para elegir a más de 4 mil 300 cargos de elección popular entre presidente, vicepresidente,

32 diputados al Congreso por Lista Nacional y 128 por Distrito Electoral También 40 diputados al Parlacén entre titulares y suplentes y 340 corporaciones municipales.

El 25 de junio las votaciones inician en todas las juntas receptoras de votos a las 7:00 horas, y el cierre del centro de votaciones será a las 18:00 horas, con derecho a ejercer el sufragio las personas que en ese momento estén en la fila de cada mesa receptora.



Esta es la vitamina a consumir para perder grasa y ganar masa muscular



Se trata de la vitamina D, la cual se obtiene naturalmente por la exposición al sol, pero existen fuentes suplementarias.

Hacer ejercicio físico, sea en la casa o en un gimnasio, es importante para mantener un buen estado de salud y prevenir enfermedades. Sin embargo, no hay que descuidar la alimentación ni los componentes que ofrece, debido a que el gasto energético y muscular necesita recuperarse. Uno de estos compuestos vitales es la vitamina D,

La fuente que proporciona esta vitamina no son los alimentos. Esta se obtiene naturalmente por los rayos del sol, lo cual implica que los huesos y piel se mantengan sanos. No basta con la exposición al sol, también se tiene que consumir suplemento de vitamina D.

El suplemento de la vitamina influye en el organismo de las personas con una rutina de actividad física. Al consumir pastillas con la vitamina, se obtiene la pérdida de grasa y un gran desarrollo muscular. la vitamina D aumenta la sensibilidad a la insulina. Por lo tanto, permite que el cuerpo emplee las reservas de energía de un modo más eficaz.

Con respecto al suministro esta vitamina que proporciona el sol, en primer lugar, al despertar en la mañana, abrir las cortinas para que la luz solar impregne todo el hogar y que genere una mayor producción de melatonina y cortisol en el cuerpo

Como se mencionó anteriormente, cuando una persona tiene hábitos de actividad física; el suplemento de vitamina D es vital para la recuperación del cuerpo. los cuales impiden que la persona sea vulnerable ante enfermedades; de la gravedad de la obesidad, osteoporosis, hipertensión e infecciones.

Estos alimentos proporcionan vitamina D:

Leche, incluyendo la de soja, almendras y avena.

Zumos de naranja u otras frutas.

Pescados grasos, trucha, salmón, atún y caballa.

Hígado de ganado vacuno.

Margarinas.

Yogurt deslactosado

¿A QUIÉNES PICAN LOS MOSQUITOS?

Hay más de 2.500 variedades de mosquitos distribuidas en todas las partes del mundo, a excepción de la Antártida. Su presencia es notable no solo por su omnipresencia, sino también por su potencial mortalidad. Este insecto, de hecho, es considerado el ser vivo más mortífero que hay, siendo responsable de la muerte de más de 725.000 personas anualmente.

Sin embargo, son solo las hembras las que pican, pues necesitan sangre para que sus óvulos crezcan y maduren. Los mosquitos hembra pican a todo el mundo, Más allá de mitos y leyendas, básicamente todo estriba en el tipo de sustancias químicas que exuda nuestra piel.

Los mosquitos se sienten más atraídos por aquellos con niveles más altos de ácido láctico en la piel, Esto es porque el ácido láctico les ayuda a identificar a las personas con sangre tipo O, la cual les proporciona una mejor nutrición comparada con los tipos A o B.

individuos con otros tipos de sangre. El 85% de ser picado por un mosquito se debe a este factor: el tipo de sangre determinado por las sustancias químicas naturales que liberamos. Aunque los demás factores son casi insignificantes, es útil conocerlos si ello nos ayuda a evitar la próxima picadura

OLOR CORPORAL

Cuando dejamos de lado la higiene personal, los niveles bacterianos de nuestra piel se disparan, pero a su vez nos hace menos atractivos para los mosquitos. Además, estos insectos se sienten atraídos por los desodorantes, perfumes, jabones y otras fragancias.



No obstante, evitar la ducha no es una solución infalible para repeler a estos insectos. Si nuestros pies desprenden un olor desagradable, esto es como un imán para los mosquitos, pues en los pies sucios se desarrolla una bacteria similar a la que madura ciertos quesos y produce su corteza. Además, si sudamos, liberamos sustancias como el ácido láctico, atrae a los mosquitos.

Otro factor que nos hace irresistibles a los mosquitos es la cantidad de dióxido de carbono (CO2) que emitimos. Las hembras de mosquito pueden detectarlo a más de 60 metros de distancia. Así que, cuanto más cantidad de CO2 exhalamos, más nos convertimos en un blanco atractivo.

COLORES VIVOS

Los mosquitos cazan valiéndose de la visión. En ese sentido, los mosquitos tienden a sentir más atracción por la ropa de colores vivos. Estos son sus colores predilectos: negro (el más atractivo), rojo (muy atractivo), gris y azul (neutral), verde y amarillo (menos atr

Internet de STARLINK en Guatemala



Durante el Día Mundial de las Telecomunicaciones el CIV informó que el servicio de Internet vía satelital por medio de la empresa STARLINK, era un hecho y que pronto se tendría en operaciones, luego de varias reuniones y consultas para dar certeza jurídica a este nuevo servicio en la era digital.

Esto marca un hito significativo en el panorama de las telecomunicaciones del país y promete un acceso confiable a Internet en áreas remotas y de difícil acceso.

Starlink utiliza una red de satélites en órbita baja para proporcionar una cobertura global y una conexión de alta velocidad, superando las limitaciones geográficas y permitiendo que las zonas rurales más alejadas estén conectadas al mundo digital. Con este nuevo servicio, Guatemala se une a la vanguardia de la conectividad global y se abre un más de oportunidades en diferentes sectores.

El Gobierno de Guatemala, por medio del Ministerio de Comunicaciones, Infraestructura y Vivienda, y la Superintendencia de Telecomunicaciones, ha trabajado arduamente para hacer posible la introducción de Starlink en el país. Esta iniciativa busca brindar igualdad de oportunidades a todos los guatemaltecos, eliminando las barreras que existen en el acceso a Internet y fomentando el desarrollo socioeconómico.

La llegada de Starlink también promete una mayor estabilidad y velocidad en la conexión a Internet, lo que mejorará la experiencia de navegación para todos los usuarios del país. Esto se traduce en una mayor eficiencia en el trabajo, la educación y el entretenimiento en línea, así como en una mayor interconexión entre las comunidades.



Torneo Clausura 2023 cuándo y a qué hora es la final de ida en el estadio Pensativo

Antigua GFC y Xelajú MC jugarán la final del torneo Clausura 2023, en una final inédita que definirá al campeón de la Liga Nacional.

El pasado sábado, el equipo que dirige Amarini Villatoro se impuso a Guastatoya por 2 a 1 (global 3-2) y avanzó a la cita final, en donde buscará conseguir su tan ansiada sexta luna.

El equipo de Quetzaltenango, que llegó a estas instancias después de clasificar en el tercer lugar de la tabla (superado por Comunicaciones y Municipal), fue uno de los cuadros más constantes durante las 22 jornadas de la fase regular.

En los cuartos de final, Xelajú MC había dejado en el camino a Deportivo Mixco, en una llave que se definió con un marcador global de 2 a 1.

El otro finalista es Antigua GFC, que sorprendió a Comunicaciones, el ganador de la fase regular. El equipo colonial se impuso en la tanda de penaltis, al igual que lo hizo en los cuartos de final contra Municipal.

Durante los 90 minutos disputados el sábado por la noche en el estadio Guamuch Flores, cremas y coloniales finalizaron sin goles; ya en los tiempos extras, el marcador se movió, pero de igual manera terminó en empate (1 a 1). En los penales, Antigua GFC se impuso por 3 a 2 a Comunicaciones, y se apuntó para enfrentar a Xelajú MC en una final inédita.

Mundial sub-20



La selección de Guatemala sub20 se enfrenta a Argentina con la necesidad de sacar la victoria si quiere pasar a la siguiente ronda del torneo.

La Bicolor dirigida por Rafael Loredo cayó en su debut ante Nueva Zelanda 1-0 en la recta final del juego debido a un error en la defensiva.

Los argentinos se impusieron 2-1 a Uzbekistán, selección que empezó ganando el encuentro y puso en aprietos a los dirigidos por Javier Mascherano.

La selección recupera al portero Jorge Moreno, que tuvo que salir luego de un golpe en la cabeza en un choque con un jugador de Nueva Zelanda

. El partido se disputará a partir de las 3:00 de la tarde, hora de Guatemala.