



Descubren una forma de obtener energía  
limpia e ilimitada solo del aire

**Como ven los  
perros la  
televisión**



**Queso Ricota para  
desarrollar  
músculo, fuerza y  
perder grasa**



## Un equipo de investigadores desarrolla técnica para extraer energía limpia a partir de la humedad del aire

Un equipo de ingenieros de la Universidad de Massachusetts ha logrado un avance formidable: extraer energía limpia a partir de la humedad del aire.

el equipo desarrolló un método para extraer energía del vapor de agua que consiste en una nube artificial a pequeña escala que produce electricidad de manera predecible y continua, así como un dispositivo recolector de esa energía que responde al nombre de Air-gen.

Este dispositivo es capaz de recolectar la energía del ambiente gracias a diversos nanoporos de 100 nanómetros de grosor que dejan pasar las moléculas de vapor de agua y, en su interior, genera las condiciones químicas necesarias para convertirla en electricidad.

Lo más interesante de todo esto es que estas nanobaterías de Air-gen podrían diseñarse en cualquier tipo de material, por lo que se podría generar energía en cualquier parte, algo que abre un sinfín de posibilidades.

"Podrías imaginar cosechadores de energía hechos de un tipo de material para ambientes de selva tropical y otro para regiones más áridas",

Por ahora, estos dispositivos Air-gen pueden alimentar dispositivos electrónicos pequeños, como monitores de salud y relojes inteligentes, según el equipo de ingenieros, y pronto se probará en smartphones.

Lo más interesante de todo esto es que, al existir siempre humedad en el entorno, el equipo tiene claro que este proceso de captación de energía podría funcionar de manera continua las 24 horas de los 7 días de la semana.

"El aire contiene una enorme cantidad de electricidad",



Por ejemplo, si aparece un perro ladrando les llamará mucho más la atención que si aparece una persona hablando. Igualmente, si un perro se queja, o es un cachorro, se sienten mucho más fascinados. Y qué decir de los juguetes que pueden hacer ruido, ¡eso les enloquece! Si aparece gente chillando, gritando o riéndose, también puede resultarles llamativo

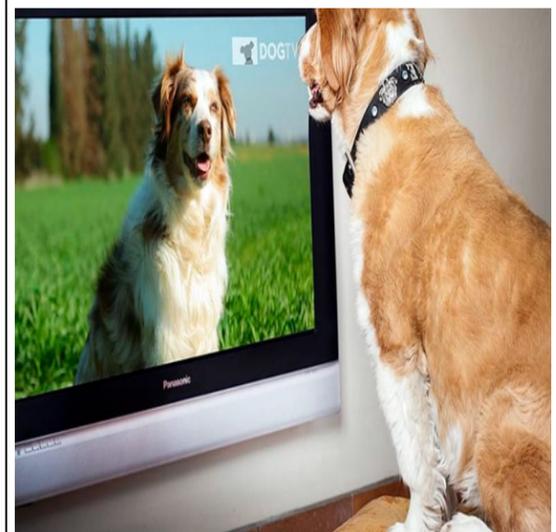
## ¿Cómo ven los perros la tele?

Los canes si son capaces de reconocer imágenes dentro de la pantalla, llegando incluso a distinguir animales que nunca habían visto.

Sin embargo, la tendencia es que no lleguen a prestar atención completamente a lo que ven, esto se debe a que el sentido visual de los perros puede captar imágenes con mayor rapidez que el ojo

La raza o la personalidad del perro también influye en gran medida. Un ejemplo es la estirpe Terrier puede tener una conducta distinta ante las imágenes del televisor en comparación con los Sabuesos, donde estos últimos son más propensos a reaccionar al olor y no tanto a la vista.

De igual forma, no es nada inusual que tu compañero esté completamente concentrado en algún programa de televisión. Hasta cierto punto pueden considerarse buenos o malos para ellos, pero todo se resume a que es un tipo de entretenimiento que no están hechos para ellos.





## 10 trastornos y enfermedades tecnológicas o Adicción a los dispositivos

Debemos reconocer que la tecnología ha transformado nuestra vida y es un factor decisivo en la evolución. Y sus efectos se han dejado sentir desde hace mucho. Si viajamos un siglo atrás nos daremos cuenta de cómo el uso de maquinaria industrial y de motores, representó una absoluta revolución para la época. Lo mismo pasa en la actualidad con los dispositivos electrónicos, cada vez más integrados en nuestras actividades diarias.

la presencia de trastornos tecnológicos que afecten nuestra salud, nuestra visión del mundo y nuestras relaciones interpersonales.

En primer lugar, debemos ubicar en el origen de internet todos estos cambios. La posibilidad de acceder a una central universal de información y comunicación, ha permitido que el concepto de globalización se asuma como una realidad. Pero más allá de ello, la psicología humana se ha vuelto cada vez más dependiente de los dispositivos que acompañan su día a día,

### El síndrome de la llamada imaginaria

el usuario de teléfono móvil cree que ha timbrado o vibrado su dispositivo.

### La nomofobia

Esta se materializa como una angustia excesiva por no tener acceso al teléfono móvil

### La depresión del Facebook o Instagram

Este trastorno se pone de manifiesto cuando la persona se siente afectada o deprimida por tener muchos contactos en las redes sociales o por la falta de ellos.

### La dependencia de internet

Ocurre cuando la persona siente una necesidad enfermiza de estar todo el tiempo conectado a la Red.

### La dependencia de videojuegos en línea

Se trata simplemente de una manía obsesiva a estar jugando todo el tiempo.

### El efecto Google

El cerebro se niega a recordar información como consecuencia de la posibilidad de acceder a ella en cualquier momento.

### La Cibercondria

Se trata de un trastorno donde la persona se convence de que padece alguna o varias enfermedades de cuya existencia se ha enterado en internet.

### El Cibermareo

Se trata de un mareo que sienten algunas personas cuando viajan en un medio de transporte

### El síndrome de Hikikomori

Se trata de un término con el que se define a las sociedades que pasan del uso de las pantallas, al abuso. Y del abuso, a la adicción.

**El Phubbing** necesidad incontrolable de tomar el celular para revisar cualquier cosa, sin ningún objetivo en particular.

## Ricota el queso para desarrollar músculo, fuerza y perder grasa

Aunque está cargado de nutrientes como el calcio o proteínas de alta calidad, también supone un buen aporte de calorías y grasas, los expertos aconsejan la ricota, rica en proteínas y baja en grasas.

¿El queso es saludable o no? De lo que nadie duda es de que está delicioso, pero en cuanto a su impacto en el organismo, las cosas no están tan claras. Tiene calcio y también es rico en fósforo o vitaminas como la A, la B12 o la niacina. Además, como derivado de animal sus proteínas son de alta calidad ya que aportan todos los aminoácidos esenciales.

Pero el queso también tiene un alto contenido en grasas saturadas y sal. Ganar peso, tener problemas intestinales o aumentar el colesterol pueden ser algunos de los efectos de comerlo en exceso.

Estudios recientes han apuntado a que, en contra de lo que se pensaba, las grasas lácteas podrían suponer un beneficio para el corazón frente a ciertas afecciones cardiovasculares y en general las directrices son reducir en lo posible el consumo de grasas saturadas. "Lo único que hay que hacer es comerlo sin pasarse, porque las calorías se acumulan rápidamente". Expreso Lourdes Castro, dietista y directora del NYU Good La.

En este medio la especialista ha revelado cuál es el queso más saludable. La respuesta depende de tu cuerpo y sus necesidades nutricionales, pero según la especialista hay una variedad que se impone queso ricota como uno de los quesos más aconsejables cuando se trata de salud. Respecto al resto.



"La proteína de suero es una de las formas de proteína más absorbibles y contiene una gama muy amplia de aminoácidos. Así que esta es la mejor apuesta para alguien que busca desarrollar músculo, desarrollar fuerza y al mismo tiempo perder grasa y peso"

tiene aproximadamente 4 veces más proteínas que la misma cantidad de leche entera,

En comparación con la mayoría de los quesos, la ricota es una opción más saludable porque contiene menos sal y grasa: 10 % de grasa, de la cual 6 % está saturada.



## Xelaju MC, se corona Campeón del Torneo Clausura 2023 al remontar y derrotar a 3 a 0 a Antigua FC

Con un final agónico Xelaju hace la remontada y vence a Antigua FC por 3 a 0 y consigue la tan anhelada sexta luna.

Finalmente llegó la sexta luna, Xelajú MC le remontó la serie a Antigua GFC y se coronan campeones del futbol guatemalteco once años después,

El cuadro "Chivo" logró remontar la serie que perdía 2-0 y en 90 minutos consiguió su "Sexta Luna" con un doblete de Frank De León y otro gol de Óscar Villa. La última final de Xelajú fue en el clausura 2018 ante Guastatoya, quedando subcampeón.

Mientras que, su último título fue en 2012 ante Municipal. Además de ser campeón, Xelajú clasifica a la Copa Centroamericana acompañando a Cobán, campeón del Apertura 2022; y a Comunicaciones,

### Los goles

Los goles llegaron por medio de Óscar Villa al minuto 36 de la primera parte.

La segunda anotación llegó por medio de Frank de León a los 72 minutos en una jugada adentro del área.

Y al minuto 86, otra vez Frank De León puso el definitivo 3-0 al marcar su doblete con un tiro desde adentro del área. Por su parte Antigua intento atacar y empatar el partido y lo hizo por medio de Bradley, pero el asistente marco un fuera de lugar inexistente y con lo cual se empataba el partido y se iba al alargue, Escobar repuso 8 minutos y finalizo el encuentro.

