



Presentan avances en proceso de aprobación de la Política Marítima

Últimas noticias

Agentes de PNC reciben entrenamiento en armas y tiro



¿Has escuchado hablar del “jet lag”?



CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75



Sandra Torres presidenciable de la UNE visitó Amatitlán y San Miguel Petapa

Amatitlán y San Miguel Petapa, fueron dos de los municipios visitados este domingo por la presidenciable de la Unidad Nacional de la Esperanza (UNE), en donde ofreció que durante su gobierno será más ágil el tránsito vehicular, puesto que se construirá un periférico departamental que permitirá más fluidez en el tránsito inter municipal del centro de la República.

De esa manera, miles de personas que ingresan o salen de la capital por la Villa Lobos, La Aguilar Batres, La Roosevelt, la salida al Atlántico y el anillo Periférico podrán ahorrarse unas 2 horas al día, puesto que el proyecto supone, entre otras cosas, que el tránsito pesado no ingresará a la capital, además de contar con nuevas rutas alternas para beneficio del tránsito entre los municipios del departamento de Guatemala.

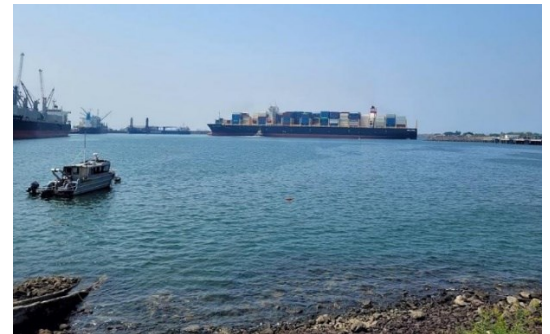
En Amatitlán, Sandra Torres estuvo acompañada de Julio Marroquín y el candidato a alcalde Antonio Díaz, con quienes participó en un tren de limpieza de las orillas del lago de Amatitlán y ofreció su apoyo para la dirigencia de la UNE en el lugar.

Además, la presidenciable estuvo acompañada de Rafael González (doctor Rafita) y líderes de la Unidad Nacional de la Esperanza durante su visita en San Miguel Petapa.

Para llevar el mensaje de orden y transformación, por un país seguro y corazón solidario, Sandra Torres también tiene proyectado compartir con vecinos de las zonas 7 y 18 en la ciudad de Guatemala.



Presentan avances en proceso de aprobación de la Política Marítima Nacional



Con el fin de dar a conocer los avances en el proceso de aprobación de la Política Marítima Nacional, el viernes recién pasado, en las instalaciones del Centro de Conferencias "Héctor Alejandro Gramajo Morales" del Ministerio de la Defensa Nacional, se llevó a cabo una sesión extraordinaria de la Comisión Nacional de Administración Marítima (CONAMAR).



En la reunión participaron, además de la viceministra de Integración y Comercio Exterior, María Luisa Flores, las autoridades de las instituciones que integran CONAMAR. Durante su intervención, la viceministra resaltó la importancia que tiene para el país el trabajar en la política mencionada anteriormente, debido que el 61.4% de las exportaciones totales del país se realizan por la vía marítima.



Pimpinela en Guatemala

Pimpinela visitará Guatemala durante su gira de 40°. Aniversario

Pueden adquirir sus entradas a través de todoticket.com

Localidades

Mesas Ultra Q975*
Mesas Diamante Q675*
Mesas Oro Q475*



Salud Traslada recomendaciones para vigilancia e identificación temprana de casos sospechosos de Rotavirus

Como parte de la labor que efectúa el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) en el bienestar de la población guatemalteca, por medio del Departamento de Epidemiología se trasladaron recomendaciones a todos los servicios de salud para efectuar acciones de detección temprana de casos sospechosos de Rotavirus.

Prevención y control

En la circular enviada a los servicios de salud, el Departamento de Epidemiología también resalta la importancia de tomar medidas de prevención y control, siendo las siguientes:

- Preparación y manipulación adecuada de alimentos (aplicación de las 10 reglas de oro)
- Pasos para un correcto lavado de manos
- Adecuado manejo y disposición de excretas
- Consumo de agua segura (hervida o clorada)
- Importancia de la lactancia materna
- Vacunación a lactantes de dos meses (primera dosis), cuatro meses (segunda dosis), según lineamientos del Programa Nacional de Inmunizaciones (PNI).
- Identificación de poblaciones vulnerables para enfatizar medidas, entre otras acciones.

Por otra parte, se ha evidenciado que en países de clima templado las infecciones por rotavirus predominan en invierno, mientras que en países tropicales los casos suelen ocurrir durante todo el año, registrándose picos altos en invierno.

El Departamento de Epidemiología además menciona que en el país históricamente los casos por esta enfermedad se incrementan en el primer semestre del año (épocas de frío, seca o inicios de temporada lluviosa), identificando una mayor presencia de casos en los meses de enero a abril.

CÓMO ATACA
Afecta principalmente a bebés y niños menores de 5 años.

- 1 La principal vía de contagio es del tipo fecal-oral, pero también puede ser por las vías respiratorias.
- 2 El material genético de los rotavirus consiste en dos hilos de ácido ribonucleico (ARN) divididos en 11 segmentos.
- 3 Una vez en el organismo es incubado entre 1 y 3 días.
- 4 El virus invade el intestino y lo irrita estimulando a las células que lo tapizan a producir líquidos.

SÍNTOMAS
Fiebre
Vómitos
Diarrea
Deshidratación
Dolor de estómago
Dolor de cabeza
Sequedad en la boca
Disminución de la orina

TRATAMIENTO
Reposición de líquidos y de los electrolitos perdidos.
Antibióticos en caso de ser necesario.

PREVENCIÓN
Lavarse las manos con agua y jabón después de ir al baño y antes de cada comida.
Tomar agua segura
Mantener una correcta higiene del pañal del bebé.
Vacuna: Los bebés deben recibir la primera dosis de la vacuna a los 2 meses de edad. Con ambas marcas de la vacuna, reciben una segunda dosis a los 4 meses y una tercera a los 6 meses.

Lo anterior forma parte del compromiso del MSPAS para realizar acciones de prevención de esta enfermedad. Ante ello, en estas recomendaciones se destacan acciones sobre la definición de casos, análisis de la información, detección, registro y notificación de casos, la investigación oportuna de brotes y sus acciones sobre notificación inmediata, manejo de muestras sospechosas y alertivos, así como la vigilancia laboratorial.

¿QUÉ ES EL ROTAVIRUS?

Es un virus llamado así por sus partículas virales en forma de rueda vistas en el microscopio electrónico. El rotavirus es la principal causa de enfermedad diarreica y deshidratación en niños pequeños. Se presenta en todo el mundo y afecta entre el 90 y el 100% de la población antes de los 3 años de edad.

La enfermedad diarreica por rotavirus es considerada a nivel mundial como una causa importante de diarrea en los menores de cinco años. Esta infección puede ser sintomática en menores de tres meses, hasta una diarrea grave con deshidratación que puede ocasionar la muerte.

ROTAVIRUS: ¿CÓMO SE TRANSMITE?

El contacto directo fecal-oral se considera la vía más importante de transmisión. El virus es altamente infeccioso y muy estable en el medio ambiente, puede permanecer hasta en las manos e incluso días en superficies sólidas y permanecer viable en superficies como heces humanas, hasta por una semana.

El contagio de persona a persona a través de las manos parece ser responsable de diseminarse el virus en ambientes cerrados, como hogares y hospitales.

La transmisión entre niños en guarderías es causada por el contacto directo y mediante alimentos o juguetes contaminados.

La buena higiene, como el lavado de manos y la limpieza, es importante, pero no es suficiente para controlar la propagación de la enfermedad. La prevención primaria es la mejor estrategia.



Lección Mérida presidenciable de Humanistas visitó Alta Verapaz



Con una caminata y caravana en Lanquín, Alta Verapaz, el presidenciable del partido Humanista de Guatemala, se acercó a los ciudadanos y simpatizantes para compartirles su Plan de Gobierno y también la importancia de la producción agrícola y el combate a la inseguridad.

Mérida, indicó que junto a sus bases locales buscarán promover el desarrollo de la comunidad y fortalecer la seguridad.

Carlos Pineda presidenciable de Prosperidad Ciudadana visita Alta Verapaz

El presidenciable de Prosperidad Ciudadana, Carlos Pineda visitó la comunidad de Boloncó, Fray Bartolomé de las Casas, Alta Verapaz.

En el lugar, compartió con los simpatizantes y les hizo ofrecimientos electorales.

Pineda también hizo referencia a la necesidad de incentivar la economía y generar empleos para toda la comunidad pueda superarse.



gtliberal

Contáctenos: hp@liberalgt.com



Liberal Gt



Zury Ríos presidenciable de la coalición VALOR – Unionista visita Huehuetenango

Zury Ríos, candidata presidencial por la coalición VALOR-UNIONISTA, visitó Huehuetenango y presentó el Plan de Gobierno 4-40, que incluye un plan integral de ataque a la desnutrición en las áreas más vulnerables del país.

La presidenciable indicó que este programa de lucha contra la desnutrición comprende desde la etapa de embarazo hasta el pleno desarrollo del infante.



Ríos hizo énfasis en los esfuerzos que desde hace 30 años se hacen supuestamente para erradicar la desnutrición.

Sin embargo, la presidenciable informó que durante su gobierno se coordinará con los alcaldes, para mejorar las condiciones de vida de las familias guatemaltecas, en este sentido para que haya agua potable y también condiciones de saneamiento.

En la propuesta, Zury Ríos, manifestó que otra acción fundamental es la vacunación en los niños y las vitaminas para las mujeres embarazadas. Igualmente, se deben hacer esfuerzos coordinados para disminuir los índices de desnutrición crónica que enfrenta Guatemala.



Agentes de PNC reciben entrenamiento en armas y tiro

Agentes de la Policía Nacional Civil (PNC), realizan un entrenamiento especializado acerca del uso orgánico de equipo (armamento y tiro), dirigido a los agentes de comisarías y unidades especializadas de la Policía Nacional Civil (PNC).

El Titular de la Cartera del Interior, David Barrientos, manifestó que se realizó la adquisición de 10 millones de municiones para que mediante un entrenamiento constante los más de 43 mil agentes de la PNC, refuercen sus conocimientos y capacidades sobre el uso adecuado de su equipo. Estas prácticas de tiro son fundamentales para que los efectivos policiales puedan atender de forma adecuada una emergencia y garantizar la protección de la ciudadanía, aseguró.



Por su parte el instructor de la Subdirección General de Análisis de Información Antinarcótica (SGAIA) señaló que los policías mediante las prácticas de tiro real y en seco (sin municiones), fortalecen sus habilidades y destrezas sobre el uso y manejo adecuado del arma de fuego. También prepara física y mentalmente a los agentes para controlar sus emociones y el manejo de crisis al momento de atender una situación que altere el orden público en el país, añadió.

Durante las prácticas en los polígonos ubicados en sedes policiales a nivel nacional, los instructores utilizan diversas técnicas enfocadas a una correcta postura, respiración, empuñadura, y un disparo certero, entre otros. Asimismo, se realizan tiros de adaptación, familiarización y bajo presión, para que los efectivos puedan identificar la amenaza y accionar de forma inmediata.

CELEBRA GUATEMALA-ISRAEL
ISRAEL 75



¿Has escuchado hablar del “jet lag”?

Cuando viajamos y cambiamos de huso horario, es normal que sintamos los efectos del cambio, al menos los primeros días. Si quieres evitar el jet lag al viajar deja que te contemos una cosa: no hay remedio para no sufrirlo, pero sí puedes seguir algunos consejos para que te afecte un poco menos y sea más llevadero.

Es normal entonces, una vez recién en destino, tener el sueño cambiado y que sea de noche y no tener ganas de dormir, que sea mediodía y solo pensar en llegar a la cama o despertarse muchas veces mientras se duerme y no descansar bien.

Otros síntomas del jet lag son dolor de cabeza, cansancio, cambios de humor, hambre a deshoras o, todo lo contrario, falta de apetito.

Cuando cambiamos de franja horaria muy rápido, nuestro cuerpo reacciona al desequilibrio entre nuestro propio reloj interno y el nuevo horario. La mala noticia es que no podemos evitar el jet lag al viajar, pero es transitorio. En un par de días esos efectos desaparecerán por sí solos. De todas maneras, también podemos hacer algunas cosas para adaptarnos mejor al cambio horario.

Empieza ya a prepararte para evitar el jet lag un poco antes de empezar el viaje y duerme bien la noche anterior.

Hidratarse bien también ayuda a sentirse mejor con el nuevo huso horario. Eso sí, evita las bebidas alcohólicas, la cafeína y/o estimulantes.

Durante el vuelo, levántate y haz estiramientos. Si vas a llegar a destino por la tarde-noche, intenta no dormir mucho en el avión, para que al llegar te resulte más fácil conciliar el sueño. Si llegas por la mañana, intenta dormir durante el trayecto, así estarás más despejado al aterrizar y podrás disfrutar mejor de tu primer día de viaje.



Lo mejor es intentar adaptarse al nuevo horario en cuanto llegues. Si lo que necesitas es despejarte porque llegas de día, sal al aire libre y que te dé el sol. Tener algún plan activo para el primer día te ayudará (evita museos, obras de teatro, etc.). Si es de noche, algo para conciliar el sueño puede ayudarte. Consulta con nuestro Servicio de Atención al Viajero Internacional SAVI, todas las recomendaciones que te pueden dar para cuidar de tu salud durante tu viaje.

Respetar los horarios de las comidas, aunque no tengas hambre en ese momento. No comas platos muy copiosos los primeros días, mejor adaptarse con almuerzos y/o cenas ligeras. **¿Sabías que el jet lag hacia el este es peor que hacia el oeste? Es decir, si viajas de Barcelona a Bali, seguramente sentirás más los efectos del jet lag que si viajas a Estados Unidos. Algunos estudios médicos afirman que es debido a la oscilación de algunas células de nuestro cerebro.**

¿Cuánto tiempo puede tardar el jet lag?

Aunque es imposible evitar el jet lag, es importante saber que sus efectos no suelen durar más de 1-3 días, aunque depende de cada persona y de su edad, ya que en niños y en adultos de más de 50 años los efectos suelen notarse más. También depende de cuántos horarios se hayan cruzado. En general, se recupera un huso horario por día, pero puedes estar tranquilo porque ninguno de estos efectos te impedirá poder disfrutar de tu viaje. Ahora que ya sabes que no se puede evitar el jet lag, pero sí qué hacer para recuperarse y adaptarse mejor, empieza a preparar tu viaje y cuida de tu salud.



Una actividad con diversión organizada por Cemix y Metrocentro

CEMIX, empresa líder en soluciones innovadoras que simplifican la construcción, lleva a cabo la primera feria de adhesivos para piso, boquillas y recubrimientos en Metrocentro.



CEMIX durante el día sábado 6 de mayo se expuso la calidad y beneficios de sus productos a todas las personas interesadas en ampliar su lista de productos para la construcción. Al mismo tiempo ofrecerá juegos y entretenimiento a las familias que visiten Metrocentro con el objetivo de pasar un fin de semana divertido conociendo todo lo que CEMIX brinda al mercado.

“Para nosotros es un placer llevar a cabo esta feria con las familias guatemaltecas ya que podemos compartir nuestros valores y exponer los productos innovadores que tenemos para ofrecer, enfocados en seguir construyendo el futuro de Guatemala”, indicó Karel Javora coordinador de trade marketing de Cemix.



Cemix tiene 45 años en el mercado, y sus productos han entregado los más altos estándares de calidad brindando soluciones enfocadas en facilitar el trabajo de los instaladores simplificando los procesos de aplicación a través de la innovación, además de generar empleos y dinamizar la economía del sector de la construcción.

“Estamos muy emocionados por alianza con Cemix. Esta fue una oportunidad para que las familias compartieran diferentes actividades y conocieran nuevos productos fabricados en el país, expresa” Karina Ayala de Gerente de mercadeo de Metrocentro. clientes y proveedores Alejandro Ceballos, directivo de Vestex, dad de crear muchos más

La caravana vehicular de CABAL llega a Palencia, Guatemala



Los municipios del departamento de Guatemala también son de gran importancia para el presidenciable de CABAL, Edmond Mulet, quien por eso este domingo visitó Palencia con el objetivo de dar a conocer su Plan de Gobierno.

Lo principal es la salud Edmond Mulet, dijo: *“El sector salud está abandonado generando grandes problemas para la población, pues la calidad y la atención de los servicios son pésimos”.*



Asimismo, calificó de “triste” las promesas no cumplidas por aquellos que juraban hacer lo mejor y al final no hicieron nada.

El Plan de Gobierno de Mulet busca regresar el Estado a los guatemaltecos, y poner los servicios de este a funcionar, pues la corrupción y la ineficiencia han llevado al país a casi presentar síntomas de un Estado fallido, según afirmó.

¿Qué avances hay en las investigaciones sobre el cáncer de tiroides?



Se realizan investigaciones acerca del cáncer de tiroides en hospitales universitarios, centros médicos y otras instituciones de Estados Unidos. Cada año, los científicos realizan más descubrimientos sobre las causas de la enfermedad, cómo prevenirla, y cómo mejorar el tratamiento. En los últimos años, por ejemplo, ha aumentado la evidencia sobre los beneficios que resultan al combinar la cirugía con la terapia con yodo radiactivo y la terapia con hormona tiroidea. Los resultados incluyen tasas de cura más altas, tasas de recurrencia más bajas y una supervivencia más larga.

Genética

El descubrimiento de las causas genéticas del cáncer de tiroides medular familiar (hereditario) permite ahora la identificación de los miembros de la familia portadores del gen RET anormal para extirpar la tiroides y así prevenir que el cáncer se desarrolle allí.

Tratamiento

La mayoría de los cánceres de tiroides se puede tratar exitosamente. Sin embargo, puede ser difícil tratar los cánceres avanzados, especialmente si no responden a la terapia con yodo radiactivo (RAI). Los médicos y los investigadores están buscando nuevas formas de tratar el cáncer de tiroides que sean más eficaces y que causen menos efectos secundarios.

Terapia con yodo radiactivo (RAI)

Los médicos están buscando mejores maneras de identificar cuáles cánceres son más susceptibles a regresar después de la cirugía. Los pacientes con estos cánceres se pueden beneficiar al recibir la terapia RAI después de la cirugía. Los estudios recientes han mostrado que los pacientes que presentan niveles de tiroglobulina muy bajos por 3 meses después de la cirugía tienen un riesgo muy bajo de recurrencia incluso sin recibir terapia RAI. Aún se necesitan más estudios en esta área.

Los investigadores también están buscando maneras para hacer que la RAI sea eficaz contra más cánceres de tiroides. Por ejemplo, en algunos cánceres de tiroides, las células tienen cambios en el gen BRAF, lo que puede hacer que sean menos propensos a responder a la terapia RAI.

Terapias dirigidas

En general, los cánceres de tiroides no responden bien a la quimioterapia. No obstante, están surgiendo datos alentadores sobre algunos medicamentos de terapia dirigida nuevos. Contrario a los medicamentos de la quimioterapia convencional que funcionan al atacar las células que crecen rápidamente (incluyendo las células cancerosas), estos medicamentos atacan blancos específicos en las células cancerosas. Puede que los medicamentos de terapia dirigida funcionen en algunos casos cuando los medicamentos de quimioterapia convencionales no sean eficaces, y a menudo presentan efectos secundarios diferentes.

En muchos cánceres de tiroides papilares, las células tienen cambios en el gen BRAF, los cuales les ayudan a crecer. Actualmente se están estudiando medicamentos que atacan a las células con los cambios en el gen BRAF, como vemurafenib (Zelboraf), dabrafenib (Tafinlar), y selumetinib, en cánceres de tiroides con este cambio genético.

