



innovación 4.0: ¿Cómo liderar el cambio y transformación en la era digital?



5 de Diciembre Día Mundial del Suelo

**INAB realiza
cierre del
programa de
reforestación
Sembrando
Huella**



Como aliviar el dolor de muela con estas hierbas

El dolor es una sensación que no es agradable para nadie, especialmente, porque incapacita a quien lo padece. Aunque es una sensación importante debido a que es un indicador de que hay algo que no marcha bien en nuestro organismo, el dolor no es algo que deba soportarse y es necesario atender lo más pronto posible con el fin de descartar algún padecimiento más grave.

Aunque cada persona tiene un umbral de dolor diferente, no podemos negar que existen dolores insoportables que entran en la categoría de los peores que puede sufrir un ser humano. Entre ellos, se encuentran el dolor de los cólicos nefríticos, el de parto, la neuralgia de Trigémino y no por menos, el dolor de muelas. Claro que muchas personas en el mundo han padecido en más de una ocasión el temido dolor de muelas, el cual es un padecimiento subestimado pero que causa mucho dolor e incapacidad a aquellos que lo sufren.

Lo más recomendable es que en cuanto sientas un dolor en las piezas molares, acudas al dentista para que te proporcionen un tratamiento para erradicar el dolor y localizar en qué radica el problema que está generando dicho dolor. Pero sabemos que, en ocasiones, la cita con el dentista se nos hace eterna y a pesar de que sea al siguiente día, lo que buscamos es que el dolor se vaya enseguida.

Buscamos la manera de apaciguar la sensación de molestia por medio del uso de analgésicos, aunque esto no es recomendable si no han sido previamente recetados por un especialista, por lo que la mejor opción es elegir un remedio que esté hecho a base de plantas, las cuales pueden cumplir perfectamente con el trabajo de apaciguar el dolor de las muelas sin correr tantos riesgos, y si deseas conocer cómo puedes lograrlo, sigue leyendo, pues te daremos tres remedios naturales a base de plantas.



Tres remedios caseros a base de plantas para aliviar el dolor de muelas

Té negro

El té negro contiene una alta cantidad de cafeína, tiene entre sus componentes un nutriente que te ayudará a calmar el dolor: el ácido tánico. Tiene propiedades analgésicas y antiinflamatorias, por lo que puede ser un excelente aliado a la hora de aliviar el dolor de muelas.

Clavo

El clavo de olor es famoso por ser auxiliar en el alivio del dolor de muelas o de dientes, gracias a que contiene una sustancia llamada eugenol, el cual actúa como sedante y anestésico, siendo ideal para quitar el dolor. Para lograr que el dolor disminuya, mastica una o dos piezas de clavo de olor, o en caso de que no puedas masticar, aplasta el clavo y aplícalo directamente sobre la zona afectada.

Perejil

Contiene un alto nivel de analgésico, lo que lo convierte en una excelente opción que te ayudará a eliminar el dolor de muelas. Para que este dolor disminuya, debes masticar unas ramitas previamente lavadas y desinfectadas de perejil, si no puedes masticar, puedes machacar el perejil y aplicarlo sobre la zona en la que presentes más dolor.

INAB realiza cierre del programa de reforestación Sembrando Huella



El Instituto Nacional de Bosques (INAB) realizó el cierre del programa de educación forestal y reforestación Sembrando Huella, donde dio a conocer que se alcanzó la meta de 1,183 actividades de reforestación y sensibilización del programa durante el 2023. En el evento se reconoció a los Amigos del Bosque integrados por instituciones públicas y privadas que contribuyeron a alcanzar la meta.

El programa Sembrando Huella 2023 se lanzó en el marco del Día Nacional del Árbol, que se celebra cada 22 de mayo en Guatemala, según el Decreto No. 30-2003 del Congreso de la República. En coordinación con las 35 sedes del INAB en todo el país, este programa ejecutó sus actividades en los meses de mayo a septiembre, en la época de lluvia, idónea para reforestar.

Autoridades del INAB resaltaron que se plantaron 420,288 árboles en 378.29 hectáreas. Se utilizaron 99 especies de árboles seleccionadas según las condiciones climáticas de cada lugar, siendo las más utilizadas Cupressus lusitánica, Pinus maximinoi, Alnus jorullensis, Pinus oocarpa, Pinus ayacahuite, Alnus acuminata y Rhizophora mangle.

Sembrando Huella logró fortalecer alianzas estratégicas con los Amigos del Bosque del sector público, privado, centros educativos, municipalidades, medios de comunicación, organizaciones, fundaciones y sociedad civil, quienes se unieron al movimiento ReforestoXGuate, ElFuturoEstaEnTusManos e INABSembrandoHuella. El programa cuenta con una plataforma digital de seguimiento y registro, que despliega en tiempo real todos los logros alcanzados, Amigos del Bosque voluntarios que se van sumando y principalmente, información de la cantidad de árboles plantados y su equivalente en hectáreas. Además, permite obtener información y material audiovisual del programa disponible en el siguiente sitio: <http://sembrandohuella.inab.gob.gt/>



La nueva era de la innovación 4.0: ¿Cómo liderar el cambio y transformación en la era digital?



El Foro de INNOVACIÓN, organizado por el sector de Manufacturas de AGEXPORT, se ha consolidado como una plataforma para dinamizar la mentalidad y cultura en torno a la innovación empresarial, estableciendo conexiones efectivas entre oportunidades y soluciones.

Las empresas participantes reconocen la necesidad de responder a nuevos escenarios que demandan hiperconectividad, uniendo personas, sistemas y procesos para atender los nuevos hábitos de consumo y desafíos en la cadena de suministro. El consumidor actual busca productos personalizados, rápidos, amigables con el ambiente y sostenibles, lo que impulsa a las empresas innovadoras a implementar estrategias de hiperpersonalización.

El Foro INNOVACIÓN 2023 se diseñó en tres congresos especializados: Food, Manufacturing Industries y Pharma. Estos abordan los desafíos y oportunidades específicos que enfrentan sus respectivas industrias, ofreciendo una visión integral del panorama actual y futuro de la innovación en el sector manufacturero.

INNOVACIÓN 2023 inicia, el 05 de diciembre, con la conferencia inaugural por el reconocido escritor y conferencista internacional, Álvaro Rojas, quien lidera la conferencia ¿Cómo liderar el cambio y la transformación en la era digital? Una oportunidad única para adentrarse en las estrategias de liderazgo en un entorno empresarial en constante evolución. Posteriormente, se realiza la vinculación academia-industria a través de un panel, en el cual participan expertos de instituciones líderes en temas empresariales con información innovadora para la gestión del talento.

Se cuenta con la participación de diversas industrias, desde alimentos, farmacéuticos, productos de cuidado personal, hasta bebidas, servicios, cosméticos, papel y cartón, plásticos, hule y caucho, hecho a mano, calzado y muebles. Este selecto grupo refleja la importancia del evento como la plataforma de la innovación transversal en la región, según señaló Emmanuel Seidner, Tesorero de la Junta Directiva de la Comisión de Manufacturas Diversas y Director del Núcleo Farmacéutico de AGEXPORT. estructuras de colaboración recíproca.

Aplaudimos al Sector de Manufacturas por cumplir 12 años de liderar este espacio, dinamizando la mentalidad y cultura alrededor de la innovación en la región centroamericana. Este esfuerzo no se puede hacer solo desde el sector empresarial, necesita de estos espacios como INNOVACIÓN para compartir experiencias y conocimiento entre empresarios, expertos nacionales e internacionales, emprendedores, academia y sector público", concluyó Orlando Solórzano, Presidente de la Comisión de Alimentos y Bebidas de AGEXPORT.

Día Mundial del Suelo



El 5 de diciembre se celebra el Día Mundial del Suelo para concienciar al mundo sobre la importancia de un suelo sano y luchar por la gestión sostenible de los recursos.

En definitiva se busca incentivar en la población mundial una preocupación por el cuidado y uso que le damos al suelo en materia de agricultura y en todas nuestras interacciones con el recurso en general.

Problemas del Suelo por la erosión

La erosión es la remoción de capas de la superficie por parte de fenómenos climáticos como el agua y el viento, pero también por parte del factor humano como la labranza intensiva o el uso de suelos fértiles para proyectos de construcción urbana.

La erosión lo que provoca es un daño, que se puede revertir muy lentamente (aproximadamente en un período de mil años), en el suelo donde se cultivan los alimentos, haciendo que dichos suelos dejen de ser fértiles.

Lo peor del caso, es que la erosión acelerada de los suelos puede traer consecuencias verdaderamente desastrosas y si no actuamos ahora, se estima que para el año 2050 el 90% de los suelos que compone nuestro planeta estén degradados totalmente.

Principales actividades que producen la erosión acelerada de los suelos

Obviamente, existe una erosión natural, que la causa el mismo clima de la tierra, como por ejemplo la lluvia, el viento y las grandes sequías, pero este tipo de erosión no es la que debe ser frenada, sino la del uso inadecuado que los seres humanos le estamos haciendo al recurso del suelo.

Sobrepastoreo: Se produce cuando una cierta zona es deforestada continuamente por un grupo de animales que no permite la recuperación del área, lo que genera un deterioro del suelo y una falta de fertilidad a la larga.

La agricultura intensiva: En este caso se trata del uso continuado de los suelos para sembrar y así obtener la mayor cantidad de producción en un año.

Deforestación: La tala progresiva de grandes extensiones de tierra, bien sea para producir bienes, crear carreteras o cualquier otro tipo de infraestructura civil, así como el crecimiento de las ciudades, están dejando inservibles grandes extensiones de tierra.

¿Cómo la erosión de los suelos amenaza la seguridad alimentaria del mundo?

Restringe la capacidad de producción: Al haber menor cantidad de suelos nutritivos la producción agrícola se puede reducir hasta un 50% y los cultivos serán más pequeños y menos nutritivos para las personas.

Degrada el ecosistema: Si los suelos pierden su fertilidad, muchos animales y plantas dejarán de existir o se reducirán en número. Además, los suelos degradados terminarán por generar sedimentos que irán a parar a los embalses de los ríos obstruyéndolos.

Afecta al suministro de agua: Un suelo rico en minerales y fértil, también es un suelo con un alto porcentaje de agua en su interior, es por ello que los ríos no son absorbidos por la tierra. Pero si el suelo se erosiona y seca, consumirá esa agua excedente, propiciando menor cantidad de agua dulce disponible para los demás seres vivos.

La Senacyt y la Gremial de tecnología de la Cámara de Comercio firman alianza



Con la finalidad de generar alianza que fomente la educación y el uso de la tecnología propiciando sinergias y vinculaciones para impulsar la competitividad dentro y fuera el país la Cámara de Comercio de Guatemala y su Gremial de Tecnología se sumó a la Alianza CTi de la Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt) en cuyo acto participó como testigo de honor el vicepresidente de la República y presidente del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, Guillermo Castillo.

El director Ejecutivo de la Cámara de Comercio, Cristian Mayorga, afirmó que esta firma representa una vinculación importante para el país y reconoció la labor que realiza la Senacyt y el dinamismo que es muy importante para dar a conocer la tecnología como el presente y futuro.

Para la Gremial de Tecnologías esta alianza constituye una oportunidad para avanzar en la reducción de la brecha tecnológica y digital brindando oportunidades a toda la población ya que muchas veces por desconocimiento, la desactualización o el temor al cambio y la innovación se limita el desarrollo económico de las comunidades y empresas, indicó Luis Morán, presidente de la gremial.

Esta alianza contempla trabajar conjuntamente para fortalecer la educación en tecnología y que esta se adopte como un idioma universal, promoviendo la participación conjunta en congresos y seminarios que impulsen y comuniquen la tecnología e innovación, además, se les invitó tomar en cuenta el Directorio Nacional de Investigadores que contine un banco de recurso humano altamente calificado y el Directorio Nacional de entidades para conocer las instituciones que trabajan en estos ámbitos.

Ana Chan, secretaria de la Senacyt afirmó que los aliados son fundamentales para territorializar el trabajo y acelerar la economía, así como potencializar la ciencia y el uso de las investigaciones fomentando una sociedad de conocimiento y apoyo a las asociaciones comunitarias que son las que mueven la economía en las áreas rurales.



Estos son los trabajos más infelices

Muchas de las personas que nos encontramos dentro del sector la población laboralmente activa nos preguntamos si realmente nos gusta nuestro trabajo, si es lo que hemos deseado siempre o si solo trabajamos para percibir un ingreso.

Estas preguntas podrían hacernos cuestionar sobre la felicidad o infelicidad que nos causa nuestro trabajo y si estamos cumpliendo nuestras metas. Las personas que aman su trabajo y lo realizan con pasión, perciben sus ingresos como algo extra y muy gratificante, al tener las dos cosas en equilibrio.

Sin embargo, la gran mayoría de las personas no tiene el trabajo o las condiciones adecuadas para ser feliz.

¿Cuáles son los peores empleos

En un estudio realizado, se evaluó a un grupo de personas para conocer a qué se dedicaban y si eran felices o no con su empleo, esta es la lista de los trabajos que hacen más infelices a las personas, pon atención y descubre el patrón, estos trabajos generan niveles altos de infelicidad en las personas:

Repartidores: suelen pasar horas solos mientras trabajan o esperan que les llegue un pedido.

Conductores de camiones a largas distancias: las largas horas en carretera no son la mejor compañía dentro de una pequeña cabina de camión. Guardia de seguridad: tienen que vigilar solos todo el tiempo los lugares que están resguardando.

Trabajos con horarios nocturnos: al estar despiertos de noche y dormir en el día, estas personas se pueden sentir desconectados del mundo por la diferencia de horario.



Trabajos remotos: trabajar desde casa tiene grandes ventajas de las que puedes sacar provecho, pero se sacrifica la interacción con otros.

Atención al cliente: ellos están todo el tiempo interactuando con otros, pero en su mayoría, suelen ser clientes insatisfechos o enojados.

Comercios minoristas: pasan por algo similar al caso anterior, pue cada uno de estos trabajos está relacionado con la atención al cliente, este es el patrón del que te hablamos. Pareciera que a tender a otras personas es la causas principal de la infelicidad de los empleados suelen lidiar con personas difíciles.