



Inauguran Intecap Totoncapán Para Brindar Formación Profesional



Neurobión N[®] con vitaminas B, llega a Guatemala

Curiosidades de el Agua



Neurobión N® con vitaminas B, llega a Guatemala

La Neuropatía Diabética Periférica (NDP) afecta aproximadamente al 50% de las personas con diabetes en algún momento de sus vidas. No solo afecta a las personas con esta enfermedad crónica, sino también a los adultos mayores, quienes tienen un mayor requerimiento nutricional y una disminución en la capacidad de absorber vitaminas de forma progresiva y a causa del envejecimiento. En este contexto llega a Guatemala un complejo vitamínico recomendado para la deficiencia de vitaminas B1, B6 y B12, como sucede en los casos de diabetes– Neurobión en tabletas.

A través de una combinación óptima de vitaminas B1, B6 y B12, esenciales para la salud de los nervios y la regeneración de las fibras nerviosas, este medicamento promueve la recuperación de afectaciones producidas por déficit de estas vitaminas.

Neurobion tabletas ya está disponible en farmacias y puntos de venta autorizados en Guatemala. Si tienes diabetes o eres un adulto mayor, recomendamos que consultes a tu médico sobre los riesgos y el tratamiento de la NDP; estar atento a las posibles señales de riesgo, como entumecimiento, hormigueo o sensación punzante en las extremidades, y buscar atención médica de inmediato es la primera y más importante recomendación para la prevención de esta enfermedad.



A través de una combinación óptima de vitaminas B1, B6 y B12, esenciales para la salud de los nervios y la regeneración de las fibras nerviosas, este medicamento promueve la recuperación de afectaciones producidas por déficit de estas vitaminas.

Maxi Despensa lanza nuevo sitio para compras en línea



Los clientes de las tiendas Maxi Despensa podrán ahora realizar sus compras en línea gracias a la nueva plataforma de comercio electrónico que ofrece Walmart Centroamérica.

El servicio de comercio electrónico (eCommerce) está disponible en 18 tiendas del país con una cobertura de envíos de hasta 10 kilómetros alrededor de las tiendas, tanto en zonas de la capital como en el interior del país. Además, brinda a los usuarios más de 10,000 productos de todas las categorías: desde variedad de carnes y verduras hasta productos de limpieza como jabón para la ropa, sin olvidar la línea blanca y los pequeños electrodomésticos para que los clientes pueden agregar a su carrito de compra.

Según el más reciente estudio llevado a cabo por la compañía en la región, entre los principales beneficios que los clientes del formato buscan al hacer su compra en línea, destacan el ahorro de tiempo en la compra (49% clientes), el poder comprar a cualquier hora y desde cualquier lugar (40%), el poder escoger el día y la hora de entrega (33%) y el ahorro de dinero en transporte público o gasolina (32%).

Formas de pago

Para las compras en línea, el pago puede realizarse de manera segura a través de tarjeta de débito o crédito en línea, o bien, optar por el pago contra entrega al recibir el pedido a domicilio o al retirarlo en la tienda de elección, ya sea con tarjetas de débito, crédito o en efectivo.

La plataforma de compras en línea ofrece una experiencia de navegación amigable, con contenido detallado para cada producto y un proceso de pago rápido durante el checkout; es decir puede seleccionarse el método de entrega y método de pago de forma sencilla y expedita.

“Nuestras páginas de compra en línea son una herramienta muy útil para que nuestros clientes puedan preparar su visita a tiendas y asegurarse de aprovechar los precios más bajos siempre”, detalló Richard Vargas, Vicepresidente de Operaciones de Bodegas y Descuentos de Walmart en la región.

WhatsApp ¿Qué le pasará a tu copia de seguridad el 1 de diciembre?



Muchos usuarios de la app de mensajería instantánea WhatsApp respaldan su copia de seguridad en su cuenta de Google, de manera específica en la nube de Google Drive. Sin embargo, hay dos cambios importantes que deben ser considerados, pues tu copia podría estar en riesgo de ser eliminado.

El primero, es que Google anunció que habrá cambios sobre las copias de seguridad de WhatsApp en Android. Pues estas comenzarán a contar para el límite de almacenamiento en la nube de tu cuenta de Google, de manera similar a como se manejan las copias de seguridad de WhatsApp en otras plataformas móviles. Es importante mencionar que este cambio comenzará a implementarse primero para los usuarios de WhatsApp Beta a partir de diciembre de 2023 y luego, gradualmente, para todos los usuarios de WhatsApp en Android a partir de principios del 2024.

Esto quiere decir, que si llenas tu cuenta de Google Drive, ya no podrás seguir guardando tus copias ahí. Recuerda que las cuentas personales de Google vienen con 15 GB de almacenamiento sin cargo (3 veces más que la mayoría de las plataformas móviles) que se comparte entre Google Drive, Gmail y Google Fotos.

El segundo punto importante es que, Google eliminará las cuentas personales que tengan más de 2 años sin tener actividad o no han sido abiertas.

Consecuencias de no tomar medidas:

Si no cambias de cuenta de Gmail ni inicias sesión en tu cuenta actual antes del 1 de diciembre de 2023, Google eliminará tu copia de seguridad de WhatsApp. Esto significa que perderás todos los mensajes, fotos y videos que hayas guardado en tu copia de seguridad. Recuerda que las copias de seguridad de WhatsApp en Android seguirán funcionando siempre que tengas espacio disponible en el almacenamiento de tu cuenta de Google. Si alcanza su límite de almacenamiento, necesitarás liberar espacio para reanudar las copias de seguridad eliminando los elementos que no necesitas.

Curiosidades de el Agua



¿Sabías que 3 de cada 10 personas no tienen acceso a agua en el mundo, y 6 de cada 10 no disponen de agua potable? A pesar de su importancia para mantener el equilibrio del ecosistema, el agua subterránea permanece invisible, pero representan un recurso natural vital que proporciona agua potable a casi la mitad de la población mundial

Casi toda el agua de la Tierra está en los océanos

¿Cómo está distribuida el agua del planeta? 96,5% del agua en la Tierra se encuentra en nuestros océanos (es agua salada), cubriendo el 71% de la superficie del planeta. Solo 3% del agua del planeta es dulce. Y, en un momento dado, el 0,001% está flotando en la atmósfera.

Tu cuerpo está repleto de agua

El agua está involucrada en muchas funciones de nuestro cuerpo regula la temperatura corporal, cerebro y riñones son los que contienen más agua. El 65 % encuentra en las células y el resto en la sangre. Personas con sobrepeso tienen menos agua en el cuerpo

En una gota de agua existe mucha vida

Una gota de agua del océano contiene millones de bacterias y virus. Huevos de pescado, crías de cangrejo, plancton Y pequeños gusanos.

Les debemos mucho a los romanos

Aunque los romanos no fueron quienes inventaron los acueductos, desarrollaron sofisticados sistemas de agua que permitió prosperar a su civilización. canalizaron manera efectiva para saneamiento, baños o bebida. En su apogeo, el sistema de acueductos suministró agua a 200 ciudades del Imperio Romano. ¿Por qué no puedes beber agua salada?

Porque provoca deshidratación y el organismo termina eliminando más agua de la que consume. Por eso después de beber agua salada, sentirías más sed que antes.

El agua desafía la gravedad en las plantas

Las moléculas de agua viajan por un tejido conductor de agua y minerales disueltos llamado xilema, desde la raíz hasta el resto de la planta, aferrándose unas a otras y a las paredes del tubo. Las células del xilema poseen pequeños orificios que permiten el flujo del agua líquida, pero no permiten el escape de las burbujas de gas.



Inauguran Intecap Totonicapán Para Brindar Formación Profesional

El Centro de Capacitación Totonicapán fue diseñado con detalles orientados a la cultura Maya K'iche', posee un enfoque a la formación en el área textil y artesanal, para poder atender los requerimientos de la población. Cuenta con 5 talleres dotados con equipo de última generación, ambientes orientados al trabajo colaborativo y el aprendizaje significativo, que habilitarán competencias para la inserción laboral.

El departamento de Totonicapán es el lugar más importante a nivel nacional en el área textil, que va de la cuenca del río Salamá, hacia el municipio de San Francisco el Alto, Siendo así, el INTECAP el epicentro de la formación técnica profesional para estas empresas, garantizando la formación de mano de obra calificada para el incremento de las competencias de éstos, certificando trabajadores de alto nivel.

Es un proyecto sostenible, está abastecido de agua a través de un pozo propio; también cuenta con un sistema de 27 paneles solares, que suministran 15 Kilowatts que generan energía limpia y renovable, con un sistema en contador bidireccional, haciéndolo autosostenible.

Las áreas tecnológicas incluyen los talleres de Informática, Esteticismo, Electricidad Industrial, Textil (el más grande de la región), Mecánica Automotriz y Taller Multifuncional, además, áreas para el desarrollo de competencias transversales, que son fundamentales para la integralidad de la formación para el trabajo y un área de RoofTop, con concepto totalmente abierto, con una maravillosa vista a los 4 puntos cardinales

Este centro brindará 29 carreras y 20 cursos especializados en las diferentes disciplinas que permitirá ampliar su cobertura en el Departamento de Totonicapán y sus 8 municipios, así como lugares aledaños, tanto a nivel individual y empresarial.

Todo esto en un terreno de 13,070 m² con una construcción de 7,000 m² con 55 parqueos para autos y 56 estacionamientos para motocicletas, dando el monto total de Q. 74 millones en inversión en construcción y 18 millones en compra de equipo.



“El objetivo de este centro de capacitación es el de ser un aliado clave en la mejora de la productividad y competitividad. Todo esto a través de los servicios que brinda el INTECAP a través, de la capacitación, asistencia técnica y certificación laboral. Lo cual sabemos que traerá frutos a la región y brindará un valor agregado al talento humano de cada empresa y emprendedor del departamento de Totonicapán.” indicó, el Dr. Dennis Rodas Anzueto, Gerente del INTECAP.



Esta es la Vitamina Que Previene El Hígado Graso

¿Qué es el hígado graso?

El hígado graso, es una afección en la cual se acumulan excesivas cantidades de grasa en las células del hígado. Esta acumulación de grasa puede interferir con el funcionamiento normal del hígado y, en casos graves, puede causar daño hepático. Hay dos tipos principales de hígado graso:

Hígado Graso No Alcohólico (HGNA)

Esta es la forma más común de hígado graso y no está relacionada con el consumo excesivo de alcohol. El HGNA se asocia con factores como la obesidad, la resistencia a la insulina, la diabetes tipo 2, el colesterol alto y la hipertensión arterial

Hígado Graso Alcohólico (HGAL)

Esta forma de hígado graso se debe al consumo excesivo de alcohol. El alcohol puede causar inflamación en el hígado y la acumulación de grasa. Si se abandona el consumo de alcohol a tiempo, el hígado puede recuperarse. Si la persona continúa bebiendo, el HGAL puede progresar a cirrosis.

La vitamina que evita el hígado graso

la vitamina D es un recurso para prevenir el hígado graso no alcohólico (HGNA). De forma preliminar, científicos en estudios anteriores ya habían encontrado una asociación entre los niveles bajos de vitamina D y la presencia de HGNA.

la vitamina D puede prevenir el hígado graso no alcohólico y debe tenerse en cuenta en la atención integral de este frecuente problema de salud.



Síntomas y Consecuencias del hígado graso

Fatiga
Malestar en la parte superior derecha del abdomen
Pérdida de peso inexplicada
Hinchazón abdominal
Confusión mental (en casos graves)
Consecuencias a largo plazo del hígado graso

Cirrosis: En casos graves, el hígado graso puede progresar a cirrosis, una condición en la cual el tejido hepático sano se reemplaza gradualmente por tejido cicatricial. La cirrosis es irreversible y puede llevar a insuficiencia hepática.

Cáncer de Hígado: La cirrosis causada por el hígado graso aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de hígado.

Problemas Cardiovasculares: se asocia con un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares, como enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular.

Resistencia a la Insulina y Diabetes: puede contribuir al desarrollo de resistencia a la insulina y diabetes tipo 2.