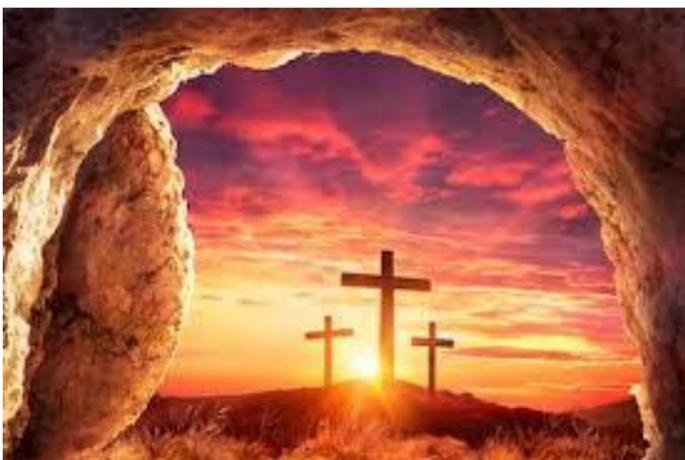




Progreso reconoce y valora la labor de los pilotos que acompañan todas sus operaciones terrestres



¿Cuál es la diferencia entre Semana Santa y Semana de Pascua?

Aplicaciones súper útiles del Agua Oxigenada



Progreso reconoce y valora la labor de los pilotos que acompañan todas sus operaciones terrestres



Progreso reconoció el compromiso y la dedicación de los pilotos profesionales que son parte del éxito de las operaciones terrestres en el año 2023.

Gracias a ellos, 35.8 millones de kilómetros fueron recorridos transportando materias primas sin incidentes.

Esto equivale a dar 897 vueltas a la tierra, lo que se convierte en un hito en la historia de la industria y el transporte en toda la región.

Transportando 1.2 millones de kilómetros agregados de Agreca y se recorrieron más de 12 millones de kilómetros transportando productos finales.

Estas operaciones, se realizan bajo el más estricto cumplimiento de la ley de los países donde el transporte pesado circula, cumpliendo, además, con el mantenimiento apropiado de las unidades de transporte y las horas de descanso de los pilotos.

Bienestar y reconocimiento

Para José Raúl González, CEO de Progreso, el acto de reconocimiento celebra dos ejes importantes de la compañía: El eje de bienestar y el eje de reconocimiento.

“Estamos muy orgullosos de poder reconocer la importancia que tienen para Progreso realizar nuestras operaciones terrestres en carretera con los más altos estándares internacionales en materia de seguridad vial en toda la región”, señala.

Uno de los pilotos reconocidos fue Gerson Escalante, con más de 18 años de experiencia transportando materiales para la compañía.

Gerson se mostró emocionado y comprometido para trabajar por una mejora continua en el ramo del transporte pesado.

“Los cursos que Progreso comenzó a impartir en el 2006, marcaron la forma para desplazarnos por las carreteras del país”.

Esta afirmación, la complementa Raúl García, gerente de operaciones de transportes quien reconoce que la comunicación entre pilotos y compañía es fundamental para lograr cero accidentes.

Finalmente, Oscar Maldonado, gerente de Transporte de Producto Terminado agradeció a los 1,400 pilotos que trabajan todos los días en la región bajo la agenda de liderazgo Progreso.

¿cómo protegerse de los rayos UV y el calor este verano?

Con la llegada del verano y las tan esperadas vacaciones en la playa, es fundamental tomar precauciones para protegerse del intenso sol y las altas temperaturas que caracterizan esta temporada.

Las vacaciones en la playa son uno de los periodos más esperados para muchas personas, pues el verano parece ser el tiempo perfecto para disfrutar del mar y la arena, por lo que te traemos algunos consejos indispensables para disfrutar del mar, la arena y el sol de forma segura.

1. Para proteger tu piel de los dañinos rayos ultravioleta (UV) es aplicar un protector solar con un factor de protección solar 30. Aplicándolo cada dos horas y después de nadar o sudar. Además, utiliza protector solar incluso en días nublados, ya que los rayos UV pueden penetrar las nubes y causar quemaduras solares.

2. Utilizar ropa de manga larga, pantalones largos y sombreros de ala ancha para proteger tu piel del sol. También usar gafas de sol con protección UV para cuidar tus ojos.

3. Evitar exponerte al sol durante las horas pico de radiación solar, que suelen ser entre las 10 a.m. y las 4 p.m. Durante estos momentos, busca la sombra y realiza actividades bajo techo para reducir el riesgo de quemaduras solares y golpes de calor.

4. Mantente hidratado bebiendo abundante agua y evitando el consumo excesivo de alcohol y bebidas azucaradas. El calor puede llevar a la deshidratación, por lo que es importante tomar líquidos regularmente para evitar problemas de salud relacionados con el calor.



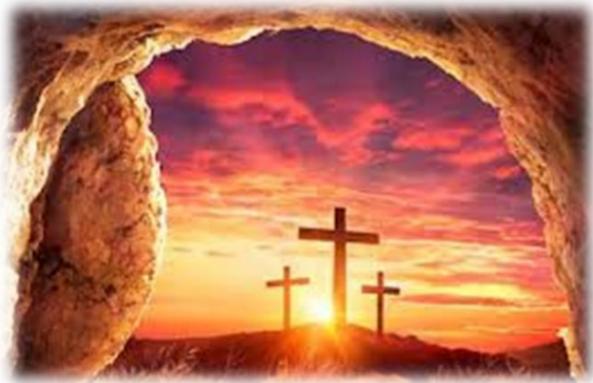
Niños

Los más afectados durante esta temporada son los niños, porque tienen una mayor sensibilidad a los rayos UV, siendo vital proteger su piel. Aplica protector solar en todo su cuerpo, vístelos con ropa clara y asegúrate de que usen sombreros y gafas de sol adecuadas.

El calor intenso puede ser perjudicial para la salud. Busca refugio en lugares frescos, utiliza ventiladores o aire acondicionado y toma duchas o baños de agua fresca para mantener tu temperatura corporal baja. Evita actividades físicas extenuantes en las horas más calurosas y nunca dejes a niños o mascotas en vehículos estacionados.

También, presta atención a los signos de agotamiento por calor, como mareos, fatiga, náuseas, dolor de cabeza y enrojecimiento de la piel. Si experimentas alguno de estos síntomas, busca un lugar fresco, bebe agua y descansa. Si los síntomas empeoran o persisten, busca atención médica de inmediato.

¿Cuál es la diferencia entre Semana Santa y Semana de Pascua?



La Semana Santa y la Semana de Pascua son dos celebraciones religiosas importantes en el cristianismo, pero tienen significados y tradiciones diferentes. Ambas festividades son importantes en la región cristiana

Semana Santa

La Semana Santa comienza desde el Domingo de Ramos, el cual marca la entrada de Jesús de Nazaret a Jerusalén, y se celebra con una misa donde creyentes llevan palma a agua para bendecir.

La celebración continúa el día jueves, donde se conmemora con la última cena que fue de Cristo hasta el viernes santos, donde reviven eventos que llevaron a la crucifixión.

Semana de Pascua

La Semana de Pascua se celebra desde antes del nacimiento de Jesús de Nazaret, de acuerdo a los relatos históricos, el pueblo judío celebraba Pascua recordando el paso por el mar guiado por Moisés, quienes fueron liberados de la esclavitud en Egipto. En la tradición cristiana, se conmemora la muerte y resurrección de Cristo, comenzando el domingo de Semana Santa.

Diferencias

Por un lado, la Semana Santa es todo el recorrido que hizo el mesías cristiano, desde la entrada triunfal a Jerusalén, pasando por la última cena hasta su crucifixión, hasta el regreso de la muerte de Jesús.

En este sentido, la Pascua es la celebración de la resurrección de Jesucristo, es solo un día, también se le conoce como Domingo de Pascua o Domingo de Gloria, dependiendo la región, y se extiende durante los siete días posteriores al Domingo de Resurrección.

Cabe recalcar que el significado de esta última es de celebración, resaltando la importancia que es la Resurrección de Cristo para todos los cristianos. Un mensaje clave para los creyentes es que hay vida después de la muerte.



Cómo evitar que se empañen las gafas?



Una de las situaciones más molestas cuando se llevan gafas es que se empañen los cristales. Cuando esto sucede, se deja de ver nítidamente o se reduce al mínimo el campo de visión. Como consecuencia, nos sentimos inseguros e incómodos.

Cuando el aire caliente, en especial si es húmedo, entra en contacto con la superficie lisa y fría de los cristales de las gafas, se genera el vaho que las empaña. Son muchas las situaciones cotidianas en las que esto sucede:

Pasar de un ambiente frío a uno cálido. Por ejemplo, entrar de la calle al interior en un día de invierno.

Tomar una bebida caliente.

Destapar una olla hirviendo.

Abrir el lavavajillas justo después de terminar el ciclo de limpieza.

Comprobar el estado de cocción del horno.

Llevar mascarilla.

Adoptar ciertas costumbres puede ayudarnos a evitar que las gafas se empañen. Es posible que al principio cueste llevarlas a cabo, pero en pocos días estarán integradas en nuestros hábitos:

Lavar los cristales con agua templada. De este modo, aumentan ligeramente su temperatura y la diferencia con el aire caliente es menor.

Utilizar el aire que expulsamos al respirar para limpiar los cristales. Este gesto, que casi siempre se realiza de forma espontánea, es un buen aliado para evitar que los cristales se empañen. Para que no se estropeen, utiliza una gamuza de microfibra, uno de los mejores productos para limpiar bien las gafas.

Existen en el mercado una amplia gama de cristales con un tratamiento especial para evitar el vaho. Si tus gafas no los tienen, puedes usar varios productos que ofrecen buenos resultados y son fáciles de conseguir:

Aerosoles antivaho. Son unos espráis que dosifican un líquido con una formulación específica para evitar que los cristales se empañen. El efecto dura entre 4 y 6 horas, por lo que es aconsejable llevarlos siempre encima.

Jabón en seco. Al aplicarlo, hay que tener cuidado de no rayar los cristales. Una vez impregnadas ambas caras, llega el momento de abrillantarlas con una gamuza limpia. Este gesto crea una película invisible que evita la formación de vaho.

Patata cruda. El almidón que deja cuando se frota en las gafas crea una película que evita que se empañen. Al igual que en el caso anterior, se debe pasar un paño limpio después para devolver la nitidez a los cristales.

Aplicaciones súper útiles del Agua Oxigenada

El peróxido de hidrógeno o agua oxigenada, se usa generalmente para desinfectar pequeñas heridas. A menudo también es utilizado por dentistas para prevenir infecciones de boca y encías. ¿Pero sabías que este efecto desinfectante también se puede utilizar para todo tipo de trabajos de limpieza? ¡Puedes eliminar las manchas de grasa, hacer que las gafas brillen y mucho más!

1. Limpieza de vidrio:

Limpiando y brillando, por ejemplo, tu cocina, tu espejo o superficies de vidrio, puedes hacerlo perfectamente con peróxido de hidrógeno. Elimina la suciedad y garantiza un brillo brillante.

2. Desinfectar las superficies:

La encimera de la cocina es un verdadero caldo de cultivo para las bacterias. Incluso si se ha cubierto con un paño, las bacterias permanecen.

3. Limpieza del refrigerador:

también puedes limpiar tu refrigerador con este producto. Asegura un brillo, elimina la suciedad y mata las bacterias.

4. Limpieza de frutas:

Es la manera perfecta de limpiar frutas y verduras de forma natural a partir de bacterias y productos químicos que aún están en producción. Al sumergirlos primero en peróxido de hidrógeno y luego enjuagarlos con agua, tus frutas y verduras se limpian por completo de pesticidas y bacterias.

5. Desengrasa:

Mezcla el peróxido de hidrógeno con bicarbonato de sodio para formar una pasta para el desengrasante ideal. De esta forma, se eliminan las ollas sucias, las estufas grasas y otras manchas de grasa.

6. Hongo combatiente:

El peróxido de hidrógeno también tiene propiedades anti fúngicas. Esto lo hace adecuado para combatir el moho. Por lo tanto, rocíalo en áreas con moho para detener el crecimiento y eliminar el hongo.

7. Limpieza del inodoro:

También tiene un fuerte efecto antimicótico y antibacteriano. Además, elimina la suciedad y garantiza un brillo. Ideal para limpiar tu inodoro. Eliminando todas las bacterias y tendrás un brillo limpio.

8. Protección de plantas:

Pulverizando sus plantas con peróxido de hidrógeno, previenes el moho y aseguras que los insectos se mantengan alejados de tus plantas.

9. Limpieza del lavavajillas:

Puedes agregar una pizca de peróxido de hidrógeno al compartimiento del jabón



10. Quitamanchas:

También elimina casi todos los tipos de manchas de la ropa blanca, ya sean manchas de refrescos, vino tinto, sangre, etc. En el caso de una mancha de sangre, solo vierte un poco de peróxido de hidrógeno sobre la mancha.

11. Limpia el cepillo de dientes:

Para destruir completamente los virus y bacterias que generalmente se acumulan en tu cepillo de dientes con el tiempo, simplemente puedes remojar el cepillo de dientes con un poco de peróxido de hidrógeno.

12. Impurezas en la piel:

Si sufres de manchas o impurezas en la piel, el peróxido de hidrógeno puede ayudar a reducirlo. Aplicar directamente a las áreas afectadas por medio de un hisopo de algodón.

13. Frío:

También se puede utilizar como un gran remedio natural para los síntomas de los resfriados. Mezcla un poco de peróxido de hidrógeno con la misma cantidad de agua y aplícala al interior de las fosas nasales. Deja reposar la mezcla durante cuatro minutos y luego suena tu nariz.

Tres cosas que nunca debe llevar en la cartera

Algunos mantienen sus carteras despejadas con un poco de dinero suelto y unas pocas tarjetas, mientras que otros meten en ellas todo lo que les dan en la caja. Pero, ¿qué cosas es mejor llevar en la cartera y cuáles no?

No: tenga más de dos tarjetas de débito en la cartera

Tu propia tarjeta de débito, una tarjeta de crédito, la tarjeta de débito de la cuenta de tu pareja y otra tarjeta de débito de la empresa. No todo el mundo tiene la cartera así por dentro, pero hay gente que lleva bastantes tarjetas de débito y crédito. Pero cuantas más tarjetas de débito lleves, más difícil te resultará bloquearlo todo si pierdes la cartera o si te la roban.

No: guarde las tarjetas regalo en la cartera

Suena muy lógico guardar una tarjeta regalo en la cartera, pero no siempre es conveniente. ¿Cuánto tiempo suele permanecer una tarjeta de este tipo en la cartera? Sobre todo, ocupa espacio. Además, no hay forma de recuperar el efectivo de ese crédito si te roban la cartera o si la pierdes. Lleva tarjetas regalo sólo si sabes que vas a ir ese día de compras.

No: Guarde los recibos

Aunque sólo guardes un recibo en la cartera, al abrirla la cosa puede parecer bastante desordenada. ¿Has recibido recibos importantes? Primero escanéalos en el ordenador o hazles una foto con el móvil. Así siempre podrás enseñar el recibo si lo necesitas.



Lleva algo de cambio

Vivimos en un mundo en el que se puede utilizar un cajero automático en cualquier dirección, incluso para pequeñas cantidades. Pero el papel moneda siempre se puede utilizar, aunque haya un fallo en el cajero. Asegúrate de tener siempre efectivo en la cartera por si no puedes pagar con tarjeta de débito. Asegúrate también de tener la disciplina suficiente para no gastar estos veinte euros siempre que te convenga. Guarda este billete para cuando no puedas pagar de otra manera.

Sí: guarda una foto de tu bebé en la cartera

¿No hay bebés en la familia en este momento? Entonces lo más probable es que tampoco tengas una foto de bebé en la cartera. Aun así, es recomendable. Los estudios han demostrado que las carteras perdidas con una foto de bebé tienen más probabilidades de ser devueltas por quien las encuentra que las carteras con otras fotos o sin foto en ellas.