



BUENAS *Nuevas*.gt

Edición Semanal

del 22 al 28 de abril de 2024

“Y nosotros anunciaremos las Buenas Nuevas en Guatemala y celebraremos todo lo bueno, agradable y perfecto”





22 de abril de Día Internacional de la Madre Tierra



**Fundación Bi,
transformará la
agricultura en Alta
Verapaz con su
programa
“Conexión Raíz”**

**Walmart
fortalece su
estrategia para
liderar en
sostenibilidad**



Walmart fortalece su estrategia para liderar en sostenibilidad



En el marco del Día Mundial de la Tierra, Walmart Centroamérica reafirma su compromiso con el medio ambiente a través de una estrategia robusta para posicionarse como empresa líder en la preservación y restauración del planeta.

La empresa aborda la sostenibilidad a través de un modelo regenerativo que incluye mitigar la generación de residuos, reducir la emisión de gases de efecto invernadero, el desarrollo de proyectos con socios comerciales y materias primas certificadas para sus marca propias.

Energía renovable y movilidad eléctrica

Entre las iniciativas de Walmart en la región se incluyen la generación de energía renovable mediante paneles solares instalados en los techos de las tiendas, plantas y centros de distribución alcanzado una capacidad de generación superior a los 20 millones de kWh anuales. La movilidad eléctrica es otra de las apuestas de la compañía. Walmart cuenta con una flotilla de vehículos 100% eléctricos que supera las 70 unidades, lo que reduce las emisiones de gases de efecto invernadero. Adicionalmente, pone a disposición de sus clientes estaciones de recarga eléctrica en muchas de sus tiendas.

Reducción del desperdicio

La reducción del uso de materiales contaminantes como el plástico es otra acción realizada por la empresa de venta al detalle, siendo su proyecto más destacado la eliminación de las bolsas plásticas de un solo uso en el área de cajas de sus tiendas, sacando de circulación más de 385 millones de bolsas no reutilizables al año.

Uso eficiente de los recursos

El uso eficiente de la energía y del agua también son componentes esenciales en la estrategia de sostenibilidad de Walmart. Todas sus tiendas nuevas, remodelaciones y reemplazos cuentan con refrigerantes que generan un 70% menos de gases de efecto invernadero en comparación con los sistemas tradicionales. Sus plantas y centros de distribución operan con refrigerantes naturales, que no generan emisiones.

Materias primas de fuentes sostenibles

Los productos de papel de sus marcas propias, como el papel higiénico Suli y Supermax, provienen de pulpas 100% recicladas o de bosques certificados sostenibles. Así mismo, el 100% de los productos de aceite de palma de sus marcas propias proceden de plantaciones certificadas como sostenibles. Una porción significativa de los productos de pesca y textiles de sus marcas privadas provienen de materias primas certificadas de fuentes sostenibles.

"Continuaremos invirtiendo en energía renovable, mejorando nuestras tecnologías de refrigeración, iluminación y aire acondicionado, minimizando el uso de plásticos y el desperdicio de alimentos, y trabajando estrechamente con nuestros socios comerciales para optimizar nuestras cadenas de suministro haciéndolas más eficientes y sostenibles", destacó Marco Murillo, gerente de Sostenibilidad de Walmart en Centroamérica.

Fundación Bi, transformará la agricultura en Alta Verapaz con su programa "Conexión Raíz"

El programa "Conexión Raíz" es una iniciativa social transformadora que busca impulsar el desarrollo económico, ambiental y sociocultural en Alta Verapaz mediante la innovación, la inclusión financiera y el fomento del emprendimiento.

El programa se implementará en los municipios de San Cristóbal Verapaz y San Pedro Carchá, beneficiando a 100 agricultores locales durante un periodo de dos años.

"Conexión Raíz" aumentará significativamente la productividad agrícola a través de cinco fases clave:

Reconocimiento territorial.

Educación e inclusión financiera.

Innovación y competitividad en el campo.

Desarrollo de un modelo de asociatividad para el emprendimiento conjunto.

Promoción de ideas centradas en la innovación, la comunidad y la productividad. Como resultado de este programa, se espera mejorar la calidad de vida de los agricultores y sus familias mediante un incremento en la productividad, el fortalecimiento de los sistemas agroalimentarios, la implementación de modelos agro-productivos sostenibles y escalables, la reducción del impacto ambiental en las operaciones, y el acceso a créditos blandos.



Este esfuerzo conjunto contribuirá a la construcción de un futuro más próspero y equitativo para las comunidades de Alta Verapaz.

"Conexión Raíz es un paso firme hacia el fortalecimiento de las comunidades agro-productivas y su cadena de valor, asegurando un impacto por medio de la transformación en las técnicas agrícolas y de cultivo para su acceso a nuevos mercados a través del impulso empresarial", expuso María José Paiz, Gerente de Fundación Bi.

MICIVI inaugura puente vehicular en la aldea Lo de Reyes en Baja Verapaz



La ministra del Ministerio de Comunicación, Infraestructura y Vivienda, Jazmín De La Vega, en conjunto con el Presidente de la República, Bernardo Arévalo de León, presidieron la inauguración del puente vehicular en la aldea Lo de Reyes, situada sobre el Río Motagua, en El Chol, Baja Verapaz. El evento subraya el compromiso del Gobierno con el mejoramiento de las vías de comunicación en el país, especialmente en esta región.

Con una longitud de 100 metros, el puente representa no solo una conexión física entre comunidades, sino también el desarrollo para los habitantes del municipio. Uniendo los municipios de Chuarrancho, Guatemala con El Chol, Baja Verapaz.

La ministra De La Vega expresó su satisfacción por los resultados obtenidos, destacando el arduo trabajo realizado por todas las partes involucradas en la planificación y ejecución de este proyecto. "Las necesidades son muchas en cada departamento, siempre lo he dicho debemos conocer las necesidades de cada comunidad para poder mejorarlas y es nuestro compromiso en este gobierno. Hoy, el puente es una realidad y estoy consciente de las necesidades que existen". Asimismo, reafirmó el compromiso del MICIVI de seguir trabajando por el desarrollo integral de la infraestructura vial en el departamento de Baja Verapaz y en todo el país.

Con una estimación de 182 mil 700 beneficiarios directos e indirectos, este puente facilitará el acceso a servicios básicos y oportunidades económicas, fortaleciendo los lazos entre las comunidades. Personas de la aldea Lo de Reyes opinan que ahora podrán acceder más fácilmente a oportunidades económicas en otras áreas, lo que antes era difícil debido a la falta de un puente adecuado sobre el Río Motagua.



Producción de frutas en el país impulsa la generación de empleo y beneficios para la salud



El Departamento de Fruticultura y Agroindustria, fue creado en 1989 como PROFRUTA y ahora denominado DEFRUTA, tiene como misión promover el desarrollo integral de la agroindustria frutícola en el país. Brinda asistencia técnica y capacitación a los productores, fortalece sus capacidades, ofrece incentivo a la fruticultura y realiza investigaciones para mejorar la cadena productiva.

El próximo 3 de mayo se conmemora el Día de la Fruta, una fecha que resalta la importancia de este alimento en la salud y la nutrición. A través de sus actividades, el Departamento de Frutas de la Dirección de Desarrollo Agrícola del Viceministerio de Desarrollo Económico Rural (VIDER) continúa trabajando para impulsar la producción de frutas en Guatemala, beneficiando a los productores y contribuyendo al bienestar de la población.

La producción de frutas en Guatemala no solo es un motor económico que genera empleo en áreas rurales y urbanas, sino que también proporciona una amplia gama de beneficios para la salud. Desde los viveros hasta la agroindustria y el comercio, este sector desempeña un papel crucial en la economía del país.

La cadena de valor de la agroindustria frutícola, impulsada por el Departamento de Fruticultura y Agroindustria del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA), proporciona materia prima para diversas industrias, generando efectos multiplicadores en otros sectores económicos.

El consumo de frutas no solo aporta fibra, grasas no saturadas y antioxidantes, sino que también ofrece beneficios específicos para la salud, como el tratamiento del cáncer con guanábana y el consumo de aguacate para la salud cardiovascular.



Día Internacional de la Madre Tierra

Mucho se habla sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el cambio climático, pero se hace necesario reflexionar sobre los progresos y avances en los objetivos de cambio climático, un camino que nos puede dirigir hacia la sostenibilidad global.

El cambio climático es una de las mayores amenazas que enfrenta la humanidad en el siglo XXI. A medida que los efectos devastadores del calentamiento global se hacen más evidentes, la necesidad de tomar medidas concretas y urgentes se vuelve cada vez más apremiante.

Sin embargo, en medio de los desafíos, también hay señales alentadoras de progreso en los esfuerzos por abordar el cambio climático. Te enumeramos los que consideramos más evidentes y en los que la humanidad tiene puestas todas sus esperanzas.

El Día de la Tierra es una fecha designada por las Naciones Unidas dedicada a nuestro planeta. Su objetivo es tomar conciencia de la conservación y la sostenibilidad del medio ambiente e implementar medidas urgentes para un futuro más saludable.

Avances en Energías Renovables

Una de las áreas donde se ha observado un progreso significativo es en el desarrollo y la adopción de energías renovables. La energía solar y la eólica, en particular, han experimentado un crecimiento explosivo en todo el mundo. Los avances tecnológicos han hecho que estas fuentes de energía sean más accesibles y económicas que nunca, lo que ha llevado a una expansión sin precedentes de la capacidad instalada de energía renovable en muchos países.

Además, cada vez más empresas y gobiernos están comprometidos con la transición hacia una economía baja en carbono. Grandes corporaciones han establecido objetivos de neutralidad de carbono, comprometiéndose a reducir o compensar completamente sus emisiones de carbono. Estas iniciativas no solo tienen un impacto directo en la reducción de las emisiones, sino que también envían una señal clara al mercado de que la sostenibilidad es una prioridad.



Restaurar nuestra Tierra para mejorar la salud humana

La pandemia de coronavirus nos demostró sin lugar a dudas que la salud de la especie humana está íntimamente relacionada con la salud del planeta.

El maltrato de los humanos a la Tierra, la pérdida de biodiversidad, la deforestación, la producción agrícola y ganadera intensiva, son factores que pueden aumentar la transmisión de enfermedades infecciosas de animales a humanos.

De acuerdo con el PNUMA (Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente), cada cuatro meses surge una nueva enfermedad infecciosa en los humanos. Y de ellas, el 75% proviene de los animales. De ahí la relación tan estrecha entre salud humana, animal y ambiental.

¿Qué hacer cuando tu WiFi no se desconecte solo?

La velocidad de nuestro internet puede depender de varios factores, desde cosas que dependen de nuestro proveedor de internet como lo son el paquete que tengamos contratado, la velocidad del servicio, el tipo de cable con el que estamos recibiendo la señal, los dispositivos conectados, el modelo de nuestro modem y hasta si te tenemos conectados intrusos a nuestra red.

¿Tu WiFi se desconecta solo?

Si te ha pasado que estás usando tu laptop o celular y de repente se te cae el WiFi, no te desesperes, pues este problema es más común de lo que crees y, por suerte, tiene varias soluciones sencillas. Las principales causas por las que tu WiFi se desconecta sola son y que pueden ser un verdadero dolor de cabeza son:

Ubicación del módem

¿Tu módem está en un lugar central? Lo ideal es colocar el módem en un punto alto y despejado, lejos de paredes gruesas, espejos o muebles metálicos que puedan interferir con la señal.

También debes alejarlo de las interferencias, aleja el módem de electrodomésticos como hornos microondas, refrigeradores o televisores, ya que pueden generar interferencias. Así mismo, de teléfonos de casa que tengan una banda de 2,4 GHz, pues afectarán directamente la señal de tu módem.

El exceso de dispositivos conectados

Tienes que saber cuántos dispositivos hay conectados, ya que si tienes muchos dispositivos conectados al mismo tiempo, la red puede saturarse y provocar desconexiones.

Además, debes priorizar las conexiones importante, si necesitas usar internet de forma constante para trabajar o estudiar, dales prioridad a esos dispositivos en la configuración del router.



Problemas con el router o el proveedor de internet

Debes tener un router actualizado, es decir, asegúrate de tener la última versión del firmware del router. Consulta el sitio web del fabricante para descargar las actualizaciones.

¿Qué se puedes hacer?

Si estas recomendaciones no son suficientes, aquí te compartimos consejos adicionales para solucionar el problema:

-Reinicia el router y el módem: Apaga ambos dispositivos durante unos segundos y luego vuelve a encenderlos.

-Cambia el canal del WiFi: Si hay muchas redes WiFi cerca, es posible que la tuya esté saturada. Prueba cambiar a un canal menos congestionado.

-Utiliza un repetidor de WiFi: Si tu casa es grande o hay zonas con señal débil, un repetidor de WiFi puede ayudarte a ampliar la cobertura.

-Conéctate por cable Ethernet: Si es posible, conecta tu computadora o dispositivo directamente al router con un cable Ethernet para una conexión más estable.

Martes, 23
de abril

2024



Presentan La 5ª edición de la Copa Cementos Progreso



Motorola presenta los primeros smartphones del mundo con cámara y pantalla Pantone™ Validated

¿Es bueno para la salud comer chicharrones de cerdo?



Presentan La 5ª edición de la Copa Cementos Progreso

Progreso, presenta la quinta edición de la Copa Cementos Progreso. Esta consiste en un torneo de fútbol que reúne exclusivamente a los trabajadores de la construcción en encuentros deportivos a nivel nacional, buscando promover valores de compañerismo, trabajo en equipo y pasión por el deporte.

El campeonato está dirigido a maestros de obra y albañiles de la construcción, sin ningún costo de participación. Brindando la oportunidad de ganar premios en efectivo en cada una de las regiones, y un premio mayor al llegar a las finales.

Los tres primeros lugares de cada región se repartirán 10 mil quetzales en premios en efectivo, medallas y un trofeo. Los equipos que lleguen a cuartos serán parte de una experiencia de primer nivel, que incluirá transporte especial, alimentación, hospedaje en hotel y una variedad de sorpresas adicionales. Los equipos que lleguen a la semifinal se repartirán el premio que asciende a un total de 200 mil quetzales, medallas y un trofeo.

El campeonato iniciará en el Estadio Cementos Progreso el domingo 5 de mayo y continuará los domingos de mayo y junio, hasta el domingo 23, fecha en la que se determinará el último clasificado para las finales. Las jornadas finales se desarrollarán durante el fin de semana del viernes 5 al domingo 7 de julio en el Estadio Cementos Progreso. Debido a la gran cantidad de equipos que se espera participen en cada jornada, el formato escogido para la ocasión será tipo "sacarrín", o sea a un solo partido de 15 minutos cada choque, sin categorías establecidas.



Las inscripciones de los equipos están abiertas desde el 1 hasta el 30 de abril, y se podrán realizar a través de visitas y activaciones en obras, ferreterías Construred o mediante los números de teléfono: 4876-3816 y 5219-5324. Para más información pueden consultar las redes sociales de UGC Cementos Progreso

Aprodica Presenta el Desafío de la Piratería en Guatemala y sus Implicaciones

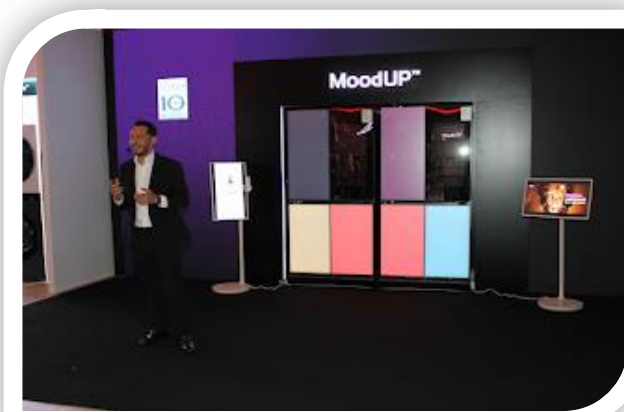
La Asociación de Programadores, Distribuidores y Agentes de Televisión por Cable de Centroamérica (Aprodica) presentó resultados cruciales de una investigación sobre el Alcance y Dimensión de la Piratería Online en Guatemala. Esta investigación, realizada por el Centro de Estudios de Telecomunicaciones de Latinoamérica, se enfocó en tres áreas clave para comprender el problema y sus implicaciones.

En términos de audiencia, se descubrió que el 20% de los resultados de búsqueda de contenido audiovisual conducen a sitios potencialmente ilegales. Además, por cada usuario que accede a sitios legales, casi el doble prefiere los sitios piratas.

El análisis de la disponibilidad revela que los motores de búsqueda y las redes sociales son las principales fuentes de contenido pirata, mientras que los marketplaces muestran la menor cantidad de contenido ilegal. Sin embargo, existen variaciones notables entre países, con Latinoamérica mostrando entre un 5% y un 25% de resultados de búsqueda ilegales. Cerca del 90% de la actividad ilegal identificada en los marketplaces corresponde a aquellos operados en Facebook.

Las tiendas de aplicaciones exhiben una baja presencia de contenido ilegal. Sin embargo, el ranking de las aplicaciones es destacable, lo que significa que, aunque hay pocas aplicaciones ilegales, estas pueden estar bien posicionadas en los resultados de búsqueda.

En cuanto al contenido, se observa que los sitios ilegales presentan riesgos significativos para los usuarios, con datos alarmantes como contenido adulto explícito en algunos sitios y un aumento en el clic promedio para reproducir contenido. Además, las redes sociales como TikTok (1%), Instagram (6%) y Twitter (15%) también muestran una presencia considerable de contenido ilegal, siendo Twitter la más afectada.



A nivel regional, aproximadamente la mitad de los contenidos audiovisuales reproducidos provienen de sitios pirata, con países como Bolivia, Ecuador, Nicaragua y Guatemala mostrando proporciones más altas que el promedio regional. En 2023, los dominios legales tuvieron un 2% más de visitas que los sitios ilegales analizados a nivel regional.

El estudio también resalta el impacto económico de la piratería, señalando un potencial significativo de mercado para servicios legales de video bajo demanda (VOD) y transmisiones en vivo si los consumidores de piratería migran hacia opciones legales. Además, los ingresos por publicidad en sitios ilegales representan una suma considerable.

Los hallazgos de la investigación subrayan la importancia de abordar la piratería online en Guatemala y en toda Centroamérica, no solo por sus implicaciones legales y económicas, sino también por los riesgos asociados para los usuarios. Se necesitan medidas integrales que promuevan el acceso legal a contenido audiovisual y protejan los derechos de propiedad intelectual.

Consume estas verduras en el desayuno para reducir el colesterol



Las verduras son alimentos bastante versátiles y aunque la mayoría de las personas relacionan su consumo a la hora del almuerzo, lo cierto es que puede incluir algunas de ellas en su desayuno y para mejorar su salud.

Incluir verduras verdes en tu desayuno es una estrategia que contribuye a regular los niveles de colesterol. Son muchos los deliciosos batidos que puede preparar para iniciar bien el día con energía, mientras mantiene en su nivel perfecto el colesterol.

Las espinacas, las acelgas, el brócoli, entre otras, son una fuente abundante de fibra dietética y antioxidantes que ayudan a estimular el correcto metabolismo de los lípidos en el organismo.

Espinacas

Las espinacas son una de las verduras verdes más recomendadas para apoyar al organismo en la disminución de los niveles altos de colesterol. Contiene gran cantidad de antioxidantes que ayudan a contrarrestar los efectos de la alimentación alta en grasa, con lo que se evita la acumulación de grasa en el hígado. La mejor forma de consumir la espinaca es cruda, para lo cual puede hacer parte de un buen batido, sin embargo, la forma más conocida y apetecida es al revolverlas con los huevos, agregando sal y pimienta al gusto.

Acelgas

Las acelgas se destacan por su aporte de fibra y por esta razón es recomendada para disminuir los niveles de colesterol alto. Comer con frecuencia este tipo de vegetal contribuye a disminuir la producción de este lípido en el hígado. De igual manera, estimula la excreción de esta grasa antes que se acumule en las paredes de las arterias. A la hora del desayuno se puede mezclar con un par de huevos revueltos, para lograr obtener todos sus beneficios durante la primera comida del día.

Lechuga

La lechuga es baja en calorías y contiene nutrientes que ayudan a proteger la salud cardiovascular. En particular, es una fuente de vitaminas C y E, y carotenoides, que mejoran el estado antioxidante del cuerpo y ayudan a estimular la excreción del colesterol total.

El brócoli

Es uno de los alimentos más completos y además tiene la propiedad de reducir los niveles de colesterol alto. Su fibra soluble se une a las partículas de colesterol y favorece su eliminación.

Gobierno presenta informe de sus primeros 100 días de gestión



El presidente de la República, Bernardo Arévalo, y la vicepresidenta Karin Herrera, presentaron junto a su gabinete de ministros, el informe de sus primeros 100 días de gestión, en el cual resaltan las principales acciones encaminadas a la recuperación del Estado para el servicio de las y los guatemaltecos.

Durante la actividad, el presidente de la República expuso los principales avances en materia de seguridad, lucha contra la corrupción y transparencia en la gestión gubernamental.

“Como funcionarios públicos queremos renovar nuestro compromiso de servicio para con las y los guatemaltecos. Este informe de los primeros días es muestra del trabajo que ha realizado este equipo de trabajo que tengo a bien presidir, como el pueblo de Guatemala me lo designó”, señaló el presidente Arévalo.

El ministro Maynor Estrada, dio a conocer las principales acciones de la cartera en estos primeros meses entre las cuales destacó

:La detección de 256 contratos de personas de primer ingreso, los cuales fueron rescindidos, ya que pretendían afectar el presupuesto y las actividades del ministerio.

- Denuncias penales a personas que estafaban con la venta de plazas fantasmas, así como denuncias por corrupción en la Oficina de Control de Áreas de Reserva del Estado, OCRET.
- Investigación por presunta extorsión a trabajadores de la cartera
- Lanzamiento de la Política Nacional de Riego 2024-2033.
- Proceso de verificación de puestos y comparecencia laboral del personal del MAGA.



Motorola presenta los primeros smartphones del mundo con cámara y pantalla Pantone™ Validated

El poder del color es innegable. Al influir en lo que vestimos e incluso en cómo pensamos y sentimos, el color es la base de nuestro día a día. En Motorola, esta creencia ha impulsado el enfoque de los dispositivos y ha inspirado su asociación con Pantone. Desde 2022, la compañía ha incorporado a Pantone en todo su portafolio, llevando sus impactantes tonos a los consumidores. Desde el motorola razr 40 ultra/razr+ que luce el Color Pantone del año 2024, PANTONE 13-1023 Peach Fuzz, hasta el motorola edge 40 neo que estrena una línea completa de colores seleccionados por Pantone, y el moto g84 5G PANTONE 18-1750 Viva Magenta, los consumidores pueden elegir un smartphone basado en Pantone para reflejar su estética personal, independientemente de su presupuesto o preferencia de estilo.

Motorola va más allá de la selección de colores y acabados e incorpora la experiencia de Pantone a la pantalla del dispositivo y al ajuste de la cámara con Pantone™ Validated y Pantone SkinTone™ Validated. Estos programas pendientes de patente prueban el dispositivo de un fabricante para garantizar colores y tonos de piel Pantone auténticos. Para superar los estrictos criterios de clasificación de Pantone, la cámara o la pantalla del producto deben mantener la fidelidad cromática de los diversos colores que se encuentran en las guías Pantone PMS y SkinTone.

Esenciales para creadores de contenidos, fotógrafos y diseñadores, estos programas ofrecen a los consumidores colores verdaderos que pueden ayudarlos a explotar su creatividad y dar vida a sus ideas. Como se refleja en la tecnología del dispositivo, las evaluaciones de Pantone para la pantalla y la cámara se reconocen en los nuevos motorola edge 50 ultra y motorola edge 50 pro, los primeros smartphones del mundo en recibir estos reconocimientos del programa.

Al utilizar la excelencia de diseño de Pantone en cada etapa del desarrollo del dispositivo, Motorola ofrece colores auténticos para permitir a los usuarios compartir su espectro de experiencias.



"Este siguiente paso en nuestra asociación con Pantone permite a nuestros usuarios capturar y ver el color y el tono de la piel en su smartphone y saber que estos tonos son auténticos y reales", dijo Rubén Castano, Head of Customer Experience at Motorola. "Para nosotros es importante inspirar confianza en el color y reforzar la inclusividad para nuestros usuarios, y estamos encantados de liderar la industria en este esfuerzo."

Las funciones Pantone™ Validated y Pantone SkinTone™ Validated ya están disponibles en el motorola edge 50 ultra y el motorola edge 50 pro. Estén atentos para más información sobre la disponibilidad de futuros dispositivos.



¿Es bueno o malo para la salud comer chicharrones de cerdo?

El chicharrón de cerdo es un alimento que genera debate. Mientras que algunos lo consideran un manjar, otros lo ven como un alimento poco saludable debido a su contenido de grasa. Pero, ¿es bueno o malo para la salud consumirlo?

Contrario a lo que muchos podrían pensar, el chicharrón de cerdo tiene varios beneficios para la salud. En primer lugar, es una fuente importante de proteínas de alto valor biológico, útiles para los músculos.

Además, tiene un alto contenido en grasas y proteínas puede ayudar a aumentar la sensación de saciedad, lo que podría ser beneficioso para el control del apetito y el peso corporal.

La piel de cerdo, principal componente del chicharrón, es rica en colágeno, una proteína que puede contribuir a la salud de la piel, las articulaciones y los huesos.

A pesar de los beneficios mencionados, es importante recordar que cualquier alimento consumido en exceso puede ser perjudicial para la salud.

El chicharrón de cerdo, aunque tiene beneficios para la salud, también es alto en calorías y grasa. Por lo tanto, debe ser consumido con moderación.



La forma en que se prepara el chicharrón de cerdo puede afectar su valor nutricional. Por ejemplo, los chicharrones fritos en grasa pueden contener más grasa y calorías que los chicharrones horneados.

El chicharrón de cerdo puede ser un alimento delicioso y nutritivo, pero es importante consumirlo con moderación y dentro de una dieta equilibrada. una alimentación saludable no se trata de eliminar por completo ciertos alimentos, sino de disfrutarlos con moderación y en combinación con otros alimentos nutritivos.



Bac Guatemala por segundo año consecutivo recibe calificación AAA de Fitch Ratings



Semana de Vacunación en las Américas (SVA)

Cadenas Globales de Valor, oportunidad del Sector BPO para crecimiento en sus exportaciones



Cadenas Globales de Valor, oportunidad del Sector BPO para crecimiento en sus exportaciones



Tercerizar los servicios se convirtió en un pilar para el crecimiento y enfoque de sectores como de manufacturas, inmobiliario, construcción, hotelería, telecomunicaciones, electricidad, seguridad, educación, financiero, entre otros. Se estima que el mercado de tercerización alcance los US\$280.6 mil millones con una tasa de crecimiento compuesta del 9.4% entre 2023 y 2030.

Guatemala se encuentra en la ventana de oportunidad mundial, la cual puede generar mayor empleo formal en el Sector BPO, y con ello, continuar siendo un Sector relevante en el desarrollo social y económico del país.

Otra tendencia de los servicios ofrecidos por el Sector BPO en Guatemala es la diversificación, pasando del tradicional servicio al cliente y soporte técnico a incluir servicios de mayor valor agregado como: análisis de datos, back office, contabilidad, recursos humanos, programación, automatización de procesos, marketing y servicios financieros.

“Somos un Sector que genera empleo en Guatemala. Hoy son, aproximadamente, 192 mil 500 empleos que genera el Sector de forma directa e indirecta. Uno de los impactos más notables del Sector BPO en Guatemala es su capacidad para crear empleos de alto valor agregado. Estos roles ofrecen salarios competitivos y brindan amplias oportunidades de desarrollo profesional”, mencionó Eduardo Castillo, Presidente de la Junta Directiva del Sector BPO de AGEXPORT.

“Una de las claves del éxito del Sector BPO de AGEXPORT ha sido su continua búsqueda de la innovación y adopción de tecnologías de vanguardia. En 2023, se implementó la inteligencia artificial y la automatización de procesos robóticos, lo que demostró ser crucial para la mejora de la productividad, permitiendo una mayor eficiencia, precisión y escalabilidad. Este enfoque, ha hecho que los colaboradores se dediquen a tareas de mayor valor agregado, impulsando así, la competitividad de las empresas”, indicó Castillo.

El evento tuvo un enfoque significativo en cómo las redes internacionales de producción tienen la capacidad de acelerar la economía en el mundo. Este fue un punto crucial para comprender las maneras en las que las cadenas globales de valor han revolucionado las formas de realizar negocios, tomando en cuenta que el 67% de los líderes empresariales de Guatemala afirmó haber experimentado un aumento en la demanda durante el 2023 y que el mercado de la tercerización alcance una tasa de crecimiento del 9.4% para el 2030.

Semana de Vacunación en las Américas (SVA)

Del 20 al 27 de abril de 2024, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), junto con los países y territorios de la Región de las Américas y sus socios, celebra la 22ª Semana de Vacunación en las Américas (SVA) y la 13ª Semana Mundial de Inmunización con el llamado a la acción “Actúa ahora para proteger tu futuro. #Vacúnate”. Esta iniciativa regional, tiene como objetivo promover la equidad y el acceso a la vacunación en todos los países de la Región de las Américas.

“Los expertos han comentado que las vacunas constituyen uno de los avances más importantes en materia de salud y desarrollo a nivel mundial, salvando cada año las vidas de entre 2 y 3 millones de niños. De hecho, han preservado más vidas humanas que cualquier otro invento médico en la historia, convirtiéndose en uno de los mayores logros en la reducción de la mortalidad infantil, ya que el 30% de las muertes de niños menores de 5 años pueden prevenirse con una vacuna. Situaciones como la pasada pandemia nos han recordado como sociedad la importancia de la inmunización como mecanismo efectivo de la contención de enfermedades, en donde todos jugamos un papel relevante en la prevención”, comentó Andrés Barreto Borbón, director de Comunicaciones y Políticas Públicas de MSD para Centroamérica y Caribe.

Estas herramientas ayudan a proteger a los niños contra enfermedades que pueden ocasionar graves daños o la muerte, sobre todo en personas con sistemas inmunitarios en desarrollo. Tal es el caso de las vacunas de rutina, que protegen de enfermedades infecciosas como el sarampión, la rubéola, la influenza, la polio, la fiebre amarilla, el neumococo, o el Virus del Papiloma Humano (VPH), los cuales se pueden propagar rápidamente en grupos de personas no vacunadas. En su informe “Estado Mundial de la Infancia 2023: Para cada infancia, vacunación”, UNICEF revela que disminuyó la percepción de la importancia de las vacunas infantiles, advirtiendo que un total de 67 millones de niños y niñas se quedaron sin vacunar total o parcialmente entre 2019 y 2021, y que los niveles de cobertura de vacunación disminuyeron en 112 países. Los niños y niñas nacidos justo antes o durante la pandemia están superando la edad en la que normalmente deberían haber recibido las vacunas, una situación que destaca la necesidad de tomar medidas urgentes para ponerse al día.



Alrededor de 8 de cada 10 personas en todo el mundo pueden contraer el virus del papiloma humano (VPH) a lo largo de su vida. Por ello, según el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) la protección temprana es la que mejor funciona.

El neumococo (*Streptococcus pneumoniae*) es un tipo de bacteria que puede ocasionar infecciones, algunas graves, en muchas partes del cuerpo, siendo el responsable de muchos casos de neumonía, meningitis, bacteriemia, otitis media y sinusitis. Estas infecciones neumocócicas son una causa importante de morbilidad, hospitalización y mortalidad en todo el mundo.

Abren las inscripciones para la Olimpiada Guatemalteca de Astronomía



La Olimpiada Guatemalteca de Astronomía (OGA) 2024 es el lugar perfecto para que los estudiantes de nivel básico y bachillerato se sumerjan en las maravillas del universo y pongan a prueba sus habilidades en este fascinante campo.

Este evento es una oportunidad para los niños y jóvenes con una curiosidad insaciable por las estrellas, planetas y galaxias, la OGA 2024 es una oportunidad única para brillar y demostrar todo su potencial. Este proyecto educativo invita a los participantes a expandir sus conocimientos y desafiar sus límites en un ambiente de aprendizaje y competencia.

Los requisitos para participar incluyen: ser guatemalteco, estar matriculado en nivel medio con conocimientos de física fundamental, tener acceso a internet y una cámara web, así como completar el formulario de inscripción disponible en el siguiente enlace. <https://olaagt.wixsite.com/oga-gt>

La Olimpiada Guatemalteca de Astronomía es un evento organizado por profesionales y estudiantes de Guatemala, con el objetivo de promover el estudio de la astronomía y disciplinas afines entre los jóvenes del país. Además, busca apoyar la inclusión curricular de la astronomía y fomentar valores como el honor, la disciplina, la humildad y el cooperativismo entre los participantes.

La iniciativa es promovida por el astrofísico guatemalteco Rodrigo Sacahuí Reyes, con el respaldo del Club de Astronomía y Astrofísica Aq'ab'al y la Asociación Guatemalteca de Física (AGF). La OGA se creó con el propósito de motivar a los estudiantes a continuar sus estudios en carreras relacionadas con la ciencia, especialmente la astronomía. Desde su primera edición en 2017, ha sido un espacio de intercambio y motivación para los jóvenes apasionados por el cosmos.

Para obtener más información sobre la OGA 2024, incluyendo los contenidos a evaluar, así como exámenes de ediciones previas pueden consultarse en:

<https://olaagt.wixsite.com/oga-gt>



Ejercitar el cuerpo mientras se trabaja puede agudizar el cerebro



Las "estaciones de trabajo activas", es decir, las que incorporan una plataforma para caminar, una bicicleta, una escaladora o un escritorio de pie, mejoran la cognición mental sin reducir el rendimiento laboral.

El sedentarismo prolongado, por su parte, aumenta el riesgo de sufrir enfermedades crónicas. Los resultados del estudio están publicados en la Revista de la Asociación Americana del Corazón. Combinar el movimiento con el trabajo de oficina que antes se realizaba durante largos períodos mientras se permanecía sentado. Las estaciones de trabajo activas pueden ofrecer una forma de mejorar sustancialmente el rendimiento cognitivo y la salud en general.

Es factible combinar el movimiento con el trabajo de oficina que antes se realizaba durante largos períodos mientras se permanecía sentado. Las estaciones de trabajo activas pueden ofrecer una forma de mejorar sustancialmente el rendimiento cognitivo y la salud en general, simplemente al ejercitarse en el trabajo.

El funcionamiento cerebral de los participantes que utilizaron las estaciones de trabajo activas mejoró o se mantuvo igual. Su velocidad de escritura solo disminuía un poco y la precisión no se veía afectada. Los resultados del estudio revelaron una mejora de las puntuaciones de razonamiento al estar de pie, caminar o subir y bajar de la escaladora en comparación con cuando se está sentado.

"Los trabajadores de oficina pueden pasar gran parte de su jornada laboral de ocho horas sentados ante la pantalla y el teclado de una computadora. Según estas conclusiones, hay más formas de llevar a cabo ese trabajo sin dejar de lado la productividad y la agudeza mental. No estaría de más analizar la posibilidad de incluir una estación de trabajo activa en la receta médica para la prevención y el tratamiento de afecciones como la obesidad, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes",



El Ministerio de Relaciones Exteriores lanza la campaña informativa: "Guatemala cerca de ti"

El Ministerio de Relaciones Exteriores lanza la campaña informativa: "Guatemala cerca de ti", una iniciativa que tiene como objetivo primordial facilitar el conocimiento y acceso de los servicios consulares a los connacionales en el extranjero, así como promover una ciudadanía sin fronteras.

La campaña contiene un conjunto de más de 300 piezas de comunicación que incluyen artes gráficos, videos, testimoniales y spots radiales orientados hacia los servicios de protección y asistencia consular. Materiales que serán compartidos, en una primera fase, en las 25 misiones consulares de Guatemala en los Estados Unidos y en las redes del Ministerio de Relaciones Exteriores de forma orgánica.

"Guatemala cerca de ti" está concebida bajo los principios de inclusión y servicio a los compatriotas que se encuentran en el exterior, reconociendo la importancia y valor de esta comunidad que crece cada día. Por ello, el Ministerio de Relaciones Exteriores se ha comprometido a estrechar lazos y garantizar un acompañamiento cercano a cada guatemalteco que se encuentra fuera de nuestras fronteras.

Conforme al Plan de Gobierno 2024-2028, la meta consiste en transformar significativamente la relación entre el Estado y los guatemaltecos en el exterior. Esto implica no solo brindar servicios consulares de calidad, sino también generar espacios de participación y diálogo que fortalezcan el sentido de pertenencia e identidad de los connacionales en el extranjero.

"Guatemala cerca de ti" no se limita a la provisión de servicios consulares básicos y gratuitos. También busca impulsar iniciativas que promuevan el bienestar y el desarrollo integral de la comunidad en el exterior. Esto incluye desde asesoría legal, hasta programas culturales y educativos. Es decir, se construye como un puente sólido entre el Estado y los guatemaltecos en el exterior.



Bac Guatemala por segundo año consecutivo recibe calificación AAA de Fitch Ratings

La prestigiosa calificación AAA otorgada por parte de Fitch Ratings, es un reconocimiento al sólido desempeño financiero, gestión prudente y la capacidad de BAC Guatemala para enfrentar desafíos económicos y financieros. Este logro refleja la solidez de su crecimiento en Guatemala y la región. Asimismo, refiere la estabilidad de BAC Guatemala, facilitando el acceso futuro a financiamiento y recursos internacionales para beneficio del crecimiento del país.

BAC está enfocado con su estrategia Neto Positivo, buscando la generación de valor no sólo en el ámbito económico, sino también en el ámbito social y ambiental. A través de iniciativas innovadoras y sostenibles, como el programa de inversión en proyectos de impacto ambiental y social, el equipo humano de BAC trabaja para construir un futuro más próspero y equitativo para todos los guatemaltecos.

BAC ha sido un pionero en la adopción de tecnologías innovadoras para mejorar la experiencia del cliente y promover la inclusión financiera. Sus servicios digitales, como la banca en línea, medios de pago como "MiPOS" y las aplicaciones móviles, proporcionan acceso seguro y conveniente a servicios financieros para que las personas, pymes y corporaciones puedan alcanzar prosperidad para ellos, sus familias y Guatemala.



"Nos complace recibir la mejor calificación de riesgo posible, la cual reconoce la solidez de nuestra estrategia, trayectoria y crecimiento en Guatemala. También reafirma nuestro compromiso con la generación de triple valor: económico, social y ambiental, pues creemos que el éxito financiero debe ir de la mano con el progreso social y el apoyo del medio ambiente", señaló Eric Campos, Presidente Ejecutivo de BAC Guatemala.





AmCham premia innovación y creatividad en el Día Mundial de la Propiedad Intelectual



Grupo AG presentó su informe "Arquitectos de un Futuro Sostenible"

25 de abril Día Mundial del Paludismo



AmCham premia innovación y creatividad en el Día Mundial de la Propiedad Intelectual



AmCham premia innovación y creatividad en el Día Mundial de la Propiedad Intelectual.

Gran Premio Eduardo Illescas y Reconocimiento ODS de Salud y Bienestar a: Dr. Carlos León Roldan - Córnea Artificial.

El doctor Carlos León inventó la córnea artificial -queratoprótesis- fabricada de coral marino, que permite a personas ciegas poder ver. Es usada en cirugías de trasplante de córnea para tratar enfermedades oculares. Además, fundó la escuela superior de oftalmología con el beneplácito de una universidad en Guatemala.

León Roldán es un reconocido oftalmólogo guatemalteco y ha sido reconocido como Premio Nacional de Guatemala en Ciencia y Técnica. La invención de los implantes de coral fueron el resultado de especialización y trabajo de investigación en conjunto con el doctor José Barraquer Granados.



Reconocimiento ODS Alianzas para lograr los Objetivos: Beila Meneses – Fondo Unido

Belia Meneses es la Directora Ejecutiva de Fondo Unido, el cual fomenta la participación voluntaria de empresas, organizaciones y personas individuales para prevenir la desnutrición crónica. Ha contribuido al desarrollo económico local mediante la implementación de programas de capacitación laboral, apoyo a emprendedores y promoción del empleo digno.

Su propósito es promover el desarrollo de las personas y comunidades más necesitadas del país.

Reconocimiento ODS Hambre Cero

Ganadora Marines Rodríguez – Chispuditos. Chispuditos es un complemento alimenticio a base de maíz y soya en Centroamérica. Contiene 21 vitaminas y minerales formuladas para el desarrollo integral de los niños y niñas en la primera infancia.

Lisa Villanueva es una mujer apasionada por mejorar la nutrición infantil. Actualmente, es la directora de operaciones de "The Mathile Institute for The Advancement of Human Nutrition."

recomendaciones para manejar las emociones fuertes (estrés, ansiedad, depresión, coraje)

Los procesos de los seres humanos pueden ser complejos y ciertamente demandantes a nivel emocional. Las circunstancias que se enfrentan pueden provocar emociones fuertes que conocemos como estrés, ansiedad, depresión, coraje.

Cuando el ser humano enfrenta una circunstancia que emocionalmente le desestabiliza, la intensidad de la emoción pudiera ser elevada. En muchas ocasiones esa intensidad no encuentra válvulas de escape para poder liberar parte, si no toda esa intensidad. Es importante aclarar que no se trata de negar lo que está sucediendo o se está confrontando.

El estrés

Un ejemplo que, en esta época, tiende a ser bastante cotidiano es el estrés. Si utilizamos esa emoción como referencia pudiéramos describir su manifestación como un nivel elevado de perturbación y preocupación sobre el evento, persona u objeto estresor, alteración en patrón de sueño, irritabilidad, fatiga mental, dificultad para concentrarse. Cada una de estas manifestaciones, al dirigir las a nivel fisiológico podemos identificar el daño que puede generar.

La dificultad en concentración es la inhabilidad que enfrenta el cerebro de enfocarse en la tarea a realizar. La irritabilidad provoca un nivel de defensa e hipervigilancia que afecta a nivel cardíaco y puede provocar taquicardia.

Recomendaciones para manejar las emociones:

1. Reconoce aquellas cosas que pueden tornarse en detonantes de emociones negativas.
2. Mantén distancia saludable. Esto incluye relaciones que pueden ser tóxicas.
3. Si las relaciones se dan dentro de escenarios de los que no puedes distanciarte (trabajo o familia extendida) sé intencional en espacios de desintoxicación.
4. Relaciónate con personas que te sumen, no que te resten ni te carguen. Es bueno desahogarte, pero cuida con quien lo haces.



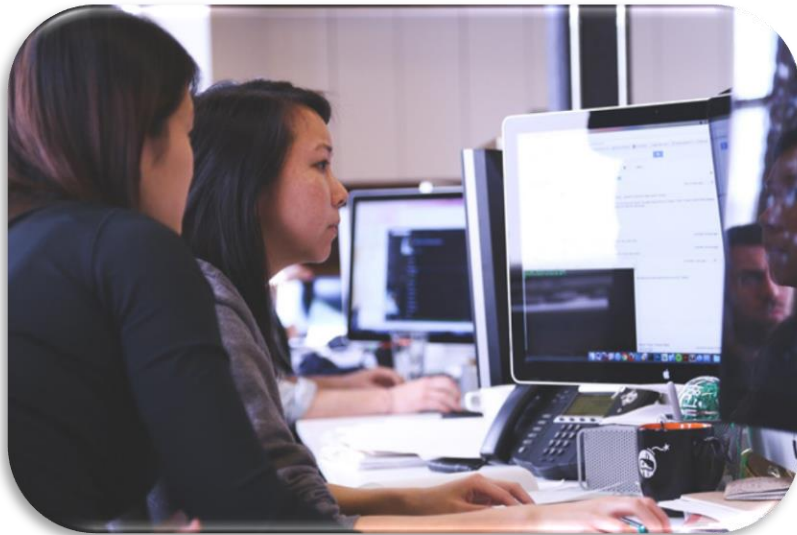
5. Ejercítate. Caminar en un lugar abierto, música terapia, cambiar el escenario por un rato, aún cuando eso implique ir al estacionamiento de tu lugar de empleo, al patio de la casa, un parque cercano, te concederá tiempo de oxigenación, tu cerebro recibirá otro estímulo más placentero y podrás renovar e higienizar tu mente y cuerpo.

6. Utiliza las disciplinas espirituales. Ora, lee, reflexiona, trabaja y ejercita el dominio propio

7. No olvides tu cuidado médico. Siempre es importante ese cotejo anual.

Es posible que pienses que no lo merecen. Quizás digas "no daré mi brazo a torcer". Si esa es la línea de pensamiento, ya has alcanzado cierto nivel de toxicidad que podría exacerbar emociones negativas y enfermar tu cuerpo y espíritu. Todo lo que puedas prevenir será para tu beneficio.

Día de las Niñas en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs)



El Día de las Niñas en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) no solo representa una fecha de conmemoración, sino un recordatorio de la importancia de promover activamente la participación de las niñas en un mundo digitalmente avanzado. Desde la Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt), se impulsan actividades diseñadas para inspirar a la niñez a explorar carreras científicas y tecnológicas, proporcionándoles modelos a seguir con historias de guatemaltecas destacadas en estos campos.

La brecha digital y las herramientas tecnológicas en Guatemala siguen siendo limitantes para el desarrollo, principalmente en el área rural. Una de las áreas más afectada es la educación, porque la tecnología y el internet se han convertido en herramientas fundamentales para que la niñez, adolescencia y juventud desarrollen habilidades y conocimientos, por lo que las desigualdades en el acceso pueden limitar las oportunidades de crecimiento y desarrollo.

Desde la Senacyt el compromiso es continuar con los esfuerzos para incluir a más niñas y mujeres en actividades científicas y tecnológicas. Llegar a las áreas con menos acceso a estas oportunidades para lograr disminuir la brecha digital y garantizar la construcción de un futuro más inclusivo y digno.

El Día de las Niñas en las TICs es una oportunidad para reflexionar sobre la importancia de eliminar las barreras de género en el acceso y la participación en la tecnología. En Guatemala, celebrar este día es un paso crucial hacia un futuro donde las mujeres sean protagonistas activas en la construcción de un mundo digital inclusivo y próspero.

Según el Foro Económico Mundial, para el año 2050, el 75% de los trabajos estarán relacionados con áreas STEM. Sin embargo, en la actualidad, las mujeres ocupan apenas el 22% de los puestos en inteligencia artificial. Esta disparidad es una llamada de atención para garantizar una mayor participación femenina en campos científicos y tecnológicos.

Las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC), son el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas informáticos, aplicaciones, redes y medios; que permiten la compilación, procesamiento, almacenamiento, transmisión de información como: voz, datos, texto, video e imágenes.

Como evitar que la lechuga se ponga negra y se conserve por más tiempo



La conservación de los alimentos es un factor importante para la salud y la buena alimentación. Uno de los ingredientes a los que hay que ponerle un poquito de atención para hacerlos durar más, es la lechuga. Una hortaliza que es muy consumida a nivel mundial y que va perfecto con una gran variedad de platillos y hasta postres. Así que para que tengas la lechuga más fresca en el momento que lo desees.

te vamos a mostrar el truco para evitar que la lechuga se ponga negra y se pudra, aun estando en el refrigerador.

° Envuélvela en un papel: es la más usada, solo coloca las hojas de la lechuga entre capas de papel toalla y guárdalas en una bolsa de plástico.

° Solo usa contenedores específicos: si no deseas usar papel, puedes usar contenedores que están hechos para conservar los alimentos, en el caso de los vegetales ayudan a una correcta circulación del aire y regulan la humedad. Con estos contenedores puedes hacer que la lechuga se mantenga más fresca.

Evita el contacto directo con el frío extremo: no coloques la lechuga en el área más fría de tu refrigerador, pues las hojas de la lechuga empezaran a quemarse y la aparición de manchas negras será inevitable. Por lo tanto, ubica el lugar menos frío y colócalas ahí en caso de que no tengas a la mano un recipiente o papel toalla.

° Prepáralas correctamente para la congelación: puedes congelar la lechuga, sí, es recomendable, no. Pero si deseas hacerlo, solo lava y seca las hojas o pícalas (según prefieras) y colócalas dentro de una bolsa. Mencionamos que no es recomendable, ya que congelarlas les cambia su textura y sabor, lo que no las hace muy apetecibles, pero puedes intentarlo de la manera en como te explicamos.



Grupo AG presentó su informe "Arquitectos de un Futuro Sostenible"

Grupo AG ha sido un líder durante más de 70 años, destacando por su enfoque en construir un futuro más sostenible para Guatemala. Tanto el pasado, como el presente y el futuro están marcados por el trabajo en equipo, una estrategia coherente, una planificación eficaz y una gestión sostenible.

Estas claves han permitido a la compañía consolidarse como uno de los líderes responsables en la industria del acero y materiales para la construcción, desarrollando acciones que permiten integrar mejores prácticas en los países donde operan.

Grupo AG presentó su nueva visión y estrategia, que colocan la innovación y la sostenibilidad en el centro para incrementar el impacto con acciones concretas que buscan mejorar un millón de vidas en las sociedades en las que operan.

Arquitectos de un futuro sostenible

Este compromiso se refleja además en la publicación periódica de sus informes de sostenibilidad que muestran sus esfuerzos por integrar prácticas responsables en todas sus operaciones. Estos reportes se basan en los estándares del Global Reporting Initiative y son verificados por el Centro para la Acción de la Responsabilidad Social Empresarial en Guatemala, que es el data partner para Guatemala y Latinoamérica.

La empresa presentó su tercer informe llamado "Arquitectos de un Futuro Sostenible" que forma parte del "Plan Futuro Sostenible 2022–2025", en el que se definieron las prioridades corporativas para ese período, y que están basadas en cuatro ejes: Producto, Planeta, Personas, y Prosperidad e Incidencia.

"Buscamos sumar a la mayor cantidad de actores posibles a que puedan subirse a este barco y trabajar en conjunto para cocrear soluciones y estrategias que tengan un impacto directo, concreto y significativo en nuestra sociedad", afirmó Rodrigo Gabriel director general de Grupo AG.



InnovArise marca una nueva era para Grupo AG

El crecimiento y la innovación van de la mano y en el marco de su setenta aniversario, Corporación AG da un paso más en el marco de su estrategia y se convierte en Grupo AG, una familia de empresas enfocadas en las personas. Con esto, Grupo AG consolida su trayectoria, de haber pasado de una planta como SIDEGUA hace 70 años a pasar a ser Corporación AG y ahora un grupo empresarial de los más sólidos e innovadores del país.

Grupo AG anunció el lanzamiento de InnovArise, una iniciativa revolucionaria destinada a fomentar la innovación y el emprendimiento en la región centroamericana.

25 de abril Día Mundial del Paludismo

El 25 de abril se conmemora el Día Mundial del Paludismo, con la finalidad de darle relevancia a la necesidad de invertir continuamente en la prevención y el control de esa enfermedad conocida también como malaria. Esa fecha, fue instaurada por los Estados miembros de la Organización Mundial de la Salud -OMS-, en la Asamblea Mundial de 2007, por lo cual es buena ocasión para recalcar que la población debe involucrarse en el combate permanente contra ese mal.

Esa afección es prevenible y curable cuya transmisión se da por medio de la picadura de mosquitos hembra contaminados, por ello la prevención es fundamental para disminuir su impacto. Según la OMS, el paludismo le arrebató la vida a un niño cada dos minutos y se reportan más de 200 millones de casos nuevos anualmente en el contexto internacional, situación que preocupa a los expertos en el tema.

La mayoría de los contagios se producen por picaduras de mosquitos. Cada año se presentan 396 millones de casos de paludismo. Los síntomas del paludismo o la malaria son muy variados, empezando con fiebre, escalofríos, sudoración y dolor de cabeza. Además se puede presentar náuseas, vómitos, tos, heces con sangre, dolores musculares, ictericia, defectos de la coagulación sanguínea, shock, insuficiencia renal o hepática, trastornos del sistema nervioso central y coma. La fiebre y los escalofríos son síntomas cíclicos, repitiéndose cada dos o tres días.

En regiones donde la malaria es altamente endémica, las personas se infectan tan a menudo que desarrollan la inmunidad adquirida, es decir, son portadores más o menos asintomáticos del parásito.

Actualmente no existe una vacuna eficaz contra la malaria. Sí existen tratamientos que varían según el país donde se administren.



Usa medidas de prevención: Si vives en una zona donde la malaria es endémica o viajas a una zona de riesgo, usa medidas de prevención como mosquiteras, repelentes de insectos y ropa de manga larga para protegerte contra las picaduras de mosquitos.

Participa en campañas de prevención: Las campañas de prevención son esenciales para reducir el número de casos de malaria. Puedes unirse a una campaña de prevención en tu comunidad o colaborar con organizaciones que las realicen en áreas de alto riesgo.

Dona para la causa: Las organizaciones sin fines de lucro que trabajan en la lucha contra la malaria necesitan financiación para llevar a cabo sus proyectos.

Educa a otros sobre la malaria: Muchas personas no conocen los síntomas, causas y prevención de la malaria. Educa a tus amigos, familiares y comunidad sobre la malaria y cómo prevenirla.



Lanzamiento de los nuevos HONOR Magic6 Pro y HONOR Magic V2



Presentan rifa: El Hermano Pedro Quiere un Millón de Amigos

Ferrari y HP anuncian acuerdo de colaboración



Ferrari y HP anuncian acuerdo de colaboración



HP y Ferrari han anunciado un acuerdo de colaboración histórico y plurianual que conecta a dos de las empresas más icónicas del mundo. La colaboración incluye un compromiso compartido que impulsará la innovación sostenible y acelerará la tecnología con propósito en el equipo Scuderia Ferrari de Fórmula 1, el equipo Scuderia Ferrari Esports y la Scuderia Ferrari Driver Academy.

Además, el logotipo de HP hará su debut en los coches de F1 de Maranello antes del Gran Premio de Miami que se celebrará del 3 al 5 de mayo, cuando el equipo comience a competir como Scuderia Ferrari HP. El equipo Scuderia Ferrari Esports y el coche de la Scuderia Ferrari pilotado por Maya Weug en la serie F1 Academy femenina que se lanzó en 2023 también competirán bajo este nuevo nombre.

Uniendo la herencia y el propósito para lograr un mayor impacto

HP y Ferrari están comprometidos a acelerar la innovación sostenible, ya sea a través de la tecnología o el deporte. Las empresas trabajarán en conjunto para ampliar las iniciativas educativas dentro de sus equipos y comunidades, y crear un impacto duradero para las generaciones venideras.

Debut en el Gran Premio de Miami

Previo al Gran Premio de Miami, los representantes de ambas organizaciones estarán presentes en la revelación de los colores distintivos de la Scuderia Ferrari HP, la cual estrenará una edición única, diseñada específicamente para Miami. El CEO de Ferrari, Benedetto Vigna; el director del equipo de la Scuderia Ferrari HP, Fred Vasseur; los pilotos del equipo, Charles Leclerc y Carlos Sainz; y el CEO de HP, Enrique Lores, asistirán a esta presentación.

Debut en el Gran Premio de Miami

Previo al Gran Premio de Miami, los representantes de ambas organizaciones estarán presentes en la revelación de los colores distintivos de la Scuderia Ferrari HP, la cual estrenará una edición única, diseñada específicamente para Miami. El CEO de Ferrari, Benedetto Vigna; el director del equipo de la Scuderia Ferrari HP, Fred Vasseur; los pilotos del equipo, Charles Leclerc y Carlos Sainz; y el CEO de HP, Enrique Lores, asistirán a esta presentación.

Inauguración de la rifa: El Hermano Pedro Quiere un Millón de Amigos

Las Obras Sociales del Santo Hermano Pedro han lanzado hoy la séptima edición de su rifa anual El Hermano Pedro quiere 1 Millón de Amigos. Esta iniciativa no solo busca recaudar fondos, sino también conectar corazones en una cadena de solidaridad que impactará la vida de la gente pobre enferma y abandonada que toca a sus puertas.

El objetivo es alcanzar y superar la recaudación de 2023 y con ello integrar soluciones tecnológicas de vanguardia en el hospital y fortalecer la atención en sus hogares que atienden 24/7 a más de 500 personas. Este avance permitirá incrementar la eficiencia y la efectividad de los servicios médicos, garantizando atención de primera a quienes más lo necesitan.

Los números tiene un valor de Q20 y estarán a la venta a partir del 1 de mayo, hasta el 31 de julio. Se podrán adquirir en más de 4 mil 500 puntos, tales como: Banco Industrial, estaciones de servicio Shell, Gasolineras Uno, Supermercados La Torre, y Pinturas la Paleta y Corona, en su plataforma online, #DejarHuella unmillondeamigos.gt.

"Cada boleto representa una oportunidad vital para alguien en necesidad", asegura Fray Jesús Gómez, director de las Obras Sociales. Los fondos recaudados son importantes para sostener y mejorar servicios que ayudan a cientos de miles de pacientes en más de 20 clínicas especializadas, laboratorio, centro de diagnóstico, el programa de cirugías con 9 quirófanos operando simultáneamente, así como un soporte clínico, psicológico, nutricional y mucho más, a nuestros acogidos en hogares permanentes.



Los participantes entrarán en el sorteo de premios espectaculares como una casa en San Miguel Dueñas, un Toyota Hilux, y motocicletas marcas Suzuki y Honda.



Estiliza Y Protege Tu Cabello con Max y Remington



"En MAX nuestro compromiso es llevar lo último en tecnología e innovación al mejor precio. Hoy les traemos dos nuevas opciones de terapias alisadoras a las guatemaltecas. Ambas fueron diseñadas para dar resultados excepcionales y abordar las necesidades específicas de cada cliente. Les invitamos a acercarse a su tienda MAX más cercana y conocer más a profundidad los beneficios de usar Remington en su rutina de belleza diaria", comentó María José Villatoro, Gerente de Categoría de cuidado personal de Grupo DISTELSA.

MAX, junto con Remington, trae a Guatemala dos nuevas propuestas en cuidado para el cabello. Se trata de dos alisadoras con micro acondicionadores, una con biotina y colágeno y otra con aceite de almendras, que mientras estilizan protegen el cabello. Remington ha revolucionado esta categoría al integrar tecnología en sus placas de cerámica avanzada que distribuyen el calor uniformemente y aportan cuidado según la necesidad de cada tipo de cabello.

La alisadora con micro acondicionadores de colágeno y biotina cuenta con placas de cerámica que cuidan con estos nutrientes en el cabello, lo que resulta en un peinado con menos frizz y sin residuos grasos. Gracias a que trae 4 veces más cerámica y placas extralargas, la herramienta ofrece un deslizamiento dos veces más suave y alaciados más rápidos. Esta opción alcanza una temperatura máxima de 230 °C y cuenta con un cable de 2.7 metros anti enredos.

la terapia de micro acondicionadores de aceite de almendras aporta antioxidantes que resguardan la salud del cabello. Esta opción también alcanza los 230 °C, cuenta con un cable giratorio anti enredos de 2.7 metros, un calentamiento ultrarrápido de 15 segundos y placas flotantes que aseguran un suave deslizamiento.



Certificaciones de sostenibilidad son un factor fundamental en el sector inmobiliario

En un mundo cada vez más consciente del impacto ambiental, las certificaciones de sostenibilidad se han convertido en un aspecto primordial para los proyectos en el ámbito inmobiliario. Empresas como ÍNTEGRO han adoptado esta tendencia, reconociendo que las prácticas a favor del medio ambiente son una parte crucial para atraer más inversionistas y clientes que son responsables con el medio ambiente.

Una de las certificaciones más relevantes en este campo es EDGE (Excellence in Design for Greater Efficiencies), un sistema innovador desarrollado por Corporación Financiera Internacional (IFC), miembro del Grupo del Banco Mundial, que evalúa y certifica la eficiencia en el uso de recursos en edificaciones.

¿Qué es la Certificación EDGE?

EDGE va más allá de simplemente catalogar un edificio como "verde". Se centra en medidas concretas de eficiencia energética, agua y materiales de construcción. Su proceso de certificación abarca desde la etapa de diseño hasta la construcción, asegurando que los proyectos cumplan con estándares rigurosos de sostenibilidad desde su inicio hasta su finalización.

Proyectos de ÍNTEGRO y Certificación EDGE

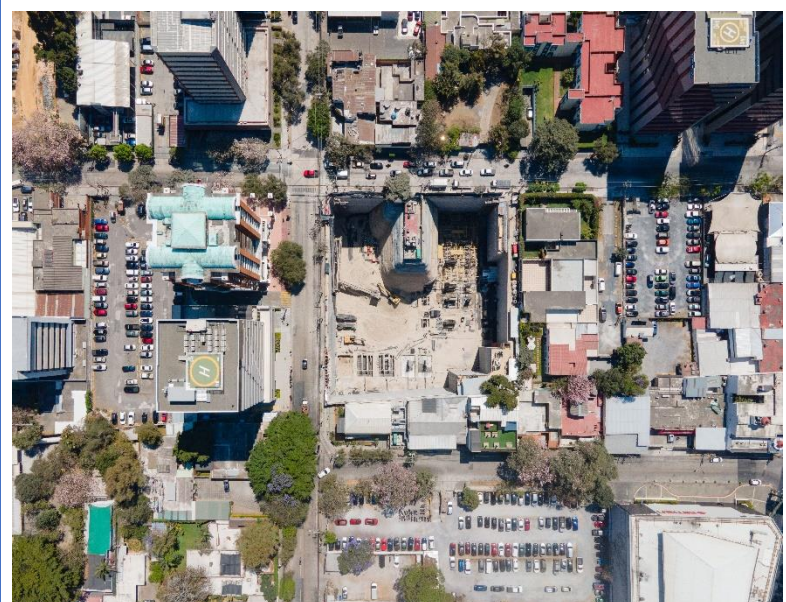
En el caso de ÍNTEGRO, todos sus proyectos más recientes están en proceso de certificación EDGE en etapa de precertificación de diseño. Esto incluye a Atarah, Prana, Smart Hotel Nueva Santalucía, así como los próximos que estarán lanzando. Estos desarrollos están comprometidos a alcanzar al menos un 20% de ahorro en energía, agua y materiales, basado en la línea base definida por el Banco Mundial y EDGE.

¿Cómo lograr la implementación de prácticas de sostenibilidad en el sector inmobiliario?

El compromiso con la sostenibilidad es fundamental en el proceso de desarrollo de proyectos. Desde la etapa de conceptualización, se prioriza el bienestar integral de los usuarios y se busca generar un impacto positivo en el entorno y la calidad de vida de quienes interactúan con el espacio. La certificación EDGE juega un papel crucial en esto, ya que este proceso implica una serie de pasos, desde la evaluación inicial hasta la obtención de la precertificación.

Se lleva a cabo un detallado modelado del edificio para identificar áreas de mejora en el diseño, con el objetivo de maximizar la eficiencia y minimizar las prácticas que afecten al ambiente en todas las etapas del proyecto.

Esta metodología garantiza que cada proyecto se desarrolle con estándares rigurosos de sostenibilidad, asegurando que la eficiencia energética, el consumo de agua y la selección de materiales sean óptimos para reducir el impacto ambiental y promover la responsabilidad corporativa.



Lanzamiento de los nuevos HONOR Magic6 Pro y HONOR Magic V2 en Guatemala

La magia de los nuevos dispositivos insignia de HONOR, marca de tecnología global, llegaron a Guatemala con el lanzamiento del HONOR Magic6 Pro, con avances en batería, fotografía, pantalla, rendimiento y experiencias de usuario potenciadas por la inteligencia artificial (IA); y el HONOR Magic V2, que redefine los estándares en los smartphones plegables con un diseño elegante y sofisticado.

HONOR sigue avanzando en su estrategia global al incorporar experiencias a través de sistemas operativos impulsados por IA y una interfaz de usuario centrada en intenciones con dispositivos inteligentes en colaboración con socios a nivel mundial.

Descubre la magia de la IA con HONOR Magic6 Pro

HONOR ha presentado el nuevo HONOR Magic6 Pro, que incluye avances en fotografía, pantalla, rendimiento y experiencias de usuario potenciadas por IA. Además, han lanzado MagicOS 8.0, su sistema operativo basado en Android que integra la IA a nivel de plataforma y presenta la primera interfaz de usuario basada en intenciones de la industria.

Este dispositivo cuenta con la Magic Capsule y Magic Portal, que ofrecen una experiencia personalizada e intuitiva. Magic Capsule permite a los usuarios acceder a información adicional y opciones relacionadas de forma rápida y sencilla. Magic Portal simplifica tareas complejas en un solo paso, como la navegación en Google Maps a partir de direcciones recibidas en mensajes de texto, así como la experiencia de compra basadas en imágenes.

HONOR Magic V2, el plegable más delgado del mundo

Diseñado para impulsar la adopción generalizada, el HONOR Magic V2 es el smartphone plegable de estilo libro más delgado y ligero hasta la fecha, redefiniendo los estándares de la industria con mejoras significativas en aspectos como el factor de forma, la batería, la pantalla y la experiencia del usuario. Con un peso de solo 231g y un grosor de 9.9mm al plegarse, el HONOR Magic V2 empuja los límites de la innovación para los dispositivos plegables.



Colores y disponibilidad

Diseñado para usuarios que prefieren un estilo moderno y elegante y una apariencia atemporal, el HONOR Magic6 Pro estará disponible en Negro Premier y Verde Vintage a un precio sugerido de Q9,999.00 y el HONOR Magic V2 en Morado y Negro Premier con acabado en cuero vegano, a partir de Q15,999.00. Ambos dispositivos están disponibles en los principales operadores y distribuidores autorizados del país.



INAB realiza el segundo pago de incentivos forestales 2024

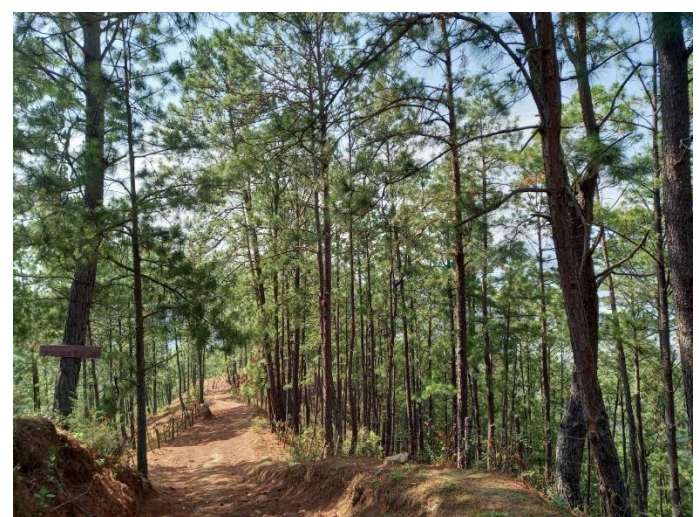


El Instituto Nacional de Bosques (INAB) realizó el segundo pago de los programas de Incentivos Forestales Pinpep y Probosque, beneficiando a 4 mil 994 familias; a través de los 2 mil 601 empleos en el área rural, inyectando a la economía local 70 millones de quetzales.

En coordinación con el Ministerio de Finanzas Públicas (MINFIN), INAB ha incentivado el establecimiento, mantenimiento y manejo sostenible de 4 mil 391 proyectos forestales, equivalentes a 35 mil 906 hectáreas en diferentes modalidades, tales como plantaciones forestales, sistemas agroforestales, restauración y manejo de bosque natural con fines de producción y protección.

La acreditación de los fondos correspondientes la realiza directamente el MINFIN a las cuentas bancarias de cada beneficiario, con previa certificación emitida por el INAB, que indica que se cumplió con los compromisos adquiridos por los usuarios para la recuperación, protección y manejo de los bosques.

“Gracias a los desembolsos de Pinpep y Probosque, establecimos 423 hectáreas de sistemas agroforestales que contribuyen con la seguridad alimentaria en áreas rurales vulnerables; y se protegieron más de 32 mil hectáreas de bosque natural, destinando el 60% de la inversión para proyectos en municipios con pobreza y pobreza extrema. Todos los que integramos la familia INAB trabajamos arduamente por una Guatemala con Más Bosques, Más Vida”, Ing. Rony Granados, Gerente del INAB.





BAC inicia de una nueva era en construcción sostenible con la primera Certificación EDGE otorgada a un Edificio Corporativo en Guatemala



Velan por la conservación de especies marinas en Guatemala

Lanzamiento nacional de los Huertos Escolares Pedagógicos



INTECAP realiza diferentes actividades en la región de Quetzaltenango



La labor, solución de problemas y la transmisión de conocimientos que el INTECAP brinda a las empresas que se encuentran dentro del territorio guatemalteco, es así como, Laboratorio PHARA, con la asesoría del Departamento de Servicios Empresariales de Occidente ha logrado el crecimiento y alcance de sus metas.

PHARA, inició como droguería y distribuidora, fundada en agosto de 1992. Por sus niveles de crecimiento mayores a la media de la industria farmacéutica nacional ha logrado mantener 30

años de solidez, actualmente ubicada en La Esperanza, Quetzaltenango. En el 2019, dio un gran paso habilitando la única planta de producción a nivel departamental con tecnología de vanguardia para la producción de líquidos, sólidos y semisólidos, aprobando "Informe 32 de Buenas Prácticas de Manufactura" consolidando así su presencia a nivel Nacional".

Gracias al acompañamiento de Servicios Empresariales de Occidente, se identificó la necesidad de búsqueda de productos de importación que la Planta Farmacéutica de PHARA no está autorizada a fabricar, pero que cuentan con oportunidades de mercado por su posicionamiento en rankings de venta libre y prescripción médica según reportes CLOSE UP e IMS. A través de la asistencia técnica enfocada a la identificación de aliados estratégicos a nivel internacional; gestión legal y técnica para conformar expedientes para trámite de registros sanitarios, se logró el proceso de importación de productos terminados y semiterminados clasificados como: farmacéuticos y suplementos dietéticos.

Con base a lo anterior, a partir de los años 2021 al 2023, el INTECAP ejerció presencia en los procesos administrativos de la empresa con el fin de mejorar e incrementar sus ventas. Obteniendo los siguientes resultados durante el 2021 al 2023:

- Identificación de proveedores y productos de importación
- Procesos contractuales y técnicos para expediente de registros de importación.
- Productos en gestión de importación para lanzamiento 2024 de países como China y la India.

Senacyt resalta la importancia de la transformación digital para Guatemala

En el conversatorio "Innovación y transformación digital como catalizadores del desarrollo sostenible" la secretaria Nacional de Ciencia y Tecnología, Gabriela Montenegro, enfatizó en la necesidad de una transformación digital e integral del Estado, abordando temas como el acceso equitativo a la tecnología digital, la importancia de la participación ciudadana y el empoderamiento económico, así como la generación de datos para la toma de decisiones informadas.

El evento contó con la participación de David Osorio de la Comisión Presidencial de Gobierno Abierto y Electrónico (GAE), quien abogó por el uso de la tecnología y la innovación como herramientas para reducir la brecha digital. María Zaghi, representante del Campus TEC, destacó la importancia del trabajo en equipo para llegar a un mayor número de personas, especialmente aquellas en zonas rurales.

Por su parte, Álvaro Figuerero, representante de la Universidad del Valle de Guatemala, enfatizó que la tecnología por sí sola no resuelve problemas, siendo crucial la educación para su correcto uso. Este conversatorio fue moderado por Estuardo Pineda, oficial de las Naciones Unidas en Guatemala.

Durante el evento se presentaron algunas herramientas que Naciones Unidas ha implementado en comunidades rurales a nivel mundial para la reducción de la brecha digital como el juego infantil "¡Ponte pilas!"; la aplicación "Corazón contento" diseñado para promover la salud reproductiva de la mujer.



Además, se abordó las áreas de sinergia y colaboración con el Sistema de las Naciones Unidas, en el cual se resaltó el Premio Nacional de Innovación, un proyecto liderado por la Senacyt para fortalecer el compromiso con la búsqueda de soluciones a los problemas que afectan a la sociedad guatemalteca a través de la ciencia y la tecnología

Este conversatorio fue parte de los principales eventos de la Semana ONU 2.0 en el cual se destaca como se utilizan las capacidades de ONU 2.0 para acelerar el progreso de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Este conversatorio fue apoyado por la Oficina de la Coordinación Residente (OCR) y coorganizado con la Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt).

Cuidan por la conservación de especies marinas en Guatemala



En un esfuerzo por promover la conservación marina, la organización Wildlife Conservation Society (WCS) realizó un taller de identificación de especies de tiburones y rayas del Pacífico de Guatemala.

El evento contó con la participación de técnicos y profesionales de la Dirección de Normatividad de la Pesca y Acuicultura (DIPESCA) y del Consejo Nacional de Áreas Protegidas (CONAP).

Durante el taller, se presentó el avance del Plan de Acción Nacional para el ordenamiento y la conservación de tiburones, rayas y quimeras de Guatemala, así como la aplicación de la Convención sobre el Comercio Internacional de Especies Amenazadas de Fauna y Flora Silvestres (CITES).

Estas iniciativas buscan garantizar la protección y el manejo sostenible de las especies marinas en las aguas del Pacífico guatemalteco.

La participación en este taller de DIPESCA, bajo el Viceministerio de Sanidad Agropecuaria y Regulaciones (VISAR) del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA), demuestra el compromiso con la conservación de la biodiversidad marina.

Al fortalecer el conocimiento sobre las especies de tiburones y rayas, se promueve una pesca responsable, un desarrollo sostenible en las comunidades costeras y se contribuye a la preservación de los ecosistemas marinos.



Lanzamiento nacional de los Huertos Escolares Pedagógicos



En el ámbito educativo, los huertos escolares son un modelo de enseñanza de gran éxito para estudiantes de todas las edades, por ello el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA) junto con el Ministerio de Educación, efectuaron el lanzamiento Nacional de los Huertos Escolares Pedagógicos 2024, en acto celebrado en la Escuela Oficial Rural Mixta de la aldea Chiquex, en Santa Apolonia, Chimaltenango.

Los Huertos Escolares son una forma paralela de formar a los niños y las niñas con relación al trabajo en equipo, organización y liderazgo. Para este año el MAGA tiene programado implementar cuatro mil huertos a nivel nacional.

El acto de lanzamiento fue presidido por la viceministra de Seguridad, Alimentaria y Nutricional, Klemen Gamboa; el viceministro de Educación Extraescolar Alternativa, Edin López; la directora de la Escuela Oficial Rural Mixta de la aldea Chiquex, Esperanza Azojal, y el Primer Concejal de la comuna de Santa Apolonia, Pablo Tepaz Chonay.

La viceministra Gamboa entregó al viceministro López, los insumos agropecuarios que serán utilizados para implementación de dichos huertos, quien a su vez los entregará a las y los directores de anotación de los Huertos Escolares Pedagógicos para ser entregados a las y los directores de otros seis establecimientos.

Estos son: Instituto Nacional de Educación Básica, Mario Méndez Montenegro; Escuela Oficial Rural Mixta, caserío La Puerta; Instituto Nacional de Educación Básica, aldea Parajbey; Escuela Oficial Rural Mixta, caserío Cojulyá; Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Xesajcap; Escuela Oficial Rural Mixta, aldea Chiquex.

Los insumos consisten en cuatro azadones, dos rastrillos, dos regaderas, dos kits de jardinería y semillas de hortalizas.

“Los huertos fortalecerán la alimentación escolar, ya que son naturales y un modelo de enseñanza” manifestó Klemen Gamboa, viceministra de Seguridad, Alimentaria y Nutricional.



BAC marca el inicio de una nueva era en construcción sostenible con la primera Certificación EDGE otorgada a un Edificio Corporativo en Guatemala



“Esta certificación es trascendental para la industria de la construcción y nos llena de orgullo ser pioneros de esta iniciativa en Guatemala. Banco Promerica apoya a los desarrolladores inmobiliarios que tienen una visión hacia un futuro de construcción responsable”, indicó el ingeniero Edgar Bran, Gerente General de Banco Promerica.

Banco Promerica presta servicios financieros innovadores y sostenibles que contribuyen a la calidad de vida de las personas y ayudan a las empresas a generar desarrollo para el país. La institución activamente apoya proyectos que buscan el bienestar de la comunidad guatemalteca y la promoción del equilibrio entre el progreso económico, la inversión responsable y la reducción del impacto ambiental.

La sostenibilidad es parte del ADN de Banco Promerica, y cada iniciativa que emprende demuestra su firme compromiso con el medio ambiente. En la industria de la construcción, el banco fomenta la optimización de recursos como una práctica esencial para preservar las riquezas naturales. Con el apoyo de Banco Promerica, se hizo entrega de la primera Certificación EDGE a un edificio de oficinas corporativas en Guatemala. La certificación de Excellence in Design for Greater Efficiencies cuenta con un estándar internacional de construcción sostenible. Esta distinguida certificación fue entregada al edificio de oficinas Verum, ubicado en la zona 15 de la ciudad capital.

Banco Promerica brinda a sus clientes un servicio integral de alta calidad, dando asesoría personalizada de la mano de expertos, tiempos de respuesta ágiles, soluciones creativas, flexibles y eficientes. Banco Promerica ofrece una guía en la obtención de la certificación EDGE del IFC a través de una alianza estratégica con el Global Climate Partnership Fund (GCPF—administrado por responsAbility), entidad que cuenta con amplia experiencia y reconocimiento en el campo de la sostenibilidad a nivel mundial.

Banco Promerica brinda a sus clientes un servicio integral de alta calidad, dando asesoría personalizada de la mano de expertos, tiempos de respuesta ágiles, soluciones creativas, flexibles y eficientes. Banco Promerica ofrece una guía en la obtención de la certificación EDGE del IFC a través de una alianza estratégica con el Global Climate Partnership Fund (GCPF—administrado por responsAbility), entidad que cuenta con amplia experiencia y reconocimiento en el campo de la sostenibilidad a nivel mundial.

Banco Promerica reitera su compromiso con la sostenibilidad y el desarrollo inmobiliario, contribuyendo a la calidad de vida de los guatemaltecos y al cuidado del medio ambiente.

Cinco remedios herbales para eliminar los gases estomacales

El dolor en el abdomen puede ser síntoma de gases. Son muchos los remedios caseros utilizados para combatir diferentes tipos de afecciones o molestias, pero sin lugar a dudas, para muchas personas los ideales son los que se preparan con hierbas o plantas con propiedades medicinales. Algunos de estos elementos en especial ayudan a eliminar los gases.

La presencia de gas en el sistema digestivo es una parte normal del proceso de digestión. La eliminación del exceso de gas (mediante los eructos o la flatulencia) también es normal. Es posible que sientas dolores a causa de los gases si estos están atrapados o no se mueven con facilidad a través del sistema digestivo el aumento de los gases o del dolor que estos provocan puede producirse por el consumo de alimentos que son más propensos a generar gases. A menudo los cambios simples en los hábitos alimenticios pueden disminuir la presencia de gases molestos.

Es necesario destacar que en afecciones digestivas como el síndrome del colon o intestino irritable, entre sus síntomas, se pueden evidenciar los incomodos gases intestinales. A su vez, esto hace que aumente el dolor en el abdomen. Los principales síntomas o signos de la presencia de gases en los intestinos son los siguientes:

Eructos frecuentes.
Expulsión de gases.
Dolor, calambres o una sensación de nudo en la parte alta o baja del abdomen.
Sensación de saciedad o presión en el abdomen, una inflamación.
Aumento considerable y visible del tamaño del abdomen, a lo que se le denomina distensión.

Por lo general, una persona expulsa gases, en eructos o flatulencias después de comer, alrededor de una 20 veces. Cuando esta cantidad aumenta y hace imposible poder tener una buena calidad de vida, se debe consultar con un profesional de la salud.

Cabe mencionar que una vez aumenten los gases en cualquiera de sus formas, y vayan acompañados por señales como heces en la sangre, pérdida de peso sin explicación alguna, estreñimiento o diarrea, sea hace aún más urgente acudir con un médico, pues podrían ser signos de una enfermedad grave



Algunas infusiones naturales son esenciales para eliminar los gases de los intestinos.

1. Infusión de manzanilla y jengibre. Es el principal remedio natural para aliviar las molestias estomacales leves y los gases. Si le agregas jengibre, la bebida se convierte en un tónico calmante,
2. Té verde con canela. Combate los gases que se acumulan en el intestino. Asimismo, al juntarlo con un elemento carminativo como la canela, tendrá un efecto aún más potente para los gases.
3. Infusión de menta. Recomendada en casos de molestias estomacales, eructos y gases. Actúa como tónico.
4. Jugo o té de limón. El zumo o jugo de limón es una de las bebidas que se consideran que puede ayudar a aliviar en caso de tener malestar por flatulencias o eructos. Su ingesta estaría recomendada como antiespasmódico, tónico digestivo y remedio carminativo para la acidez estomacal, entre otros trastornos de este tipo.
5. Infusión de anís estrellado. la infusión de anís estrellado. Las propiedades de esta especia están orientadas a restablecer la flora intestinal, así como favorecer la liberación de los gases.



Los beneficios de la terapia con animales



Curiosidades del mundo de la informática y la tecnología

ecológicos
Uso de grasa animal para producir combustibles



Las terapias con perros, una gran ayuda contra la depresión

pacientes con depresión. Las terapias que implican la participación de perros han ayudado a reducir hasta un 60% la medicación necesaria de pacientes con depresión. Así, ha recordado como contar con un perro en la familia puede ayudar a paliar los efectos de la enfermedad.

Terapias contra la depresión

Contar con un perro en la familia puede ayudar a paliar los efectos de la depresión, logrando incluso dejar la medicación.

Es más, destacan como un estudio llevado a cabo en personas mayores con depresión reveló cómo también reduce la ansiedad y la tristeza. Durante estas terapias con perros, se fomenta la participación activa, acariciándolo, jugando con él y estableciendo una comunicación no verbal. Gracias a ello, se pueden liberar neurotransmisores asociados al bienestar emocional. Es así como el tratamiento ayuda a mejorar el estado de ánimo y reducir los síntomas de la depresión. Las terapias con perros no son solo útiles en pacientes con depresión, sino en otros muchos colectivos como jóvenes en riesgo de exclusión, niños con déficit de atención o mujeres víctimas de violencia de género. En cualquier de estos casos, los perros hacen el papel de mediadores y les ayudan a superar desafíos.



Las sesiones con perros tienen un impacto terapéutico positivo en las personas. Debido a la poderosa conexión entre humanos y perros, con seguridad los animales de compañía serán cada vez más importantes a la hora de proteger la salud mental, desempeñando un papel cada vez más grande en nuestro sistema sanitario.



Empresas guatemaltecas participan en la Exposición Internacional de Plantas Tropicales



Trece empresas socias de la Comisión de Plantas Ornamentales, Follajes y Flores de la Asociación Guatemalteca de Exportadores (AGEXPORT) han destacado con éxito en la Tropical Plant International Expo (TPIE), el evento comercial líder que presenta las últimas tendencias en follajes, flores y plantas tropicales. Este evento, que se lleva a cabo en Fort Lauderdale, Florida, Estados Unidos, del miércoles 17 al viernes 19 de enero, ha sido una plataforma para la promoción y exhibición de productos guatemaltecos en esta industria.

TPIE es un espacio que respira inspiración, imaginación e información, enfocado en plantas para el interior y tropicales, dirigido a satisfacer las necesidades de aquellos involucrados en la industria, el evento alberga una diversidad intrigante de follajes, flores, plantas y productos asociados, convirtiéndolo en una fuente de conocimientos y oportunidades comerciales.

TPIE reúne a más de 7 mil profesionales, brindando a los participantes la oportunidad única de establecer conexiones valiosas en la industria. Con esta participación, la Comisión de Plantas Ornamentales, Follajes y Flores de AGEXPORT refuerza el compromiso de Guatemala en el ámbito internacional y resalta su posición como un país exportador.

Dentro del marco de la exposición, se llevan a cabo diversas actividades, entre ellas conferencias, acceso exclusivo a viveros en el sur de Florida, networking y sesiones educativas relacionadas con paisajismo, diseño y ventas. La participación de las empresas guatemaltecas fortalece la presencia global del país en la industria, contribuye al intercambio de conocimientos y refuerza el desarrollo de habilidades en áreas clave.

Empresas guatemaltecas consolidan alianzas comerciales

La presencia activa de la Comisión de Plantas Ornamentales, Follajes y Flores de AGEXPORT en la TPIE no solo refleja la calidad y diversidad de la oferta guatemalteca, sino que también reafirma el compromiso del sector con el desarrollo económico y social de Guatemala a través de la promoción de las exportaciones. Este evento representa una oportunidad estratégica para consolidar alianzas comerciales, promover la excelencia en la industria y continuar posicionando a Guatemala como un actor clave en el mercado internacional.

La Comisión de Plantas Ornamentales, Follajes y Flores de AGEXPORT estima un cierre del 2023 esté en US\$ 142 millones, un monto que aseguran se está estabilizando, dado que la pandemia había tenido un crecimiento inusual. Para el 2024, proyectan cerrar el año con ventas al exterior por US\$ 142 millones

La Nueva Arma Contra las Superbacterias Resistentes a los Antibióticos



Investigadores emplean la inteligencia artificial para descubrir un nuevo antibiótico altamente efectivo contra las superbacterias y combatir la creciente resistencia a los medicamentos. Este método innovador ofrece nuevas posibilidades en la búsqueda de compuestos que puedan solucionar el grave problema de las infecciones bacterianas resistentes los antibióticos.

La resistencia bacteriana a los antibióticos se ha convertido en una preocupación creciente para la salud pública, y se espera que empeore en el futuro.

Las infecciones por resistencia antimicrobiana causan aproximadamente 700,000 muertes anuales a nivel global, y se estima que esta cifra aumente a 10 millones para 2050. Se calcula que estas infecciones podrían generar un coste económico de 100,000 millones de dólares y llevar a 28 millones de personas más hacia la pobreza extrema.

La Contribución de la Inteligencia Artificial

Un equipo de investigadores ha anunciado el descubrimiento de un nuevo fármaco utilizando inteligencia artificial, marcando un importante avance en la lucha contra las superbacterias.

El uso de la inteligencia artificial permite explorar de manera rápida y exhaustiva el espacio químico, aumentando significativamente las posibilidades de descubrir moléculas antibacterianas novedosas.

Los investigadores entrenaron a un algoritmo de inteligencia artificial para identificar

Tras analizar más de 100 millones de compuestos, la inteligencia artificial recomendó una molécula llamada «halicina», la cual demostró no solo ser efectiva contra la E. coli, sino también contra otras especies bacterianas resistentes a los tratamientos.

Asimismo, el equipo utilizó el mismo modelo para analizar un conjunto de 6,680 compuestos y descubrió nueve antibióticos, incluyendo uno potente contra la bacteria *Acinetobacter baumannii*, la cual suele encontrarse en entornos hospitalarios y ser resistente a la mayoría de los antibióticos existentes.

Curiosidades del mundo de la informática y la tecnología



Como lo son sus curiosidades. A continuación, conocerás algunas de las más relevantes,

Los e-mails tienen su lado oscuro

El 80% de los e-mails diarios son SPAM? Con razón nuestras bandejas de entrada siempre están llenas de correos no deseados.

¿De dónde proviene la palabra robot?

El escritor checo Karel Capek, quien, en su obra *Rossum's Universal Robots*, utilizó el término para definir la biotecnología avanzada que producía trabajadores en masa. Era una tecnología que reemplazaba el trabajo humano y no contaba con alma y/o sentimientos.

Búsquedas en Google, ¡impresionantes!

El número de búsquedas diarias, son cercanas a los 5.5 billones.

¿Cuál es la extensión de dominio más utilizada en el mundo?

A nivel mundial, la extensión de dominio más utilizada es «.com», con 148.7 millones.

Los internautas y sus capacidades bilingües

En la actualidad hay más de 1800 millones de internautas, y solo 450 millones de ellos hablan inglés.

La web más antigua de internet

El número de páginas web existentes es, para muchos, infinito. Sin embargo, todo tuvo un comienzo, cuyo nombre es IMDB. Esta es una de las redes más antiguas de internet; el primer artículo se publicó en 1990 y se tituló *Las actrices que tienen los ojos más bonitos*.

¿Correo electrónico antes que el internet?

El correo electrónico apareció antes que el internet. El primer sistema fue desarrollado en 1965 y se encontraba ubicado en las computadoras del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT). El programa se llamaba MailBox y permitía dejar un mensaje que vería el siguiente usuario en iniciar sesión en la máquina.

Productos y servicios que más se compran por internet

En internet lo encontramos todo. Sin embargo, existen productos y servicios más demandados por los usuarios, por ejemplo: entretenimiento (68%), tecnología (66%) y alimentación (62%).

Uso de grasa animal para producir combustibles ecológicos

La grasa de cerdos, vacas y pollos muertos se está utilizando para fabricar combustibles para aviones más ecológicos. Sin embargo, un estudio advierte que esta tendencia terminará siendo peor para el planeta. Las grasas animales se consideran desechos, por lo que el carburante de aviación fabricado con este material tiene una huella de carbono mucho menor.

Se espera que la demanda de combustible elaborado a partir de subproductos animales se triplique para 2030, con las aerolíneas a la cabeza. Pero los expertos temen que esto obligue a otras industrias a utilizar más aceite de palma, el cual es un enorme generador de emisiones de carbono. Las aerolíneas están bajo presión para controlar sus enormes emisiones de carbono, que provienen principalmente de la quema de queroseno de origen fósil en los motores de los aviones.

Sin embargo, el estudio elaborado por Transport & Environment, una organización con sede en Bruselas (Bélgica) y que aboga por el transporte limpio, advierte que anualmente no se sacrifican suficientes animales para satisfacer la creciente demanda de las aerolíneas. Si genera una masiva demanda adicional desde cualquier lugar, la aviación en este caso, las industrias donde se usa grasa actualmente, tendrán que buscar alternativas. Y esa alternativa es el aceite de palma.

Entonces, la aviación indirectamente será responsable de aumentar la cantidad de aceite de palma. La producción de aceite de palma está relacionada con el aumento de las emisiones a medida que los bosques más viejos, los cuales almacenan grandes cantidades de carbono, se talan para abrir espacio a nuevas plantaciones de palma aceitera.

Desde la antigüedad

Durante siglos el sebo y la manteca de cerdo se han utilizado para fabricar velas, jabones y cosméticos. Pero en los últimos 20 años, el uso de biodiésel hecho a partir de desechos animales o de aceites de cocina usados ha crecido constantemente en países como Reino Unido.



En Europa, el combustible hecho a partir de animales muertos se ha multiplicado por 40 desde 2006, según una investigación.

Gran parte de las grasas animales se utilizan en la elaboración de biodiésel para automóviles y camiones. Este combustible es considerado sostenible, porque tiene una huella de carbono mucho menor. Los gobiernos europeos están interesados en aumentar el uso de estos desechos para hacer que la aviación sea más ecológica.

Según Transport & Environment, un vuelo de París a Nueva York necesitaría la grasa de 8.800 cerdos muertos si todo el combustible proviniera de fuentes animales.

Los abrazos nos aportan bienestar y felicidad

Abrazar nos hace más felices el contacto físico afectivo puede mejorar nuestra autoestima, reducir el estrés y proporcionarnos felicidad a lo largo de nuestra vida.

Abrazar es un instinto. Desde el nacimiento, y sin tener todavía conciencia sobre los consensos sociales, los bebés se elongan desesperadamente en busca del calor de los brazos de su madre, para refugiarse. Más tarde, tanto el sufrimiento como la satisfacción se consuelan o se reafirman, respectivamente, con afecto y contacto físico. Y esto no solo ocurra entre humanos.

Abrazar es un acto atravesado por la cultura. En el mundo occidental, los hombres suelen preferir el apretón de manos, mientras que las mujeres prefieren el abrazo entre ellas. En los países africanos de cultura islámica los abrazos solo se dan entre humanos del mismo sexo. Y en ciertas regiones de Europa del Este es común el abrazo entre hombres seguido de beso en la mejilla. Cada cultura lo hace a su manera, pero todas lo hacen. A pesar de las mínimas diferencias, recibir un abrazo atenúa el estado de ánimo negativo y reduce la percepción de conflicto personal.

En las personas mayores de 65 años que reciben abrazos "todos los días", "la mayoría de días" y "algunos días" fueron más longevas que aquellas cuya disponibilidad de contacto físico era nula.



La Organización Mundial de la Salud recomendó a los centros médicos ofrecer la oportunidad del contacto inmediato de piel con piel para lograr la supervivencia de los bebés pequeños y prematuros, en vez de separarlos de su madre tras el nacimiento para introducirlos en la incubadora