



## Coca-Cola FEMSA Guatemala inaugura sala de lactancia para apoyar la maternidad en el trabajo



## Disponibilidad de medicamentos y material médico quirúrgico en hospitales

## College Board y el CIE realizan foro educativo para promover la excelencia académica



## Coca-Cola FEMSA Guatemala inaugura sala de lactancia para apoyar la maternidad en el trabajo

Coca-Cola FEMSA Guatemala marca un precedente en el apoyo a la maternidad dentro del ámbito laboral, con la inauguración de su nueva Sala de Lactancia, ubicada en la Ciudad de Guatemala. Este espacio, recientemente reconocido con la Iniciativa “Espacios Amigos de la Lactancia Materna” otorgada por el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, simboliza un compromiso con el bienestar y la salud de las madres trabajadoras.

La creación de la Sala de Lactancia va más allá de cumplir con una normativa; es un reflejo del compromiso con la salud y la seguridad de sus colaboradoras. La misma está alineada con tres objetivos clave:

**Promoción de la Salud y Seguridad:** La empresa se compromete a garantizar un ambiente de trabajo seguro y saludable para todas sus colaboradoras, especialmente aquellas en periodos de gestación y lactancia.

**Educación y Apoyo:** Se busca promover el conocimiento sobre los beneficios de la lactancia materna, no solo para los bebés sino también para las madres, incluye programas de capacitación y sensibilización para todo el personal, enfatizando la importancia de un ambiente de trabajo inclusivo y de apoyo.

**Establecimiento de un Entorno Apropiado:** La empresa ha dedicado esfuerzos significativos en crear un espacio que no solo cumple con los más altos estándares de comodidad, higiene y privacidad, sino que también está equipado con todo lo necesario para facilitar la extracción y conservación de la leche materna.



*“Este proyecto es gracias al acompañamiento de las autoridades durante este proceso y al esfuerzo del equipo que hizo posible el reconocimiento de la Sala de Lactancia; además está alineado a uno de los principios de la compañía donde resalta que lo más importante es la seguridad de su gente”, indicó Edmundo Vásquez, Gerente de Recursos Humanos y presidente del Comité de la lactancia materna.*

## Los Bancos de Alimentos apoyan lucha contra la desnutrición



Realizan visita al Banco de Alimentos de Desarrollo en Movimiento, con el propósito de conocer su apoyo a la lucha contra la desnutrición en Guatemala, esta última, una iniciativa que impulsa el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA).

Durante el recorrido la viceministra de Seguridad Alimentaria y Nutricional (VISAN), Klemen Gamboa, pudo observar las rutas de recolección, selección y empaque de alimentos recuperados, que son distribuidos a personas con desnutrición crónica y aguda en diferentes departamentos del país. La visita fue coordinada por Melisa Portillo, Gerente de Proyectos de USAID.

“Los bancos de alimentos son una parte fundamental en la red de seguridad alimentaria, ya que se encargan de rescatar alimentos que de otra manera se derrocharían y son redistribuirlos a familias en situación de pobreza”, resaltó la viceministra Gamboa.

*Además, enfatizó la importancia de la colaboración entre diferentes actores para combatir la desnutrición. “Es importante realizar alianzas y acciones para salir de la problemática de la desnutrición necesitamos trabajar juntos”, afirmó.*

*Desde el MAGA se promueven diversas iniciativas para mejorar la seguridad alimentaria y nutricional de la población, como la implantación de huertos familiares, comunales y escolares.*



## Se puede infectar mi dispositivo al descargar una aplicación de Google Play



Para utilizar cualquier servicio o red social es necesario descargar una aplicación en un dispositivo móvil. ESET, compañía líder en detección proactiva de amenazas, advierte que es posible infectar un dispositivo al descargar una app desde Google Play y comenta de qué manera se puede reducir el riesgo de infección.

Una de las vías mediante las que el malware logra evadir los controles y barreras de Google son las actualizaciones de las aplicaciones. Esta técnica se conoce como “carga dinámica de código” o DCL, por sus siglas en inglés; y se basa en que un desarrollador malintencionado logra publicar una versión legítima en Google Play Store, pero luego cambia el código y la convierte en maliciosa mediante una actualización. Esta actualización posterior se realiza desde servidores externos, pero los usuarios terminan creyendo que es una actualización legítima desde la tienda, ya que los cibercriminales simulan las ventanas emergentes desde donde se realizó la descarga.

El equipo de ESET descubrió, por ejemplo, una aplicación troyanizada para Android que había estado disponible en la tienda Google Play con más de 50,000 instalaciones. La aplicación llamada iRecorder – Screen Recorder se cargó sin malware en septiembre de 2021. Sin embargo, la funcionalidad maliciosa se implementó más tarde, en una nueva versión que estuvo disponible en agosto de 2022.

Algunos puntos que se deben tener en cuenta para poder detectar una aplicación maliciosa o falsa en

### Google Play, son:

**Posición en el ranking y reviews:** Un primer indicio puede ser que la aplicación no aparezca en los primeros lugares de los rankings de las más descargadas. Otra alarma podrían ser las valoraciones negativas o, por el contrario, si cuenta con demasiados reviews, cuando en realidad no tuvo muchas descargas.

**Apariencia:** Las aplicaciones maliciosas buscan imitar a las reales, usando logos parecidos, aunque no idénticos. También es conveniente prestar atención a la descripción de la aplicación y verificar si existen problemas de gramática o datos incompletos.

ESET comparte algunas buenas prácticas para minimizar el riesgo de infectarse mediante la descarga de una aplicación de Google Play:

Utilizar una solución de seguridad para dispositivos móviles que sea confiable para bloquear y remover amenazas.

Solo confiar en apps cuyo enlace se encuentre en el sitio oficial del servicio.

Mantener el software del dispositivo actualizado.

Verificar los permisos que solicitan las aplicaciones al momento de instalarlas: si piden permisos innecesarios, puede ser indicio de una intención sospechosa.

Revisar los comentarios, valoraciones, cantidad de descargas y quién es el desarrollador de la app que se desea descargar desde Google Play.

## Consejos de ayuda para el hombro congelado



El tratamiento para el hombro congelado suele comenzar con medicamentos antiinflamatorios no esteroideos y la aplicación de calor en la zona afectada, seguida de estiramientos suaves. También pueden usarse hielo y medicamentos (incluyendo inyecciones con corticosteroides) para reducir el dolor y la inflamación.

Hombro congelado significa rigidez, dolor y dificultad para mover el hombro. Puede ocurrir después de una lesión o por uso excesivo, o ser consecuencia de una enfermedad como diabetes o un ataque cerebral. Podría tener dolores que le impidan usar el hombro. No obstante, es necesario que lo mueva. Si no lo hace, la rigidez y el dolor aumentarán. Es posible que su médico solicite una radiografía para asegurarse de que no hay otra causa de su hombro rígido.

Puede tratar el hombro congelado con calor, estiramientos, analgésicos (medicamentos para el dolor) de venta libre y fisioterapia. Su médico también podría inyectarle medicamentos en el hombro para reducir el dolor y la hinchazón. Puede llevarle hasta un año o más en mejorar. Casi nunca se necesita una cirugía.

¿Cómo puede cuidarse en el hogar?

Tome los analgésicos exactamente como le fueron indicados.

Póngase una almohadilla térmica a baja temperatura o una toalla húmeda tibia envuelta en plástico sobre el hombro. El calor puede hacer que estirar el hombro sea más fácil.

Siga los consejos de su médico sobre los estiramientos y los ejercicios.

Si su médico lo sugiere, vaya a fisioterapia.

Intente hacer estos ejercicios de estiramiento para reducir la rigidez si su médico lo aprueba. Haga los ejercicios lentamente para evitar lesiones. Póngase una toalla húmeda tibia sobre el hombro antes de hacer los ejercicios. Deje de hacer cualquier ejercicio que aumente el dolor.

**Ejercicio del péndulo.** Mientras se inclina hacia adelante y se sostiene de una mesa o del respaldo de una silla con el brazo sano, dóblese por la cintura, y deje que el brazo afectado cuelgue hacia el piso. Balancee el brazo afectado como un péndulo, luego en círculos que comiencen pequeños y se amplíen de forma gradual en la medida que el dolor lo permita. Trate de hacerlo durante 2 o 3 minutos, varias veces al día. Una vez que el dolor comience a desaparecer.

**Escalar la pared (de lado).** Párese de costado a la pared de manera que sus dedos puedan apenas tocarla. Luego, voltéese hasta que su cuerpo esté levemente hacia la pared. Camine con los dedos del brazo lesionado por la pared, llegando tan alto como el dolor se lo permita. Mantenga la posición mientras cuenta hasta entre 15 y 30 segundos. Camine con los dedos hacia abajo a la posición inicial. Repita de 2 a 4 veces y trate de llegar cada vez más alto.



## Disponibilidad de medicamentos y material médico quirúrgico en hospitales



Brindar atención digna y de calidad a cada paciente que ingresa a los centros hospitalarios del país es prioridad. Ante ello, la disponibilidad de medicamentos y material quirúrgico mayor a un mes en 48 hospitales del país es del 90% y 93%, respectivamente.

Sobre ello, 43 centros hospitalarios registran disponibilidad entre el 80% a 90% en medicamentos, mientras que en 45 centros asistenciales se reporta dicho porcentaje en material quirúrgico.

Estos resultados son producto del trabajo efectuado por las autoridades del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social – MSPAS-, lo que ha permitido avanzar en acuerdos con proveedores, pago de deuda, programación de adquisiciones y proceso de despacho.

Lo anterior también permitió superar la crisis de abastecimiento que en febrero presentaban 19 hospitales que estaban por debajo del 50% en medicamentos.

A esto se suman las auditorías que permitieron detectar que no hubo planificación adecuada en la adquisición de medicamentos acorde a las necesidades de hospitales. Sobre ello, la viceministra de Hospitales, Linda Valencia, indicó recientemente que “se compraban medicamentos que no eran tan necesarios o que se necesitaban poco y se sobre abasteció. Esto dejaba al hospital sin dinero necesario para pagar los medicamentos que son de rotación rápida”.

La cartera de Salud continúa sumando esfuerzos en el mejoramiento de los servicios, siendo vital salvaguardar la vida de los pacientes.



## College Board y el CIE realizan foro educativo para promover la excelencia académica

College Board América Latina y el Centro de Investigaciones Educativas (CIE) de la Universidad del Valle de Guatemala llevaron a cabo un evento dirigido a la comunidad académica sobre la importancia de evaluar a los alumnos a partir de sexto de primaria hasta culminación de bachillerato.

Con una importante participación de establecimientos educativos del país, en el auditorio Dr. Carlos Manuel Paiz Andrade del Centro de Innovación y Tecnología de la UVG, representantes de College Board LATAM y el CIE exhortaron a la comunidad de educadores presente a evaluar el proceso de aprendizaje de los alumnos para identificar áreas de oportunidad que permitan hacer intervenciones tempranas que ayuden a mejorar el desempeño académico del alumno.

Andrés Gálvez Sobral, director del CIE, destacó que los instrumentos y los resultados que ofrece College Board LATAM “han sido y seguirán siendo fundamentales para que las instituciones a las que atendemos en el CIE tengan datos ciertos para hacer decisiones informadas durante su planificación curricular”. Indicó además que actualmente alrededor de 75 instituciones, entre ellas, escuelas, fundaciones y universidades en Guatemala utilizan el sistema de pruebas College Board.

El Centro de Investigaciones Educativas de la Universidad del Valle de Guatemala y College Board LATAM han unido esfuerzos por más de dos décadas para promover una educación de excelencia en Guatemala.

### Innovación para evaluar el inglés como segundo idioma

Una de las innovaciones que se presentó en el evento es la prueba para evaluar el dominio del inglés conocida como English Language Assessment System for Hispanics (ELASH). Esta prueba se ofrece en modalidad tradicional (papel) y en modalidad digital y está alineada al Marco Común Europeo de Referencia.



ELASH es una prueba costo efectiva que evalúa el grado de competencia que tiene un hispanohablante en la lengua inglesa en tres áreas del lenguaje: comprensión auditiva, uso correcto de la lengua y la redacción y comprensión lectora. La prueba se puede ofrecer a alumnos que hayan completado seis años o más en estudios de inglés para propósitos de reclutamiento, selección, admisión y ubicación.

Una de las ventajas de este instrumento es que cuenta con instrucciones en español, lo que facilita la comprensión para todos los candidatos que su primer idioma es el español y de esta manera se garantiza que la prueba no representa ninguna ventaja o desventaja.