



Guatemaltecos por la Nutrición y Chispuditos se unen por la nutrición



Nestlé y Guatemala Próspera unen esfuerzos para promover hábitos saludables en la educación pública del país

Día Internacional de Conservación del Ecosistema de Manglares



Guatemaltecos por la Nutrición y Chispuditos se unen por la nutrición



En un esfuerzo significativo por erradicar la desnutrición infantil en Guatemala, Castillo Hermanos y su programa de abordaje integral a la desnutrición, Guatemaltecos por la Nutrición, anunciaron una alianza con The Mathilde Institute y su suplemento alimenticio Chispuditos que está diseñado específicamente para abordar las deficiencias de micronutrientes en niños pequeños. La firma del convenio marca el inicio de una colaboración que promete avances importantes en la salud y nutrición de los niños en el país.

La desnutrición infantil en Guatemala es un problema complejo que requiere un enfoque integral. Por ello, esta alianza se centra en la implementación de diversas estrategias clave que aborden la educación nutricional, el acceso a alimentos nutritivos, la suplementación y fortificación de alimentos, los programas de salud y nutrición y, la participación comunitaria.

“Guatemaltecos por la Nutrición y Chispuditos creen firmemente que la implementación coordinada y sostenible de estas estrategias puede mejorar significativamente la calidad nutricional de los niños en el país, contribuyendo a su crecimiento saludable y desarrollo integral. Por otro lado, reconocen que una alimentación saludable es fundamental para el bienestar general y proporciona numerosos beneficios para la salud física, mental y emocional. Por estas razones, nos unimos para trabajar por el objetivo en común de erradicar la desnutrición en el país”, comentó José Silva, Director Ejecutivo de Guatemaltecos por la Nutrición.

La colaboración entre Guatemaltecos por la Nutrición y Chispuditos se basa en la necesidad compartida de combatir la desnutrición infantil en Guatemala. Chispuditos es un suplemento nutricional diseñado específicamente para abordar las deficiencias de micronutrientes en niños pequeños y que ahora formará parte de los ejes de trabajo de Guatemaltecos por la Nutrición.

A través de esta alianza, no solo distribuirán el suplemento nutricional Chispuditos, sino que también se enfocarán en educar y empoderar a las familias y líderes comunitarios. Al proporcionar la información y los recursos necesarios, las comunidades podrán tomar decisiones informadas sobre su salud y nutrición, lo que fomentará prácticas alimenticias más saludables y sostenibles a largo plazo.

La alianza entre Guatemaltecos por la Nutrición y Chispuditos es un ejemplo de cómo la colaboración y la innovación pueden abordar desafíos complejos como la desnutrición infantil. Su enfoque integral y sostenible no solo tiene el potencial de transformar vidas hoy, sino también de establecer un futuro más saludable para las próximas generaciones en Guatemala.

Feria del Agricultor lleva a los departamentos productos frescos a precios accesibles

La Feria del Agricultor, una iniciativa desarrollada de forma interinstitucional para dinamizar la economía local de las y los productores agropecuarios, llevando productos del campo a precios favorables, ahora llega a los diferentes departamentos del país.

Suchitepéquez, Izabal y Alta Verapaz son los primeros en realizar esta actividad, que tiene como objetivo incentivar la economía del sector agropecuario, por medio de la integración de los productores y fortalecer sus capacidades comerciales con una visión de mercado.

El programa es el siguiente:

Suchitepéquez

Fecha: viernes 26 de julio de 2024
Hora: 8:00 a.m. en adelante
Lugar: Parque Central de Mazatenango

Alta Verapaz

Fecha: 26 de julio de 2024
Hora: 8:00 a.m. en adelante
Lugar: Mercado La Canasta, Cobán

Izabal

Fecha: 26 de julio de 2024
Hora: 8:00 a.m. en adelante
Lugar: Polideportivo municipal, parque Reina Barrios, Puerto Barrios



Con estas actividades se busca generar beneficios tangibles para las comunidades, impulsando la economía local como la calidad de vida de las y los guatemaltecos, quienes tendrán una nueva opción para abastecerse de productos de calidad a precios razonables.

La Feria del Agricultor está prevista a realizarse en los 22 departamentos del país, entre julio y agosto del presente año, con la posibilidad de expandirse a diversos municipios, fortaleciendo la producción agropecuaria y su comercialización. En las redes sociales oficiales del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA) se publicarán oportunamente las fechas de cuando se realizará.



“MANGLARES, LOS DEFENSORES DE LA VIDA”



El Instituto Nacional de Bosques (INAB) en conmemoración del Día Internacional de Conservación del Ecosistema de Manglares -26 de julio-, promovido por la UNESCO desde el año 2015, resalta que los manglares son sistemas naturales que se ubican en ambos litorales de Guatemala, son sitios ricos en biodiversidad por lo cual su importancia para las personas por los servicios que prestan. Estos proveen de alimentos y generan empleo para las comunidades marino costeras; sirven de protección contra fenómenos naturales como tormentas y huracanes, evitan la intrusión salina relevante para la producción agrícola.

En nuestro país los manglares se distribuyen en 8 departamentos siendo estos San Marcos, Retalhuleu, Suchitepéquez, Escuintla, Santa Rosa, Jutiapa, Izabal y Petén, con una extensión aproximada de 25084 hectáreas. Cada año los manglares son afectados por la tala ilegal, que provoca la disminución de los servicios ecosistémicos y que afectan negativamente a las comunidades marino costeras”, indicó Cesar Zacarias, responsable de manglares INAB.

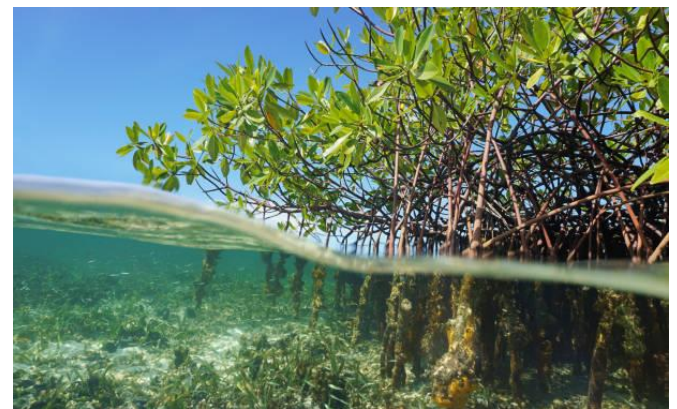
El INAB, a través de diferentes mecanismos promueve la protección de los manglares, uno de ellos son los programas de incentivos forestales que protegen el 18 % de la cobertura de manglar en el país, con una inversión de 8 millones de quetzales. Además, promueve la gobernanza forestal a través de 10 mesas locales de mangle, que coordinan acciones con las comunidades, municipalidades,

iniciativa privada, organizaciones no gubernamentales y Estado, que tienen como objetivo la sensibilización, protección y restauración de los manglares en su territorio.

En el marco del Día Internacional de Conservación del Ecosistema de Manglares se lanzó la iniciativa “Manglares, los defensores de la vida” que contempla catorce actividades en diferentes localidades de la Costa Sur, Atlántico y Ciudad de Guatemala, con el fin de sensibilizar y concientizar a la población sobre la importancia de este ecosistema.

Estas actividades se iniciaron el 22 de julio y culminarán el 27 de julio, entre ellas se realizarán reforestaciones, concurso de dibujos, concurso de fotografía, festival de los manglares, ferias lúdicas, mañana de cine, desfiles alusivos al ecosistema manglar y una exposición de arte sobre los manglares.

“Estas actividades son posible gracias a la coordinación y colaboración de varias organizaciones, que nos unimos para fomentar el manejo forestal sostenible, la protección, conservación y restauración de nuestros manglares. Invitamos a la población a que se informe y participe”, resaltó Zacarías.



Nestlé y Guatemala Próspera unen esfuerzos para promover hábitos saludables en la educación pública del país

Nestlé, empresa líder en nutrición, salud y bienestar, a través de su programa "Nestlé por Niños Saludables" busca fomentar hábitos alimenticios saludables desde temprana edad. En un esfuerzo conjunto por mejorar la calidad de vida, Nestlé se une a Guatemala Próspera, para capacitar a docentes del Ministerio de Educación de Guatemala en nutrición básica, hábitos saludables y cuidado del medio ambiente.

Esta alianza busca promover un cambio sostenible en los hábitos de vida de los niños guatemaltecos para fomentar el crecimiento de una generación más saludable y consciente. Guatemala Próspera, como parte del consorcio formado también por Woord en Daad, la Universidad Mariano Gálvez y AMG Guatemala, se convierte en socio estratégico de Nestlé gracias a su enfoque en promover el desarrollo integral del país mediante iniciativas que fomentan el liderazgo, la educación y los valores en la sociedad. La capacidad de esta organización para llegar a una amplia audiencia, a través de sus programas educativos, complementa perfectamente los objetivos del programa "Nestlé por Niños Saludables".

Nestlé contribuirá al Programa de Crecimiento Docente, beneficiando a 32,000 docentes en siete departamentos de Guatemala, mediante el desarrollo de materiales audiovisuales e impresos, que se compartirán con los docentes participantes para ampliar sus conocimientos sobre nutrición básica y hábitos saludables. Además, la compañía hará importantes aportes en los manuales utilizados en la fase 3 del programa.

Nestlé por Niños Saludables busca capacitar a los maestros para que puedan transmitir conocimientos sobre hábitos saludables a sus estudiantes, logrando un cambio sostenible en el comportamiento y las rutinas diarias de los niños. Los maestros, como figuras de autoridad y modelos a seguir, tienen la capacidad de influir significativamente en la salud y el desarrollo de sus estudiantes.

"Trabajar con Nestlé en este programa es una oportunidad invaluable para fortalecer la educación y promover hábitos saludables en las comunidades guatemaltecas. Juntos, estamos sembrando las bases para un futuro más próspero y saludable", expresó Eduardo Magermans Zepeda, director ejecutivo Guatemala Próspera.



Con esta alianza, Nestlé reafirma su compromiso con el desarrollo del poder de la alimentación para mejorar la calidad de vida hoy y en el futuro. Sus acciones están alineadas con el propósito de impactar positivamente a personas y familias a través de conocimientos nutricionales y prácticas saludables. Para más información, visite la página web de Nestlé por Niños Saludables en www.uxnscentroamerica.com o siga esta iniciativa en Instagram como @nxnscam.

Expomueble 2024 tendencias en muebles y artículos de decoración



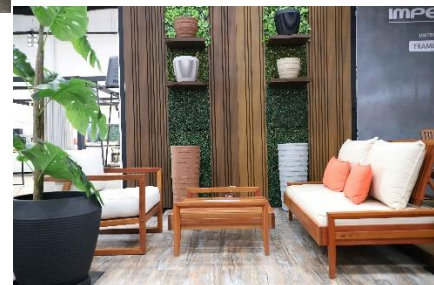
Expomueble 2024 es la plataforma de diseño y decoración para todos los ambientes del hogar y oficina. Este evento es la primera feria de esta magnitud en Centroamérica y simboliza el esfuerzo de empresarios, diseñadores y productores que buscan elevar la calidad y alcance del Sector del Mueble en Guatemala.

Son nueve categorías, en las que 80 expositores presentan más de 200 nuevas líneas, todas ubicadas en un espacio de 4 mil metros cuadrados. Es así como, Expomueble 2024, presenta muebles, accesorios, complementos, camas, colchones, como también, productos para oficina, decoración y remodelación. Esta edición se realiza bajo el concepto InFluye, celebrando la influencia e impacto del diseño en la vida de los guatemaltecos.

Guatemala ha logrado posicionarse como un exportador importante de productos de madera y muebles a nivel mundial. Ha sido un trabajo de más de 40 años, logrando poner puertas y ventanas (22%), tarimas (17%), muebles (13%), pisos (12%), madera aserrada (15%), trozas (8%), tableros (4%) y ataúdes (2%) en 37 mercados internacionales. Es importante resaltar que, a través de dicho esfuerzo, se han alcanzado ventas de US\$207 millones.

"Para este 2024, se utiliza una paleta de colores, incluyendo: beige, marrón, terracota, verde oliva, azul marino, azul petróleo, rosa palo, verde menta, azul cielo, gris cálido, blanco roto, amarillo mostaza, coral y verde esmeralda. Expomueble 2024 está dirigido a todos los que quieran un nuevo estilo en sus ambientes de hogar y oficina. Está abierto, del 25 al 28 de julio, en Fórum Majadas", aseguró Sánchez.

Expomueble nació, con el propósito de promover negocios en el mercado local. Actualmente, tenemos muchas historias de empresas que iniciaron con un stand de nueve metros cuadrados y, ahora, tienen áreas de exposición de hasta 90 metros cuadrados. Se ha convertido en el evento idóneo para hacer los lanzamientos de nuevas líneas de muebles y decoración. La oferta se ha expandido hasta incluir muebles y accesorios importados, así como un pabellón de proveeduría con maquinaria, herrajes y telas, entre otros insumos esenciales", comentó Pablo Sánchez, Presidente del Comité Organizador de Expomueble 2024.



Consejos para evitar las lesiones durante el ciclismo



Andar en bicicleta es una excelente manera de mantenerse activo y disfrutar del aire libre. Ya sea que sea un ciclista recreativo o diario, es importante proteger sus manos y muñecas. El Dr. Sanj Kakar, cirujano ortopédico en Mayo Clinic, experto en manos y muñecas, comparte consejos prácticos para evitar lesiones durante el ciclismo. Si es un profesional o anda en bicicleta por diversión, hay lesiones comunes que todos los ciclistas pueden experimentar.

"La primera es una lesión traumática si se cae de una bicicleta", dice el Dr. Kakar.

Las rupturas más comunes de una lesión traumática incluyen fracturas de muñeca.

"También tenemos lesiones del tipo de uso excesivo. Por ejemplo, vemos pacientes que presionan los frenos durante demasiado tiempo, los aprietan con fuerza, presionan la palma de la mano y, a veces, sus manos se duermen — lo que se conoce como entumecimiento y hormigueo", explica el Dr. Kakar.

Afirma que esto puede ser la síndrome del túnel carpiano, una afección que no querrá ignorar.

"Si siente entumecimiento y hormigueo en los dedos, es algo que no ignoraría, porque si tiene el síndrome del túnel carpiano, vamos a preocuparnos", advierte el Dr. Kakar.

El entumecimiento y el hormigueo pueden volverse permanentes y provocar la pérdida de fuerza muscular.

"Hay medidas preventivas simples que se puede tomar", dice el Dr. Kakar. "Tener manillares más gruesos puede ayudarle a no apretar la palma de la mano con tanta fuerza. Los guantes de bicicleta también ayudan y, a veces, colocan la muñeca en una mejor posición en lugar de presionar la palma de la mano."

