



Edición Semanal

Semana del 12 al 18 de mayo de 2025

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





Ecoplanet celebra 10 años impulsando un futuro más sostenible



Kingston FURY presenta SSD PCIe 5.0 NVMe potencia extrema para gamers

GRUPO SOLID
70 años
transformando
a la región



Elektra renueva su tienda en Huehuetenango y celebra a mamá con una excelente promoción



Tiendas Elektra Guatemala y Banco Azteca Guatemala, celebran la reinauguración de su tienda en Huehuetenango, un espacio completamente renovado que ahora ofrece una experiencia más moderna, accesible y cercana para sus clientes.

La tienda ha sido rediseñada bajo el nuevo concepto Elektra 5.0, con una distribución más funcional, mejoras en accesibilidad, y tecnología de alta eficiencia en iluminación. Este nuevo formato permite a los visitantes recorrer la tienda con mayor comodidad, facilitando tanto la compra de productos como la gestión de servicios financieros en un mismo lugar.

La reinauguración también coincide con la temporada de celebración del Día de la Madre, y los clientes ya pueden disfrutar de la campaña “Si Mamá lo Quiere, Sin Peros lo Tiene”, que ofrece descuentos de hasta 65% en telefonía, 45% en línea blanca y 30% en motocicletas, junto con las facilidades del Préstamo “Sin Peros” de Banco Azteca, que permite financiar las compras de forma rápida y sin complicaciones.

“La renovación de nuestra tienda en Huehuetenango representa mucho más que una mejora física; es una muestra clara de nuestro compromiso por brindar espacios pensados para el cliente, con tecnología, diseño y comodidad que transformen la experiencia de compra y servicio. Seguimos invirtiendo en Guatemala porque creemos en el valor de estar cerca de las personas”, expresó Carlos García, Director de Expansión de Grupo Salinas Guatemala.

Con esta renovación, Elektra y Banco Azteca reafirman su compromiso con los guatemaltecos, ofreciendo espacios de primer nivel, mejores servicios y una atención cercana que responde a las necesidades de cada comunidad.

La remodelación abarcó más de 1,500 metros cuadrados, y durante los 60 días de ejecución del proyecto se generaron más de 150 empleos directos e indirectos. La inversión realizada fue de Q3.2 millones, equivalente a US\$400 mil, como parte del plan de crecimiento y modernización de Grupo Salinas en el país

GRUPO SOLID celebra 70 años transformando a la región



Grupo Solid celebra 70 años de colorear y transformar la región. Hoy la empresa cuenta con presencia en 15 países, cuatro plantas de manufactura de clase mundial y un legado imborrable en Centroamérica expandiéndose al Caribe y Sur América.

Para celebrar este recorrido, el 8 de mayo regresó a solo seis cuadras de su primera tienda Paleta abierta en 1955 en la Zona 1 de la Ciudad de Guatemala con un evento en el Claustro Mayor de Santo Domingo en el que honró y celebró a sus clientes, a sus proveedores, aliados y amigos de la empresa.

La historia de Grupo Solid inicia con Doña Julia de Ascoli, cuyo ejemplo cimentó una cultura basada en el trabajo, el servicio excepcional y el relacionamiento cercano con sus clientes. Esta cultura sigue marcando el ADN de la empresa y ha permitido construir relaciones duraderas con quienes comparten ese compromiso. Si el color ha sido el producto que distingue a Grupo Solid, su gente ha sido siempre su mayor capital, con numerosos colaboradores que tienen más de treinta años de ser parte de su equipo.

Hoy celebra sus bodas de titanio, un aniversario que —como el metal que lo nombra— simboliza fortaleza, resistencia y SOLIDEZ, y que, no por coincidencia, también es esencial en la fabricación de pintura.

Grupo Solid cuenta con modelos de negocio y marcas especializadas para cada tipo de cliente. Entre las principales destacan Pinturas Paleta, con más de 112 tiendas propias en Guatemala, donde los usuarios finales pueden encontrar todo lo necesario para realizar un proyecto de pintura y decoración.

Pinturas Corona, reconocida por su modelo de distribución horizontal en el que atiende a ferreteros y distribuidores de pintura, con más de 12,000 puntos de venta, convirtiéndose así en la marca de pinturas con mayor cobertura geográfica en la región. Sytec, enfocada en recubrimientos industriales y la aplicación de grandes proyectos junto con la prestigiosa marca Transocean, especialista en pinturas de alto desempeño, Marina e Industrial. Pinturas Modelo en Nicaragua, marca insignia de ese país, Farbe & Expert, marca de aplicadores e implementos para pintar, Nova su línea de repintado automotriz y Waterlok su línea de impermeabilizantes.

Grupo Solid se ha convertido en una empresa multilatina, capaz de adaptarse a cada mercado invirtiendo en talento, procesos y tecnología. Su filosofía empresarial se basa en tropicalizar soluciones para responder a la identidad y contexto de cada país, diferenciándose con propuestas de valor únicas.

Ecoplanet celebra 10 años impulsando un futuro más sostenible



Ecoplanet cumple una década liderando la transformación ambiental en Guatemala, fabricando bolsas 100% reutilizables que han cambiado la forma en que personas, empresas, emprendimientos y la sociedad se relacionan con las bolsas desechables de un solo uso. Para celebrar estos 10 años, la empresa lanza tres nuevas líneas de productos aún más sostenibles, sin comprometer calidad, resistencia ni funcionalidad.

Desde su fundación, Ecoplanet ha sido pionera en la región al desarrollar bolsas reutilizables con altos estándares de sostenibilidad. La empresa cuenta con tecnología de punta y un equipo comprometido con la excelencia, que permite minimizar desperdicios y evitar contaminación innecesaria. Siendo ellos mismos quienes fabrican la tela, imprimen con tintas a base de agua y personalizan los diseños, permitiendo un control integral del proceso y reduciendo significativamente su impacto ambiental.

Todas nuestras bolsas están hechas con material reciclado, que va desde un 25% hasta un 95%; son selladas al calor, sin costuras, lavables y pueden reutilizarse más de 200 veces. Esto representa un ahorro mínimo de 144 bolsas plásticas de un solo uso al año, por persona, que no terminaron en ríos, lagos, mares, alcantarillados y bosques, según datos de Greenpeace.org.

Innovación para avanzar

Como parte de su décimo aniversario, Ecoplanet presenta tres nuevas líneas de bolsas que marcan un paso hacia una nueva generación de productos ecológicos:

1. Recy 95: fabricadas con un mayor porcentaje de material reciclado, hasta un 95 %, proveniente de fuentes postconsumo y postindustriales.
2. Peci PET: elaboradas a base de tela RPET proveniente de botellas plásticas recicladas. Son gruesas, resistentes y pensadas para usos prolongados.
3. Veg: es el producto más innovador, hecho con material PLA vegetal derivado del maíz, yuca o caña de azúcar. Son compostables, reciclables y libres de BPA.

HUB inmobiliario 2025: una plataforma estratégica para líderes visionarios del sector inmobiliario



La Cámara Guatemalteca de la Construcción y la Asociación Nacional de Constructores de Viviendas (ANACOV) se alistan para presentar el HUB Inmobiliario 2025, un evento que se posicionará como el encuentro más relevante del sector inmobiliario en Guatemala.

Este evento se enfocará en el intercambio de conocimientos y buenas prácticas, con el fin de conectar a los participantes con nuevos aliados estratégicos, conocer casos de éxito y promover oportunidades de negocio. La agenda del evento incluirá temas clave sobre inteligencia artificial y su impacto en la región, tendencias macroeconómicas en el desarrollo inmobiliario, ciudades inteligentes, ciudades del futuro, macroyectos y centros logísticos desde el ámbito internacional y nacional. Todo esto bajo una visión integral de desarrollo responsable e inclusivo.

En su primera edición, se destacará la importancia de crear un espacio táctico para explorar cómo la colaboración, tecnología y la sostenibilidad están redefiniendo el futuro del sector, a través de una planificación urbana estratégica que responda a los retos actuales del país. Además, se promoverá un enfoque colaborativo entre los diversos actores del ecosistema inmobiliario, con el objetivo de construir ciudades inteligentes y sostenibles, que coadyuven a descentralizar y disminuir o eliminar las problemáticas actuales.

El evento se llevará a cabo el 5 de junio en Épica zona 10, y contará con la participación de distinguidos panelistas nacionales e internacionales.

se ofrecerán espacios de networking, paneles temáticos, conferencias magistrales y mesas de trabajo que fomentarán el diálogo multisectorial y la creación de alianzas estratégicas para proyectos con un impacto real en el país. El costo de participación será de Q 250.00 para socios y Q 400.00 para público general.

La Cámara Guatemalteca de la Construcción y ANACOV invitan a los actores del sector y a los medios de comunicación a unirse a esta conversación que busca generar un impacto significativo en el futuro urbano de Guatemala.

Para más información sobre el evento y oportunidades de patrocinio, puede llamar a la Asociación Nacional de Constructores de Viviendas - ANACOV- al número 4896-4759 o contacte a: asistenteanacovi@construguate.com.

Kingston FURY presenta SSD PCIe 5.0 NVMe potencia extrema para gamers y usuarios de alto rendimiento



Kingston Technology Company, líder mundial en productos de memoria y soluciones de tecnología, anuncia su unidad SSD PCIe 5.0 NVMe M.2, Kingston FURY Renegade G5, para videojuegos y usuarios expertos que buscan máximo rendimiento.

Kingston FURY Renegade G5 permite a los usuarios liberar toda la capacidad de su sistema a través del nuevo controlador PCIe Gen5 x 4 y la tecnología 3D TLC NAND para alcanzar velocidades de lectura/escritura¹ de hasta 14,800/14,000 MB/s y más de 2 millones de IOPS. Kingston FURY Renegade G5 está optimizada para mejorar el rendimiento de PC y estaciones de trabajo, ya que elimina los cuellos de botella del almacenamiento y reduce considerablemente los tiempos de carga, lo que la convierte en la unidad ideal para videojuegos de alta intensidad, edición o flujos de trabajo con alto volumen de datos.

“Nos complace anunciar a este nuevo miembro de la familia Kingston FURY de soluciones de alto rendimiento”, dijo Geraldine Stack, Gerente de Negocios de SSD para Kingston Latinoamérica. “Con la potencia del SSD Kingston FURY Renegade G5 y la memoria Kingston FURY, los usuarios expertos y los entusiastas del hardware pueden crear un sistema supremo”.

Kingston FURY Renegade G5 está disponible en capacidades máximas de 1024 GB, 2048 GB y 4096 GB** y está respaldada por cinco años de garantía⁵, soporte técnico gratuito y la legendaria fiabilidad de Kingston. Para más información, visite kingston.com

Burger King inaugura su restaurante número 63, en El Canchón, kilómetro 18.5 carretera a El Salvador

Burger King continúa expandiendo su presencia en Guatemala con la inauguración de su restaurante número 63, estratégicamente ubicado en aldea El Canchón, kilómetro 18.5 carretera a El Salvador, Santa Catarina Pinula. Desde el pasado 26 de abril, un nuevo espacio con el inconfundible sabor a la parrilla abre sus puertas al público.

Burger King Fraijanes pone a disposición de sus clientes el distintivo sabor a la parrilla que caracteriza a la marca, en un ambiente moderno, amplio y confortable, diseñado para propiciar encuentros familiares o con amigos. Esta nueva sede representa un avance más en el compromiso de Burger King por acercarse a sus consumidores, respondiendo directamente a sus necesidades de accesibilidad, comodidad e innovación.

Horario de atención:

Lunes a domingo de 6:00 a.m. a 11:00 p.m.

Para mantenerse informado sobre las últimas novedades, promociones exclusivas, eventos especiales y lanzamientos de productos, sigue las redes sociales oficiales de Burger King Guatemala:

Burger King continúa comprometido con ofrecer calidad, comodidad e innovación, reforzando su promesa de brindar experiencias memorables en cada visita y fortaleciendo su liderazgo en el mercado guatemalteco de restaurantes de comida rápida.



TM & © 2025 Burger King Company LLC.
Utilizado bajo licencia. Reservados todos los derechos.



Revista Summa
reconoce a **líderes**
Progreso entre
los Ejecutivos
más Éticos de
Centroamérica
y República
Dominicana
en 2025.



El Impacto del Etanol en la Movilidad y la Industria

**Calzado Cobán
eleva su legado
inaugura tienda
renovada en
Portales**



Líderes de Progreso destacan entre los Ejecutivos Más Éticos de la región 2025



Stephanie Melville, José Raúl González y José Miguel Torrebiarte fueron reconocidos por la Revista Summa como tres de los Ejecutivos más Éticos de la región 2025.

En un contexto global donde la ética empresarial se ha vuelto más que una virtud: una necesidad, tres líderes de Progreso han sido reconocidos por la **Revista Summa** como parte de la lista de Ejecutivos con Mejor Ética Profesional 2025.

Stephanie Melville, directora regional de Asuntos Corporativos; José Raúl González, CEO de Progreso; y José Miguel Torrebiarte, presidente del Consejo de Administración, fueron seleccionados entre miles de altos ejecutivos por su conducta ejemplar, liderazgo íntegro y coherencia entre el decir y el hacer.

Este reconocimiento no surge por casualidad. En Progreso, la ética es un pilar de su cultura organizacional, impulsada no solo por códigos y capacitaciones, sino por una forma auténtica de liderar.

La compañía apuesta por entornos donde se comparten buenas prácticas, se reconocen acciones éticas y se fomenta el diálogo honesto. En este ecosistema, los líderes predicán con el ejemplo.

La Revista Summa llevó a cabo un sondeo entre **2,000 altos ejecutivos de Centroamérica y República Dominicana**, quienes nominaron a los líderes que consideran referentes éticos en sus sectores.



Los Ejecutivos Más Éticos

La elección de estos tres ejecutivos refleja no solo su prestigio, sino también la confianza que el entorno empresarial deposita en su integridad.

Un respaldo adicional a este compromiso es la obtención por parte de Progreso de certificaciones internacionales clave, como la ISO 37001:2016 – Sistema de Gestión Antisoborno, que acredita los mecanismos internos implementados por la compañía para prevenir, detectar y responder ante posibles actos de corrupción.

Esta certificación garantiza una gestión ética y transparente en todas las operaciones y demuestra que en Progreso la ética no solo se enuncia, sino que se verifica.

Ser reconocidos como líderes éticos no solo refuerza la reputación de Progreso, sino que consolida su propósito: construir juntos el país donde todos queremos vivir, basados en principios firmes y visión de largo plazo.

La ética, cuando se vive en cada decisión, es el verdadero diferenciador empresarial.

Calzado Cobán eleva su legado: inaugura tienda renovada en C.C. Portales



- **Calzado Cobán remodela su tienda en Portales, ofreciendo una fusión de diseño renovado, productos innovadores y estilos modernos que garantizan la mejor calidad para quienes buscan elevar su estilo y confort**

- **La tienda remodelada ofrece una amplia variedad de calzado, con estilos que solo están disponibles en Calzado Cobán**

- **Grupo Cobán reafirma su compromiso con el desarrollo local, brindando a los guatemaltecos las mejores opciones en calzado.**

Calzado Cobán, un ícono de la industria del calzado guatemalteco desde 1914, reafirma su liderazgo en el mundo del calzado con la remodelación de su tienda en Centro Comercial Portales, zona 17. Este nuevo espacio combina diseño moderno, innovación y atención personalizada para ofrecer una experiencia de compra excepcional. Los clientes podrán disfrutar de un concepto renovado, incluyendo marcas exclusivas, como la reconocida Kenneth Cole®.

Estilo y funcionalidad en cada paso

Calzado Cobán ha introducido en sus tiendas un innovador concepto de «moda utilitaria», diseñado para satisfacer las necesidades de los clientes que buscan elevar su estilo sin sacrificar la comodidad y la funcionalidad. “Nos hemos enfocado en garantizar que cada par de zapatos no solo sea una declaración de moda, sino también una solución práctica para el día a día”, explicó César Lima, Gerente Comercial de Grupo Cobán.

La tienda remodelada ofrece una amplia variedad de calzado, con estilos que solo están disponibles en Calzado Cobán. Además, se incorpora la prestigiosa marca Kenneth Cole®, reconocida por su estilo moderno y elegante que fusiona lo clásico con lo contemporáneo.

La tienda en Portales ha sido diseñada para ofrecer una experiencia de compra única, con un enfoque en la atención personalizada y un ambiente que invita a los clientes a encontrar el producto ideal según su estilo, actividad o necesidad. El equipo de Calzado Cobán estará a cargo de brindar un servicio cálido y profesional, asegurando que cada visita sea memorable.



Cámara Guatemalteca de la Industria de la Construcción realizará feria de empleo con más 5,000 empleos



El próximo sábado 17 de mayo se llevará a cabo la Feria de Empleo CGC 2025 en la Plaza de la Constitución, una iniciativa liderada por la Cámara Guatemalteca de la Industria de la Construcción que busca acercar cientos de oportunidades laborales a los guatemaltecos, en uno de los sectores con mayor capacidad de absorción de mano de obra y de impacto en el crecimiento económico nacional.

Esta iniciativa responde a la importancia estratégica del sector construcción en Guatemala. Se trata de una de las industrias que más empleo genera y que mantiene una alta demanda de trabajadores. Su potencial de crecimiento es enorme, especialmente si se eliminan obstáculos como la tramitología. Además, su carácter transversal la convierte en pilar de toda la economía: ningún sector productivo crece sin construcción. Por ello, acercar estas oportunidades laborales a la población no solo responde a una necesidad social, sino que también contribuye directamente a la reactivación económica del país.

La Feria de Empleo CGC 2025 cobra especial relevancia. Se estiman más de 5,000 plazas laborales disponibles en trabajos como albañilería, carpintería, tabla yeso, electricidad, plomería, pintura, operación de maquinaria y más. Se espera la participación de más de 2,000 personas, que también podrán acceder a talleres, conferencias y espacios de formación diseñados para apoyar su integración al mercado laboral.

Con esta iniciativa, la Cámara Guatemalteca de la Industria de la Construcción reafirma su papel como líder en la construcción de oportunidades y como un actor clave en la promoción de soluciones integrales que respondan a los grandes retos del país.

La Fundación Paiz anunció a los artistas que participarán en la 24ª edición de la Bienal de Arte Paiz

La Fundación Paiz para la Educación y la Cultura se complace en anunciar el listado preliminar de participantes en la 24a edición de la Bienal Arte Paiz, titulada El árbol del mundo. Bajo la curaduría del renombrado crítico y curador Eugenio Viola, Director Artístico del MAMBO (Museo de Arte Moderno de Bogotá), esta edición reúne a destacados artistas guatemaltecos e internacionales, de diversas generaciones. Con una mirada crítica y transformadora, sus obras confrontan las heridas del presente, destacando la interconexión de la sociedad, donde las tensiones en una parte reverberan en el conjunto.

El árbol del mundo se concibe como un proyecto polifónico que interactúa con el ecosistema artístico de Guatemala y Mesoamérica, reafirmando el poder del arte para conectar universos distantes. En un contexto global marcado por tensiones y conflictos, esta bienal se erige como un símbolo del potencial del arte para cultivar la comprensión, celebrar la diversidad y promover la unidad e inclusión.

El árbol del mundo se concibe como un proyecto polifónico que interactúa con el ecosistema artístico de Guatemala y Mesoamérica, reafirmando el poder del arte para conectar universos distantes. En un contexto global marcado por tensiones y conflictos, esta bienal se erige como un símbolo del potencial del arte para cultivar la comprensión, celebrar la diversidad y promover la unidad e inclusión.



La 24ª Bienal Arte Paiz presenta una selección contundente de artistas internacionales cuyas prácticas artísticas abordan contextos sociales, políticos, ancestrales, espirituales y ambientales desde múltiples perspectivas. El árbol del mundo promueve la empatía dentro de la compleja red de idiomas, religiones, culturas e historias que definen nuestra sociedad globalizada, impulsando nuevos modelos de convivencia y transformación a través del arte.

La 24ª Bienal Arte Paiz consolida su papel de referente cultural en Mesoamérica y en el escenario internacional, reafirmando el compromiso de la Fundación Paiz con el arte como motor de reflexión y transformación. Esta edición evidencia la coherencia y continuidad de una visión que, a lo largo de su historia, ha impulsado diálogos críticos y conexiones culturales profundas, proyectando a la Bienal como un espacio de cambio y relevancia global.

El Impacto del Etanol en la Movilidad y la Industria

Con el propósito de fomentar una conversación abierta, informada y responsable sobre la Ley de Alcohol Carburante y su reglamento, se llevó a cabo el panel titulado "El Impacto del Etanol en la Movilidad y la Industria". Este evento fue organizado por la Asociación de Importadores y Distribuidores de Vehículos Automotores (AIDVA), la Asociación de Importadores de Motocicletas (ASIM) y la Asociación Guatemalteca de Expendedores de Gasolina (AGEG).

Los expertos coincidieron en la necesidad de una transición gradual y transparente, sin imposiciones obligatorias, en la implementación de la Ley de Alcohol Carburante, destacando los siguientes puntos críticos:

- **Viabilidad del cronograma:** se enfatizó que el cronograma actual para la implementación del etanol es inviable. Se requiere un diálogo genuino entre todos los sectores para establecer un plan realista y ajustado a las necesidades del país.
- **Certeza jurídica:** la falta de certeza jurídica ha impedido la inversión necesaria en infraestructura y cadena de suministro. Es fundamental establecer un marco legal claro y estable que fomente la confianza y la inversión a largo plazo.
- **Libertad de mercado y elección del consumidor:** se debe garantizar la libertad de mercado y de elección para los consumidores, permitiéndoles optar por la opción que mejor se adapte a sus necesidades y vehículos. Evitar barreras no arancelarias que restrinjan la competencia.



- **Información transparente al consumidor:** es crucial brindar información clara y precisa sobre los beneficios y riesgos del etanol, para que los consumidores puedan decidir con base en información clara.
- **No obligatoriedad:** se enfatizó la importancia de evitar la obligatoriedad en el uso del etanol, respetando la libertad de elección del consumidor y la viabilidad económica de los diferentes sectores.

A lo largo del panel, se abordaron diversos puntos de vista sobre los posibles efectos de la Ley de Alcohol Carburante y su reglamento, presentando datos y casos internacionales que ayudaron a aclarar dudas y anticipar posibles desafíos en el contexto guatemalteco.



Momentum BAC conecta a las empresas guatemaltecas con el futuro digital



Banco Industrial anuncia la Feria Vivienda para Todos

El Cubo Center celebra con cuarto aniversario



Momentum BAC conecta a las empresas guatemaltecas con el futuro digital



Más de 80 empresarios vivieron una jornada de innovación en Momentum BAC Guatemala 2025, explorando junto a expertos internacionales cómo la inteligencia artificial, la optimización de procesos y la ciberseguridad están transformando los negocios.

Momentum BAC Guatemala 2025 se llevó a cabo con gran éxito, consolidándose como un referente en innovación en Centroamérica. El evento reunió a clientes del segmento empresarial para brindarles acceso a conocimientos clave, soluciones innovadoras en un entorno digital en constante evolución.

Este evento fue organizado por BAC Guatemala para ofrecer a sus clientes empresariales acceso a conocimiento de vanguardia, soluciones tecnológicas y redes de contacto que les permitan fortalecer su competitividad y acelerar su transformación digital. La actividad se ha posicionado como un espacio único para explorar tendencias globales, aprender de expertos y generar alianzas estratégicas entre empresas de la región.

La ciberseguridad ocupó un lugar destacado, abordando los desafíos tecnológicos y la importancia de construir culturas organizacionales resilientes frente a amenazas digitales. Se destacaron soluciones como Orión BAC, certificada con SOC2, que permite fortalecer la infraestructura tecnológica, cumplir con normativas internacionales y mitigar riesgos financieros y reputacionales.

La transformación digital impulsada por la inteligencia artificial y reforzada por una estrategia sólida de Ciberseguridad es esencial para la competitividad de las empresas. A través de Momentum BAC 2025 acompañamos a nuestros clientes en la adopción de soluciones innovadoras, generando valor sostenible y fortaleciendo su posición en el mercado global.

El evento contó con la participación de líderes de la industria como McKinsey, Deloitte, SAP, Microsoft, Cisco y más. Esta colaboración con aliados estratégicos internacionales fortaleció las relaciones y el intercambio de conocimientos, beneficiando a todos los participantes.

Momentum BAC es un espacio dedicado al aprendizaje y desarrollo del sector empresarial. En 2024, el evento reunió a más de 95 empresas de América Central en Nueva York, ofreciendo una plataforma única para el intercambio de conocimientos y experiencias.

Para 2025, BAC tiene planeado llevar este evento a cada uno de los países donde opera. La serie de eventos comenzó en Costa Rica en marzo, Panamá en abril y continuó en Guatemala en mayo, brindando a más empresas la oportunidad de participar y beneficiarse de este espacio de aprendizaje y *networking*.

El Cubo Center celebra con orgullo su cuarto aniversario



El Cubo Center celebra con orgullo su cuarto aniversario, consolidándose como un referente de innovación, emprendimiento y desarrollo profesional en la región de La Antigua Guatemala.

El mayor desafío de estos cuatro años fue introducir un modelo de negocio moderno en una zona históricamente enfocada en el turismo y la agricultura básica. El Cubo respondió creando un espacio que fusiona lo tecnológico con lo tradicional, respetando la identidad local y fomentando una comunidad diversa de empresas y profesionales.

El Cubo Center reafirma su compromiso de seguir siendo un punto de encuentro para empresas, emprendedores y profesionales. Su comunidad sigue creciendo, impulsando a las empresas residentes desde firmas tecnológicas hasta bufetes legales y negocios de energía solar a expandirse, contratar talento y prosperar.



Evolución y expansión

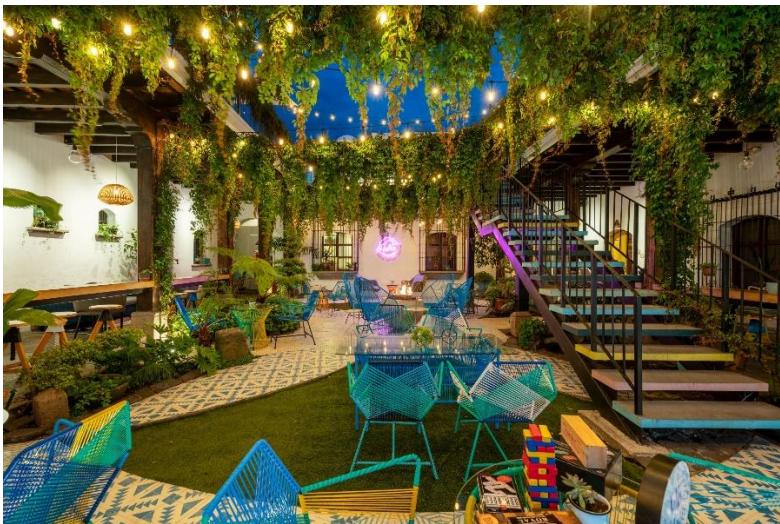
Lo que comenzó como un centro de trabajo colaborativo ha evolucionado hacia un hub integral de crecimiento profesional, educación, salud y bienestar. En el último año, El Cubo ha ampliado su oferta con nuevas iniciativas como:

- Healing Hands Therapy Spa, para el bienestar físico y emocional.
- Delio Podcast y el estudio creativo Tono de Voz, enfocados en la creación de contenido.
- El restaurante y servicio de catering de Annie y Félix, que ofrece comida fresca y personalizada.
- La incorporación del capítulo BNI Antigua, conectando a El Cubo con una red global de negocios.
- Además del desarrollo de diversos talleres, charlas educativas y de formación empresarial que se ofrecen cada mes.

Mirando hacia el futuro

Para 2025, El Cubo lanza Entrered, una plataforma de capacitación empresarial con entrenadores internacionales. El primer módulo, "La Ruta del Éxito en Hospitalidad", está diseñado para ayudar a profesionales del sector servicios a mejorar su rentabilidad, eficiencia y experiencia al cliente.

Adra de ÍNTEGRO TripAdvisor lo sitúa entre los 10 mejores hostales de Antigua Guatemala



ÍNTEGRO se complace en anunciar que Adra Hostel ubicado en la mágica Antigua Guatemala, ha sido galardonado con el premio Travelers' Choice Awards 2025 de TripAdvisor. Este reconocimiento lo sitúa entre los 10 mejores hostales de Antigua Guatemala, gracias a las valiosas opiniones de miles de viajeros que han disfrutado de su experiencia.

Adra: un referente de excelencia en hospitalidad

Adra es más que un hospedaje, es un punto de encuentro donde la cultura local cobra vida y los recuerdos se tejen en cada detalle. Desde sus impecables instalaciones, hasta su ubicación privilegiada, ofrece una experiencia que cautiva a sus huéspedes

“Este premio refleja la excelencia y pasión de nuestro equipo, que cada día se dedica a crear un ambiente de buena vibra y experiencias inolvidables para que la estadía de sus huéspedes sea inolvidable. Nos enorgullece ofrecer un espacio donde los viajeros pueden conectar con la cultura local y crear recuerdos que durarán toda la vida”, afirmó Pierre De Janon, director de ÍNTEGRO Hospitality.

Además de brindar un servicio de calidad, Adra apuesta por el desarrollo sostenible y el bienestar comunitario. Colabora con proveedores locales, promueve prácticas responsables y participa en iniciativas que impactan positivamente a Antigua Guatemala. El éxito de Adra se mide no solo en la satisfacción de sus huéspedes, sino también en el bienestar de su entorno, creando impacto positivo.

Este nuevo reconocimiento se añade al que Adra Restaurante obtuvo el año pasado en los Travelers' Choice Awards, reafirmando el compromiso de ÍNTEGRO Hospitality con la calidad.



Banco Industrial anuncia la Feria Vivienda para Todos



Este 17 y 18 de mayo, en el Salón 9 del Parque de la Industria de 9:00 a 16:00 horas, tendrás acceso a las mejores opciones de vivienda para que adquieras tu casa propia.

La vivienda es un elemento fundamental para la vida de las personas y las comunidades, ya que impacta en múltiples aspectos: salud, economía, trabajo, educación y medio ambiente. Solo trabajando juntos podemos garantizar que nadie se queda atrás.

En la Feria Vivienda para Todos, reuniremos a los principales desarrolladores del país, quienes presentarán y promoverán sus proyectos habitacionales en el área metropolitana y departamento de Guatemala. Contaremos con el apoyo de bancos que ofrecerán atractivas tasas de interés para facilitar la adquisición de vivienda nueva.

Durante esta primera edición de la Feria Vivienda para Todos, promovida por ACENVI podrá disfrutar de un ambiente familiar con música, comida, juegos infantiles, premios y mucho más para compartir.

Desde 1999, el compromiso de ACENVI ha sido fomentar el desarrollo de la vivienda para contribuir a la solución del problema habitacional en Guatemala, buscando oportunidades que faciliten el acceso a una vivienda digna, a través de relaciones institucionales de las entidades y organismos de financiamiento habitacional. Actualmente, aproximadamente el 11.7% de los hogares guatemaltecos no cubre su necesidad básica de vivienda.

Por ello, este año realizaremos la primera Feria de Vivienda para Todos, un espacio para acercar varias opciones, adaptadas a las diferentes necesidades y posibilidades del público.

Lanzamiento de soluciones de IA en el evento SAS Innovate en Orlando

SAS, líder en datos e inteligencia artificial (IA), anunció una serie de innovaciones en el desarrollo de soluciones analíticas avanzadas como parte de las más recientes fases de inversión de US\$1,000 millones en soluciones para la industria que la compañía dio a conocer en el 2023.

Los nuevos anuncios se dieron en el marco del SAS Innovate 2025, la experiencia de datos e inteligencia artificial dirigida a líderes empresariales, usuarios técnicos y socios de SAS, para analizar las nuevas tendencias e innovaciones del sector.

Para esta ocasión, los anuncios realizados por los especialistas de SAS abarcan desde nuevos modelos de IA generativa hasta soluciones de datos sintéticos, agentes inteligentes, gobernanza de IA, integración con tecnologías inmersivas y servicios en la nube.

Soluciones de IA generativa personalizadas

El primer anuncio de SAS fue el lanzamiento de una nueva selección de modelos de IA. Según explicó Kathy Lange, directora de Investigación en IDC, cada modelo está diseñado para abordar un proceso específico intensivo en tiempo y recursos, para impulsar el desempeño empresarial.

Expansión de Viya

SAS presentó nuevas innovaciones en su plataforma SAS® Viya®, que refuerzan el uso de la inteligencia artificial para escalar la productividad humana y optimizar la toma de decisiones empresariales. Entre las novedades destacan SAS Data Maker, un generador de datos sintéticos orientado a resolver problemas de privacidad y escasez de datos; SAS Viya Intelligent Decisioning, que permite crear agentes de IA con balance entre autonomía y supervisión humana; y SAS Managed Cloud Services: Viya Essentials, una solución en la nube lista para pequeñas y medianas empresas. También se anunciaron SAS Viya Copilot, un asistente conversacional basado en Microsoft Azure, y SAS Viya Workbench, un entorno de codificación en la nube que ahora soporta múltiples lenguajes y plataformas de desarrollo.

Agentes de IA

La solución SAS® Intelligent Decisioning permite a las organizaciones diseñar, implementar y escalar agentes inteligentes con equilibrio entre autonomía artificial e intervención humana, gobernanza incorporada y explicabilidad en la toma de decisiones.



IA y gobernanza

SAS destacó la creciente urgencia de una gobernanza eficaz en inteligencia artificial y presentó el AI Governance Map, una herramienta integral que permite a las organizaciones evaluar su madurez en supervisión, cumplimiento, operaciones y cultura, trazando rutas de mejora comparativas con otras empresas.

Gemelos digitales

Además, SAS anunció innovaciones en gemelos digitales para la industria manufacturera que combinan inteligencia artificial, análisis avanzado y visualización en 3D mediante Unreal Engine de Epic Games, permitiendo transformar grandes volúmenes de datos industriales en simulaciones realistas y decisiones más inteligentes.

Auge de la IA Cuántica

Más del 60 % de las empresas están invirtiendo o explorando la IA cuántica, aunque enfrentan barreras como el alto costo, la falta de conocimiento y la incertidumbre sobre sus aplicaciones prácticas. Para abordar estos desafíos, SAS impulsa proyectos piloto, colabora con líderes del sector cuántico y se enfoca en industrias con alto potencial como ciencias de la vida, servicios financieros y manufactura.

14 de mayo Día Mundial del Seguro

Es innegable que el seguro ha sido, hasta la actualidad, un pilar fundamental en la vida de los países y de las personas. Pero, ¿sabías que hay una fecha dedicada a conmemorar a este importante instrumento legal y financiero? Es el 14 de mayo, Día Mundial del Seguro.

En el año 1908, se estableció la primera Ley reguladora en España del Seguro privado. Asimismo, este mismo día, pero del año 1946 se celebró en Nueva York la primera conferencia Hemisférica de Seguros.

La primera ley que supervisó el seguro privado estableció las normas básicas para su regulación, sentando así las bases legales para este sector avanzado. Esta ley, conocida como la Ley reguladora de las Compañías de Seguros, fue considerada muy progresista en Europa, aunque solo estuvo en vigor hasta 1954, cuando fue reemplazada por nuevas leyes.

Después de la Segunda Guerra Mundial, las compañías de seguros de América organizaron la Conferencia Hemisférica de Seguros el 14 de mayo, con el objetivo de restaurar la situación previa a la guerra y garantizar la protección de los ciudadanos.

Esta fecha se estableció como el Día del Seguro en algunos países, aunque en Argentina se celebra el 21 de octubre, fecha en la que se fundó la primera compañía de seguros marítimos.



En el mismo año en que se promulgó la Ley reguladora de los Seguros Privados, se creó el Instituto Nacional de Previsión, ahora conocido como Seguridad Social.

El Día del Seguro se sigue celebrando hoy en día para reconocer el trabajo de todos los involucrados en el sector y para seguir avanzando y mejorando continuamente.



Cementos Progreso destaca entre las 20 marcas líderes en Essentials of Modern Marketing



Devora sin censura el nuevo Pollo McCrispy de McDonald's

Anuncian “Desafío Bi” en beneficio de los emprendedores guatemaltecos



Cementos Progreso destaca entre las 20 marcas líderes en Essentials of Modern Marketing



Cementos Progreso fue incluido como caso de éxito en Essentials of Modern Marketing, el libro impulsado por Philip Kotler que reúne a las marcas más influyentes de Centroamérica.

Cementos Progreso ha sido incluido como uno de los 20 casos de éxito destacados en la edición centroamericana del libro [Essentials of Modern Marketing](#), una obra global basada en la visión del reconocido profesor Philip Kotler, considerado el Padre del Marketing Moderno.

El lanzamiento oficial de la versión en español tuvo lugar el 24 de abril de 2025 en el Centro Ejecutivo de INCAE Business School en Ciudad de Panamá, con la participación de más de 110 empresarios, directivos de [marketing](#) y representantes de marcas líderes en la región.

En esta edición se reconoce el valor de empresas centroamericanas que han demostrado liderazgo, capacidad de innovación y transformación en sus industrias.

[Cementos Progreso](#) se suma a esta prestigiosa selección por su enfoque en sostenibilidad, digitalización y compromiso con las comunidades, lo que la posiciona como un referente del marketing moderno en el ámbito regional.

Essentials of Modern Marketing: Marketing para la posteridad

Durante el evento, se impartió una master class a cargo del doctor Luciano Ciravegna, académico de [INCAE](#), quien resaltó cómo los principios de Kotler continúan vigentes en un entorno marcado por la disrupción tecnológica y la necesidad de conectar con audiencias desde el propósito.

Casos como el de Cementos Progreso ilustran la evolución del marketing más allá de la venta, hacia la construcción de relaciones duraderas y significativas.



El libro fue publicado por Kotler Impact, INLATSA e INCAE Business School, y forma parte de una colección internacional presente en más de 50 países.

Es el primer libro de marketing en el mundo que se construye a partir de casos reales específicos de cada región. En el caso de [Centroamérica](#), los casos fueron desarrollados junto a los ejecutivos de las marcas y validados por investigadores de INCAE.

Los organizadores del proyecto agradecieron a Cementos Progreso por formar parte de esta iniciativa y por compartir su valiosa experiencia en el primer libro de marketing del mundo basado en casos de estudio específicos de cada mercado.

Destacaron que su caso será leído por estudiantes y profesionales del marketing a nivel global, y expresaron su confianza en que esta herramienta contribuirá a ampliar el legado e influencia de la compañía en la región.

Con este reconocimiento, Cementos Progreso reafirma su papel como agente de transformación empresarial,

Emprende 18 Guatemaltecos fortalecen sus negocios y reciben capital semilla



Luego de meses de formación, acompañamiento y esfuerzo, el proyecto Emprende18 concluyó exitosamente su generación 2025 con la graduación de más de 20 emprendedores de zona 18. Esta iniciativa, impulsada por la asociación Nueva Zona 18 con el respaldo de Vana, la fintech guatemalteca líder en la región, brindó becas completas, mentorías personalizadas y la oportunidad de acceder a capital semilla para potenciar pequeños negocios locales.

Durante esta edición, los participantes no solo adquirieron conocimientos en gestión empresarial, finanzas, ventas y marketing digital, sino que también compartieron experiencias, fortalecieron su liderazgo y construyeron redes de colaboración. La generación 2025 se destacó por su compromiso, creatividad y perseverancia, características que se reflejaron en los emprendimientos desarrollados.

El evento de clausura contó con una ceremonia de premiación, donde se otorgaron reconocimientos a los tres proyectos más sobresalientes. El primer lugar fue para Nelson Coc, quien recibió el premio mayor de capital semilla por su destacado crecimiento y visión empresarial.

Por su parte, el presidente de Nueva Zona 18, Erwin Cordón, compartió palabras de orgullo y agradecimiento por el esfuerzo de estos emprendedores: “Ver cómo estos emprendedores se transforman, cómo sus ideas se convierten en proyectos reales, es motivo de orgullo para toda la comunidad. Los invitamos a seguir soñando en grande. Emprende18 continuará abriendo puertas a quienes quieran llevar su negocio al siguiente nivel.”

Por último, Cristóbal Ibargüen, CEO de VANA agregó: “Seguimos comprometidos con el crecimiento económico y la inclusión financiera en el país. Nos conmovió mucho conocer a grandes emprendedores, con grandes sueños. Estamos emocionados por las siguientes generaciones que puedan pertenecer a este programa.”



Devora sin censura el nuevo Pollo McCrispy de McDonald's! Más crispy, más grande y más sabor



McDonald's presenta su nueva receta del Pollo McCrispy: elaborado con una cobertura más crispy, más grande y sabroso, cada pieza ofrece una explosión de sabor y textura que sorprende desde el primer bocado.

Los guatemaltecos ya pueden disfrutar del Nuevo Pollo McCrispy, desde el desayuno hasta la cena, en presentaciones individuales o para compartir.

Opciones de Pollo McCrispy para cada momento del día

McDonald's ofrece el nuevo pollo McCrispy a partir del desayuno, disponible en opciones de 1 o 2 piezas. Para el almuerzo y cena se pueden disfrutar McMenús individuales de 2 o 3 piezas.

La marca ha pensado en todo, por lo que ofrece el nuevo Bucket de 6 piezas para compartir con la familia o amigos.

"En McDonald's escuchamos a nuestros clientes y nos esforzamos por ofrecerles productos innovadores y de la más alta calidad. Nuestro nuevo Pollo McCrispy es el resultado de este compromiso, por lo que los invitamos a 'Devorarlo Sin Censura'. ¡Estamos seguros de que conquistará los paladares de todos!", mencionó Cecilia Búcaro, gerente de mercadeo de McDonald's Guatemala.

El nuevo Pollo McCrispy llegó para quedarse y se encuentra disponible en restaurantes McDonald's del país, así como en Automac y McDelivery.

Anuncian “Desafío Bi” en beneficio de los emprendedores guatemaltecos

Desafío Bi llega en su tercera edición. Es una competencia diseñada para fomentar la creación de alianzas estratégicas sólidas que impulsen el crecimiento sostenible de los negocios guatemaltecos.

La competencia, cuyos beneficios incluyen intercambio de conocimientos, capacitación y creación de redes de contactos, busca potenciar a los emprendedores y la comunidad empresarial. Con este objetivo, Banco Industrial y el Centro de Emprendimiento Kirzner (KEC) de la Universidad Francisco Marroquín desarrollaron la competencia Desafío Bi.

En esta ocasión, el enfoque será identificar y acompañar a negocios con potencial de escalabilidad que, a través de innovación e implementación de tecnología, han logrado resultados exitosos. Estos negocios deben tener la capacidad de transformar industrias clave, modernizar la infraestructura y mejorar la competitividad del país en el ámbito regional e internacional.

A través del Desafío Bi, se buscará identificar empresas que usen la tecnología, creatividad e innovación para enfrentarse a retos específicos del mercado guatemalteco con la posibilidad de expandirse a otros mercados. Esto se alinea con la visión de MIT REAP de fomentar emprendimientos con capacidad de crecimiento rápido, impacto económico notorio y adaptabilidad al mercado global.

Para participar, las empresas deben cumplir con los siguientes requisitos:

- Ser un negocio con presencia en el mercado.
- Tener más de 12 meses en el mercado.
- Los dueños deben ser mayores de edad.
- Tener disponibilidad de asistir a talleres, capacitaciones y actividades presenciales en la Ciudad de Guatemala o virtuales.
- No está permitido participar en dos categorías con el mismo negocio.
- Una misma persona puede participar con varios emprendimientos.



El desafío contará con dos categorías. Primero, los emprendimientos emergentes (12-24 meses). Esta categoría está dirigida a empresas en sus primeras etapas de desarrollo con resultados tangibles.

La segunda categoría es emprendimiento en maduración y expansión (2-4 años en adelante). Estas son empresas que cuentan con una base operativa sólida y buscan ampliar su alcance mediante estrategias tecnológicas e innovadoras que potencien su desempeño.

En ambas categorías los participantes podrán ganar premios de hasta USD 4,000 también se premiará al segundo y tercer lugar.

Los negocios podrán inscribirse en la página oficial en donde podrán encontrar las bases de la competencia, el formulario de inscripción y todos los detalles. Las inscripciones estarán abiertas del martes 13 de mayo al domingo 15 de junio de 2025 y se podrán realizar en la página oficial del evento: <https://kec.ufm.edu/desafio-bi/>

Gira de servicios LG llega a Chiquimula

Como parte de su compromiso con la satisfacción de sus clientes, LG Electronics y Distribuidora 6-79, invitan a todos los guatemaltecos, especialmente a los vecinos de Chiquimula, a que visiten la Gira de Servicios LG, que se llevará a cabo en la Distribuidora 6-79, Agencia San José, Chiquimula, del 16 al 18 de mayo de 2025.

Durante estos tres días, los clientes podrán acceder a diagnóstico, mantenimiento o reparación, de forma gratuita de su producto LG, como televisor, equipo de audio, lavadora, secadora, refrigeradora, estufa y aire acondicionado. Estos productos deben haber sido adquiridos a partir del año 2020, sin importar el lugar de compra (aplican restricciones).

Para su diagnóstico, los técnicos especializados de LG estarán disponibles en los siguientes horarios:

- **Jueves 16 y viernes 17 de mayo: de 09:00 a 16:00 horas.**
- **Sábado 18 de mayo: de 09:00 a 13:00 horas.**

Definitivamente, esta es una oportunidad única para los clientes de LG, de prolongar la vida útil de sus productos favoritos y asegurar su óptimo funcionamiento. Todo, gracias al respaldo de un equipo técnico profesional, sin costo alguno.

Es importante mencionar que los clientes lleven su producto dentro del horario establecido para ser atendidos de manera eficiente. Además, las reparaciones estarán sujetas a disponibilidad de repuestos. Con esta iniciativa, **LG Electronics**, junto a Distribuidora 6-79, reafirman su compromiso con la calidad, la innovación y el servicio al cliente en todo el país.

LG
GIRA DE SERVICIOS

Te esperamos este
16 al 18 de mayo
De **9:00 AM a 5:00 PM**
Servicios GRATIS a tus equipos de televisión, audio y línea blanca adquiridos a partir del 2020.
El servicio aplica según disponibilidad de repuestos.

7MA. AVENIDA 5-50 ZONA 1, CHIQUIMULA
TEL. 7942-3144 7942-3146
Nosotros si lo tenemos!!!

Distribuidora 6-79 Agencia San José



**INGRUP CONMEMORA 30 AÑOS
DE RECICLAJE**



**INAB plantará
1,350,000 mil árboles
por medio del
programa Sembrando
Huella**

**Banco Azteca
celebra 18 años
en Guatemala**



INAB plantará 1,350,000 mil árboles por medio del programa Sembrando Huella



En el marco de la conmemoración del Día Nacional del Árbol -22 de mayo- El Instituto Nacional de Bosques (INAB) realizó el lanzamiento del programa de educación forestal y reforestación Sembrando Huella, el cual busca sensibilizar y promover la cultura forestal en Guatemala a través de charlas forestales, juegos educativos y/o ferias forestales infantiles y jornadas de reforestación.

Para el año 2025 el INAB espera la participación de más de 150,000 personas en las diversas actividades del programa Sembrando Huella. Esta iniciativa tiene como propósito la educación y sensibilización en el ámbito forestal, enfocándose en lograr que la sociedad guatemalteca reconozca el valor de los de los árboles y los bosques como recursos naturales renovables.

El valor de los árboles y los bosques no solo consiste en la parte monetaria, la cual es muy importante, sino en proteger las fuentes de agua, retener el suelo de la erosión, adaptar y mitigar el cambio climático, mejorar la calidad del aire y promover la salud y el bienestar colectivo. Es decir, los árboles y los bosques representan alto impacto económico, ambiental, social y educativo que beneficia a todos los sectores de la sociedad. En tal sentido, en este año se plantarán 1,350,000 árboles en 935 jornadas de reforestación a nivel nacional.

Durante el periodo comprendido entre 2023 y 2024, el programa Sembrando Huella alcanzó 1, 168,464 árboles plantados y se sensibilizaron 202,633 personas que participaron en las distintas jornadas de reforestación y sensibilización. Adicionalmente se utilizaron más de 100 especies forestales en los 22 departamentos de Guatemala.

Este programa se realiza gracias a la donación de planta del ICC, INDE, Agroprogreso, Camas Olympia y patrocinadores del programa, tales como: Zuma, Arrend Leasing, Zoológico la Aurora, Grupo Cofiño Stahl, Grupo AG, Gremial de Palmicultores GREPALMA, BAC, Tishas, Gasolineras UNO, Guatecaña, Fosforera C.A, La Popular, Pizzería Vesuvio, Nestlé, AICSA, BANTRAB, Ferretería Novex, Durman y Chep.

El programa "Sembrando Huella" es de alcance nacional y su implementación abarca las nueve (9) Direcciones Regionales y treintaicinco (35) Direcciones Subregionales del Instituto Nacional de Bosques (INAB), es formativo e inclusivo, para todos los que puedan y quieran participar.

Nestlé impulsa la educación nutricional con el Museo Jujul



En el marco del Día Internacional de los Museos, que se celebra cada 18 de mayo, Nestlé, empresa líder en nutrición, salud y bienestar, conmemora con orgullo el impacto educativo y cultural del Museo Jujul, un espacio único en Guatemala que combina historia, tecnología y valores nutricionales.

El Museo Jujul forma parte del Centro Cultural Nestlé y se ha consolidado como un modelo de inversión social empresarial, reforzando la estrategia de creación de valor compartido y el compromiso de la compañía para el desarrollo de las comunidades en las que opera. Es un testimonio vivo del propósito de Nestlé de mejorar la calidad de vida y contribuir a un futuro más saludable, apostando por la educación y la nutrición desde una perspectiva inclusiva y culturalmente relevante.



Ubicado a un costado de la fábrica Nestlé en Antigua Guatemala, el Museo Jujul ha recibido a más de 19,700 visitantes, entre ellos familias, estudiantes de todos los niveles, universidades, colaboradores y clientes. Cada uno de ellos ha vivido una experiencia inmersiva que combina aprendizaje, tecnología y cultura, promoviendo de forma dinámica la adopción de hábitos saludables y una mayor conciencia sobre el cuidado del entorno.

“Hemos creado espacios como el Museo Jujul, dentro del Centro Cultural Nestlé, que reflejan nuestro compromiso de generar valor para las comunidades en las que trabajamos y operamos. En Nestlé, apostamos por acercar el conocimiento sobre alimentación saludable y sostenibilidad a las nuevas generaciones, fortaleciendo la conexión con las raíces culturales del país a través de una experiencia moderna, inclusiva y significativa.”, destacó Patricio Astolfi, director general de Nestlé Guatemala.

Guatemala será la sede dos campeonatos internacionales de lucha olímpica

La Federación Deportiva Nacional de Lucha se enorgullece en anunciar que nuestro país será nuevamente sede de dos eventos de talla internacional: el Campeonato Panamericano de Lucha Olímpica, categoría U-15 y la XXXIV Edición, de la Copa “Pat Shaw” In Memoriam, el cual es el evento más longevo de nuestro deporte, que se organiza en América Latina.

El Campeonato Panamericano U-15 marca el inicio del ciclo competitivo continental, con atletas de entre 13 y 15 años, quienes, en un mediano y largo plazo, serán quienes integren las selecciones nacionales de sus respectivos países. En consecuencia, este evento es clave para el desarrollo del deporte, ya que en él participan las futuras figuras de la lucha olímpica de América.

Las competencias del Panamericano se realizarán en dos sedes:

ESTILOS OLÍMPICOS: Del 22 al 24 de mayo en el Parque Erick Barrondo, con combates en los tres estilos olímpicos:

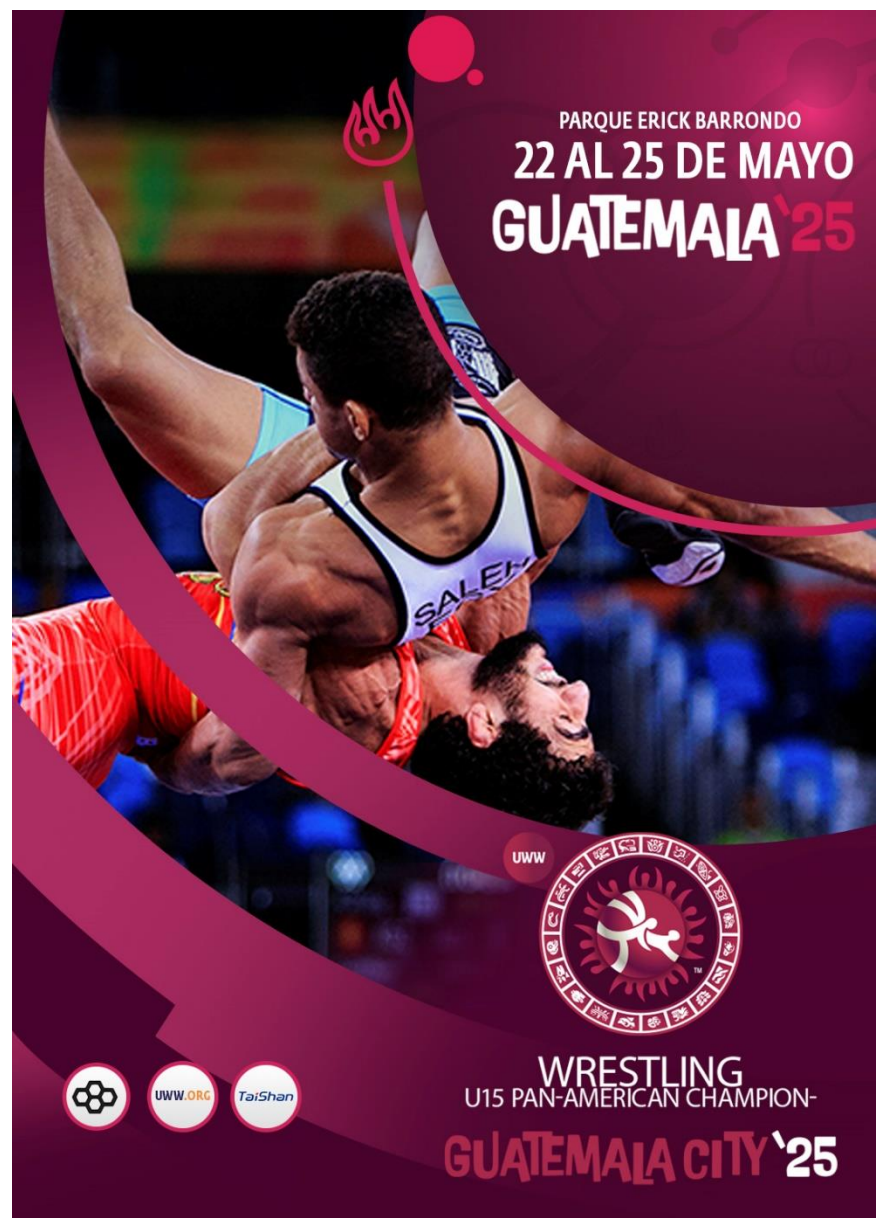
Día 1 – Lucha Greco-romana

Día 2 – Lucha Libre Femenina

Día 3 – Lucha Libre Masculina

LUCHA DE PLAYA: El 25 de mayo en el Campo Marte (canchas de Voleibol de playa). :

Países participantes Barbados, Brasil, Chile, Costa Rica, Ecuador, El Salvador, Estados Unidos, Guatemala, México, Panamá, Honduras, Israel, Jamaica, Nicaragua, Paraguay, Perú, Puerto Rico, República Dominicana, entre otros. Por parte de nuestro país, estarán compitiendo atletas de todas las Asociaciones Departamentales. Se calcula una cantidad de más de 300 atletas en todas las categorías y estilos.



Banco Azteca celebra 18 años en Guatemala reafirmando su compromiso con la inclusión financiera

Banco Azteca cumple 18 años de operación en Guatemala, consolidándose como una de las instituciones financieras con mayor cobertura nacional y un referente en inclusión financiera, innovación tecnológica y servicios diseñados para transformar la vida de millones de guatemaltecos.

Desde su llegada en 2007, Banco Azteca ha llevado servicios bancarios a poblaciones históricamente desatendidas por el sistema financiero tradicional. Con más de 200 puntos de atención en los 22 departamentos del país, la institución ha atendido a más de 3 millones de personas facilitado el acceso al ahorro, préstamos, remesas y servicios digitales a sectores que antes no contaban con estas oportunidades además de proporcionar a nuestros clientes educación financiera a través de nuestro programa “Aprende y Crece”.

“Cumplir 18 años en Guatemala representa mucho más que un aniversario. Es un testimonio de compromiso con el desarrollo económico del país, de confianza construida con nuestros clientes, y de un modelo que pone al centro a las personas. Hemos evolucionado en cobertura, tecnología y cercanía, con el objetivo de que cada guatemalteco tenga acceso real a soluciones financieras que impulsen su bienestar”, expresó Néstor Sánchez, Gerente General de Banco Azteca Guatemala.



Actualmente, Banco Azteca genera más de 2,500 empleos directos en el país y forma parte activa del tejido económico nacional. Para conmemorar este aniversario, la institución ha lanzado una campaña que recoge los testimonios de clientes que han estado con el banco desde sus inicios, resaltando cómo el acceso a servicios financieros les ha permitido crecer, emprender y mejorar su calidad de vida.

7 de cada 10 clientes de Banco Azteca nunca habían tenido una oportunidad bancaria antes de acercarse a la institución. Ese es uno de los logros más representativos de su compromiso con la inclusión y el desarrollo económico del país.

INGRUP CONMEMORA 30 AÑOS DE RECICLAJE

En el Día Mundial del Reciclaje, INGRUP celebra 30 años de liderazgo en el reciclaje de plástico en Centroamérica, celebrando la visión pionera que en 1995 dio origen a la primera planta industrial de reciclaje de plásticos en la región. Desde entonces, su objetivo ha sido claro: reciclar residuos plásticos provenientes de la industria y los consumidores, transformándolos en materias primas para la elaboración de productos útiles para la sociedad. A lo largo de estas tres décadas, este compromiso ha hecho posible el reciclaje de más de 225,000 toneladas de plástico, promoviendo una economía circular.



Desde su origen, INGRUP se ha posicionado como líder en el suministro de empaques confiables, innovadores y amigables con el medio ambiente, marcando el camino de la sostenibilidad en la industria. Su compromiso se ha fortalecido con hitos clave que reflejan su evolución:

1995 – Fundación de la primera planta industrial de reciclaje de plásticos en la región.

2007 – Lanzamiento del programa “Juguemos Limpio”, que nació en las costas del Pacífico de Guatemala.

2013 – Inauguración de la planta ECOPET con el proceso “botella a botella”, con la capacidad de reciclar 1.6 millones de envases PET al día.

2019 – Firma del Compromiso Global por la Nueva Economía Circular de los Plásticos, promovido por la Fundación Ellen MacArthur y ONU Medio Ambiente.

2022 – Ampliación de la planta ECOPET, duplicando su capacidad a 3.2 millones de envases reciclados por día.

2024 – Expansión del programa “Juguemos Limpio”, alcanzando nuevas comunidades.



30 AÑOS IMPULSANDO UN FUTURO CIRCULAR

Durante estos 30 años, INGRUP ha enfocado sus esfuerzos en construir un sistema de reciclaje que beneficie no solo al planeta, sino también a las comunidades y a la economía:

Ha invertido más de US\$ 20 millones en infraestructura y tecnología para reciclaje.

Se cuenta con 1,200 acopiadores directos e indirectos que suman cerca de 10,000 familias que se benefician del reciclaje y más de 900 voluntarias en el programa “Juguemos Limpio”.

Ha impulsado la reutilización del 95% del agua en sus procesos industriales.

En colaboración con sus clientes, ha reducido en un 30% el uso de corrugados nuevos, reutilizando materiales de empaque.

Además, como parte de su compromiso ambiental, INGRUP ha sembrado más de 8 millones de árboles en los últimos 40 años, y actualmente apoya la reforestación de 5,000 hectáreas en Izabal, Cobán y Guatemala. Esta cobertura boscosa genera oxígeno para más de 500,000 personas, el equivalente a 10,000 canchas de fútbol.

EN EL DIA MUNDIAL DEL RECICLAJE

“Reconocemos que la economía circular es parte trascendental de la solución sostenible en la industria de empaques. Con el compromiso de todos, podemos transformar desafíos en oportunidades y dejar un legado positivo para las generaciones futuras”, comentó Rodolfo Bollat, gerente de sostenibilidad de INGRUP.

Este aniversario no solo celebra una historia de innovación y perseverancia, sino que refuerza un compromiso a largo plazo: seguir transformando la industria con soluciones que generen bienestar y desarrollo sostenible para todos.





17 de mayo Día Mundial del Internet



BOLIDO DE ESCOGE 2
El juego responsable
que brinda
oportunidades para
todos

Bolsas con
propósito:
Sostenibilidad,
emprendimiento y
apoyo social



Aceites De Exotik Nat el regalo perfecto para celebrar a mamá

Exotik Nat ofrece una forma única de consentirla: su exquisita línea de aceites esenciales inspirada en la riqueza natural de Guatemala.

Con fórmulas elaboradas a partir de extractos puros de plantas y flores, los aceites esenciales de Exotik Nat brindan una experiencia sensorial única, al mismo tiempo que promueven el bienestar físico y emocional. Aromas relajantes que invitan a la calma y esencias revitalizantes que llenan de energía hacen de estos productos el obsequio ideal para mimar a mamá.

Para la mamá que necesita relajarse, el kit Spa to Go es el aliado perfecto. Contiene cuatro aceites para masajes — eucalipto, café, toronja y lavanda— que transforman cualquier momento en una experiencia de paz. Además, incluye un bálsamo humectante para labios con un refrescante sabor a menta.

Entre ellos, el aceite de masaje de eucalipto destaca por sus propiedades analgésicas, relajantes y descongestionantes. Su aroma refrescante es ideal para aliviar dolores musculares, mejorar la respiración y revitalizar la mente a través de la aromaterapia

Para la mamá que busca energía y vitalidad, los kits de mist y roll-on combinan seis mezclas de aceites esenciales con efectos estimulantes, calmantes, energizantes y purificantes. Su aplicación directa sobre la piel permite disfrutar de sus beneficios terapéuticos en cualquier momento del día.



Y para la mamá que disfruta del autocuidado, un difusor acompañado de su selección favorita de aceites esenciales puede convertir su hogar en un verdadero santuario de bienestar, donde cada aroma evoca tranquilidad, renovación y armonía.

Los productos de Exotik Nat se pueden encontrar en las sucursales de Cemaco o en su página web: <https://exotiknat.com>, así como a través de sus redes sociales: Exotik Nat.

En Exotik Nat nos sentimos orgullosos de ofrecer productos naturales de la más alta calidad, elaborados con procesos sostenibles que respetan la biodiversidad. Cada frasco encierra el poder curativo de la naturaleza, pensado para nutrir el cuerpo, la mente y el espíritu.

BOLIDO DE ESCOGE 2: El juego responsable que brinda oportunidades para todos



Escoge 2 llega a Guatemala para posicionarse como un referente en entretenimiento responsable y accesible. Con una sólida trayectoria de más de 15 años a nivel internacional operando el conocido juego Bolido en Belice, y siendo pioneros en la creación y operación del primer sistema de loterías electrónicas en dicho país.

Impulsados por la visión de ser el operador nacional preferido por los guatemaltecos, la empresa ofrece una versión local, legal y segura del juego Bolido, dando la oportunidad de generar un ingreso extra tanto para sus clientes, como para los comercios asociados de canal tradicional por medio de una comisión sobre sus ventas mensuales

¿Cómo se juega?

Bolido, operado por Escoge 2 es un juego bastante sencillo. Los clientes se abocan a un punto de venta cercano y eligen la cantidad de números que deseen entre el 00 y el 99. A cada número escogido, se le realizan jugadas desde un quetzal. El sistema genera un ticket impreso que sirve como comprobante de compra.

Los sorteos son diarios, de lunes a sábado, a las 7:59 PM, transmitidos en TV Azteca o a través de Facebook Live en la página de Escoge 2. En caso de ser uno de los ganadores, por cada quetzal jugado, el cliente puede llevarse hasta setenta veces su compra. Los premios se entregan en efectivo en persona en el punto de venta al presentar el ticket y conllevan una retención de ISR y timbre del 13% del valor del mismo.

“Buscamos generar puntos de encuentro culturales y sociales a través del juego responsable. La marca se diferencia en el mercado al crear alianzas estratégicas con socios clave que suman confianza al cliente final. Estamos en constante innovación, buscamos no solo evolucionar el propio producto, sino también empujar a la industria hacia la digitalización y el cambio”, expresó Marcela Soriano, Directora de Mercadeo y Desarrollo de Negocios de Lotería Escoge 2.

Escoge 2 está siempre enfocada en devolver a la comunidad local. No solo se le brinda al cliente final la oportunidad de entretenerse y generar un ingreso extra responsablemente, sino que también se ofrece una comisión sobre ventas mensuales de Bolido a los comercios afiliados del canal tradicional. Al jugar Bolido con Escoge 2 todos ganan: tanto el comprador como el punto de venta autorizado. Es un círculo de beneficio mutuo para la comunidad en torno al juego responsable.

17 de mayo Día Mundial del Internet

Las Naciones Unidas declaran el 17 de mayo como el Día Mundial de la Sociedad de la Información, para reconocer la importancia de las tecnologías de la información y la comunicación.

Hoy en día el Internet, es parte de la vida de muchos ciudadanos del mundo. El crecimiento de la tecnología y las aplicaciones por medio del Internet han cambiado la vida de seres humanos y sociedades.

Te has puesto a pensar cómo ha cambiado el mundo a partir del Internet, cuál ha sido la evolución de las diferentes disciplinas como: salud, educación, seguridad, telecomunicaciones y entre otros. ¿Cómo definirías esos cambios y todo lo que el Internet es para las personas en una sola palabra?

Las tecnologías digitales pueden ayudar a alcanzar el 70% de las metas de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, desde la lucha contra el cambio climático hasta el fin de la pobreza y el hambre. Por ello, es fundamental desarrollar el pensamiento y la acción innovadores en el mundo digital. La dificultad radica en conseguir que los países que carecen de inversiones y habilidades digitales, puedan desarrollarse y avanzar en igualdad de condiciones. Aún existen 2.600 millones de personas desconectadas, y ello provoca grandes brechas digitales que obstaculizan la innovación en gran parte del mundo.



Impacto y aportes de las Telecomunicaciones

El desarrollo de las telecomunicaciones han generado un impacto positivo en la sociedad, facilitando las comunicaciones y el desarrollo de actividades productivas. Contribuyen al crecimiento económico, en aspectos tales como productividad, el emprendimiento y la innovación, el empleo y la reducción de la pobreza.

La transmisión de información y datos por internet reduce costos y tiempos de envío, permitiendo un manejo eficiente de empresas y organizaciones, así como oportunidades de empleo y emprendimiento, generando mayores ingresos y calidad de vida.

Desde el punto de vista social, los avances en materia de tecnología han impactado de manera significativa en los sistemas de salud, mediante el acceso a información online en el monitoreo, prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades.

En materia de educación favorece el acceso a recursos y herramientas de enseñanza, investigación y conocimiento.



Y es que ya no es suficiente con facilitar el acceso a Internet a todos los países. La conectividad tiene que ser efectiva, y para ello la experiencia en línea tiene que ser segura, satisfactoria, productiva y asequible. Los países menos avanzados aún están lejos de conseguirlo. La brecha digital no se reduce sino lo contrario.

En los próximos años, el envejecimiento de la población será una tendencia demográfica, las tecnologías pueden ayudar a construir ciudades inteligentes que garanticen la inclusión de las personas mayores. Se quiere conseguir que la población se mantenga sana, conectada e independiente física, emocional y financieramente.

La pandemia mundial por la Covid-19 ha destacado la importancia de la aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en la digitalización y distribución de la información, evidenciando desigualdades digitales en las regiones.

Se plantea la urgente necesidad de acelerar la transformación digital, a través de la aplicación de políticas y estrategias de desarrollo de las TIC, fomentando alianzas e inversiones.

La Organización de las Naciones Unidas ha previsto la Agenda Conectar 2030, que consiste en una visión global compartida, orientada al desarrollo del sector de telecomunicaciones y las tecnologías de la información y la comunicación (TIC).



Bolsas con propósito: Sostenibilidad, emprendimiento y apoyo social



En el marco del Día Mundial del Reciclaje que se celebra el 17 de mayo, EPA Guatemala resalta su compromiso continuo con la sostenibilidad ambiental y la transformación social, a través de proyectos que integran la reutilización creativa de materiales y la generación de oportunidades dignas para comunidades vulnerables.

Uno de estos proyectos es “Bolsas con propósito”, una iniciativa desarrollada en alianza con la organización social mi eelo, que convierte lonas publicitarias en productos funcionales, mientras impulsa el desarrollo de mujeres que viven en contextos de vulnerabilidad social alrededor del vertedero de las Zonas 3 y 7 de la Ciudad de Guatemala.

mi eelo, es un programa productivo impulsado por la organización Creamos, se enfoca en mejorar las condiciones de vida de mujeres y familias a través de iniciativas de educación, capacitación y apoyo psicosocial. Su enfoque fusiona sostenibilidad y justicia social, fomentando prácticas respetuosas con el ambiente, mientras combate la desigualdad y la violencia de género.

Bolsas con propósito

A través del reaprovechamiento de vinilos publicitarios, se confeccionan bolsas reutilizables de distintos tamaños.

Este proceso incluye la recolección, limpieza, transformación del material y elaboración manual, integrando a mujeres que encuentran en esta labor una fuente de ingreso y dignificación personal.

Esta acción no solo contribuye a la reducción de desechos sólidos, sino que también representa un ejemplo concreto de economía circular: un modelo que promueve el rediseño del ciclo de vida de los productos y la inclusión social como principios fundamentales.

En esta fecha que invita a reflexionar sobre el consumo responsable, se hace un llamado a la ciudadanía y al sector empresarial a sumarse a este tipo de propuestas que revalorizan materiales, impulsan la creatividad y promueven una sociedad más equitativa.



Del 16 al 18 de mayo, los suscriptores del Plan Premium Disney+ podrán disfrutar de un fin de semana a pleno, con una cobertura excepcional desde el clásico circuito Enzo e Dino Ferrari, que incluirá prácticas, clasificaciones, carreras de F1, F2 y F3, más las imperdibles cámaras on-board, una de ellas en el Alpine A525 N°43 de Franco Colapinto.

Será un fin de semana imperdible para los amantes del automovilismo, con el retorno de la Fórmula 1, Fórmula 2 y Fórmula 3 en el inicio de uno de los tramos más intensos del calendario, con la triple propuesta de Imola, Mónaco y Barcelona en tres semanas consecutivas.

La acción arrancará con el **FORMULA 1 AWS GRAN PREMIO DEL MADE IN ITALY E DELL'EMILIA-ROMAGNA 2025**, que se correrá en el clásico circuito de **Enzo e Dino Ferrari** desde el viernes 16 hasta el domingo 18 de mayo, y marcará el esperado regreso del argentino **Franco Colapinto**, ahora como piloto titular de la escudería **Alpine**.



**¿Cómo ahorrar agua y energía
con el lavado de la ropa?**



**Por esta razón no
debes usar el celular
en el baño**

**Como evitar que
las cucarachas
entren a tu
hogar**



Tips para enfriar una habitación sin aire acondicionado de ventiladores y enfriadores

Encontrar formas de mantener nuestras casas frescas sin recurrir al aire acondicionado o ventiladores se ha vuelto una prioridad. Existen métodos efectivos y accesibles para lograrlo. A continuación, te presentamos algunas estrategias para enfriar tu hogar de manera natural y eficiente.

Bloquea el calor del sol

Una de las maneras más efectivas de mantener tu casa fresca es evitar que el calor entre en primer lugar. Para ello, es fundamental que mantengas las persianas y cortinas cerradas durante las horas más calurosas del día. Las cortinas gruesas o térmicas pueden hacer una gran diferencia al bloquear el calor del sol.

Aprovecha la ventilación nocturna

Durante la noche, las temperaturas suelen bajar, ofreciendo una oportunidad perfecta para ventilar tu casa. Abre las ventanas en cuanto empiece a refrescar para permitir que el aire fresco circule.

Usa ropa de cama fresca

La elección de la ropa de cama puede influir significativamente en tu comodidad durante las noches calurosas. Opta por sábanas de algodón, que son transpirables y ayudan a mantener la frescura.

Mejora el aislamiento de tu hogar

Un buen aislamiento es clave para mantener una temperatura interior agradable. Asegúrate de que las puertas y ventanas estén bien selladas para evitar que el aire caliente entre y que el aire fresco se escape. Si tu casa tiene un techo expuesto al sol directo, considera instalar un techo reflectante o pintarlo con pintura especial que refleje el calor.

Incorpora plantas de interior

Las plantas de interior no solo mejoran la estética de tu hogar, sino que también pueden ayudar a enfriar el aire. A través del proceso de transpiración, las plantas liberan vapor de agua, lo que puede ayudar a bajar la temperatura ambiente.



Minimiza las fuentes de calor internas

Durante las horas más calurosas del día, intenta limitar el uso de electrodomésticos que generen calor, como el horno, la estufa y las secadoras. Cocina comidas frías o utiliza electrodomésticos más pequeños como la olla de cocción lenta o el microondas para reducir la generación de calor.

Adapta los colores de tu hogar

Los colores claros reflejan más luz y calor que los colores oscuros. Si estás planeando renovar tu hogar, considera pintar las paredes y el techo con tonos claros. Esto puede ayudar a mantener tu casa más fresca durante los meses de verano.

Usa cubiertas exteriores

Instalar toldos o persianas exteriores puede proporcionar sombra y reducir el calor que entra por las ventanas. Las cubiertas exteriores son especialmente útiles en ventanas que reciben luz solar directa durante la tarde.

Como reducir el dolor de las picaduras de mosquitos



Para aliviar el dolor y la picazón de las picaduras de mosquitos, aplica frío local, usa cremas antihistamínicas o de calamina, y considera tomar antihistamínicos orales. Evita rascarte, ya que puede empeorar la situación y aumentar el riesgo de infección.

La picadura de un mosquito causa la inflamación de la zona y deja un aspecto de roncha y un intenso picor. Esto se produce porque la saliva inyectada por el insecto tiene agentes anticoagulantes que les facilitan la succión de la sangre. Con esta sustancia se daña el capilar y el sistema inmune se alerta y segrega histamina. La histamina se dirige al área afectada y provoca la dilatación del capilar, lo que hace que se activen las terminaciones nerviosas colindantes y cause el picor.

Aunque las picaduras de mosquito pueden ser peligrosas, por el riesgo de contagio de enfermedades como la malaria, la fiebre amarilla o el virus Zika.

Cómo evitar las picaduras de mosquitos

Existe un mayor riesgo de picaduras cuando se encuentre al aire libre y tanto a la caída de la tarde como al amanecer, cuando muchos de los insectos que pican son más activos.

Afortunadamente, si sigue los consejos que le ofrecemos podrá evitar las molestas picaduras.

Evitar los colores brillantes - no lleve colores brillantes o perfumes o desodorantes fuertes, ya que atraen a los insectos.

Reducir la cantidad de piel expuesta - use manga y pantalones largos, zapato cerrado.

Usar repelentes de mosquitos en spray - sobre todo cuando vaya a pasar mucho tiempo en el mismo sitio. Coloque espirales anti-mosquitos debajo de la mesa cuando cene en el jardín.

Evite las áreas con agua - manténgase alejado del agua estancada. Si hace excursiones por el campo cerca de riachuelos o zonas con agua, recomendamos meter la pernera de los pantalones dentro de los calcetines, para evitar picaduras de mosquitos o pulgas.

Los tratamientos para las picaduras de mosquitos

La reacción a las picaduras es diferente de una persona a otra, y los síntomas que se observan tras una picadura de mosquito es simplemente la respuesta del sistema inmune a la picadura. Los mosquitos no inyectan nada cuando nos pican.

Consejos:

Limpiar la herida - este es el tratamiento más importante para una picadura de mosquito.

Aplicar una compresa fría - la hinchazón resultante de una picadura se puede reducir inmediatamente si se aplica una compresa fría, por ejemplo, hielo envuelto en un trapo (no aplicar nunca el hielo directamente sobre la piel). Puede tardar hasta una semana en bajarse la hinchazón, y puede que todavía pique un poco unos días. Usar una crema antihistamínica - consulte con su farmacéutico si necesita aplicar una crema o un compuesto antihistamínico sobre la picadura, lo que puede ayudarle a reducir la sensación de picazón y la hinchazón.

No se rasque - puede incrementar el picor y llegar a infectar la picadura.

¿Cómo ahorrar agua y energía con el lavado de la ropa?



El cuidado del medio ambiente es uno de los temas que más ha cobrado relevancia con el pasar de los años, pues los efectos del calentamiento global cada vez se hacen más notorios en nuestro día a día.

Actualmente, muchas personas y organizaciones alrededor del mundo se preocupan por mitigar esta problemática. Pequeñas acciones, como el lavado inteligente de la ropa contribuyen al cuidado del planeta.

Lavado eficiente y profundo

A la hora de lavar nuestras prendas buscamos una limpieza profunda y eficiente, sin residuos de jabón. Las lavadoras y las lavadoras, no solo cumplen con esta función, también ayudan a ahorrar por medio de tecnologías.

Por cada lavado de ropa, se tiende a utilizar hasta 67 litros de agua, en un promedio de 7 kilogramos de ropa, situación que puede aumentar en familias numerosas o al lavar prendas de gran tamaño.

Gracias a las nuevas implementaciones tecnológicas, ahora se puede tomar mucha más conciencia del desperdicio de agua, aplicar medidas correctivas para evitar un gasto innecesario del líquido y hacer más eficiente los procesos de lavado. Claramente, es necesario que cada persona también aplique medidas a su alcance y según su entorno.

¿Cómo economizar agua en el lavado de ropa?

La eficiencia y tecnología se han convertido en pilares fundamentales para los consumidores exigentes. Innovaciones que combinan altos estándares de eficiencia con tecnología actualizadas son ahora criterios decisivos a la hora de elegir los electrodomésticos para el hogar.

Tendencias en lavado y ahorro de agua:

Lavar por ciclos cortos: Evitar lavar en exceso, y aplicar con cargas completas de una misma categoría

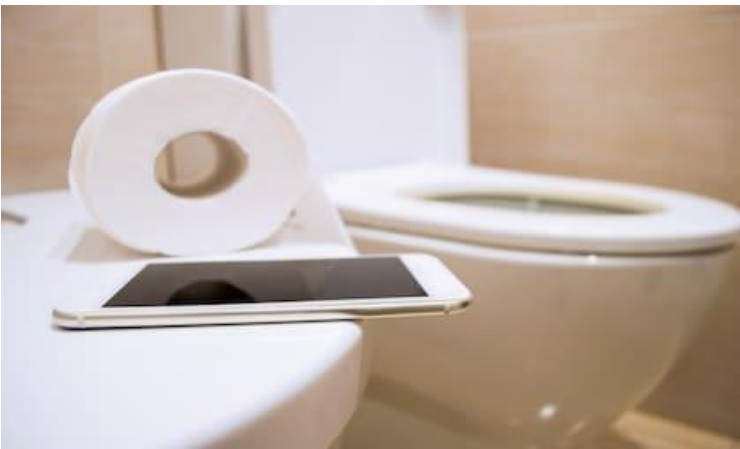
Utilizar detergentes ecológicos: Muchos detergentes y jabones han disminuido su uso de químicos y sustancias que contaminan el agua a escalas muy amplias

Utilizar la función ECO: Elija equipos con esta función, que permiten ahorrar automáticamente agua y energía, mediante un sistema de inteligencia tecnológica

Limpiar el filtro de agua recurrentemente: Es necesario que una lavadora esté en óptimas condiciones para garantizar el ahorro de agua

Compra una lavadora más eficiente. Cuando invierta en su equipo de lavado, tome en cuenta el tamaño de la lavadora, el uso semanal, el tipo de ropa. Las lavadoras de tapa frontal, por el tipo de movimiento giratorio y la caída del agua, aumenta la calidad de enjuague.

Por esta razón no debes usar el celular en el baño



Las manos recogen bacterias y virus todo el tiempo y son reconocidas como una vía para contraer infecciones. Lo mismo ocurre con los teléfonos que tocamos. Varios estudios realizados sobre la colonización microbiológica de los teléfonos móviles demuestran que pueden estar contaminados con muchos tipos diferentes de bacterias potencialmente patógenas.

Las preocupaciones sanitarias sobre el uso de los teléfonos suelen centrarse en las distracciones que causan mientras se conduce, los posibles efectos de la exposición a radiofrecuencias o lo adictivos que pueden llegar a ser. Y aunque el riesgo de infección microbiana a través del teléfono es mucho menos apreciado, es muy real. Se calcula que la gente toca su teléfono cientos si no miles de veces al día. Y mientras que muchos de nosotros nos lavamos las manos con regularidad después de, por ejemplo, ir al baño, cocinar, limpiar o trabajar en el jardín, es mucho menos probable que consideremos la posibilidad de lavarnos las manos después de tocar nuestros teléfonos.

Celulares repletos de gérmenes, bacterias y virus

Las manos recogen bacterias y virus todo el tiempo y son reconocidas como una vía para contraer infecciones. Lo mismo ocurre con los teléfonos que tocamos. Varios estudios realizados sobre la colonización microbiológica de los teléfonos móviles demuestran que pueden estar contaminados con muchos tipos diferentes de bacterias potencialmente patógenas.

Entre ellas se encuentran la E. coli, que provoca diarrea (y que, por cierto, procede de la caca humana). También el Staphylococcus, que infecta la piel; así como las Actinobacterias, que pueden causar tuberculosis y difteria; el Citrobacter, que puede provocar dolorosas infecciones urinarias; y el Enterococcus, conocido por causar meningitis. Asimismo, se han encontrado Klebsiella, Micrococcus, Proteus, Pseudomonas y Streptococcus en los teléfonos, y todas pueden tener efectos igualmente desagradables en los seres humanos.

Entre ellas se encuentran la E. coli, que provoca diarrea (y que, por cierto, procede de la caca humana). También el Staphylococcus, que infecta la piel; así como las Actinobacterias, que pueden causar tuberculosis y difteria; el Citrobacter, que puede provocar dolorosas infecciones urinarias; y el Enterococcus, conocido por causar meningitis. Asimismo, se han encontrado Klebsiella, Micrococcus, Proteus, Pseudomonas y Streptococcus en los teléfonos, y todas pueden tener efectos igualmente desagradables en los seres humanos.

Las mejores infusiones de Té para adelgazar después de los 45 años

Si necesitas deshincharte y combatir la retención de líquidos, tus mejores aliadas son las infusiones. Estas te ayudarán a depurarte, así que sustituir bebidas azucaradas y carbonatadas por infusiones resulta muy adecuado para cuidar de tu línea y tu salud.

Por este motivo, hemos elaborado un listado con algunas de las mejores infusiones para adelgazar. Pruébalas y escoge luego la que más te guste. Como recomendación, no les añadas azúcar e incorpora un edulcorante natural como la miel, aunque sin abusar.

¿Qué efecto tienen las infusiones diuréticas en nuestro organismo?

Las alteraciones hormonales, el sedentarismo, el consumo de ciertos medicamentos y un alto nivel de estrés pueden desencadenar en retención de líquidos. Para combatirlo eficazmente, puedes incrementar el consumo de ciertos alimentos o infusiones diuréticas.

Uno de los efectos principales de estas infusiones es que favorecen la eliminación líquidos e impiden su retención en el organismo. Cuando tienes problemas para expulsar, de una manera natural, el líquido residual de tu organismo, las infusiones diuréticas se vuelven la mejor solución.

Infusiones quemagrasas y diuréticas que ayudan a perder peso

Las propiedades de algunas infusiones son perfectas para ayudarte a bajar de peso con rapidez. Pero no hay que engañarse, no son bebidas milagrosas. Por ello, si quieres adelgazar, además de consumirlas dos o tres veces al día, debes esforzarte por llevar una dieta variada y saludable.

Té verde

El té verde es una de las infusiones quemagrasas más sanas. Tiene propiedades antioxidantes y activa tu metabolismo. Además, puede reducir de forma considerable tanto la acumulación de grasa como tu apetito. Se recomienda su consumo por la mañana.

Té de jengibre

Las infusiones de jengibre con miel y limón son muy conocidas para tratar resfriados. No obstante, entre sus propiedades también hay que contar que están indicadas para reducir la grasa abdominal. Esto es debido a sus propiedades termogénicas, que aceleran el metabolismo e incrementan la actividad del tracto digestivo. Así, pueden favorecer la pérdida de peso porque queman con rapidez la grasa almacenada.



Té negro

El té negro activa el metabolismo con rapidez y es un potente quema grasas para la zona del abdomen. Si puedes pasar de tu café matutino, cámbialo por una infusión de té negro y notarás la diferencia.

Cola de caballo

Es una de las infusiones más populares para combatir la retención de líquidos de manera natural, sencilla y eficaz. Además, la cola de caballo evitará la acumulación de toxinas en tu organismo, lo depurará y contribuirá a tu ansiada pérdida de peso.

Hinojo y alcachofa

Es habitual combinar las propiedades de varias plantas para obtener mayor eficacia. Este es el caso de las infusiones de hinojo y alcachofa. El hinojo es perfecto para las personas que sufren de problemas digestivos, puesto que es antiinflamatorio y reduce considerablemente la hinchazón.

Como evitar que las cucarachas entren a tu hogar

Para evitar que las cucarachas entren en tu hogar, es fundamental mantener la limpieza y el orden, sellar cualquier grieta o abertura, y mantener los alimentos almacenados correctamente. También puedes utilizar repelentes naturales o trampas para controlar la plaga, y considerar la ayuda de profesionales si el problema es grave.

Mantener la casa limpia y ordenada:

La acumulación de suciedad y de trastos, ropas, papel de manera incontrolada puede servir de fuentes de alimentación y refugio a cucarachas. Guardar los alimentos en recipientes resistente cerrados o alacenas, limpiando y eliminando los restos de alimentos desparramados.

Si has encontrado cucarachas en tu casa y quieres evitar que sigan haciéndolo, Te damos estos trucos para evitar que se acomoden en tu casa.

Cubre los desagües de la cocina, baños y coladeras, con un tapón por las noches. Se trata de una las principales vías de entrada de las cucarachas.

Sella las tuberías de drenaje. Si ves que hay grietas o se encuentran rotas, lo mejor es que las selles o las repares a la brevedad.

Mantén limpios la cocina y el lavadero. Los trastes sucios y restos de comida atraen a estos insectos, por lo que es mejor evitarlos.



No tires restos de comida en los botes de basura. Procura separar los restos de comida de la basura, tírala aparte y sella bien la bolsa.

Limpia debajo, detrás y dentro de los electrodomésticos. Este suele ser uno de los sitios favoritos de las cucarachas para esconderse.

Repara los grifos que goteen. El agua estancada suele ser otro de los lugares preferidos por las cucarachas.

Haz del vinagre un aliado. El ácido acético, que es el componente que le da ese característico olor al vinagre, resulta desagradable para ellas, por lo que puedes usar este producto para limpiar los pisos.

No dejes comida al alcance de las cucarachas. Debido a que es uno de los principales objetivos de estos insectos, lo ideal es que almacenes correctamente cada alimento que tengas en casa.