

A close-up photograph of a person's hands cupped together, with water splashing over them. The background is a lush green forest with sunlight filtering through the leaves.

BUENAS *Nuevas* **gt**

Edición Semanal

Semana del 19 al 25 de mayo de 2025

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





CBR Guatemala impulsa la digitalización del sector inmobiliario con herramientas PropTech



Día Internacional de las Abejas: Comercio justo y sostenible en el Sector Apícola de Guatemala

Elektra y Banco Azteca remodelan su tienda en Chiquimulilla



Día Internacional de las Abejas: Comercio justo y sostenible en el Sector Apícola de Guatemala



Guatemala, a través del Comité Apícola de AGEXPORT, se une a la celebración del Día Internacional de las Abejas (20 de mayo), una iniciativa de la Asamblea General de las Naciones Unidas establecida en 2017, para concienciar sobre la importancia vital de las abejas y promover medidas para garantizar su supervivencia. En el marco del Día Internacional de las Abejas, el Comité realizó actividades que van desde foros, formación en competencia nacional de mieles, exposiciones y espacios de networking.

El 75% de las plantas con flores del planeta dependen de la polinización realizada por las abejas, lo que destaca el importante papel que desempeñan en los sistemas de cultivo a nivel mundial y en el país. Por ejemplo, investigaciones del proyecto IICA-MOSCAMED identificaron que los servicios de polinización tecnificada con abejas pueden incrementar la productividad hasta en un 95% en el cultivo de melón y entre un 40% y 70% en el de melocotón, este último registrando exportaciones por 183 millones de dólares en el último año. Cuando se considera su impacto en otros cultivos, como aguacate, mango, café y muchos más, el beneficio económico y el potencial que generan las abejas alcanzan cifras de miles de millones de dólares.

A pesar de los desafíos, las exportaciones de productos apícolas alcanzaron los US\$4.2 millones, a lo que debe sumarse el valor de la comercialización local de otros productos de la colmena, como polen, propóleos y jalea real, además de la producción de miel destinada al mercado nacional.

Las exportaciones de miel natural guatemalteca son de muy alta calidad y, siempre que se manejen bajo buenas prácticas y con trazabilidad, resultan altamente competitivas en los mercados internacionales de alto valor, como Medio Oriente, Taiwán, Japón, entre otros.

Coopexpress inaugura de una nueva agencia en Mazatenango



Coopexpress, empresa 100% guatemalteca, continúa su expansión con la inauguración de una nueva agencia en Mazatenango, Suchitepéquez. La nueva sucursal está ubicada en el local #145 del Centro Comercial Plaza Américas y ofrecerá atención personalizada y asesoría especializada en préstamos con garantía hipotecaria.

Esta apertura responde al compromiso de la empresa de acompañar a las personas en cada etapa de su vida financiera, brindando soluciones accesibles, humanas y responsables.

Servicios disponibles que la nueva sucursal:

- Préstamos con garantía hipotecaria
- Asesoría financiera personalizada
- Atención cálida, cercana y profesional
- Apoyo a personas no bancarizadas o con historial crediticio limitado

Crédito con respaldo y cercanía

Desde su creación, Coopexpress ha contribuido a transformar la vida de cientos de guatemaltecos, apoyándolos a salir de deudas, emprender o aprovechar oportunidades que marcan un antes y un después en su vida personal o profesional. Con un enfoque centrado en la persona, la empresa ofrece condiciones flexibles que se adaptan a cada historia y necesidad.

Gracias a la confianza de miles de personas, Coopexpress nace para llevar al interior del país las mismas soluciones financieras disponibles en la capital, asegurando acceso a préstamos ágiles y flexibles.

Horarios de atención al público: de domingo a jueves, de 10:00 a 20:00 horas; y los viernes y sábados, de 10:00 a 21:00 horas.

CBR Guatemala impulsa la digitalización del sector inmobiliario con herramientas PropTech

El mercado inmobiliario está cambiando constantemente, impulsado por la transformación digital. Las herramientas tecnológicas, conocidas como PropTech, están revolucionando la forma en que se venden, alquilan y gestionan propiedades. En este contexto, la Cámara de Corredores de Bienes Raíces de Guatemala, lidera la profesionalización del sector inmobiliario, mediante la adopción de nuevas tecnologías y una capacitación y formación continua.

El futuro del negocio inmobiliario involucra plataformas digitales, la inteligencia artificial y la automatización de procesos, desde sistemas de gestión de clientes CRM, hasta recorridos virtuales o firmas electrónicas, entre otros; la tecnología está permitiendo que los corredores de bienes raíces respondan con mayor agilidad a las demandas y expectativas de los clientes y de los desarrolladores inmobiliarios.

Entre las tendencias digitales que CBR Guatemala y algunos de sus asociados han empezado a implementar y que irán marcando el futuro del sector inmobiliario se pueden mencionar, la digitalización de algunos procesos de venta y la implementación de uso de tecnologías que permiten dar a conocer una propiedad de forma remota sin necesidad de visitarla de forma presencial.

CBR Guatemala actualmente utiliza una herramienta PropTech llamada “Intercambio Inmobiliario”, la cual brinda una gestión eficiente del ciclo comercial, desde la captación de la propiedad hasta el cierre del alquiler o venta.



La PropTech “Intercambio Inmobiliario” es una herramienta tecnológica colaborativa, de beneficio y uso para los corredores inmobiliarios, que permite el intercambio de propiedades y requerimientos entre corredores, lo cual facilita la colaboración y agiliza el cierre de negocios; además, mejora la comunicación entre corredores inmobiliarios y amplía la exposición de cada propiedad, lo que para el cliente se traduce en mayores oportunidades de venta o alquiler y una mejor experiencia para las partes involucradas.

Elektra remodela su tienda en Chiquimulilla y celebra la temporada de mamá con grandes promociones



La tienda Elektra y Banco Azteca en Chiquimulilla reabrió sus puertas con una nueva imagen, ofreciendo a sus clientes una experiencia de compra mucho más cómoda, moderna y funcional. Esta transformación marca un paso adelante en la evolución del servicio, alineado con los estándares del formato Elektra 5.0, que mejora la distribución, accesibilidad y eficiencia de los espacios.

La renovación no solo implicó una mejora visual, sino una apuesta clara por la calidad en la atención. Nuevos ambientes, tecnología de alta eficiencia en iluminación y una organización más fluida permiten que los visitantes puedan gestionar sus compras y servicios financieros en un entorno más amigable y cercano.

Con una inversión de Q2.9 millones, la remodelación abarcó más de 1,200 metros cuadrados y generó más de 150 empleos directos e indirectos durante los 60 días de ejecución. Este esfuerzo forma parte del compromiso continuo de Elektra y Banco Azteca por contribuir al crecimiento económico y social de las comunidades en las que operan, llevando prosperidad incluyente.

Y como parte de la temporada del Día de la Madre, esta reapertura llega con el respaldo de la campaña nacional “Si Mamá lo Quiere, Sin Peros lo Tiene”, que incluye descuentos de hasta 65% en telefonía, 45% en línea blanca y 30% en motocicletas, además del acceso al Préstamo “Sin Peros” de Banco Azteca, diseñado para facilitar compras con cuotas cómodas y sin complicaciones.

La nueva tienda de Chiquimulilla es una muestra de que Elektra y Banco Azteca siguen creciendo junto a sus clientes, acercando soluciones reales y construyendo espacios donde comprar, financiar y cumplir sueños sea una experiencia más humana, accesible y feliz.

Las Tecnologías Exponenciales como Catalizadores de la Competitividad Empresarial



Expertos señalan como crucial reflexionar sobre el papel transformador que la tecnología desempeña en el ámbito empresarial.

Hoy en día, la tecnología no solo actúa como un medio de conexión, sino que se ha convertido en un motor estratégico que redefine modelos de negocio, optimiza procesos internos y transforma culturas organizacionales.

Las tecnologías exponenciales, aquellas que evolucionan y se adoptan a un ritmo acelerado, se erigen como habilitadores claves de eficiencia, agilidad y competitividad en el mercado. A diferencia de las tecnologías emergentes, que aún están en fase de validación, las tecnologías exponenciales ya están generando impactos tangibles y medibles en el rendimiento empresarial.

Herramientas como la inteligencia artificial (IA), el aprendizaje automático (machine learning) y la automatización inteligente permiten a las empresas rediseñar procesos, optimizar operaciones y tomar decisiones informadas basadas en grandes volúmenes de datos en tiempo real. Estas tecnologías no solo mejoran la productividad, sino que también permiten a las organizaciones adaptarse rápidamente a las cambiantes demandas del mercado.

Según el informe de EY, How can you realize the promise of transformational technologies?, el 43% de las empresas ya están invirtiendo activamente en IA generativa, lo que refleja una aceleración notable en su adopción. Tecnologías como el 5G y la inteligencia artificial aplicada a procesos están experimentando un crecimiento sostenido, consolidándose como pilares fundamentales de la transformación digital.

Compra en preventa tu TV Samsung 2025 y recibe un cupón de descuento

A partir del 19 de mayo, Samsung Electronics activa para ti la preventa de 11 modelos de su portafolio de televisores 2025, que incluye un cupón de 10% de descuento para adquirir cualquier smartphone o producto de audio de la marca

Ahora puedes disfrutar al máximo de las fantásticas tecnologías que Samsung Electronics conjuga en su línea de televisores de última generación, gracias a la promoción de pre-venta que comienza el 19 de mayo hasta el 8 de junio.

Es súper sencillo: entra al link de la oferta, selecciona uno de sus 11 modelos del portafolio 2025 de la marca y ya tienes tu boleto asegurado al viaje de plena inmersión multisensorial frente a la pantalla que escogiste. Y por si fuera poco recibes un cupón de 10% de descuento para aplicar en cualquier smartphone o producto de audio en tu siguiente compra.

Es imperdible esta oportunidad para que te lleves uno de los 11 modelos de TV según tu preferencia. Así, conocerás las ventajas de la optimización visual y sonora que Samsung ha creado e incorporado en todas y cada una de estas pantallas, gracias a la Inteligencia Artificial y otras tecnologías de siguiente nivel.



Conoce la promoción y los convenientes precios entrando a

<https://shop.samsung.com/latin/cac/gt/preoder-tvs>

Y si quieres conocer en detalle los atributos de cada una de estas opciones, entra a la sección de televisores de Samsung Latín (<https://www.samsung.com/latin/tvs/all-tvs/>).

La promoción aplica desde 19 de mayo hasta el 8 de junio de 2025

Miércoles,
21 de mayo

BUENAS *Nuevas* **gt**

2025



Ya en Guatemala Nescafé ICE, el primer café soluble para preparar en frío



Puente de Amistad y Multiverse presentan alianza estratégica

**Llega a Guatemala
el Álbum oficial
del Mundial de
Clubes 2025 de
PANINI**



Llega a Guatemala Nescafé ICE, el primer café soluble para preparar en frío



Nestlé, empresa líder en alimentos y bebidas, y su icónica marca Nescafé, presentan al mercado guatemalteco una innovación sin precedentes: Nescafé ICE, el primer y único café soluble especialmente creado para prepararse en frío. Este lanzamiento marca una evolución en la categoría, ofreciendo una alternativa refrescante, práctica y con el sabor inconfundible de Nescafé, ideal para una nueva generación de consumidores.

“En Nestlé estamos comprometidos con ofrecer productos que se adapten al estilo de vida de nuestros consumidores, y Nescafé ICE es una muestra clara de cómo la innovación y el entendimiento de sus necesidades nos permite estar un paso adelante. Con esta propuesta, buscamos ampliar los momentos de consumo del café, ofreciendo una opción que combina practicidad, calidad y frescura”, afirmó Patricio Astolfi, director general de Nestlé Guatemala.

Elaborado con granos seleccionados y un proceso de tueste exclusivo que permite su disolución en frío, Nescafé ICE se convierte en la opción perfecta para quienes buscan nuevas formas de disfrutar el café. Diseñado especialmente para consumirse con agua o leche fría, su preparación es rápida, sencilla y pensada para acompañar a los consumidores en su día a día.

Nescafé ICE se inspira en una generación que prioriza la autenticidad, la practicidad y la experiencia. Este café se adapta a quienes están en constante movimiento, valoran lo visual, disfrutan probar nuevas combinaciones y desean una bebida con la que se identifiquen

Nescafé ICE ya está disponible en supermercados y tiendas autorizadas del país. Su llegada marca un nuevo capítulo para el portafolio de Nescafé en la región y demuestra que, con innovación, cada generación puede disfrutar del café a su manera.

Con Nescafé ICE, los guatemaltecos pueden jugar con combinaciones, texturas y colores, y transformar cada taza en una experiencia única, divertida y personal. Porque cuando compartimos momentos refrescantes, hacemos la vida de todos un poco mejor. Para más información sobre Nescafé ICE y otras innovaciones de la marca, pueden visitar www.nestleaqustoconla vida.com



25 Años de Impacto y Evolución Tecnológica en Centroamérica



SoluciónWeb.com, empresa pionera en desarrollo web y soluciones digitales en Centroamérica, celebra con orgullo su 25º aniversario, consolidándose como un referente en la evolución digital de la región.

Desde su fundación, SoluciónWeb.com ha sido clave en la transformación digital de más de 2,000 empresas, proporcionando soluciones innovadoras en diseño web, marketing digital, inteligencia artificial y servicios en la nube. Su adaptabilidad, creatividad y constante búsqueda de innovación les ha permitido marcar una diferencia significativa en el panorama digital.



A lo largo de su historia, SoluciónWeb.com ha desarrollado más de 5,000 proyectos web y ha implementado más de 100 estrategias digitales, beneficiando a empresas en Guatemala y Centroamérica. Esta trayectoria se ha caracterizado por la capacitación constante de su equipo, compuesto por jóvenes creativos y comprometidos con la excelencia.

Además de su impacto en el sector comercial, SoluciónWeb.com se ha mantenido firme en su compromiso social, brindando servicios a instituciones no lucrativas y limitando su colaboración a empresas que compartan su filosofía de trabajo ético y moral.

Con la mirada puesta en el futuro, SoluciónWeb.com reafirma su compromiso con la innovación, el crecimiento sostenible y la creación de relaciones comerciales sólidas que impulsen la transformación digital en Centroamérica.

Puente de Amistad y Multiverse presentan alianza estratégica



Este lunes se llevó a cabo una conferencia de prensa en la Ciudad de Guatemala para anunciar oficialmente la alianza estratégica entre Multiverse y Puente de Amistad (Friendship Bridge), un esfuerzo conjunto que busca fortalecer el ecosistema emprendedor femenino en el Occidente del país, a través del Programa Puente al Éxito, de Puente de Amistad.

Ambas organizaciones, reconocidas por su compromiso con el emprendimiento y el desarrollo económico, unen capacidades para fortalecer el programa de emprendimiento, innovador y único en Guatemala, llamado Puente al Éxito de Puente de Amistad, que combina servicios de pre-aceleración, aceleración y financiamiento de emprendimientos liderados por mujeres. Esta integración de herramientas permitirá a las participantes fortalecer sus modelos de negocio e invertir en el crecimiento sostenible de sus emprendimientos, micro y pequeñas empresas.

Multiverse es una plataforma regional que impulsa el ecosistema emprendedor en América Latina. A través de programas de aceleración, mentoría especializada y vinculación con aliados estratégicos, fortalece a emprendedores desde etapas tempranas hasta su escalamiento. Su enfoque práctico y contextualizado ha beneficiado a más de 500 emprendedores en la región. Con una visión clara y una red sólida, Multiverse eleva el estándar de innovación y acceso a inversión en mercados emergentes.

La alianza entre Puente de Amistad y Multiverse, beneficiará a emprendedoras del Occidente de Guatemala y de la ciudad capital, dueñas y líderes de negocios con alto potencial de crecimiento, capaces de generar empleo y contribuir al desarrollo económico local.



Llega a Guatemala el Álbum oficial del Mundial de Clubes 2025 de PANINI

En Guatemala tendremos el álbum oficial del Mundial de Clubes de la FIFA 2025, esta será una edición histórica que marcará una nueva era en el fútbol de clubes. Por primera vez, el torneo contará con 32 equipos, siguiendo un formato similar al de la Copa del Mundo de selecciones. Este mega evento se llevará a cabo en Estados Unidos del 14 de junio al 13 de julio de 2025, con partidos en 12 estadios repartidos por el país.

Esta edición del Mundial de Clubes representa una oportunidad única para tener y apreciar a los mejores equipos del mundo en un álbum y COLECCIONA distribuidor exclusivo para Guatemala lo trae para ti.

Los equipos participantes provienen de las seis confederaciones:

UEFA (Europa): 12 equipos

CONMEBOL (Sudamérica): 6 equipos

CONCACAF (Norte, Centroamérica y Caribe): 4 equipos

CAF (África): 4 equipos

AFC (Asia): 4 equipos

OFC (Oceanía): 1 equipo

Estados Unidos: 1 equipo (anfitrión)

A partir del 24 de mayo, el álbum y la colección de estampas se encontrará disponible en Walmart, puntos PANINI, Juega, tiendas Paiz y tiendas MAX; esta colección está compuesta por 550 stickers las cuales son autoadhesivas, y será inolvidable para los amantes del fútbol.



El álbum coleccionable PANINI tendrá un costo de Q20.00 y el precio de cada sobre de estampas será de Q7.00, el costo de la caja de 50 sobres será del Q350.00, como es la primera vez que se jugara esta copa, PANINI ha decidido colocar en el mercado álbumes de pasta dura con un valor de Q99.00 para los coleccionistas con mayor pasión.

Ven por tu álbum gratis a nuestra actividad de PANINI Weekend que se llevará a cabo el sábado 24 de mayo en los centros comerciales Peri Roosevelt y Pradera Concepción, y el Domingo 25 de mayo en Pradera Xela.

Para más información visita la página web www.colecciona.gt

El auge de los parques industriales: oportunidad para el nearshoring



En un contexto global marcado por la reconfiguración de las cadenas de suministro, el fenómeno del nearshoring ha cobrado relevancia estratégica para atraer inversión extranjera directa (IED) hacia América Latina. Guatemala, con su posición geográfica privilegiada y su cercanía con los principales centros de consumo en Norteamérica, se presenta como un destino atractivo para operaciones industriales y logísticas. En este escenario, los parques industriales se consolidan como plataformas fundamentales para capitalizar esta tendencia.

El incremento de la demanda por espacios industriales con infraestructura especializada, acceso a servicios logísticos integrales y cumplimiento de estándares internacionales, ha impulsado una nueva ola de desarrollo de parques industriales en el país. Esta clase de activos se posiciona no solo como una solución de eficiencia operativa para empresas internacionales, sino también como motores de formalización económica y generación de empleo en las regiones donde se desarrollan.

Infraestructura moderna y ubicación estratégica

La inversión en parques industriales representa una respuesta directa a las exigencias del nearshoring: reducción de costos logísticos, disminución de tiempos de entrega y mayor resiliencia de la cadena de suministro. A través de proyectos que integran energía eléctrica de calidad, conectividad vial, servicios básicos robustos y potencial de escalabilidad, Guatemala está dando pasos firmes hacia la consolidación de su oferta industrial.

Perspectivas del mercado industrial en Guatemala

La tendencia regional apunta hacia una profesionalización acelerada del mercado industrial. En Guatemala, este segmento representa actualmente uno de los de mayor dinamismo dentro del sector inmobiliario comercial, impulsado por el interés de empresas de manufactura ligera, ensamblaje, agroindustria y logística regional.

Las zonas francas, los regímenes aduaneros especiales y los incentivos fiscales también forman parte del ecosistema que hace viable el nearshoring. La clave, sin embargo, radica en la capacidad del país para ofrecer espacios que combinen ubicación estratégica, infraestructura moderna, servicios complementarios y gestión eficiente.

Con una perspectiva de mediano y largo plazo, el desarrollo de parques industriales no solo representa un activo inmobiliario de alto valor, sino una pieza esencial en la estrategia nacional para integrarse de forma más competitiva a las cadenas globales de valor.



Once consejos para lidiar con un trastorno de ansiedad

Sentir de vez en cuando ansiedad es una parte normal de la vida, pero las personas con trastornos de ansiedad experimentan sentimientos frecuentes y excesivos de ansiedad, miedo, temor y pánico en situaciones cotidianas. Estos sentimientos se vuelven poco saludables cuando afectan su calidad de vida y le impiden de funcionar normalmente.

Los síntomas más comunes de los trastornos de ansiedad incluyen experimentar una sensación de pánico inminente; sentirse impotente o nervioso; hiperventilar; aumento de la frecuencia cardíaca; pensar obsesivamente en el desencadenante de su pánico; sudar y temblar.

- **Evite el alcohol y las drogas recreativas.** Estas sustancias pueden causar o empeorar la ansiedad.
- **Coma alimentos saludables.** Una dieta equilibrada que incluya verduras, frutas, granos integrales y pescado puede estar asociada con una reducción de la ansiedad, pero se necesita más investigación.
- **Identifique los desencadenantes.** Descubra qué situaciones o acciones le causan estrés o aumentan su ansiedad.
- **Manténgase físicamente activo.** Desarrolle una rutina para mantenerse físicamente activo la mayoría de los días de la semana.
- Aprenda sobre su trastorno. Hable con su equipo de atención médica para averiguar qué podría estar causando su afección y qué tratamientos podrían ser mejores para usted. Involucre a su familia y amigos y solicite su apoyo.
- Dé prioridad al sueño. Haga lo que pueda para asegurarse de que está durmiendo lo suficiente para sentirse descansado. Si no está durmiendo bien, hable con su profesional de atención médica



- **Deje de fumar y reduzca o deje de consumir bebidas con cafeína.** La nicotina y la cafeína pueden empeorar la ansiedad.
- **Socialice.** No permita que las preocupaciones lo aíslen de sus seres queridos o actividades.
- **Siga su plan de tratamiento.** Tome los medicamentos según le indiquen. Mantenga la terapia al día y realice todas las tareas que su terapeuta le asignar. La consistencia puede marcar una gran diferencia, especialmente con respecto al uso de medicamentos.
- **Utilice técnicas de manejo del estrés y relajación.** Las técnicas de visualización, meditación e yoga son ejemplos de técnicas de relajación que pueden aliviar la ansiedad.
- **Escriba en un diario.** Mantener un registro de su vida personal puede ayudar a usted y a su profesional de salud mental a identificar las causas de su estrés y lo que puede ayudarlo a sentirse mejor.



Coca-Cola relanza su campaña “Share a Coke” en Guatemala



Honda Motos apertura agencia Integral en San José Pinula

**Assist Card y
Campus Fútbol
Argentina
impulsan a jóvenes
guatemaltecos
rumbo a Europa**



Coca-Cola relanza su campaña “Share a Coke” en Guatemala



Los chapines podrán personalizar sus botellas en activaciones en diferentes puntos de la Ciudad de Guatemala y el interior del país.

Las botellas y latas previamente personalizadas ya se encuentran en los diferentes puntos de venta para que busques la tuya

Coca-Cola trae de vuelta la legendaria campaña “Share a Coke”, ofreciendo nuevas experiencias de marca e invitando a una nueva generación a vivir la magia de las conexiones personalizadas.

Lanzada por primera vez en 2015 en América Latina, la campaña original invitaba al consumidor a encontrar su nombre en lugar del logo de Coca-Cola. Con este relanzamiento, se busca que las personas compartan una Coca-Cola con sus amigos para celebrar la amistad y crear recuerdos que durarán para toda la vida.

Los espacios digitales nos acercan, son los momentos que compartimos en la vida real los que nos ayudan a crear recuerdos duraderos. “Share a Coke” celebra esas amistades que definen la generación y los espacios que permiten que los momentos de unión en la vida real prosperen.

El 72% de la Generación Z quiere autenticidad y conectarse con personas reales en todo lo que hace. Por ello, “Share a Coke” celebra las conexiones significativas que pueden surgir tanto online como offline.

En un mundo donde las interacciones online son momentáneas, compartir una Coca-Cola ofrece una forma tangible de demostrarles a los demás que te importan. Con aún más nombres para elegir y la posibilidad de agregar tu propio toque personal, puedes crear botellas de Coca-Cola verdaderamente únicas para expresar tu aprecio por tus amigos, familiares y seres queridos. Es un gesto simple que puede fortalecer y profundizar las conexiones. los lugares y fechas donde podrás personalizar tu Coca-Cola junto a tus amigos:

MAYO:

22 y 23: Oakland Place

24 y 25: Cayalá

29: Roofpong Zona 15

31: Pradera Vistares y Pradera Zacapa

JUNIO:

1: Pradera Vistares y Pradera Zacapa

7 y 8: Pradera Xela

7: Suma Naranja

8: Suma Chimaltenango

13: Walmart Roosevelt

14: Walmart Puerta Parada

Si por alguna razón no puedes llegar a los puntos de personalización, puedes ir desde ya a los puntos de venta, supermercados y tiendas de conveniencia a buscar muchos de los nombres que ya están disponibles en las botellas y latas Coca-Cola.

AGEXPORT celebra alianza estratégica entre Guatemala y Estados Unidos de construir un centro logístico regional

La Asociación Guatemalteca de Exportadores (AGEXPORT) reconoce como un paso decisivo hacia la modernización de la infraestructura logística del país, la reciente firma de la Carta de Aceptación de Modernización del Puerto Quetzal entre el Ministerio de la Defensa Nacional y el Comando Sur de los Estados Unidos representa un hito estratégico para Guatemala.

Así mismo, agradecemos al pueblo y gobierno de los Estados Unidos por sumar esfuerzos en una agenda compartida de desarrollo, seguridad y fortalecimiento de capacidades clave para el crecimiento económico.

Puerto Quetzal es el principal puerto del país en el litoral del Pacífico, que conecta a Guatemala con mercados de Asia, América del Norte y Sudamérica, es responsable del manejo de más del 45% de las exportaciones guatemaltecas y aproximadamente el 30% de las importaciones.



AGEXPORT reitera su compromiso con este proyecto país y pone a disposición del Gobierno de Guatemala toda su experiencia para avanzar con agilidad y visión estratégica para hacer realidad el sueño de convertirnos en un centro logístico regional, generando empleos, atrayendo inversión y ampliando las oportunidades de integración comercial con el mundo.

A LA INAUGURACIÓN OFICIAL DE LA

VI COPA
cementos
PROGRESO

A REALIZARSE

25
DE MAYO

ESTADIO
CEMENTOS PROGRESO

8:30 A.M.

cementos
PROGRESO

Assist Card y Campus Fútbol Argentina impulsan a jóvenes guatemaltecos rumbo a Europa

El Campus Fútbol Argentina Club Deportivo Mac Allister, con el patrocinio de Assist Card, organización líder en asistencia integral al viajero, realizará su jornada de reclutamiento de fútbol para chicos, el 24 y 25 de mayo en el Complejo Deportivo Ernesto Villa del Club Municipal.

El objetivo de este encuentro es seleccionar a los jóvenes guatemaltecos que viajarán a Madrid y Barcelona entre el 1 y 11 de noviembre, para entrenar en centros de alto rendimiento.

Durante estos días, se evaluarán a niños y adolescentes de todo el país, en una visoría encabezada por el Club Mac Allister, reconocido por su trayectoria en la formación de futbolistas.

En total, más de 5,000 jóvenes serán evaluados en diferentes partes del país en Guatemala, donde se seleccionará a los más talentosos para vivir esta experiencia internacional inolvidable, que combina deporte, formación, convivencia y un valioso intercambio cultural.

Para esta nueva edición, los jóvenes y acompañantes viajarán respaldados por Assist Card, garantizando una experiencia segura y tranquila: asistencia médica, telemedicina, cobertura frente a deporte, localización por pérdida de equipaje, entre otros.

“Estamos orgullosos de apoyar esta iniciativa que fomenta el desarrollo deportivo y permite a los jóvenes perseguir sus sueños. En Assist Card creemos en el poder transformador del deporte, y por eso hemos estado presentes en múltiples proyectos de este tipo en toda Latinoamérica”, afirmó Leonardo Tonhaiser, Country Manager de Assist Card Centroamérica, Panamá y el Caribe.

Además de la actividad deportiva del 24 y 25, los entrenadores internacionales compartirán distintas actividades sociales, como una clínica de fútbol con los niños de la Fundación Margarita Tejada, fomentando valores como la empatía, la inclusión y el trabajo en equipo.



“Desde 2017, hemos brindado a jóvenes centroamericanos la oportunidad de entrenar con algunos de los mejores entrenadores del mundo y vivir experiencias que cambian vidas”, destacó Claudio Magnífico, organizador del Campus Fútbol Argentina.

El programa ha sido semillero de casos de éxito, como Sergio Pérez de Quetzaltenango, hoy jugador de Malacateco, y Jonathan Pozuelos, finalista del fútbol nacional con Deportivo Mixco, quienes iniciaron su camino en este mismo

Campamento.

Esta es una oportunidad única para que los jóvenes guatemaltecos den un paso más hacia sus sueños futbolísticos, compartiendo con entrenadores de élite representando al país en escenarios internacionales.

Honda Motos apertura agencia Integral en San José Pinula

Honda Motos no solo enciende motores, ¡sino que también impulsa el desarrollo económico! Por ello, anuncia la apertura de una nueva agencia en San José Pinula para todos los amantes de las dos ruedas.

Más que un nuevo punto de Honda Motos será un nuevo espacio ubicado, de manera estratégica, el cual será un centro de soluciones integrales para la comunidad motociclista pinulteca.

“Estamos invirtiendo en el país, generando oportunidades y acercando la experiencia Honda a cada rincón. Además, trabajamos con dedicación para que cada cliente reciba la asesoría personalizada con los servicios y productos de la más alta calidad”, expresó Carlos Pullin, gerente general de Honda Motos.

La nueva tienda será el lugar donde la pasión por las motocicletas se fusionará con la excelencia en el servicio. Los usuarios encontrarán mucho más que los modelos más recientes que captan miradas, ya que ofrecerá otros servicios como:

- Taller especializado: con técnicos altamente capacitados y herramientas de vanguardia para mantener las motos en óptimas condiciones.
- Sala de ventas apasionante: en donde conocerán la gama completa de modelos Honda listos para conquistar caminos.
- Centro de repuestos originales: porque la autenticidad y la calidad son la base de un rendimiento duradero.

Con esta nueva apertura, Honda Motos reafirma su compromiso con el desarrollo económico y la movilidad eficiente en el país para descubrir cómo se está redefiniendo la experiencia motociclista para los guatemaltecos.



La Paz Grupo hospitalario conmemora “una década de excelencia profesional y vocación de servicio”

Con el lema “Una década siendo enfermeros por naturaleza”, Hospitales La Paz conmemoró el décimo aniversario de servicio de sus ocho sedes hospitalarias con la quinta edición de su Congreso de Enfermería. El evento tuvo lugar los días 12 y 13 de mayo en el Zoológico La Aurora, en la ciudad de Guatemala, y reunió a más de 1,000 profesionales de la salud.

Pablo Max Ruiz, Gerente General del grupo hospitalario, destacó que el objetivo del congreso fue consolidar el modelo de Atención Centrada en la Persona, priorizando la humanidad en la atención médica. Andrea Toledo, Gerente de Desarrollo Organizacional, subrayó que el talento humano representa un acto de empatía y dignidad, más allá de la técnica y la ciencia.

La participación incluyó a colaboradores del grupo, así como a estudiantes de enfermería de universidades y centros educativos del país, en una apuesta clara por el futuro del cuidado médico. Margie Bocaletti, Gerente de Relaciones Comerciales, enfatizó que el Congreso es un espacio para compartir conocimiento, fortalecer la vocación de servicio y reafirmar el compromiso con el bienestar integral.

Durante las dos jornadas, se ofrecieron conferencias magistrales con expertos de España, Colombia, Chile y Honduras, además de actividades recreativas y de networking, convirtiendo el encuentro en una experiencia de crecimiento profesional y personal. El evento contó con el respaldo de importantes aliados como Universidad del Istmo, EQUIMED, Hospifarmacia, Securitas Health Care, Global Business Management y Banco Industrial.



Carmen Orellana, Gerente de Servicios Hospitalarios, recordó que el personal de enfermería es esencial en todas las etapas del cuidado clínico. A su vez, se hizo entrega del Galardón Corazón Amarillo, que reconoce a los enfermeros distinguidos por sus propios pacientes, en agradecimiento por su impacto positivo en momentos de vulnerabilidad.

Con esta celebración, La Paz Grupo Hospitalario no solo recuerda su primera década, sino que proyecta un futuro como referente en atención humanizada, promoviendo la calidad de vida con vocación y empatía.



Gana 10 mil dólares en concurso de oratoria de Chevron / Texaco



Asunción Export, creciendo con apoyo del programa “Tierra Fértil”

INSIVUMEH pronostica incremento de marea en ambos litorales por efecto de superluna



Asunción Export, creciendo con apoyo del programa “Tierra Fértil”



En Guatemala, donde la producción agrícola es parte esencial del bienestar, Don Fernando Farfán representa el compromiso con la tierra, la familia y la visión emprendedora. Tras más de dos décadas en el sector bancario, decidió en 1998 fundar Asunción Export, una empresa que comenzó exportando vegetales no tradicionales a Estados Unidos y Europa. Con dedicación y una clara apuesta por la agroexportación, logró consolidar una compañía que conecta a agricultores del altiplano guatemalteco con supermercados internacionales.

El proyecto fue creciendo hasta convertirse en una plataforma de desarrollo para muchas comunidades rurales. Asunción Export se destacó por operar con altos estándares de calidad, responsabilidad social y sostenibilidad, ofreciendo productos como arveja china y ejote francés, empacados en San Bartolomé, Milpas Altas y listos para competir en mercados exigentes como Holanda, Alemania, Escandinavia y el Reino Unido. Más allá del comercio, la empresa impulsó un modelo inclusivo que brindó oportunidades reales a las familias del campo, reafirmando que detrás de cada vegetal exportado hay una historia de esperanza, esfuerzo y transformación social.

Pero no todo ha sido fácil en este camino. La pandemia golpeó fuertemente al sector agrícola y trajo muchos retos para Asunción Export. Fue un momento difícil, ya que significó cerrar una etapa muy importante que conectaba a más de 1,200 familias agricultoras con los supermercados del otro lado del mundo. A pesar de todo, Don Fernando Farfán y su familia decidieron enfocarse en ser proveedores para el mercado Guatemalteco y centroamericano, y así emprender un nuevo camino.

Compromiso con la calidad y la mejora continua junto a Walmart

En medio de los cambios y desafíos, Asunción Export encontró una nueva oportunidad para crecer en sus operaciones. Fue entonces cuando apareció un aliado estratégico que marcó la diferencia: Walmart, a través de su programa “Tierra Fértil”.

Ubicados en Tecpán, cultivan fresas, lechuga, escarola, remolacha, rábanos y brócoli; productos que son distribuidos en las tiendas Walmart de todo el país, siempre con el mismo compromiso de calidad y trabajo en equipo. Actualmente, Asunción Export emplea a 45 colaboradores: 27 en campo (incluidos dos ingenieros agrónomos) y 18 en el área de empaque y proceso. Del total, aproximadamente el 60 % son mujeres.

A partir del inicio de esta relación en 2023, representantes de Walmart visitan la empacadora cada tres meses para asegurar el cumplimiento de los altos estándares, y han acompañado a Asunción Export en el diseño de soluciones prácticas y eficientes, alineadas con los más altos estándares de calidad.

Asunción Export es hoy un testimonio de que, con determinación, esfuerzo y dedicación, todo es posible. Una historia de frutos que no solo cruzaron el océano, sino que también impulsaron el crecimiento y fortalecieron el mercado agrícola de Guatemala.

Gracias al acompañamiento de Walmart, Asunción Export continúa distribuyendo productos frescos a países de Centroamérica, llevando el sabor de los vegetales guatemalteco cada vez más lejos.

ADIG impulsa el foro de desarrollo inmobiliario sostenible

La Asociación de Desarrolladores Inmobiliarios de Guatemala (ADIG), en alianza con el Guatemala Green Building Council (GGBC), celebró este miércoles la cuarta edición del Foro de Desarrollo Inmobiliario Sostenible, una jornada que convocó a líderes del sector, expertos nacionales e internacionales y representantes de desarrolladoras clave para explorar cómo hacer de la sostenibilidad un nuevo estándar para el desarrollo urbano en Guatemala.

Durante el foro se presentaron propuestas de valor concretas para los proyectos inmobiliarios: desde cómo integrar la sostenibilidad en el diseño de vivienda vertical, incorporando bienestar, accesibilidad, movilidad y propósito; hasta cómo convertir principios sostenibles en ventajas comerciales reales, a través de estrategias de marketing con propósito y diferenciación de marca.

Los paneles también abordaron casos de éxito que han demostrado que un enfoque sostenible puede traducirse en mayor plusvalía, reducción de costos operativos y atracción de inversionistas. Otros bloques profundizaron en el impacto de certificaciones como LEED y WELL en espacios de trabajo, mostrando retornos reales desde la eficiencia operativa hasta la salud y productividad de los usuarios.



El Foro de Desarrollo Inmobiliario Sostenible reunió a los principales actores del sector para compartir herramientas, alianzas y casos reales que demuestran que la sostenibilidad también es una estrategia rentable y transformadora.

Esta iniciativa forma parte de la agenda académica de ADIG, que incluye diplomados, talleres, foros y herramientas con el propósito de fortalecer técnica y estratégicamente al gremio. El foro se consolidó como un punto de encuentro para alinear visiones, activar compromisos y construir ciudad con propósito, reiterando así, su invitación a más desarrolladores a capacitarse, adoptar buenas prácticas internacionales y apostar por una visión de largo plazo.

Grupo AG impulsa prácticas seguras y sostenibles de Seguridad y Salud en el Trabajo



Con el compromiso de impulsar y liderar prácticas seguras en la industria del acero y de la construcción, Grupo AG organizó el VI Encuentro de Seguridad y Salud en el Trabajo, el cual contó con la participación de expertos en seguridad industrial y colaboradores, quienes asistieron al Parque Industrial Sidegua, ubicado en Masagua, Escuintla.

Durante la actividad, se presentaron diferentes conferencias sobre trabajos en alturas, con el experto Joaquín Saldarriaga de Procoin Guatemala; legislación laboral para la medición de riesgos con proveedores y contratistas, con la abogada María Isabel Asturias; y seguridad con propósito de Raúl Padilla, mentor de líderes en salud, seguridad y medio ambiente.

De la mano de la comunicación

Al cierre del evento, se lanzó la Campaña de Comunicación: "Que nada te falte", un concepto que nace como una oportunidad alineada a su filosofía de innovación y futuro, reforzando que los colaboradores de Grupo AG siempre estén preparados y no les falte nada desde lo tangible, con el uso del Equipo de Protección Personal, y lo intangible, manteniendo una actitud de liderazgo y seguridad personal.

Seguridad en el trabajo

Grupo AG cuenta un Sistema de Salud y Seguridad en el Trabajo, estructurado por un Manual de Elementos del Sistema, que le permite garantizar condiciones laborales seguras. Además, ha adaptado prácticas de gestión alineadas con la industria del acero y estándares internacionales, cumpliendo con los requisitos de la norma ISO 45001:2018. La implementación de esta norma ha fortalecido sus herramientas de gestión y ha mejorado la prevención de incidentes en sus operaciones.

"Quiero reconocer algo fundamental: nuestro sistema de gestión en seguridad y salud que tiene como pilar el liderazgo. Cuidar no es solo una obligación; es un acto de liderazgo, es un compromiso con nuestra gente, y también con nuestra reputación como organización. Porque una empresa que protege, que se anticipa y que actúa con responsabilidad, es una empresa en la que todos queremos estar", agregó Gabriela Roca, Directora de Asuntos Corporativos y Sostenibilidad.



Lenovo Miami Experience reúne a ejecutivos de Centroamérica y el Caribe en evento de Fórmula 1

Lenovo reafirmó su compromiso con la innovación y el crecimiento al reunir a ejecutivos de Centroamérica y el Caribe en el evento Lenovo F1 Miami Experience, llevado a cabo la primera semana de mayo, cuyo objetivo era alinear estrategias y planes de expansión para los próximos años, en el marco de un entorno de alto rendimiento e innovación, como lo es la Fórmula 1, socio global de Lenovo.

Los líderes regionales provenientes de Guatemala, El Salvador, Costa Rica, Honduras, Nicaragua, Panamá, Puerto Rico, República Dominicana, Trinidad y Tobago, Barbados y Jamaica, tuvieron acceso exclusivo a la experiencia Lenovo dentro de la qualy y sprint de Grand Prix de Miami, como parte de la bienvenida a la jornada de actividades.

Dentro de las actividades, también se tuvo una sesión donde se dieron a conocer los lanzamientos de la compañía para los próximos meses, en cuanto a la integración de la IA y nuevos modelos de productividad, cambios tecnológicos recientes en procesadores y tendencias tecnológicas que Lenovo estará presentando a través de sus dispositivos.

"Tener la oportunidad de reunir a ejecutivos de varios países de la Latinoamérica ha sido sumamente enriquecedor para Lenovo, ya que nos permite conocer de cerca las necesidades del consumidor actual y hacia donde podemos sumar esfuerzos para continuar ofreciendo soluciones de alto nivel tecnológico, que mejoren el día a día de los usuarios en los diferentes ámbitos de uso" compartió Catalina Montoya Nieto, Gerente General de Lenovo para Centroamérica y el Caribe.



En el 2024, Lenovo y Fórmula 1 anunciaron la ampliación de su asociación global que inició en 2022, una alianza que permite a la compañía proporcionar tecnología de vanguardia en las operaciones de la competencia de automovilismo más popular y prestigiosa, entre las que incluyen soluciones, servidores y dispositivos de alto rendimiento.

Estrategias de sostenibilidad, forman parte del acuerdo

Lenovo ha sido clave en el apoyo a la estrategia de sostenibilidad de la Fórmula 1, permitiendo reciclar de forma responsable el 95 % del hardware obsoleto desde el inicio de la alianza en 2022, ayudando a reducir costos y contribuir al objetivo de la competición, de alcanzar cero emisiones netas para 2030.

Gana 10 mil dólares para tus estudios universitarios en concurso de oratoria de Chevron / Texaco



Chevron, a través de su marca Texaco, y Junior Achievement Guatemala (JAG) lanzan la XIII edición del Programa de Becas Texaco y Junior Achievement, una iniciativa que combina el desarrollo de habilidades de oratoria y liderazgo con la posibilidad de acceder a estudios universitarios mediante becas que pueden cambiar vidas.

El tema de este año es “Inteligencia Artificial: ¿Oportunidad o amenaza?”, una invitación a reflexionar sobre cómo esta tecnología está transformando el mundo y qué papel desempeñan los jóvenes frente a estos desafíos. Los discursos podrán abordar el tema desde diferentes perspectivas, ya sea científica, ética, educativa o social.

La convocatoria está dirigida a estudiantes graduandos del nivel diversificado del sector público en los departamentos de Guatemala, Santa Rosa, Izabal, Chimaltenango, Escuintla y Sacatepéquez. Las actividades incluyen una combinación de sesiones virtuales y competencias presenciales, que culminarán en una gran final nacional en la Ciudad de Guatemala.

Los centros educativos interesados tienen hasta el 13 de junio para inscribirse, ingresando al siguiente formulario digital: <https://forms.office.com/r/Gn7Wc3GRUX>

Cada establecimiento debe realizar una competencia interna y designar a su representante. La fecha límite para inscribir al estudiante seleccionado es el 27 de junio.

Los seis mejores participantes recibirán becas universitarias reintegrables, administradas por Junior Achievement Guatemala:

- **Primer lugar: USD \$10,000**
- **Segundo lugar: USD \$7,000**
- **Tercer lugar: USD \$5,000**
- **Cuarto, quinto y sexto lugar: USD \$4,000 cada uno**

Para más información visitar el sitio web:

<https://campus.jaguatemala.org/concurso-oratoria/>

Lisette de Garduño, presidenta de Junior Achievement Guatemala, destacó que el concurso no solo impulsa el talento y la expresión de los jóvenes, sino que también los prepara para enfrentar el futuro con pensamiento crítico y liderazgo. “Es una experiencia transformadora que deja huella en cada participante”, añadió.

La gran final se realizará el 5 de agosto en la Ciudad de Guatemala, ante la presencia de autoridades educativas, líderes empresariales y representantes de distintas comunidades.

INSIVUMEH pronostica incremento de marea en ambos litorales por efecto de superluna

Debido al fenómeno de la superluna o luna nueva, se prevé un incremento significativo en el nivel de las mareas entre el 25 y el 30 de mayo de 2025 en ambos litorales del país.

Este fenómeno ocurre cuando la Luna se encuentra en su punto más cercano a la Tierra, intensificando su atracción gravitacional sobre los océanos, lo que genera un aumento notable en el nivel del mar, también conocido como mareas vivas y provoca un aumento en el nivel de las mareas.

Se produce cuando la Luna, la Tierra y el Sol se encuentran alineados, siendo la luna nueva que podemos observar este mes.

A continuación, se detallan los rangos probables a observar en las playas con incremento de mareas.

Champerico, Retalhuleu

Altura de marea: entre 1.75 y 2 metros (del 24 al 29 de mayo)
Marea alta: entre 15:00 y 18:00 horas
Altura máxima de ola: entre 1.5 y 1.9 metros
Viento: entre 6 y 21 km/h, dirección suroeste

Puerto San José, Escuintla

Altura de marea: superior a 2.5 metros (del 26 al 29 de mayo)
Marea alta: entre 15:30 y 18:50 horas
Altura máxima de ola: entre 1.5 y 1.9 metros
Viento: entre 6 y 20 km/h, dirección suroeste



Puerto Barrios, Izabal

Altura de marea: superior a 0.6 metros (24 y 25 de mayo)
Marea alta: a partir de las 13:50 horas
Altura máxima de ola: entre 0.4 y 0.75 metros
Viento: entre 3 y 19 km/h, dirección noroeste

Los días lunes 26, martes 27 y miércoles 28 de mayo coinciden con la fase de luna nueva, donde se espera los niveles más altos de marea.

Se recomienda a las poblaciones de las comunidades costeras, pescadores, embarcaciones pequeñas y turistas, tener las precauciones necesarias.



Como 'hackear' tu cerebro para ser más productivo y rendir mejor



Curiosidades de los Osos Pardos

Curiosidades de la Gran Muralla China



Formas de 'hackear' tu cerebro para ser más productivo y rendir mejor

Existen tácticas para que tu cerebro sea más productivo, y no se trata precisamente de hacer más y forzar la máquina, sino de todo lo contrario. El dolor, el estrés y la fatiga producen neurotransmisores que te desconectan de tu función ejecutiva.

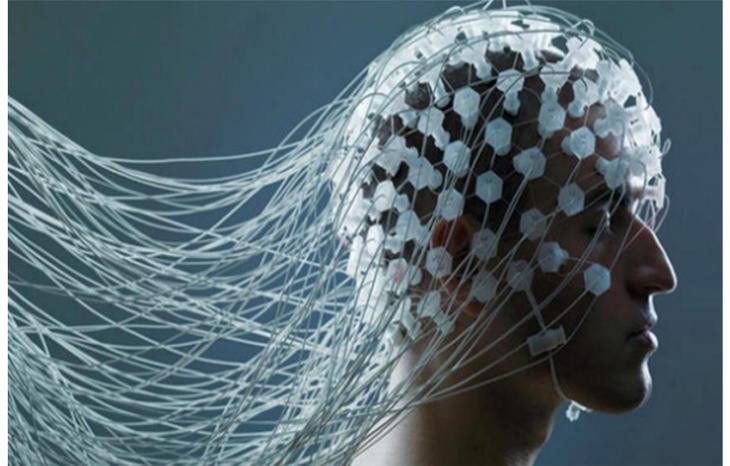
Prueba la regla del 15, aprende a medir tus horas de mayor productividad y simplifica tus listas de tareas. En la agotadora era de la hiperproductividad, querer hacer más y más sin ninguna clase de descanso provoca que el cerebro se fatigue y agote. La multitarea, las excesivas horas frente al ordenador, el sedentarismo, el exceso de reuniones o las notificaciones de decenas de apps colapsan la atención y elevan el estrés laboral, hoy considerado problema de salud pública.

En el ámbito de la salud mental, una cultura que premia constantemente el trabajo duro y la productividad sin límites provoca que las personas se sientan culpables o avergonzadas cuando no hacen muchas cosas en el trabajo, descansan los fines de semana o pasan un rato en el sofá.

Deja siempre un margen del 15%

Es poco probable que una empresa funcione al 100% de su capacidad, por lo que se considera óptimo un 85%. El margen del 15% blindará a cada compañía de contratiempos y posibles obstáculos como el mal funcionamiento de los equipos o la escasez de recursos. Para tu cerebro sucede lo mismo: es mejor funcionar al 85% toda la jornada que empezar al 100% y caer en picado. Vigila tu productividad (y atiende a tu cuerpo)

La productividad no es la misma en todas las franjas horarias del día, y también depende del cronotipo que tengas. Probablemente, conforme avanza la jornada laboral.



percibirás que tu energía mental desciende, que aparecen las distracciones, la concentración baja y te sientes más ansioso o fatigado.

No alargues tus reuniones más de 25 minutos

Las reuniones interminables no ayudan a tomar decisiones ni líneas de acción claras, sino que pueden ser contraproducentes y provocar fatiga mental a los empleados. Acortárlas a 25 minutos, de forma que se puedan tratar 2 o 3 puntos importantes

Simplifica tu lista de cosas pendientes

Añadir cosas, hacerlos más complejos. En lugar de añadir, prueba a reducir y simplificar, reduce las redes sociales y el email en horario laboral.

Curiosidades de los Osos Pardos

Masivos, veloces y excelentes cazadores, los osos pardos son depredadores agresivos que están listos para defender a sus crías. Los colosales osos pardos habitan en los bosques del norte, posicionándose como la especie de oso más común en el mundo. Pueden encontrarse en Asia, Europa y Norte América. Son omnívoros solitarios, caracterizados por ser uno de los depredadores más grandes que hibernan durante los meses helados de fin de año.

Comen 40 kilos de comida al día

En los meses de otoño, a manera de preparación para las precariedades de invierno, se les encuentra en los mejores puntos de pesca de Alaska. Es la época cuando el salmón remonta el río para desovar, los osos aprovechan para comer todo lo que no podrán durante la hibernación. docenas de osos se enfilan a lo largo de los ríos para comer un aproximado de 40 kilogramos por día. antes de hibernar, aumentando el doble de su peso

Las madres se reúnen con sus cachorros a cenar

Las hembras están muy cerca de sus oseznos, incluso cuando son adultos. Este comportamiento se ha observado particularmente a la hora de la cena, cuando tienen que pescar salmón, Dependiendo de la edad de las crías, éstas aprenden de sus madres a cazar o la ayudan en el proceso.

Las hembras sólo se reproducen cada tres años

sólo se reproducen una vez cada vez dos o tres años. Los cachorros de oso son muy demandantes con sus madres, y necesitan de su compañía durante aproximadamente dos años y medio. Cuando cae el invierno, las hembras cavan espacios para hibernar, los cuales recubren a sus crías con una cubierta de hojas para resguardarlos del frío.



Mamíferos masivos y veloces

Son animales muy rápidos, pueden alcanzar velocidades de 50 kilómetros por hora. Por esta razón, representan un gran peligro para los seres humanos. Las hembras son agresivas, cuando perciben una amenaza para sus crías.

Visión reducida

No tienen una vista aguda. Por el contrario, compensan su falta de campo de visión con un sentido auditivo muy fino, así como un olfato desarrollado. De estos dos sentidos se valen para poder pescar y encontrar lugares óptimos para su descanso en invierno. son animales muy resistentes al frío por su gruesa mata de pelaje. En libertad, pueden vivir cerca de 25 años,



Las nuevas Tecnologías como afectan tu vida



Las nuevas tecnologías son en parte una causa de la aparición del concepto 'revolución digital' y se pueden destacar como las principales:

Inteligencia artificial (IA): La inteligencia artificial es una tecnología que implica replicar o imitar razonamientos, procesos o acciones consideradas hasta ahora exclusivamente de origen humano. Esta tecnología se puede aplicar a dispositivos como las pulseras, TVs, o móviles, de forma que puedan ser 'inteligentes'. Incluso, puede aplicarse hasta a la propia ciudad, denominándose el concepto como 'smart city' (ciudad inteligente).

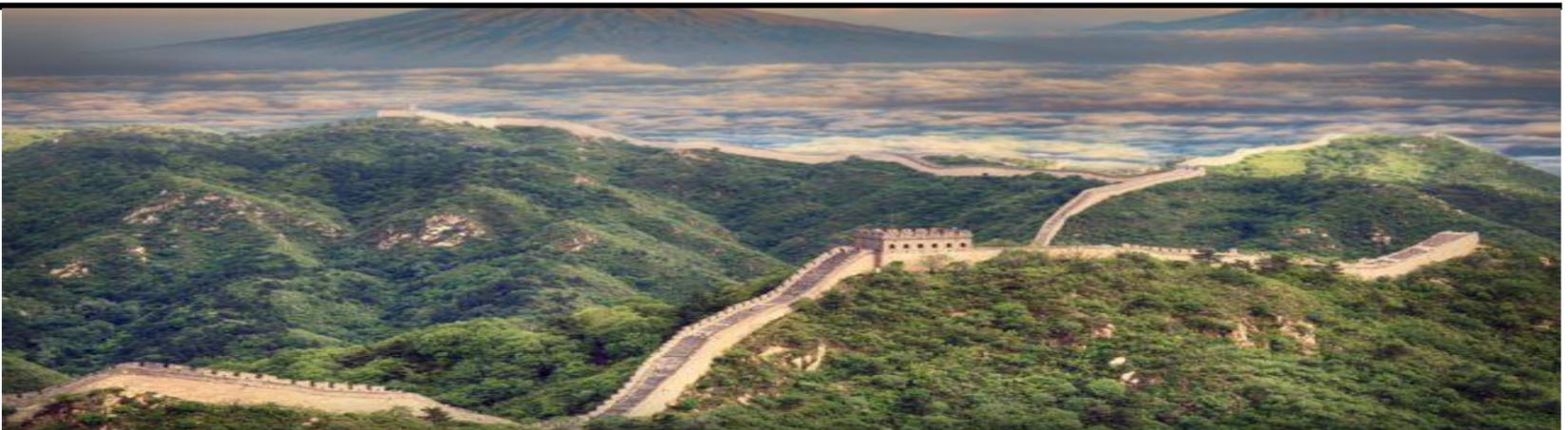
Cadena de bloques (Blockchain): El blockchain es una tecnología que posibilita el intercambio de información y datos de forma anónima e ineludible. Pudiendo ser aplicada en criptoactivos, contratos inteligentes, entre otras aplicaciones.

Internet de las cosas: Esta tecnología reúne todas aquellas tecnologías que favorecen la conectividad entre dispositivos. Un ejemplo del fuerte avance en este sector tecnológico es el auge del Internet de generaciones, tales como el 4G, 5G o 6G.



Realidad aumentada y virtual (VR): Llevar nuestras experiencias sensoriales hasta su máximo exponente de forma artificial es una de las grandes bazas de la revolución digital: Es decir, dejar de lado el plano 2D para profundizar en experiencias más allá del 3D. Un ejemplo de las posibilidades de esta tecnología es su aplicación a la cirugía, pudiéndose realizar una operación a distancia mediante la combinación de robótica y realidad aumentada.

Vehículos voladores no tripulados (drones): Esta clase de artefactos está siendo una de las grandes novedades del cambio social que promete la revolución digital. Hasta ahora solo las aves y los aviones comerciales surcaban el espacio aéreo, pero con la llegada de los drones el escenario ha cambiado por completo. Tal es su juventud como tecnología, que aún hay lugares de Europa en el que no se ha regulado su uso.



Curiosidades sobre la Gran Muralla China

La Gran Muralla china es una de las edificaciones más espectaculares del mundo.

¡Mide 21.000 kilómetros!

Aunque en un principio se creía que la muralla medía unos ocho mil kilómetros de longitud, su longitud exacta es de más de 21.000 kilómetros atravesando hasta 15 provincias y regiones distintas,

Tardaron 2000 años en construirla

Fue obra de varias dinastías, La construcción comenzó alrededor del año 200 antes de Cristo Y finalizó en el año 1.644 con el derrocamiento de la dinastía Ming. participaron entre 500.000 y un millón y medio soldados en su construcción.

¿Está construida con huesos humanos?

Esto es un mito se expandió en su construcción. Se utilizaron tanto piedras como granitos, ladrillo, cal, arcilla o incluso escombros, dependiendo de la época y la dinastía

Su nombre no fue siempre Muralla China

Esta construcción ha tenido varios nombres tales como «Barrera», «Rampante» o «Fortaleza». aunque la muralla estuvo ahí durante siglos, nadie fuera de China sabía de su existencia, fue hasta el siglo XVII, en 1.605 cuando el primer europeo, un portugués llamado Bento de Gois. La vio por primera vez.

¿Se puede ver la muralla desde el espacio?

Es otro de los grandes mitos de la Muralla, pero es falso. Ninguna edificación puede ser vista desde el espacio ya que, aunque la muralla tiene una gran longitud, su anchura no es más que la de un riachuelo.

¿Para qué se usaba?

Siempre se ha dicho que la función de la muralla era la protección contra los invasores, pero la verdad es que tenía muchas más funciones como controles de frontera o cobrar impuesto sobre el transporte de mercancías.

Es una de las 7 maravillas del mundo

Forma parte de las maravillas del mundo junto al Coliseo Romano, Chichén Itzá, Machu Picchu, Cristo Redentor, Taj Mahal y Petra y fue nombrada Patrimonio de la Humanidad en 1987 por la UNESCO.

Visitas de Récord

La Gran muralla china es el lugar más visitado del mundo, tiene el récord de 8 millones de persona en un solo día fue el 1° de octubre de 2014, durante una festividad nacional.

¿A quiénes pican los mosquitos?

Existen más de 2.500 variedades de mosquitos distribuidas en todas las partes del mundo, a excepción de la Antártida. Su presencia es notable no solo por su omnipresencia, sino también por su potencial mortalidad. Este insecto, de hecho, es considerado el ser vivo más mortífero que hay, siendo responsable de la muerte de más de 725.000 personas anualmente.

Sin embargo, son solo las hembras las que pican, pues necesitan sangre para que sus óvulos crezcan y maduren. Los mosquitos hembra pican a todo el mundo, Más allá de mitos y leyendas, básicamente todo estriba en el tipo de sustancias químicas que exuda nuestra piel.

Los mosquitos se sienten más atraídos por aquellos con niveles más altos de ácido láctico en la piel, Esto es porque el ácido láctico les ayuda a identificar a las personas con sangre tipo O, la cual les proporciona una mejor nutrición comparada con los tipos A o B.

individuos con otros tipos de sangre. El 85% de ser picado por un mosquito se debe a este factor: el tipo de sangre determinado por las sustancias químicas naturales que liberamos. Aunque los demás factores son casi insignificantes, es útil conocerlos si ello nos ayuda a evitar la próxima picadura

OLOR CORPORAL

Cuando dejamos de lado la higiene personal, los niveles bacterianos de nuestra piel se disparan, pero a su vez nos hace menos atractivos para los mosquitos. Además, estos insectos se sienten atraídos por los desodorantes, perfumes, jabones y otras fragancias.



No obstante, evitar la ducha no es una solución infalible para repeler a estos insectos. Si nuestros pies desprenden un olor desagradable, esto es como un imán para los mosquitos, pues en los pies sucios se desarrolla una bacteria similar a la que madura ciertos quesos y produce su corteza. Además, si sudamos, liberamos sustancias como el ácido láctico, atrae a los mosquitos.

Otro factor que nos hace irresistibles a los mosquitos es la cantidad de dióxido de carbono (CO2) que emitimos. Las hembras de mosquito pueden detectarlo a más de 60 metros de distancia. Así que, cuanto más cantidad de CO2 exhalamos, más nos convertimos en un blanco atractivo.

Esta es la vitamina a consumir para perder grasa y ganar masa muscular

Se trata de la vitamina D, la cual se obtiene naturalmente por la exposición al sol, pero existen fuentes suplementarias.

Hacer ejercicio físico, sea en la casa o en un gimnasio, es importante para mantener un buen estado de salud y prevenir enfermedades. Sin embargo, no hay que descuidar la alimentación ni los componentes que ofrece, debido a que el gasto energético y muscular necesita recuperarse. Uno de estos compuestos vitales es la vitamina D,

La fuente que proporciona esta vitamina no son los alimentos. Esta se obtiene naturalmente por los rayos del sol, lo cual implica que los huesos y piel se mantengan sanos. No basta con la exposición al sol, también se tiene que consumir suplemento de vitamina D.

El suplemento de la vitamina influye en el organismo de las personas con una rutina de actividad física. Al consumir pastillas con la vitamina, se obtiene la pérdida de grasa y un gran desarrollo muscular. la vitamina D aumenta la sensibilidad a la insulina. Por lo tanto, permite que el cuerpo emplee las reservas de energía de un modo más eficaz.

Con respecto al suministro esta vitamina que proporciona el sol, en primer lugar, al despertar en la mañana, abrir las cortinas para que la luz solar impregne todo el hogar y que genere una mayor producción de melatonina y cortisol en el cuerpo



Como se mencionó anteriormente, cuando una persona tiene hábitos de actividad física; el suplemento de vitamina D es vital para la recuperación del cuerpo. los cuales impiden que la persona sea vulnerable ante enfermedades; de la gravedad de la obesidad, osteoporosis, hipertensión e infecciones.

Estos alimentos proporcionan vitamina D:

- Leche, incluyendo la de soja, almendras y avena.
- Zumos de naranja u otras frutas.
- Pescados grasos, trucha, salmón, atún y caballa.
- Hígado de ganado vacuno.
- Margarinas.
- Yogurt deslactosado