



Edición Semanal

Del 26 de mayo al 01 de junio de 2025

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





Mastercard premia a clientes BAC y los lleva a la final de la UEFA Champions League 2025



Kern´s lanza su nueva Salsa Barbacoa

Super del Barrio abre su tienda 200 en Guatemala



Lanzamiento de nueva Salsa Barbacoa Kern’s junto a presentación de la banda Golpes Bajos



Kern’s, la marca de confianza que acompaña a los guatemaltecos en cada etapa de su vida, ha desarrollado una nueva salsa barbacoa para revolucionar la cocina. Este nuevo producto, ya disponible en supermercados, marcará un antes y después en la preparación de icónicos platillos teniendo a Kern’s como respaldo.

Kern’s, presenta una salsa barbacoa 100% natural que no contiene almidones, espesantes, colorantes ni sabores artificiales. Esto la hace una excelente alternativa natural para sazonar alimentos como: carne de res, pollo o cerdo y acompañar comidas como alitas, papas fritas, nachos y otras especialidades diseñadas para picar en reuniones y celebraciones. Además, la salsa barbacoa Kern’s tiene un aporte significativo de Vitamina C y licopeno, un antioxidante natural encontrado en distintas frutas y verduras.

Esta salsa se encuentra disponible a partir de este mes, siendo posible que todos sus consumidores puedan encontrarla y degustarla, junto al anuncio de esta salsa, y para darla a conocer, la marca les brindara a los guatemaltecos la oportunidad de experimentar un reencuentro con la renombrada banda Golpes Bajos, siendo estos invitados para volver a los escenarios, puesto que para los mismos integrantes de la banda ha sido complicado el poder reunirse luego de varios años.

El popular grupo musical de los 90’s es una piedra angular del rock guatemalteco. Su música ha trascendido varias generaciones a pesar de su separación en el 2000. Su más reciente aparición fue para presentar un nuevo disco en 2016. Ahora, unido al concepto de Kern’s si habrá reencuentro de Golpes Bajos para revivir sus años dorados y música en los corazones de los guatemaltecos con una serie de conciertos a lo largo del año. El primer encuentro se realizó de manera oficial el 24 de mayo en Teatro Delirio con un espectáculo único inspirado en los 90’s.



Super del Barrio abre su tienda 200 en Guatemala

Super del Barrio, cadena de supermercados 100% guatemalteca y parte del portafolio de Grupo de Tiendas Asociadas (GTA), anunció con orgullo la apertura de su tienda número 200 en el país. Esta expansión fortalece su presencia en los 21 departamentos de Guatemala, y reafirma su compromiso con las comunidades a las que sirve diariamente, acercando productos de calidad con los mejores precios para más familias guatemaltecas.

Este logro representa un hito en la trayectoria de GTA. Desde su fundación en 1995, ha apostado consistentemente por generar valor económico y social tanto para sus clientes como para su equipo de trabajo. Hoy, con una red consolidada de **más de 200 tiendas y más de 5,000 empleos directos**, GTA se posiciona como un **gran generador de empleo** en el país.

La nueva tienda de Super del Barrio, ubicada en Río Bravo Suchitepéquez, está diseñada para ofrecer a los clientes una experiencia de compra cómoda y cercana. Además, con su apertura se crean nuevos empleos impulsando el desarrollo económico local.

“Cada tienda que abrimos representa mucho más que un nuevo punto de venta; es una oportunidad para seguir construyendo cercanía, generar empleo digno y llevar economía con productos de calidad con los mejores precios siempre. Estamos agradecidos con Guatemala y todas las comunidades donde operamos, por habernos abierto sus puertas y darnos su preferencia”, expresó Alejandrina Gatica, gerente de Mercadeo de Grupo de Tiendas Asociadas.



Historia de expansión y compromiso

Grupo de Tiendas Asociadas (GTA), nació con la misión de llevar economía a las familias guatemaltecas y desarrollo a las personas que forman parte de su equipo. A lo largo de su historia, ha construido un ecosistema sólido e innovador que incluye cuatro formatos de supermercados y tiendas de mayoreo: Multimayoreo, Supermercados Suma, Super del Barrio y Mi Súper Fresh.

Con presencia en todo el país, GTA ofrece productos cuidadosamente seleccionados, con altos estándares de calidad y precios competitivos. Su enfoque en la innovación y la eficiencia operativa le ha permitido destacarse en un mercado altamente competitivo, consolidándose como una de las empresas líderes del comercio minorista en Guatemala.

GTA también ha apostado por el desarrollo de marcas propias, con un portafolio que supera las 110 marcas y alrededor de 700 productos, diseñados para responder a las necesidades del consumidor guatemalteco y fortalecer la rentabilidad de sus socios comerciales. Esta estrategia le permite ofrecer precios bajos sin comprometer la calidad.

Nahm, un nuevo Concepto de comida asiática en el Centro Comercial Gaura, Zona 15



Nahm, un nuevo restaurante en el Centro Comercial Gaura, Zona 15, abre sus puertas en Guatemala, ofreciendo una experiencia gastronómica que fusiona la cocina asiática con un enfoque contemporáneo y moderno. La experiencia en Nahm busca ir más allá del plato, creando un ambiente que equilibra naturaleza, cultura y confort.

Con un innovador concepto que fusiona sabores de seis países asiáticos, este restaurante promete una experiencia culinaria única.

Prepárate para un viaje de sabores en Zona 15, con platos auténticos y fusiones sorprendentes, desde Pad Thai hasta Puyazo Tailandés.

El nombre Nahm, que en tailandés significa agua, representa la esencia del restaurante: vitalidad, adaptabilidad y la conexión con las raíces asiáticas. “Para nosotros, Nahm celebra el riesgo, el optimismo y la capacidad de fluir entre culturas. Cada plato es una experiencia”, expresó Carola Galicia, gerente de Mercadeo.

Nahm fusiona sabores y técnicas de seis países asiáticos: Tailandia, Japón, China, Vietnam, Corea y Taiwán. El menú es una cuidadosa mezcla de recetas clásicas reinterpretadas con toques innovadores y fusiones con ingredientes latinoamericanos. Desde un auténtico Pad Thai hasta una sorprendente Sopa de Curry, pasando por propuestas como el Puyazo Tailandés y el Namelaka de banano en el área de postres, cada platillo está diseñado para cautivar los sentidos.

La experiencia en Nahm va más allá del paladar. El restaurante ofrece un ambiente contemporáneo con influencias asiáticas, diseñado para crear una atmósfera equilibrada entre naturaleza, cultura y confort. La música moderna y el servicio cercano complementan un espacio ideal para descubrir nuevas sensaciones.

El restaurante también ofrece una selección de vinos y licores cuidadosamente escogidos para maridar con los platillos, así como opciones vegetarianas elaboradas con igual atención al detalle, como su ya popular berenjena en salsa miso con parmesano fresco.

Horario:

El restaurante estará abierto de domingo a miércoles de 11:45 a.m. a 10:00 p.m. y de jueves a sábado de 11:45 a.m. a 10:30 p.m.



Mastercard premia a los clientes BAC y los lleva a la final de la UEFA Champions League 2025



Mastercard y BAC anunciaron a los tres ganadores de la promoción “UEFA Champions League”, quienes vivirán junto a un acompañante cada uno, una experiencia única en la final de la UEFA Champions League 2025 que se celebra el 31 de mayo en el icónico Munich Football Arena en Alemania. El premio, con todos los gastos cubiertos, incluye sorpresas especiales organizadas por Mastercard, el patrocinador oficial del evento.

Esta promoción estuvo vigente del 10 de febrero hasta el 13 de abril, y participaron todos aquellos que se inscribieron a través de los canales oficiales de BAC, y acumularon oportunidades con cada compra de Q150.00 o más, utilizando sus tarjetas de crédito o débito Mastercard BAC.

Los ganadores fueron seleccionados mediante un sorteo aleatorio realizado el 14 de abril. Cada uno de ellos recibirá tres boletos aéreos de clase transportes en el país destino, alojamiento 5 estrellas, comidas, kit de bienvenida de Mastercard, tours privados y experiencias culturales en el país de destino y el premio mayor, boletos en asientos especiales para disfrutar la final de la UEFA Champions League 2025. Adicionalmente, serán bienvenidos en el lounge de BAC en el Aeropuerto Internacional La Aurora para iniciar su experiencia.

La UEFA Champions League es la competición de clubes más prestigiosa de Europa, donde los mejores equipos luchan por la icónica 'Orejona.' El evento reúne a millones de aficionados de todo el mundo, prometiendo una experiencia extraordinaria para los ganadores.

BAC y Mastercard invitan a los tarjetahabientes a mantenerse informados de sus distintas promociones y experiencias especiales a través de sus canales oficiales.

Climatización eficiente: ¿aire acondicionado, enfriador o ventilador?

Durante los días calurosos, mantener una temperatura agradable en el hogar o lugar de trabajo es fundamental. Existen alternativas para refrescar el ambiente: aire acondicionado, enfriador y ventilador.

Cada uno ofrece beneficios particulares según el tipo de espacio, condiciones del entorno y consumo energético.

- **Aire acondicionado:** opera mediante un ciclo de refrigeración que extrae el calor interior y lo expulsa al exterior, liberando aire frío. Es el sistema más potente para disminuir la temperatura en espacios cerrados. Sin embargo, requiere instalación especializada y cuidados periódicos como la limpieza de filtros y verificación del gas refrigerante.
- **Enfriador:** utiliza el principio de evaporación. Toma aire cálido del exterior y lo hace circular por paneles húmedos. El agua se evapora, absorbiendo calor que a su vez genera una brisa fresca. Este dispositivo destaca por su bajo consumo eléctrico y es ideal para áreas amplias o ventiladas. No necesita instalaciones complejas y puede trasladarse fácilmente. Para conservar su eficacia, es recomendable higienizar el depósito y reemplazar los filtros con regularidad.
- **Ventilador:** crea una corriente de aire que mejora el ambiente cálido. Es fácil de usar y adecuado para complementar otros sistemas como los enfriadores. Los hay en diferentes presentaciones, de torre, de techo y de pared.



Cada opción presenta diferencias en funcionamiento, cobertura y adaptabilidad.

La elección del adecuado dependerá del tamaño del área y las condiciones del clima. En EPA, es posible encontrar estos equipos con precios de oportunidad y una amplia variedad de modelos para cada necesidad.

Las tiendas están ubicadas en Portales, Plaza Madero Roosevelt, Rambla 10, entrada a San José Pinula, El Tinajón en Xela. También puede hacer sus pedidos por el centro de contacto y vía WhatsApp

Llega a Guatemala Marco Antonio Regil para transformar tu vida financiera en The Money Event 2025

Bajo el lema “Identifica, Sana y Acciona”, llega la tercera edición de The Money Event, un evento diseñado para impulsar la libertad financiera y el bienestar integral de los guatemaltecos. La cita será el domingo 1 de junio, de 8:00 a.m. a 7:30 p.m., en el prestigioso Hotel Intercontinental de la Ciudad de Guatemala.

Este evento de talla internacional promete ser una experiencia transformadora, dirigida a jóvenes y adultos que deseen desarrollar una relación sana con el dinero, aprender a tomar decisiones financieras acertadas y construir un futuro próspero.

Con un formato innovador y vivencial, The Money Event 2025 ofrecerá una experiencia única que busca conectar el aprendizaje, sanación y la toma de acción. Esto permitirá a los asistentes interiorizar conocimientos financieros y de desarrollo personal de forma profunda y memorable.

Entre los principales conferencistas destaca el reconocido presentador y motivador mexicano Marco Antonio Regil, quien compartirá su visión sobre el bienestar financiero y emocional. Lo acompañarán la experta en finanzas personales Elaine Miranda, de Nicaragua, Luis Méndez, Carlos López Ayerdi, Josué Arrecis, emprendedores y sharks de Shark Tank Guatemala entre otros speakers nacionales especializados en planificación financiera, inversión, emprendimiento y desarrollo personal.



Este evento es ideal para quienes desean:

- **Identificar creencias limitantes relacionadas con el dinero.**
- **Sanar su relación emocional con las finanzas.**
- **Accionar con herramientas reales para lograr estabilidad económica y cumplir sus metas.**

El enfoque integral del evento permite no solo mejorar la salud financiera, sino también fortalecer el desarrollo personal y emocional de cada asistente.

Entradas y más información

Las entradas están disponibles en <https://primetix.info/TheMoneyEvent>



Las Margaritas Business District inaugura nueva Plaza Financiera en Torre II



Banco Industrial lanza una emocionante campaña para premiar a Tarjetahabientes Bi

Piedrasanta impulsa la educación con la VI Cumbre Internacional de Educación 2025



Las Margaritas Business District inaugura nueva Plaza Financiera en Torre II

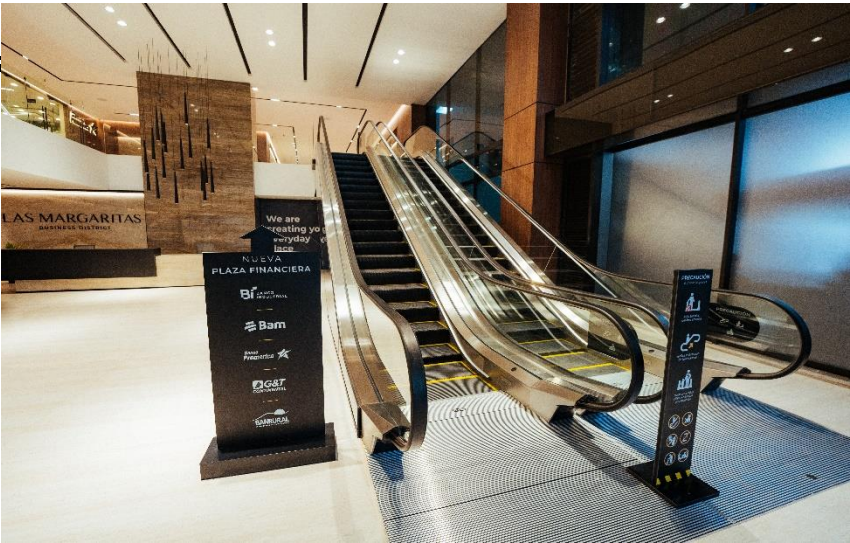


Las Margaritas Business District, el centro integral de negocios más exclusivo y prestigioso de Guatemala, inicia su proceso de transformación con la apertura de su nueva Plaza Financiera en el segundo nivel de Torre II, un espacio pensado para ofrecer comodidad, eficiencia y una experiencia bancaria de primer nivel tanto a los visitantes como a las empresas que operan dentro del mismo.

La Plaza Financiera cuenta con un área total de 877 m², que alberga a cinco de las instituciones bancarias más importantes del país: Banco G&T Continental, Banco Industrial, BAM, Promerica y Banrural. Esta integración consolida un centro financiero estratégico que responde a las necesidades del entorno empresarial actual, al centralizar los servicios bancarios en un solo lugar, optimizando tiempo y recursos para empresas, colaboradores y visitantes.

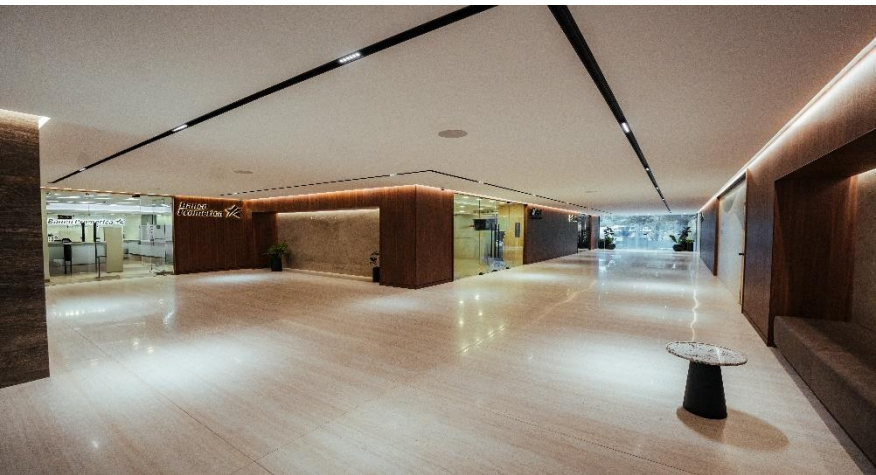
En el nuevo hub bancario, Las Margaritas ha renovado por completo el diseño de su lobby, incorporando materiales de alta gama que elevan la experiencia desde el primer contacto. Destacan los pisos de porcelanato imitación mármol en gran formato, que brindan una sensación de amplitud y lujo, así como revestimientos de muros modernos en clickwall de madera, combinando elegancia, durabilidad y sofisticación.

Como parte del proceso de modernización, el lobby y el área de elevadores han sido renovados para ofrecer una experiencia más cómoda y funcional a todos los usuarios. Se han incorporado nuevos elementos de diseño, una iluminación que resalta la arquitectura del espacio y un área de atención al cliente más práctica y elegante. Estas mejoras, junto con la instalación de gradas eléctricas y mejores accesos, buscan optimizar la circulación y reforzar la experiencia de quienes visitan o trabajan en Las Margaritas Business District.



“Con la apertura de esta nueva Plaza Financiera y la renovación de nuestras áreas comunes, reafirmamos el compromiso de Las Margaritas Business District por ofrecer a nuestros inquilinos y visitantes un entorno moderno, eficiente y de primer nivel. Las Margaritas Business District es más que un centro de negocios: es un espacio que promueve el desarrollo responsable y la excelencia en cada detalle”, expresó Ana Isabel Arévalo, Gerente de Margaritas Business District.

Con una ubicación privilegiada, Las Margaritas Business District integra un ambiente exclusivo con servicios de excelencia, siendo el aliado estratégico para las empresas más prestigiosas del país. Este proyecto refleja el compromiso de Spectrum, creando espacios que impactan positivamente la vida de las personas y las comunidades en las que opera.



CODECOF y CIG lideran diálogo regional para frenar el comercio ilícito y reforzar la seguridad fronteriza



Con el objetivo de fortalecer la cooperación regional en materia de seguridad aduanera y control fronterizo, la Comisión de Defensa del Comercio Formal (CODECOF) de Cámara de Industria de Guatemala (CIG) llevó a cabo el conversatorio “Integración Regional y Control Estratégico: Fronteras Seguras para Combatir el Comercio Ilícito y Potenciar la Competitividad”.

El evento, que forma parte de la iniciativa “Comercio Formal 360°: Diálogo y Acción”, reunió a autoridades nacionales e internacionales, expertos en inteligencia y representantes del sector privado, quienes discutieron buenas prácticas, avances tecnológicos y marcos de colaboración orientados a desarticular redes transnacionales dedicadas al contrabando y otros delitos relacionados.

Este diálogo reafirmó que el combate al comercio ilícito no puede abordarse de manera aislada. Se requiere una visión regional, cooperación sostenida y decisiones estratégicas que permitan proteger el empleo formal, atraer inversión y construir economías más resilientes.

El encuentro inició con una presentación de Juan Ruiz, consultor de Strategos, quien expuso el impacto económico y en seguridad que genera el comercio ilícito en la región. Asimismo, se desarrolló un panel de alto nivel que reunió a autoridades y especialistas como Edwin Curtidor, intendente de Aduanas de la SAT; Héctor Marroquín, Viceministro de Integración y Comercio Exterior y Juan Carlos Buitrago Arias, experto colombiano en inteligencia aduanera y seguridad.

Alfredo Pivaral, director de la junta directiva de CIG, comentó: “Desde Cámara de Industria estamos convencidos de que la única vía para garantizar una economía sostenible es la formalidad. Por eso, continuaremos propiciando estos espacios de articulación, donde la inteligencia, la tecnología y la cooperación internacional se convierten en herramientas clave para proteger nuestras fronteras y fortalecer el Estado de derecho”.

El conversatorio se enmarca en los preparativos del 10° Encuentro Latinoamericano Anti Contrabando (ALAC), un espacio regional de alto nivel que reúne a representantes de 15 países, autoridades, empresarios y expertos para abordar los desafíos del comercio ilícito en América Latina. El evento se llevará a cabo el 5 y 6 de junio de 08:00 a 21:00 horas, en el Hotel Westin Camino Real, bajo la organización conjunta de CIG y la Asociación Nacional de Empresarios de Colombia (ANDI).



Banco Industrial lanza una emocionante campaña para premiar a Tarjetahabientes Bi

Banco Industrial presenta Enciende tu Racha, una nueva campaña diseñada para premiar, mes a mes, a quienes utilizan de manera continua sus Tarjetas de Débito y Crédito Bi. Bajo la premisa de que la constancia tiene recompensas, los usuarios podrán acumular oportunidades para ganar atractivos premios a través de un sorteo, incluyendo:

cinco ganadores de medio millón de Puntos Bi, tres ganadores de un año de consumos gratis con sus tarjetas de crédito (hasta Q60,000 anuales por ganador), y un ganador de una Toyota RAV4, entre otros incentivos.

Con una mecánica simple y accesible, los clientes activan automáticamente su “racha” desde la primera compra realizada con Tarjetas Bi Visa o MasterCard en cualquier establecimiento. Para mantener activa la racha y desbloquear los premios, deberán realizar al menos cinco compras mensuales, sin monto mínimo por transacción, durante todo el periodo de vigencia de la campaña.

Además, al efectuar cinco compras adicionales que en conjunto sumen Q500 o más, podrán obtener oportunidades extra para el sorteo principal.

Es importante destacar que la racha se mide por cliente, no por tarjeta, y que el conteo inicia desde el primer mes en que se realiza una compra válida. Por lo tanto, mantener la continuidad mensual es clave para no perder los beneficios acumulados.



La promoción estará vigente del 1 de junio al 30 de septiembre de 2025. El sorteo será el 24 de octubre.

Enciende tu Racha busca motivar el uso continuo de las Tarjetas Bi, premiando la fidelidad con beneficios reales. El objetivo es convertir cada compra en una oportunidad para ganar, a través de una experiencia dinámica, accesible y gratificante.

soluciones tecnológicas para mitigar el calor



Recientemente, la región centroamericana reporta temperaturas altas afectando las rutinas y el confort en los hogares y oficinas. Según reportes del Instituto Nacional de Sismología, Vulcanología, Meteorología e Hidrología (INSIVUMEH), Guatemala vive una transición de temporada finalizando el verano para dar inicio a la época lluviosa, lo que provoca el incremento de temperaturas,

En muchos casos con índices normales de la época, sin embargo en algunas partes del país la sensación térmica está siendo un poco más alta que el promedio y pronostican que durante esta época, hasta el inicio de la canícula de julio, las temperaturas tendrán índices superiores.

Frente a este escenario de calor, cada vez más guatemaltecos consideran adquirir soluciones en sistemas de aire acondicionado que brinden de vuelta el confort necesario para realizar las actividades diarias con dispositivos eficientes y sostenibles. Sin embargo, surge una pregunta clave: ¿qué debemos considerar al elegir un aire acondicionado?

Uno de los aspectos más valorados actualmente es el ahorro energético en nuestro hogar por lo que las soluciones desarrolladas por LG Electronics toman en cuenta estos aspectos clave y lo colocan como un referente con su línea de aires acondicionados DualCool™, equipados con la innovadora tecnología Dual Inverter Compressor™, que permite un ahorro de energía de hasta un 70% lo que se transforma en un ahorro económico en la factura mensual de electricidad.

Además, en una época donde la innovación brinda mayor valor a las experiencias, muchos de los nuevos modelos de aire acondicionado cuentan con conectividad WiFi, lo que permite a los usuarios controlarlos de manera remota desde sus dispositivos móviles a través de la aplicación de LG ThinQ™.

Otro beneficio crucial es el cuidado de la salud, estos equipos tienen funciones para limpiar bacterias y mejorar significativamente la calidad del aire que respiramos. Esto es particularmente relevante en ciudades con altos índices de contaminación o zonas rurales con polvo en suspensión.



Piedrasanta impulsa la transformación educativa con la VI Cumbre Internacional de Educación 2025

¿Cómo formamos a los niños en un mundo donde la distracción digital y el exceso de información son parte del día a día? ¿Qué herramientas pueden empoderar a los docentes y padres para fomentar atención, creatividad y aprendizaje significativo? Estas son algunas de las interrogantes que se abordarán en la VI Cumbre Internacional de Educación 2025, organizada por Editorial Piedrasanta.

Del 9 al 20 de junio, docentes, directores, madres, padres de familia y profesionales de la educación de toda Iberoamérica podrán participar en este evento online gratuito, un espacio de formación diseñado para enfrentar los retos educativos actuales. La Cumbre contará con expertos internacionales de países como España, México, Argentina, Colombia, Cuba, Portugal y Guatemala, quienes compartirán conocimientos, estrategias y enfoques innovadores para transformar la educación.

El programa incluye conferencias diarias por la mañana y la tarde, con temáticas como la inclusión educativa, el desarrollo de la creatividad, el uso del cuerpo como herramienta pedagógica, la neurociencia, la fluidez

NIÑOS, HA PASADO ALGO EN EL MUNDO,
¿QUIÉN SABE ALGO?

VI Cumbre Internacional de Educación 2025

9 al 20 de junio



“Queremos ofrecer respuestas reales a los desafíos que enfrentan quienes educan. La VI Cumbre es una oportunidad para repensar la educación desde la práctica, con inspiración, evidencia científica y compromiso humano”, expresó Yara Tobar, Gerente de Editorial Piedrasanta.

Esta edición cuenta con el respaldo de reconocidas editoriales internacionales como Narcea, Patria Educación, Larousse, Panamericana, CROPS y Libresa.

Para más información, consulte:

www.eventos.piedrasanta.com

/ PBX: (502) 2422-7676 / Ventas: (502) 2422-7699



El INTECAP y el KIAT unen esfuerzos para mejorar la capacitación técnica en la industria textil guatemalteca



El Instituto Técnico de Capacitación y Productividad (INTECAP) y el Instituto Coreano para el Avance de la Tecnología (KIAT) unieron esfuerzos para impulsar la formación técnica especializada en Guatemala, gracias al establecimiento del nuevo Centro Textil TASK Guatemala a través de la firma del documento Registro de Discusiones (ROD), el cual oficializa esta cooperación y permite iniciar la ejecución del proyecto.

Este proyecto representa un paso importante para el fortalecimiento de la industria textil del país, brindando a la población nuevas oportunidades de formación técnica, empleo y desarrollo. Gracias al trabajo conjunto entre el INTECAP y KIAT, se desarrollará un espacio equipado con tecnología de última generación para capacitar a instructores, técnicos y trabajadores del sector.

El proyecto contempla tres áreas principales: la remodelación del taller textil actual de INTECAP, la adquisición de maquinaria moderna y la capacitación tanto en Guatemala como en Corea. A través de esta alianza, se formará personal altamente calificado, preparado para responder a las exigencias del mercado local e internacional.

“El sector textil en Guatemala es una de las principales fuentes de empleo y exportación. Según el informe 2023 del Programa Nacional de Competitividad (PRONACOM) y el reporte 2022 de la Oficina de Textiles de la Confección (OTEXA), la industria en el país genera más de 112 mil empleos y el 22 % de los trabajadores carecen de una formación adecuada” comentó Arnaldo Alvarado, subgerente del INTECAP.

La cooperación del gobierno coreano incluye una subvención de aproximadamente 6.3 millones de dólares, que permitirá hacer realidad este importante proyecto. Por su parte, INTECAP aportará recursos y experiencia para garantizar el éxito de la implementación.



Presentan el nuevo campus del Colegio Valle Verde Impacto Educativo en el corazón de la ciudad

Bajo el título “Impacto Educativo: Innovación en el corazón de la ciudad”, el Colegio Valle Verde Zona 15 revela con entusiasmo el diseño de su nuevo campus, una obra única concebida por la reconocida firma internacional Rosan Bosch Studio. Este proyecto marca un hito en la educación guatemalteca al fusionar en un mismo concepto un ecosistema de aprendizaje, una pedagogía centrada en el estudiante y una arquitectura visionaria que transformará la experiencia educativa.

Más que un conjunto de espacios, este campus ha sido diseñado como una extensión auténtica de la filosofía del colegio: formar líderes emprendedores con valores, capaces de impactar su entorno con integridad, empatía y propósito. Cada área está pensada para potenciar el pensamiento crítico, la creatividad, la autonomía, la inteligencia emocional y el liderazgo

Este nuevo campus no redefine nuestra metodología, la eleva. Es una respuesta intencional al tipo de educación en el que creemos y vivimos día a día”, expresa la directora general Académica, Priscilla Bianchi Azurdía. Aquí, el entorno no dicta cómo se aprende: potencia lo que ya sucede de forma natural. El nuevo campus fue diseñado con un principio fundamental: el alumno en el centro del aprendizaje. No como concepto abstracto, sino como realidad viva.”

Inspirado en los colores, formas, naturaleza y cultura de Guatemala, el diseño combina lo local con lo global para crear un entorno único y estimulante. Con la experiencia y relevancia internacional de Rosan Bosch, este proyecto posiciona al Colegio Valle Verde Zona 15 como un referente de innovación educativa en Guatemala, Latinoamérica y el mundo.



Colegio Valle Verde Zona 15 presenta el diseño de su nuevo campus: una integración de pedagogía innovadora, arquitectura visionaria y espíritu guatemalteco, creado por Rosan Bosch Studio, firma danesa especializada en diseñar instituciones educativas y reconocida a nivel mundial.



Navi Tour El Viaje que Transformó la Forma de Rodar en Guatemala



Hace ocho años, con la llegada de la Honda Navi a Guatemala, se marcó un hito en el mundo de las motocicletas. Con un diseño único, compacto y lleno de personalidad, este modelo capturó la atención de una nueva generación de conductores alegres y dinámicos, quienes encontraron una forma práctica, divertida y accesible de moverse por el país.

La Honda Navi nació como un innovador ejercicio de diseño con una propuesta única: fusionar la comodidad y facilidad de manejo de un scooter con el carácter y postura de una motocicleta. El resultado fue un modelo tipo crossover, ideal para el entorno urbano, que no se parece a nada en el mercado y que, desde su lanzamiento, se convirtió en símbolo de estilo y libertad sobre dos ruedas.

“La Navi forma parte de los 500 millones de motocicletas producidas a nivel global por Honda. Este logro no solo refleja el liderazgo de la marca en el mundo, sino que también refuerza su propósito de brindar movilidad a millones de personas. Este hito nos impulsa a seguir avanzando con entusiasmo, responsabilidad y orgullo”, expresó Carlos Pullin, gerente general de Honda Motos

Navi Tour: una experiencia sobre ruedas

Inspirados por el entusiasmo de la comunidad Navi, Honda Guatemala lanzó el Navi Tour, una actividad creada especialmente para que los propietarios pudieran vivir una experiencia inolvidable. Este tour reúne a conductores de todo el país en un recorrido lleno de camaradería, actividades recreativas, consejos de seguridad vial y momentos para compartir en comunidad.

Por lo que este año, el Navi Tour, se llevó a cabo en el Parque de la Industria, un evento lleno de alegrías y una experiencia única donde Honda Motos llevó a los asistentes y amantes de las dos ruedas a recorrer los 60's y 70's, dos décadas icónicas con estilo, música y muchas sorpresas.

Este evento reflejó el espíritu con el que fue concebida esta motocicleta: unir a las personas, fomentar la conducción responsable y, sobre todo, disfrutar el camino con estilo.



Menstruación sin tabú: una necesidad urgente en nuestra sociedad

A pesar de que estamos en el siglo 21, los mitos y tabús entorno a la menstruación y el acceso limitado a productos higiénicos femeninos, afecta las oportunidades educativas, la salud y el estatus social de las mujeres y adolescentes en todo el mundo, impidiendo que alcancen su máximo potencial.

Hoy, en el marco de la conmemoración del Día Internacional de la Higiene Menstrual, Kotex la marca de cuidado femenino de Kimberly-Clark insta a la sociedad a promover la educación y cambiar percepciones negativas sobre la menstruación. También, a promover conversaciones que ayuden a reducir las barreras que existen hoy en día y así fomentar la salud menstrual.

De acuerdo con un estudio realizado por la aplicación Clue, en alianza con la Coalición Internacional de la Salud de la Mujer (IWHC) -y dada conocer por la BBC-, el 78% de las personas usan eufemismos para referirse a la menstruación debido a la vergüenza que sienten al referirse a este tema, siendo este porcentaje menor en Latinoamérica más de un 50%.

Según comentó la doctora Ana María Gutiérrez, especialista en ginecología, todavía persisten muchas creencias falsas sobre algo tan natural como lo es la menstruación. Por ejemplo, es falso afirmar que a las mujeres se les imposibilite realizar ejercicio cuando tienen el periodo, al contrario, el deporte ayuda a desinflamar y brinda una sensación de bienestar.

La salud e higiene menstrual se relación entre sí

La salud menstrual está estrechamente ligada a la salud hormonal, metabólica y emocional. “Los ciclos regulares e indoloros suelen indicar un buen estado hormonal, mientras que las irregularidades pueden señalar problemas de salud. La higiene menstrual también es parte de la salud al prevenir infecciones”, enfatizó la especialista.

la higiene menstrual se refiere a las prácticas seguras y limpias durante la menstruación, esta incluye desde la elección adecuada del producto, entre ellos, toallas femeninas, tampones, protectores diarios y su cambio regular de acuerdo con el flujo vaginal de cada mujer.



Más de un siglo derribando mitos y empoderando a las mujeres

Desde hace más de 100 años, Kotex® promueve el progreso femenino, y su propósito es que el periodo nunca se interponga en él. Para llevar adelante esta tarea, trabaja por medio de alianzas con ONG de alcance internacional.

En 2024, Plan International y Kotex® en Latinoamérica impactaron de manera positiva a más de 2 millones de personas a través de campañas de educación y sensibilización sobre hábitos de higiene relacionados con la menstruación en Guatemala, Perú, Colombia y Brasil. También, se entregaron alrededor de 12 mil kits de higiene menstrual para adolescentes y sus familias con toallas sanitarias, sanitizante de manos, jabón, papel higiénico, entre otros.

Convención Internacional Impulsa La Innovación Del Sector De Alimentos Y Bebidas



La Cámara Guatemalteca de Alimentos y Bebidas (CGAB) anuncio los detalles de la 3.ª Edición de la Convención Internacional de la Industria de Alimentos y Bebidas, que se llevará a cabo el **18 y 19 de junio en el Hotel Westin Camino Real, Ciudad de Guatemala.**

El encuentro situará la innovación como eje articulador de negocios y de un programa académico que incluye más de 21 conferencias magistrales, talleres y charlas a cargo de 26 expertos de América Latina. Todos ellos presentarán, en igualdad de importancia, los seis pilares estratégicos de la industria de alimentos y bebidas:

- Geeconomía y cadena de valor
- Regulaciones y política pública
- Marketing y transformación digital
- Sostenibilidad y medio ambiente
- Innovación y tecnologías emergentes
- Tendencias de consumo

Además, se desarrollarán cuatro conversatorios que profundizarán en los grandes retos del sector: El costo oculto: contrabando y extorsión en la industria de AyB, Regulaciones críticas: normas y regulaciones para un futuro competitivo, Sostenibilidad en acción: agua, residuos y cambio climático, Insight del consumidor: anticipando al Consumidor 4.0, y otros oradores con experiencia y conocimiento del sector de alimentos y bebidas.

matchmaking en el que expositores y compradores agendarán reuniones estratégicas en tiempo real. Paralelamente, se llevará a cabo la FOOD FUSION FAIR, un área dinámica donde más de 100 marcas y 60 empresas líderes del sector exhibirán sus productos y servicios más innovadores, destacando aquellas más representativas de Centroamérica por su calidad, cumplimiento de estándares y preferencia del consumidor regional, esta zona podrá visitarse el 18 y 19 de junio en horario de 09:00 a 18:00h.

Todos los estudiantes universitarios podrán ingresar de forma gratuita al piso de exhibición el 19 de junio, presentando únicamente su carné, es una invitación especial para conocer de cerca las últimas tendencias del sector.



Fundación Bi impulsa a jóvenes guatemaltecos con becas universitarias

Con el objetivo de promover el desarrollo del país a través de la educación, Fundación Bi otorgó becas completas a 13 estudiantes seleccionados por la Universidad Francisco Marroquín (UFM) como parte del programa Impulso al Talento Académico (ITA). Desde 1996, este programa identifica a jóvenes con alto rendimiento académico, gran motivación y recursos económicos limitados para apoyar su formación universitaria.

Gracias al respaldo de Fundación Bi, estos jóvenes iniciarán sus estudios en carreras como: Economía, Administración de Empresas, Contaduría Pública y Auditoría, y Computer Science, dentro de la UFM. Su ingreso a una de las universidades más exigentes del país representa un paso importante en su desarrollo profesional y personal, así como una inversión en la formación de futuros profesionales que impactarán positivamente en la economía guatemalteca.

El programa de becas busca identificar a estudiantes excepcionalmente talentosos y motivados, provenientes de contextos socioeconómicos limitados, con el objetivo de brindarles acceso a una educación universitaria de alto nivel en una institución reconocida dentro del top 50 de América Latina y el Caribe, según el ranking QS.

En esta edición, el proceso de selección se realizó con la misma rigurosidad que lo caracteriza, evaluando tanto el desempeño académico como el perfil personal de cada candidato, para garantizar que el apoyo llegue a quienes más lo necesitan



El resultado: una oportunidad única de estudiar en una de las mejores universidades del país, sin preocuparse por los costos de matrícula, mensualidades, hospedaje o seguro médico. Además, los becados recibirán un estipendio destinado a cubrir transporte, libros y algunos gastos personales.

Una beca tan completa y generosa naturalmente despierta una alta demanda. Por ello, las 13 becas otorgadas por Fundación Bi representan mucho más que un apoyo económico: simbolizan 13 nuevas oportunidades para que jóvenes guatemaltecos alcancen sus metas y transformen sus vidas. El financiamiento es uno de los motores clave que hacen posible programas como este, y cada inversión en educación es una inversión en el futuro del país.

María José Paiz, Gerente General de Fundación Bi, expresó: “En Fundación Bi creemos que innovar es abrir oportunidades para quienes están listos para transformar su realidad. A través del eje Innovar, impulsamos la educación como motor de cambio en Guatemala. Esta beca es una muestra de confianza en su esfuerzo y también un compromiso con el futuro de sus comunidades y del país”.



Neurorun 15 Años de correr por un Futuro de Inclusión y Solidaridad en Guatemala



**Sistema Coca-Cola
aporta más de
Q14,877 millones a
la economía
guatemalteca”**

**CIG y la GRELAC
realizan VI Foro
Guatemalteco de la
Leche y Productos
Lácteos**



Sistema Coca-Cola aporta más de Q14,877 millones a la economía guatemalteca

- De acuerdo con la consultora Steward Redqueen este aporte representó el 1.9% al Producto Interno Bruto del 2023.
- Sistema Coca-Cola compró más de Q1,871 millones en bienes y servicios, atiende a más de 130 mil clientes a nivel nacional y emplea directa e indirectamente a más de 141 mil personas.

Hace 97 años que se embotelló la primera Coca-Cola en el país y desde ese momento el Sistema Coca-Cola ha contribuido con el dinamismo de la economía nacional, según el más reciente Reporte de Huella Socioeconómica del Sistema Coca-Cola en Guatemala realizado por la consultora internacional Steward Redqueen.

Dicho estudio concluye que el Sistema Coca-Cola, conformado por Coca-Cola Guatemala y sus socios embotelladores: Alimentos y Bebidas Atlántida, S.A., Embotelladora Central, S.A. y Comercializadora y Productora de Bebidas Los Volcanes, S.A., contribuyeron con más de Q14,877 millones a la economía guatemalteca, lo que representó un 1.9% del Producto Interno Bruto (PIB) en el año 2023.

Este aporte es producto de la extensa cadena de proveedores de bienes y servicios del Sistema Coca-Cola, tanto de materias primas previo a la elaboración del portafolio de bebidas, así como de aquellos que están en la cadena de valor posterior a la elaboración de sus bebidas.

Derivado de ello y de acuerdo con el estudio elaborado en el 2023 por Steward Redqueen, el Sistema Coca-Cola generó más de 141 mil empleos, de los cuales 3,247 son fuentes de empleo directa y 138,500 representan el impacto de empleo indirecto. Esto significa que, por cada empleo directo se generan 43 puestos indirectos que se relacionan con alguna actividad dentro de la cadena de valor del Sistema Coca-Cola.



Gabriela Arias, gerente Legal y de Asuntos Corporativos del Sistema de Embotelladores Coca-Cola en Guatemala expresó, “Mantenemos un fuerte compromiso con la generación de empleo local; realizando inversiones que refuerzan la competitividad, ampliación de capacidades de producción y distribución, inclusión de tecnología, sostenibilidad y cercanía con las comunidades guatemaltecas”.

El Sistema Coca-Cola en Guatemala atiende a más de 130 mil clientes en todo el país, los cuales representan esa fuerza motora para que sus bebidas lleguen a las manos de sus consumidores para seguir refrescando al mundo y haciendo la diferencia por el país que queremos.

Santa Cruz Verapaz el primer Municipio Digital de Alta Verapaz gracias a la alianza entre Bam y Funsepa

Con el firme compromiso de transformar la educación en Guatemala, el Ministerio de Educación, la Municipalidad de Santa Cruz Verapaz, Bam y Funsepa celebran la inauguración del Municipio Digital Santa Cruz Verapaz, el primero de su tipo en el departamento de Alta Verapaz. Esta iniciativa es el resultado de una alianza estratégica que, desde junio de 2023, ha trabajado para equipar a las escuelas del sector público con herramientas tecnológicas y capacitar a los docentes en el uso de la tecnología como una poderosa herramienta pedagógica.

Desde el inicio de esta alianza, el impacto ha sido tangible. En total, 32 centros educativos (26 escuelas primarias, 6 institutos básicos y 1 instituto diversificado) han sido equipados con 475 dispositivos tecnológicos, beneficiando directamente a 5,824 niños y niñas y a 257 docentes del municipio.

Además de transformar las aulas de los centros educativos, la alianza Bam-Funsepa permitió la creación de un Centro Comunitario Tecnológico (CCT), que garantizará el acceso a tecnología y recursos educativos digitales para la comunidad en general. Este espacio, desarrollado en alianza con el gobierno local, representa una oportunidad única para seguir fomentando el aprendizaje digital y la inclusión tecnológica en la región.

Todos los maestros del sector público de este municipio fueron parte de un proceso de capacitación: 35 de ellos participaron en el programa de autoformación docente Na'at, y 222 en el programa de Tecnología Nivel Inicial. Esto ha sido clave para garantizar que la tecnología se convierta en un recurso real de aprendizaje en las aulas, permitiendo a los educadores adquirir conocimientos en capacidades digitales, metodologías innovadoras de enseñanza y buenas prácticas pedagógicas.



“En Bam sabemos que la infancia de nuestros niños define nuestro destino y que son parte primordial en la construcción de una sociedad más sostenible. Al invertir en su educación y bienestar, aportamos directamente al desarrollo e impulsamos sus capacidades al máximo. Construir mejores oportunidades para ellos es lo que nos inspira a continuar haciendo una realidad nuestro propósito”, expresó Carlos Prado, gerente de marca de Bam.

Con esta inauguración, Santa Cruz Verapaz se suma a la red de municipios digitales impulsados por Funsepa y sus aliados estratégicos, reafirmando el compromiso con una educación innovadora, accesible y de calidad para todos los niños y jóvenes del país.

Combustibles y libertad de elección: lo que todo conductor debería saber



La movilidad es parte esencial de la vida de millones de guatemaltecos. Ya sea para trabajar, estudiar o movilizarse diariamente, el tipo de combustible que utilizan sus vehículos tiene un impacto directo en su economía, en el cuidado del motor y en su libertad de decidir.

En este contexto, la Asociación de Importadores de Motocicletas (ASIM) comparte información relevante sobre los cambios que podrían surgir en el uso de combustibles y por qué es importante que cada ciudadano tenga la posibilidad de elegir lo que mejor se adapta a sus necesidades.

El etanol es un compuesto que se mezcla con la gasolina y que ha sido promovido en distintos países como una opción para diversificar la matriz energética. Sin embargo, su implementación debe considerar aspectos técnicos, económicos y mecánicos que influyen directamente en los usuarios, especialmente quienes utilizan motocicletas.

“Más que estar a favor o en contra del etanol, lo que buscamos es que las decisiones se tomen de manera informada, considerando las particularidades de nuestro parque vehicular. No todos los motores están preparados para mezclas elevadas de etanol, y eso puede afectar su rendimiento y durabilidad”, explica el ingeniero Obed Marroquín, experto en etanol y energías renovables para ASIM.

ASIM reconoce el valor de explorar nuevas alternativas energéticas. No obstante, también se destaca la importancia de que los usuarios puedan elegir libremente qué tipo de combustible utilizar. Por ello, se proponen tres ideas clave para considerar:

1. La libertad de elegir es parte del consumo responsable: Cada vehículo tiene especificaciones distintas, y cada conductor conoce lo que mejor funciona para su motor. Contar con opciones permite adaptar el consumo a las necesidades técnicas y presupuestarias de cada persona.
2. Las transiciones energéticas deben ser graduales y acompañadas: En países donde el etanol se ha adoptado con éxito, esto ha ocurrido luego de años de preparación técnica, campañas informativas y ajustes en los modelos de vehículos. Hacerlo de forma acelerada puede generar efectos no deseados.
3. La inclusión de todos los sectores fortalece las decisiones: Espacios de diálogo con quienes conocen de cerca las necesidades de los conductores como ASIM y otras organizaciones permiten construir propuestas más equilibradas y sostenibles.

“La convivencia entre diferentes tipos de combustibles puede ser parte de la solución. Si el etanol ofrece ventajas reales, el mismo mercado lo adoptará. Pero es importante que nadie se vea obligado a hacer un cambio que no le conviene o que su vehículo no puede soportar”, señala Marroquín.

CIG y la GRELAC realizan VI Foro Guatemalteco de la Leche y Productos Lácteos

Cámara de Industria de Guatemala (CIG) y la Gremial de Lácteos y Derivados (GRELAC) celebran hoy el VI Foro Guatemalteco de la Leche y Productos Lácteos, un espacio clave para fomentar el diálogo e intercambio entre los sectores público, privado y académico. Este evento busca promover el consumo de leche y productos lácteos, fortalecer la competitividad de la cadena láctea nacional y contribuir al fortalecimiento de la nutrición, el empleo rural y la sostenibilidad del país.

El evento se realiza en el Hotel Westin Camino Real, de 8:00 a 17:30 horas. Su agenda abarca temas estratégicos como mitos y verdades sobre el consumo de la leche, importancia de la leche durante el embarazo y primera infancia, hábitos de consumo en los hogares guatemaltecos, perspectivas globales del mercado lácteo, tendencias del consumidor lácteo y no lácteo, el poder de la leche para la nutrición deportiva, sostenibilidad de la cadena láctea, entre otros temas de interés para el sector.

El foro cuenta con la participación de conferencistas locales e internacionales, expertos en nutrición, directores de empresas y representantes de entidades vinculadas a la industria de lácteos y derivados, entre ellas: el Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo de México, Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación, Organismo Internacional Regional de Sanidad Agropecuaria (OIRSA), Consejo de Exportación de Lácteos de Estados Unidos (USDEC), Centro Guatemalteco de Producción más Limpia, Asociación para el Desarrollo Lácteo, Intecap, entre otras instituciones académicas, gubernamentales y técnicas nacionales e internacionales.



“La industria láctea es un motor de desarrollo económico y social para Guatemala, con un impacto directo en la nutrición, el empleo y la sostenibilidad. Este foro refleja nuestro compromiso de unir esfuerzos para potenciar un sector que alimenta a la población y que impulsa el progreso del país”, manifestó por su parte José González, director de Junta Directiva de Cámara de Industria de Guatemala.

En Guatemala, la industria láctea experimentó un crecimiento anual compuesto del 4.4% en el consumo nacional de sus productos entre el 2014 y el 2020, según datos del Programa Nacional de Competitividad (PRONACOM). Además, genera más de 25,000 empleos, consolidándose como un pilar para el desarrollo rural y la seguridad alimentaria.

Neurorun 2025 Celebra 15 Años de correr por un Futuro de Inclusión y Solidaridad en Guatemala

El evento solidario busca recaudar fondos para fortalecer la educación especial y terapias virtuales para personas con discapacidad intelectual y autismo en todo el país.

El Instituto Neurológico de Guatemala (ING) invita a todos los guatemaltecos a sumarse a la 15.ª edición de la Carrera GNC Neurorun, un evento deportivo con causa que se ha consolidado como un símbolo de unión, esperanza e inclusión. Este año, la cita será el domingo 3 de agosto a las 7:00 a.m., con salida frente a la 12 calle, y tres recorridos disponibles: 5, 10 y 15 kilómetros.

Carrera con impacto real

Gracias a los fondos recaudados, el ING podrá ejecutar jornadas de evaluación y diagnóstico a nivel nacional, lanzar y mantener la plataforma PADI con contenidos actualizados y soporte técnico, formar a padres y tutores en el uso de recursos digitales, y crear espacios comunitarios de acompañamiento emocional. Todo esto permitirá descentralizar los servicios y atender a más familias en condiciones de vulnerabilidad.

Desde el 2010, la carrera ha recaudado más de Q2.9 millones, beneficiado a más de 530 alumnos diariamente y financiado más de 17,500 horas anuales de atención especializada. También ha permitido la remodelación de espacios físicos y la constante capacitación del personal docente del Instituto.



Una celebración para toda la familia

Este año, la Neurorun introduce una nueva ruta de 15 kilómetros como parte de la conmemoración, que llegará hasta la Plaza Nicaragua, en el Boulevard de las Américas. Los corredores podrán elegir entre los tres recorridos, y se espera la participación de 4,000 personas oficialmente inscritas y más de 6,500 asistentes.

La inscripción tiene un costo de Q135.00 e incluye camiseta oficial, número de corredor, chip de cronometraje, bolsa con regalos y una medalla conmemorativa. Las entradas están disponibles en tiendas GNC y en las instalaciones del Instituto Neurológico de Guatemala (ING).

Celebra el Día del Padre con un viaje al Mundial de Clubes en Miami

Ciudad Cayalá se convierte en el epicentro de una celebración inolvidable para homenajear a los padres guatemaltecos. Bajo el concepto “Un Papá Mundial”, Cayalá presenta una dinámica emocionante y original, en la que un papá y un acompañante podrán ganar un viaje todo pagado para vivir la experiencia del Mundial de Clubes en Miami y asistir a uno de los partidos de los octavos de final.

La iniciativa tiene como objetivo fortalecer los lazos familiares a través de experiencias memorables y destacar a los padres como verdaderos protagonistas en una fecha tan significativa. La participación está abierta a quienes presenten facturas mayores a Q800.00 hasta el 18 de junio en los comercios de Ciudad Cayalá y las ingresen en www.cayala.com, así como a quienes participen en dinámicas presenciales llenas de fútbol, retos y diversión.

Actividades para toda la familia

El 31 de mayo y 1 de junio, y el 7 y 8 de junio, el lobby frente a Cinépolis se transformará en una zona interactiva donde los visitantes podrán poner a prueba su pasión futbolera en trivias, juegos de adivinanzas, desafíos de técnicas y partidos virtuales en PS5. Las actividades estarán disponibles de 3:00 p.m. a 7:00 p.m., en un ambiente diseñado para el entretenimiento familiar.



El momento culminante será el 22 de junio, cuando se lleve a cabo la premiación en el Beer Garden, ubicado en el Jardín del Gigante. Será un evento cargado de emoción, música, gastronomía y espíritu deportivo, donde las familias podrán celebrar el Día del Padre como nunca antes.

Requisitos de participación

Los interesados en participar deberán contar con **VISA Americana** con un tiempo de vigencia de al menos un año, ya que el premio incluye un viaje internacional. Todos los detalles y bases de la dinámica están disponibles en www.cayala.com.



Yale inaugura su primer kiosco con tecnología inteligente en Oakland Place



Guatemala inicia los preparativos para la feria de agronegocios más importante de la región

INAB realiza tercer pago de incentivos forestales



Guatemala inicia los preparativos para la feria de agronegocios más importante de la región

Preparar la oferta exportable, invitar a productores nacionales y regionales, convocar a compradores internacionales y coordinar con los proveedores de la cadena de valor, son algunas de las acciones que el sector agrícola de AGEXPORT ha iniciado para que AGRITRADE Expo & Conference 2026 sea todo un éxito.

La 22ª edición de la feria de agronegocios más importante de la región se realizará del 18 al 20 de marzo del próximo año, en Antigua Guatemala. En el 2024, el sector agroexportador alcanzó más de US\$ 5 mil millones con productos como banano, café y cardamomo posicionados en mercados como Estados Unidos, Canadá y Europa.

A 10 meses de realizarse la nueva edición de AGRITRADE Expo & Conference, el Comité Organizador dio el banderazo de salida, para la realización del evento más relevante del sector agrícola en Centroamérica, el cual se llevará a cabo del 18 al 20 de marzo de 2026 en Santo Domingo del Cerro, Antigua Guatemala.

AGRITRADE contará con cuatro áreas de exhibición y más de 170 stands, en los que 130 empresas expositoras presentarán una oferta exportable diversa que incluye vegetales, frutas, flores de corte, follajes, plantas ornamentales, café tostado, molido y en grano, cacao, miel, así como insumos y servicios especializados para el sector agrícola.

Uno de los segmentos más destacados será la cuarta edición de Coffee Trade, un espacio dedicado al café tostado y molido que atraerá a compradores especializados y desarrollará actividades para el posicionamiento de este producto.



AGRITRADE enfocará sus esfuerzos en la atracción de 150 compradores internacionales, con especial énfasis en mercados estratégicos como Canadá, Estados Unidos y Europa. Esta estrategia responde a las oportunidades identificadas por la Unidad de Inteligencia de Mercados de AGEXPORT, que en 2024 reportó exportaciones guatemaltecas por US\$ 5,068 millones y más de 6,325 millones de kilogramos de productos agrícolas.

Como parte de las novedades, se entregará el Reconocimiento a la Innovación Agrícola 2026, un galardón que busca destacar los esfuerzos de las empresas guatemaltecas en la transformación y mejora de sus procesos productivos. La convocatoria estará abierta a todo el sector agrícola.

Cámara de Construcción y Municipalidad abordan Visión Metropolitana 2025-2026

La Cámara Guatemalteca de la Construcción (CGC) celebra su 4ta Reunión Mensual del año, con la participación especial del alcalde de la Ciudad de Guatemala, Ricardo Quiñónez, quien presenta el Programa de Desarrollo Metropolitano 2025–2026.

El encuentro reúne a los principales actores del sector construcción para conocer de primera mano la visión estratégica de la Municipalidad de Guatemala sobre los proyectos de infraestructura, el estatus actual de las obras y las oportunidades de inversión que definirán el desarrollo urbano de la capital del país en los próximos años.

“Esta reunión provee una oportunidad importante de diálogo entre el sector público y privado, donde conocemos de primera mano los planes de desarrollo que impactan directamente en nuestra industria y en el crecimiento sostenible de la ciudad”, expresó Luis Castellanos, presidente de la Cámara Guatemalteca de la Construcción.

La presentación del alcalde Quiñónez permite generar análisis sobre los principales retos urbanos de la capital, identificando áreas clave donde el sector construcción puede aportar soluciones técnicas especializadas. Su intervención establece un puente entre la planificación municipal y la ejecución del sector privado, facilitando al gremio la posibilidad de alinear esfuerzos, anticipar inversiones y tomar decisiones informadas que respondan de manera efectiva a las demandas del crecimiento metropolitano.



La Cámara Guatemalteca de la Industria de la Construcción, como entidad que lidera y representa a la industria de la construcción en Guatemala, reconoce la capacidad del sector para dinamizar la economía y transformar las comunidades. La industria de la construcción es la base para el crecimiento de todos los sectores productivos: no existe desarrollo económico sin infraestructura. Todo lo que crece, construye, y todo lo que se construye, transforma. Por ello, la Cámara mantiene una participación activa en espacios de diálogo público-privado que contribuyen a trazar el rumbo del desarrollo nacional.

Yale inaugura su primer kiosk con tecnología inteligente en Guatemala, en Oakland Place

La reconocida marca de soluciones de seguridad Yale inauguró en Guatemala su primer kiosk interactivo, una isla tecnológica que permite al consumidor conocer, probar y adquirir desde cerraduras digitales hasta cajas fuertes y candados inteligentes.

Yale, parte del grupo sueco ASSA ABLOY, líder global en soluciones de apertura y seguridad, inauguró en Guatemala su primer kiosk con enfoque tecnológico e interactivo. Ubicado en Oakland Place, zona 10, este innovador punto de venta tipo isla representa un nuevo concepto de atención directa al consumidor en el país.

Con esta apertura, Guatemala se suma a la red de países en Latinoamérica donde Yale refuerza su presencia con experiencias de marca modernas, seguras y adaptadas a las nuevas necesidades del consumidor. El kiosk ofrece una amplia gama de productos de alta tecnología como cerraduras digitales con apertura por huella, código o tarjeta, cerraduras electromecánicas, cajas fuertes, candados y accesorios diseñados para hogares y negocios inteligentes.

“Estamos orgullosos de presentar este nuevo formato en Guatemala, un mercado clave para Yale en la región. Este kiosk es el primero de su tipo en el país y busca acercar nuestras soluciones tecnológicas al consumidor de una manera más accesible, directa e innovadora”, expresó Julián Carrascal, director gerente de Marketing para Yale Latinoamérica.



La experiencia en el kiosk no solo se limita a exhibir productos, sino que brinda asesoría personalizada, demostraciones en tiempo real y una interacción directa con los sistemas inteligentes de seguridad que Yale ofrece para viviendas, oficinas y pequeños comercios.

Yale forma parte de ASSA ABLOY, grupo sueco con presencia en más de 70 países, con alrededor de 61,000 colaboradores en el mundo y ventas anuales superiores a los US\$13.3 mil millones. Dentro de su portafolio global destacan marcas como Phillips, Control ID y Olimpia, además de Yale, que suma más de 180 años de historia en soluciones de seguridad.

Con esta nueva apertura, Yale reafirma su compromiso con la innovación, la cercanía al consumidor y el fortalecimiento de su presencia en Guatemala y Centroamérica.

INAB realiza tercer pago de incentivos forestales

El Estado de Guatemala, a través del Instituto Nacional de Bosques (INAB) y el Ministerio de Finanzas Públicas continúan realizando los desembolsos correspondientes a los programas de Incentivos Forestales PINPEP y PROBOSQUE. Mediante los cuales, en el mes de mayo, se logró incentivar 5,170 proyectos, equivalentes a 35,160.50 hectáreas, fortaleciendo el establecimiento, mantenimiento y manejo sostenible de los bosques, inyectando a la economía local más de 70 millones de quetzales, beneficiando a 6,117 familias.

Lo anterior cumpliendo con el Decreto Legislativo 51-2010 Ley de Incentivos para Poseedores de Pequeñas Extensiones de Tierra de Vocación Forestal o Agroforestal PINPEP y con el Decreto Legislativo 2-2015 Ley de Fomento al Establecimiento, Recuperación, Restauración, Manejo, Producción y Protección de Bosques en Guatemala PROBOSQUE.

Es importante resaltar que en el mes de mayo 2,804 proyectos han sido incentivados en municipios con Vulnerabilidad en la Seguridad Alimentaria y Nutricional, generando así también 686,297 jornales laborales, equivalentes a 2,542 empleos en el área rural.

Con los pagos realizados a través de PROBOSQUE y PINPEP, se han favorecido principalmente a poseedores y/o propietarios individuales, municipalidades y empresas forestales. Resaltando los que se enfocan en el establecimiento y mantenimiento de plantaciones forestales, sistemas agroforestales y el manejo de bosque natural con fines de producción y protección, así como proyectos que colaboran con la política de seguridad alimentaria y reducen el índice de deforestación a nivel nacional



“El pago de incentivos forestales, además de favorecer a la preservación de nuestros bosques para la sostenibilidad ambiental, fortalece las economías locales y contribuye a la seguridad alimentaria de familias vulnerables que participan de estos programas. Con ellos, evitamos la deforestación de más de 31 mil hectáreas de bosque natural bajo manejo de protección y producción.” indicó el Ing. Bruno Arias, gerente del INAB.

Del total de proyectos pagados, el 55% pertenecen a propietarios hombres, el 36% a mujeres y el 9% a proyectos colectivos. Con 3,561 proyectos incentivados en municipios con pobreza y pobreza extrema.

Cáncer antes de los 40 años: dudas durante y después del tratamiento

A nivel mundial, aproximadamente 1.3 millones de personas de entre 15 y 39 años fueron diagnosticadas con cáncer en 2022, según las estadísticas más recientes disponibles, de acuerdo con la Agencia Internacional de Investigaciones sobre el Cáncer. Los tipos más comunes en este grupo de edad fueron el cáncer de mama, de tiroides, de cuello uterino, testicular, de ovario, cánceres de la sangre (leucemias y linfomas) y colorrectal,

Los avances en los tratamientos contra el cáncer han hecho que muchos de los tipos más comunes entre los jóvenes sean altamente tratables y, a menudo, curables, afirma la experta. Aunque el control a largo plazo de la enfermedad o la curación sean el objetivo, completar el tratamiento no significa necesariamente que la experiencia de una persona joven con el cáncer haya terminado.

Además de ser un período de transición de la atención médica pediátrica a la atención médica adulta, el final de la adolescencia y la adultez temprana suelen ser épocas de grandes cambios vitales, lo que añade más desafíos a los ya existentes por el cáncer.

Los pacientes en el final de la adolescencia, en sus veintes y treintas, suelen tener dudas sobre estos tres temas durante y después del tratamiento del cáncer:

Comportamientos de bienestar y ejercicios físicos. "Existen directrices y recomendaciones sobre elecciones de estilo de vida, incluido el ejercicio físico, pero es algo un poco difícil de encontrar y de seguir de forma constante por cuenta propia".



Seguir de forma constante por cuenta propia". Conexión con otros jóvenes y adolescentes con cáncer y apoyo adicional para hacerles saber que no están solos "Cuando sus compañeros siguen adelante, es importante que no se sientan abandonados".

Salud sexual y relaciones. "Es un tema complicado de manejar para muchas personas" indica. "Puede ser incómodo preguntarlo al respecto. Es difícil hablarlo con sus compañeros. Estamos dedicando muchos esfuerzos a ver qué podemos hacer, de forma proactiva, para apoyarles lo mejor posible". La fertilidad puede verse afectada por el cáncer y su tratamiento, por lo que hablar sobre la preservación de la fertilidad se vuelve especialmente importante.

Científicos chinos crean lentes de contacto que permiten ver en la oscuridad y con los ojos cerrados

Un nuevo avance dentro de la ciencia y la tecnología ha visto la luz recientemente. Se trata de unos lentes que te permiten ver sin necesidad de que tengas los ojos abiertos. Este novedoso invento ya ha sido probado en ratones y humanos de forma exitosa.

Estas lentes han sido diseñadas por un equipo de neurocientíficos y científicos especializados en materiales de China y de la Universidad de Massachussets. Dichas lentes no requieren una fuente de energía para funcionar, además de que permiten a quien las porte recibir múltiples longitudes de onda infrarroja al mismo tiempo.

La forma en la que estas lentes funcionan es convirtiendo la luz infrarroja en luz visible. Estas son diferentes de los lentes de visión nocturna infrarroja, pues el nuevo invento son lentillas de contacto.

Estas son transparentes, lo que permite que sus usuarios puedan ver tanto la luz infrarroja como la visible. Pero, la visión infrarroja mejoró mucho cuando los participantes del estudio cerraron los ojos.

La forma en la que funcionan estas lentes es la siguiente: utilizan nanopartículas que absorben la luz infrarroja, para convertirla en longitudes de onda visibles para el ojo de los mamíferos. Asimismo, las nanopartículas permiten la detección de luz infrarroja cercana (800 a 1600 nanómetros). La cual está justo por debajo de la luz visible roja que los humanos ya pueden ver.

el mismo equipo ya había demostrado que estas partículas permiten la visión infrarroja en ratones cuando se inyectan en la retina. Pero lo que ellos buscaban era una opción menos invasiva, con los mismos resultados.



para crear estas lentes, combinaron las nanopartículas con polímeros flexibles y no tóxicos, que suelen utilizarse en las lentes blandas de contacto estándar. Después de que se hubo comprobado que no son tóxicas, procedieron a comprobar su función, tanto en humanos como en ratones.

Cuando colocaron las lentes en los ratones descubrieron que se comportaban como si pudieran ver longitudes de onda infrarrojas. Ejemplo de ello es cuando, al momento de elegir entre una caja oscura y una iluminada con infrarrojos, y los ratones con las lentes optaron por las cajas oscuras.

. En humanos, las lentes permitieron a los participantes detectar con precisión las señales parpadeantes similares al código morse, así como percibir la dirección de la luz infrarroja entrante. "Es totalmente evidente: sin las lentes de contacto, el sujeto no puede ver nada, pero al ponérselas, puede ver claramente el parpadeo de la luz infrarroja.



31 de mayo Día Mundial sin Tabaco



Te desvelas los efectos negativos que trae a tu salud

FUNDEA rinde homenaje a las madres que impulsan el desarrollo rural en Guatemala



FUNDEA rinde homenaje a las madres que impulsan el desarrollo rural en Guatemala



En el marco del Día de la Madre, la Fundación para el Desarrollo Empresarial y Agrícola (FUNDEA) celebró a más de 500 mujeres en distintas comunidades del país, reconociendo su invaluable aporte al crecimiento económico local y a la transformación social en sus territorios.

Las actividades se llevaron a cabo en Sumpango, Escuintla, Cobán, San Antonio Huista y San Pedro Necta, donde se ofrecieron convivios, rifas, dinámicas, presentaciones culturales y entrega de obsequios. Más allá del gesto simbólico, el evento se convirtió en una muestra del compromiso de FUNDEA por acompañar y dignificar a las mujeres que, además de ser madres, son emprendedoras, agricultoras, líderes comunitarias y agentes clave en el progreso de las áreas rurales.

Según datos de FAO y ONU Mujeres, más del 43% de la fuerza laboral agrícola en países en desarrollo está compuesta por mujeres, quienes muchas veces enfrentan barreras de acceso al financiamiento, tecnología y educación. En Guatemala, las mujeres representan también una proporción creciente de quienes lideran microempresas y negocios familiares.

Actualmente, más de 13,600 clientas activas forman parte de FUNDEA, mujeres que han confiado en nuestros servicios para fortalecer sus proyectos productivos y mejorar las condiciones de vida de sus familias. Detrás de este impacto hay un equipo humano comprometido: 494 colaboradores a nivel nacional que trabajan día a día para brindar soluciones financieras con enfoque social y humano.

Estas celebraciones forman parte del enfoque integral de FUNDEA, que combina el acceso a crédito con acciones de fortalecimiento comunitario, capacitación productiva empresarial, asistencias técnicas agropecuarias y educación financiera reafirmando su propósito de impulsar el desarrollo con rostro humano.



"Holcim refuerza su compromiso con la construcción sostenible en Expo Construir 2025"

Holcim, líder global en soluciones sostenibles e innovadoras para la construcción, participó como patrocinador oficial de Expo Construir 2025, el evento más relevante de la industria en la región, celebrado el pasado 27 de mayo en el Centro de Convenciones del Hotel Camino Real, en Ciudad de Guatemala.

Durante la jornada, Expo Construir 2025 reunió a destacados líderes del sector, desarrolladores, arquitectos, ingenieros, inversionistas y especialistas en sostenibilidad, consolidándose como una plataforma estratégica para el intercambio de conocimiento, tendencias y nuevas tecnologías que están definiendo el futuro de la construcción.

La participación activa de Holcim reafirma su compromiso con la transformación de la industria a través de la descarbonización del sector, el desarrollo de soluciones con baja emisión de carbono y la implementación de modelos circulares.

“Eventos como Expo Construir nos permiten compartir conocimiento, fortalecer alianzas y mostrar cómo, a través de la innovación y la sostenibilidad, es posible transformar la forma en que construimos nuestras ciudades y comunidades”, destacó José Antonio Rivera, Head Marketing & Comunicación Corporativa de Holcim Guatemala.

Con una trayectoria de 25 años en Holcim, múltiples especializaciones internacionales, y cargos de liderazgo en el American Concrete Institute (ACI), el Ing. Rodríguez Campos es hoy una de las voces más reconocidas en el continente en materia de innovación, normatividad y desarrollo sostenible en el sector cementero y de concreto



En su ponencia: “El concreto y su impacto en la construcción sostenible”, el Ing. Rodríguez Campos expuso el rol estratégico del concreto en la reducción de la huella de carbono, la incorporación de materiales reciclados y el desarrollo de soluciones técnicas que permiten construir con mayor durabilidad, eficiencia energética y menor impacto ambiental.

La participación de Holcim en Expoconstrucción 2025 reafirma su misión global de construir progreso para las personas y el planeta, consolidándose como un aliado estratégico de todos los actores que impulsan la modernización de la industria constructiva en Guatemala y la región.

Productos sin humo como IQOS amplían el acceso de adultos fumadores a alternativas al cigarrillo

Datos del 2024 revelan que el 72% de los adultos fumadores que se pasan a IQOS dejan el cigarrillo por completo

Los productos sin humo de Philip Morris International (PMI), como por ejemplo los dispositivos para calentar unidades de tabaco IQOS y los cigarrillos electrónicos VEEV, están ampliando el acceso de adultos fumadores a alternativas al cigarrillo, que representan un menor riesgo para su salud que continuar fumando, según destaca el más reciente Reporte Integrado de la multinacional.

PMI ha expandido el acceso a los productos libres de humo y ya ha alcanzado un estimado de 38,6 millones de usuarios adultos en 95 mercados alrededor del mundo, lo que demuestra su compromiso con la transformación hacia un futuro sin cigarrillos y reafirma el potencial de los productos sin humo para erradicar el fumado, explica el informe.



La afiliada de PMI, Tabacalera Centroamericana S.A. (TACASA), comercializa en Guatemala el dispositivo IQOS, que calienta unidades de tabaco en lugar de quemarlas, lo que evita la combustión, asociada a la mayoría de los riesgos a la salud provocados por fumar. También comercializa el cigarrillo electrónico VEEV, dirigido exclusivamente a adultos fumadores que de otra forma seguirían fumando cigarrillos.

El Reporte Integrado del año 2024 señala que el acceso y la aceptación de los productos sin humo por parte de adultos fumadores es crucial para reducir los riesgos asociados al tabaquismo. PMI insiste en que lo mejor que puede hacer un fumador adulto es dejar de fumar, pero si no lo hace debe tener acceso a productos de menor exposición al riesgo.

Los productos libres de humo de Philip Morris no están libres de riesgo, pues proveen nicotina, que es adictiva, pero representan un menor riesgo que continuar fumando.

Acceso a alternativas

Para la multinacional, la introducción de productos libres de humo en el mercado tiene el potencial de reducir el riesgo individual de enfermedades relacionadas con el fumado y beneficiar a la salud pública, en comparación con que los adultos fumadores solo tengan acceso a cigarrillos de combustión, que son más perjudiciales para su salud.

Valor e impacto positivo

El informe también aborda pilares relacionados con el impacto operativo de PMI, como el combate al cambio climático, la preservación de la naturaleza y el mejoramiento de la calidad de vida de las personas en la cadena de suministro.

Te desvelas estos son los efectos negativos que trae a tu salud

Desvelarte viendo series o jugando, esto puedo tener repercusión en tu vida.

¿Alguna vez dijiste 'solo un capítulo más' y de repente ya eran las 3 a.m.? Tranquilo, no estás solo. Todos hemos caído en la trampa del scroll infinito en TikTok, maratones de series o simplemente en el clásico 'no tengo sueño'. El problema es que, aunque el desvelo parece inofensivo en el momento, al día siguiente te sientes como zombie sin café.

¿Por qué nos desvelamos?

A ver, no es que seamos masoquistas, simplemente vivimos en una época donde hay mil cosas que compiten por nuestra atención. Series, redes sociales, videojuegos, trabajo, tareas pendientes o incluso ansiedad... todo se acumula y nos roba horas de sueño sin que nos demos cuenta.

¿Qué le pasa a nuestro cuerpo cuando nos desvelamos?

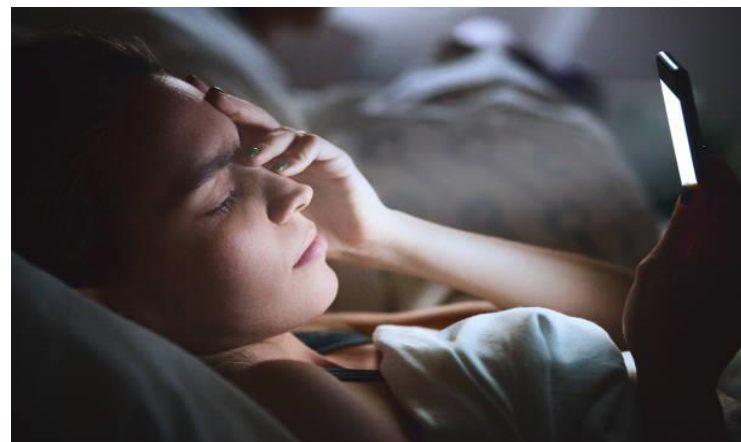
Cuando te desvelas, tu cuerpo entra en modo caos. Tu ritmo circadiano, que es como tu reloj interno, se desajusta. Eso puede hacer que te cueste más trabajo dormir bien los siguientes días. Además, se afectan funciones básicas como la digestión, la regeneración celular y hasta tu sistema inmune se debilita, de acuerdo con la Secretaría de Salud.

Respecto a los problemas metabólicos, diabetes, hipertensión e hipercolesterolemia, la dependencia mencionó que la privación de sueño ocasiona que nuestro apetito aumente y al consumir una mayor cantidad de alimentos, puede alterarse la glucosa en sangre y otros parámetros metabólicos.

Efectos negativos en tu cerebro y en tu vida

Dormir poco afecta directamente tu cerebro: te cuesta más concentrarte, recordar cosas y tomar decisiones. Básicamente, es como si tu cerebro funcionara a medio gas. Si esto pasa seguido, incluso puedes desarrollar ansiedad, depresión o cambios de humor intensos.

El desvelo constante afecta tu rendimiento en el trabajo o la escuela, tus relaciones personales y hasta tu salud a largo plazo, aumentando el riesgo de enfermedades crónicas. Sí, todo eso por no dormir bien.



Consejos para dormir mejor

Establece una rutina: Trata de dormir y despertarte a la misma hora todos los días, incluso los fines.

Cero pantallas antes de dormir: La luz azul del celular o la pc le dice a tu cerebro que es de día. Apágalas mínimo 30 minutos antes.

Crea un ambiente relajante: Luz tenue, temperatura agradable, silencio o música suave, tu cuarto debe invitar al descanso.

Evita cafeína y comidas pesadas en la noche: O tu estómago se va a quedar trabajando mientras tú intentas dormir.

Haz ejercicio, pero no muy tarde: Moverte durante el día ayuda a que descanses mejor de noche.

Desahógate: Si tienes mil cosas en la cabeza, escríbelas en una libreta antes de dormir. Te sentirás más liviano.

Consulta a tu médico: En caso de manifestar algún problema para dormir, es mejor que consultes a un especialista.

Dormir no es un lujo, es una necesidad. Así que la próxima vez que estés tentado a ver 'solo un capítulo más', piensa en todo lo que tu cuerpo y mente agradecerán si apagas la luz y cierras los ojos.

31 de mayo Día Mundial sin Tabaco

El Día Mundial Sin Tabaco se celebra en todo el mundo el 31 de mayo de cada año. Esta celebración anual informa al público acerca de los peligros que supone el consumo de tabaco, las prácticas comerciales de las empresas tabacaleras, las actividades de la OMS para luchar contra la epidemia de tabaquismo, y lo que las personas de todo el mundo pueden hacer para reivindicar su derecho a la salud y a una vida sana, y proteger a las futuras generaciones.

La Asamblea Mundial de la Salud instituyó el Día Mundial sin Tabaco en 1987 para llamar la atención mundial hacia la epidemia de tabaquismo y sus efectos letales. La celebración de este día es una oportunidad para destacar mensajes concretos relacionados con el control del tabaco y fomentar la observancia del Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco. El consumo de tabaco es la principal epidemia prevenible a la que se enfrenta la comunidad sanitaria.



Por qué el tabaco es perjudicial para todos?

El consumo de tabaco mata cada año a casi 6 millones de personas, una cifra que se estima aumentará hasta más de 8 millones de fallecimientos anuales para el 2030 si no se intensifican las medidas para contrarrestarlo.

El tabaco es perjudicial para todos: causa enfermedades, muertes, empobrece a las familias y debilita las economías nacionales, por el aumento del gasto sanitario. Además, en el cultivo del tabaco se usan grandes cantidades de plaguicidas y fertilizantes tóxicos que contaminan el agua y causan desertificación.

¿Cómo afecta el tabaco a tu salud?

Existen muchas razones por las que debemos dejar de fumar, pero sin duda alguna la más poderosa es nuestra salud. Te contamos algunas de las consecuencias por el consumo de tabaco:

El tabaco provoca cáncer

Fumar productos de tabaco es la principal causa de los casos de cáncer de pulmón. Igualmente se ha demostrado que inciden en la aparición de tumores en otras partes del cuerpo: laringe, faringe, boca, esófago, vejiga, riñón y páncreas.

Hay estudios que demuestran que fumar es un factor que provoca mayor riesgo de sufrir leucemia y cáncer de estómago, mama, hígado y útero.

Tu corazón enferma

Fumar incrementa el ritmo del corazón y la presión arterial, aumentando el riesgo de padecer una enfermedad coronaria.

El tabaco causa enfermedades respiratorias

El consumo de tabaco suele causar estrechamiento de los bronquios y destrucción de los alveolos pulmonares. Muchos fumadores padecen de bronquitis crónica y enfisema. Todos estos síntomas pueden causar enfermedades del sistema respiratorio, siendo la más grave la enfermedad pulmonar obstructiva crónica.

Disminuye la fertilidad

Los hombres y mujeres que fuman pueden disminuir su capacidad fértil y en el sexo masculino puede provocar disfunción eréctil.

Afecta a tu belleza

Los dientes se vuelven amarillos y puede provocar la aparición de la enfermedad periodontal. Se acelera el envejecimiento de la piel y aparecen arrugas prematuramente.

Embarazo y parto

Las mujeres fumadoras tienen mayor riesgo de presentar abortos y tener complicaciones en el embarazo y parto. Los hijos de madres fumadoras suelen nacer con menos peso, lo que se asocia a un mayor riesgo de fallecimiento y enfermedades del bebé durante el periodo de lactancia y en la primera infancia.

¿Por qué dejar de fumar?

Si estás pensando dejar el tabaco, cualquier momento es bueno para empezar: No lo pospongas con cualquier excusa, tu salud te lo va a agradecer.

Luego de superar los síntomas ocasionados por el síndrome de abstinencia (ansias de nicotina, ira, frustración, irritabilidad y ansiedad), rápidamente el cuerpo empezará a recuperar capacidades perdidas:

A las pocas horas de dejar el tabaco, aumenta el oxígeno en el cuerpo y disminuye el dióxido de carbono.

En solo 24 horas disminuye la mucosidad acumulada.

En solo 2 días, se normalizarán los sentidos del olfato y del gusto. Se puede sentir algo de ansiedad, ya que comienza con más fuerza el síndrome de abstinencia.

En 3 días te sentirás con mucha más energía porque el cuerpo ha eliminado la mayor parte de nicotina y los bronquios comienzan a funcionar bien. Puede que estés más irritable y tengas ganas de fumar.

En dos semanas se controla con mayor notoriedad los episodios de abstinencia. Y además podrás hacer deporte con mayor rendimiento.

En unos seis meses, la tos desaparece, disminuyendo la frecuencia de infecciones respiratorias en las vías aéreas superiores (fosas nasales, boca, laringe, faringe, glotis y epiglotis).

En un año, el riesgo de tener un infarto se reduce a la mitad.

En 10 años, la posibilidad de tener cáncer de pulmón se reduce a la mitad.

En 15 años, el riesgo de un paro cardíaco será igual al de una persona no fumadora y los pulmones están totalmente restablecidos.

Los beneficios al dejar de fumar son casi inmediatos, evitando posibles complicaciones y graves riesgos para la salud.





Consejos para cuidar tu salud En época de lluvias



**¿Porque no se deben
de comer la cabeza
de los camarones?**

**Razones para
consumir más
aguacate en tu
dieta diaria**



TACASA capacita a comercios para no vender productos de tabaco o nicotina a menores de edad

Como parte del compromiso global de Philip Morris International (PMI) con el comercio responsable, su afiliada en Guatemala, Tabacalera Centroamericana S.A. (TACASA), realiza constantemente capacitaciones a puntos de venta sobre la importancia de no vender ningún producto de tabaco o nicotina a menores de edad.

Por medio del Programa de Prevención de Acceso a Menores, en el 2024 la empresa capacitó a 13,832 puntos de venta en Guatemala sobre cómo los productos de nicotina están dirigidos exclusivamente a consumidores mayores de edad y qué medidas deben adoptarse y mantenerse para evitar que estos productos lleguen a las manos de los menores.

Este año el programa ya se ha puesto en marcha, con el objetivo de impactar miles de comercios más, en un esfuerzo continuo por que los socios comerciales de TACASA mantengan prácticas responsables que protejan a los menores de edad.

A nivel mundial, PMI tiene un estricto código de comercialización que con frecuencia es más rígido que las leyes locales, que incluye la capacitación a socios comerciales y el diseño de productos que no sean atractivos para menores de edad, por ejemplo.



“Nos preocupa la falta de regulación en países como Guatemala y la facilidad con la que los menores de edad pueden adquirir productos de nicotina como vaporizadores o cigarrillos electrónicos. En el marco del Día Mundial sin Tabaco, que se celebra cada 31 de mayo, hacemos un llamado a los comercializadores de estos productos en el país que no aplican controles para evitar que los menores adquieran estos productos, a buscar mecanismos para que, dentro del comercio responsable, sean adquiridos únicamente por mayores de edad”, finalizó Ayleen Rodríguez.

Philip Morris International insiste en que sus productos no están libres de riesgo y contienen nicotina, que es una sustancia adictiva. Lo recomendable para los adultos es dejar de fumar o de consumir productos de nicotina, o bien nunca comenzar a consumirlos.

Consejos para cuidar tu salud En época de lluvias

Para cuidar tu salud en época de lluvias, es fundamental mantener la higiene personal, consumir alimentos saludables y evitar situaciones de riesgo. También es importante protegerse de las enfermedades transmitidas por mosquitos y tomar precauciones ante posibles inundaciones.

Higiene personal y alimentación:

Lávate las manos con frecuencia, especialmente antes de comer y después de estar en lugares públicos.

Evita consumir alimentos de vendedores ambulantes para prevenir infecciones gastrointestinales.

Lava y cocina bien los alimentos antes de consumirlos.

Aumenta el consumo de frutas y verduras ricas en vitamina C y minerales para fortalecer el sistema inmunológico.

Bebes agua potable, preferiblemente hervida o purificada.

Protección contra mosquitos y enfermedades transmitidas:

Elimina criaderos de mosquitos, como recipientes con agua estancada.

Utiliza repelente de mosquitos y mosquiteras en puertas y ventanas.



Otras precauciones:

No utilices agua estancada para consumo o aseo.

Utiliza baños o letrinas.

Si vives en zonas muy húmedas o cálidas, utiliza camisas o blusas con manga, pantalones y repelentes contra mosquitos.

Evita la automedicación y acude al médico a los primeros síntomas de enfermedades.

Realiza actividad física para mantener tu sistema inmunológico fuerte y mejorar tu estado de ánimo.

Razones para consumir más aguacate en tu dieta diaria

El consumo de aguacate ofrece múltiples beneficios para la salud, incluyendo la promoción de la salud cardiovascular, el control del peso, la protección de la salud ocular y la mejora de la digestión. Los aguacates son ricos en grasas saludables, fibra y vitaminas esenciales.

Beneficios específicos del aguacate:

Salud cardiovascular:

Los aguacates ayudan a reducir el colesterol LDL (malo) y aumentar el colesterol HDL (bueno), además de ser una fuente de potasio que ayuda a regular la presión arterial.

Control de peso:

La fibra y las grasas saludables del aguacate promueven la sensación de saciedad, lo que puede ayudar a controlar la ingesta de calorías y a mantener un peso saludable.

Salud ocular:

Los aguacates son ricos en luteína y zeaxantina, antioxidantes que ayudan a proteger los ojos de los **daños causados por la luz y los radicales libres**.

Digestión:

La fibra del aguacate promueve una digestión saludable y puede ayudar a prevenir el estreñimiento.



Nutrientes:

Los aguacates son una excelente fuente de vitaminas (A, C, E, K, B) y minerales (potasio, magnesio, hierro), así como de ácido fólico.

Piel:

Los aguacates contienen antioxidantes que pueden ayudar a proteger la piel de los daños solares y a mantenerla hidratada.

Embarazo:

Las mujeres embarazadas pueden beneficiarse de los aguacates por su alto contenido de folato, que es esencial para el desarrollo del cerebro y el sistema nervioso del feto.

Consejos financieros prácticos para jefes de hogar

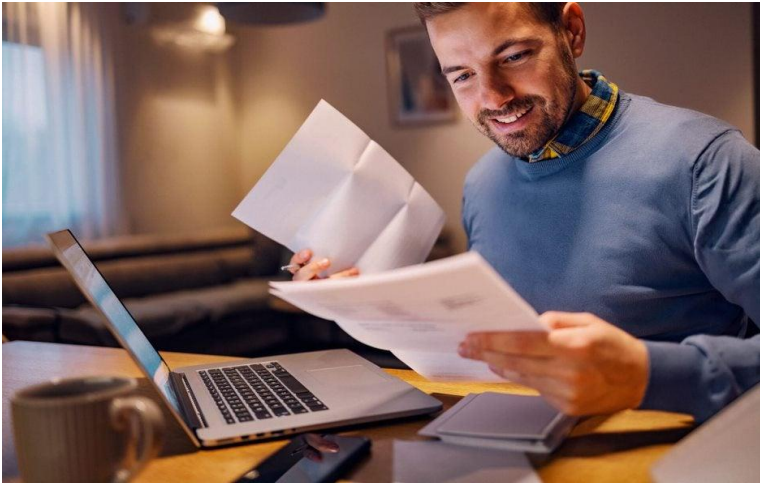
Para jefes de hogar, es vital planificar las finanzas familiares de manera estratégica, estableciendo metas financieras, creando presupuestos detallados, revisando deudas y buscando oportunidades de ahorro. Asegurarse de contar con un esquema de protección adecuado, como seguros de salud y de daños materiales, es fundamental para mitigar riesgos. Además, es útil educar a la familia sobre finanzas, fomentar la conciencia de gastos y buscar formas de ahorrar.

Analice la situación de sus tarjetas de crédito: Estudie si necesita hacer ajustes para cumplir de mejor manera con sus pagos y evitar el cargo de intereses moratorios.

Verifique sus ahorros: Revise el saldo de sus cuentas de ahorro y fondos de emergencia. Determine si el monto acumulado es suficiente para cubrir imprevistos o si necesita aumentar sus aportaciones.

Planifique sus metas: Defina metas de ahorro a corto y largo plazo, como la educación de sus hijos, la compra de una casa o la jubilación, y ajuste sus hábitos de ahorro en consecuencia.

Evalúe los planes de pensión o cuentas de retiro: Asegúrese de que las contribuciones sean suficientes para alcanzar sus objetivos de jubilación. Si sus medidas actuales no son adecuadas, considere aumentar sus aportaciones o diversificar sus inversiones para asegurar un futuro financiero estable.



Revise las escrituras de sus propiedades: Verifique que estén actualizados y en orden. Esto es crucial para evitar problemas legales y asegurar la herencia familiar. Si encuentra inconsistencias o documentos vencidos, tome las medidas necesarias para corregirlos y mantener la seguridad jurídica de sus bienes.

Repase la situación actual de su seguro de vida y el de su familia: Revise la cobertura de su seguro de vida y asegúrese de que sea suficiente para proteger a su familia en caso de cualquier eventualidad. Considere la posibilidad de ampliar su cobertura o incluir otros seguros, como el de salud o el de hogar, para una protección integral.

Cancele las cuentas bancarias que ya no utilice: Para evitar cargos por mantenimiento y facilitar la gestión de sus finanzas. Si tiene múltiples cuentas, considere consolidarlas para una administración más sencilla y eficiente.

¿Porque no se deben de comer la cabeza de los camarones?

No se debe comer la cabeza de los camarones principalmente porque pueden contener altas concentraciones de cadmio, un metal pesado que puede ser tóxico para la salud. Además, la cabeza puede acumular otras sustancias potencialmente dañinas, por lo que se recomienda evitarla.

Razones para no comer la cabeza de los camarones:

Cadmio:

La cabeza del camarón concentra altas cantidades de cadmio, un metal pesado que se acumula en el organismo y puede causar problemas en los riñones y el hígado.

Contaminantes:

La cabeza puede contener otros contaminantes, como residuos de comida o sustancias químicas, que pueden no ser seguros para el consumo humano.

Los mariscos se consideran un manjar en diversas zonas costeras, que pueden causar exquisitos platillos con una variedad de preparaciones. Su distintivo sabor los coloca por encima de otros crustáceos y platos culinarios. Aunque los mariscos puedan agradar a muchos, también se conocen como *cucarachas del mar*, denominación que sugiere relación con estos insectos por la presencia de patógenos que podrían representar un riesgo para la salud.

El aumento en la producción de camarones ha intervenido múltiples industrias, descuidando los estrictos controles para prevenir la propagación de patógenos, como hongos, virus, parásitos y bacterias. Este desequilibrio puede propiciar el surgimiento de enfermedades, por lo que es fundamental seleccionar lugares confiables donde la higiene sea prioritaria, pues podría desencadenar enfermedades bacterianas, constituyendo un problema grave.

Es crucial considerar la cantidad de consumo de este alimento, ya que tanto las bacterias presentes en el camarón como las del género *Vibrio*, responsables de la vibriosis, una enfermedad gastrointestinal, están presentes no solo en los camarones, sino también en otros mariscos y pescados de agua salada. Además, es fundamental tener en cuenta que la preparación adecuada es esencial para minimizar el riesgo de enfermedades.



Antes de consumirlos, se deben de limpiarlos adecuadamente, ya que el riesgo radica en la cabeza, las patas, las aletas y el caparazón. Los camarones contienen una alta concentración de cadmio y otros metales.

El cadmio (Cd) es un metal pesado natural altamente tóxico para los humanos en cantidades significativas, propenso a acumularse en el hígado y los riñones, provocando disfunción renal y desmineralización de los huesos. Después de una prolongada exposición, puede llegar a provocar un fallo renal y cáncer.

Los mariscos, debido a la acumulación de cadmio en la hepatopáncreas, una parte del sistema digestivo situada en la cabeza, presentan niveles elevados de este metal. Por tanto, al consumir estos crustáceos, es recomendable desechar la cabeza, pues la concentración de cadmio en esta región es cuatro veces mayor que en otras partes como el abdomen.

Diversas industrias generan una cantidad inmensa de desechos, en muchos de los cuales se encuentran múltiples metales pesados que constituyen un riesgo para la salud. Sobre esto, debido al tratamiento que se tiene de dichos desechos, gran parte de esta contaminación llega a los medios acuáticos en donde entran en contacto con las especies que en estos habitan, incluyendo aquellos que se explotan para el consumo humano.

Cómo hacer que tu césped sea verde

¿Cómo puede hacer que el césped de su jardín sea más verde? Esta es una pregunta que muchos nos hacemos. Pasamos tiempo en el jardín. Para comer, hablar, trabajar, descansar o pasar tiempo con la familia y los amigos. En cualquier caso, es un lugar de encuentro, de intercambio, un lugar donde recibimos a la gente, por lo que nos gusta que esté lo mejor posible. Entonces, ¿cómo mantener el césped y garantizar que tenga un bonito color verde?

Siempre queremos que el césped de casa, se encuentre verde y con un buen aspecto, por lo que tratamos de aplicar los mejores cuidados con el objetivo de que en todo momento esté fresco y hermoso. Pero hay ocasiones en las que los cuidados que apliquemos no son suficientes o las condiciones del clima salen de nuestro alcance, por las altas temperaturas y la gran cantidad de lluvias que caen.

Cuando las lluvias son abundantes, nuestro césped corre el riesgo de desarrollar enfermedades y hongos, que lo debilitan, aparecen las plagas y, además, sus raíces pueden llegarse a pudrir por el exceso de humedad. Cuando hace mucho calor, se torna amarillo, seco, y en algunas ocasiones, puede llegar a morir y ya no vuelve a salir en esa zona. Y por esto es muy importante que cuidemos del césped de nuestro jardín para que no se ponga amarillento en estas épocas de calor.

Por ello, te damos tres tips para revivir el pasto de tu jardín para que vuelva a tener ese precioso color verde, y te diremos cómo lograrlo con algunos consejos expertos. Riega el pasto de forma correcta.

Para que pueda estar verde y fresco, el césped necesita un riego frecuente, y en épocas de primavera y verano, que es cuando hace más calor, el riego incluso debe ser diario.

el primer paso para revivirlo es que lo riegues diariamente por al menos, 15 días. A partir de la tercera semana, debe ser un día sí y un día no, espaciándolo poco a poco hasta llegar a una cantidad de riego de 2 a 3 veces por semana.



Estimula o realiza una aireación del suelo

Al igual que sucede con otras plantas e incluso hasta con nuestro cabello, el césped requiere de una estimulación para poder crecer fuerte y sano. El pasto también necesita de nutrientes especiales para crecer, por lo que es muy probable que la superficie de la tierra donde se encuentra ya no los tenga y se deba remover el sustrato para que estos nutrientes salgan.

Poner en práctica este consejo es muy sencillo: solo necesitas un rastrillo, el cual te ayudará a que el aire circule entre el pasto. Solo necesitas «barrer» el césped con el rastrillo para que el aire circule. Además de airear el pasto, el rastrillo ayudará a quitar los tapones que se hayan creado a causa del encharcamiento del agua y el pasto muerto. Para que sea efectivo, realiza esto cada cuatro a seis semanas.

Aplica fertilizantes al pasto

Por último, el tercer consejo te recomienda que apliques fertilizantes para césped. No importa la marca a la que recurras, debes seguir las instrucciones que incluye el fertilizante.

De esta manera, ayudarás a que el suelo recupere sus nutrientes y el pasto crezca verde y más fuerte que antes. Cuando empiece a crecer, deberás cortarlo para que el Sol no queme las puntas y se ponga amarillo. Si sigues estos consejos, tu césped crecerá verde y hermoso, aunque haga mucho calor.