



McDonald's reabre su McCafé Bistro con una transformación total

¿Cómo llevar una vida saludable a los 60 años?



Regresa el Toolfest de Novex con Soluciones en Herramientas Inalámbricas



McDonald's reabre su McCafé Bistro con una transformación total

¡Atención amantes del buen café y los momentos especiales! McDonald's: ¡reabre su McCafé Bistro con una transformación total! Este rediseño busca ofrecer a sus invitados una experiencia única, perfecta para relajarse, disfrutar de un buen café y pasar momentos especiales con amigos o familia.

McCafé Bistro nació en 2015 como un concepto 100% guatemalteco. Desde entonces, se ha destacado por ofrecer café gourmet de origen regional y una experiencia gastronómica artesanal. Con esta renovación, la marca busca adaptarse a las necesidades de sus clientes, ofreciendo un espacio para quienes necesitan un lugar tranquilo y un ambiente acogedor para compartir.



Ubicado en Plaza Central, nivel 1 del Centro Comercial Miraflores, el renovado McCafé Bistro es el escenario perfecto para crear momentos únicos. Cada detalle, desde la iluminación hasta los acabados, fue cuidadosamente seleccionado para que la experiencia sea inolvidable.

El nuevo McCafé Bistro estará abierto de domingo a jueves de 10:00 a 20:00 horas; y viernes y sábado de 10:00 a 21:00 horas, por lo que los invitados ya pueden disfrutar de todo lo que tiene para ofrecer, desde deliciosas bebidas a base de café, exquisitos postres como el icónico McFlurry, hasta un menú selecto, en un espacio diseñado para inspirar y conectar con cada persona que lo visite.



La revolución tecnológica acelera la escasez de talento en Tecnologías de la Información



El sector tecnológico se encuentra en un punto de inflexión. Un nuevo estudio global de ManpowerGroup revela que el 76% de los empleadores en el ámbito de las Tecnologías de la Información (TI) están teniendo dificultades para encontrar talento calificado, en un entorno donde la ciberseguridad, la inteligencia artificial (IA) y la computación en la nube dominan la agenda de los líderes de TI.

El informe "Perspectivas Globales del Mundo Laboral en TI 2025" expone una transformación radical del entorno laboral tecnológico, impulsada por el avance acelerado de tecnologías como la IA autónoma, el aprendizaje automático y las plataformas de bajo código. En este escenario, la ciberseguridad se posiciona como la prioridad número uno: se estima que los daños provocados por la cibercriminalidad alcanzarán los \$10.5 billones de dólares a nivel mundial en 2025, y el costo promedio de una filtración de datos ya supera los \$4.8 millones de dólares.

"Nos encontramos ante una tormenta perfecta: la demanda de profesionales en ciberseguridad y expertos en IA crece exponencialmente, mientras que la oferta de talento no logra mantenerse al ritmo. Esta brecha genera una competencia feroz entre las empresas por atraer y retener a los mejores perfiles tecnológicos", afirma Ricardo Gálvez, CEO de ManpowerGroup Guatemala.

El estudio también revela una creciente inquietud entre los trabajadores de TI: el 74% teme que la IA haga obsoletas algunas de sus habilidades, y el 47% tiene previsto cambiar de empleo en los próximos seis meses, un dato que pone en alerta a los empleadores, quienes enfrentan no solo dificultades de contratación, sino también desafíos críticos de retención.

"La solución está en la inversión continua en reskilling y upskilling. Las empresas que apuesten por capacitar a su talento interno y lo preparen para dominar las nuevas herramientas tecnológicas estarán mejor posicionadas frente a los desafíos del futuro del trabajo", añadió Gálvez.

Asimismo, el auge de las tecnologías low-code y no-code está democratizando el desarrollo de software, permitiendo que trabajadores sin formación técnica puedan participar en la creación de aplicaciones y procesos automatizados. Se estima que en 2025 el 70% de las nuevas aplicaciones se desarrollarán bajo estas plataformas, triplicando las cifras registradas en 2021.

El Inab, Reconoce la labor que realizan los Pueblos Indígenas en la Protección de los Bosques y la Biodiversidad

En conmemoración del Día Nacional e Internacional de los Pueblos Indígenas El Instituto Nacional de Bosques (INAB) reafirma su compromiso con los pueblos indígenas de Guatemala, reconociendo su papel esencial en la conservación de los bosques y la resiliencia climática del país. A través de su Estrategia Institucional 2022-2026, el INAB promueve la inclusión activa de comunidades Maya, Garífuna y Xinka en el sector forestal, respetando sus derechos colectivos y saberes ancestrales.

Durante el año 2025, más del 25% de la inversión en programas de incentivos forestales PINPEP y PROBOSQUE fue destinada a 6,720 proyectos, liderados por pueblos indígenas, beneficiando directamente a más de 14,715 personas y contribuyendo al manejo sostenible de más de 28,167 hectáreas de bosque.

“La participación de los pueblos indígenas no solo fortalece la gobernanza forestal, sino que aporta una visión integral que conecta la salud del bosque con el bienestar de las comunidades”, destacó el Ing. Bruno Arias Rivas, gerente del INAB.

Los pueblos indígenas con sus propias formas de organización, estructura, costumbres, valores y normas, poseen una identidad muy arraigada a la Madre Tierra, a sus bienes comunales y a los bosques. Por ello, muchos de los ecosistemas naturales existentes en el mundo actual, son considerados sistemas bioculturales, que a través del tiempo se han conservado y protegido por dinámicas biológicas y humanas permitiéndoles gozar de su biodiversidad hoy en día, producto de un manejo sostenible de las comunidades y los pueblos indígenas.



El INAB reconoce que los conocimientos tradicionales y la gestión comunitaria son pilares fundamentales para enfrentar los desafíos ambientales actuales. Por ello, continuará impulsando políticas públicas que valoren la diversidad cultural y ecológica del país, promoviendo un modelo forestal inclusivo, sostenible y resiliente.

Las propias formas de vida de los pueblos indígenas, su cosmovisión, ciencia y filosofía son clave, para mantener los reservorios de bosques en el mundo ante la crisis global del deterioro ambiental.

“Al conocer los procesos de gestión comunitaria de los pueblos indígenas, obtenemos fortalecimiento en la cultura forestal, que contribuyen a una gobernanza forestal en el uso de los bosques, sin duda, son de gran importancia para la recuperación, manejo y conservación de los recursos naturales, como los bosques de Guatemala y el planeta” indicó el Ing. Josué Florian, jefe de fortalecimiento forestal, municipal, comunal y social.

Aloe Vera ¿Un aliado contra ojeras y bolsas de los ojos?

La aparición de ojeras y bolsas bajo los ojos es un problema común que afecta a muchas personas. Conocido por sus propiedades hidratantes y antioxidantes, parece que el gel de aloe vera también puede tener un efecto beneficioso en el contorno de ojos. Descubre si este ingrediente es realmente eficaz para combatir las ojeras y las bolsas bajo los ojos.

El gel de aloe vera es un valioso aliado para reducir las ojeras y la hinchazón. Ayuda principalmente a regular la microcirculación sanguínea. Diversos estudios han destacado su efecto vasoconstrictor, aunque el mecanismo exacto no se ha definido explícitamente. También se sugiere que los minerales del gel podrían proporcionar elasticidad a los glóbulos rojos, lo que diluiría la sangre y, por lo tanto, mejoraría su circulación por el cuerpo. Estas propiedades son beneficiosas para las personas con ojeras azuladas, causadas por una mala circulación sanguínea.

El gel de aloe vera tiene un efecto tensor sobre la piel. Esta propiedad es beneficiosa para retrasar la aparición de bolsas de grasa y ojeras, lo que convierte al aloe vera en una solución preventiva para estos problemas. El glucomanano, un polisacárido que forma parte de la composición del gel, influye en el factor de crecimiento de fibroblastos, TGF-β1, y estimula la actividad y proliferación celular.

El gel de aloe vera también posee propiedades antioxidantes que le permiten retrasar el envejecimiento celular. De hecho, estimula la producción de metalotioneínas, proteínas que aumentan la resistencia de los tejidos celulares al estrés oxidativo. Además, contiene vitaminas A, C y E, antioxidantes capaces de neutralizar los radicales libres.



¿Cómo se aplica el gel de aloe vera?

Aplicar un tratamiento local a base de gel de aloe vera o gel puro de aloe vera puede ayudar a reducir las ojeras y la hinchazón, y permite disfrutar de todos sus efectos en el contorno de ojos. No es foto sensibilizante, se puede usar por la mañana y por la noche y no presenta ningún riesgo para mujeres embarazadas o en período de lactancia.

El gel de aloe vera es apto para todo tipo de piel. Para reducir la apariencia de ojeras o bolsas, se puede aplicar una pequeña cantidad dos veces al día alrededor de los ojos. A continuación, masajear la zona hasta su completa absorción. Esta acción también estimula la circulación sanguínea y linfática y tiene un efecto drenante. Generalmente, se puede observar una reducción de las ojeras no hereditarias después de 4 semanas.

Regresa el Toolfest de Novex con nuevas Soluciones en Herramientas Inalámbricas

Con más de un siglo de innovación representada por marcas líderes como DeWalt y Milwaukee, y con el reciente lanzamiento de Ronix, su nueva línea para profesionales, Novex Guatemala anuncia con entusiasmo la sexta edición consecutiva del esperado evento ToolFest, que se llevará a cabo del 1 de agosto al 7 de septiembre en sus ocho sucursales en la capital y en plataformas digitales.

Innovación para cada necesidad

Durante el ToolFest, los clientes encontrarán una amplia variedad de herramientas eléctricas inalámbricas de marcas reconocidas como Milwaukee, DeWalt y Ronix.



Con opciones diseñadas para uso doméstico, profesional e industrial. Estas marcas pioneras en el desarrollo de sistemas inalámbricos ofrecen mayor rendimiento y seguridad en los lugares de trabajo al eliminar los riesgos asociados con los cables eléctricos.

Promociones, regalos y lanzamientos

Los asistentes podrán disfrutar de descuentos de hasta el 20%, además de regalías por compra como baterías recargables, cargadores, medidores láser, juegos de herramientas manuales y mucho más. Estas ofertas están disponibles tanto en tiendas físicas como en línea a través de novex.com.gt.

Como parte de las novedades y primicias del ToolFest, se realizarán activaciones de marca con demostraciones en vivo de productos como barrenos, motosierras y pistolas de impacto, entre otros. El calendario de la gira estará disponible en las redes sociales de Novex. Durante estas activaciones, los clientes también podrán participar en rifas de herramientas y promociones al instante.

Novex hace la invitación a todos los guatemaltecos a ser parte del ToolFest 2025, una oportunidad perfecta para renovar herramientas con la mejor tecnología y promociones del año.



Consejos que debes saber para llegar saludable a los 60 años

Para llegar saludable a los 60 años, es crucial adoptar un estilo de vida que priorice la salud física y mental. Cinco consejos clave incluyen: mantener una dieta equilibrada, hacer ejercicio regularmente, dormir lo suficiente, cuidar la salud mental y mantener conexiones sociales significativas.

Hacer ejercicio regularmente

El ejercicio no solo mantiene el cuerpo en forma, sino que también juega un papel fundamental en la salud mental. Practicar actividad física de manera regular ayuda a mantener la agudeza mental, mejora el equilibrio y la fuerza, y reduce el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión. Se recomienda al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada a la semana, como caminar a paso ligero, o 75 minutos de actividad aeróbica vigorosa, como correr.

Dormir adecuadamente

Dormir bien es esencial para la regeneración del cuerpo y la mente. Durante el sueño, el cerebro procesa la información, se reparan tejidos y se recargan las energías. Los adultos deben dormir entre 7 y 9 horas por noche para mantener un buen estado de salud. Un sueño de calidad ayuda a prevenir enfermedades crónicas y mejora la función cerebral, lo que es crucial para mantener la memoria y la agilidad mental a medida que empezamos a envejecer.

Mantener una dieta saludable

Lo que comes a diario tiene un impacto directo en tu salud general y en cómo envejeces. Una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, granos enteros y proteínas magras, es fundamental para prevenir enfermedades y mantener el cerebro en forma. Incluir más vegetales de hoja verde, frutos secos y pescado en tu alimentación puede marcar una gran diferencia en tu salud a largo plazo.



Mantener relaciones sociales

El aislamiento social y la soledad pueden tener un impacto negativo en la salud mental y física. Mantenerse conectado con amigos y familiares no solo te hace sentir bien emocionalmente, sino que también protege tu cerebro.

Las interacciones sociales regulares pueden ayudar a prevenir la depresión y el estrés, factores que contribuyen al deterioro cognitivo. Además, estar socialmente activo estimula la mente y mantiene las habilidades de pensamiento ágiles, lo que es crucial para envejecer con salud.

Tener una mente activa

Al igual que el cuerpo, el cerebro necesita ejercicio para mantenerse en forma. Desafiar tu mente con actividades como leer, resolver crucigramas, aprender un nuevo idioma o tocar un instrumento musical puede ayudar a mantener la memoria y mejorar la función cerebral. Se recomienda actividades que estimulen el cerebro como una forma efectiva de prevenir el deterioro cognitivo. Mantener una mente activa no solo mejora la memoria, sino que también puede retrasar el inicio de enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer.