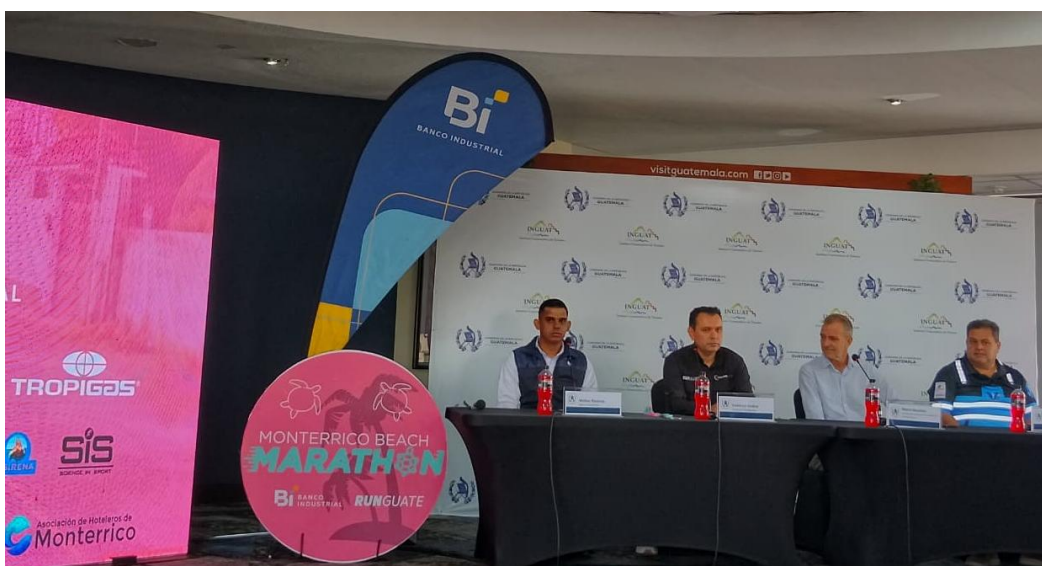




Sectores productivos participaron en la segunda Misión Público Privada en Washington DC fortaleciendo la relación comercial

La 12ª edición de la Monterrico Beach Marathon: Deporte, turismo y comunidad en la costa guatemalteca



Últimas noticias

Frigidaire revoluciona la cocina en Guatemala: innovación y confianza para los hogares





Guatemala refuerza su presencia en el America's Food and Beverage Show de Miami

El Consulado General de Guatemala en Miami acompañó a una delegación público-privada liderada por el Ministerio de Economía (MINECO) y compuesta por ocho empresas guatemaltecas del sector alimentos y bebidas, junto con la colaboración de la Asociación Guatemalteca de Exportadores (AGEXPORT).

Esta delegación participó en la feria America's Food and Beverage Espectáculo, uno de los eventos más relevantes para la industria alimentaria en Miami.

La delegación acudió bajo el lema "Guatemala Exporta Todo lo Bueno", mostrando productos y servicios en el pabellón de país. Además, AGEXPORT presentó el Pabellón "Made in Guatemala", lo que reforzó la imagen de Guatemala como proveedor de calidad y promovió la coordinación entre el sector público y privado.

La presencia fue respaldada por entidades clave como AGEXPORT, CACIF, la Cámara de Industria y la Cámara de Comercio, quienes se unieron para potenciar la visibilidad y competitividad de las empresas guatemaltecas.

La feria America's Food and Beverage Show se celebró en la ciudad de Miami, Florida, durante el mes de septiembre de 2025, congregando a empresas y actores estratégicos del sector a nivel internacional.



El principal objetivo fue explorar las oportunidades comerciales que ofrece el sur de Florida, conocer el ecosistema local y promover productos y servicios guatemaltecos en el mercado estadounidense. Durante su estancia, la delegación visitó puertos, aeropuertos, proveedores logísticos y distribuidores, buscando identificar nuevas vías de colaboración y crecimiento.

La participación en la feria demuestra el compromiso de Guatemala con la diplomacia comercial, impulsando la internacionalización de sus productos y servicios. La coordinación entre el sector público (MINECO y Consulado) y privado (AGEXPORT, CACIF, Cámara de Industria y Cámara de Comercio) fortalece la presencia de Guatemala en mercados estratégicos y abre nuevas oportunidades de negocio. Asimismo, la experiencia directa con actores locales permite afianzar relaciones y posicionar la oferta guatemalteca en el competitivo mercado de alimentos y bebidas de Estados Unidos.

Una celebración de libertad y unidad nacional



Cada 15 de septiembre, Guatemala se viste de fiesta para conmemorar el aniversario de su independencia. Esta fecha histórica marca el momento en que el país, junto a otras naciones centroamericanas, dejó atrás el dominio colonial español en 1821, dando paso a una nueva etapa de autodeterminación y construcción nacional.

Las celebraciones en todo el territorio guatemalteco incluyen desfiles cívicos, actos protocolarios, conciertos, festivales culturales y la tradicional Carrera de la Antorcha, donde jóvenes y adultos recorren ciudades y pueblos llevando el fuego simbólico de la libertad. Las calles se llenan de banderas azul y blanco, y los himnos patrios resuenan en escuelas y plazas.

Más allá de las festividades, el 15 de septiembre invita a reflexionar sobre el significado de la independencia, los retos que enfrenta la nación y la importancia de fortalecer la identidad y los valores cívicos. Es un día para recordar el legado de quienes lucharon por la libertad y para renovar el compromiso de trabajar juntos por un país más justo y próspero.

De esta manera, el Día de la Independencia no solo celebra el pasado, sino que inspira a las nuevas generaciones a valorar y proteger la soberanía nacional, manteniendo viva la esperanza de un futuro mejor para todos los guatemaltecos.

liberal

somos guate

Ecosistema informativo regional

liberalgt.com

f Liberal Gt

X @GtLiberal

Pauta con nosotros Hp@liberalgt.com



Dale un Giro a tu Alimentación: Cómo la Revolución Nutricional Puede Cambiar Tu Vida

En un mundo cada vez más acelerado, donde la comida rápida y los productos ultra procesados parecen la opción más sencilla, detenernos a reflexionar sobre nuestra alimentación se convierte en un acto revolucionario. “Dale un Giro a tu Alimentación” no es solo una consigna, sino una invitación urgente a replantearnos la relación que tenemos con los alimentos, el bienestar y la salud.

La evidencia científica actual demuestra que una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, puede reducir significativamente el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, la hipertensión o las patologías cardiovasculares. Sin embargo, más allá de los beneficios médicos, cambiar nuestros hábitos alimenticios supone una transformación cultural y social de gran calado.

Los pilares de una dieta saludable y sostenible

- Variedad y equilibrio: Incluir todos los grupos alimenticios en las proporciones adecuadas.
- Consumo de productos locales y de temporada: Favorece la economía local y reduce la huella ecológica.
- Reducción de ultra procesados: Limitar refrescos, bollería industrial y snacks salados ayuda a mejorar la salud metabólica.
- Hidratación adecuada: Priorizar el agua frente a bebidas azucaradas y alcohólicas.
- Planificación de menús: Organizar las comidas semanalmente evita el desperdicio y facilita la compra responsable.

En España, la dieta mediterránea ha sido reconocida internacionalmente por sus efectos protectores sobre la salud, pero en los últimos años, la globalización y el ritmo de vida han llevado a la población a adoptar costumbres alimentarias menos saludables. Según recientes estudios, el consumo de productos ultra procesados se ha duplicado en la última década, desplazando alimentos tradicionales y frescos de la mesa familiar.

Pero ¿cómo podemos darle realmente un giro a nuestra alimentación? La clave está en la educación alimentaria y en la toma de decisiones informadas. Es fundamental leer las etiquetas de los productos, conocer el origen de los alimentos que consumimos y apostar por lo local y de temporada. Visitar mercados tradicionales, planificar los menús semanales y cocinar en casa nos permite tener un mayor control sobre lo que comemos y, además, fomenta la convivencia y el disfrute.

El papel de las instituciones educativas y sanitarias resulta crucial en este proceso. La incorporación de programas de educación nutricional en las escuelas, talleres de cocina saludable y campañas de concienciación pueden empoderar a la ciudadanía para adoptar hábitos más saludables desde edades tempranas. Además, la participación de los medios de comunicación y de las nuevas tecnologías, como las aplicaciones móviles de seguimiento nutricional, han demostrado ser aliadas poderosas para promover el cambio.

No obstante, cambiar de hábitos no es tarea fácil. Supone enfrentarse a la comodidad de lo conocido, a la presión publicitaria y, en muchas ocasiones, a la falta de tiempo o recursos. Por ello, es fundamental apoyarse en la comunidad, compartir recetas, trucos y experiencias, y entender que cada pequeño paso cuenta.

Herramientas y recursos para facilitar el cambio

- Aplicaciones móviles: Existen apps que ayudan a registrar la ingesta de alimentos, calcular calorías y sugerir recetas saludables.
- Mercados tradicionales y cooperativas: Comprando en estos lugares se accede a productos frescos y se apoya a pequeños productores.
- Talleres y cursos: Muchas comunidades y ayuntamientos ofrecen talleres de cocina saludable y charlas sobre nutrición.
- Recetarios digitales: Portales web y redes sociales ofrecen recetas sencillas y variadas adaptadas a todos los gustos y necesidades.

Retos frecuentes y cómo superarlos

- Falta de tiempo: La preparación de comidas rápidas y saludables es posible con técnicas como el batch cooking (cocinar para varios días).
- Presión publicitaria: Aprender a leer etiquetas y desconfiar de mensajes engañosos es fundamental para elegir mejor.

En definitiva, “Dale un Giro a tu Alimentación” es un llamado a la acción. No se trata solo de comer mejor, sino de vivir mejor. Porque cada elección en nuestra mesa tiene el poder de transformar no solo nuestra salud individual, sino también la de nuestra sociedad y la del planeta. ¿Te atreves a comenzar hoy?



La 12ª edición de la Monterrico Beach Marathon: Deporte, turismo y comunidad en la costa guatemalteca

La Monterrico Beach Marathon es una de las competencias atléticas más destacadas de Guatemala, que en su 12ª edición reunirá a más de 2,000 corredores y atletas provenientes de 12 países diferentes. Este evento deportivo se ha consolidado como una cita imprescindible para los amantes del atletismo y para quienes buscan desafiar sus límites en un entorno natural único.

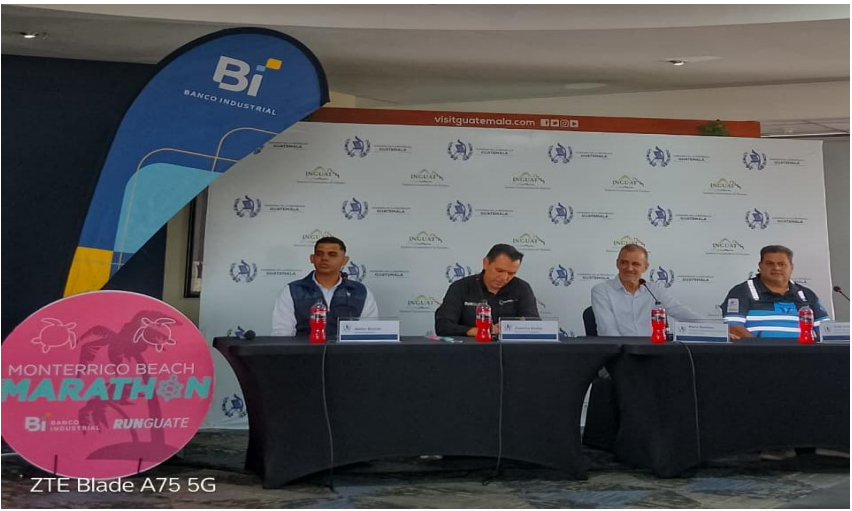


La organización de la carrera ofrece una experiencia completa y profesional. Los participantes pueden elegir entre varias distancias: 42K (maratón), 30K, 21K (media maratón), 10K y 5K, permitiendo la inclusión de atletas de todos los niveles y edades. Además, la inscripción incluye una serie de servicios y beneficios como una playera conmemorativa, medalla de finalista, número de corredor, chip de cronometraje electrónico, certificado de participación, mochila ecológica, así como acceso a servicios sanitarios y atención médica durante el evento. Todo esto gracias al respaldo de patrocinadores como Banco Industrial y Powerade, que garantizan el soporte logístico y la calidad de la experiencia.

La competición se celebrará el domingo 21 de septiembre a partir de las 5:00 a.m. en la pintoresca Aldea El Cebollito, ubicada en Monterrico. Este lugar, conocido por su belleza natural, sus playas y su biodiversidad, aporta un marco incomparable para el desarrollo de la maratón.

El objetivo de la Monterrico Beach Marathon va más allá de la práctica deportiva. Busca promover el atletismo como un estilo de vida saludable, fomentar la convivencia y la integración cultural entre los participantes, y al mismo tiempo, impulsar el turismo y el desarrollo local. El evento es un escaparate para resaltar la riqueza natural y la hospitalidad de la región, contribuyendo a dinamizar la economía y a visibilizar la importancia del deporte en la sociedad.xº


La 12ª edición de la Monterrico Beach Marathon representa una gran oportunidad tanto para deportistas como para la comunidad local. Es un evento que combina esfuerzo, pasión y el deseo de superación personal, en un entorno privilegiado que ofrece mucho más que una simple carrera. Participar en esta maratón es sumarse a una experiencia colectiva, donde el deporte se convierte en motor de cambio y crecimiento.



Si eres corredor, aficionado al deporte, o simplemente buscas vivir un acontecimiento único, no te pierdas la oportunidad de formar parte de la Monterrico Beach Marathon. Prepárate para desafiar tus límites, disfrutar de paisajes espectaculares y compartir con atletas de todo el mundo. ¡Inscríbete y sé parte de esta fiesta deportiva que transforma vidas y comunidades!

 @gtLiberal

Contáctenos: hp@liberalgt.com

 Liberal Gt

Genes, algoritmos y libertad: la nueva era humana



La humanidad se encuentra en la antesala de una transformación sin precedentes. Los avances en genética y el desarrollo de algoritmos inteligentes están redefiniendo no solo el concepto de salud y longevidad, sino también el de libertad individual y colectiva. Esta nueva era humana, marcada por la convergencia entre biología y tecnología, plantea retos y oportunidades que hasta hace poco parecían reservados a la ciencia ficción.

En los últimos años, la secuenciación del genoma humano y las técnicas de edición genética como CRISPR han abierto la puerta a la posibilidad de modificar rasgos hereditarios, prevenir enfermedades y, en el futuro, quizá potenciar capacidades humanas. Sin embargo, estas posibilidades generan intensos debates éticos: ¿Quién decide qué genes deben modificarse? ¿Hasta qué punto es legítimo intervenir en la naturaleza humana? La libertad de elegir sobre nuestro propio cuerpo se enfrenta a dilemas inéditos.

Paralelamente, los algoritmos de inteligencia artificial (IA) han evolucionado a tal punto que pueden analizar grandes volúmenes de datos genéticos, predecir riesgos de salud y proponer tratamientos personalizados. Empresas tecnológicas y laboratorios biomédicos colaboran para desarrollar sistemas capaces de anticipar enfermedades antes de que se manifiesten, lo que podría revolucionar la medicina preventiva. No obstante, la creciente dependencia de estos sistemas automatizados plantea preguntas sobre la privacidad de los datos y el control sobre la información genética.

La libertad en esta nueva era se redefine en función de la relación entre el ser humano y la tecnología. Por un lado, los algoritmos prometen democratizar el acceso a la información y a los servicios de salud; por otro, existe el riesgo de que la toma de decisiones se desplace de las personas a sistemas automatizados, diluyendo la autonomía individual.

Además, la posibilidad de combinar la edición genética con la inteligencia artificial abre escenarios aún más complejos. Imaginemos un futuro en el que los algoritmos no solo analicen nuestros genes, sino que también recomienden —o incluso ejecuten— modificaciones genéticas para optimizar el rendimiento físico o intelectual. ¿Sería esto una evolución natural de la especie o una amenaza a la diversidad humana y la igualdad de oportunidades?

Expertos en bioética, científicos y legisladores coinciden en que es imprescindible establecer marcos normativos claros que garanticen el respeto a los derechos humanos y la transparencia en el uso de estas tecnologías.

En definitiva, la era de los genes y los algoritmos nos obliga a repensar qué significa ser humano y libre en el siglo XXI. El desafío consiste en aprovechar el potencial de estas herramientas para mejorar la calidad de vida, sin perder de vista los valores fundamentales que nos definen como sociedad.



Frigidaire revoluciona la cocina en Guatemala: innovación y confianza para los hogares

Frigidaire, referente mundial en electrodomésticos con más de tres décadas de presencia en Guatemala, ha lanzado recientemente su nueva línea de estufas, diseñadas especialmente para responder a las necesidades y preferencias de los hogares guatemaltecos y centroamericanos. Este lanzamiento es fruto de un estudio exhaustivo sobre los hábitos y demandas de los consumidores locales, reafirmando el compromiso de la marca con la innovación y la calidad.



Las nuevas estufas destacan por sus parrillas de hierro fundido que ofrecen un 63% más de estabilidad, junto con un sistema de 8 puntos de apoyo que proporciona mayor seguridad al cocinar. Además, incorporan el esmaltado vitrificado FastClean, ideal para una limpieza sencilla y rápida, y

las tecnologías exclusivas VaporBake y VaporRegenerate, que optimizan la cocción y regeneración de alimentos, asegurando resultados profesionales en casa.

Complementando esta propuesta, Frigidaire también presenta su línea empotrable de horno y microondas, con una capacidad de 80 litros y 10 modos automáticos, pensados para facilitar la vida diaria y adaptar la cocina a cualquier necesidad. La sólida posición de Frigidaire en Guatemala se ve reforzada por su amplia red de cobertura y una garantía de hasta 10 años en componentes críticos, ofreciendo así confianza y respaldo a sus clientes.

Las nuevas estufas destacan por sus parrillas de hierro fundido que ofrecen un 63% más de estabilidad, junto con un sistema de 8 puntos de apoyo que proporciona mayor seguridad al cocinar. Además, incorporan el esmaltado vitrificado FastClean, ideal para una limpieza sencilla y rápida, y las tecnologías exclusivas VaporBake y VaporRegenerate, que optimizan la cocción y regeneración de alimentos, asegurando resultados profesionales en casa.



Con este lanzamiento, Frigidaire reafirma su liderazgo en el mercado, apostando por la tecnología y el diseño adaptados a la región. La marca sigue evolucionando, comprometida en mejorar la experiencia culinaria y la calidad de vida de las familias guatemaltecas.



Sectores productivos participaron en la segunda Misión Público Privada a Washington DC fortaleciendo la relación comercial bilateral

El sector productivo de Guatemala continúa apoyando a las autoridades del Gobierno de Guatemala en la promoción del país, como destino de inversión o para mejorar las relaciones bilaterales con Estados Unidos, en función de mejorar y fortalecer el comercio.

Bajo esta premisa, recientemente, se efectuó una nueva gira, encabezada por el Ministerio de Economía (MINECO) y el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA), junto al Ministerio de Relaciones Exteriores (MINEX); mientras por el sector privado fueron parte de la misión:

- El Comité Coordinador de Asociaciones Agrícolas, Comerciales, Industriales y Financieras (CACIF)
- La Asociación Guatemalteca de Exportadores (AGEXPORT)
- La Cámara de Comercio Guatemalteco – Americana (AMCHAM)
- La Asociación de Productores Independientes de Banano (APIB)
- La Cámara del Agro (CAMAGRO)
- La Cámara de la Industria de Guatemala (CIG)
- La Fundación para el Desarrollo (FUNDESA)
- La Asociación del Vestuario y Textiles de Guatemala (VESTEX)

Según un comunicado emitido por el MINECO, en las reuniones se destacó: *“la importancia de Guatemala como socio estratégico de Estados Unidos, subrayando que un país, más fuerte contribuye a la estabilidad, la seguridad y el desarrollo compartido en la región. Se resaltó, además, que los beneficios comerciales para las exportaciones agrícolas y de vestuario son una decisión estratégica que protege empleos en ambos países, fortalece las cadenas de suministros y genera más oportunidades formales en Guatemala, ayudando a reducir la migración irregular”.*



Al respecto, los sectores productivos emitieron su postura con relación a la misión público-privada:

CIG: *“Cámara de Industria de Guatemala, participó en la misión conjunta público-privada a Washington D.C. junto al Gobierno de Guatemala y actores clave del sector productivo para fortalecer las relaciones comerciales entre ambos países, fomentar la inversión, discutir proyectos para mejorar la competitividad y reforzar cadenas de suministro seguras entre aliados.*

Estados Unidos es uno de nuestros principales socios comerciales y un aliado estratégico para impulsar la industria, la generación de empleo formal y el desarrollo.”

CÁMAGRO: *“La Cámara del Agro, junto al Gobierno de Guatemala y el sector privado organizado, impulsa en Washington una agenda conjunta con Estados Unidos para fortalecer el comercio agrícola y apoyar a los agricultores de ambos países.*

Las cadenas agrícolas contribuyen directamente a la seguridad alimentaria, energética y hemisférica, prioridades que hacen a América más fuerte y más segura.

Más comercio e inversión en el agro significan más empleos en las comunidades rurales, mayor competitividad y cadenas de suministro más sólidas para ambas naciones.

CACIF: *“El sector empresarial organizado está comprometido con seguir construyendo empleos, inversión y acceso a mercados en EE. UU. Más comercio e inversión significan prosperidad compartida y un mejor futuro para Guatemala.”*

AGEXPORT: *“AGEXPORT, junto al sector público, participó en una misión en Washington, EE. UU., reafirmando el compromiso de fortalecer la relación comercial con este socio estratégico”*

Estados Unidos ocupa el segundo lugar entre los socios comerciales de Guatemala. En 2006, las exportaciones a este país totalizaron US\$2,782.8 millones, incrementándose a US\$4,615.4 millones en 2024, lo que equivale a un crecimiento del 65.9%. Entre 2006 y 2024, las exportaciones hacia Estados Unidos crecieron a una tasa de 2.9% anual, pero en los últimos cuatro años el crecimiento, según datos del MINECO a abril 2025.