



Walmart apertura su nueva tienda en San Cristóbal, la más moderna e innovadora



Fundación Bi y Universidad Da Vinci impulsan la educación y el emprendimiento

14 de noviembre Día Mundial de la Diabetes El consumo de lácteos puede contribuir a reducir el riesgo de diabetes



Walmart apertura su nueva tienda en San Cristóbal, la más moderna e innovadora

Walmart apertura su nueva tienda de formato Supercenter, Walmart San Cristóbal, la número 12 en el país. Ubicada estratégicamente en el Boulevard Principal, San Cristóbal, zona 8, Mixco.

“Estamos emocionados de abrir las puertas de esta nueva tienda Walmart en San Cristóbal, que representa una oportunidad para mejorar la calidad de vida de los guatemaltecos. Con su innovador diseño de tres niveles y un fuerte enfoque en la sostenibilidad, hemos logrado crear un espacio cómodo y moderno para las compras, al mismo tiempo que minimizamos nuestro impacto ambiental. Esto reafirma nuestro compromiso con el bienestar de las familias de la localidad y con el futuro de nuestra operación en el país”, comentó Bárbara Viñals, Directora de Superformatos de CAM.

La nueva tienda con más de 16,800 m² de construcción, cuenta con un nivel de tienda y dos niveles de parqueo techado, con 210 espacios disponibles, entre ellos 18 para personas con discapacidad, 6 para mujeres embarazadas, 50 para motocicletas, 8 espacios Pick Up y 3 plazas para furgones, brindando comodidad y facilidad de acceso a todos los clientes.

Walmart San Cristóbal dispone de diversas áreas de servicio como snack corner, despacho de panadería, farmacia, atención al cliente, paquetería, bodega y cuartos fríos para almacenamiento de productos frescos. El diseño contempla un sistema de flujo vehicular eficiente, con dos accesos y dos salidas, garantizando comodidad al llegar y salir del lugar, y asegurando una experiencia agradable para todos los visitantes.



Compromiso con la sostenibilidad

Esta tienda refleja el compromiso de Walmart con la sostenibilidad, integrando diversas iniciativas que optimizan el uso de recursos y promueven la eficiencia energética. Entre ellas destacan:

- Iluminación LED para reducir el consumo eléctrico
- Sistema fotovoltaico con 655 paneles solares para generar energía renovable
- Planta de tratamiento de aguas residuales aeróbica
- Sistema de ahorro de agua para maximizar su uso
- Planta de emergencia de 500 kW para asegurar el funcionamiento ininterrumpido en caso de cortes de energía

Fundación Bi y Universidad Da Vinci impulsan la educación y el emprendimiento

Con el propósito de impulsar el aprendizaje, la innovación y el desarrollo económico del país, Fundación Bi y la Universidad Da Vinci de Guatemala firmaron un convenio de colaboración que permitirá desarrollar programas de formación, emprendimiento y educación financiera dirigidos a jóvenes y emprendedores en distintas regiones del país.

La alianza busca generar espacios de cooperación entre el ámbito académico y el sector empresarial, promoviendo actividades conjuntas como talleres, conferencias, consultorías y programas educativos que fortalezcan las competencias profesionales y empresariales de los participantes.

Como parte del convenio, se trabajarán sesiones de educación financiera, programas de capacitación sobre productos y servicios financieros, así como iniciativas de innovación y emprendimiento en distintas sedes universitarias, incluyendo la de Huehuetenango.

“En Fundación Bi creemos en el poder de las alianzas que generan oportunidades reales. Con esta firma, reafirmamos nuestro compromiso de seguir impulsando la educación y el emprendimiento como motores del desarrollo sostenible en Guatemala”, expresó María José Paiz, gerente de Fundación Bi.



El Dr. José Cyrano Ruiz Cabarrús, rector de la Universidad Da Vinci de Guatemala, destacó: “Desde la Universidad Da Vinci reafirmamos nuestro compromiso con una educación que transforma vidas. Este convenio con Fundación Bi nos permitirá acercar la innovación y el emprendimiento a más estudiantes, fortaleciendo sus capacidades para aportar al desarrollo del país”.

Este convenio representa un paso más en la visión de Fundación Bi por una Guatemala donde la educación y la innovación caminen de la mano, creando oportunidades que inspiran y transforman.

14 de noviembre – Día Mundial de la Diabetes El consumo de lácteos puede contribuir a reducir el riesgo de diabetes

La diabetes es una enfermedad crónica que se produce cuando el cuerpo no puede regular adecuadamente los niveles de azúcar en sangre. Si no se trata a tiempo, puede ocasionar graves complicaciones que afectan el corazón, los riñones, los ojos y otras partes del cuerpo. Actualmente, la diabetes representa la tercera causa de mortalidad en Guatemala y, a nivel mundial, se estima que cada seis segundos una persona pierde la vida como consecuencia de esta enfermedad.

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS), en América el panorama es alarmante: 68 de cada 100 adultos viven con sobrepeso u obesidad y 36 de cada 100 personas realizan poca o ninguna actividad física. Estos factores de riesgo se reflejan directamente en el aumento de la diabetes tipo 2, que constituye el 90% de los casos y que, en la mayoría de las situaciones, puede prevenirse con hábitos saludables.

En Guatemala, la prevalencia de diabetes ronda el 8% de la población, aunque se estima que existe un alto porcentaje de personas sin diagnóstico o en condición prediabética. Cada día se registran al menos 26 nuevos casos en el país, lo que convierte a esta enfermedad en un desafío creciente para el sistema de salud y la sociedad.

El papel de la alimentación en la prevención y control de la diabetes

La OPS destaca la importancia de fortalecer la educación en salud, tanto para los equipos médicos como para las personas que viven con diabetes y sus cuidadores. En este sentido, la alimentación juega un papel esencial. Mantener una dieta equilibrada, acompañada de actividad física y controles médicos periódicos, es clave para prevenir complicaciones.

Un aliado importante en la prevención y el manejo de la diabetes es el consumo de productos lácteos. Estefani Soto, nutricionista de Dos Pinos, explicó: “En Guatemala, la diabetes afecta ya a más del 10 % de la población adulta, y por eso es clave promover hábitos de alimentación que apoyen la prevención y el manejo de esta condición. Los lácteos, al ser fuente de calcio, proteína y vitamina D, se convierten en aliados estratégicos para mantener la salud metabólica y favorecer un estilo de vida equilibrado”.



Entre los lácteos recomendados para personas con diabetes se incluyen:

- De índice glicémico bajo: leche descremada, leche entera y yogurt bajo en grasa.
- De índice glicémico medio: helados bajos en grasa y sin azúcar añadido, queso cottage o quesos bajos en grasa.

Según Soto, se recomienda el consumo de tres a cuatro porciones diarias de lácteos, siempre como parte de una dieta balanceada y acompañada de actividad física regular.

Una llamada a la prevención

La diabetes es una de las principales causas de ceguera, insuficiencia renal, ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares y amputaciones. Sin embargo, estas complicaciones pueden evitarse o retrasarse con chequeos médicos regulares, detección temprana y un estilo de vida saludable.

En este Día Mundial de la Diabetes, el llamado es a crear conciencia sobre la importancia de la prevención. Adoptar hábitos como mantenerse activo, reducir el consumo de azúcares y alimentos procesados, además de incorporar lácteos y otros alimentos nutritivos en la dieta diaria, puede marcar la diferencia en la calidad de vida de miles de guatemaltecos.

La Navidad Brilla en Pradera: Magia, Alegría y Momentos Inolvidables para toda La Familia



Con más de tres décadas creando espacios que unen comercio, entretenimiento y comunidad, Pradera inicia la temporada más esperada del año. Bajo el concepto “La Navidad Brilla en Pradera”, la red de centros comerciales transforma cada uno de sus destinos en escenarios llenos de luz, música y experiencias únicas que reflejan la esencia de cada región del país.

Cada temporada, Pradera innova en sus experiencias temáticas y activa nuevos formatos comerciales, integrando tecnología, cultura y entretenimiento para ofrecer vivencias únicas. Este año, la red presenta una Navidad totalmente inmersiva, diseñada para inspirar emociones y fortalecer la conexión con cada comunidad donde está presente.

Los centros comerciales Pradera, presentes en Chimaltenango, Chiquimula, Escuintla, Huehuetenango, Puerto Barrios, Xela, Zacapa, y en la capital con Pradera en Vistares (zona 12), se destacan por dinamizar el mercado y llevar innovación en cada una de las comunidades. Para esta mágica temporada, se transforman en escenarios llenos de color y espíritu navideño, donde cada localidad refleja su propia esencia y experiencias pensadas para toda la familia. Mágicas ofertas para regalar sonrisas

Las compras navideñas también tendrán su toque especial con el Super Finde Pradera el 28, 29 y 30 de noviembre, donde los visitantes podrán aprovechar grandes descuentos y promociones exclusivas en sus tiendas favoritas.

El Super Finde Pradera se ha convertido en una de las fechas más esperadas del año, no solo por las oportunidades de compra, sino también por la experiencia completa que ofrece: música en vivo, distintas dinámicas con los visitantes, horarios extendidos y espacios decorados con el brillo y la magia de la Navidad. Es la ocasión perfecta para adelantar los regalos, apoyar al comercio local y compartir momentos alegres en un ambiente seguro y familiar.

HOSPITAL ESPERANZA premia proyectos que transforman la salud en Guatemala

El Hospital Esperanza llevó a cabo la primera edición del “Galardón Esperanza”, una iniciativa que reconoce visibiliza y apoya el trabajo de organizaciones que están generando transformaciones significativas en el sistema de salud del país.

El Galardón Esperanza nace como una plataforma para destacar la innovación, el compromiso social y el impacto positivo de proyectos que promueven una atención médica más humana, accesible y sostenible. Su creación responde al propósito del Hospital Esperanza de trascender su labor asistencial y convertirse en un agente de cambio que promueva la excelencia y la esperanza en todo el país.

Cada categoría del galardón Salud, Educación e Investigación recibió un premio económico de Q150,000, destinado exclusivamente al desarrollo o fortalecimiento de los proyectos ganadores. Asimismo, el segundo lugar de cada categoría se llevará Q75,000, reconociendo su aporte y compromiso con el bienestar del país. Además, se otorgaron menciones honoríficas a iniciativas destacadas por su impacto y originalidad.

Todos los fondos serán ejecutados dentro del territorio nacional y orientados a beneficiar directamente a familias guatemaltecas.

“El Galardón Esperanza representa nuestro compromiso con el bienestar y la salud de los guatemaltecos. A través de este reconocimiento, fortalecemos iniciativas que generan un impacto real en las comunidades, colaborando con organizaciones que comparten nuestra visión de transformar el futuro de la salud en Guatemala”, afirmó el Ingeniero Guillermo Monroy Herrera, presidente del Hospital Esperanza.

Ganadores por categoría:

Salud: Primer lugar Tula Salud Atención prenatal innovadora en Guatemala. Este proyecto garantiza el acceso a la salud materna y reproductiva en comunidades rurales de Huehuetenango, brindando atención prenatal a más de 7,200 mujeres embarazadas mediante un sistema de telemedicina impulsado por energía solar.

Segundo lugar Range of Motion Project y las menciones honoríficas para los proyectos de Fundación Erick Quiroa y EINSIQUE



Educación: Primer Lugar Asociación de Salud Integral Curso e-learning sobre el Virus del Papiloma Humano (VPH). La iniciativa impulsa la capacitación virtual de personal médico en temas de prevención, diagnóstico y atención del VPH, con cobertura nacional y especial énfasis en regiones rurales.

Segundo lugar Instituto Neurológico de Guatemala y mención honorífica para Asociación Puente.

Investigación: Primer lugar Instancia por la Salud y el Desarrollo de las Mujeres (OSAR Guatemala) Prevención y atención del cáncer de cérvix. Este proyecto beneficiará a más de 19,000 niñas, niños y mujeres, priorizando la detección temprana y atención del cáncer de cérvix y mama.

Segundo lugar para la Asociación de Salud Mental y mención honorífica para Wuqu' Kawok Maya Health Alliance.

Ecofiltro invita a los guatemaltecos a invertir en salud, ahorro y medio ambiente durante su Semana Black



Ecofiltro, empresa 100% guatemalteca comprometida con la salud, el ahorro familiar y el cuidado del medio ambiente, anuncia su Semana Black, una promoción especial por tiempo limitado que invita a los guatemaltecos a adquirir su Ecofiltro con descuentos exclusivos del 24 de noviembre al 1 de diciembre, disponibles únicamente al comprar en línea a través de su sitio oficial: www.ecofiltro.com.gt.

Durante esta semana, los consumidores podrán aprovechar ofertas diarias en modelos seleccionados de Ecofiltro, una oportunidad ideal para invertir en salud, cuidar el planeta y ahorrar en el hogar. Más que una promoción, es una invitación a formar parte del movimiento que transforma la vida de miles de familias al garantizar acceso a agua purificada y segura.

“Fernando Mazariegos desarrollo esta tecnología por y para los guatemaltecos, hoy está disponible en más de 22 países, donde miles de personas confían en su efectividad, estas promociones invitan a los guatemaltecos a ser parte de un legado de innovación y amor por Guatemala que hoy seguimos honrando a través de Ecofiltro en sus hogares. Este producto no solo representa una solución ecológica, sino también una inversión en bienestar y futuro para cada hogar”, expresó Philip Wilson, CEO de Ecofiltro.

Ecofiltro es el regalo perfecto para este fin de año: Un símbolo de salud, conciencia ambiental y orgullo nacional. Cada filtro adquirido representa un paso hacia un país más saludable, sostenible y con acceso universal a agua limpia.

¡Aprovecha esta Semana Black, visita www.ecofiltro.com.gt, y sé parte del cambio!