

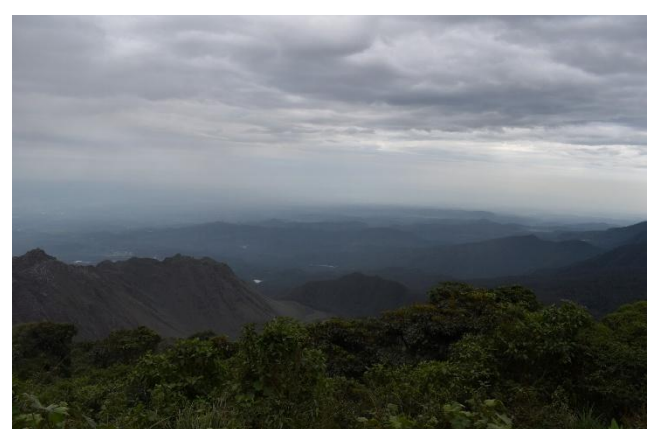


Proyecto “Luchando por tu barrio” para los niños y jóvenes de los barrios de la capital

Dos pinos promueve el consumo de productos lácteos en la alimentación escolar infantil



Últimas noticias Ambiente cálido previsto para los próximos días en el país





Mejora de aeródromos para impulsar la seguridad y la economía

En un esfuerzo coordinado por transformar la red de transporte del país, el Ministerio de Comunicaciones, Infraestructura y Vivienda (CIV), a través de la Dirección General de Aeronáutica Civil (DGAC), ha intensificado los trabajos de mantenimiento y mejora en diversos aeródromos estratégicos de Guatemala.

Estas acciones no solo buscan garantizar una **experiencia digna y segura para los usuarios**, sino que se consolidan como un pilar fundamental para el **desarrollo económico, la facilitación del comercio local y el impulso al turismo nacional**.

Optimización técnica en puntos estratégicos

La intervención estatal ha alcanzado múltiples terminales aéreas, cada una con requerimientos específicos para elevar sus estándares de operatividad:

- **Aeródromo de Cobán:** Se han priorizado las labores de seguridad operacional mediante el **chapeo de los márgenes de la pista** y la aplicación de herbicidas. Un aspecto crítico fue la poda de un árbol que representaba un obstáculo en la cabecera 03.

Además, en alianza con el INGUAT, se ha fortalecido la promoción turística de la región mediante la entrega de material informativo para los visitantes, en las distintas áreas de transporte aéreo, lo cual contribuye a la atención de turistas y también a brindarles una bienvenida.

- **Aeródromo de San José, Escuintla:** La seguridad en la navegación aérea recibió un impulso vital con el mantenimiento de los equipos **VOR y DME** por parte de COCESNA. Estas verificaciones técnicas aseguran que las frecuencias de recepción sean exactas, minimizando riesgos en la aviación civil.

- **Aeródromo de Huehuetenango:** Con vistas al futuro, se han realizado verificaciones municipales para la **próxima ampliación de la terminal aérea**. Asimismo, la finalización de los trabajos de **drenaje** garantiza que la pista mantenga su operatividad incluso durante la temporada de lluvias, evitando interrupciones en la conectividad.

- **Aeródromo de Chiquimula:** Las cuadrillas han avanzado en la limpieza y chapeo de la pista, asegurando un entorno libre de obstáculos para las maniobras aéreas.

El impacto de la conectividad en el desarrollo integral

La mejora de la infraestructura aeronáutica actúa como un catalizador que complementa otros sectores discutidos en la agenda nacional. Mientras que empresas líderes como **Lenovo** reportan ingresos récord impulsados por la **revolución de la IA**, la mejora en la conectividad física de Guatemala permite que ese crecimiento tecnológico y comercial llegue de forma más eficiente a las regiones departamentales.

Concierto de Bellas Artes en presentaciones para cuaresmas



La Cuaresma en Guatemala se manifiesta como una época donde la fe, la tradición y la identidad nacional convergen en una atmósfera de profunda reflexión. Como parte fundamental de esta conmemoración, la **Marimba de Concierto de Bellas Artes** ha anunciado el inicio de su **Temporada Cuaresmal**, una iniciativa que busca llevar la música sacra a distintos rincones del país a través de una serie de presentaciones gratuitas en recintos de alto valor histórico.

Para las y los guatemaltecos, la música es el hilo conductor que evoca la solemnidad de esta temporada, entrelazándose con las expresiones de fe que caracterizan el calendario litúrgico nacional. **En este contexto, el ensamble de Bellas Artes se propone no solo ofrecer un espectáculo artístico, sino fomentar la expresión sonora como una herramienta para preservar y difundir la riqueza de las tradiciones culturales de Guatemala..**

Este despliegue cultural no ocurre de forma aislada. La posibilidad de que agrupaciones artísticas nacionales se desplacen hacia el interior, como el caso de la presentación en Escuintla o la futura expansión de la terminal de Huehuetenango, se ve fortalecida por los recientes esfuerzos de **modernización aeronáutica e infraestructura vial** liderados por el Ministerio de Comunicaciones (CIV) y la DGAC.

liberal

somos guate

GT

Ecosistema informativo regional

liberalgt.com

f

Liberal Gt

X

@GtLiberal

Pauta con nosotros Hp@liberalgt.com



Dos pinos promueven el consumo de productos lácteos en la alimentación escolar infantil

En el actual entorno educativo, donde las exigencias cognitivas son cada vez mayores, la ciencia nutricional ha comenzado a desempeñar un papel protagonista en el éxito de los estudiantes. Investigaciones recientes subrayan que un **cerebro en crecimiento no solo requiere instrucción, sino un aporte constante de energía y nutrientes específicos** para sostener procesos críticos como la atención, la memoria y el aprendizaje.

Durante las etapas fundamentales de la niñez y la adolescencia, una alimentación adecuada no se limita únicamente al crecimiento físico; está directamente vinculada a **mejores resultados académicos, una mayor capacidad de concentración y un bienestar emocional superior**. En este panorama, alimentos de consumo cotidiano como la leche y el yogurt emergen como aliados estratégicos debido a su denso perfil nutricional.

El combustible de la función neurológica

Según datos analizados, estos alimentos aportan **proteína de alta calidad, calcio y vitaminas del complejo B (específicamente B2 y B12)**, además de vitamina D en muchos casos. Estos componentes no son accesorios; son elementos esenciales involucrados en el **metabolismo energético, la neurotransmisión y el mantenimiento de la función neurológica normal**.

Entre los beneficios que pueden encontrarse se hayan:

- **Proteína y Cognición:** Estudios y revisiones recientes asocian una ingesta adecuada de proteína con una **mejor atención y rendimiento cognitivo** en niños y jóvenes.
- **Vitaminas del Complejo B:** La riboflavina (B2) y la vitamina B12 son fundamentales para el metabolismo energético y la salud del sistema nervioso.

• **Bienestar Mental:** Un hallazgo relevante es la conexión entre el **consumo de alimentos fermentados, como el yogurt, y la mejora en los indicadores de bienestar psicológico**, sugiriendo que la salud intestinal influye directamente en el estado de ánimo de los estudiantes.

“Incorporar leche y yogurt dentro de las refacciones balanceadas aportan nutrientes que pueden apoyar la concentración y el aprendizaje, ya que aportan energía de liberación sostenida y nutrientes esenciales para el cerebro, especialmente durante la jornada escolar”, menciona Estefani Soto, nutricionista de Dos Pinos.

La importancia de la "energía sostenida"

Uno de los mayores desafíos en la jornada escolar es evitar los picos y caídas de energía que afectan la atención. El concepto de **índice glucémico** es clave en este aspecto. Las refacciones que combinan de manera inteligente **proteína y carbohidratos complejos** permiten una liberación de energía más estable, lo que se traduce en una atención sostenida durante las clases.

La inclusión de leche y yogurt en las meriendas diarias no solo es una medida nutricional, sino práctica. Estos alimentos ofrecen **saciedad y energía estable**, evitando el cansancio prematuro que suele aparecer a mitad de la mañana.

Para implementar estos beneficios en la vida cotidiana, las fuentes sugieren opciones nutritivas y fáciles de preparar que pueden marcar la diferencia en el recreo o antes de una sesión de estudio:

1. **Yogurt natural con fibra:** La combinación de yogurt natural (bajo en azúcar), rodajas de frutas como fresas o banano y un puñado de granola integral ofrece una mezcla rica en **proteínas, calcio y fibra**, ideal para mantener el ritmo a media mañana.

2. **Batidos de energía sostenida:** Un batido cremoso que utilice leche descremada, media taza de avena y fruta congelada (como mango o fresas) proporciona una **liberación de energía constante**, perfecta para las horas de mayor demanda intelectual.

3. **Tostadas ricas en proteínas:** El uso de queso cottage sobre pan integral, complementado con frutos como arándanos o moras, combina **proteína de alta calidad con antioxidantes y carbohidratos complejos**, una fórmula diseñada para mantener la atención entre clases.

El impacto de los lácteos en el estado de ánimo de los estudiantes es un tema de creciente interés científico, ya que la nutrición durante la niñez y la adolescencia no solo afecta el crecimiento físico, sino que está estrechamente vinculada al **bienestar emocional y psicológico**.

El cerebro de un estudiante requiere un aporte constante de energía para sostener la memoria y el aprendizaje. Cuando estas necesidades nutricionales están cubiertas con alimentos como la leche y el yogurt — que a menudo están fortificados con **vitamina D**—, se establece una base sólida para un **mejor bienestar emocional** general durante las etapas críticas de la niñez y la adolescencia.

Existen otros nutrientes que la ciencia nutricional general suele considerar esenciales para la memoria en jóvenes y que usted podría querer verificar de forma independiente:

- **Ácidos grasos Omega-3 (DHA y EPA):** Componentes estructurales del cerebro que facilitan la plasticidad sináptica necesaria para el aprendizaje.
- **Hierro:** Crucial para el transporte de oxígeno al cerebro; su deficiencia se asocia con fatiga mental y dificultades de concentración.



Lenovo muestra su crecimiento con rentabilidad impulsada por IA

Lenovo Group Limited ha anunciado resultados históricos que consolidan su posición como líder indiscutible en la era de la inteligencia artificial. Según el informe del tercer trimestre del año fiscal 2025/26, el Grupo alcanzó ingresos récord de **22.2 mil millones de dólares**, lo que representa un crecimiento del **18% interanual**. Este éxito no es aislado, ya que todos los grupos de negocio de la compañía registraron crecimientos de doble dígito, demostrando una resiliencia operativa notable en un entorno volátil.

La Inteligencia Artificial como motor de crecimiento

El dato más revelador del informe es la transformación de la Inteligencia Artificial (IA) de una tendencia emergente a un motor financiero sólido. Los ingresos relacionados con la IA experimentaron un salto del **72% interanual**, representando ya casi un tercio (**32%**) de los ingresos totales del Grupo. Esta expansión ha sido impulsada por una demanda masiva de dispositivos, infraestructura y soluciones diseñadas específicamente para esta tecnología.

“Lenovo tuvo un rendimiento excepcional en todos los frentes en el tercer trimestre fiscal, con todos los negocios principales logrando un fuerte crecimiento de ingresos de doble dígito y la IA convirtiéndose en un motor de crecimiento líder. Implementamos una reestructuración estratégica de nuestro negocio de Soluciones de Infraestructura, encaminándolo hacia un crecimiento sostenible y rentable. Al aprovechar nuestra excelencia operativa, navegamos eficazmente los desafíos del mercado de aumentos de costos de componentes y escasez de suministro, cumplimos nuestro compromiso de ganar cuota de mercado y mejorar la rentabilidad. De cara al futuro, a medida que la IA se integra cada vez más en la vida diaria de las personas y en las operaciones empresariales, continuaremos impulsando la IA Híbrida para capturar las importantes oportunidades que brinda la democratización de la IA, acelerar el crecimiento, mejorar la rentabilidad y entregar valor a largo plazo a nuestros accionistas”, Indicó Yuanqing Yang Presidente y CEO de Lenovo

Dentro de esta estrategia, destaca el lanzamiento de **Lenovo y Motorola Qira**, una inteligencia ambiental personal que permite a los usuarios interactuar con sus dispositivos de forma fluida y contextual, sin necesidad de aplicaciones separadas. Esta innovación fue galardonada como uno de los productos más inspiradores en el CES 2026, reforzando la visión de "IA para todos" de la compañía.

Liderazgo absoluto en computación y dispositivos inteligentes

El **Intelligent Devices Group (IDG)** de Lenovo reportó un rendimiento excepcional con ingresos de **15.8 mil millones de dólares**. A pesar de los desafíos en la cadena de suministro y el aumento en los costos de componentes, el negocio de PC logró una hazaña histórica: alcanzar una cuota de mercado del **25.2%**. Lenovo se convierte así en la única compañía en superar la barrera del 25% de participación global en este sector.

Por su parte, los smartphones Motorola también contribuyeron al éxito del trimestre, logrando **volúmenes de venta y activaciones récord**.

Infraestructura y servicios: Crecimiento y sostenibilidad

El área de infraestructura (**ISG**) también marcó hitos significativos con ingresos de **5.2 mil millones de dólares**, un aumento del 31%. Un dato sobresaliente es el crecimiento del **300%** en los ingresos de la tecnología de refrigeración líquida **Neptune**, lo que refleja una adopción acelerada de soluciones eficientes para centros de datos y servidores de IA. Para optimizar este crecimiento a largo plazo, el Grupo realizó una reestructuración estratégica que se espera genere ahorros de más de **200 millones de dólares anuales** en los próximos tres años.

Más allá de los números, Lenovo ha sido reconocida por su liderazgo en criterios **ESG** (ambientales, sociales y de gobernanza), obteniendo por cuarta vez consecutiva la calificación **AAA de MSCI** y distinciones por su gestión del cambio climático y seguridad hídrica. Asimismo, la empresa fue incluida nuevamente en la lista de los **100 Mejores Lugares de Trabajo para Innovadores** por *Fast Company*.



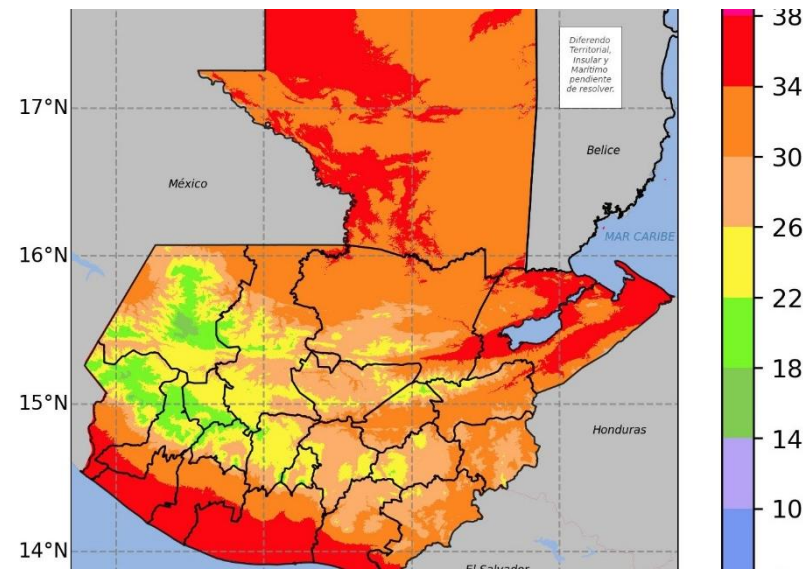
@gtLiberal

Contáctenos: hp@liberalgt.com



Liberal Gt

Ambiente cálido previsto para los próximos días en el país



Durante los últimos días, muchos guatemaltecos, en distintas partes del país, han alcanzado a persivir un aumento, lento pero gradual, de las temperaturas, esto según los pronósticos del Instituto Nacional de Sismología, Vulcanología, Meteorología e Hidrología –INSIVUMEH–, algo apreciable desde este fin de semana, con neblina en las primeras horas de la mañana en distintas regiones del país, ambiente cálido y brumoso durante el día, y persistencia de frío en horas de la noche y madrugada, especialmente en el Altiplano Central y Occidental.

Mientras algunas zonas del país experimentarán temperaturas bajo cero, otras alcanzarán niveles de calor propios de la temporada de verano, lo que exige medidas de precaución diferenciadas para la población.

Para la **Meseta Central**, que abarca la Ciudad Capital, se prevé un escenario de contrastes diarios. Las primeras horas de la mañana estarán marcadas por áreas con **niebla**, dando paso a cielos con poca nubosidad y un ambiente soleado durante el resto del día. Sin embargo, las autoridades advierten que el **frío persistirá con fuerza durante la noche y la madrugada**.

En la Ciudad Capital, las temperaturas oscilarán entre una máxima de **26.0°C a 28.0°C** y una mínima de **12°C**,. La situación es más rigurosa en el **Altiplano Occidental**, donde se pronostica que el termómetro descienda hasta los **-1°C**, contrastando con máximas que podrían llegar a los 30.0°C durante el día,. Por su parte, el Altiplano Central registrará mínimas de **8°C**.

Altas temperaturas en las regiones costeras y del norte

En el extremo opuesto del espectro climático, las regiones del **Pacífico y el Norte (Petén)** experimentarán un ambiente significativamente más caluroso.

- **Región del Pacífico:** Se esperan las temperaturas más altas del país, situándose entre los **34.0°C y 37.0°C**. Las mínimas en esta zona no bajarán de los 19°C.
- **Petén:** El norte del país mantendrá un ambiente cálido con máximas de **33.0°C a 35.0°C** y mínimas de 17°C,.
- **Oriente y Caribe:** Tanto los Valles del Oriente como la región del Caribe presentarán máximas que superarán los 31.0°C.

Alerta por suelos secos y ausencia de lluvias

Un punto de especial atención en el reporte del INSIVUMEH es la **ausencia de lluvias** en las regiones del Norte y el Caribe, una condición que se espera persista en los próximos días. Esta falta de precipitación ha provocado que los **suelos se mantengan secos**, incrementando potencialmente la vulnerabilidad ante incendios forestales o afectaciones agrícolas, por lo que se recomienda a la población tomar las precauciones necesarias para mitigar riesgos.

Respecto a la ventilación, se espera un **viento ligero del nordeste** durante la mañana en la capital, con una posible transición hacia el sur durante la tarde.



EPA anuncia artículos para el hogar

En un contexto marcado por la necesidad de optimizar los espacios de convivencia y aprendizaje, la red de tiendas EPA ha anunciado el inicio de su **temporada de liquidación 2026**, ofreciendo una oportunidad única para los guatemaltecos que buscan renovar su entorno con precios de oportunidad. La promoción, que estará vigente **hasta el 22 de febrero**, incluye descuentos significativos que oscilan entre el **30%, 50% y hasta el 70%** en productos seleccionados.

Soluciones para el rendimiento académico y profesional

Entendiendo que un entorno adecuado es fundamental para el bienestar —complementando factores clave como la **nutrición inteligente** y el consumo de lácteos para la función neurológica discutidos previamente—, la liquidación destaca artículos diseñados para mejorar la productividad.

Entre los productos estrella se encuentra el **escritorio Lamar de melamina**, ideal para crear espacios de estudio o trabajo prácticos y organizados. Este tipo de mobiliario, combinado con la **iluminación inteligente de las series LED Smart RGB** y las lámparas de luz fría, permite personalizar los ambientes para reducir la fatiga visual y mejorar la concentración durante las jornadas académicas.

Tecnología para enfrentar los contrastes climáticos

Ante los recientes reportes meteorológicos que señalan **altas temperaturas de hasta 37°C** en regiones como el Pacífico y el Norte del país, la temporada de liquidación ofrece soluciones tecnológicas para mantener el confort térmico.

Los consumidores podrán encontrar opciones como:

- **Ventiladores de techo LED** con control remoto, que integran iluminación y ventilación en un solo diseño.
- **Enfriadores de torre personales y ventiladores enfriadores portátiles de 8 litros**, alternativas móviles y eficientes para refrescar espacios ante el intenso calor estacional.

La temporada de liquidación está disponible en las cinco tiendas físicas ubicadas estratégicamente en **Plaza Madero Roosevelt, Rambla 10, San José Pinula, Portales Zona 17 y El Tinajón en Quetzaltenango**. Cabe destacar que, para los residentes del Altiplano Occidental que enfrentan temperaturas bajo cero, contar con una iluminación eficiente y espacios de trabajo organizados es vital para las horas de estudio durante las madrugadas frías.

Para quienes prefieren la comodidad del hogar, EPA ha habilitado canales digitales a través de **epaenlinea.com** y atención personalizada vía **WhatsApp al 2305-0100**, donde se pueden adquirir más de mil artículos con precios especiales desde los **Q20 hasta los Q50**.

Esta iniciativa no solo representa un alivio económico para las familias, sino una inversión en la **calidad de vida y el rendimiento intelectual**, factores que, sumados a una dieta rica en proteínas y vitaminas del complejo B, aseguran un desarrollo óptimo para los jóvenes en este ciclo 2026.



Proyecto “Luchando por tu barrio” para los niños y jóvenes de los barrios de la capital

En un esfuerzo por fortalecer el tejido social y ofrecer alternativas constructivas a la juventud en situación de vulnerabilidad, la **Federación Deportiva Nacional de Luchas de Guatemala**, en coordinación con el Ministerio de Cultura y Deportes, ha lanzado oficialmente el proyecto “**Luchando por tu barrio**”. Esta iniciativa, de carácter social, deportivo y educativo, busca convertir la práctica de la **Lucha Olímpica** en un motor de cambio para niños y adolescentes entre los **10 y 16 años**.

El lanzamiento oficial ha tenido lugar en el **Parque Erick Barrondo**, marcando el inicio de una serie de intervenciones que buscan acercar esta disciplina a los barrios y colonias más necesitadas.

El deporte como herramienta de paz y desarrollo

El proyecto no se limita únicamente a la instrucción técnica de una disciplina olímpica. Según los lineamientos de la Federación, el objetivo primordial es utilizar el deporte como una **herramienta de desarrollo integral y transformación social**. A través de entrenamientos estructurados y un acompañamiento formativo constante, se pretende:

- Reducir los índices de violencia y delincuencia en zonas de riesgo.
- Fomentar hábitos de vida saludables y el uso positivo del tiempo libre.
- Fortalecer el sentido de pertenencia e identidad en las comunidades populares.
- Detectar nuevos talentos deportivos que puedan representar a Guatemala en la arena nacional e internacional.



Sedes y accesibilidad para la juventud

En su fase inicial, el programa se implementará en tres sedes estratégicas de la Ciudad de Guatemala, donde las y los jóvenes podrán participar de forma **completamente gratuita**:

1. **Parque Erick Barrondo**, zona 7.
2. **Centro Deportivo Gerona**, zona 1.
3. **Parque de la Paz "Carlos 'El Pescadito' Ruiz"**, zona 21.

Con esta descentralización del deporte federado, las autoridades reafirman su compromiso con la base comunitaria, apostando por la niñez como agentes clave para la construcción de una sociedad más **sana, segura e inclusiva**.

Desafíos físicos y nutricionales para el joven atleta

La práctica de la Lucha Olímpica demanda un alto rendimiento físico, lo que hace imprescindible conectar este proyecto con los principios de **nutrición inteligente** discutidos anteriormente. Para que un joven de 10 a 16 años pueda responder a la exigencia de los entrenamientos y mantener su rendimiento académico, es vital un aporte constante de **proteína de alta calidad y vitaminas del complejo B (B2 y B12)**, nutrientes que se encuentran de forma densa en la **leche y el yogurt**.

Como se ha analizado en sesiones previas, estos componentes no solo favorecen el crecimiento físico, sino que son esenciales para el **metabolismo energético y la función neurológica**. Una refacción equilibrada que combine estos lácteos con carbohidratos complejos permitirá a los participantes de "Luchando por tu barrio" mantener la **atención y la energía sostenida** necesaria tanto en el colchón de lucha como en el salón de clases, y en la vida diaria.