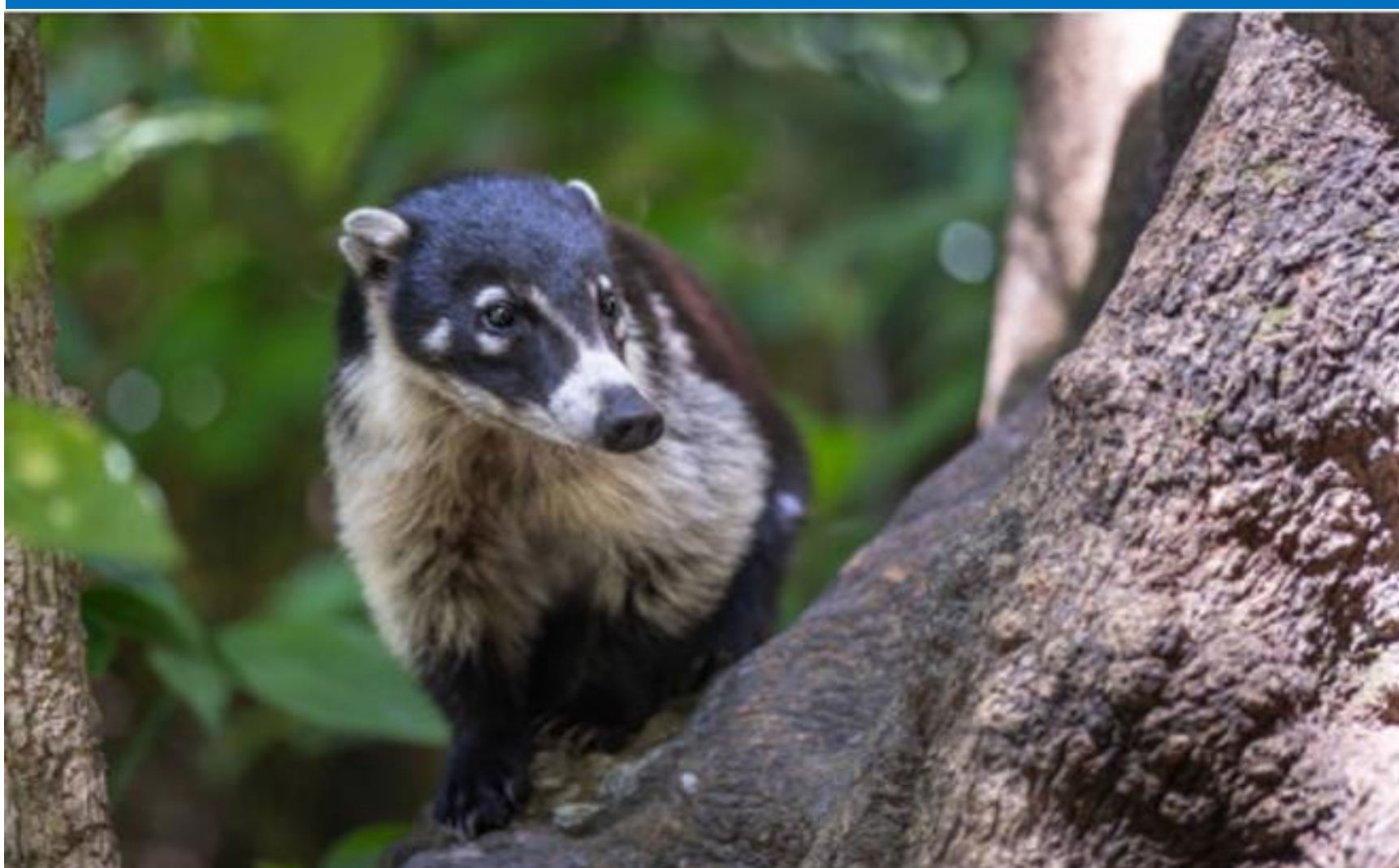




Edición Semanal

Del 24 al 30 de agosto de 2026

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





ProDominicana distingue a Cementos Progreso en la categoría Construcción del Americas Investment Forum 2026



“Lo que desechamos” cobra vida en el IV Festival Rotario de Upcycling Art Guatemala 2026

HÉROES DEL FUEGO DE TOLEDO **evoluciona su imagen para los amantes de la parrilla**



ProDominicana distingue a Cementos Progreso en la categoría Construcción del Americas Investment Forum 2026

El compromiso con el desarrollo sostenible, la generación de empleo y la inversión de largo plazo fue reconocido con un importante galardón para Cementos Progreso Dominicana, durante la apertura del Americas Investment Forum 2026, uno de los encuentros más relevantes para la promoción de inversiones en la región.

La empresa fue distinguida por ProDominicana en la categoría Construcción, un reconocimiento que destaca el aporte de las organizaciones que impulsan el crecimiento económico de la República Dominicana mediante inversiones que fortalecen la competitividad, dinamizan la economía y generan oportunidades para miles de personas.

La ceremonia fue encabezada por el presidente de la República Dominicana, Luis Abinader, junto a la directora ejecutiva de ProDominicana, Biviana Riveiro, en un evento que reunió a representantes de más de 52 países para promover alianzas estratégicas e identificar nuevas oportunidades de inversión y desarrollo.



Compromiso con el desarrollo del país

Este reconocimiento refleja el compromiso permanente de Cementos Progreso Dominicana con el crecimiento del país, a través de una operación que impulsa el desarrollo de infraestructura, crea valor compartido y contribuye al bienestar de las comunidades donde tiene presencia.

Más allá del reconocimiento institucional, este logro representa el esfuerzo colectivo de cada colaborador que, desde las plantas, las operaciones de campo y las oficinas, aporta diariamente su conocimiento, dedicación y compromiso para hacer realidad proyectos que generan un impacto positivo en las personas y en el entorno.

Cementos Progreso Dominicana fue reconocida por ProDominicana en el Americas Investment Forum 2026 por su aporte a la inversión extranjera, el desarrollo de infraestructura y el crecimiento sostenible de República Dominicana.



Con esta visión, Progreso, compañía multilatinas con más de 125 años de trayectoria que genera desarrollo sostenible en los sectores de Construcción, Agro, Energía y Desarrollo Inmobiliario, impulsa iniciativas que promueven el desarrollo de los países y fortalecen una cultura organizacional basada en la prevención y el bienestar.

Este reconocimiento fortalece nuestra motivación para seguir construyendo relaciones de confianza, impulsando inversiones responsables y contribuyendo al desarrollo de infraestructura que mejora la calidad de vida de las personas y promueve el progreso de las comunidades donde operamos.

HEROES DEL FUEGO DE TOLEDO evoluciona su imagen para los amantes de la parrilla

La marca de cortes premium de cerdo renueva su imagen para reflejar con mayor claridad su especialización parrillera, manteniendo la misma calidad y sabor de siempre.

Héroes del Fuego de Toledo, marca de cortes premium de cerdo de Corporación Multi Inversiones, renueva su imagen para reflejar mejor su esencia y su especialización en parrilla. Con esta nueva imagen, ya disponible en Guatemala, la marca acompaña a los amantes de la parrilla para convertir cada encuentro alrededor del fuego en una experiencia memorable, caracterizada por su gran sabor, jugosidad y procesos de calidad.

Héroes del Fuego de Toledo: nueva imagen, misma pasión

La nueva imagen incluye cambios en el logo, los colores, los gráficos y los empaques. Estos cambios buscan hacer más reconocible a Héroes del Fuego y comunicar con mayor claridad su especialización en cortes para parrilla, facilitando también la identificación de sus productos en el punto de venta.

La renovación se aplica al portafolio completo de la marca, conformado por **Tomahawk, Costilla St. Louis, Matambre y Entraña**, todos cortes premium de cerdo congelados en presentaciones de peso variable. La nueva imagen ya se encuentra disponible en Guatemala y los consumidores podrán encontrar progresivamente la nueva imagen en el área de congelados de supermercados como Walmart, Paiz, La Torre, La Central de Pollo Rey y Belca.



"Héroes del Fuego de Toledo empezó con una idea muy concreta: demostrar todo lo que el cerdo puede dar en la parrilla. Cortes como el Tomahawk, la costilla St. Louis, la entraña y el matambre abrieron posibilidades que antes no estaban sobre la mesa. Esa historia es la que sostiene la nueva imagen, porque lo que hoy mostramos con más claridad es algo que la marca ha construido durante años", agregó Ana Gabriela Morales, Gerente de Mercadeo de Embutidos y Porcícola.

La marca se dirige tanto a quienes están aprendiendo a hacer parrilla como a quienes ya dominan el fuego. Para ambos, la propuesta es ofrecer un portafolio especializado en cortes premium de cerdo, con control y cuidado desde el origen que caracteriza a Toledo. Esta conversación continúa en sus redes sociales, donde Héroes del Fuego de Toledo comparte técnicas, información sobre sus cortes e ideas de preparación, además de invitar a los parrilleros a compartir sus experiencias y resolver sus dudas.

Aelha llevará el cuidado del arte corporal guatemalteco al Festival Chapín de Los Ángeles

AELHA, marca guatemalteca especializada en el cuidado integral de tatuajes, formará parte del Festival Chapín de Los Ángeles, un evento que durante diez años consecutivos ha reunido a miles de guatemaltecos residentes en Estados Unidos para celebrar sus raíces, cultura y tradiciones.

El Festival Chapín de Los Ángeles se celebrará los días 29 y 30 de agosto de 2026 en el Lafayette Park (625 S Lafayette Park Place, Los Ángeles, CA), con entrada gratuita y un horario de 10:00 a.m. a 10:00 p.m.

Con una asistencia estimada de más de 300,000 personas, el Festival Chapín se ha consolidado como una de las celebraciones más representativas de la comunidad guatemalteca en el extranjero. Durante dos días, nueve cuerdas de la ciudad de Los Ángeles se transforman en un espacio lleno de gastronomía, música, arte, marcas y emprendimientos que acercan un pedacito de Guatemala a quienes viven fuera del país.

"Para nosotros es un orgullo llevar una marca creada en Guatemala a un evento que reúne a miles de connacionales. Queremos demostrar que en el país se desarrollan productos de alta calidad que responden a las necesidades de quienes consideran sus tatuajes una forma de expresar su historia e identidad", destacó Telma Arteaga, gerente de mercadeo de la marca.

En esta edición, AELHA será una de las marcas nacionales que representará el talento y la innovación guatemalteca, presentando su línea especializada para el cuidado de tatuajes, elaborada con ingredientes de origen natural y diseñada para proteger, hidratar y mantener la intensidad del color tanto en tatuajes recientes como cicatrizados.



La propuesta de AELHA se basa en una rutina de cuidado que ayuda a preservar la apariencia y salud de los tatuajes. Su línea incluye una espuma limpiadora, una crema con FPS 30 que protege la piel de los efectos de la radiación solar y un bálsamo que hidrata y realza la intensidad de los colores, contribuyendo a que los tatuajes luzcan vibrantes por más tiempo.

Cada uno de sus productos está formulado sin químicos agresivos, utilizando ingredientes de origen natural que favorecen el cuidado diario de la piel tatuada. Durante el Festival Chapín, los asistentes podrán conocer la línea completa de productos, recibir información sobre la importancia del cuidado posterior al tatuaje y descubrir cómo una rutina adecuada contribuye a preservar su apariencia con el paso del tiempo.

“Lo que desechamos” cobra vida en el IV Festival Rotario de Upcycling Art Guatemala 2026

Más de 70 obras integran la cuarta edición del Festival, que une arte, conciencia y acción social para reflexionar sobre aquello que estamos dejando de valorar como sociedad.

El Club Rotario Guatemala La Reforma y el Club Rotaract Guatemala La Reforma inauguran hoy el IV Festival Rotario de Upcycling Art Guatemala 2026, una exposición que reúne más de 70 obras creadas a partir de materiales descartados y que permanecerá abierta al público del 21 de agosto al 9 de septiembre en la galería de la Alianza Francesa Guatemala.

Bajo el tema “**Lo que desechamos**”, la cuarta edición lleva el concepto del suprarreciclaje más allá de la transformación de materiales. Las obras invitan a reflexionar sobre aquello que estamos perdiendo, ignorando o dejando de valorar como sociedad: desde la naturaleza, la memoria y las relaciones humanas hasta la salud, la libertad de expresión, el consumo, la indiferencia y otros temas de la realidad contemporánea.

Para crear sus piezas, los artistas transformaron papel, cartón, plástico, textiles, componentes electrónicos, vidrio, metal y otros materiales reutilizables en obras con un nuevo valor artístico y, sobre todo, con algo que decir. La convocatoria contempló precisamente el uso de estos materiales para la creación de obras bidimensionales y tridimensionales.



La exposición estará abierta al público del 21 de agosto al 9 de septiembre de 2026, de 9:00 a 17:00 h en la Alianza Francesa Guatemala (5ª calle 10-55 zona 13). Las obras estarán disponibles para la venta durante la exhibición.

Arte que también transforma vidas

Además de promover la reflexión y la conciencia, el Festival tiene un propósito social. Las obras estarán a la venta y los fondos recaudados contribuirán al desarrollo de proyectos impulsados por los clubes Rotario y Rotaract Guatemala La Reforma.

Entre ellos se encuentra la colocación de pisos de concreto en viviendas de familias que actualmente viven con suelo de tierra, en alianza con Hábitat para la Humanidad Guatemala, así como la restauración de pupitres escolares para comunidades de la cuenca del río Motagua, junto con Alianza por el Motagua.

Los códigos QR también son blanco de los ciberdelincuentes

Cuanto más familiar resulta algo, más probable es que se deje de cuestionarlo. En ciberseguridad, esa complacencia puede ser especialmente peligrosa. Es el caso de los códigos QR, que se han vuelto algo habitual en menús, postes de alumbrado y parquímetros, y también en correos electrónicos durante los últimos años. En este sentido, ESET, compañía líder en detección proactiva de amenazas, advierte sobre el crecimiento del quishing (phishing basado en códigos QR) y como representa una forma de ocultar enlaces maliciosos, evadir algunos filtros de seguridad corporativos tradicionales y los riesgos de que la interacción pase de una computadora corporativa a un teléfono personal con menos controles de seguridad.

Un código QR es un código de barras bidimensional, abreviatura de Quick Response (respuesta rápida), capaz de codificar URL, datos de pago, información de contacto y otros datos, permitiendo a los usuarios acceder rápidamente a un sitio web, una aplicación u otro recurso digital. Según ESET, estos resultan atractivos para los actores de amenazas debido a uso habitual y generalizado, a que se integran fácilmente en las campañas de phishing: basta con reemplazar ese enlace o archivo adjunto malicioso por un código QR, y a que pueden generarse en segundos.

Una de las principales ventajas para el atacante es la capacidad de ocultar el destino del enlace. El destino está codificado en un patrón visual y no se muestra como texto legible, lo que esconde las URL maliciosas y evita que algunos filtros tradicionales de correo electrónico puedan extraerlas e inspeccionarlas. En ocasiones se ocultan aún más al incrustarlas en archivos adjuntos PDF o JPEG. Esto aumenta las probabilidades de que lleguen a las bandejas de entrada de sus empleados. Y cuando lo hacen, el personal puede tener dificultades para distinguir un mensaje legítimo de uno malicioso. Normalmente hay poco texto para analizar en busca de errores ortográficos o gramaticales. Y como el enlace está codificado en un patrón visual, resulta invisible para el ojo humano.

Según el ESET Threat Report H1 2026, los códigos QR maliciosos estaban presentes en el 11% de todos los correos electrónicos de phishing detectados durante la primera mitad de 2026. “ESET rastrea los correos electrónicos de quishing bajo el nombre de detección QRCode/Phishing. Esta detección está diseñada para identificar códigos QR en la gran mayoría de los tipos de archivo y decodificar las URL que contienen. Las URL extraídas son analizadas mediante los motores antiphishing, antimalware y antispam de ESET; cualquier URL dañina es bloqueada y los correos electrónicos asociados son marcados o eliminados”, señala el informe.

Para reducir significativamente el riesgo de phishing con códigos QR en una organización, es necesario alcanzar una combinación equilibrada de capacitación, procesos y tecnología. Desde ESET comparten los puntos clave para tener en cuenta:

Para prevenir ataques de quishing (estafas mediante códigos QR), es clave capacitar al personal mediante simulaciones, evitar escanear QR de correos no solicitados, reportar mensajes sospechosos y verificar las fuentes por un canal independiente antes de actuar.



Implementar seguridad de correo confiable, protección móvil en dispositivos y gestión MDM para bloquear correos y sitios maliciosos. Además, exigir autenticación multifactor (MFA) resistente al phishing para evitar el acceso no autorizado a cuentas sensibles.

Limitar el acceso mediante el principio de mínimo privilegio y acceso just-in-time, mantener actualizados los sistemas y software de seguridad, y monitorear continuamente para detectar amenazas y probar los planes de respuesta a incidentes.



**Lanzan el ENADE 2026
para impulsar la agenda de
crecimiento y desarrollo del país**



**Prosegur inaugura su
nuevo "Cash Center"
en Guatemala para
revolucionar la gestión del
efectivo**

**UPANA
premia la innovación
joven ganadores de
UPANATHON
viajarán a España**



Lanzan el ENADE 2026 para impulsar la agenda de crecimiento y desarrollo del país



La Fundación para el Desarrollo de Guatemala FUNDESA, presentó el programa de la vigésima edición del Encuentro Nacional de Empresarios por el Desarrollo ENADE 2026. El cual se llevará a cabo el jueves, 08 de octubre a partir de las 14:00 horas en el Centro de Convenciones del Hotel Westin Camino Real.

El ENADE es el foro más importante, incluyente y participativo en Centroamérica, organizado de forma anual por FUNDESA. El evento es el inicio de un proceso que inspira y genera el compromiso con todos los sectores y este año el tema central será A Paso Seguro - La seguridad integral es el camino a la prosperidad.

La Seguridad Integral como tema central parte de la idea: Sin seguridad no hay condiciones sostenibles para la inversión, la generación de empleo o el crecimiento económico. Guatemala ha logrado reducir su tasa de homicidios de 31 por cada 100 mil habitantes en 2014 a 16 en la actualidad.

Durante los últimos años este indicador se ha mantenido estancado, evidenciando la necesidad de dar un nuevo impulso a las acciones en materia de seguridad y justicia. Además, el impacto del ecosistema criminal representa aproximadamente el 7.7% del PIB, mientras persisten importantes desafíos relacionados con el crimen organizado, las extorsiones, el sistema penitenciario, la coordinación entre las instituciones de seguridad y justicia y los recursos necesarios para su adecuado funcionamiento.

ENADE 2026 busca colocar la seguridad integral como una condición indispensable para la prosperidad, promoviendo una visión de largo plazo y una meta común: Reducir a la mitad la tasa de homicidios, hasta alcanzar 8 por cada 100 mil habitantes hacia 2036, mediante instituciones fortalecidas, coordinación efectiva e inversión.

UPANA premia la innovación joven ganadores de UPANATHON viajarán a España

La Universidad Panamericana de Guatemala (UPANA), institución comprometida con la innovación, la formación académica y el desarrollo social en Guatemala, anuncia el viaje a España del equipo ganador de UPANATHON 2026. Del 21 al 28 de agosto, los jóvenes estudiantes realizarán una estancia académica internacional en la Universidad Internacional de Analucía (UNIA), sede en Antonio Manchado en Baeza, Jaén.

UPANATHON es una competencia académica de alcance nacional impulsada por UPANA que reta a estudiantes de diversificado a investigar problemáticas reales de su entorno y poder transformarlas en soluciones viables e innovadoras. En esta edición participaron más de 150 equipos de diversas regiones del país, compitiendo en tres categorías distintas: Innovación, salud y desarrollo Social.

El primer lugar fue otorgado al Equipo EMAYA integrado por cinco estudiantes del Colegio Particular Mixto, La ilustración de Mazatenango, Suchitepéquez. Su propuesta consiste en una plataforma educativa móvil capaz de operar sin conexión a internet (offline), la cual se complementa con un módulo de recuperación y reutilización de dispositivos electrónicos. La iniciativa aborda dos desafíos prioritarios para el país; la comprensión lectora y la brecha digital que restringe el acceso a la educación en comunidades vulnerables



Como parte del premio otorgado por UPANA el cual incluye boletos aéreos, hospedaje, viáticos, cobertura del programa, maletas, trofeos y diplomas el grupo de 10 personas, integrado por los cinco estudiantes ganadores, acompañantes del colegio y representantes de la universidad, viajará a España para integrarse al curso de verano “La educación inclusiva mediada por tecnología educativa y social: intervención, bienestar y participación ciudadana en la era digital”, impartido en la UNIA del 24 al 27 de agosto

Prosegur inaugura su nuevo "Cash Center" en Guatemala para revolucionar la gestión del efectivo

En Guatemala el efectivo continúa desempeñando un papel muy importante en la actividad comercial. Empresas y comercios enfrentan el desafío de gestionarlo de manera segura, ágil y eficiente. A esto se suma un entorno en el que los comercios siguen expuestos a distintos riesgos en materia de seguridad asociados al manejo y traslado de dinero. Durante 2025, la Policía Nacional Civil reportó más de 28,500 acciones contra estructuras delictivas vinculadas al robo de comercios y agentes bancarios, así como múltiples investigaciones relacionadas con casos de extorsión contra comerciantes y empresas.

En respuesta a esta realidad y a las necesidades de los negocios que operan en espacios donde no existen agencias bancarias cercanas, Prosegur Cash amplía su propuesta de soluciones para la gestión del efectivo en Guatemala con el lanzamiento de Cash Center, un innovador servicio diseñado para facilitar la liquidación de ventas y los depósitos bancarios de múltiples comercios desde un único punto seguro.

La solución se basa en la instalación de equipos de automatización de efectivo Cash Today en kioscos o casetas ubicados estratégicamente dentro de plazas comerciales y complejos de ofibodegas. Su funcionalidad multicliente permite que diferentes comercios y empresas utilicen un mismo punto Cash Today para realizar depósitos en efectivo, con acreditación inmediata en sus cuentas bancarias.

El primer Cash Center ya opera exitosamente en Bodegas Rodezno, Escuintla, donde brinda servicio las 24 horas del día, los siete días de la semana, a más de cinco empresas. El proyecto se encuentra en funcionamiento desde 2025 y hace parte de una estrategia de expansión de Prosegur que contempla la instalación de 20 nuevos Cash Centers durante los próximos seis meses, buscando beneficiar a cerca de 100 empresas y comercios en distintas zonas del país.



Cada Cash Center incorpora equipos de automatización de efectivo y sistemas de videovigilancia que contribuyen a reforzar la seguridad y la trazabilidad de las operaciones. De esta manera, las empresas pueden contar con un proceso más ordenado para la entrega y depósito de sus ingresos diarios, reduciendo desplazamientos, tiempos operativos y posibles diferencias asociadas a la manipulación y el conteo manual del efectivo.

Prosegur Cash ofrece esta solución en alianza con 4 instituciones financieras de alto prestigio en el país, con el propósito de aumentar la cobertura y facilitar el acceso a esta alternativa para un mayor número de empresas y comercios.

El futuro de los centros de datos eficiencia, densidad y visión integral

Las fuerzas macroeconómicas que están transformando la industria de los centros de datos, desde la densificación extrema hasta la capacidad a escala de gigavatios, están dando lugar a nuevas tendencias tecnológicas. Entre ellas destacan la autonomía energética, la adopción de refrigeración líquida y las nuevas arquitecturas de alimentación.

La inteligencia artificial continúa impulsando una demanda que sigue creciendo, mientras la industria enfrenta nuevos desafíos relacionados con la densidad de los centros de datos. Hace aproximadamente cinco años una densidad de entre 20 y 35 kilovatios por rack era considerada muy alta y estaba generalmente reservada para proveedores de hiperescala y algunos de los mayores proveedores de colocación mayorista. Actualmente, la industria ha pasado rápidamente a los 80 y posteriormente a los 130 kilovatios. Ahora se está operando a 140 kilovatios por rack y, con la generación Vera Rubin anunciada por NVIDIA, se llegará directamente a los 240 o 250 kilovatios por rack.

La densificación de la computación impacta a toda la industria, desde los dispositivos móviles hasta la nube. Explica que, hace dos años, se hablaba de un módulo de cinco kilovatios que incluía GPU, CPU, memoria y red; posteriormente, en un año, esa cifra pasó a 35 kilovatios por módulo y ahora probablemente se está hablando de 100 kilovatios por módulo.

Este crecimiento plantea nuevos desafíos para la industria, particularmente en materia de disipación térmica. Entre las soluciones que se están analizando se encuentra la refrigeración por inmersión, la refrigeración directa al chip podría ser una mejor alternativa. La industria está evaluando otras opciones, incluyendo el uso de soluciones químicas como nitrógeno líquido y el cambio de redes de cobre a fibra óptica.

Otro de los cambios identificados es el paso de un diseño centrado en el procesador hacia un pensamiento de pila completa, que contempla GPU, red, almacenamiento, así como infraestructura de energía y refrigeración.



A escala de múltiples gigavatios de fábricas de IA, uno de los principales desafíos está en llevar la energía disponible en la red hasta el lugar donde se necesita. En este contexto, además de la infraestructura de transmisión y distribución, están surgiendo nuevos actores y alternativas, entre ellas los pequeños reactores modulares (SMR).

A diferencia de los reactores nucleares de varios gigavatios, estos pequeños reactores modulares pueden entregar cientos de megavatios. Sin embargo, señala que todavía existe un margen para que esta tecnología madure, particularmente en términos de preparación comercial y regulatoria.

Así, la evolución de la inteligencia artificial está impulsando cambios que abarcan desde la densidad de los racks y las tecnologías de refrigeración hasta las arquitecturas de alimentación y las alternativas para satisfacer las necesidades energéticas de los centros de datos del futuro.

Los aparatos que consumen electricidad, aunque estén apagados

Durante las temporadas de temperaturas extremas, el consumo eléctrico puede aumentar considerablemente. El uso prolongado de aires acondicionados, ventiladores, refrigeradores y otros equipos puede reflejarse directamente en el monto que aparece en el recibo.

Este ocurre cuando determinados aparatos continúan utilizando pequeñas cantidades de electricidad, aunque estén apagados, siempre que permanezcan conectados a la corriente. Esto sucede porque algunos equipos mantienen activos componentes internos, luces indicadoras, relojes, sensores, receptores de control remoto o funciones de espera.

Aunque individualmente el gasto de algunos de estos equipos puede parecer insignificante, mantener varios dispositivos conectados las 24 horas puede generar un consumo acumulado a lo largo de los días, meses y años.

Entre los aparatos que pueden presentar este tipo de consumo se encuentran:

Aires acondicionados

Computadoras y laptops

Televisores

Hornos de microondas

Consolas de videojuegos

Equipos de sonido

Impresoras

Cargadores

Cafeteras

Reproductores de DVD o Blu-ray

Teléfonos inalámbricos

Dispensadores eléctricos de agua



Por esta razón, una medida sencilla para reducir el desperdicio de electricidad consiste en desconectar aquellos aparatos que no necesitan permanecer conectados permanentemente. También pueden utilizarse multicontactos con interruptor para cortar completamente la alimentación de varios dispositivos al mismo tiempo.

Eso sí, no todos los aumentos importantes en el recibo pueden atribuirse al consumo fantasma. Equipos de alto consumo, como aires acondicionados, calentadores eléctricos, refrigeradores o bombas de agua, pueden tener un impacto mucho mayor cuando están funcionando.

Un pequeño foco encendido puede ser fácil de notar; la electricidad que se consume silenciosamente, no. Revisar qué dejamos conectado puede parecer un cambio mínimo, pero multiplicado por todos los días del año puede marcar una diferencia en nuestro consumo y en nuestro bolsillo.

ITALIAN BEYOND AGE: 14 días para descubrir tu edad física y vivir el MADE IN ITALY

La Cámara de Comercio e Industria Italiana en Guatemala (CAMCIG) presenta Italian Beyond Age, una iniciativa que reunirá a Technogym, Umberto Tedesco, Julián Sosa, Victoria Valdez y diez marcas italianas en un reto de bienestar de 14 días. El programa combinará evaluaciones de condición física, entrenamiento, nutrición y desafíos vinculados con productos y experiencias del Made in Italy.

Bajo el concepto Discover your age. Experience Italy, cada participante comenzará con una evaluación de Technogym para conocer su Wellness Age. Durante los siguientes 14 días realizará entrenamientos, completará desafíos y recibirá acompañamiento profesional, antes de regresar a una segunda evaluación para descubrir su evolución.

El proyecto surgió a partir de la experiencia de Umberto Tedesco, funcionario de la Embajada de Italia y atleta italiano, quien durante su estadía en Guatemala realizó esta evaluación junto a Technogym. La experiencia abrió la puerta a llevar el reto al público y convertirlo en una plataforma para descubrir, de manera activa, diferentes expresiones del estilo de vida italiano.

14 días para descubrir, entrenar y mejorar

El reto tendrá como aliados a Technogym, responsable de la evaluación y del challenge principal y acumulativo; Julián Sosa, Sport & Challenge Ambassador, y la nutricionista Victoria Valdez, quienes acompañarán a los participantes durante el proceso.

Pero el entrenamiento será solo una parte de la experiencia. Durante los 14 días, diez marcas italianas presentes en Guatemala propondrán desafíos relacionados con aquello que las distingue.



Los participantes también tendrán un papel activo en la experiencia. Sus entrenamientos, avances, desafíos y resultados formarán parte de la conversación en redes sociales a través de #ItalianBeyondAge, mientras las marcas participantes compartirán sus propios contenidos y activaciones.

El reto termina donde comenzó: frente a una nueva medición

Después de 14 días, cada participante volverá a realizar la evaluación de Technogym. El resultado permitirá comparar su Wellness Age inicial con el obtenido al finalizar el desafío y podrán acumular puntuaciones en los diferentes challenges y competir por reconocimientos y premios.

Entre los premios previstos se encuentran un fin de semana para dos personas en una suite del Hotel Real InterContinental Guatemala, con desayunos incluidos, y dos cupos para el Curso Italia de Cocina de Scuola Di Gianca, de ocho clases, además de otros premios que serán anunciados próximamente.

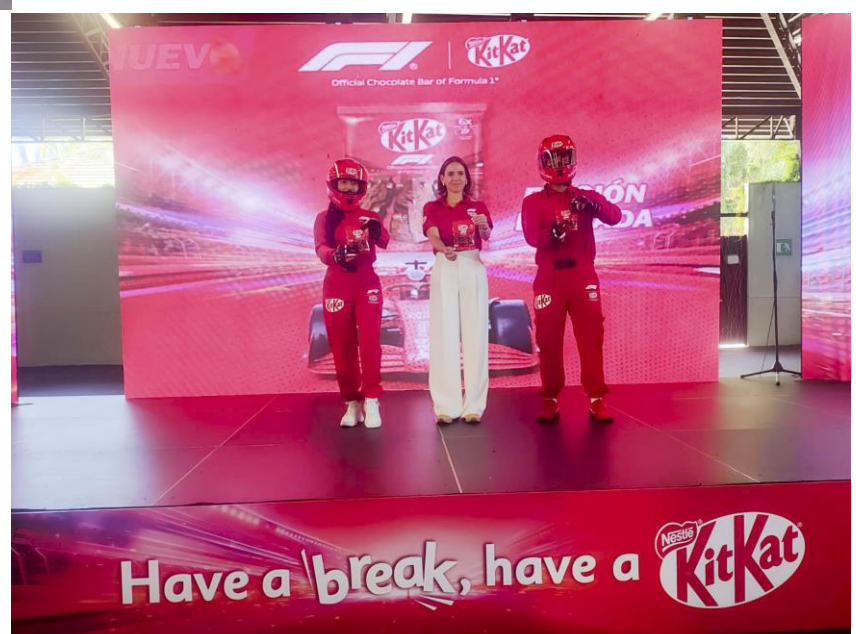


Guatemala renueva su portal oficial de promoción turística visitguatemala.gt



McDonald's alcanza 126 restaurantes en Guatemala

Nestlé presenta en Guatemala la nueva edición limitada de KitKat inspirada en la Fórmula 1



Nestlé presenta en Guatemala la nueva edición limitada de KitKat inspirada en la Fórmula 1

Nestlé, empresa líder en alimentos y bebidas, y su icónica marca KitKat, presentan al mercado guatemalteco el Chocolate KitKat Icónico de F1, una edición limitada que lleva la emoción de la máxima categoría del automovilismo a una nueva experiencia de chocolate. El lanzamiento, que llega por primera vez a Centroamérica, estará disponible en Guatemala a partir del 26 de agosto.

Como chocolate oficial de la Fórmula 1, KitKat presenta una propuesta que combina uno de los territorios deportivos más emocionantes del mundo con su reconocido concepto de disfrutar un break. El nuevo producto está elaborado con auténtico chocolate con leche KitKat, ahora en una llamativa forma de carro icónico de F1 y relleno de trozos de wafer granulado.

El lanzamiento también representa una nueva manera de acercar a los consumidores guatemaltecos a la experiencia de KitKat y la Fórmula 1 a través de un producto que destaca desde su forma. Cada pieza recrea un carro de F1 y transforma el tradicional momento de consumo de chocolate en un break inspirado en la velocidad.

"La conexión entre KitKat y la Fórmula 1 nos permite llevar nuestro icónico Have a Break, Have KitKat a un territorio lleno de emoción y velocidad, incluso en el deporte más rápido del mundo.



El Chocolate KitKat Icónico de F1 estará disponible en edición limitada de agosto a diciembre de 2026 en supermercados de todo el país. Vendrá en una presentación de 66 gramos que incluye de 6 unidades de 11 g, ideal para compartir, a un precio sugerido de Q24. Por ser edición limitada su disponibilidad estará sujeta a existencias y rotación del producto.

Con este lanzamiento, Nestlé y KitKat continúan acercando propuestas innovadoras al mercado guatemalteco y creando nuevas formas de disfrutar uno de los momentos más reconocidos de la marca con "Date un Break, Date un KitKat", esta vez acompañado por la emoción de la Fórmula 1.

Emprender también es saber entregar: cómo la logística impulsa a los pequeños negocios

En Guatemala, casi 94 de cada 100 empresas registradas son microempresas, un segmento que desempeña un papel relevante en la actividad económica del país. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística (INE), en 2024 se registraron 645,431 empresas, de las cuales 606,357 fueron microempresas, equivalentes al 93.95% del total.

Para muchos de estos negocios, crecer no solo significa aumentar sus ventas, sino también encontrar nuevas formas de atender la demanda y responder a las expectativas de sus clientes. En un entorno donde los canales digitales y las redes sociales facilitan la promoción de productos y la recepción de pedidos, concretar una venta es apenas una parte del proceso.

Coordinar el envío, encontrar una opción de transporte disponible y cumplir con los tiempos acordados también forman parte de la experiencia de compra y pueden convertirse en un reto cuando aumenta el volumen de pedidos, especialmente para emprendimientos que todavía no cuentan con una estructura logística propia.

4 señales de que la logística de tu negocio necesita evolucionar:

Pierdes mucho tiempo coordinando envíos en lugar de enfocarte en tu negocio.

Los pedidos se acumulan en horas pico y empiezan a generarse retrasos.

Te cuesta llegar a nuevas zonas porque no tienes una solución de entrega flexible.

La experiencia del cliente es inconsistente dependiendo del día o volumen de pedidos.

Identificar estas señales puede ayudar a los emprendimientos a buscar alternativas que les permitan gestionar sus entregas de manera más eficiente, sin necesidad de contar con una flota propia.



Como respuesta a esta necesidad, inDrive Entregas ofrece una alternativa para pequeñas y medianas empresas que necesitan enviar paquetes de manera práctica, conectando sus necesidades de distribución con conductores disponibles a través de la plataforma.

Para los pequeños negocios, anticipar estas necesidades puede ayudar a que un aumento en los pedidos no se convierta en un desafío operativo. A medida que un emprendimiento crece, contar con opciones de entrega que puedan adaptarse a distintos volúmenes y momentos de demanda puede ser tan importante como generar nuevas ventas.

Guatemala renueva su portal oficial de promoción turística visitguatemala.gt

El Instituto Guatemalteco de Turismo (INGUAT) presentó hoy la evolución de visitguatemala.gt, el portal oficial de promoción turística del país, que permite a viajeros de cualquier parte del mundo descubrir destinos, consultar información útil y crear un itinerario personalizado mediante un modelo de inteligencia artificial que acompaña al viajero desde el descubrimiento del destino hasta la planificación de su visita.

La plataforma está disponible en computadoras y teléfonos y combina fotografías, videos, fichas de destinos, mapas interactivos y un planificador con inteligencia artificial que permite al usuario indicar cuánto tiempo tiene disponible, qué experiencias busca y cuáles son sus intereses. A partir de esta información, la herramienta recomienda lugares y organiza una propuesta de viaje acorde con cada viajero.

El nuevo ecosistema digital también reúne información práctica sobre transporte, requisitos de entrada, clima, moneda, conectividad, salud, seguridad y Asistencia Turística. Su diseño adaptable facilita la navegación en dispositivos móviles y su disponibilidad en español, inglés, alemán, francés, italiano y portugués amplía el acceso para viajeros de mercados internacionales.

“Con visitguatemala.gt ponemos la diversidad del país al alcance de cada viajero y hacemos que planificar una visita sea más sencillo, personal y confiable. La tecnología nos ayuda a contar mejor las historias de Guatemala y a convertir ese interés en rutas concretas que distribuyan los beneficios del turismo en más territorios”, indicó Harris Whitbeck, director general del INGUAT, durante el acto de presentación del portal.

La transformación digital y el desarrollo tecnológico de visitguatemala.gt fueron realizados por la empresa de desarrollo de tecnologías para el sector turístico Passporter en colaboración con INGUAT, integrando contenidos, herramientas tecnológicas y una arquitectura digital orientada a acompañar al viajero en todo su recorrido, desde la inspiración hasta la organización de su viaje.



La nueva experiencia digital amplía la visibilidad de los atractivos y puntos de interés de Guatemala más allá de los destinos tradicionales. Como parte del proyecto, se estructuraron contenidos turísticos, se desarrollaron herramientas de planificación y se generaron activos digitales, listos para seguir impulsando la promoción internacional del destino

El portal incorpora un sistema de gestión de contenidos que otorga al INGUAT mayor autonomía para actualizar las páginas, adaptar la información y responder con rapidez a las necesidades del destino. Esta capacidad editorial reduce la dependencia de intervenciones técnicas en cada modificación y facilita mantener contenidos más útiles y oportunos.

La plataforma también cuenta con una estrategia de optimización para motores de búsqueda (SEO) orientada a mejorar la visibilidad de Guatemala cuando los viajeros buscan destinos, itinerarios, requisitos y experiencias en internet. De esta manera, la promoción turística conecta la intención de búsqueda con información oficial y con herramientas que ayudan a tomar decisiones.

McDonald's alcanza 126 restaurantes en Guatemala



McDonald's continúa consolidando su presencia en Guatemala para estar cada vez más cerca de sus invitados. En esta ocasión, anuncia la apertura de dos nuevos restaurantes: uno en Chitatul, Quiché, y otro en el Food Court del Centro Comercial El Frutal, en Villa Nueva, alcanzando así 126 ubicaciones en todo el país. A este crecimiento se suma la remodelación de sus icónicos restaurantes en la zona 5 de la Ciudad Capital y en Cayalá, zona 16, diseñados para brindar una experiencia más ágil y cómoda.

Esta importante inversión contribuye de forma directa a la economía del país al brindar más de 119 oportunidades de trabajo formal, abriendo las puertas principalmente a jóvenes que inician su trayectoria laboral. Además, incorporan innovaciones pensadas en la comodidad de los invitados, como pantallas digitales para realizar pedidos personalizados, servicio a la mesa y cabinas exclusivas para agilizar la entrega en McDelivery. En el caso de los puntos renovados, Zona 5 estrena una tercera ventanilla en AutoMac y estación de refill de café, mientras que Cayalá suma una ventanilla de atención peatonal y mayor capacidad de asientos.

Como parte del compromiso de McDonald's con el planeta, cada uno de estos espacios integra iniciativas amigables con el medio ambiente. Entre las principales acciones destacan la instalación de paneles solares y cortinas térmicas para reducir el consumo de energía eléctrica, así como el uso de mobiliario elaborado con materiales reciclados, chorros ahorradores, plantas de tratamiento de agua y basureros para la separación de desechos.

Mensaje del Entrenador Lester Martínez previo a su pelea contra Plantic

El campeón mundial interino de peso supermediano del CMB, Lester Martínez, realizará su primera defensa del título contra el invicto olímpico de 2020, Luka Plantic, este sábado 29 de agosto en el Galen Center de Los Ángeles.

Martínez ha recorrido un largo camino desde que, a los 11 años, probó por primera vez este deporte, y sin duda se ha beneficiado de contar con una figura familiar que lo ha acompañado en cada paso del camino.

El entrenador Héctor Arreola conoció a Martínez cuando entonces tenía 12 años, en un evento de búsqueda de talentos del boxeo en la ciudad natal del joven, San Benito, Petén, Guatemala. El entrenador Arreola reconoció rápidamente el talento de Martínez y lo incorporó a un programa de boxeo amateur en el vecino departamento de Izabal, Guatemala.

Martínez tuvo una carrera amateur muy exitosa en la Selección Nacional de Guatemala, donde ganó una medalla de plata en el Campeonato Mundial Juvenil de 2012, derrotó al dos veces campeón olímpico Arlen López en una competencia internacional y llegó a ser parte de dos selecciones olímpicas antes de convertirse en profesional en 2019.

Ahora tiene un récord profesional de 20-0-1 y es el primer boxeador guatemalteco en conquistar una parte de un título mundial de uno de los principales organismos sancionadores del boxeo.



En cada paso del camino, el entrenador Arreola ha estado a su lado, tal como lo estará el sábado por la noche. Martínez y Arreola llegaron a Los Ángeles el domingo para realizar los preparativos finales y participar en las actividades de la semana previa a su combate del 29 de agosto.

Hoy, ver a Lester consolidado como Campeón Mundial Interino de Peso Supermediano del CMB es más que un simple logro deportivo; es un testimonio de trabajo arduo e incansable.

Como su entrenador de toda la vida, ser testigo de esta evolución de primera mano me llena de un orgullo indescriptible, pero sé que esto significa mucho más que un cinturón o el éxito en el gimnasio.

Las entradas ya están a la venta para la esperada pelea por el título mundial interino supermediano del CMB entre el campeón Lester Martínez, de Ciudad de Guatemala, Guatemala, y el retador Luka "The Thunder" Plantic, con récord de 13-0 (10 KOs), de Zagreb, Croacia, el 29 de agosto en el USC Galen Center de Los Ángeles.

Desafiar la gravedad: una innovación segura y confiable frente a los retos de la menstruación

Con el propósito de evolucionar junto a sus consumidoras, Kotex®, la marca de cuidado femenino de Kimberly-Clark, fortalece su portafolio mediante una nueva tecnología, esta innovación nace de escuchar las necesidades reales de sus usuarias.

Para transformar su catálogo, la marca tomó como eje central la experiencia de sus clientes. A partir de la recopilación de datos y la retroalimentación recibida, la compañía desarrolló mejoras enfocadas en ofrecer mayor protección, flexibilidad y comodidad, brindando así un óptimo acompañamiento en el ciclo de cada mujer.

"En Kotex®, escuchamos y estamos enfocados en satisfacer las necesidades de nuestras consumidoras. Ese es nuestro principal motor de innovación para continuar fortaleciendo nuestro catálogo de productos. Esta nueva tecnología, si bien busca elevar el confort y protección para las usuarias durante la menstruación, tiene el objetivo de acompañar mujeres a prueba de la gravedad emocional, física y creativa, para que durante esos días del ciclo puedan continuar con sus tareas y pasiones", mencionó Cindy Castañeda, gerente de Marketing para Kotex® Centroamérica, Kimberly-Clark.

La marca realizó un estudio en varios países de Latinoamérica, entre el 13 de diciembre de 2024 y el 14 de enero de 2025, con el fin de descubrir las necesidades pendientes de niñas y mujeres, y contribuir a resolver sus desafíos cotidianos.

Según la investigación, en Latinoamérica, las toallas sanitarias son el producto menstrual más utilizado con frecuencia por el 98% de las encuestadas, mientras que el 82% utiliza protectores diarios. Adicionalmente, la irritación por el uso de toallas sanitarias es la principal preocupación de las mujeres, seguida por el mal olor y las fugas diurnas, en especial por la parte posterior y los laterales. En respuesta a esta información la marca elevó el diseño de sus artículos de cuidado femenino. Música que empodera y rompe el silencio

Como parte de sus acciones por impulsar una conversación abierta sobre la menstruación y eliminar los tabúes alrededor del tema, especialmente en las nuevas generaciones; Kotex® lanzó "I Like It", una colaboración entre cinco artistas de Latinoamérica en una canción pop, bajo la supervisión de Nabález

Más allá de su sonido fresco y contagioso, la melodía busca desmitificar los mitos, romper barreras y silencios que necesitan seguir siendo visibilizados, especialmente en una nueva generación de oyentes.

Con frases como: "si el mundo tira para abajo, tengo alas pa' aprender a volar" o "yo no rompo las reglas, las vuelvo a crear", la canción empodera a las consumidoras de Kotex® y las invita a vivir en libertad.

El sencillo ya está disponible en todas las plataformas de música y se puede escuchar en este enlace sndo ffm.to/pv3d4pw y su videoclip oficial ya se encuentra en YouTube: youtu.be/gQX1WDcO9ME.



A prueba de la gravedad

"Adicionalmente, la campaña de Move Against Gravity, lleva la conversación menstrual a territorios culturales y cotidianos como el deporte, la música y el movimiento, para que, durante esos días del mes, las usuarias puedan sentirse cómodas y protegidas durante sus rutinas y actividades", explicó Castañeda.

En esa misma línea, Kotex® busca hacer consciente las "tres gravedades": emocional, física y creativa, con la idea de que la disciplina por el movimiento o cualquier voluntad emocional y creativa, pueden traer salud, aún en esos días del mes.



Más que viviendas, oportunidades Así impulsamos el bienestar de nuestros colaboradores



Schneider Electric lanza el
Innovation Day Centroamérica
para liderar la transformación
energética regional

Editorial Piedrasanta
apoya la educación
nacional con el
lanzamiento de
Cuéntame tu Cuento
Escolar 2026-2027



Más que viviendas, oportunidades: Así impulsamos el bienestar de nuestros colaboradores

Un hogar representa mucho más que un espacio físico. Es el lugar donde las familias encuentran seguridad, desarrollan sus proyectos de vida y construyen las bases para construir un futuro mejor. Con esa visión nació Juntos por tu Hogar, una iniciativa que demuestra que el desarrollo sostenible también comienza fortaleciendo.

[Progreso](#) compañía multilatina con más de 125 años de trayectoria que genera desarrollo sostenible en los sectores de Construcción, Agro, Energía y Desarrollo Inmobiliario, impulsa este programa como parte de su compromiso con el bienestar integral de quienes hacen posible la organización. Desde 2010, la iniciativa promueve el acceso a viviendas dignas, seguras y accesibles, así como mejoras sustanciales en los hogares de sus colaboradores y sus familias, consolidándose como uno de los pilares de su estrategia para ser un Empleador Preferido.



Conoce cómo Juntos por tu Hogar, ha mejorado la calidad la calidad de vida de mil 292 familias por medio de viviendas dignas, pisos de cemento y programas de desarrollo integral.

Más que una casa

Sin embargo, el impacto [del programa](#) va mucho más allá de la infraestructura. Juntos por tu Hogar incorpora procesos de formación en educación, economía familiar, nutrición y salud, fortaleciendo las capacidades de las familias para generar bienestar sostenible a largo plazo y mejorar su calidad de vida.

Los resultados reflejan el alcance de este compromiso. A la fecha, el programa ha entregado [143 viviendas](#) facilitado 71 servicios básicos, desarrollado 69 pisos de concreto y 25 proyectos de adoquines, beneficiando a 1,292 familias vinculadas a Progreso, además de impulsar 984 acciones de vivienda saludable. Detrás de cada cifra existe una historia de superación, estabilidad y nuevas oportunidades para cientos de familias.

El programa también destaca por su modelo solidario. Su funcionamiento es posible gracias a un fondo integrado por aportes voluntarios de colaboradores y distintas unidades de negocio de Progreso, quienes contribuyen para que más familias puedan acceder a mejores condiciones de vida. Este esfuerzo colectivo fortalece una cultura organizacional basada en la colaboración y el propósito compartido.



Los sueños cumplidos de Ramón

Historias como la de [Ramón Iquic](#) colaborador de Planta San Gabriel, reflejan el impacto que Juntos por tu Hogar tiene en la vida de las personas. Para él, dejar atrás una vivienda construida con materiales precarios y abrir la puerta de un hogar seguro y digno representó mucho más que una mejora física: significó brindar bienestar a su familia y comenzar una nueva etapa con mayor tranquilidad y esperanza.

Mi casa era de caña y con láminas. Todavía tengo ese recuerdo. Antes siempre juntábamos el fuego en una esquina y había mucho humo. Hoy le doy gracias a Dios porque Juntos por tu Hogar me dio mi hogar, comparte Ramón, al recordar el cambio que transformó la vida de su familia.

Historias como la suya reflejan el propósito que guía esta iniciativa. A través de programas como Juntos por tu Hogar, [Progreso](#) reafirma que construir desarrollo va más allá de la infraestructura; significa generar oportunidades, fortalecer a las familias y contribuir al bienestar de las comunidades. Porque cuando un hogar mejora, también se fortalecen los sueños, la estabilidad y las posibilidades de quienes lo habitan.

Schneider Electric lanza el Innovation Day Centroamérica para liderar la transformación energética regional

hoy a la primera edición de Innovation Day Centroamérica 2026, un espacio diseñado para reunir a líderes empresariales, especialistas de la industria, clientes y socios estratégicos con el objetivo de intercambiar conocimientos y analizar las tendencias que están redefiniendo el futuro de la energía, la infraestructura y la sostenibilidad en la región.

La edición de este año tiene un significado especial al celebrarse en el marco de los 50 años de Schneider Electric en Centroamérica, una trayectoria marcada por su compromiso con el desarrollo económico, tecnológico y sostenible de la región. Este aniversario se suma a los 190 años de historia de Schneider Electric a nivel global, consolidando el legado de una compañía que ha evolucionado desde sus orígenes industriales hasta convertirse en un referente mundial en electrificación, automatización, digitalización y gestión de la energía.

Durante la primera jornada, líderes empresariales, especialistas del sector energético, expertos tecnológicos y representantes de diversos sectores participaron en conferencias, paneles de discusión y sesiones especializadas enfocadas en algunos de los principales retos que enfrentan hoy las organizaciones, entre ellos el crecimiento de la demanda energética impulsada por la digitalización y la inteligencia artificial, la resiliencia de las infraestructuras críticas, la transformación de las redes eléctricas y la aceleración de los objetivos de sostenibilidad.

Uno de los mensajes centrales compartidos durante el encuentro fue que la convergencia entre electrificación y digitalización está transformando la manera en que operan las industrias, los edificios, los centros de datos y las infraestructuras críticas, creando nuevas oportunidades para optimizar recursos, aumentar la eficiencia y reducir el impacto ambiental.

Como parte de la jornada, Schneider Electric compartió su visión sobre cómo las organizaciones pueden prepararse para un entorno cada vez más electrificado y digital, donde la gestión inteligente de la energía será un elemento clave para impulsar la competitividad y el crecimiento sostenible.



La compañía reafirmó además su compromiso de consolidarse como el socio de tecnología en energía para empresas e instituciones, ayudándolas a aprovechar el potencial de la electrificación, la automatización y la digitalización para mejorar su desempeño operativo y avanzar en sus objetivos de sostenibilidad.

A través de soluciones para edificios inteligentes, industria, infraestructura, centros de datos y sistemas energéticos, Schneider Electric permite a las organizaciones monitorear y optimizar el consumo energético, automatizar operaciones, fortalecer la resiliencia de sus activos y reducir su huella ambiental.

Las sesiones técnicas y estratégicas, Innovation Day Centroamérica busca fortalecer el diálogo entre empresas, instituciones, desarrolladores de infraestructura, especialistas y líderes de distintos sectores, promoviendo la colaboración como un elemento clave para acelerar la transición energética y digital en la región.

Las actividades continuarán mañana con una agenda enfocada en temas como seguridad eléctrica, resiliencia, desarrollo de talento, innovación residencial y tecnologías que contribuyen a construir infraestructuras más inteligentes, seguras y sostenibles.

Editorial Piedrasanta apoya la educación nacional con el lanzamiento de Cuéntame tu Cuento Escolar 2026-2027



La iniciativa impulsada por la editorial ya ha permitido que más de 200 estudiantes participen en la creación de sus propios libros.

Comprometida siempre con el desarrollo de la educación nacional, Editorial Piedrasanta impulsa Cuéntame tu Cuento Escolar, una iniciativa que busca fomentar la escritura y la creatividad en niños, niñas y jóvenes, con el apoyo de los centros educativos, convirtiendo el proceso de creación de historias en una experiencia significativa de aprendizaje.

El proyecto es una iniciativa única en Guatemala y nace hace cinco años con el propósito de acercar a los estudiantes a la escritura desde una perspectiva diferente: como una herramienta para desarrollar el pensamiento, la imaginación, la capacidad de expresarse y la confianza en su propia voz.

A través de Cuéntame tu Cuento Escolar, los estudiantes obtienen beneficios al integrar un proyecto adicional a su pensum académico que les servirá para toda la vida, ya que podrán convertirse en autores y crear su propio libro, pasando de la idea inicial al desarrollo de su historia y a la materialización de su obra.

Cómo aprovechar las remesas para construir bienestar financiero

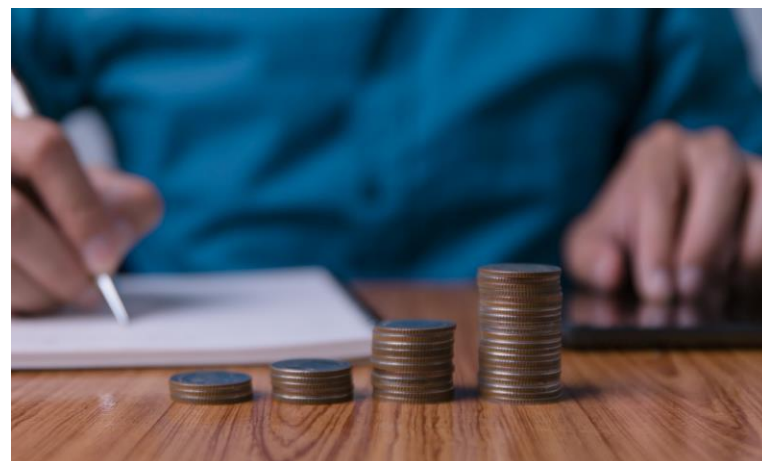
Las remesas familiares representan una de las principales fuentes de ingresos para miles de hogares guatemaltecos y un importante motor de la economía del país. En 2025, Guatemala recibió un récord de US\$25.5 mil millones en remesas familiares, un crecimiento del 18.7% respecto al año anterior, según datos de Banguat.

Más allá de estas cifras, el verdadero impacto de las remesas depende de cómo cada familia administra esos recursos. Cuando se planifican estratégicamente, pueden ser mucho más que un ingreso para cubrir los gastos del mes, se convierten en una herramienta para fortalecer la estabilidad económica del hogar, crear hábitos de ahorro y alcanzar metas financieras a largo plazo; incluso para el impulso de algún emprendimiento.

¿Por qué es importante planificar el uso de las remesas?

Al recibir un ingreso sin tener una planificación previa, es común que el dinero se destine por completo al consumo inmediato, cuando existe una amplia oportunidad de invertir para el futuro. Además, también es importante considerar qué tipo de cuenta e institución financiera ofrece más beneficios al recibir tu remesa; desde promociones, comisiones, seguridad, etc.

Para ello, BAC cuenta con la opción Mi Remesa BAC, en la que los guatemaltecos pueden recibir sus remesas y acceder a promociones, con tasas bajas de comisión, con la facilidad de acceso digital y muchas ventajas más.



Cómo administrar las remesas estratégicamente

1. Revisar el presupuesto
2. Cubrir primero las necesidades esenciales
3. Reducir deudas
4. Destinar una parte al ahorro
5. Pensar en el largo plazo

Evite que la remesa desaparezca sin darse cuenta

BAC recomienda registrar durante un mes completo en qué se utiliza la remesa. Este ejercicio permite identificar gastos que podrían reducirse y encontrar oportunidades para ahorrar más sin afectar la calidad de vida.

CÁMARA DEL AGRO Y AMCHAM GUATEMALA fortalecen capacidades empresariales en gestión de riesgos y compliance



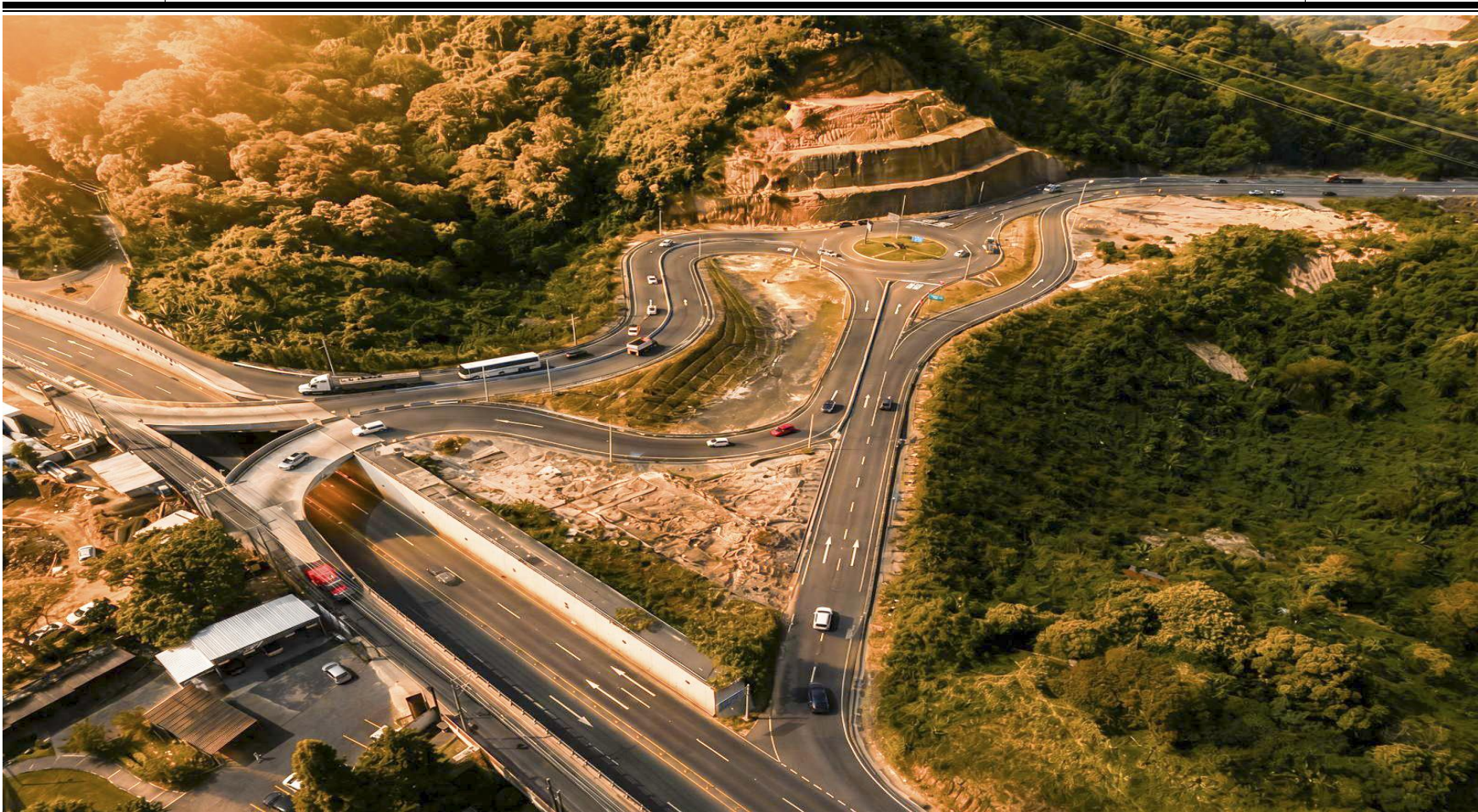
Cámara del Agro y AmCham Guatemala realizaron el webinar “Trade-Based Money Laundering en la práctica”, como parte de un programa de capacitación y actualización empresarial en el marco de una estrategia de gestión de riesgos y compliance en las cadenas de suministro.

La actividad abordó la prevención del lavado de dinero basado en el comercio internacional (TBML), sus principales tipologías y señales de alerta, así como la debida diligencia, el conocimiento de clientes y beneficiarios finales y el monitoreo de operaciones como herramientas para identificar y gestionar riesgos en el comercio exterior.

Este programa da continuidad al fortalecimiento de capacidades de las empresas agropecuarias, agroexportadoras y agroindustriales que integran la cadena de valor agroalimentaria de Guatemala, promoviendo la actualización permanente frente a la evolución de riesgos, estándares y mejores prácticas en el comercio internacional.

La colaboración entre Cámara del Agro y AmCham Guatemala reafirma el compromiso del sector empresarial con la gestión de riesgos, el compliance y la mejora continua como elementos de competitividad.

Estas capacidades contribuyen a fortalecer el posicionamiento de las empresas y cadenas de valor de Guatemala como socios confiables y competitivos en las cadenas globales de suministro.



VAS Una alternativa vial que transformó la movilidad en Guatemala



La UVG celebra 60 años con la Carrera por la educación impulsando becas para jóvenes guatemaltecos

POPS sorprende con una nueva fusión premium Pistacho & Chocolate Blanco



La UVG celebra 60 años con la Carrera por la educación impulsando becas para jóvenes guatemaltecos

En el marco de su 60 aniversario, la Universidad del Valle de Guatemala (UVG) anunció la Carrera 60 Años UVG: Transforma Sueños en Oportunidades, una iniciativa que busca reunir a estudiantes, egresados, colaboradores, familias, corredores y público en general para apoyar el acceso a la educación superior de jóvenes talentosos con necesidad económica.

La actividad tiene como objetivo recaudar fondos para el programa de ayudas financieras El Poder de Uno, una iniciativa que permite que más estudiantes puedan continuar su formación universitaria mediante becas y apoyo económico. Cada inscripción representa una contribución directa para abrir nuevas oportunidades educativas y fortalecer el desarrollo del talento guatemalteco.

Como parte de la celebración, UVG espera reunir a 1,700 participantes en una experiencia que combina actividad física, convivencia e impacto social. La carrera está abierta a corredores de distintos niveles, así como a personas y familias que deseen sumarse a una actividad recreativa con propósito.

Más allá de la meta, la Carrera 60 Años UVG busca sumar esfuerzos para que más jóvenes guatemaltecos puedan acceder a una educación superior de calidad. A través de esta iniciativa, UVG celebra seis décadas de trayectoria impulsando oportunidades que contribuyen al desarrollo del país.



Los participantes recibirán un kit de corredor que incluye playera oficial conmemorativa, número de participación, mochila, medalla, barra energética y fruta. La entrega se realizará durante la Expo UVG, los días 25 y 26 de septiembre en el Campus Central de la Universidad del Valle de Guatemala. La carrera se llevará a cabo del 27 de septiembre de 2026 en Ciudad Cayalá, con recorridos de 5 y 10 kilómetros.

Las personas interesadas pueden inscribirse por Q150 (adultos) y Q100 (niños) a través de los canales oficiales de UVG.

POPS sorprende con una nueva fusión premium Pistacho & Chocolate Blanco

La marca de helados, con 58 años de historia, presenta una nueva combinación que mezcla lo crujiente y sofisticado del pistacho con lo cremoso y dulce del chocolate blanco: Pistacho con Chocolate Blanco, la propuesta de temporada con la que POPS eleva el nivel a ese sabor que tanto disfrutaban los guatemaltecos.

Lo que antes era un ingrediente exclusivo de la repostería fina, hoy se ha convertido en toda una tendencia que conquista postres, bebidas, chocolates y, por supuesto, helados.

Tomamos el clásico helado de Pistacho, uno de los sabores que ya forman parte de POPS, y lo llevamos más allá: le sumamos chocolate blanco y pistacho triturado para una mezcla de sabores y texturas que prometen una experiencia de sabor inigualable

Se podrá disfrutar en tres presentaciones:

Sundae: helado de pistacho, crema batida, pistacho triturado y chocolate blanco, con un precio de Q30.

Shake: helado de pistacho batido con leche, crema batida, pistacho triturado y chocolate blanco, con un precio de Q40.

Copa: helado de pistacho, pistacho triturado y chocolate blanco, con un precio de Q25.

Este sabor de temporada estará disponible por tiempo limitado, en todas las heladerías del país, por lo que POPS invita a todos los guatemaltecos a disfrutar de este sabor del momento.



VAS: Una alternativa vial que transformó la movilidad en Guatemala

Carretera VAS cumple una década de operación conectando los municipios del sur con el área metropolitana de Guatemala y lo celebra presentando oficialmente su nuevo sitio web, BOT de atención y nueva aplicación, la evolución más reciente de este innovador proyecto.

El origen: una alternativa antes de ser una carretera. Desde hace más de 20 años el crecimiento económico y social del departamento de Guatemala y el potencial de una red vial que requería responder al aumento del parque vehicular dieron paso al nacimiento de Carretera VAS, concebida no como una obra aislada, sino como una respuesta de infraestructura vial privada pensada para conectar los municipios del departamento de Guatemala, aliviando parte de la presión sobre las vías tradicionales.



“VAS nació como una alternativa vial pionera y vanguardista que Guatemala necesitaba, y en diez años nunca dejamos de hacernos la misma pregunta: cómo hacemos mejor el camino de quien nos recorre. Esa pregunta es la que explica cada tramo que construimos, cada segundo que le quitamos a una fila en garita, y también la app, BOT y la web que presentamos hoy. Innovamos por ti no es una frase de campaña, es la manera en que hemos trabajado desde el primer kilómetro.” Indicó el ingeniero Armando Salas, CEO de Carretera VAS.

Año	Tramo	Conexión principal
2016	VAS Carretera al Pacífico	Villa Canales – Delta Bárcenas (km 20.5, CA-9 Sur)
2021	VAS Ciudad de Guatemala	Calzada Atanasio Tzul, zona 12 – San Miguel Petapa / Villa Canales (km 14)
2022	VAS Carretera a El Salvador	Km 24, CA-1 Oriente – Villa Canales / Carretera al Pacífico

Diez años construidos por etapas

Carretera VAS no se inauguró de una sola vez. Su desarrollo respondió a un plan de expansión gradual, siendo cada tramo diseñado para mejorar la conectividad vial de los municipios, incrementando su competitividad, potenciando su capacidad para atraer inversión y mejorando la calidad de vida de los vecinos del sector.

Cada uno de estos 3 tramos amplió el alcance de la red vial y consolidó a VAS como un corredor de 31 kilómetros que hoy conecta zonas de mayor crecimiento económico y social del departamento de Guatemala.

La magnitud de la obra

Construir una carretera privada de esta escala en terrenos propios implicó una inversión de infraestructura considerable, sostenida a lo largo de una década de

Indicador de obra	Cifra
Longitud total de la red	31 kilómetros
Concreto utilizado	Más de 700,000 m ³
Movimiento de tierra	Más de 8,000,000 m ³
Años de operación continua	10

Un motor de empleo y desarrollo regional

Más allá de la infraestructura física, VAS ha operado como potenciador de empleo y actividad económica en los municipios que atraviesa. El proyecto ha generado más de 1,700 empleos directos y más de 5,250 empleos indirectos a lo largo de su primera década,

además de facilitar el tránsito comercial y logístico entre polos productivos del departamento de Guatemala.

La innovación que rediseñó el paso por garita: VAS+

La evolución de VAS no se limitó al concreto. En paralelo a la expansión de sus tramos, la carretera desarrolló su propio sistema de pago con dispositivo y lo denominó VAS+ (VASMÁS), que transformó por completo la experiencia del usuario frecuente en el punto de cobro. Ese salto, de 13 segundos en pago en efectivo a 5 segundos por vehículo con dispositivo VAS+, no es un dato menor porque se traduce en menos filas en garita, menos tiempo invertido en traslado y un flujo vehicular más constante en cada plaza de peaje. Es también la base tecnológica sobre la que se construyó la nueva aplicación, el nuevo BOT de atención y el nuevo sitio web que Carretera VAS presenta oficialmente.

“Estos diez años no son una obra terminada. Son el punto de partida de la siguiente década de VAS, la alternativa que innova tu camino.” Destacó el Ingeniero Salas.

Plaza Girasoles abre sus puertas en Chiquimula con una nueva propuesta comercial para la región

Chiquimula amplía su oferta comercial con la inauguración de Plaza Girasoles, un nuevo proyecto desarrollado por Navitta, que llega a la ciudad con el propósito de acercar nuevas opciones de comercio y servicios a las familias y contribuir al crecimiento de la actividad económica local.

La apertura representa la llegada de Navitta a Chiquimula y refleja la confianza en el potencial de una ciudad dinámica, con una importante actividad comercial y una ubicación estratégica para la región oriental del país.

Plaza Girasoles cuenta con más de 10,730 metros cuadrados de área rentable, más de 40 locales comerciales y más de 250 espacios de parqueo. Entre su oferta se encuentran Cemaco y San Martín, junto con otros comercios y servicios que buscan responder a las necesidades de quienes viven en Chiquimula y sus alrededores.

“Plaza Girasoles representa nuestra llegada a Chiquimula y nuestra confianza en el potencial de esta región. Queremos que sea un espacio funcional, accesible y cercano; un lugar donde las personas puedan realizar sus compras, encontrar servicios, compartir y resolver necesidades de su día a día”, expresó Paula Rodríguez, gerente de comercialización de Navitta.

Ubicada en la calzada Héctor Augusto 14-87, zona 2 de Chiquimula, Plaza Girasoles se encuentra en un punto estratégico de la ciudad con conexión hacia la CA-10, facilitando el acceso para habitantes de la ciudad y visitantes de otros puntos de la región.



La apertura de Plaza Girasoles también representa un aporte al dinamismo económico de Chiquimula, generando empleos durante sus distintas etapas de desarrollo, construcción y operación. Además, la llegada de nuevos comercios contribuye a fortalecer la actividad comercial y abre oportunidades para proveedores, emprendedores y otros actores vinculados a la economía local.

“Esta inauguración representa también una inversión en Chiquimula, en su actividad comercial y en su futuro. Sabemos que el desarrollo de una ciudad requiere nuevas oportunidades, nuevas inversiones y proyectos que respondan a la forma en que evolucionan las necesidades de las personas”, agregó Rodríguez.

Con la inauguración de Plaza Girasoles, Navitta busca que este nuevo espacio se integre a la vida cotidiana de Chiquimula, sea aprovechado por las familias y visitantes y continúe creciendo junto con la comunidad.

AMCHAM Guatemala analiza los retos y oportunidades del ART para fortalecer el acceso al mercado estadounidense

Con el objetivo de analizar el nuevo escenario comercial entre Guatemala y Estados Unidos, la Cámara de Comercio Guatemalteco-Americana (AmCham Guatemala) generó un espacio de diálogo que reunió a representantes del sector público y privado para abordar los alcances del Acuerdo de Comercio Recíproco (ART por sus siglas en inglés), los compromisos asumidos por Guatemala y los retos para su implementación.

El 30 de enero de 2026, Guatemala y Estados Unidos suscribieron el ART, como resultado de un proceso de negociación que busca fortalecer la relación comercial bilateral. El acuerdo complementa al DR-CAFTA, que continúa vigente, y establece compromisos en distintas áreas relacionadas con el comercio y la competitividad.

Como resultado del acuerdo, el 75.8% de las exportaciones guatemaltecas hacia Estados Unidos mantiene un arancel de 0%, mientras que otros productos continúan sujetos al tratamiento arancelario establecido

Durante el encuentro se destacó que, más allá del tratamiento arancelario, una de las principales prioridades para Guatemala debe ser avanzar en el cumplimiento efectivo de los compromisos asumidos en el ART. Estos incluyen acciones en materia sanitaria y fitosanitaria, facilitación y modernización del comercio, estándares regulatorios, comercio digital, trabajo y otras áreas relevantes para fortalecer la relación comercial con Estados Unidos.



“La implementación efectiva de los compromisos asumidos en el ART es fundamental para fortalecer la competitividad de Guatemala y generar mayor certeza para las empresas. Debemos aprovechar los beneficios actuales y, al mismo tiempo, construir las condiciones para seguir profundizando nuestra relación comercial con Estados Unidos”, señaló Waleska Sterkel de Ortíz, directora ejecutiva de AmCham Guatemala.

En este contexto, AmCham Guatemala considera fundamental fortalecer la coordinación entre las instituciones involucradas, dar seguimiento a los compromisos establecidos y generar mecanismos claros de implementación que permitan al sector privado conocer y aprovechar plenamente las oportunidades existentes.

El reto para Guatemala es avanzar de la negociación a la implementación efectiva, aprovechar los beneficios actuales del Acuerdo y generar las condiciones para continuar fortaleciendo nuestra relación comercial con Estados Unidos.



LESTER MARTINEZ
listo para defender su título tras
cumplir con el pesaje oficial



Arrancan Inscripciones
para la decimoprimer
edición de
Bimbo Global Race 2026

Oster® presentó la nueva
Licuadora Profesional
Titan
el poder para crear todo
lo que imaginas



Oster® presentó la nueva Licuadora Profesional Titan: el poder para crear todo lo que imaginas

La nueva Oster® Titan combina potencia, tecnología y versatilidad para transformar la experiencia en la cocina, desde smoothies y salsas hasta sopas calientes listas para servir.

La nueva licuadora profesional incorpora motor reversible, cuatro programas automáticos, vaso de vidrio Boroclass® de 2.5 litros y un vaso portátil Blend-N-Go de 750 ml.

Oster®, marca que por generaciones ha acompañado la creatividad en la cocina, anuncia la llegada a Guatemala de la nueva Licuadora Profesional Oster® Titan, una propuesta de alto rendimiento diseñada para quienes buscan llevar sus preparaciones a otro nivel con mayor potencia, precisión y versatilidad.

La nueva Titan incorpora un motor de 2200 W de potencia pico y una exclusiva cuchilla de acero inoxidable de 6 aspas, capaz de procesar desde ingredientes duros y fibrosos hasta lograr preparaciones suaves y homogéneas.

Entre sus principales innovaciones se encuentra la Tecnología de Motor Reversible, que hace girar la cuchilla en ambas direcciones para mantener los ingredientes en movimiento y ayudar a evitar atascos durante la preparación.

Además, cuenta con cuatro programas automáticos iBlend: Sopa, Smoothie, Procesar y Triturar, que permiten obtener diferentes resultados de manera sencilla. Uno de sus grandes diferenciales es el programa de Sopa, que aprovecha la velocidad de la cuchilla para licuar y generar calor al mismo tiempo, permitiendo preparar sopas calientes listas para servir.

Su vaso de vidrio Boroclass® de 2.5 L, con capacidad máxima de líquido de 2.0 L, es resistente a ingredientes hirviendo, olores, manchas y rayaduras. Titan también incluye un vaso portátil Blend-N-Go de 750 ml, apisonador y libro con 30 recetas, ampliando las posibilidades para crear dentro y fuera de casa.

Con Titan, Oster® continúa evolucionando la experiencia de licuar, combinando rendimiento profesional con funciones pensadas para simplificar las preparaciones del día a día. Porque algunas innovaciones hacen las cosas más fáciles y otras abren nuevas posibilidades: Titan fue creada para hacer ambas.



Walmart anuncia su nueva tienda “Walmart Quetzaltenango Periférico”

Como parte de su compromiso con el crecimiento económico de Guatemala, Walmart anuncia el desarrollo de su nuevo proyecto comercial en el occidente del país: Walmart Quetzaltenango Periférico. La tienda se encuentra actualmente en fase de construcción y su inauguración oficial está proyectada para el mes de noviembre de este año.

La nueva sucursal representará una inversión de US\$12.4 millones de dólares, consolidando la presencia de la compañía en la segunda ciudad más importante de la república y generando nuevas oportunidades de empleo y desarrollo para la comunidad.



Walmart Quetzaltenango Periférico estará ubicado en la 0 calle 6-243 zona 9 de Quetzaltenango, en el paraje conocido como “El Cerezo”, camino a San Marcos. Esta ubicación estratégica responde al dinamismo y acelerado crecimiento residencial y comercial que experimenta este sector de la ciudad.

Ahorro, calidad y conveniencia

Con este nuevo Walmart, las familias quetzaltecas contarán con una opción moderna y completa para realizar sus compras bajo la promesa de Precio Bajo Todos los Días, respaldada por estándares de alta calidad en productos de abarrotes, textiles, electrodomésticos, tecnología, entre otros.

Asimismo, la tienda ofrecerá una experiencia de compra omnicanal para que los clientes elijan cómo y cuándo comprar, ya sea en tienda física o a través de plataformas digitales (e-commerce). Para mayor comodidad, el proyecto contempla estacionamientos exclusivos para el servicio de entrega en auto (pickup) al frente del establecimiento, así como un amplio parqueo para sus visitantes. Adicionalmente, la presencia de Walmart en este sector abrirá espacios para fomentar la participación de pequeños y medianos productores de la región dentro de la dinámica del supermercado.

Arrancan Inscripciones para la decimoprimer edición de Bimbo Global Race 2026

Grupo Bimbo, la panificadora más grande del mundo, anunció la apertura de inscripciones para la decimoprimer edición de la Bimbo Global Race, la carrera con causa más grande del mundo, que se celebrará el próximo domingo, 27 de septiembre de 2026.

Este año, la carrera buscará reunir a más de 170 mil participantes de forma presencial para seguir transformando kilómetros recorridos en apoyo para quienes más lo necesitan. Como parte de esta iniciativa, Grupo Bimbo donará 20 rebanadas de pan por cada corredor inscrito a Bancos de Alimentos, contribuyendo a llevar alimento a miles de personas.

La Bimbo Global Race forma parte del propósito de Grupo Bimbo de Alimentar un Mundo Mejor, promoviendo estilos de vida saludables y generando un impacto positivo en las comunidades a través del deporte y la solidaridad.

Bajo la campaña “Compartimos lo bueno. Cuando compartimos lo bueno, pasan cosas mejores”, esta edición busca inspirar a personas de todo el mundo a compartir hábitos positivos, experiencias y acciones que contribuyan a construir comunidades más fuertes y conectadas.

La edición 2026 de la Bimbo Global Race se llevará a cabo de manera presencial en 29 ciudades de 23 países, incluyendo:

- Norteamérica: Estados Unidos (Los Ángeles), Canadá (Toronto) y México (Ciudad de México, Puebla, Guadalajara, Monterrey y Veracruz).
- Centro y Sudamérica: Brasil (Río de Janeiro y São Paulo), Colombia (Bogotá), Venezuela (Caracas), Ecuador (Guayaquil), Uruguay (Montevideo), Argentina (Buenos Aires), Perú (Lima), Chile (Santiago), Honduras (Tegucigalpa), El Salvador (San Salvador), Costa Rica (San José), Guatemala (Ciudad de Guatemala) y Panamá (Ciudad de Panamá).
- Europa: Reino Unido (Manchester), España (Madrid y Barcelona), Rumania (Braşov) y Portugal (Lisboa), Solovenia (Grosuplje).
- Asia: India (Delhi) y China (Beijing).

La carrera contará con modalidades para todos los niveles de experiencia: caminata de 3 kilómetros, carrera de 5 kilómetros y carrera de 10 kilómetros, permitiendo que familias, grupos de amigos y corredores experimentados participen en esta gran celebración global.

En Guatemala, la Bimbo Global Race se llevará a cabo en la Avenida Reforma y buscará reunir a más de 2,400 participantes, quienes se sumarán a miles de personas alrededor del mundo para compartir lo bueno y contribuir a esta causa global. Durante la edición anterior, la carrera reunió a más de 2,300 corredores, generando un impacto positivo en la comunidad a través de la donación de pan a quienes más lo necesitan. Además de la competencia, los asistentes podrán disfrutar de experiencias familiares, música en vivo, zonas de recuperación, dinámicas con patrocinadores y más sorpresas, creando un espacio de convivencia, bienestar y celebración para corredores, familias y amigos.



Los corredores pueden inscribirse a la carrera por un costo de Q.100 por persona y consultar más información visitando el sitio www.bimbogloballrace.com.

Al inscribirse, los participantes recibirán un kit de participación que se estará entregando el día previo a la carrera (sábado, 26 de septiembre) en el Parque de la Industria, Salón 3 en horario de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. y se contará con diferentes actividades como clase de Yoga, Zumba, clase de recetas saludables y demás actividades para la familia.

LESTER MARTÍNEZ listo para defender su título tras cumplir con el pesaje oficial

Lester Martínez está listo para subir nuevamente al cuadrilátero y defender por primera vez su título interino supermediano del Consejo Mundial de Boxeo (CMB), cuando enfrente este sábado 29 de agosto al croata invicto Luka Plantić en el Galen Center de Los Ángeles, California. Martínez marcó un peso de 167.2 libras este viernes, con lo que cumplió con la categoría supermediana y quedó preparado para el esperado enfrentamiento ante Plantić.

El campeón guatemalteco llega a esta pelea después de una intensa preparación y con el objetivo de mantener su cinturón y continuar consolidándose como una de las principales figuras del boxeo guatemalteco en el escenario internacional.

Por su parte, Plantić llega invicto al combate, lo que añade un reto importante para Martínez en la primera defensa de su título interino. El campeón mundial interino aseguró, durante una entrevista posterior al pesaje, sentirse “emocionadísimo” a unas horas de la pelea. Además, agradeció el cariño y el apoyo recibido de los guatemaltecos y sus patrocinadores.

¿CÓMO VER LA PELEA?

Los aficionados guatemaltecos podrán seguir la pelea a través de ProBox TV, plataforma oficial de transmisión del evento.

La cartelera comenzará este sábado 29 de agosto a las 3:30 p. m., hora de Guatemala. Se espera que el combate de Lester Martínez se lleve a cabo en horas de la noche.

El combate estará disponible a través de la plataforma de transmisión de ProBox TV, que además ha creado una página exclusiva para los aficionados guatemaltecos, con el objetivo de facilitar su acceso a la transmisión y que nadie se pierda este esperado enfrentamiento.



Porsche Guatemala presenta el nuevo Cayenne Electric: una nueva dimensión de desempeño y tecnología

Grupo Los Tres, distribuidor exclusivo de Porsche en Guatemala, presenta el nuevo Porsche Cayenne Electric, un modelo que marca un nuevo paso en la evolución de la familia Cayenne.

El nuevo Cayenne Eléctrico presenta un hito tecnológico para Porsche al combinar desempeño con la nueva generación de tecnología eléctrica, carga y gestión de energía. Después de más de dos décadas como uno de los modelos más versátiles de Porsche, el Cayenne incorpora ahora una nueva arquitectura eléctrica que combina altas prestaciones, confort para largas distancias y capacidades para diferentes escenarios de conducción.

Tecnología eléctrica orientada al desempeño

El nuevo Porsche Cayenne Eléctrico Turbo destaca por su alta tecnología y desempeño, ofreciendo hasta 1,156 PS (1,140 HP), una aceleración de 0 a 100 km/h en solo 2.5 segundos y una autonomía de hasta 642 km según el ciclo WLTP. Para maximizar su eficiencia, incorpora un avanzado sistema de recuperación de energía inspirado en la Fórmula E y admite potencias de carga de hasta 400 kW, además de la opción de carga inductiva sin cables.

Un Cayenne reconocido, con una nueva interpretación tecnológica

El nuevo Porsche Cayenne Eléctrico conserva sus proporciones icónicas pero evoluciona con soluciones aerodinámicas que logran un coeficiente de 0.25, optimizando tanto su dinámica como su eficiencia. Además, ofrece una amplia gama de opciones de personalización en colores, rines e interiores, combinando la identidad visual preferida por los clientes con la tecnología de última generación que marca una clara diferencia frente a sus antecesores.



Una nueva experiencia para el conductor y acompañantes

El interior del Porsche Cayenne Eléctrico apuesta por la conectividad y el confort con la pantalla Porsche Flow Display, un sistema operativo más ágil y un asistente de voz con IA, además de opciones de entretenimiento como streaming y videojuegos. El habitáculo suma asientos específicos, calefacción de superficies y modos de experiencia ajustables, mientras que en practicidad destaca un maletero delantero (frunk) de 90 litros, una capacidad de remolque de hasta 3.5 toneladas y un desarrollo enfocado en viajes largos, desempeño todoterreno y gestión térmica de la batería.

Desempeño, tecnología y personalización

El Porsche Cayenne Eléctrico aterriza en Guatemala combinando rendimiento, tecnología de carga, confort y versatilidad dentro de la gama SUV de la marca. Su propuesta destaca por una amplia libertad de personalización con múltiples opciones de colores, rines e interiores, además de los programas exclusivos de Porsche Exclusive Manufaktur para adaptar cada unidad al gusto de su propietario.

ONU destaca el relacionamiento comunitario de Grupo Energía Bogotá replicado en Guatemala

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) reconoció a Enlaza, filial del Grupo Energía Bogotá (GEB), por sus buenas prácticas de relacionamiento con comunidades étnicas durante el desarrollo de infraestructura energética. Incluida en el informe del Relator Especial sobre el Derecho al Desarrollo, la compañía fue destacada por ir más allá del cumplimiento legal al haber concretado más de 280 consultas y acuerdos participativos basados en el diálogo transparente, la confianza y el respeto a los derechos humanos.

Construir confianza más allá de un proyecto

El modelo de Enlaza promueve un relacionamiento comunitario continuo y genuino que va más allá de simples trámites o autorizaciones puntuales. Basada en el diálogo transparente, la escucha activa y la búsqueda de consensos adaptados a cada territorio, esta visión se ha consolidado como un referente para el Grupo Energía Bogotá y sus filiales, integrando el respeto a los derechos humanos y el desarrollo sostenible como ejes rectores de su operación.

En Guatemala, el modelo se convierte en acción

En Guatemala, Conecta filial del Grupo Energía Bogotá replica esta filosofía en el desarrollo de infraestructura de transmisión eléctrica mediante un marco centrado en el respeto a los derechos humanos y la sostenibilidad. Su enfoque prioriza el diálogo comunitario constante, permitiendo identificar impactos potenciales e implementar mecanismos de prevención y mitigación para impulsar el progreso de los territorios donde opera.



Sostenibilidad como parte de la operación

A este compromiso se suma la Política de Sostenibilidad, adoptada por el Grupo Energía Bogotá en 2019 y que desde entonces orienta la gestión de sus operaciones.

El principio es que todas las actividades de la organización se desarrollen bajo criterios de sostenibilidad, con especial énfasis en el respeto de los Derechos Humanos y en la contribución al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Para Conecta, esto significa incorporar la sostenibilidad como un componente transversal de su operación y no como una actividad aislada. El objetivo es que la construcción y operación de infraestructura de transmisión contribuya al desarrollo energético del país y, al mismo tiempo, genere valor en los territorios donde se desarrollan los proyectos.



El Peligro de las tendencias del uso de maquillaje en niñas



Por qué pasar todo el día tirado en el sofá te roba las fuerzas

¿Es bueno comer frutas por la noche antes de ir a dormir?



Por qué pasar todo el día tirado en el sofá te roba las fuerzas

Nos sentimos más cansados después de un día de inactividad debido a la falta de estímulo físico que afecta la circulación, al agotamiento mental por el aburrimiento, al desajuste de nuestros ritmos circadianos y a la posible influencia de hábitos como la falta de sueño, una dieta poco nutritiva o el sedentarismo.

Factores físicos

Falta de movimiento: El ejercicio estimula la circulación sanguínea, y al no moverte, la sangre fluye más lento, lo que puede causar rigidez muscular y una sensación general de fatiga.

Ritmos circadianos: Nuestros cuerpos siguen un ciclo natural de energía y sueño. La inactividad prolongada puede desajustar este ciclo, afectando tus niveles de energía y tu descanso nocturno.

Factores psicológicos

Aburrimiento y falta de propósito: La falta de actividad mental o física puede llevar a un "agotamiento mental" por la falta de estímulos, propósitos o actividad, generando un estado de apatía.

Influencia de los hábitos

Sueño inadecuado: Dormir poco o tener horarios de sueño irregulares puede hacer que te sientas cansado incluso si pasas el día sin hacer nada.

Dieta desequilibrada: Consumir demasiados carbohidratos procesados o alimentos con bajo valor nutricional puede causar picos y caídas en el azúcar en la sangre, afectando tus niveles de energía.



Sedentarismo: Un estilo de vida con muy poca actividad física puede, irónicamente, hacerte sentir más cansado, ya que el ejercicio regular aumenta la energía.

¿Cuándo preocuparse?

Si el cansancio y la falta de ganas de hacer cosas se prolongan por varias semanas, afectan tus actividades diarias, o se acompañan de cambios en el apetito o el estado de ánimo (como sentimientos de desesperanza), es importante consultar a un médico para descartar condiciones médicas subyacentes.

¿Quieres pasar un domingo entero tirado en el sofá? No es mala idea, pero hay que "desconectar del sofá" igual que se desconecta del trabajo. Aunque solo sea un ratito. La actividad física moderada, incluso un paseo ligero, es fundamental para mantener los ritmos circadianos en equilibrio. Esto no solo ayuda a dormir mejor, sino que también mejora la sensación de bienestar general y reduce el agotamiento al final del día.

El Peligro de las tendencias del uso de maquillaje en niñas

El uso de maquillaje en niñas y niños podría desencadenar incluso en trastornos psicológicos futuros que tienen que ver con la imagen, como los trastornos alimenticios o la baja autoestima.

El maquillaje en niñas puede ser peligroso sobre todo porque su piel aún no está preparada para los componentes que algunos productos de maquillaje llevan. Pero este no es el único problema. En una sociedad tan preocupada por la imagen, el maquillaje en niñas y niños puede tener incluso un impacto psicológico. Hoy te contamos cuáles pueden ser las consecuencias del uso de maquillaje en niñas y niños en ambos ámbitos.

Peligros Físicos

Reacciones cutáneas: Los niños pueden sufrir dermatitis, hinchazón, irritación, picazón, resequead o acné al usar productos no adecuados para su piel, que tiene necesidades diferentes a la de los adultos.

Exposición a disruptores endocrinos: Algunos cosméticos contienen compuestos como los parabenos que, al ser absorbidos por la piel, pueden desequilibrar el sistema hormonal de los niños, afectando su desarrollo y pudiendo causar problemas de fertilidad en el futuro.

Quemaduras y otras lesiones: Algunos productos pueden causar quemaduras, eczemas o irritaciones si no son apropiados para la piel infantil o no se usan correctamente.

Peligros Psicosociales

Cosificación y sexualización: Las tendencias de maquillaje infantil, influenciadas por redes sociales y los concursos de belleza, pueden llevar a la cosificación y sexualización de los cuerpos de los niños, presentando estereotipos de género y belleza poco apropiados.

Influencia de las redes sociales: Los niños pueden querer usar maquillaje por imitar a sus ídolos o seguir las tendencias de influencers, que a menudo usan imágenes alteradas con filtros y efectos que no reflejan la realidad, generando expectativas de una piel "perfecta" inalcanzable.

Autoestima y percepciones de belleza: La imposición de estos ideales puede afectar negativamente la autoestima de los niños, incitándolos a creer que necesitan productos cosméticos para alcanzar un estándar de belleza, en lugar de aceptar su imagen corporal natural.



Recomendaciones

Evitar productos de uso adulto: No se deben usar productos de los padres o para adultos en los niños, ya que sus pieles tienen necesidades distintas y pueden ser más sensibles a ciertos ingredientes.

Consultar a un especialista: Ante la aparición de acné o cambios en la piel, es fundamental que un dermatólogo oriente sobre la rutina de limpieza y cuidado más adecuada, evitando el uso de productos recomendados por influencers.

Fomentar la autoestima: Es importante cuestionar si el uso de estas sustancias se debe a una moda o una necesidad real, y evitar la influencia de las redes sociales, promoviendo una imagen corporal sana y natural.

Cuando es el momento indicado para cambiar el Reuter de wifi de tu casa

La vida útil de un Reuter de wifi puede variar según el modelo y las características del servicio.

Hoy en día, la conexión a internet es posible gracias al Reuter de wifi, que es el punto de acceso principal para que todos los dispositivos se conecten a la red. Como su computador, celular, Tablet o televisor inteligente, la calidad de la señal depende del enrutador y el servicio que posea. Esta herramienta se va deteriorando con el tiempo, es decir, llega un punto en el que deja de funcionar con la misma calidad. Un factor clave para determinar si ha llegado el momento de renovar el Reuter es analizando las características que le ofrece. Si cuenta con uno de la línea ADSL, la verdad, es un poco antiguo, a diferencia de los que actualmente están en el mercado. los módems modernos son capaces de proporcionar dos redes, 2.4 GHz y 5 GHz, consideradas una de las mejores fibras.

Otra señal para determinar que la vida útil del Reuter ha llegado a su fin, es la poca intensidad de señal al momento de navegar con sus dispositivos tecnológicos. Adicionalmente, la velocidad de la red ya no es la misma que antes. Esto lo puede comprobar si al ingresar a un sitio web, enviar un mensaje o abrir alguna aplicación, se tarda varios minutos en ejecutar la acción.

Debes cambiar tu Reuter cuando experimentes lentitud en tu conexión a internet, desconexiones frecuentes, o si el Reuter no puede manejar los dispositivos más recientes. Otras señales incluyen el sobrecalentamiento del dispositivo, la falta de soporte del fabricante para actualizaciones de seguridad, o simplemente la obsolescencia del equipo, que suele ocurrir cada 3 a 5 años.

Señales de que necesitas un Reuter nuevo

Lentitud en la conexión a internet:

Si tu conexión es significativamente más lenta de lo que tienes contratado y no mejora con soluciones básicas, puede que el Reuter sea el culpable



Desconexiones e inestabilidad:

Si tu red se interrumpe constantemente sin razón aparente, un Reuter antiguo o defectuoso podría ser la causa.

Problemas con múltiples dispositivos:

Si tienes muchos dispositivos conectados y la red se vuelve inestable, un Reuter que no soporta la carga puede ser la razón.

Alcance limitado:

Si la señal Wi-Fi no llega bien a toda tu casa, puede que necesites un Reuter con mejor alcance o un modelo más moderno.

Falta de soporte de seguridad:

Los fabricantes dejan de actualizar los Reuter antiguos, lo que los deja vulnerables a riesgos de seguridad.

Sobrecalentamiento:

Un Reuter que se calienta demasiado, hasta el punto de que no se puede tocar, puede indicar un mal funcionamiento de los componentes internos.

¿Es bueno comer frutas por la noche antes de ir a dormir?

Generalmente es bueno comer frutas por la noche, ya que proporcionan nutrientes esenciales como vitaminas, minerales y antioxidantes que pueden mejorar el sueño. Las frutas contienen compuestos como la melatonina y la serotonina, que regulan el ritmo circadiano y promueven la relajación. Elegir frutas enteras y saludables como alternativa a postres menos nutritivos también es beneficioso para el control de peso y la salud general.

Beneficios de comer fruta por la noche

Mejora la calidad del sueño: Algunas frutas contienen melatonina y triptófano, aminoácidos que ayudan a tu cuerpo a relajarse y a regular el ciclo de sueño.

Aporte de nutrientes: Las frutas son una fuente rica de vitaminas, minerales y fibra, que son esenciales para una dieta equilibrada a cualquier hora del día.

Alternativa saludable: Consumir fruta en lugar de postres azucarados puede satisfacer los antojos nocturnos de manera saludable, evitando así calorías vacías.

No hay evidencia de efectos negativos: Contrario a algunos mitos, no hay evidencia científica que indique que comer fruta por la noche sea perjudicial para la salud o que provoque aumento de peso si se mantiene un equilibrio en la dieta.

Frutas recomendadas para comer antes de dormir

Plátanos: Ricos en potasio y magnesio, que promueven la relajación muscular.

Cerezas: Son una fuente natural de melatonina, lo que facilita un sueño más continuo.

Kiwis: Contienen serotonina, que puede ayudar a conciliar el sueño más rápido.

Manzanas: Aportan fibra y tienen un efecto saciante sin ser pesadas para la digestión.



Tener en cuenta los efectos de distintas frutas

Dependiendo de las características de cada fruta y tus condiciones de salud específicas, podría ser bueno evitar algunas al momento de la cena. Así impedimos que afecten nuestro descanso.

Consumir frutas con alto contenido de fructosa o sorbitol como el mango, la sandía, la piña, los dátiles, el melón, las ciruelas, las manzanas o el plátano maduro pueden producir diarrea por alta concentración del sorbitol en el intestino, y en consecuencia la posible deshidratación y falta de descanso por las noches.

Si padeces de reflujo o acidez estomacal, sería evitar comer frutas ácidas por la noche como la piña, la uva verde y el kiwi, pues incrementarían el malestar y producirían más acidez, sobre todo si se consumen cítricos. Para estos casos, es recomendable optar por frutas más suaves como el plátano o la papaya o cocidas para que sean más fáciles de digerir.

Las frutas, definitivamente, forman parte de una dieta saludable, sin embargo, no deben ser la única fuente de nutrientes en la cena. Una dieta balanceada debe incluir también verduras y proteínas. Cenar de manera regular únicamente fruta o yogur podría llevar a deficiencias nutricionales. Por lo tanto, si deseas comerlas antes de ir a dormir, debes incluirla como parte de un menú variado y en cantidades adecuadas.

Que es lo más recomendable hacer cardio antes o después de las pesas

Para perder peso y ganar masa muscular, es mejor hacer ejercicio cardiovascular al final; mientras que, para la resistencia, hay que colocarlo al inicio.

Una duda frecuente al momento de planificar la rutina física es cuándo incluir el ejercicio cardiovascular. Se trata de una actividad necesaria, pero hacerla al inicio o al final del entreno puede producir resultados distintos.

Con el cardio aumentamos el ritmo cardíaco, activamos la circulación sanguínea y favorecemos la pérdida de grasa. A la par, quemamos bastantes calorías, lo que podría perjudicar o enlentecer nuestra ganancia de masa muscular si nos excedemos. Debido a que no todos se ejercitan para lo mismo, lo que hay que considerar es cuáles son nuestras metas personales. En general, son tres los objetivos que se suelen perseguir.

Perder grasa.
Desarrollar músculo.
Aumentar la resistencia.

Primero las pesas para desarrollar músculo

Comenzar por las pesas antes del cardio favorece el desarrollo de la fuerza y el crecimiento muscular. La razón es que, al principio del entreno, disponemos de mayores reservas de glucógeno en los músculos, lo que permite ejecutar los ejercicios con más potencia.

A medida que avanza el entrenamiento, las reservas de glucógeno se agotan. Entonces, si realizáramos una sesión extensa de cardio al comienzo, la disponibilidad de energía sería mucho menor para el momento de las pesas.

De este modo, se limitaría tu potencial y tu rendimiento. También te expondrías a un mayor riesgo de lesiones por la ejecución incorrecta de la técnica. En especial, en movimientos que implican cargas externas, como el uso de mancuernas, pesas rusas o barras. no debemos realizar ejercicio de cardio en las jornadas que programamos entrenamiento de fuerza? Para nada. De hecho, una rutina corta 5 a 10 minutos, a modo de calentamiento, es muy útil. De este modo, predisponemos a los músculos para lo que viene.



Cardio al final si quieres perder grasa

Efectuar las rutinas cardiovasculares después de las de fuerza es recomendable para bajar de peso. Aunque, con frecuencia, perder grasa se asocia solo al entrenamiento de cardio, la realidad es que necesitas de las pesas para alcanzar más rápido tu objetivo.

Si haces primero los movimientos de fuerza, agotas tus reservas de glucógeno. El glucógeno es el combustible que tienen tus músculos y que se encuentra almacenado dentro de ellos y en el hígado. Con ese combustible agotado por las pesas, cuando pases al movimiento cardiovascular, tu cuerpo utilizará la grasa como fuente de energía. Es decir, que recurrirá a ella y la quemará. Además, aunque no lo parezca, el entrenamiento de fuerza reduce la grasa corporal durante las horas posteriores a la ejecución.

¿Porque son buenas las moras para la salud?

La mora es originaria de Centro América, aunque actualmente está ampliamente distribuido en Europa, Asia, Oceanía, y Norte y Sur América. Existen más de 300 tipos de especies de moras.

Las moras son buenas para la salud porque son ricas en vitaminas (C, K, E), fibra y antioxidantes como las antocianinas, que ayudan a proteger el cuerpo contra el daño celular, reducen la inflamación y apoyan la salud del corazón, la piel y el cerebro. Además, su bajo contenido de calorías y carbohidratos las convierte en un snack saludable, útil para la digestión y la gestión del colesterol.

Beneficios clave de las moras:

Protección antioxidante y antiinflamatoria: Las antocianinas y otras sustancias fitoquímicas presentes en las moras ayudan a combatir los radicales libres y a reducir la inflamación, lo que puede prevenir enfermedades crónicas y el envejecimiento.

Salud cardiovascular: El consumo de moras puede contribuir a reducir los niveles de colesterol, controlar la presión arterial y prevenir condiciones como la aterosclerosis.

Sistema inmunológico fortalecido: Gracias a su alto contenido de vitamina C y E, las moras refuerzan las defensas naturales del cuerpo contra enfermedades e infecciones.

Salud digestiva: La fibra dietética que contienen las moras favorece el tránsito intestinal y ayuda a regular la absorción de glucosa.

Salud cerebral y ósea: Las vitaminas y antioxidantes de las moras también apoyan la función cognitiva y contribuyen a la salud de los huesos al favorecer la generación de colágeno.

Beneficios para la piel: Las vitaminas, especialmente la C y la E, son esenciales para la salud y juventud de la piel, además de fortalecer su capacidad para protegerse del daño.



Bajo en calorías y carbohidratos: Una taza de moras solo contiene unas 62 calorías y pocos carbohidratos, lo que las hace una excelente opción para quienes buscan mantener un peso saludable.

La mora es una fruta que puede ayudar en el tratamiento y prevención de enfermedades, como la diabetes, infarto, aterosclerosis y presión arterial alta, debido a su alto contenido de antocianinas, ácido elágico y taninos con propiedades antiinflamatorias y antioxidantes.

Además, las moras son una excelente fuente de vitamina C, que refuerza el sistema inmunológico y favorece la salud de la piel al estimular la producción de colágeno. También contienen fibra, lo que contribuye a una buena digestión y regula el tránsito intestinal.