



**BUENAS** *Nuevas* **gt**

## **Edición Semanal**

**del 28 de agosto al 03 de septiembre de  
2023**

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





## Tribunal Supremo Electoral oficializa a Bernardo Arévalo como Presidente



## INGUAT- participó en el Festival Chapín de Los Ángeles EE. UU



## INGUAT- participó en el Festival Chapín de Los Ángeles EE. UU



Para muchos guatemaltecos, la separación de su tierra natal genera un profundo sentimiento de nostalgia y un deseo constante de mantener sus raíces vivas. El turismo se convierte en una herramienta poderosa para facilitar esta reconexión. Al volver a Guatemala, los migrantes y sus hijos tienen la oportunidad de ver, sentir y experimentar de primera mano su cultura, tradiciones y la belleza de su país de origen.

Y para que esto sea una realidad, los guatemaltecos residentes de Los Ángeles disfrutaron del Festival Chapín el 26 y 27 de agosto, donde se contó con 2 stand de información turística y una serie de actividades preparadas para compartir y recordar sus raíces. También participó el Ballet Folclórico, donde los asistentes pudieron disfrutar de la presentación de un amplio repertorio musical y danzas folclóricas provenientes de distintos departamentos de nuestro país.



Estamos convencidos de que a través de la visita a nuestra tierra se forja un vínculo entre el pasado y el presente, permitiendo que las futuras generaciones comprendan, aprecien y valoren su herencia cultural. Por lo tanto, nuestros connacionales fueron invitados a visitar Guatemala y considerar nuestro país como destino para sus próximas vacaciones. Por ello, la participación del Instituto Guatemalteco de Turismo - INGUAT-, en este evento tiene como objetivo promover a Guatemala asombrosa e imparatable, como un destino que ofrece una amplia variedad de opciones turísticas que se adaptan a las necesidades de los migrantes guatemaltecos y sus familias.



## TSE oficializa a Bernardo Arévalo como Presidente y Karin Herrera como vicepresidenta



Por medio del Acuerdo 1659-2023 el Tribunal Supremo Electoral oficializa los resultados de la elección del 20 de agosto, declarando ganador al binomio presidencial del partido político Movimiento Semilla, Bernardo Arévalo De León y Karin Herrera, quienes obtuvieron el 60% de los votos válidos.

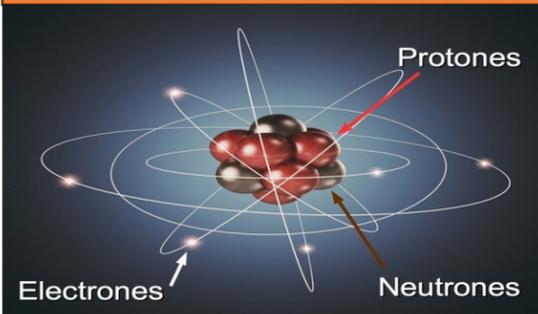
Magistrados del Tribunal Supremo Electoral (TSE) oficializaron los resultados electorales de la segunda vuelta realizada el pasado 20 de agosto. La oficialización de los resultados se hizo a través de un acuerdo emitido por el TSE, quienes avalaron los más de 2.4 millones de votos emitidos por los

ciudadanos en favor del binomio presidencial del Movimiento Semilla, dándole la victoria a Bernardo Arévalo y Karin Herrera como Presidente y Vicepresidenta del país, respectivamente, por el período 2024-2028.

A pesar que hubo una variación en los datos que aparecen en sistema electrónico del Tribunal, después de la ratificación de algunas impugnaciones, los cambios no fueron significativos.

Por lo tanto, se indicó que Arévalo obtuvo 2,441,661 votos del Movimiento Semilla, en la segunda vuelta electoral, contra 1,567,472 que recibió Sandra Torres, de la Unidad Nacional de la Esperanza (UNE).

## El electrón: la partícula responsable de que nada toque nada



Un 30 de abril de 1897, Thomson revolucionaba la historia de la ciencia con el descubrimiento del electrón. por qué esta partícula es la responsable de que nada toque nada.

¿Quiere esto decir que los zapatos nunca tocan realmente el suelo? ¿O que tu mano nunca llega a apoyarse sobre una mesa o a tocar la piel de otra persona cuando la acaricias? Así es

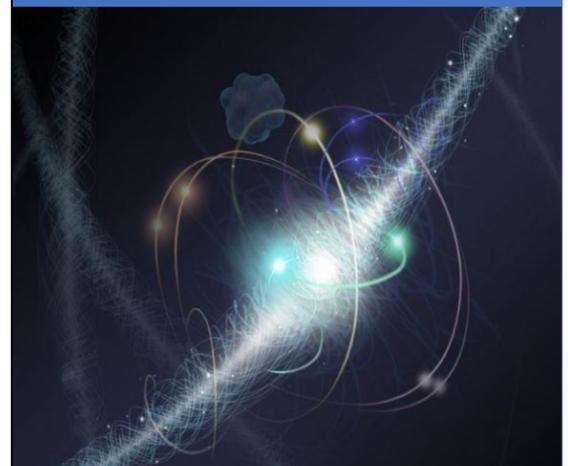
En todo momento, la fuerza de repulsión entre los electrones evitará que los átomos que componen tu piel, los zapatos, el suelo, las superficies, las sustancias... se pongan en contacto. La sensación de contacto viene entonces de una simple reacción en cadena: los electrones sienten la fuerza de repulsión, son empujados

hacia atrás, empujando al conjunto de los átomos que forman, y con ello tu piel, lo que aporta la sensación de entrar en contacto. Hace 126 años, el 30 de abril de 1897, en su laboratorio de la Universidad de Cambridge, el físico Joseph John Thomson revolucionaba el mundo científico abriendo paso. En un experimento con los llamados rayos catódicos, descubrió el electrón, la partícula elemental de carga negativa. Además, fue capaz de establecer que esa nueva partícula tenía una carga y una masa muy inferior a la del átomo de hidrógeno, el más ligero conocido en ese momento.

Hasta el momento de este descubrimiento, se pensaba que el átomo era indivisible y no era concebible la existencia de elementos más pequeños que lo formarían.

Para su hallazgo, Thomson usó una lámpara de vacío, un tubo donde hizo vacío en su interior. Dotó un extremo de un electrodo

positivo, un ánodo, y el otro de un electrodo negativo, un cátodo, de forma que la corriente comenzó a fluir entre ambos dando lugar a unos rayos de electrones conocidos como rayos catódicos. en aquel momento, Thomson desconocía que se trataba de electrones y asumía que los rayos eran átomos simples e invisibles.



## La Senacyt promueve la integridad y ética en proyectos e investigaciones

Promoviendo la integridad y asegurar la originalidad en los proyectos, la Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt) pone a disposición de sus usuarios la plataforma Ithenticate de forma gratuita.

Ithenticate es una herramienta que permite verificar la originalidad de investigaciones y proyectos antes de ser presentados, detecta similitudes y plagio en trabajos científicos y académicos. La plataforma utiliza avanzados algoritmos de comparación con una amplia base de datos de contenido lo que permite identificar posibles coincidencias con fuentes externas

Con la integración de Ithenticate, se busca fortalecer la calidad de los proyectos e investigaciones y garantizar que todos los trabajos presentados sean originales y cumplan con los más altos estándares de ética académica.

Los usuarios deberán estar inscritos en el directorio nacional de Investigadores.

Esta es una iniciativa que reafirma el compromiso de la institución con la excelencia académica, la ética y fomenta un ambiente de investigación transparente y confiable.

Los usuarios tendrán acceso a esta herramienta para realizar revisiones previas a la presentación de sus investigaciones lo que les permitirá corregir cualquier posible coincidencia no intencional antes de la publicación.



La Senacyt reconoce la importancia de garantizar que los proyectos e investigaciones presentados sean genuinos y no contengan plagio, para respaldar este compromiso se pone a su disposición la herramienta. Los interesados en utilizar la herramienta pueden ingresar a <https://senacyt.gob.gt/ithenticate>.

## ¿Por qué es peligroso consumir semillas de manzana?

Quizás alguna vez escuchaste a alguien prevenirte sobre consumir sus semillas, ya que esto podría potencialmente intoxicarte y, posiblemente por la incertidumbre y desconocimiento, preferiste hacer caso de la advertencia. Pero ¿Qué tan cierto es este hecho?

es cierto que las semillas de manzana pueden intoxicarte, sin embargo, necesitarías consumir una cantidad realmente excesiva de esta parte del fruto para que te provoque envenenamiento.

las semillas que se encuentra en lo que nosotros denominamos "corazón" de la manzana contienen un compuesto denominado amigdalina que es potencialmente toxigénico, lo que quiere decir que es capaz de producir una toxina. La amigdalina pertenece a un grupo de compuestos vegetales de origen natural que se reconocen como glucósidos cianogénicos.

En el reino vegetal, estos compuestos se distribuyen ampliamente y su función es proveer una defensa química contra los organismos herbívoros que gusten de este fruto. Específicamente se describe que los glucósidos cianogénicos se almacenan en las células vegetales de las semillas y, cuando estas se rompen, dichos compuestos se exponen y entran en contacto con enzimas que propician la liberación del cianuro de hidrógeno, un compuesto altamente venenoso que, a dosis letales, puede producir la muerte en un par de minutos.

Algo parecido pasa al consumir semillas de manzana, bueno, específicamente al masticarlas (ya que se requiere que las semillas se rompan). De esta manera, se sugiere que cuando esta parte del fruto llega a nuestro sistema digestivo, interacciona con sus componentes y, al hacerlo, se libera el cianuro de hidrógeno.



La intoxicación leve por cianuro causa síntomas que incluyen ansiedad, dolor de cabeza, mareos y confusión, por su parte, el envenenamiento agudo produce disminución de la conciencia, hipotensión, parálisis, coma e incluso la muerte.

en teoría la intoxicación o envenenamiento por semillas de manzana podría suceder, sin embargo, la cantidad de amigdalina en una semilla es muy baja, por lo tanto, la producción de cianuro de hidrógeno se da en dosis tan mínimas que resultaría inofensivo si una persona consume las semillas de una manzana (que suele tener entre 5 y 6 semillas).

una persona tendría que comer de 90 a 500 semillas de manzana para desarrollar una intoxicación aguda por cianuro.

Tendría que comer 18 manzanas (o muchas más), y masticar cada semilla muy bien, consumir las semillas de una manzana no podría causar ningún daño.

## Por falta de esta vitamina se producen los calambres

Es necesario que incluya los alimentos con esta vitamina en su rutina diaria.

Una sensación muy incómoda para el cuerpo humano es la de los calambres. Estas se reconocen como las contracciones repentinas e involuntarias de uno o más músculos, sean de la pierna, tobillo o pie llegando a ser muy dolorosos.

No hay una causa exacta para que sucedan los calambres, pero existen varias tendencias que conducen a esta afección en el cuerpo. Por ejemplo, una de ellas es la sobrecarga muscular, producto de un esfuerzo muy excesivo de un músculo en una actividad deportiva.

Los calambres pueden surgir por la falta de una adecuada hidratación, lo que provoca que se altere el equilibrio correcto de los electrolitos. La falta de estiramiento y calentamiento o el ejercicio inadecuado lleva a que los músculos se contraigan entre sí.

Las enfermedades vinculadas a la diabetes y la enfermedad de Parkinson; el uso de medicamentos diuréticos; la carencia de flujo sanguíneo en las extremidades; el embarazo, y las temperaturas extremas, son circunstancias que pueden conllevar a los calambres.

Pero hay un motivo de peso que se relaciona directamente con la falta de vitaminas. Esta es la "depleción de electrolitos", que se da por la no ingesta de ciertos nutrientes esenciales para el funcionamiento adecuado de las células musculares.



Aquí entra una vitamina imprescindible para esta actividad.

Es la vitamina D, que se produce cuando la piel se expone a los rayos ultravioleta. O sea, su fuente de mayor relevancia es el Sol y, cuando el cuerpo recibe una baja cuota de la misma, provoca dificultades a nivel muscular y de nutriente se encuentra en diversos alimentos. Por ejemplo, pescados grasos que corresponden al atún, la trucha y hasta el salmón; así mismo, también otros productos derivados de animales, como la yema de huevo, leche de almendra y el queso.

La falta de esta vitamina, además de las crecientes posibilidades de sufrir calambres en la rutina diaria, conduce en otras afecciones como la obesidad y hasta la nefropatía. No solo involucra a los músculos, sino a otras áreas imprescindibles en el cuerpo humano.



## Llega a Guatemala VIX la plataforma de streaming de contenidos en español, más grande de Latinoamérica

Mintrab lanza  
Plataforma Electrónica  
para búsqueda de  
empleo



## Comisión de SIEX de AGEXPORT desarrollará el evento Green Logistics: Cadenas de Suministro Sostenible



## Según Visa, los consumidores de América Latina y el Caribe aumentaron sus pagos digitales en sus compras

Visa Consulting & Analytics analizó las transacciones efectuadas con credenciales Visa en tiendas de ropa y encontró que los pagos sin contacto y el ecommerce están creciendo en la región

Las compras de ropa y accesorios son cada vez más digitales en América Latina y el Caribe, de acuerdo con un análisis realizado por Visa Consulting & Analytics (VCA). Según los datos, de enero a junio de 2023, la cantidad de transacciones con credenciales Visa realizadas en tiendas de ropa físicas y online de la región aumentó casi un 6% en comparación con el mismo período en 2022. Los datos refuerzan que la digitalización de los pagos de los consumidores en los comercios de artículos de moda es una tendencia impulsada por el crecimiento del ecommerce y los pagos sin contacto. Chile, Ecuador, Panamá, Guatemala y República Dominicana fueron los países que registraron un mayor aumento en las transacciones Visa, con un crecimiento de entre 25% y 30% durante el período analizado.

En la primera mitad de 2023 se registró un aumento de compras online en artículos de ropa y accesorios en toda la región de América Latina y el Caribe, registrando un aumento aproximado de cinco puntos porcentuales, en comparación con los mismos meses en 2022. Los países más destacados son Argentina, Colombia y República Dominicana, los cuales están creciendo por encima del promedio de la región en compras online con credenciales Visa. La participación de las transacciones online en el número total de transacciones digitales de pago en el sector de moda ha ido cambiando últimamente, al punto que casi se duplicó en los últimos tres años.

El uso de credenciales Visa en las compras de ropa y accesorios aumentó tanto en transacciones online como en presenciales. Al comparar los meses de enero a junio de 2023, respecto al mismo período en 2022.



Detectando un crecimiento de doce puntos porcentuales en las compras de vestimenta y accesorios realizadas con credenciales Visa sin contacto en América Latina y el Caribe. Uruguay fue el país donde más se incrementó el uso de estas innovaciones en la compra de ropa, con un 25% más de transacciones sin contacto en los meses analizados. Este análisis se basa en datos de transacciones de VisaNet realizadas el primer semestre de 2022 y el mismo período en 2023, e incluye los siguientes países y territorios de la región de América.

## Comisión de SIEX de AGEXPORT desarrollará el evento Green Logistics: Cadenas de Suministro Sostenible



Con el fin de mostrar el compromiso empresarial nacional, implementando estrategias de transformación digital, compliance, sostenibilidad, movilidad eléctrica, inteligencia artificial y diversas herramientas digitales, la Comisión de SIEX de AGEXPORT desarrollará el evento Green Logistics: Cadenas de Suministro Sostenible, el cual se realizará en el Trade Center de AGEXPORT el 31 de agosto, de 08:00 a 17:30 horas.

La primera edición de Green Logistics: Cadenas de Suministro Sostenible, un evento significativo para empresarios, emprendedores, estudiantes y público en general. Las personas interesadas en asistir tendrán la oportunidad de presenciar conferencias y conversatorios impartidos por expertos en el tema, tanto nacionales e internacionales. Será un espacio de alto nivel para fortalecer conocimientos y herramientas, con la alianza de World Compliance Association, AL-INVEST Verde y Asociación de Movilidad Eléctrica de Guatemala.

La iniciativa tiene como objetivo impulsar el cambio en el sector de la logística y transporte. La cual desempeña un papel crucial en la promoción de prácticas sostenibles en toda la cadena de suministro. A través de las conferencias y conversatorios, los participantes conocerán temas fundamentales para promover la transformación sostenible en el ámbito empresarial

Durante las conferencias, se abordarán temas relevantes para la adopción de prácticas sostenibles en el ámbito de la logística y transporte. Los temas son:

- Transformación digital, elemento clave para fortalecer la eficiencia.
- Compliance, destacando la importancia del cumplimiento normativo y responsabilidad social corporativa en la lucha contra el cambio climático.
- Análisis de la emisión de huella de carbono, buscando estrategias para medir, reducir y compensar las emisiones generadas por las operaciones logísticas.
- Buenas prácticas de sostenibilidad, ejemplos concretos de empresas que han logrado optimizar sus cadenas de suministro de manera sostenible.
- Inteligencia artificial y el uso de herramientas digitales, promoviendo la eficiencia y toma de decisiones informadas.
- Fomento de proyectos que contribuyan a la reducción de la vulnerabilidad de nuestro país e incrementar la resiliencia frente a los efectos ocasionados por la variación climática.

## Mintrab lanza Plataforma Electrónica de Orientación Laboral para búsqueda de empleo

Con el objetivo de brindar herramientas y consejos útiles de cómo realizar una búsqueda de empleo activa y efectiva, el Ministerio de Trabajo y Previsión Social (Mintrab), a través del Servicio Nacional de Empleo (SNE), lanzó la Plataforma Electrónica de Orientación Laboral que estará disponible en la plataforma TuEmpleo.

La plataforma digital será muy útil para dar a conocer técnicas y habilidades que faciliten la búsqueda activa de empleo de una forma organizada y planificada y según la experiencia y habilidades las personas puedan optar a un buen empleo.

Esta herramienta facilitará el proceso formativo de orientación laboral que ofrece de forma gratuita el Servicio Nacional de Empleo. La plataforma presenta un taller con diversos módulos que abordan tres tipos de información indispensable para una búsqueda efectiva de empleo, elaboración de Currículum Vitae adecuado, la manera de presentarse a una entrevista y habilidades blandas.

Los interesados podrán acceder a la Plataforma desde cualquier dispositivo en línea para realizar el taller que tienen una duración de cuatro horas. Es importante resaltar que las personas tendrán la oportunidad de poder pausar y seguir con el curso en el momento que consideren adecuado.

Al finalizar el taller los usuarios podrán descargar desde la plataforma un certificado que hace constar que se realizó el taller de orientación laboral que podrían adjuntar a su hoja de vida para fortalecerla.



## Llega a Guatemala ViX la plataforma de streaming de contenidos en español, más grande de Latinoamérica.

Entravision, empresa global de ad-tech, medios de comunicación y soluciones de marketing, como el principal socio de ViX en la región, anuncia la llegada de la plataforma, en Guatemala. ViX es el mayor servicio de streaming en español y la cual esta, presente en toda la región y con la representación de Entravision en Argentina, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, Guatemala, Panamá, Perú y República Dominicana, contando con más de 32 millones de dispositivos conectados mensualmente.

ViX es un servicio online que ofrece contenidos en español, como telenovelas, series, películas, documentales, noticias y más, brindando variedad de formatos y llegando a audiencias bien segmentadas. Según datos de ViX, los usuarios en Guatemala pasan en promedio 371 minutos conectados a la plataforma.

Durante la presentación oficial en Guatemala de ViX, los voceros compartieron los formatos que ofrece la plataforma para sus anunciantes. Es uno de los primeros servicios de streaming pionero en ofrecer servicios AVOD, es decir, de acceso gratuito con inserciones de publicidad donde el usuario puede disfrutar del contenido, sin tener que pagar una suscripción. Y, por otro lado, SVOD, donde tienen acceso Premium y videos sin publicidad.



ViX cuenta con más de 100 canales en vivo y 60,000 horas de contenido en demanda. Está disponible en las plataformas de Roku, FireTV, Samsung TV, Apple TV, Android TV, iOS app Android app, iOS Tablet app, mobile web y web.

Ahora ya puede obtener contenido exclusivo en la plataforma ViX, de manera gratuita y disfrutar horas y horas de entretenimiento. Los guatemaltecos podrán tener su programación favorita desde su televisor, computadora o Smartphone, y elegir qué ver, por cuánto tiempo y con quién compartir programación de calidad y entretenimiento, utilizando ViX, la plataforma que le permite ver contenidos en español, novedades, noticias y mucho más.

## Blue Win, un espacio para impulsar los ecosistemas de inversión y tecnología

Inauguran Blue Win, un hub de innovación que busca fomentar e impulsar los ecosistemas de inversión, innovación y tecnología; enfocado en startups con base disruptiva.

El Hub está ubicado en Cayalá, donde generara un espacio de ideas brillantes y conexiones que puedan convertirse en oportunidades reales para la innovación y el crecimiento empresarial.

Diseñado como punto de encuentro entre founders disruptivos y visionarios inversionistas, Blue Win se funda como un espacio único de convergencia en el ecosistema de negocios guatemalteco.

Y se presenta como una plataforma integral que busca catalizar el crecimiento y desarrollo de proyectos emprendedores que desafíen los paradigmas convencionales. Buscando incubar, acelerar y propiciar los nuevos negocios, permitiendo a las startups potenciales posicionarse en los mapas de inversión de la región.

Y haciendo alianzas clave con organizaciones especializadas se busca crear un semillero de nuevos negocios, que sean impulsados en eventos y plataformas de contenidos.

Por más de 10 años de ser representantes del ecosistema empresarial de Guatemala, Win.gt suma a sus esfuerzos Blue Win, para consolidar una comunidad de negocios cada vez más creciente, que genere tracción para todas las partes. “Nos emociona enormemente dar vida a un proyecto como este; ya que, sabemos que veremos grandes ideas convertirse en éxito. Invitamos a las startups a unirse a esta emocionante aventura para consolidar juntos esos sueños que impactarán nuestra región”, comentó Alexis Canahuí, fundador de Blue Win.



A través de una combinación de networking, mentoría e inversión, Blue Win busca proporcionar a estas startups las herramientas necesarias para escalar en sus operaciones y materializar su potencial. Los fundadores de negocios que se unan al ecosistema Blue Win tendrán la oportunidad de interactuar con una red diversa de expertos, mentores y profesionales influyentes en el ámbito empresarial.



## Sorpréndete en el Hot Weekend de La Curacao RadioShack del 31 de agosto al 3 de septiembre 2023

La Curacao y Radioshack, presentan las mejores promociones y descuentos en el Hot Weekend y el Hotshack Weekend. A partir del próximo 31 de agosto hasta el 3 de septiembre 2023, los guatemaltecos encontrarán promociones hasta con el 45% de descuento\*, en todas las categorías de productos y en todas las tiendas del país.

Hot Weekend y Hotshack Weekend tienen la primicia en línea el miércoles 30 de agosto en las páginas [www.lacuracaonline.com](http://www.lacuracaonline.com) y [www.radioshackla.com/guatemala](http://www.radioshackla.com/guatemala), se de los primeros en acceder a las promociones y adquirir los productos previo a la venta en todas sus tiendas. A partir del jueves 31 de agosto 2023, puedes visitar las tiendas y aprovechar las mejores ofertas del año.

Durante los días de esta promoción, los clientes podrán acceder a un financiamiento de hasta 36 meses, sin enganche y sin fiador, con un crédito extendido de hasta 60 días para pagar la primera cuota y con garantías adicionales para asegurar los productos. También las tiendas Curacao tendrá ofertas en todas las marcas que distribuye con un 45% de descuento. En todas las categorías de productos de fin de semana del Hot Weekend, y aplica en compras al contado y al crédito.



Las motocicletas tendrán un tiempo extendido de compra de 10 días, hasta el 10 de septiembre, con la misma promoción. Habrá planes de crédito con 0% de enganche y con 60 meses de financiamiento.

Encontrarán en Radioshack tecnología de punta en una gran variedad de productos con el 45% de descuento en todas sus tiendas, dentro de la promoción HotShack Weekend, y pueden realizar sus compras al contado y al crédito, en cuotas de hasta 24 meses, sin trámites complejos y con el respaldo de garantías extendidas.



## **Banrural y Techo en la Campaña de Colecta 2023 “Únete y Reacciona la realidad de Guatemala”**

Samsung Electronics y sus nuevas oficinas en Guatemala



## **COPEREX impulsa Jornada de la Salud gratuita en el parque de la Industria**



## Beneficios del consumo de limón



Utilizado desde la antigüedad para diferentes fines, teniendo en cuenta que su origen apunta a India o China.

Son usados para la elaboración de diferentes platos como las ensaladas, las salsas y los jugos que en sus diferentes presentaciones -pequeños, medianos y grandes- son útiles para la gastronomía en general. La medicina también destaca sus propiedades. El limón es un fruto rico en vitamina C considerada un antioxidante que neutraliza los radicales libres que dañan las células del cuerpo.

Es bueno para la pérdida de peso gracias a que no tiene un índice alto de calorías, por lo que implementarlo en una dieta balanceada puede ser favorable.

Ayuda a combatir el estreñimiento porque su aporte en fibra, permite un tránsito digestivo óptimo. El consumo de este fruto puede mejorar el bienestar del sistema inmune, reduciendo el riesgo de enfermedades respiratorias.

La mejor manera de consumir jugo de limón es cuando está fresco, es decir, recién hecho, porque después de cierto tiempo, pierde algunos de sus nutrientes.

Consumir jugo de limón de manera frecuente puede generar efectos contrarios en el cuerpo como problemas estomacales.

Puede provocar diarrea. También daña el esmalte dental gracias a su ácido crónico, creando una porosidad en la superficie dental.



## 30 de agosto Día Internacional del Tiburón Ballena



El tiburón ballena, es el pez más grande del mundo, según la Organización Internacional de Conservación Marina Oceana. Puede llegar a medir hasta 20 metros de longitud y pesar más de 34 toneladas. Este enorme ejemplar no es carnívoro, sino que se alimenta principalmente de plancton, una mezcla de organismos diminutos tanto vegetales como animales que logra retener y filtrar por medio de sus branquias.

Su piel es gris con rayas y puntos blancos, lo que le ha ganado el apodo de pez damero o dominó. Su cuerpo es largo y angosto pero su cabeza es ancha y plana, terminando en una enorme boca desprovista de dientes. Sus ojos son pequeños y están ubicados a los extremos laterales de su cabeza.

Desde el año 2008, cada 30 de agosto se le rinde homenaje al pez más grande del mundo gracias al Día Internacional del Tiburón Ballena, el cual se proclamó en la II Conferencia Internacional del Tiburón Ballena que tuvo lugar en México. Allí 40 países se comprometieron a poner todo su esfuerzo en proteger y ayudar a esta especie para evitar su extinción.

### Algunos datos curiosos sobre el Tiburón Ballena

Puede vivir más de 100 años, característica que lo convierte en uno de los animales más longevos de la naturaleza.

Por lo general su tamaño promedio es el de un autobús escolar, es decir, entre 18 y 19 metros de largo.

En México durante el mes de julio existe una festividad en su honor en la Isla Mujeres, donde la mayor atracción es el poder nadar junto a estos enormes animales en el mar.

El tiburón ballena no se reproduce con facilidad y llega a su madurez sexual tarde, por lo que es más seguro que los cacen o mueran antes de tener crías.

Sus depredadores naturales son la orca, el tiburón tigre y el tiburón blanco.



## **COPEREX realizara Jornada de la Salud gratuita en el parque de la Industria**

COPEREX ha organizado una “Jornada de la Salud Integral” que se realizará el 9 y 10 de septiembre, en horario de 8:00 a.m. a 3:00 p.m. en el salón 10 del Parque de la Industria, la cual cuenta con el apoyo de instituciones públicas y privadas, esto con el fin brindar atención a las personas de bajos recursos.

El subgerente de COPEREX Byron Azmitia, indicó que la “Jornada de la Salud Integral” ha sido organizada de forma conjunta con más de 18 instituciones dedicadas a la salud y especialistas, y que su objetivo es proporcionar una plataforma completa para el cuidado de la salud y el bienestar para todos los miembros de la comunidad.

"durante estos dos días se brindará a la población guatemalteca, exámenes y consultas médicas de manera gratuita, que incluyen pruebas rápidas de sangre, mamografías y densitometría ósea; medicina general, nutrición, psicología, ginecología, obstetricia, vacunación y suplementos vitamínicos para niños, adultos y embarazadas, entre otros", expreso Azmitia.

También se impartirán diferentes charlas sobre salud integral como nutrición, psicología, diabetes, planificación familiar, Niño Sano, vigilancia Post-Covid y otros temas de interés, además se contará con clases de Zumba y área de restaurantes con venta de comida.

"Estamos emocionados de ser parte de esta jornada que busca marcar una diferencia positiva en la salud de la población guatemalteca. Creemos que el acceso a servicios de salud y la promoción de hábitos saludables son fundamentales para una vida plena", puntualizó Azmitia.



COPEREX organizó la primera Jornada de la Salud Integral en el Parque de la Industria, como una iniciativa que busca brindar acceso a una amplia gama de servicios médicos de manera gratuita.

La jornada de la salud que se realizará los días 9 y 10 de septiembre, tiene el enfoque de bienestar físico y mental, con énfasis en la prevención de enfermedades latentes, por ello se han sumado instituciones como el Ministerio de Salud, La Cruz Roja Guatemalteca, Comité Prociegos y Sordos de Guatemala, Cuerpo de Bomberos, Disgua, Agudéf, Bayer, AVE, Patronato del diabético, entre otras.

## **Samsung Electronics abrirá nuevas oficinas en Guatemala**

Con el objetivo de afianzar su presencia en el mercado centroamericano y fortalecer su estrategia de servicio de atención integral a clientes regionales de la marca, Samsung Electronics abrirá nuevas oficinas administrativas en Ciudad de Guatemala, en la que su equipo de profesionales contará con las instalaciones ideales para cumplir y optimizar su gestión en los mercados de Guatemala, El Salvador y Honduras.

Es así como el gigante surcoreano revitaliza sus operaciones gerenciales, administrativas y comerciales locales elaborando un ambiente, amplio, renovado, confortable y moderno para su equipo de profesionales y colaboradores, en la sede del nivel 10 y 11 del Edificio Avía, ubicado en la zona 10 de ciudad Guatemala.



A esto le precede la reciente apertura del Customer Service Plaza de Samsung, inaugurado también en el Edificio Avía, el pasado 4 de agosto, ubicado en la planta baja, ratificando la importancia que tiene para la tecnológica surcoreana, la presencia estratégica de la marca en el mercado de este país como la preferencia que ha demostrado el consumidor guatemalteco hacia sus productos y servicios.

El objetivo de este concepto de diseño es que todo usuario y visitante de estas oficinas de Samsung Electronics, experimente la innovación de la marca no sólo en el área tecnológica sino también en el diseño y la construcción de espacios amigables y confortables.

la presencia de la marca Samsung en la región se nutre del éxito de sus soluciones tecnológicas de avanzada que suman calidad a la vida cotidiana de los usuarios, mediante sofisticados dispositivos electrónicos y una gama amplia de electrodomésticos.

## Banrural apoya a Techo en la Campaña de Colecta 2023 “Únete y Reacciona la realidad de Guatemala”

TECHO realizará 7, 8, 9 y 10 de septiembre el evento la Colecta 2023 “Reacciona a la Realidad”

El objetivo es construir más de 100 viviendas de emergencia, continuar trabajando con más de 20 comunidades y desarrollo de proyectos comunitarios. “Este año celebrando 15 años de trayectoria, como organización reafirmamos nuestro compromiso de continuar trabajando junto a las familias más vulnerables del país e implementar iniciativas de vivienda y hábitat a través de la acción conjunta entre vecinos, vecinas, el voluntariado juvenil y otros actores de la sociedad”, comentó Marielos Martínez, director general de TECHO Guatemala.

Este año se ha establecido una meta a superar de Q200,000.00 para construir más de 100 viviendas de emergencia en las 20 comunidades donde TECHO trabaja actualmente. Con esta actividad, la organización busca demostrar que, al pasar de la reacción a la acción, con determinación, ocurren grandes cambios

En la colecta 2023 TECHO, cuenta con el apoyo de donantes y patrocinadores, entre ellos, BANRURAL que por 13 años consecutivos ha contribuido para llegar a la meta establecida, así como Ternium y este año se suma CEMPRO. TECHO también cuenta con otros aliados que sumaron su voluntad para ser parte de este evento y están accionando para mejorar la situación de miles de familias en situación vulnerable.

“Nuestro apoyo a las familias guatemaltecas que no cuentan con vivienda ha sido permanente durante 13 años, ya que en BANRURAL estamos comprometidos en el desarrollo de nuestro país y esto inicia con poder



contar las necesidades básicas cubiertas. Nuestros colaboradores pondrán su parte y, estamos seguros que junto a los voluntarios de TECHO y a los guatemaltecos de buen corazón, alcanzaremos la meta para poder materializar estos donativos en viviendas dignas”, comentó Olga Alvarado de González, gerente de mercadeo de BANRURAL.

Los voluntarios interesados pueden inscribirse en <http://www.guatemala.techo.org/colecta>.

Durante los cuatro días de la Colecta 2023 se podrán hacer aportes en los diferentes puntos donde se encuentre el voluntariado de TECHO, que estará identificado camisetas y alcancías de la organización. También se pueden realizar donaciones directamente en el enlace [techo.org.gt/donar](http://techo.org.gt/donar) de forma única o mensual o a través de depósitos o transferencias a la cuenta monetaria 3445215139 en BANRURAL a nombre de Colecta TECHO y en las más de 800 Agencias BANRURAL y las más de 5 mil 500 Cajas BANRURAL en todo el país.

## Qué es el Phubbing y cómo puede afectar la relación con su pareja

La llegada de los teléfonos inteligentes ha provocado cambios en el estilo de vida de las personas, debido a que existen nuevas formas de comunicación y un fácil acceso de la información que mantiene a los usuarios actualizados con los que pasa alrededor del mundo.

Básicamente, la rutina diaria de los usuarios depende de este dispositivo tecnológico, por la sencilla razón, que a través de este se realizan actividades laborales, académicas y de entretenimiento.

Una de estas se denomina phubbing, en español ningufoneo, que significa: el acto de ignorar a una persona o su entorno por la necesidad de vivir interactuando constantemente con dispositivos tecnológicos, como el móvil, tablet y PC.

etimológicamente, es la unión de dos palabras: phone (teléfono) y snubbing (despreziar).

Esta situación puede afectar las relaciones que usted construye con otras personas, debido a que no le es posible sostener conversaciones y realizar actividades sin tener a su alcance el dispositivo. Varios estudios certifican que los usuarios que tienen un sobreuso de las redes sociales están expuestos a padecer nomofobia, lo que puede estar relacionado con problemas de salud como la depresión y la ansiedad. una persona que usa entre cuatro y cinco horas el móvil es considerada adicta y está expuesta a sufrir graves daños en la salud, puesto que a partir de este se pueden desarrollar otros problemas de salud mental.



### Síntomas que confirma que usted padece nomofobia

La persona puede entrar en estado de irritación, angustia y agitación.

Sensación de ansiedad y nerviosismo al no tener el teléfono cerca.

Tener el celular encendido las 24 horas al día, incluso cuando es hora de dormir.

Dificultades para interactuar socialmente y para comunicarse con otras personas, sin el uso de tecnologías.

Falta de concentración en actividades cotidianas como el trabajo o el estudio.

Uso del celular en escenarios inapropiados o peligrosos



## **Promerica promueve su primer networking de negocios**

**EducaFest  
creando  
oportunidades,  
cambiando vidas**



**Porsche y Grupo Los Tres  
realizan donación de  
viviendas a familias  
guatemaltecas en  
colaboración con TECHO**



## Promerica promueve su primer networking de negocios



Se realizó el primer evento de networking empresarial de Banco Proamerica, enfocado en el sector de la manufactura textil. Buscando impulsar las relaciones con sus clientes para generar negocios rentables a largo plazo, facilitando las gestiones comerciales con las redes de contactos

Francisco Gallegos, expreso que el principal objetivo es que exista sinergia entre los empresarios, para conocerse y empezar a hacer negocios que contribuyan a la economía del país; no tienen que ser clientes de Promerica,

lo más importante es que "realmente a través del banco conozcan nuevas empresas, crear sinergias y crear una red importante para su comercio".

Banco Promerica ofrece la plataforma de negocios e incentiva la creación de relaciones comerciales sólidas. La dinámica del networking se enfocó en crear conexiones afines y potenciales para fomentar el crecimiento profesional y ayudar a identificar nuevas oportunidades comerciales. Esta actividad tuvo como objetivo generar una red de contactos que permita desarrollar alianzas con propósito, incentivar la colaboración, el aprendizaje mutuo e incursionar en proyectos que generen valor y agilizar los esquemas de negocios, esto para contribuir con el progreso económico de nuestro país.

"Deseamos que esta primera actividad de networking de negocios les ofrezca la posibilidad de generar alianzas estratégicas, incursionar en proyectos de valor y dinamizar sus esquemas de negocios, Y así de esta manera contribuir al crecimiento de las oportunidades de negocios en Guatemala", indicó Andrés Córdón, Director de Banca Empresarial de Banco Promerica.

## La fruta que alivia la retención de líquidos



Se da por una acumulación en exceso de líquidos en los tejidos. Mantener una dieta alimenticia poco sana y practicar el sedentarismo son algunos de sus detonantes. La retención de líquidos también puede aparecer en personas que sufren de problemas relacionados con el sistema circulatorio, los riñones y en el hígado.

Los síntomas del son el aumento de peso inexplicable, la hinchazón en las piernas y en los tobillos, el aumento del perímetro abdominal y la presencia de fóvea. Existe un alimento de origen vegetal muy recomendado por los nutricionistas y demás profesionales de la salud para eliminar los líquidos retenidos y las molestias que estos generan. Se trata de la sandía.

La sandía es una fruta y tiene su origen en el desierto de Kalahari, en el continente africano. Es muy consumida en diferentes partes del mundo. Se puede conseguir con facilidad en cualquier supermercado de barrio. Acumula una gran cantidad de vitaminas y minerales. La sandía, debido a su alto contenido de agua, tiene un efecto diurético en el organismo, ayudando a eliminar el exceso de líquidos y desinflamar. Previene las piedras en los riñones.

La sandía es una fruta con propiedades protectoras contra las enfermedades renales y mantiene limpia la orina, gracias a su propiedad diurética. Posee esteroides y alcanos como los principales constituyentes del extracto de pulpa, para prevenir la formación de piedras en los riñones.

Fortalece el sistema inmune es rica en vitamina C y vitamina A, ayuda a mejorar la respuesta del sistema inmune. Esto es ideal para prevenir y combatir las enfermedades respiratorias.

a sandía contiene citrulina, un aminoácido que podría aumentar los niveles de óxido nítrico en el organismo, ayudando a que los vasos sanguíneos se expandan y favorezca la disminución de la presión arterial. También aporta potasio, un mineral que favorece la salida del exceso de sodio del organismo a través de la orina, ayudando a regular la presión arterial.

## EducaFest: creando oportunidades, cambiando vidas

La Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt) realizó por segundo año el festival de oportunidades académicas EducaFest 2023, el cual se centra en disciplinas de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas (STEM, por sus siglas en inglés).

Los asistentes conocieron la oferta académica y el apoyo económico que ofrecen 27 instituciones educativas de alto nivel acreditadas a nivel nacional e internacional, para impulsar su desarrollo profesional y alcanzar un futuro prometedor. Además, recibieron mentorías y fueron instruidos sobre cómo presentar el perfil para optar a una beca así explorar y descubrir las opciones educativas disponibles.

Durante el festival, se realizaron varias conferencias para los asistentes, una de ellas es “La importancia de las carreras STEM en Guatemala: QUETZAL-1” impartida por José Bagur, Licenciado en Ingeniería Mecatrónica de la Universidad del Valle de Guatemala. Además, se les impartió una charla de cómo mejorar el perfil para aplicar a becas internacionales por parte de Luis Edgar Arenas, director general en Instituto para el Desarrollo de la Educación Superior en Guatemala (INDESGUA).



También Patricia Mejía y Ana Gabriela Barrios, representantes de Microsoft, compartieron con la audiencia la importancia y los beneficios de estudiar una carrera STEM.

## Porsche y Grupo Los Tres realizan donación de viviendas a familias guatemaltecas en colaboración con TECHO

Después 12 años de la firma de la alianza colaborativa con dicha, reafirman su compromiso de responsabilidad social empresarial apoyando el desarrollo de las diferentes comunidades y familias del país.

La actividad se realizó en San Rafael, Villa Canales el sábado 26 y domingo 27 de agosto, en donde se agregaron cinco viviendas nuevas, construidas para familias de escasos recursos. Gracias a las donaciones monetarias de Porsche Latín América y el trabajo de más de 30 voluntarios de Grupos Los Tres y TECHO.

“Como empresa es gratificante el poder ayudar con el progreso en la calidad de vida de estas familias. Participar en este tipo de actividades nos llena de mucho entusiasmo.”, expresó Diego Cuestas, gerente general de Grupo Los Tres. “Apoyarles en obtener una vivienda digna a todas esas familias que presentan dificultades para poseer un techo propio es parte de nuestro compromiso y sabemos que sin duda alguna será de gran bendición para ellos y los ayudará a salir adelante. Estamos felices de apoyar un año más esta noble iniciativa concluyo.

“Agradecemos seguir nuestro camino con aliados como Porsche Guatemala, con el cual podemos compartir diversas emociones entre los voluntarios y familias beneficiadas.



Durante la jornada tuvimos la oportunidad de observar la alegría y emoción que cubrió el rostro de las familias beneficiadas y de los voluntarios que trabajaron arduamente para lograr el objetivo de la construcción de las viviendas nuevas.”, dijo Cristhian Fernández, director de Alianzas Estratégicas de TECHO Guatemala.



## Sorteo de la Champions League 2023-24

Con grandes personalidades del fútbol europeo, se sorteó la fase de grupo de la próxima Liga de Campeones, 23-24 y donde 32 clubes estarán compitiendo por un mismo objetivo, llevarse el codiciado trofeo de Europa.

La fase de grupos de la Champions League 2023/2024 quedó definida

Este jueves tras el sorteo llevado a cabo en Mónaco. Así quedó definida la fase de grupos de la Champions League 2023/2024

El grupo más duro parece ser el F, donde se enfrentarán el PSG, Borussia Dortmund, Milan y Newcastle.

Así ha quedado la fase de grupos



## Luis Grijalva y José Barrondo, los dos atletas chapines que ya tienen boleto a París 2024

Luis Grijalva se convirtió este jueves realizando una gran actuación en la Diamond League en Zúrich, Suiza, en el segundo atleta guatemalteco clasificado a los Juegos Olímpicos de París 2024, al conseguir la marca mínima de acceso en la prueba de los 5 mil metros con tiempo de 12:55.58, cuatro días después del cuarto lugar logrado en el Campeonato Mundial de Atletismo en Budapest, Hungría.

Grijalva cumplió con el tiempo de clasificación y se une al marchista José Alejandro Barrondo quién logró su boleto olímpico en la prueba de 20 kilómetros, siendo los primeros dos chapines con boleto a París 2024 a pesar que el Comité Olímpico Guatemalteco se mantiene suspendido por parte del COI desde el pasado 15 de octubre.

Para Grijalva estos son sus segundos Juegos Olímpicos, consecutivos tras su presentación en Tokio 2020, donde en la final concluyó en el puesto 12 con tiempo de 13:10.09, compitiendo contra los 16 mejores exponentes de los 5 mil metros durante el máximo evento deportivo que se celebra cada cuatro años.

José Alejandro Barrondo también esta será su segunda experiencia olímpica tras participar en Tokio 2020. Donde no finalizó la prueba de los 20 kilómetros, porque fue descalificado en el kilómetro ocho y por eso no finalizó la competencia.





## Pepsi lanza en Guatemala “Vibra y Sabor” para despertar los sentidos

Bajo la lluvia sin  
paraguas: ¿Es mejor  
andar o correr?



## Henkel realiza el relanzamiento de su marca MAS Color

Fundación Terra | Terra te Impulsa



## Bajo la lluvia sin paraguas: ¿Es mejor andar o correr?



### ¿ANDAR O CORRER?

Pues bien, la cantidad de lluvia que te golpea en un periodo de tiempo determinado es constante. Es decir, el agua que cae sobre ti en 1 minuto bajo la lluvia será la misma, corras o andes. Pensemos en ello como si la lluvia fuese un muro de agua: da igual si trotas o andas, para llegar de un punto a otro tendrás que atravesar el muro, sí o sí.

Por lo tanto, que te mojes más o menos no dependerá de tu velocidad, sino del tiempo que pases bajo la lluvia y la longitud del trayecto que recorras. ¿Y cómo minimizas esto? Pues fácil: escogiendo el camino más corto y pasando el menor tiempo posible bajo la lluvia, es decir: corriendo. Y es que, aunque la cantidad de lluvia que atraveses sea la misma, corriendo estás un tiempo menor bajo ella y, por lo tanto, puedes llegar antes a tu destino. Eso sí, cuidado de no resbalarte.

¿Quién no ha vivido esa incómoda situación en la que sales a la calle y, para tu sorpresa, se ha puesto a llover a cántaros de repente? Sin paraguas y con un largo trayecto a recorrer a pie por delante te preguntas si será mejor ir andando o corriendo hasta tu lugar de destino. ¿Qué te mojará menos?

El primer impulso, en la mayoría de los casos, será echarte a correr, pero, ¿es realmente la mejor opción? Corriendo te encuentras menos tiempo bajo la lluvia, pero chocas constantemente con las gotas que vienen de frente, aumentando el área mojada. Por otro lado, andando, solo te mojas encima de la cabeza y las áreas superiores, pero, pasas más tiempo bajo la lluvia. ¿Qué debes hacer entonces?

## Pepsi lanza en Guatemala “Vibra y Sabor” para despertar los sentidos



Pepsi anunció el lanzamiento de “Vibra y Sabor” una nueva experiencia para disfrutar con amigos y familia. Los guatemaltecos podrán compartir en espacios únicos, culturales y vibrantes en diversos puntos del país.

La fiesta para despertar todos los sentidos inicia el sábado 2 de septiembre en ciudad Cayalá, en Ciudad de Guatemala.

Degustando una Pepsi, los guatemaltecos podrán disfrutar de música y actuaciones de artistas como Zelaya y Mezz, quienes crearán la mejor atmósfera para bailar y disfrutar. Y también está a su disposición para degustar una amplia variedad gastronómica a cargo de Dudes Pizza, Nene Malo, Ola Azul, entre otros restaurantes.

Todos los menús serán diseñados para ser el complemento perfecto de “Vida y Sabor”.

“Pepsi es especialista en brindar experiencias que sumen a la vida de todos los consumidores. Siempre hemos creído en la poderosa combinación de Pepsi, comida deliciosa y música para unir a los Guatemaltecos. Buscamos crear un espacio que active todos los sentidos y sumerja a los invitados en un mundo de emociones inolvidables acompañados de Pepsi”, comentó María José Recinos, Jefe de Marca de Pepsi.

Están son las fechas y lugares donde se llevará a cabo “Vibra y Sabor”:

2 de septiembre: Jardín de Ciudad Cayalá

15 de septiembre: Relamer, Centro Intercultural

21 de octubre: Antigua Guatemala

18 de noviembre: Atitlán

2 de diciembre: Ciudad de Guatemala

Los consumidores podrán registrarse para acceder a la experiencia por medio de la página web <http://mundopepsi.com>.

## La Ardilla



13 centímetros miden la ardilla más pequeña y casi un metro la más grande del mundo, contando que la responsabilidad de gran parte de este tamaño es de la cola. Este mamífero roedor puede encontrarse por todo el mundo excepto en Oceanía y la Antártida. Escaladores experimentados, tan solo bajan al suelo para buscar comida como frutos secos, semillas, raíces y hojas, y en alguna ocasión huevos o pájaros muy pequeños. Sus dientes no dejan de crecer en toda su vida, por lo cual deben limarlos constantemente.

Son animales diurnos, con excepción de las ardillas voladoras, y son muy sensibles a los cambios de temperatura, así como a los climas extremos, algunas hibernan con el frío o permanecen prácticamente inactivas con el calor. Tienen muy desarrollados el sentido del olfato, del oído y de la vista y viven entre 5 y 10 años en libertad.

Sus dientes no dejan de crecer en toda su vida, por lo cual deben limarlos constantemente. Son animales diurnos, con excepción de las ardillas voladoras, y son muy sensibles a los cambios de temperatura, así como a los climas extremos, algunas hibernan con el frío o permanecen prácticamente inactivas con el calor.



## Henkel realiza el relanzamiento de su marca MAS Color



Henkel, líder en productos de consumo e industriales, a través de su negocio de Consumer Brands, anuncia el relanzamiento de su emblemática marca de detergente líquido: MAS Color.

El nuevo MAS Color se presenta con un diseño moderno y vibrante que refleja su compromiso con la innovación y la sustentabilidad. Este renacimiento de la marca también toma en cuenta la responsabilidad ambiental, puesto que todos los empaques de MAS Color en sus diversas presentaciones son 100% reciclables.

Y para celebrar este nuevo relanzamiento, Henkel ha organizado una serie de eventos interactivos llamados "backs de colores", donde los consumidores podrán conocer más sobre la marca, interactuar con ella y experimentar de primera mano los beneficios de MAS Color para elevar sus hábitos de lavado. Estos eventos se llevarán a cabo en las siguientes ubicaciones y fechas:

Miraflores: del 30 de agosto al 3 de septiembre

Portales: del 6 de al 10 de septiembre

Naranjo Mall: del 13 al 17 de septiembre

La nueva versión de MAS Color ya está disponible en supermercados de todo el país con su amplia gama de presentaciones como: bolsas doypack de 450 ml y 830 ml, botella de 1.83 litros y 4.65 litros, y canister (recipiente grande) de 9 litros.

Con el relanzamiento de MAS Color, Henkel reafirma su compromiso con la excelencia y la innovación. Es así como la marca continúa siendo una referencia en el cuidado de prendas y colores, llevando la experiencia de lavado a un nivel superior.



## Llega a Guatemala la Nueva Plataforma Digital Terra para Emprendedores

Voces Vitales y Wonder Women, lanzan el programa “Terra Te Impulsa”. Este programa presenta una plataforma digital innovadora diseñada para fortalecer la economía de Guatemala apoyando a los emprendedores locales.

Desde su lanzamiento en Honduras en 2020, Terra Te Impulsa se centra en la formación y desarrollo de emprendimientos a través de alianzas estratégicas los emprendedores podrán tener acceso a la sección de capacitaciones con entidades como Meta y Aleph Group Inc. Obteniendo certificaciones en marketing digital y Realidad Aumentada.

Los emprendedores se pueden registrar en [www.terrateimpulsa.com](http://www.terrateimpulsa.com) y a utilizar esta herramienta para exponer y vender sus productos o servicios.

La plataforma tendrá una diversidad de emprendedores que ofrecen desde servicios, alimentación, hogar, moda, estilo de vida y tecnología. "Reconocemos el gran potencial de estos empresarios y agradecemos a nuestros aliados estratégicos por su compromiso. Sabemos que muchas PYMES se han formado con ellos y hoy son una parte activa de la economía del país agrego Mariel Rivera, Directora Ejecutiva de Fundación Terra.



A través del Catálogo Virtual, los usuarios tendrán acceso a una gama de productos y servicios, precios y contactar a los vendedores, y podrán concretar la venta directamente con los emprendedores mediante el botón de “ordena tu compra” dentro de cada tienda

## Porque son buenos los masajes relajantes

Existen distintos tipos de masajes relajantes, que van desde los que necesitan de movimientos largos y suaves hasta los de movimientos cortos y haciendo mayor presión sobre el cuerpo, usando o no aceites y lociones. Antes de reservar un masaje en un spa pregunta que tipos de masajes realizan y cuál es su especialidad. el masajista puede personalizar tu masaje, según tu edad, condición o cualquier necesidad u objetivo especial para ti.

Una sesión de masaje relajante suele durar entre 30 y 90 minutos, según el tipo de masaje y el tiempo que dispongas para realizarlo. No importa qué tipo de masaje elijas, debes sentirte tranquilo y relajado durante el masaje y después de él. Respira normalmente a lo largo de todo el masaje.

### Beneficios de un masaje relajante:

Ayudan a combatir la ansiedad y la depresión. Los masajes relajantes ayudan a liberar serotonina, hormona encargada de mantener el estado anímico de las personas.

Ayudan a relajar los músculos, mejorar la flexibilidad y descargar la tensión que se acumula en ellos. Nos ayuda a reducir los dolores de cabeza y migrañas tensionales y las contracturas de espalda.



Reducen la presión sanguínea, favorecen el retorno venoso y activan la circulación, con lo cual hay un mayor aporte de oxígeno en el organismo. Mientras mejor circule la sangre y mejor oxigenada esté, mejor aspecto tendrá nuestra piel.

Favorecen la eliminación de toxinas al mejorar el riego sanguíneo de órganos linfáticos como el hígado y los riñones.

En mujeres, reducen los síntomas premenstruales gracias al aumento de circulación sanguínea en la zona que reduce la inflamación previa al ciclo.

Ayudan a crear un estado de tranquilidad profunda, ya que disminuye la secreción de cortisol, habitual en situaciones estresantes.



## Cámara de Industria realizará el XVIII Congreso Industrial, Vía al Desarrollo

Como tener Wifi en toda la casa sin un repetidor



## Recorrido de la 21K de la ciudad de Guatemala



## Realizarán el XVIII Congreso Industrial bajo el tema Vía al Desarrollo



Con el objetivo de estimular la actividad comercial, fomentar la construcción de una infraestructura flexible para la industrialización y de promover a Guatemala como destino de inversión y reinversión, Cámara de Industria de Guatemala (CIG), junto al Ministerio de Economía (MINECO) y el Programa Nacional de Competitividad de Guatemala (PRONACOM) realizará la décima octava edición del Congreso Industrial, el viernes 22 de septiembre de 2023 en el hotel Westin Camino Real.

Los sectores representados por CIG aportan un aproximado del 24% al Producto.

El tema será “Industrialización: vía al desarrollo”, donde conferencistas nacionales e Internacionales, impartirán más de 50 conferencias de alto valor técnico en diez módulos temáticos simultáneamente durante el día y estos serán:

- Energía,
- Ambiente
- Inversión
- Empresas familiares
- Integridad y reputación empresarial
- Talento humano
- Marketing
- Industrialización
- Logística e infraestructura
- Tendencias de comunicación

Durante la clausura del evento, CIG entregará la V edición del Premio Industrial en las categorías de “Ambiente” e “Innovación” a pequeñas, medianas y grandes empresas.

También, se premiará al Industrial Distinguido, la máxima condecoración que CIG entrega a líderes con amplia trayectoria, que han dejado huella y que han contribuido con el crecimiento de Guatemala.

Este año, por segunda ocasión, se reconocerá al Emprendedor del año, elegido entre los más de 500 emprendedores de todo el país que participaron durante el año en los diversos programas de emprendimiento y aceleración de negocios del proyecto insignia de CIG, Guatemala Emprende.

Cabe mencionar que, durante los 17 años en los que se ha realizado el Congreso Industrial se ha logrado impactar a más de 20,000 personas. Solo en la última edición XVII se logró la participación de más de 1,700 participantes



### También se estarán realizando estas actividades simultáneas

#### ● VI Feria Virtual de Empleo

Con el objetivo de continuar dinamizando la economía del país, a través de la generación de oportunidades laborales, CIG junto a su Gremial de Empresas de Outsourcing (GEO), realizará la sexta edición de la Feria Virtual de Empleo, en el marco del XVIII Congreso Industrial.

Busca una plaza en la feria en: [https://bit.ly/feria\\_empleo\\_2023](https://bit.ly/feria_empleo_2023)

#### ● IV Feria de Proveedores para la Industria

Esta feria es el espacio ideal para que empresas den a conocer de forma innovadora y funcional sus productos y servicios al sector industrial, para que amplíen sus bases de contactos, se acerquen a su público objetivo y posicionen su marca, a través de un stand.

Más información de la feria en: [https://bit.ly/feria\\_proveedores\\_2023](https://bit.ly/feria_proveedores_2023)

## ¿Cómo tener internet en toda la casa sin un repetidor WiFi?



Que la señal de nuestro internet llegue al celular, computadoras, televisiones, tabletas y más, no es ningún problema, el problema empieza cuando nos vamos a un punto de nuestro hogar y que está relativamente lejos de nuestro modem, porque es cuando la señal deja de ser intensa.

El cable coaxial es la solución a este problema, Si bien es cierto que este ya no es muy empleado en la actualidad, puesto que todos nos actualizamos, nunca está de más recurrir a este cable, pues, aunque no lo creas, es un potente impulsor para que tu red de internet pueda abarcar más habitaciones y lugares de tu hogar sin que tengas problemas.

El cable coaxial es un tipo de banda ancha que utiliza líneas de cable coaxial de cobre para transmitir datos a través de señales de radiofrecuencia.

Este cable es aún capaz de poder brindarte una buena señal de internet, aunque haya sido reemplazado por la fibra óptica, sigue ofreciendo una facilidad para poder acceder a este tanto para instalarse como para usarse, brindándote una velocidad de 2.5 Gbps.

Para poder hacer uso de este cable tendrás que conectarlo de un extremo a tu módem, y el otro extremo directamente a tu computadora y estará más que listo para usarse.

Este cable nos ayudará perfectamente en lo que necesitamos si tu conexión de internet no llega hasta donde te encuentres dentro de tu hogar.

## ¿ Por qué se ven luces en el cielo cuando hay un sismo?

Los sismos, esos eventos naturales que sacuden la tierra y nuestras vidas, han sido testigos de fenómenos misteriosos que dejan a la gente asombrada. Pero, además de la destrucción y el caos, capturó la atención del público: las misteriosas luces en el cielo que aparecieron durante estos eventos. ¿Qué significan estas luces? ¿Tienen alguna relación con textos bíblicos? A continuación exploraremos este enigma y descubriremos la verdadera causa detrás de estas luces.

La triboluminiscencia, impulsada por la energía cinética liberada durante un terremoto, es la verdadera causa de este fenómeno. Aunque pueda parecer misterioso a simple vista, la explicación detrás de estas luces es científica y comprensible.

La clave para entender las luces en el cielo durante un sismo radica en la triboluminiscencia. Este es un fenómeno científico que ocurre cuando ciertos materiales emiten luz al ser sometidos a presión o fricción. Durante un terremoto, la corteza terrestre experimenta una enorme tensión y fricción a medida que las placas tectónicas se desplazan. Esta tensión y fricción pueden liberar energía, que a su vez excita los electrones presentes en las rocas y minerales cercanos.

Los electrones, esas diminutas partículas cargadas de electricidad, son fundamentales para este proceso. Cuando la tierra tiembla, los electrones en la corteza terrestre acumulan energía cinética. A medida que esta tensión se libera, algunos electrones son liberados y acelerados, lo que aumenta su nivel de energía.

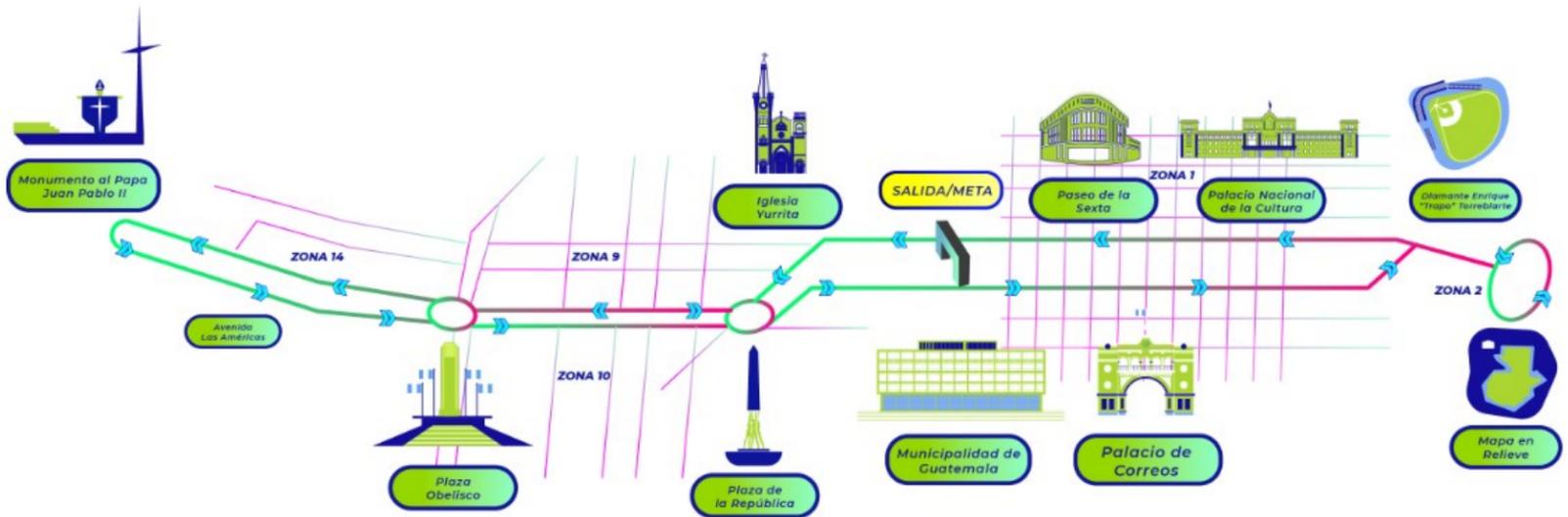


Cuando estos electrones de alta energía chocan con otros átomos o moléculas en el entorno, emiten luz visible en forma de destellos, creando así las misteriosas luces que vemos en el cielo durante un sismo.

Este proceso es similar al que ocurre cuando frotamos un palo de fósforo y se enciende. El choque y la fricción liberan la energía almacenada, creando una pequeña explosión de luz. En el caso de un terremoto, la escala y la cantidad de energía involucrada son mucho mayores, lo que resulta en destellos más visibles y asombrosos.

# Recorrido de 21K ciudad de Guatemala

## RECORRIDO



La carrera 21K de Ciudad de Guatemala es una de las más grandes de Centroamérica que se celebra en dicha ciudad. Corredores desde todos los departamentos de la República de Guatemala y de diferentes partes del mundo se reúnen cada año en el corazón de la ciudad para correr.

Esta media maratón es diferente en comparación con otras carreras, ya que cuenta con un trayecto que recorre toda la ciudad de Guatemala. Un recorrido que hace que la carrera sea una experiencia turística única llena de atracciones.

### RECORRIDO:

La salida se realizará sobre la 7ª Avenida a un costado de la Municipalidad de Guatemala para luego ingresar al Centro Histórico, se sigue sobre la 7ª avenida y llegará a la Calle Martí que entronca con la avenida Simeón Cañas. Se corona el Mapa en Relieve y el diamante de béisbol Enrique "Trapo" Torrebiarte y regresa sobre la misma avenida. Continuará sobre toda la 6ta avenida, Paseo de Jocotenango y luego a Paseo de la Sexta, avanzará sobre la sexta la misma 6ª Avenida hasta llegar a la Ruta 6 de la zona 4. Sobre la ruta 6, pasando frente a la iglesia Yurrita, se iniciará el recorrido sobre la avenida Reforma y avenida de Las Américas hasta llegar al monumento a San Juan pablo II, desde este punto se retorna por las mismas avenidas y se entronca nuevamente con la 7ª avenida de la zona 4 recorriendo la ruta 6, para llegar a la plaza la República, frente a las torres del Banco Industrial, para llegar a la meta ubicada en el frente a la Municipalidad de Guatemala.

## Amistoso Guatemala vrs Honduras en Miami

Guatemala y Honduras jugaran este domingo, a las 16:00 horas, un partido amistoso en el estadio del Inter Miami. Este juego, y que no es fecha FIFA, servirá como prueba antes del inicio de la Liga de Naciones para ambas selecciones nacionales.

Ambas selecciones llegan con un historial empatado en sus últimos cinco enfrentamientos. Mas sin embargo en el último encuentro la H derroto a la bicolor, fue en septiembre de 2022, y donde la selección Catracha derroto a la selección nacional 2 goles a 1

En este partido amistoso será el debut en el banquillo catracho Reinaldo Rueda, quien es su segunda era al frente del combinado hondureño.





## **4 eventos astronómicos imperdibles que ocurrirán en septiembre**

**Té de tomillo para la  
tos y expulsar las flemas**



## **¿Por qué WhatsApp solicitará una dirección de correo electrónico?**



## ¿Por qué WhatsApp solicitara una dirección de correo electrónico?

Como la finalidad de WhatsApp es proporcionar a los usuarios una forma adicional de acceder a su cuenta. Es decir, una vez que registres una dirección de correo electrónico ya no dependerás únicamente del código de 6 dígitos que llega por SMS o llamada para poder acceder a tu cuenta.

Esta es una función todavía en desarrollo por lo que no es visible en las cuentas, se espera que esté disponible en una futura actualización de la aplicación.

Esta nueva función será una muy útil ya que agrega un nivel más de seguridad, protección y facilidad de acceder a una cuenta de WhatsApp. Esta función será opcional y su correo electrónico debería verificarse automáticamente si utiliza su cuenta de Google para hacer una copia de seguridad de su historial de chat en Google Drive o si ha configurado previamente la verificación en dos pasos.

En la mayoría de las aplicaciones de mensajería o cualquier red social nos pide un correo electrónico como método alternativo de acceso. Sin embargo, sabemos que en WhatsApp esto se limitaba únicamente al número de teléfono, aunque eso podría estar a punto de cambiar ya que se está trabajando en una nueva función que cambiará por completo la forma en que usamos la aplicación.



Esta función se encuentra en desarrollo y estará disponible en una futura actualización de la aplicación de WhatsApp.

## Té de tomillo para la tos y expulsar las flemas



Debido a los cambios bruscos de la temperatura y al mal tiempo, podemos enfermarnos de las vías respiratorias. Ya sea que la causas sea por una infección viral o bacteriana. Pero existe un té hecho de una planta muy eficiente para eliminar la tos y que puede estar al alcance de tu presupuesto debido a que es muy económica. Y esta es el tomillo con el cual podemos hacer La infusión para acabar con las flemas es la de tomillo, ya que es una planta expectorante, antiespasmódica y antiséptica.

El tomillo es rico en sustancias con acción antiinflamatorias, expectorantes y antitusígenas, como el carvacrol y el  $\gamma$ -terpineno, que ayudan a eliminar el acceso de catarro de las vías aéreas y combatir la tos causada por resfriados, bronquitis, asma, inflamación de la faringe o coqueluche.

### ¿Cuáles son las propiedades benéficas del tomillo?

El tomillo es una hierba aromática que se ha utilizado durante siglos tanto en la cocina como en la medicina tradicional debido a sus propiedades beneficiosas para el cuerpo. Estas son algunas de las propiedades y beneficios más destacados del tomillo:

**Propiedades antioxidantes**

**Antiinflamatorio**

**Mejora la digestión.**

**Propiedades antimicrobianas.**

**Mejora la salud respiratoria.**

**Mejora la salud bucal.**

**Posible beneficio para la memoria.**

**Ayuda en el control de la presión arterial.**

**Propiedades anticancerígenas**

El tomillo se puede incorporar fácilmente en la cocina, ya sea fresco o seco, para dar sabor a una variedad de platos, como sopas, guisos, carnes, pescados y verduras. También se puede preparar como té de hierbas para aprovechar sus beneficios medicinales.



## Impacto de la vitamina D en los músculos y los huesos

La vitamina D cumple funciones clave, le ayuda al cuerpo a absorber el calcio, uno de los principales elementos que constituyen los huesos. La deficiencia de este nutriente puede llevar al desarrollo de enfermedades.

Cuando el cuerpo no cuenta con la suficiente cantidad de calcio, es posible que los huesos se debiliten y que los músculos no se relajen de forma adecuada, ocasionando malestar.

Su deficiencia produce dolor muscular, en los huesos y en las piernas. Específicamente en los niños, su ausencia causa raquitismo, una enfermedad en la que los huesos se ablandan, debilitan, deforman y causan dolor.

En adolescentes y adultos, la falta de este nutriente ocasiona osteomalacia, un trastorno que causa dolores en los huesos y debilidad muscular.

También regula muchas otras funciones en el cuerpo y sus propiedades antiinflamatorias, antioxidantes y neuro protectoras contribuyen con la salud del sistema inmune, la función muscular y la actividad de las células cerebrales.

Los músculos la necesitan para el movimiento y los nervios para transmitir mensajes entre el cerebro y otras partes del cuerpo. También es indispensable para que el sistema inmunitario pueda combatir las bacterias y los virus que lo atacan.

La vitamina D se obtiene de varias formas. A través de la piel, mediante la exposición al sol, con el consumo de algunos alimentos y la ingesta de suplementos.



Se absorbe al exponerse al sol, se debe tener cuidado, la luz solar puede provocar envejecimiento prematuro y hasta cáncer, por lo que es importante protegerse y tratar de obtenerla de las demás fuentes.

Pocos alimentos ofrecen este nutriente, como, las yemas de huevo, el pescado de agua salada y el hígado. Otros productos, la leche y el cereal, muchas veces están enriquecidos con esta vitamina. De igual forma, las personas pueden tomar suplementos de vitamina D.

## 4 eventos celestiales imperdibles que ocurrirán en septiembre

Durante el mes de septiembre será posible poder observar en el cielo los siguientes eventos que serán una maravilla poder admirarlos y estos son los siguientes cometa, la última superluna y más

### Cometa: C/2023 P1

Llamado Nishimura, es el evento astronómico más esperado del mes, el cometa fue descubierto apenas el mes pasado por Hideo Nishimura durante exposiciones de 30 segundos con una cámara digital estándar. Desde entonces el objeto celeste ha aumentado su brillo dirigiéndose al sistema solar interior, lo que da esperanza de que sea visible a simple vista estos primeros días de septiembre.

### Luna Nueva

A mitad de mes la Luna se situará en la misma cara de la Tierra que el Sol y no será visible en el cielo nocturno, en esta fase que ocurre cada mes, no hay luz lunar que interfiera lo que deja una ocasión especial para observar otros objetos como galaxias y cúmulos estelares.

### Equinoccio de septiembre

Para el 23 de septiembre está el equinoccio que marca el comienzo del otoño en el hemisferio norte y primavera en el sur. En esta fecha ninguno de los hemisferios de la Tierra estará inclinado hacia o contra el Sol. Existen dos equinoccios en marzo y septiembre.

En esta ocasión en el hemisferio norte el equinoccio de tendrá lugar el 20 de marzo de 2023, a las 21:25 GMT. En el hemisferio sur ocurrirá el 23 de septiembre a las 06:50 GMT.



### Luna Llena o Superluna

Sucede cuando el perigeo coincide con la fase de Luna Llena, los astrónomos lo llaman simplemente Luna en perigeo. Es decir, se llama Superluna a una Luna que está totalmente iluminada y al mismo tiempo está en un punto cercano a la Tierra (perigeo). Dado que está más cerca de lo habitual, una Superluna debería verse más grande y brillante que una normal

# Según la IA estos son los países más hermosos para vivir

## Nueva Zelanda

Es un país que ofrece una diversidad asombrosa de paisajes naturales en un área relativamente pequeña. Desde las majestuosas montañas de los Alpes del Sur hasta las playas doradas y las selvas tropicales de Northland, este país insular ofrece una variedad impresionante de escenarios naturales.



## Italia

Un país famoso por su legado histórico y cultural, también cuenta con una belleza natural excepcional. Desde la costa de Amalfi con sus acantilados vertiginosos hasta las aguas azules de la Costa Esmeralda en Cerdeña, Italia es un testimonio de la diversidad geográfica y la riqueza histórica. Ciudades como Venecia, Florencia y Roma añaden su encanto con arquitectura histórica que se mezcla con la vida moderna.



## Suiza

Famosa por sus paisajes montañosos impresionantes, pero su belleza va más allá de los Alpes. Sus lagos cristalinos, como el Lago Ginebra y el Lago Lucerna, brindan una sensación de serenidad. Las ciudades suizas, con su arquitectura impecable y atención al detalle, añaden un toque de encanto urbano a la belleza natural del país.



## Australia

Australia es un país que abarca una diversidad asombrosa de ecosistemas, desde las playas doradas y los arrecifes de coral de la Gran Barrera de Coral hasta los desiertos rojos del interior y las selvas tropicales de Queensland.



## Noruega

Noruega es famosa por sus fiordos de aguas profundas y cristalinas que cortan las montañas escarpadas. Los espectáculos naturales como las luces del norte y el sol de medianoche añaden un toque mágico a este país nórdico.

