



Inauguran Manufexport 2023 del 19 al 21 en Antigua Guatemala de Agexport

¿Con esta hierba se combate el insomnio



Expo Becas Tour 2023 llegará esta semana a la región de Occidente



Inauguran Manufexport 2023 del 19 al 21 en Antigua Guatemala de Agexport

Este miércoles 20, En Antigua Guatemala en Hotel Casa Santo Domingo se realizó la inauguración de Manufesport feria Regional manufactura para góndola en supermercados internacionales

Esta feria es organizada por empresario del sector de Manufacturas de Agexport, la cual cuenta con 7 sectores incluyendo en esta edición el pabellón Pharma, Participando más de 200 compradores de 14 países. Siendo esta es la presentación de la oferta regional con más de 100 mil productos que buscan estar en más 1.5 millones de puntos de venta a nivel internacional. Obteniendo un impacto positivo en los compradores internacionales que visitan esta MANUFEXPORT y la cual se realiza del 19 al 21 de septiembre.

La Manufexport cuenta con gran variedad de productos entre ellos: plásticos, alimentos y bebida, cosméticos, productos de higiene y cuidado personal, snacks, aderezos, café bebidas saborizadas, etc. siendo una gran variedad de productos exportables los que se representan en esta exposición.

Según los organizadores se estima que las ventas de Manufexport 2023 de Agexport sean de unos \$ 25 millones, ya que han logrado reunir a más de 200 compradores de distintos países de Latinoamérica, así como Francia y Canadá, previendo que los compradores internacionales realicen durante dos días más de 2500, citas de negocios, con las distintas empresas socias de Agexport



Con esta vitamina que eliminan las bolsas debajo de los ojos



Son comunes a medida que se envejece y los tejidos alrededor de los ojos se debilitan, incluidos algunos de los músculos que brindan apoyo a los párpados. La grasa que sirve de apoyo a los ojos puede luego dirigirse hacia los párpados inferiores, lo que hace que se vean hinchados. También la falta de sueño, las alergias, fumar en exceso y padecer una enfermedad como la dermatitis estimula la aparición de las bolsas en los ojos.

Es oportuno hacer hincapié que la falta de sueño, las alergias, fumar en exceso y padecer una enfermedad como la dermatitis estimula la aparición de las bolsas en los ojos. Es necesario consultar con un profesional de la salud si estas bolsas causan problemas en la vista. Para poder eliminar las bolsas de los ojos, la vitamina K es ideal, pues promueve el correcto flujo sanguíneo y reduce la flacidez del rostro.

Debido a esta vitamina, se puede ayudar a disminuir los tonos oscuros que se forman debajo de los ojos y tensar la piel, haciendo que las bolsas debajo de los ojos disminuyan. Por si fuera poco, la vitamina K protege la barrera cutánea, reduce la inflamación, elimina el rojo de la piel, hidrata la piel y previene el acné”

Además, la vitamina K se puede encontrar en alimentos como; la col, la espinaca, el perejil, la lechuga.



Como eliminar el insomnio naturalmente con esa sorprendente hierba

El descanso es una parte muy importante en todas las etapas de nuestra vida, mientras descansamos, nuestro cuerpo y sistema inmunológico se fortalecen y esto nos ayuda a que nuestras defensas se refuercen y se prevenga el desarrollo de enfermedades, también se recupera y se restaura nuestra memoria, la presión sanguínea baja, se mejora la concentración y se recupera energía.

Pero a veces no logramos descansar, por estrés, por el lugar en el que nos encontramos sonidos o luces que perturban nuestros sueños. Y es ahí donde poco a poco se presenta una situación llamada: insomnio.

Existen tres tipos de insomnio:

Insomnio transitorio o agudo, dura menos de 4 semanas.

Insomnio a corto plazo o subagudo, dura más de 4 semanas, o de 3 a 6 meses.

Insomnio a largo plazo o crónico, esto es más de 3 a 6 meses sin poder dormir.

Si esta es tu situación en la que no puedas conciliar el sueño y sientas que es un tipo de insomnio no tan grave, te queremos recomendar este método natural, sin embargo, siempre ten en cuenta la opinión de un profesional de la salud y, antes que nada, que te relajes, pues con la ansiedad lo único que se logra es que la situación de no poder dormir se empeore.

La hierba que puede ayudarnos a ir reduciendo el insomnio es la valeriana, pues gracias a sus efectos sedantes y tranquilizantes ayudan a reducir el estrés y con ello a conciliar mejor el sueño, sin la necesidad de alterar su estructura.

El tratamiento prolongado con valeriana es altamente recomendable, pues los resultados positivos que llega a mostrar tienden a incrementarse después de las dos semanas.



También es excelente como un sedante natural, un antiinflamatorio y analgésico, sirve como un antidepresivo natural y ayuda a eliminar los síntomas de la ansiedad. Pero, a pesar de ser una gran opción natural, también tiene ciertas contradicciones, como que su uso no es recomendable en mujeres en estado de embarazo o de lactancia, tampoco debe ser usada en menores de 3 años y por quienes están pasando por un tratamiento con medicamentos que ayudan para la depresión o la ansiedad.

Expo Becas Tour 2023 llegará esta semana a la región de Occidente



Del 21 al 24 de septiembre, en cinco departamentos de la región Occidente del país, se desarrollará Expo Becas Tour 2023, que acercará la oferta educativa a la población interesada en estudiar licenciaturas, maestrías, doctorados y cursos cortos de especialización.

En su segunda semana de ejecución, Expo Becas Tour 2023 se llevará a cabo en Quetzaltenango, Huehuetenango, San Marcos, Sololá y Totonicapán.

Como parte del evento, instituciones cooperantes nacionales e internacionales responderán dudas respecto de requisitos, tipos de becas disponibles, universidades y centros de estudio en las que pueden aplicar; así como otras cuestiones que necesiten ampliación de información.

Giras departamentales

El Expo Becas Tour 2023 se desarrolla con el objetivo de dar a conocer la oferta educativa en todo el territorio nacional. La primera edición de esta iniciativa se ejecutó del 7 al 10 de septiembre en el área de oriente, en los departamentos de Chiquimula, Zacapa, Jalapa y Jutiapa. Como resultado, en los cuatro departamentos, se contabilizó la participación de 1,640 personas registradas de forma digital utilizando el código QR generado para el efecto.

Por ello, Expo Becas Tour se lleva a cabo en cinco regiones: oriente, occidente, sur, norte y centro.

Y para esta semana el tour Expo Becas Tour 2023 estará en los siguientes departamentos:

Quetzaltenango

Jueves 21, viernes 22 y sábado 23: 7a calle 29-25 zona 3,

Quetzaltenango, sede del Ministerio de Economía

Domingo 24: Casa Noj (7a. calle 12-12, zona 1, Quetzaltenango)

Huehuetenango

Jueves 21 y viernes 22: Salón municipal de Huehuetenango

Sábado 23: Parque central de Huehuetenango

Domingo 24: Gobernación Departamental

San Marcos

Jueves 21, viernes 22 y sábado 23: Salón de eventos de la Universidad Rural

Domingo 24: Parque central de San Pedro Sacatepéquez, San Marcos

Sololá

Jueves 21 y viernes 22: Hotel y centro de convenciones Jardines del Lago, en Panajachel

Sábado 23 y domingo 24: Parque de Sololá

Totonicapán:

Jueves 21 y viernes 22: Salón de convenciones Las Terrazas (centro comercial Los Altos de Totonicapán)

Sábado 23: Universidad de San Carlos (sede Totonicapán)

Domingo 24: Gobernación departamental

Inter Miami derrota 4-0 a Toronto, pero Leo Messi sale lesionado

Inter Miami regreso al triunfo con un contundente 4-0 ante Toronto por la MLS, pero con la gran preocupación por el estado físico de Lionel Messi, siendo reemplazado en el primer tiempo.

Inter Miami gano con comodidad ante el colista de su conferencia, con goles anotados por Facundo Farías, Robert Taylor, y con doblete Benjamín Cremaschi.

Con los tres puntos, Inter Miami sigue escalando en la tabla y acumula 31 puntos, con 28 partidos disputados, cerca de las posiciones de wildcard, y con varios partidos pendientes.



Lionel Messi llegó al partido ante FC Toronto con duda hasta último momento. Finalmente, el futbolista rosarino pidió salir de cambio con solo 37 minutos. no se tiene mayor información sobre el motivo que llevó a Messi a pedir su cambio, pero por la forma en que se desplazaba dentro del terreno de juego hacia ver que el problema podría ser de un posible problema muscular.

Resultados de la Uefa Champions League



La Selección Nacional Femenina de Guatemala enfrentó esta tarde a Panamá. Aunque la Azul y Blanco se había presentado con gran expectativa, terminó perdiendo con un contundente marcador de 0-3, en donde por Panamá anotaron Riley Tanner, Marta Cox y Carmen Montenegro.

Ambas selecciones centroamericanas se midieron en el primero de dos duelos que sostendrán, el segundo será el próximo domingo 24 de septiembre en tierras panameñas.



	GALATASARAY	2-2	COPENHAGEN	
	REAL MADRID	1-0	UNION BERLIN	
	ARSENAL	4-0	PSV	
	BAYERN	4-3	MANCHESTER UNITED	
	BENFICA	0-2	SALZBURG	
	BRAGA	1-2	NAPOLI	
	REAL SOCIEDAD	1-1	INTER	
	SEVILLA	1-1	LENS	