



19 de octubre día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama

Alimentos Que Pueden Dañar El Hígado



La Senacyt convoca a los guatemaltecos a aplicar al apoyo Fonacyt



La Senacyt convoca a los guatemaltecos a aplicar al apoyo Fonacyt

Un apoyo de hasta Q 500 mil es lo que brinda la Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt) por medio del Fondo Nacional de Ciencia y Tecnología (Fonacyt) para los emprendimientos científicos y tecnológicos y la transferencia de conocimiento, en el programa ProInnova en sus dos líneas de financiamiento.

Los guatemaltecos interesados en recibir financiamiento para potenciar su negocio científico y tecnológicos, el desarrollo de fases finales de emprendimientos de base científico- tecnológica, proyectos de aceleración de negocios y la investigación de base científica, tecnológica y de innovación tienen hasta el 15 de noviembre para presentar su perfil.

También aplican los proyectos de desarrollo de nuevos productos, procesos y servicios de base científico-tecnológica como la validación de prototipos y pruebas piloto.

Con el financiamiento de la línea TransfiereCTi se desarrolla el proyecto del “Laboratorio de reproducción y desarrollo in vitro” que contribuye con pequeños y medianos productores que quieren producir su propia semilla para mejorar sus cosechas y la formación y capacitación de agricultores. Durante un año se han creado más de 100 mil plantas de 13 tipos distintos, y actualmente inician con la producción de la semilla de fresa. Esta línea ofrece hasta con Q 400 mil.



El objetivo de la Senacyt es apoyar el desarrollo de nuevos o mejorados productos, procesos y servicios a partir de prototipos que tengan y cumplan un proceso de validación, que generen valor y apoyen al desarrollo, inversión y economía guatemalteca. Los interesados pueden aplicar en el siguiente enlace

<https://fondo.senacyt.gob.gt/proinnovacti2023>

Walmart ofrece Nueva oportunidad de negocios a las pymes

Una plataforma de ecommerce con más de 6 millones de visitas al mes es la nueva oportunidad de negocios que tendrán las pymes proveedoras de Walmart.

La compañía de retail habilitó una sección en sus plataformas de comercio electrónico para pymes 100% locales, disponible para todos los consumidores en los 10 sitios en línea de las tiendas de los formatos Walmart y Supermercados. En dicho sección, las pymes podrán ofrecer sus productos de forma ágil y llegar a nuevos públicos.

Los negocios locales pueden ofrecer a sus clientes todas las facilidades del comercio digital por medio de celulares y computadoras, ya que por medio de sus catálogos sus compras sean más fáciles de adquirir, pudiendo ser llevadas a hasta sus hogares o llegar al parqueo de la tienda solo para retirar su pedido.

Con es los clientes tienen acceso a casi 2,000 productos fabricados en la región por pequeñas empresas locales distribuidos en cinco categorías: bebidas y lácteos, farmacia y cuidado personal, alacena, frescos y hogar.

Las pymes pueden aprovechar todos los beneficios del ecommerce sin incurrir en ningún gasto adicional. Walmart asume todos los costos, la operación de la plataforma, la logística y los envíos.

Walmart tiene relaciones comerciales con más de 1,000 pymes de Centroamérica. La compañía cuenta con dos programas para acompañar e impulsar el desarrollo de las pequeñas y medianas empresas: Una Mano para Crecer, para los negocios de manufactura, y Tierra Fértil, para los productores agrícolas.

“Con esta nueva opción, robustecemos los canales de ventas de nuestros proveedores pymes incorporándolos al mundo del ecommerce y permitiéndoles nuevas capacidades a través de nuestra infraestructura, experiencia y servicio”, explicó Ariane Carreau, gerente de Mercadeo de Ecommerce para Walmart en Centroamérica.



McDonald's promoviendo el Día Mundial del Ahorro de Energía



En octubre se conmemora el Día Mundial del Ahorro de Energía, una fecha dedicada a la conservación de los recursos naturales y la promoción de la eficiencia energética. McDonald's reafirma su compromiso con el cuidado del medio ambiente y la sostenibilidad a través de diversas iniciativas que reducen su huella de carbono y fomentan el uso responsable de la energía.

Y por eso los restaurantes cuentan con iluminación LED y un sistema que reutiliza la energía generada por el cuarto frío para calentar el agua, promoviendo la eficiencia energética en sus operaciones y asegurando un menor consumo de energía.

McDonald's con el apoyo de ENEL utiliza 26,280 megavatios-hora (MWh) de energía limpia anualmente, lo que equivale a evitar la emisión de 2,480 toneladas de CO₂ y plantar 9,308 árboles. Estos esfuerzos demuestran su compromiso con la sostenibilidad y la contribución al planeta.

Siendo el Medio Ambiente uno de los pilares de la plataforma de marca de McDonald's "Pequeñas Acciones Grandes Cambios", la empresa es pionera en la utilización de prácticas sostenibles y en la promoción del ahorro de energía, contribuyendo al bienestar del planeta y al fomento de la conciencia ambiental.



Alimentos Que Pueden Dañar El Hígado



Existen ciertas comidas que pueden afectar directamente al hígado si son consumidas frecuentemente.

El hígado es un órgano vital que debemos cuidar para tener una vida saludable. Muchas personas presentan estilos de vida poco adecuados y desconocen los efectos que esto trae para la salud, como las consecuencias de las enfermedades hepáticas.

Los expertos de la salud recomiendan evitar el consumo de tabaco y alcohol, así como alimentos altos en grasas y azúcar, con mayor énfasis si se trata de individuos con otros factores de riesgo, como personas de la tercera edad, diabéticas, obesas e hipertensas.

Una alimentación balanceada implica que también podemos comer productos alimenticios pocos saludables ocasionalmente, es decir, de forma moderada, ya que existen ciertas comidas cuyo consumo frecuente incide directamente en el hígado. Algunos de estos alimentos son:

Azúcar refinada

galletas, helados y pasteles, el consumo excesivo de estos alimentos aumenta el nivel de azúcar en la sangre, acumulando grasa en el hígado y afectando su funcionamiento.

Frituras

El principal riesgo al consumir estos alimentos es el elevado nivel de calorías que entran al organismo, las cuales no son bien procesadas y pueden acumularse en el hígado.

Sodio

Este elemento está presente en la sal que consumimos en casi todas las comidas. Es utilizado en alimentos procesados.

Harina de trigo procesada

Suele estar presente en la mayoría de pastas y postres de todos los países. Debido a su accesibilidad, es utilizada como la base de muchos alimentos.

Carnes rojas, carnes frías y embutidos

Este tipo de comidas se trata de las fuentes menos saludables a partir de las cuales podemos obtener nuestra ingesta diaria de proteínas.

19 de octubre Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama

El 19 de octubre se celebra el Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama, para sensibilizar y concienciar a las mujeres de todo el mundo, sobre la importancia de realizarse un examen de mamas regularmente, con la finalidad de detectar cualquier signo o anomalía.

Esta fecha ha sido impulsada por organizaciones de pacientes de todo el mundo para promover el diagnóstico precoz del cáncer de mama, así como incrementar el acceso de la población femenina a los controles y tratamientos oportunos de esta enfermedad.

El cáncer de mama constituye la primera causa de muerte en la población femenina a nivel mundial. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta enfermedad representa el 16% en pacientes femeninos. Se estima que 1 de cada 8 mujeres tendrá cáncer de mama a lo largo de su vida, razón por la cual es de vital importancia realizar una evaluación regular de los senos.

La detección precoz del cáncer de mama incide notablemente en la modificación del pronóstico de la enfermedad, incrementando las posibilidades de curación hasta en un 100%.

¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama o de seno, es un tipo de tumor que se crea en las células y estructuras de las glándulas de los tejidos del seno. Puede diseminarse al resto del organismo a través de los vasos sanguíneos y los vasos linfáticos, conocido como metástasis.

Este tumor puede ser de dos tipos:

Carcinoma ductal localizado: el desarrollo de las células cancerosas se inicia dentro de los conductos del seno y se disemina en el resto del tejido mamario. Puede formar metástasis en otras partes del organismo.

Carcinoma lobulillar in situ: las células cancerosas se generan en los lobulillos del seno, diseminándose en el tejido mamario. Este tipo de tumor es pre-maligno, debido a que tienen mayor tendencia a desarrollar metástasis.

Entre las posibles causas y factores de riesgo se destacan las siguientes:

Mutaciones hereditarias en los genes P53, PTEN, BRCA1 y BRCA2y adquiridas del ADN.

Mayor exposición a estrógenos (producción de la enzima aromatasa).

Obesidad (elevado consumo de grasas y calorías).

Edad avanzada.

Consumo de tabaco y alcohol.

Menarquía prematura.

Menopausia tardía.

Factores ambientales.

El cáncer de mama afecta a ambos sexos, siendo mucho más frecuente en las mujeres.

Existen varios síntomas asociados al cáncer de mama. A continuación, mencionamos los más comunes o frecuentes:

Bulto, nódulo o engrosamiento en la mama.

Un gran aumento en los ganglios linfáticos, muy cerca de la axila.

Cambios físicos en la mama: color, tamaño, textura, forma o aspecto.

Enrojecimiento de la piel, especialmente cerca de la aureola del pezón.

Formación de depresión o arrugas en la piel.

Secreciones por el pezón.

Inversión o retracción del pezón.

Descamación, formación de costras o desprendimiento de la piel del seno.

Dolores o molestias en el seno, parecidos al de una mastitis.

Pérdida de peso.

Hinchazón en los brazos, siendo un síntoma infalible para detectar que el tumor es cancerígeno.

El Níspero, una fruta sana y sabrosa

El Níspero, una fruta sana y sabrosa El níspero es originario de China, su sabor es agridulce y refrescante, pero además se presenta como una potencial alternativa de producción frutícola.

El níspero es un fruto redondeado de color anaranjado que es apreciado por su carne aromática, dulce y algo ácida. Se suele consumir en crudo, aunque se elaboran diversos preparados como mermeladas, pasteles o zumos. Apenas aporta nutrientes al organismo, aunque contiene potasio en cantidades apreciables y algunas vitaminas.

Existen dos especies de nísperos diferentes, el europeo y el de Japón, aunque el más conocido es este último. Los frutos son redondeados o aplanados con la piel de color amarillo-naranja muy fina y dura. La pulpa es aromática, de color blanco o anaranjado, carnosa y de sabor dulce algo ácido. Contiene varias semillas marrones de gran tamaño.

Los nísperos se consumen principalmente en crudo, como fruta fresca. También se usan para elaborar salsa, jaleas, mermeladas, gelatinas y productos de repostería, además de zumos o jarabes.

