

Walmart México y Centroamérica



Del 15 al 31 de julio en Guatemala

Busca promover el comercio electrónico y ofrecer **rebajas exclusivas**

PARA **VIVIR MEJOR**   

Walmart Centroamérica lanzó la campaña “Hot Sale”



Xiaomi presenta la nueva Redmi Pad Pro entretenimiento inmersivo y conectividad avanzada

Spectrum inicia la construcción de Parque Vista Verde



Walmart Centroamérica lanzó la campaña “Hot Sale”



Entre las ventajas para los clientes están las rebajas exclusivas en línea, envíos gratis y facilidades de servicios financieros

“Hot Sale” en Guatemala estará habilitado hasta el 31 de julio

Con el propósito de potenciar las ventas en línea y ofrecer mayores facilidades de compras a sus clientes, Walmart Centroamérica lanzó la campaña “Hot Sale” en la región.

Entre las ventajas de esta iniciativa se incluyen descuentos exclusivos en línea del 15%, 20%, y hasta 30% en diversos artículos, envíos gratuitos y facilidades al utilizar la tarjeta Walmart MasterCard de BAC.

Walmart ha logrado posicionarse en Centroamérica como una de las principales opciones de compra en línea gracias a su amplia variedad de productos, precios bajos y rebajas exclusivas en sus hipermercados, supermercados y bodegas.

“Conocemos a nuestros clientes, sabemos cuáles son sus necesidades y trabajamos para satisfacerlas. Con el evento “Hot Sale” ofrecemos a nuestros clientes una propuesta de valor complementaria a las tiendas físicas, brindando los mismos precios bajos con beneficios adicionales y la mejor experiencia de compra desde cualquier lugar”, comentó Luis Vielmann, director de eCommerce, de Walmart Centroamérica.

Gracias a la campaña “Hot Sale” en Guatemala, los clientes pueden disfrutar de alrededor de 1,800 artículos con descuentos hasta el 31 de julio. En la tienda en línea de Walmart www.walmart.com.gt, encontrarán una amplia variedad de productos, que incluyen artículos electrónicos, para el hogar, deportes, automotriz, parrilladas, cuidado personal, así como artículos para bebés y mascotas.

En Paiz www.paiz.com.gt, podrán adquirir licores, productos de belleza, artículos para bebés, mascotas, cuidado del hogar, ropa y percederos. Por su parte, en Maxi Despensa www.maxidespensa.com.gt, la oferta en línea incluye electrónicos, artículos para el hogar, productos automotrices, limpieza, ropa, artículos para mascotas y percederos.

Spectrum inicia la construcción de Parque Vista Verde



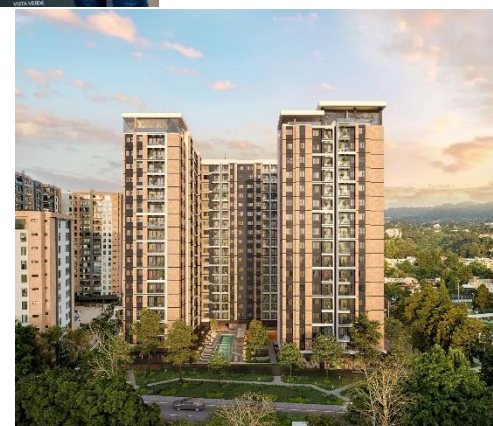
Spectrum, líder en el desarrollo de proyectos inmobiliarios, realizó la colocación simbólica de la primera piedra de Parque Vista Verde. Este proyecto se ubica en un terreno de 4,618 m² en la zona 15, donde se construirá una torre de 18 niveles, con 378 nuevos hogares. Los apartamentos varían entre 1, 2 y 3 habitaciones, y tienen tamaños que van desde 40 m² hasta 90 m², adaptándose a las necesidades de las personas de este sector.

Parque Vista Verde es el décimo proyecto de la línea Parque desarrollado por Spectrum, cumpliendo su propósito de transformar ciudades a través de comunidades espectaculares y conectadas, donde todos desean vivir. Este nuevo proyecto se suma a los más de 10,000 hogares que Spectrum ha desarrollado en sus 29 años de trayectoria.

Ubicado estratégicamente en la zona 15, Parque Vista Verde garantiza una excelente conectividad a las áreas más importantes de la ciudad. Sus instalaciones ofrecen un ambiente cálido y acogedor, fomentando la convivencia entre sus habitantes. Además, los residentes disfrutarán de fácil acceso a zonas comerciales, centros educativos, opciones de entretenimiento y mucho más.

Parque Vista Verde generará más de 600 empleos y contará con 814 parqueos, 8 sótanos y diversas amenidades, que incluyen: piscina, coworking, área de juegos para niños, gimnasio, salón social, family lounge, cocina para chefs, sky lounge, entre otros.

“La demanda de vivienda ha evolucionado y los guatemaltecos buscan un hogar que les permita disfrutar de espacios al aire libre, ubicaciones privilegiadas y cercanía a los servicios básicos, para poder pasar más tiempo con sus familias. Ante estas nuevas necesidades, Spectrum se ha enfocado en revolucionar la experiencia de vida urbana con conceptos innovadores, ubicados en vecindarios estratégicos que ofrecen todo a pocos metros del hogar, mejorando así la calidad de vida de las personas”, enfatizó Daniela Fischer, Gerente Comercial de Spectrum Vivienda.



Xiaomi presenta la nueva Redmi Pad Pro entretenimiento inmersivo y conectividad avanzada



Xiaomi presentó hoy la nueva Redmi Pad Pro, la cual está diseñada para ofrecer una rapidez y conectividad mejorada. Además de una pantalla grande para mayor claridad visual y con funcionalidad avanzada.

La Redmi Pad Pro es ideal para usuarios que priorizan el entretenimiento en movimiento y buscan una experiencia de visualización expansiva para entretenimiento inmersivo, navegación en línea y juegos. Impulsado por Xiaomi HyperOS para una conectividad fluida entre dispositivos, la Redmi Pad Pro promete una conectividad y rendimiento excepcionales, convirtiéndola en la mejor compañera para los entusiastas del entretenimiento en movimiento.

Experiencia de entretenimiento inmersivo con pantalla expansiva y experiencia audiovisual dinámica

La Redmi Pad Pro cuenta con una impresionante pantalla de 12.1 pulgadas y 120Hz, que ofrece una relación de aspecto de 16:10 para una visualización excepcional y comodidad extendida durante el uso. Con una resolución de 2.5K (2560 x 1600) a 249ppi, cada detalle cobra vida, proporcionando una experiencia de visualización inmersiva perfecta para contenido en alta definición. Una frecuencia de actualización de 120 Hz que garantiza una capacidad de respuesta fluida en diversas aplicaciones, desde disfrutar de vídeos hasta navegar por documentos.

Para enriquecer aún más el entretenimiento, la tableta está equipada con cuatro altavoces estéreo integrados con Dolby Atmos® para un audio superior. Los usuarios pueden sumergirse completamente en un sonido nítido e inmersivo, ya sea disfrutando de sus series favoritas, explorando nuevos juegos o música.

Conectividad y rendimiento confiable para entretenimiento ininterrumpido en movimiento

La Redmi Pad Pro permite a los usuarios tener una experiencia de entretenimiento excepcional. Mejorado por Xiaomi HyperOS, la Redmi Pad Pro se integra sin esfuerzo en la vida diaria de los usuarios, facilitando el intercambio de contenido, la transferencia rápida de fotos y la colaboración compatible entre dispositivos. Impulsado por la Plataforma Móvil Snapdragon® 7s Gen 2, ofrece un rendimiento fluido de nivel insignia para trabajar y jugar, asegurando transiciones sin interrupciones entre tareas. Equipado con una batería de 10000mAh (typ) y carga rápida de hasta 33W, la Redmi Pad Pro se mantiene cargado durante todo el día, asegurando entretenimiento y productividad ininterrumpidos. Precio y disponibilidad. **La Redmi Pad Pro está disponible en tiendas Mi Store y distribuidores autorizados, en color Gris Grafito, Azul Océano y Verde Menta, con 8GB+256GB, desde Q2,999.00.**

Los beneficios de comer melón en ayunas



Consumir melón cada mañana aporta buenas cantidades de potasio, calcio y zinc. Gracias a la eliminación de toxinas, el melón ayuda a evitar dolores estomacales y neutralizar la acidez. El melón también previene el estreñimiento, pues funge como laxante natural.

Esta deliciosa fruta contiene gran aporte de antioxidantes, el 90% es agua, por lo que es un excelente hidratante para el organismo, además previene la retención de líquidos. Dentro de sus principales nutrientes destaca la presencia de las vitaminas C y E, y en minerales como potasio, fósforo, magnesio, calcio y hierro, entre otros. Los cuales son muy buenos para la piel y para la función celular.

Al incorporar melón al desayuno diario, tu cuerpo comienza a limpiarse internamente, además eliminando las toxinas en la piel, entre otros beneficios.

Consumir melón cada mañana aporta buenas cantidades de potasio, calcio y zinc, comerlo en las mañanas en ayunas provoca que tengamos una buena regulación del ritmo cardíaco y producción de hormonas. Esta hortaliza hace que eliminemos toxinas de nuestro cuerpo y ayuda a evitar dolores estomacales, pues parte de sus bondades es neutralizar la acidez. Además, previene el estreñimiento, pues funge como laxante natural y es un excelente cicatrizante de heridas, acelera este proceso de forma natural.

El melón también aporta potasio, calcio y zinc

Nuestro organismo también está compuesto de minerales, y son de vital importancia para mantener el buen funcionamiento del cuerpo, la regulación del ritmo cardíaco y la producción de hormonas. Consumir cada mañana melón aporta al organismo buenas cantidades de potasio, calcio y zinc.

El calcio, es uno de los responsables en la formación de los dientes y los huesos, y aunque fundamentalmente está en los lácteos, también está muy presente en hortalizas y frutas como el melón.



Riesgos y recomendaciones para el manejo y resguardo del dinero en efectivo en las MIPYMES



El manejo y resguardo del dinero en efectivo es una preocupación constante para las Micro, Pequeñas y Medianas Empresas (MIPYMES) en Guatemala. Los riesgos asociados a la gestión de efectivo incluyen pérdidas significativas por robos, fraudes internos y hasta errores en la contabilidad. Para mitigar estos riesgos, es crucial implementar estrategias efectivas y aprovechar servicios especializados que brinden seguridad y eficiencia.

La gestión inadecuada del dinero en efectivo puede resultar en errores contables que afecten la liquidez y la capacidad de las empresas para operar eficientemente. Implementar controles efectivos no solo protege los activos, sino que también fortalece la confianza de los empleados y clientes, contribuyendo a la sostenibilidad y el crecimiento del negocio.

Prosegur Cash, empresa global líder en logística de valores y gestión de efectivo, ofrece una variedad de servicios innovadores y tecnológicamente avanzados para ayudar a las MIPYMES a manejar su efectivo de manera segura, ágil y eficiente. Estos servicios no solo garantizan la protección del dinero, sino que también optimizan la logística y mejoran la operativa diaria de las empresas.

“En Prosegur somos conscientes del esfuerzo y los constantes riesgos de inversión que los propietarios y directivos de las MIPYMES corren con sus negocios. Por ello trabajamos constantemente para brindar soluciones innovadoras de seguridad y confianza basada en los últimos desarrollos del mercado”, indicó Antonio Robledo, Gerente Comercial de Prosegur Cash en Guatemala.

Según los expertos de Prosegur algunas de las recomendaciones para el manejo seguro del dinero en efectivo son:

- o **Capacitación:** Es esencial capacitar a los empleados en el manejo y resguardo de efectivo mediante procedimientos claros, tecnologías avanzadas y auditorías internas. Esto ayuda a prevenir fraudes y detectar errores contables.
- o **Conteo y registro dual (o hacerse a herramientas tecnológicas para este fin):** Implementar un sistema en el que dos personas cuenten y registren el efectivo, reduciendo la posibilidad de errores y fraudes. Por supuesto, lo más recomendable es trabajar con un aliado experto en temas tecnológicos y de seguridad para poder hacer más competitivo el negocio.
- o **Capacitación en el manejo de efectivo y prevención del fraude:** Brindar las herramientas a los colaboradores sobre el manejo del efectivo, inclusive cómo detectar billetes falsos y como prevenir fraudes le puede evitar la pérdida de sus recursos.
- o **Procesamiento y custodia de efectivo:** El transporte y almacenamiento de grandes cantidades de dinero en efectivo representan riesgos significativos de robo para las MIPYMES. Un servicio como el de Prosegur asegura todos los pasos del ciclo del efectivo de manera ágil y eficiente, procesando los ingresos del negocio en centros especializados, y transfiriendo los valores en tiempo real a la cuenta bancaria de la empresa.
- o **Contar con soluciones digitales e innovadoras:** Una de ellas es Cash Today, una herramienta que permiten la gestión integral del efectivo en el punto de venta. Esta tecnología permite el abono inmediato en la cuenta bancaria del efectivo ingresado al dispositivo Cash Today. Además, proporciona un seguro sobre el efectivo depositado, mejora la seguridad en la gestión del efectivo y reduce los riesgos de robo, hurto o pérdida.

Los expertos indican que la adopción de servicios especializados y tecnologías avanzadas puede mitigar significativamente los riesgos asociados al manejo del efectivo. Estos servicios no solo garantizan la seguridad de lo producido por los negocios, sino que mejoran la eficiencia de las empresas. Al implementar estas recomendaciones, las MIPYMES pueden proteger sus recursos financieros y asegurar un funcionamiento más seguro y eficiente.

Qué son y por qué Ocurren Los Calambres Musculares

Un calambre muscular es cuando un músculo se contrae o se pone en tensión sin que la persona afectada tenga la intención de hacerlo ni que tampoco sea capaz de relajarlo.

Ocurren después de hacer ejercicio y por la noche. Pueden durar desde unos segundos hasta incluso minutos. La mejor forma de frenar el intenso dolor es estirar el músculo en cuestión. Por lo general suelen ocurrir en las piernas, especialmente en las pantorrillas y muslos, aunque también son frecuentes en los brazos, manos y pies.

El dolor que se siente es muy intenso, si lo tienes por la noche te levantarás sin dudas del agudo y repentino dolor que sentirás. Luego de tener un calambre sentirás el músculo algo resentido y cansado, aunque no tendrás mayores consecuencias que la molestia en la zona afectada.

Principales causas de los calambres musculares

Los calambres musculares pueden relacionarse generalmente con la tensión excesiva de un músculo, ya sea por practicar deporte o cualquier actividad que implique mantenerlo en una misma posición por un tiempo prolongado. Existen también ciertas enfermedades o problemas de salud que pueden traer consigo efectos adversos como los calambres musculares. Algunas de las afecciones que pueden provocarlos son:

Estenosis lumbar: la presión que el crecimiento óseo genera en los nervios que atraviesan el hueco que pasa por dentro de la columna vertebral, pueden generar algunos síntomas como calambres y adormecimiento de las piernas por la presión excesiva de los nervios.

Problemas de circulación: este tipo de calambres ocurre por lo general al hacer ejercicio, cuando los músculos necesitan más sangre y oxígeno para funcionar y se ven limitados por una mala irrigación sanguínea.

Insuficiencia de minerales: los diuréticos, recetados para enfermedades arteriales, o una dieta que no aporte las cantidades suficientes de magnesio, potasio o calcio pueden contribuir a que una persona sufra de calambres musculares.

Personas con mayor riesgo de tener calambres musculares

Existen personas que por sus condiciones de vida presentan factores de riesgo que contribuyen a los calambres musculares:

Personas mayores: la edad es un factor de riesgo ya que con el paso de los años los músculos tienden a perder consistencia.

Deportistas: cuando se practica un deporte intensamente en sitios con altas temperaturas es normal sufrir deshidratación, lo que puede provocar calambres musculares.

Mujeres embarazadas: la retención de líquidos, la sobrecarga de peso y la compresión de los nervios que puede haber durante el embarazo son factores que por lo general provocan calambres musculares que se dan especialmente por la noche.

Cómo prevenir los calambres musculares

La prevención es el mejor tratamiento para los calambres musculares. Puedes seguir algunos de estos consejos para evitar o dejar de tenerlos:

Hidratación: no solo es necesario beber líquidos durante la actividad física, sino que hay que hacerlo de manera constante a lo largo de todo el día.

Reposo: muchas veces los calambres musculares ocurren por una sobre exigencia muscular.

Calzado: muchas veces un calzado no apropiado puede poner en tensión, sin darnos cuenta, un músculo durante un periodo de tiempo prolongado. Si haces actividad física,