



## **Compromiso ambiental: el Sector de Plásticos de Guatemala marca la diferencia en 2024**

### **Operativo de transporte extraurbano por fiestas de fin de año**



### **Últimas noticias**

### **Consejos de salud y cuidado para disfrutar las fiestas de fin de año**





## Operativo de transporte extraurbano por fiestas de fin de año

Con el propósito de prevenir incidentes viales y proteger a los viajeros durante las celebraciones de fin de año, se realizan operativos en las diferentes carreteras del país.

Hasta el momento, se registran 156 operativos preventivos, para identificar a unidades del transporte extraurbano y también pruebas de alcoholemia.

Estas acciones son coordinadas por medio de la Dirección General de Seguridad y Protección Vial (PROVIAL).



Los operativos permanecerán hasta el 2 de enero de 2025 en rutas como la CA-1 Occidente, CA-9 Sur, CA-1 Oriente y CA-9 Norte; entre otras, como parte del plan de prevención de seguridad vial "Viaja Tranquilo y Llega Seguro", implementado desde el 17 de diciembre último.

En los operativos también participa la Dirección General de Transporte (DGT), la Policía Nacional Civil (PNC) y las Policías Municipales de Tránsito (PMT); que son las entidades que emiten sanciones, por la falta de cumplimiento en las normas correspondientes. La estadística es independiente.

Es importante resaltar que la prevención es responsabilidad de todos, aquí le compartimos algunos consejos.

### Recomendaciones para los conductores:



- Revise frenos, llantas y luces antes de salir a la carretera.
- Respete los límites de velocidad para evitar accidentes.
- No use el celular mientras conduce y evite cualquier distracción.
- Mantenga una distancia segura entre su vehículo y el de enfrente, especialmente en rutas congestionadas.
- Evite manejar cansado y tome descansos regulares para evitar la fatiga y estar siempre alerta.

### Recomendaciones para pasajeros de transporte extraurbano:

- No suba a buses sobrecargados.
- Elija transporte autorizado y con seguro vigente.
- Mantenga la calma en caso de emergencias

Reporte a conductores imprudentes que conduzcan a exceso de velocidad o actúe de forma irresponsable, repórtelo al 1520 de PROVIAL.

## Red Consular asiste en la repatriación de guatemalteco fallecido en accidente laboral en Washington D. C., EE. UU.



El Ministerio de Relaciones Exteriores (MINEX), por medio del Consulado General de Guatemala en Maryland, asistió a la esposa de un guatemalteco, quien lamentablemente, perdió la vida en un accidente laboral.

El suceso ocurrió el pasado 23 de diciembre en Washington D. C., cuando Edgar Cifuentes, el guatemalteco, de 36 años y originario de Uspantán, Quiché, trabajaba en el sector de la construcción.

Cifuentes realizaba una remodelación en una casa ubicada en la cuadra 1100 de la V Street NW, sin embargo, la estructura colapsó.



La Misión Consular, al ser notificada del accidente, se comunicó con la esposa del connacional, a quien se le orientó en relación con la asistencia que brinda el Gobierno de Guatemala, a través del MINEX, para la repatriación.

La Cancillería lamenta el deceso del guatemalteco y refrenda su compromiso de continuar asistiendo hasta el digno retorno de los restos mortales del connacional a nuestro país.



## Los Plebes del Rancho de Ariel Camacho

Por primera vez en Guatemala

El concierto será el 15 de febrero de 2025,

En el Estadio San Juan, Salamá, Baja Verapaz

### Boletos disponibles:

Diamante Q975\*  
Platinum Q750\*  
Preferencia Q300\*  
\*Aplica cargos



## Consejos de salud y cuidado para disfrutar las fiestas de fin de año

Ya sea por comer en exceso, contraer una enfermedad, sentirse estresado o extremadamente cansado, un calendario lleno de fiestas de fin de año puede afectar su salud, dice Safia Debar, Licenciada en Medicina y Cirugía, médica generalista y experta en gestión del estrés en Mayo Clinic. A continuación, la Dra. Debar responde preguntas frecuentes y ofrece consejos para ayudarlo a poder enfrentar las reuniones festivas de manera saludable.

Ya sea a la hora de comer, beber o incluso al tomar la decisión de organizar o participar en las fiestas, la atención plena es clave, dice la Dra. Debar.

¿Cómo puede la gente protegerse a la hora de contraer alguna enfermedad durante este período de agitación?

La Dra. Debar recomienda analizar el entorno en el que se encontrará y cómo se siente física y mentalmente yendo a una reunión en particular.

Físicamente, ¿se siente descansado? ¿Está obteniendo las vitaminas y minerales que necesita o tiene que hacer un esfuerzo especial para alimentarse bien? ¿Alguna vez ha tomado medidas preventivas como la vacuna contra la gripe?

"También es importante lavarse las manos correctamente, utilizar mascarilla cuando sea necesario y estar consciente de lo que se puede estar exponiendo", aconseja la Dra. Debar. "Asegúrese de que los factores de estilo de vida saludable estén en su lugar de la mejor manera posible, teniendo en cuenta esta época del año, pero también tenga algo de autocompasión. Es un tiempo ajetreado. Estamos lidiando con muchas dinámicas. También es importante tener un poco de generosidad interna con nosotros."

La comida de las fiestas suele ser compartida: buffets con utensilios en común y bandejas de aperitivos que la gente pone sus manos, por ejemplo. ¿Cómo puede la gente protegerse de la norovirus y otras enfermedades diseminadas a través de los alimentos y el contacto físico con superficies germinales?



La mala higiene de las manos, los alimentos mal cocinados y los alimentos que se dejan afuera durante demasiado tiempo se encuentran entre las causas de las enfermedades transmitidas por los alimentos. Este es otro tema en el que un enfoque consciente puede ayudarlo a mantenerse saludable, explica la Dra. Debar.

"Aquí es importante que seamos conscientes de las decisiones que estamos tomando y preguntarnos: '¿Realmente, quiero ir a esta fiesta?' '¿Realmente necesito ir?'" explica. "Si algo le parece arriesgado, escuche su intuición."

*Si va a comer en un buffet, piense en sus elecciones. Cuando trae conciencia a eso, puede darse cuenta de que ni siquiera tiene hambre o que, en realidad, ni siquiera quiere estar allí. Si usted decide ir, asegúrese de lavarse las manos."*

Las fiestas de fin de año son un momento en que la gente pueden disfrutar de golosinas, alimentos grasos y bebidas alcohólicas. ¿Cómo puede la gente evitar la exageración?

*"Si yo fuera usted, yo me detendría y pensaría en las consecuencias de la exageración y el costo real que tendría para mí," dice la Dra. Debar. "Por ejemplo, usted sabe que, si bebe demasiado, al día siguiente se sentirá letárgico, no dormirá bien, se involucrará en discusiones, no funcionará bien." Por lo tanto, considere el resultado final: El placer y los beneficios de esta bebida pueden no ser lo que parecen. Hacer este tipo de ejercicio es muy útil; empiece a elegir conscientemente cuándo beberá o no."*

Si va a beber, manténgase hidratado con agua, evite beber con el estómago vacío y tenga en cuenta lo que está bebiendo y cómo podría afectarle, aconseja la Dra. Debar.

"Cuando usted sabe cuáles son sus reacciones individuales en relación con las bebidas, las noches en vela o los excesos, esté seguro de que descansará al día siguiente y ponga en práctica otras estrategias para ayudar a su salud", añade la Dra. Debar. "Y trate de no sobrecargarse al día siguiente; a menudo el problema aparece cuando las personas tienen fiestas consecutivas."



# Bordando

TU **regreso** A **clases**

Tenemos el **mejor precio** del mercado



**UNIFORMES DE  
GUATEMALA**



@gtLiberal

Contáctenos: [hp@liberalgt.com](mailto:hp@liberalgt.com)



Liberal Gt

## EL MAGA afirma que la producción de alevines incrementó 64% en el 2024



La producción de alevines de tilapia, al 13 de diciembre de 2024, supera en un 68% la obtenida durante todo el año 2023, según informa el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA).

En 2023 se produjeron 200,647 alevines, mientras que este año la cifra alcanza los 314,426. Como resultado, se ha beneficiado a 3,516 familias, un aumento del 92% respecto a las 1,688 familias atendidas el año pasado.



Esta mejora en la producción de tilapia, una fuente de proteína animal que contribuye a la seguridad alimentaria y diversifica la dieta, ha sido clave para fortalecer la seguridad alimentaria en la región.

La producción de alevines se lleva a cabo en el Centro Eco-Productivo El Remate, perteneciente al Viceministerio Encargado de Asuntos del Petén (VIPETÉN), y es coordinada por el Departamento Pecuario de la Dirección de Desarrollo Agropecuario (DAGRO).

Se han implementado diversas iniciativas para apoyar a los productores de Petén, con el objetivo de mejorar la producción agrícola y la seguridad alimentaria en las comunidades de la región.



Las autoridades aseguran que se brinda asistencia técnica para asegurar el desarrollo adecuado de los proyectos, promoviendo buenas prácticas en la producción y cultivo de tilapia. Estas acciones buscan fortalecer la acuicultura de manera sostenible y apoyar el desarrollo económico de las comunidades.



## LG abrió la API ThinQ para expandir la innovación en el hogar inteligente

LG Electronics (LG) ha abierto completamente la Interfaz de Programación de Aplicaciones (API) de ThinQ, su plataforma de hogar inteligente, esto permitirá a los desarrolladores crear fácilmente espacios inteligentes con electrodomésticos LG.

Recientemente, LG ha lanzado el sitio web LG Smart Solution API Developer ([smartsolution.developer.lge.com](https://smartsolution.developer.lge.com)) para abrir oficialmente la API de LG ThinQ. Una API actúa como un conector digital que permite que diferentes programas informáticos intercambien funciones sin problemas. Los desarrolladores pueden utilizar la API abierta para integrar diversas funciones de los dispositivos LG AI en sus programas o sistemas, mejorando sus servicios y la experiencia al consumidor.

LG ThinQ API se divide en dos categorías: ThinQ API para usuarios individuales y ThinQ Business API para socios corporativos. La API ThinQ permite el control remoto de los dispositivos LG instalados en hogares o edificios y facilita la integración con diversas plataformas.

Para los usuarios individuales, la API ThinQ admite el control y la supervisión de los aparatos de IA registrados en la aplicación LG ThinQ desde varias plataformas de hogares inteligentes. Utilizando la API ThinQ, cualquiera puede crear fácilmente un hogar inteligente personalizado que se adapte a su estilo de vida.



Por ejemplo, los usuarios de Home Assistant, la plataforma global de hogar inteligente, ahora pueden conectar y controlar 26 tipos de electrodomésticos LG AI, incluyendo refrigeradoras y lavadoras, dentro de su

entorno de hogar inteligente existente. Home Assistant es una plataforma abierta basada en comunidades, con cerca de un millón de usuarios en todo el mundo que desarrollan de forma colaborativa diversas funciones del hogar inteligente, como la automatización de dispositivos y la ampliación de funciones.

Para las empresas, la API ThinQ Business ayuda a los socios operadores de edificios de oficinas o residenciales a integrar y gestionar diversos productos LG, desde electrodomésticos a equipos comerciales como HVAC y señalización, con sus aplicaciones existentes.

Los residentes pueden reservar el uso de lavadoras y secadoras LG en zonas comunes a través de la aplicación de gestión del edificio, o los administradores pueden detectar condiciones anormales en el edificio utilizando los sensores de temperatura y humedad de LG para poder responder rápidamente a los problemas a través de funciones de alerta.



## Compromiso ambiental: el Sector de Plásticos de Guatemala marca la diferencia en 2024

La Comisión de Plásticos de AGEXPORT continúa liderando esfuerzos para consolidar al sector como un referente en innovación, sostenibilidad y exportaciones. Este año, el sector exportador de plásticos alcanzó los US\$443 millones en exportaciones, destacándose en la apertura de nuevos mercados internacionales y el desarrollo de productos innovadores.

*“En 2024, la Comisión destinó una inversión significativa en iniciativas sostenibles. Se priorizó la recuperación de plásticos y su transformación en resinas recicladas, garantizando un ciclo de vida extendido para los materiales. Además, se integró tecnología avanzada para convertir estas resinas en productos de grado alimenticio, ampliando las posibilidades de reutilización responsable en sectores clave”,* comentó Eddy Pérez, Coordinador de la Comisión de Plásticos de AGEXPORT.

Un caso emblemático fue el de Ingrup, una empresa socia que se destacó por su liderazgo en sostenibilidad, recuperando grandes cantidades de PET y transformándolas en resinas reciclables de alta calidad. Este ejemplo subraya el compromiso del sector con la economía circular y la reducción de residuos plásticos.



**Metas para 2025: Aumentar las exportaciones, potenciar la competitividad y crear alianzas.**

De cara al próximo año, la Comisión tiene claros sus objetivos estratégicos: aumentar las exportaciones, mejorar la competitividad del sector y establecer alianzas con actores relevantes. Entre las actividades programadas destacan el evento Green Ideas 2025, que continuará promoviendo prácticas sostenibles, y el lanzamiento del podcast *"Perspectiva Circular"*, enfocado en educar y sensibilizar sobre economía circular.

*“Se trabajará en fortalecer la iniciativa "Haz Tu Parte", un programa que busca involucrar a la sociedad en el manejo responsable de los residuos plásticos, con el fin de construir un futuro más limpio y consciente”,* agregó Pérez.

**Impacto ambiental y sostenibilidad, el desafío del sector:**

El reto principal para 2025 será mantener el equilibrio entre el crecimiento económico del sector y su impacto ambiental, posicionando a Guatemala como un líder regional en sostenibilidad. La Comisión de Plásticos de AGEXPORT reafirma su compromiso con transformar desafíos en oportunidades para un desarrollo más sostenible y competitivo.

### Formación y reconocimientos

El 2024 fue un año marcado por la capacitación y la promoción de buenas prácticas. Entre los eventos destacados estuvieron:

- Green Ideas 2024 (agosto): un espacio para compartir innovaciones y estrategias sostenibles.
- Conexión Plástica (octubre): encuentro para fortalecer vínculos entre actores clave del sector.
- Galardón Bandera Verde (octubre): reconocimiento a empresas que adoptan prácticas sostenibles.
- ABC del Reglamento de Residuos y Desechos (septiembre): taller que abordó regulaciones ambientales y su impacto en la industria.

