BUENAS Nuevas gt

Edición Semanal

Del 07 al 13 de abril de 2025

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

Turismo de salud y bienestar aporta más de USD84 millones a la economía guatemalteca

Fundación Paiz abre su convocatoria al Premio Centroamericano Mario Monteforte Toledo 2025

7 de abril Día Mundial de la Salud

Turismo de salud y bienestar aporta más de USD84 millones a la economía guatemalteca

Con motivo del Día Mundial de la Salud, establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Comisión de Turismo de Salud y Bienestar de AGEXPORT destacó la importancia de la salud como un derecho fundamental y un eje clave para el desarrollo sostenible del país. En este contexto, la Comisión subrayó la necesidad de fortalecer la atención primaria, promover la educación sanitaria y priorizar la prevención de enfermedades como bases para una sociedad más resiliente y saludable.

AGEXPORT hizo un llamado a los distintos sectores de la sociedad para asumir un rol activo en la promoción del bienestar: al gobierno, para garantizar el acceso equitativo a servicios de salud de calidad; a las comunidades, para fomentar entornos saludables; a las familias, para inculcar hábitos positivos desde la infancia; y a la ciudadanía en general, para tomar responsabilidad de su propia salud.

Durante esta conmemoración, también se destacó el impacto positivo del turismo de salud y bienestar en la economía nacional. Según cifras del Banco de Guatemala (BANGUAT), este sector generó ingresos por más de USD84 millones en 2023.

Guatemala se ha posicionado como un destino atractivo para pacientes internacionales que buscan tratamientos de calidad, atención especializada y experiencias de bienestar en entornos naturales. Tras una caída del 20% en 2020 a raíz de la pandemia, con ingresos de USD62.1 millones, el sector ha mostrado una recuperación sostenida.

En 2022 registró su mayor crecimiento con USD85.9 millones, y hasta septiembre de 2024 acumuló USD68.4 millones. El país ofrece servicios en especialidades como odontología, cirugía plástica, cirugía bariátrica, ortopedia y oftalmología, entre otras, lo que ha generado inversión en infraestructura médica, empleo y formación de talento humano en salud.

“La combinación de profesionales altamente capacitados, precios accesibles y una oferta integral de servicios médicos, terapéuticos y de bienestar ha posicionado a Guatemala como un referente regional. Este sector genera empleo y atrae inversión extranjera, como también, impulsa la modernización de la infraestructura hospitalaria y la formación profesional”, afirmó el Licenciado Otto Coyoy, Presidente de la Comisión de Turismo de Salud y Bienestar de AGEXPORT.

Usaflex apertura su segunda tienda en centro comercial Videre

Usaflex, la prestigiosa marca de calzado reconocida por su combinación de confort y elegancia, continúa su expansión en Guatemala con la apertura de su segunda tienda en el Centro Comercial Videre, zona 15. Con más de 25 años de trayectoria y presencia en más de 60 países, la marca refuerza su compromiso de ofrecer calzado de alta calidad a los guatemaltecos, priorizando el bienestar y el estilo en cada diseño

Usaflex da un paso importante en su expansión internacional. Su propuesta se centra en brindar a los guatemaltecos productos de alta calidad que priorizan el bienestar y el estilo, a través de un diseño sofisticado y comodidad anatómica.

“La llegada de Usaflex a Guatemala es un paso significativo en nuestra misión de expandir el acceso a calzado que prioriza la comodidad y el estilo. Estamos emocionados de ofrecer productos que acompañan y empoderan a nuestras clientas, quienes valoran la durabilidad y elegancia de cada par, y confiamos en que esta nueva tienda será el inicio de una conexión duradera con nuestros consumidores guatemaltecos”, afirmó Helen Mejía, representante de Mercadeo de Usaflex.

Usaflex se ha consolidado como una marca pionera en la fabricación de calzado enfocado en bienestar y estilo. Usaflex es una marca reconocida por ofrecer calzado de cuero auténtico diseñado especialmente para brindar máximo confort sin sacrificar el estilo. Pensado para mujeres que valoran la elegancia, la practicidad y el bienestar en cada paso, Usaflex se ha convertido en sinónimo de calidad e innovación en calzado.

Propuesta de Valor

Cuero legítimo: Todos los modelos están confeccionados con cuero de alta calidad.

Tecnología de confort: Incorporan tecnologías exclusivas como espumas de memoria, plantillas anatómicas, materiales antideslizantes y sistemas de amortiguación inteligente.

Diseño ergonómico: Cada modelo está desarrollado para adaptarse a la anatomía del pie, ofreciendo mayor estabilidad, apoyo y comodidad al caminar.

Versatilidad y estilo: Desde sandalias y mocasines hasta botas y zapatos cerrados, Usaflex ofrece una amplia gama de modelos que se adaptan a distintas ocasiones y estilos de vida.

Ideal para uso prolongado: Perfecto para mujeres activas que necesitan calzado cómodo para el trabajo, viajes o rutinas diarias, sin dejar de lado la estética moderna y femenina.

7 de abril Día Mundial de la Salud

La salud no es solo la ausencia de enfermedad. Es equilibrio, prevención, acceso justo, conciencia. Por eso, cada 7 de abril, más de 190 países reconocen el Día Mundial de la Salud como una fecha clave para repensar las políticas sanitarias, visibilizar desigualdades y recordar que el derecho a la vida digna pasa también por un sistema médico eficiente y universal.

Impulsada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), busca mucho más que difundir recomendaciones médicas: su misión es abrir un espacio anual para discutir el presente y futuro de la salud global desde un enfoque humano, social y político.

Tras la Segunda Guerra Mundial, las naciones firmaron un pacto inédito: crear la OMS. Ese día quedó marcado como símbolo del compromiso internacional con la salud como derecho fundamental. En 1948, tras los estragos de la Segunda Guerra Mundial, las naciones del mundo firmaron un acuerdo sin precedentes: crear un organismo internacional capaz de velar por la salud pública global.

La elección no fue casual. La posguerra dejó en evidencia que la salud debía convertirse en un derecho esencial, no en un privilegio. La fundación de la OMS marcó un antes y un después: por primera vez, los países reconocían que la cooperación sanitaria podía salvar millones de vidas. Desde entonces, cada año se conmemora esta jornada con un tema específico que responde a los desafíos de salud más urgentes del momento.

El Día Mundial de la Salud no es una simple efeméride. Es un llamado a tomar conciencia sobre la fragilidad de nuestros sistemas sanitarios, la desigualdad en el acceso a tratamientos, las brechas entre países ricos y pobres, y la importancia de la prevención.

Las cifras lo confirman: millones de personas en el mundo aún carecen de atención médica básica, viven expuestas a enfermedades prevenibles y enfrentan barreras económicas, geográficas o culturales para recibir atención oportuna.

Cada año, la OMS elige un lema que marca la agenda global de salud. En ediciones pasadas, los temas han ido desde la cobertura sanitaria universal hasta la salud mental, la inocuidad de los alimentos, el cambio climático, las enfermedades transmisibles o las pandemias. Esta dinámica busca visibilizar problemas concretos y fomentar políticas públicas que respondan con urgencia a las necesidades de la población.

Conmemorar esta fecha implica también reconocer que la salud está vinculada a factores mucho más amplios que lo meramente clínico. El acceso a agua potable, vivienda digna, alimentación adecuada, educación e información confiable son también pilares fundamentales para garantizar el bienestar de las personas.

Uno de los grandes enfoques que promueve esta jornada es el derecho a la salud como principio universal. Esto implica no solo tener centros médicos y personal capacitado, sino también erradicar las causas estructurales de la enfermedad: pobreza, violencia, contaminación, discriminación, entre otras.

Desde las zonas rurales de África hasta las megaciudades de América Latina, la salud continúa siendo una meta pendiente. Y aunque los avances en medicina y tecnología han sido notables, la cobertura universal sigue siendo una promesa lejana en muchas regiones. En ese contexto, esta jornada recuerda que el bienestar debe ser una meta compartida, no un privilegio de unos pocos.

Uno de los mensajes centrales que cada año impulsa la OMS en el Día Mundial de la Salud es la necesidad de adoptar estilos de vida saludables. Alimentación equilibrada, ejercicio regular, salud mental atendida, vacunación completa y controles médicos periódicos son algunas de las recomendaciones más insistentes de esta jornada.

Sin embargo, también se subraya que para lograr verdaderos cambios se necesita una ciudadanía informada, empoderada y activa. La educación sanitaria es clave para prevenir enfermedades, combatir mitos y enfrentar crisis como la desinformación en redes sociales, que puede poner en riesgo la salud pública.

Las campañas impulsadas en el marco de este día no solo apuntan a las personas, sino también a los gobiernos. La OMS recuerda que las políticas públicas tienen un papel crucial: desde el control del tabaco hasta la regulación de alimentos ultraprocesados, el diseño de ciudades saludables o la inversión en salud mental.

Henkel lanza una nueva edición del Premio Martha Schwarzkopf para reconocer a destacadas mujeres en la ciencia

En el marco del Día de la Ciencia, Henkel presenta la cuarta edición del Premio Martha Schwarzkopf para Mujeres en la Ciencia, una iniciativa que busca apoyar y empoderar a mujeres en el ámbito científico. Además del premio principal, que reconoce contribuciones sobresalientes y de largo plazo en la ciencia capilar, se otorgará el Premio Talento Emergente para incentivar y visibilizar el trabajo de jóvenes investigadoras.

¿Quiénes pueden postular?

El premio está dirigido a investigadoras de los campos de ciencias naturales, ciencias de materiales, cosmética, biotecnología, ingeniería mecánica, informática y medicina, cuyas investigaciones se enfoquen en el estudio del cabello, fibras o áreas relacionadas. Entre las temáticas de interés se incluyen:

Investigaciones físicas sobre el comportamiento mecánico de las fibras.
Simulación computacional de efectos estructurales y de sustancias activas.
Modelos científicos para el análisis de superficies y estructuras de fibras.
Investigación biotecnológica aplicada a proteínas y fibras.

El premio principal será de 10,000 euros, mientras que el Premio Talento Emergente está por un monto de 5,000 euros.

¿Cómo postular?

Las científicas interesadas pueden enviar su postulación en inglés al correo RnD.Award@henkel.com hasta el 1 de junio de 2025.

Para realizar su postulación se requieren los siguientes documentos:

Carta de motivación, explicando las razones personales para postular
Currículum vitae, con énfasis en el campo de investigación y áreas de interés
Lista de publicaciones más relevantes.
Resumen de investigaciones previas, incluyendo estudios sobre cabello, cuero cabelludo, fibras textiles, modelos computacionales para el análisis de estructuras capilares, síntesis de colorantes y procesos biológicos en la raíz capilar.
Fotografía (opcional)
Criterios de evaluación

Un jurado de científicas del departamento de I+D de Marcas de Consumo de Henkel evaluará las postulaciones basándose en los siguientes aspectos:

Relevancia del trabajo en la investigación capilar

Impacto en consumidores y en el medio ambiente

Innovación, viabilidad y aplicación en la industria cosmética capilar

Originalidad y contribución científica

Las ganadoras recibirán, además del premio económico, la oportunidad de participar en un programa de mentoría con científicas de Henkel y serán invitadas a la ceremonia de premiación, que se realizará en Alemania a principios de 2026, en el marco de una conferencia científica del Martha Schwarzkopf Network.

Un premio con historia

Cabe resaltar que el premio rinde homenaje a Martha Schwarzkopf, una de las primeras mujeres en Alemania en liderar una empresa y fundar el Instituto de Investigación Capilar. Actualmente, Schwarzkopf es la marca más importante de la categoría de cuidado capilar del negocio de Marcas de Consumo de Henkel. Todas las innovaciones de la marca se basan en el legado del Schwarzkopf Hair Research Institute, que hoy cuenta con laboratorios de investigación y desarrollo, salones de prueba capilar y academias de peluquería en todo el mundo.

Fundación Paiz abre su convocatoria al Premio Centroamericano Mario Monteforte Toledo 2025

Fundación Paiz para la Educación y la Cultura, en su compromiso por apoyar la literatura, lanza su nueva convocatoria al Premio Centroamericano de Novela Mario Monteforte Toledo 2025, uno de los certámenes literarios más importantes de la región.

El concurso recibió más de 500 propuestas en el año 2024, en la modalidad de cuento, ya que se otorga anualmente intercalando año con año en el formato literario de novela y cuento.

“Nuestro objetivo es incentivar el diálogo y la creación literaria entre los países por medio de las letras, en estos años hemos recibido muchas propuestas de escritores guatemaltecos, pero también de El Salvador, Honduras, Nicaragua, Costa Rica y Panamá, buscamos que cada esa voz centroamericana sea mayor” aseguró Sonia Hurtarte, directora ejecutiva de Fundación Paiz.

Las bases están abiertas desde el 17 de febrero y se recibirán propuestas hasta el 17 de mayo de 2025. Para acceder al formulario de aplicación pueden ingresar en la página: https://fundacionpaiz.org.gt/pmt/.

Un premio con un gran legado:

Bajo la iniciativa del escritor guatemalteco, Mario Monteforte Toledo, se institucionalizó en Guatemala el Premio centroamericano de novela, certamen que surgió por su noble gesto de impulsar, a través de un estímulo económico, a nuevos escritores para producir sus primeras novelas. Desde su creación, el Premio Monteforte Toledo ha impulsado la literatura centroamericana, promoviendo el talento y la creatividad de los escritores de la región. En el 2020, ser realiza una alianza con Fundación Paiz, con el fin de darle más apoyo al premio.

¿Cómo participar?

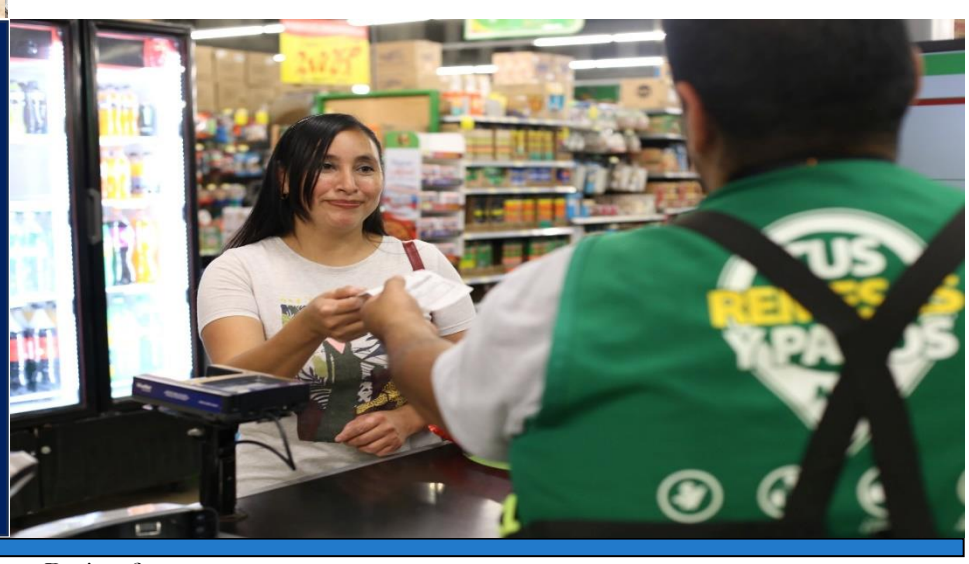
El ganador tiene la oportunidad de recibir **un premio de Q50,000** a la mejor novela inédita presentada en español, además de un diploma y un galardón. Pueden participar escritores de Guatemala y Centroamérica, que cumplan con los siguientes requisitos:

- **Enviar un manuscrito en formato digital (PDF y word).**
- **Se debe presentar bajo un seudónimo.**
- **No hay restricción de tema, pero la extensión máxima es de 130 páginas.**

Diez veranos de Estilo y Tendencia con Bikini Town

Burger King lanza su campaña “Verano Irresistible” con nuevas opciones y beneficios exclusivos

Walmart anuncia la “Hora Sensorial” para apoyar a personas con hipersensibilidad sensorial



Burger King lanza su campaña “Verano Irresistible” con nuevas opciones y beneficios exclusivos

Burger King Guatemala inicia la temporada con el lanzamiento de su campaña **“Verano Irresistible”,** una propuesta que incorpora nuevos productos al menú y promociones especiales para quienes prefieren el servicio a domicilio.

Nuevas opciones en el menú

Hamburguesa Irresistible: se presenta en dos versiones carne a la parrilla o pollo crujiente bañadas en una explosión de sabor mostaza miel, BBQ y cebollitas Crispy. Una nueva alternativa para disfrutar de este verano.

Shake de Piña Colada: bebida inspirada en sabores tropicales, elaborada con piña y coco, el acompañamiento perfecto para estos días de calor.

Sundae de Piña Colada: piña y coco se unen en una combinación de sabor exótico, que te harán olvidar los postres aburridos y darle a tu combo el final que se merece.

Promociones disponibles

Cupones en la App: los usuarios que descarguen y se registren en la aplicación oficial de Burger King Guatemala podrán acceder a cupones exclusivos de los productos de verano, por tiempo limitado.

Con esta campaña, Burger King refuerza su enfoque en ofrecer alternativas convenientes y actualizadas para sus consumidores, adaptadas a los canales de consumo más utilizados.

Burger King reafirma su compromiso de seguir sorprendiendo a sus clientes con propuestas innovadoras, sabores únicos y beneficios exclusivos, pensados para disfrutar la temporada de verano al máximo.

Walmart anuncia la “Hora Sensorial” para apoyar a personas con hipersensibilidad sensorial

Iniciativa se realizará todos los días durante la primera hora de apertura de la tienda. Se reducirán los estímulos sensoriales generados por pantallas promocionales, se bajará el volumen de anuncios y música ambiental, y se evitará el uso de maquinaria ruidosa como montacargas en el piso de venta.

Para unirse al Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo, Walmart de México y Centroamérica, implementará a partir de este 2 de abril, la “Hora Sensorial”, con el propósito de ayudar a las personas a tener una mejor experiencia de compra, especialmente los clientes con hipersensibilidad sensorial.

Cada día, en la primera hora de apertura de sus tiendas 929 tiendas de la región, en Guatemala, El Salvador, Honduras, Costa Rica y Nicaragua, se reducirán los estímulos sensoriales, es decir, aquellos que una persona percibe a través de los sentidos.

“En Walmart creemos en la importancia de ofrecer un entorno de compra inclusivo para todos. Con la implementación de la Hora Sensorial, reafirmamos nuestro compromiso de promover lugares más accesibles, alineándonos con nuestro propósito de ayudar a las familias centroamericanas a ahorrar dinero y mejorar su calidad de vida”, comentó Luis Arturo Ramírez, Coordinador de Asuntos Corporativos.

Para lograrlo, se apagarán las pantallas, se atenuarán las luces o sonidos fuertes, se evitarán los anuncios por micrófonos, y se suspenderá el uso de maquinaria ruidosa, como la utilizada en limpieza, mantenimiento, y los montacargas en el piso de venta.

La iniciativa, además de promover la accesibilidad, proporciona una experiencia de compra más agradable y brinda soluciones innovadoras que contribuyen con el bienestar integral de clientes, asociados, proveedores y público en general, agregó Ramírez.

Este proyecto forma parte del compromiso de Walmart de convertirse en una empresa regenerativa, que restaura, conserva y genera bienestar.

NOVEX y LANCO se unen para ofrecer un portafolio innovador para los guatemaltecos

Como parte de su compromiso por ofrecer soluciones innovadoras y de alta tecnología a sus clientes, Novex anuncia con entusiasmo su nueva alianza comercial con Lanco, una reconocida marca especializada en productos de pintura y recubrimientos. Esta alianza refuerza la misión de Novex por ser el principal punto de referencia para cualquier proyecto de pintura en Guatemala.

Esta colaboración permite que los clientes de Novex accedan a una amplia variedad de productos innovadores, destacando soluciones especializadas como impermeabilizantes, pinturas arquitectónicas y acabados en madera abarcando todo tipo de proyectos profesionales y para el hogar.

Entre los productos estrella que ahora se incorporan al portafolio, destaca el impermeabilizante Siliconizer, reconocido por su eficacia en el mercado guatemalteco, ahora disponible en todas las sucursales de Novex.

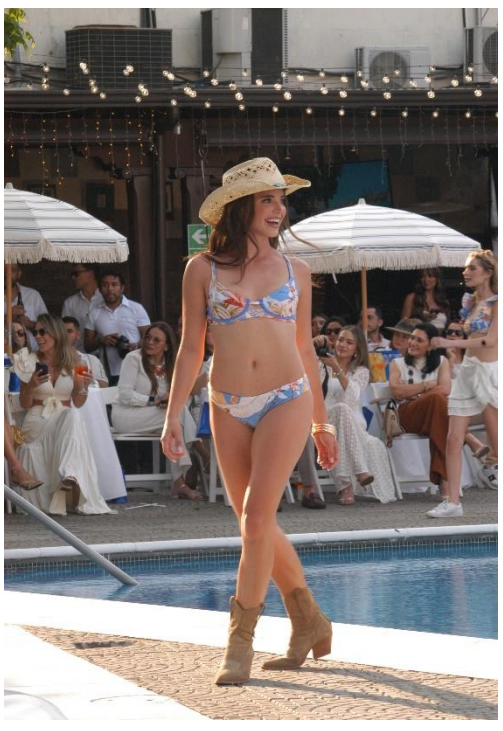
Una alianza para el crecimiento

Con esta alianza, Novex refuerza su posición como referente en el mercado de pinturas, ofreciendo soluciones para contratistas, profesionales del sector, encargados de mantenimiento de empresas y usuarios finales que desean proteger y dar color a sus espacios.

"En Novex, creemos que ofrecer un excelente producto va de la mano con garantizar una experiencia de compra de calidad y Lanco, siendo una marca reconocida por su innovación, se complementa con esa misión. Esta colaboración representa un paso importante para seguir ofreciendo a nuestros clientes soluciones de alta tecnología que se adapten a las diversas necesidades del mercado guatemalteco…" Comenta Luis Giammatei, Director Comercial de Novex.

Como parte del lanzamiento, Novex ofrecerá promociones especiales en todos sus canales de compra, además de giras de demostración en sus distintas sucursales, permitiendo a los clientes conocer de cerca las ventajas y beneficios de los productos Lanco.

Diez veranos de Estilo y Tendencia con Bikini Town



Durante diez años, Bikini Town ha marcado tendencia con pasarelas inolvidables, y esta edición no fue la excepción. Inspirado en las regiones más icónicas de Italia, el Fashion Show dio la bienvenida al verano con una colección dividida en diez grupos, con diseños inspirados en destinos como Bari, Verona, Capri, Sorrento y Turín. Los asistentes disfrutaron de un recorrido alrededor de la piscina, bajo sombrillas que evocaban el auténtico espíritu italiano, mientras las modelos presentaban los looks más trendy del año.

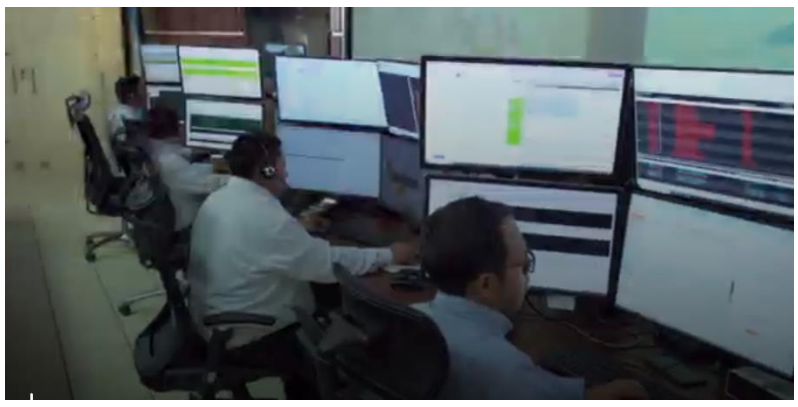
"Este evento es nuestro tributo a diez años de moda, diversión y estilo veraniego. Nos sentimos muy agradecidas con nuestros clientes por acompañarnos en este camino, y esperamos que este Fashion Show sea un momento inolvidable para todos", expresó María José Juárez, Directora de Bikini Town.

A lo largo de estos años, Bikini Town ha participado en importantes plataformas como la Semana de la Moda, el Festival de las Flores en Antigua Guatemala y Mercedes-Benz. También ha contado con la presencia de varios diseñadores de moda guatemaltecos, quienes, además de disfrutar de sus propuestas, han realizado colaboraciones con la marca. Bikini Town se ha establecido como el referente de pasarelas de trajes de baño en el país, con eventos llenos de energía, risas, moda y diversión, consolidándose como un espectáculo único que ofrece experiencias memorables dentro del ámbito de la moda en Guatemala.

El Fashion Show también fue la plataforma para presentar la nueva colección de trajes de baño y resort wear de Milonga Beachwear, una marca representada en exclusiva por Bikini Town en Guatemala, junto con la más reciente colección de Agua Bendita.

"En DIEZ VERANOS, disfrutamos de una fiesta llena de colores, música y sobre todo, muchos bikinis. Queremos invitar a todos a vivir el verano junto a Bikini Town y a estar atentos a las sorpresas que tenemos preparadas.

EEGSA activa su plan de alerta durante la época de Semana Santa 2025



Empresa Eléctrica de Guatemala, S. A. (EEGSA), distribuidora de energía eléctrica activa su plan de emergencia en “Condición de alerta durante Semana Santa”.

La distribuidora reafirma su compromiso con la continuidad del servicio eléctrico en su área de influencia, respondiendo prontamente a cualquier incidencia. **La condición de alerta se establece desde el lunes 14 de abril a las 0:00 horas hasta el domingo 20 de abril a las 23:59 horas.**

Durante este tiempo EEGSA contará con atención especial en las zonas de interés turístico, como Antigua Guatemala, Puerto de San José, Iztapa, Monterrico, Sipacate y la Ciudad de Guatemala. Además, dispondrá de personal especializado y preparado para responder a las incidencias eléctricas de manera ágil y eficiente.

Durante este periodo, no se programarán mantenimientos en nuestra red, los mismos se reanudarán después de Semana Santa y se anunciarán en nuestras redes sociales X y Facebook @EEGSAGuatemala. Nuestras 21 agencias estarán abiertas hasta el martes 15 de marzo. En caso de cualquier eventualidad, pueden contactarnos por llamada o WhatsApp al 2277-7000, disponible las 24 horas del día.

Recomendaciones para evitar accidentes eléctricos durante Semana Santa

- Si sale por varios días de su hogar, desconecte los electrodomésticos no esenciales y demás artefactos eléctricos para evitar el consumo innecesario o una posible falla.
- Es el caso de la refrigeradora es el momento ideal para limpiarla y dejarla en modo de ahorro de energía o en modo “vacaciones” función que traen integrado algunos aparatos.
- Si su estufa es de gas, pero tiene piloto automático o reloj eléctrico, es oportuno incluirla también entre los electrodomésticos que dejará desconectados.
- No deje luces encendidas en el interior.
- Apague la red eléctrica interior, desde su caja de flipones, excepto para los aparatos esenciales.
- Mantenga encendidos los aparatos de aire acondicionado portátiles o ventiladores, solamente cuando permanezca en esos ambientes, de lo contrario apáguelos. Idealmente al estar en uso, preferiblemente manténgalos en función “automática” para hacer eficiente su funcionamiento.
- Cuando regrese de sus vacaciones, encienda paulatinamente los aparatos y luces para no dañar la red eléctrica de su casa, recuerde que estuvo unos días sin uso.

¿Cuál es la verdadera importancia del agua en el cuerpo?

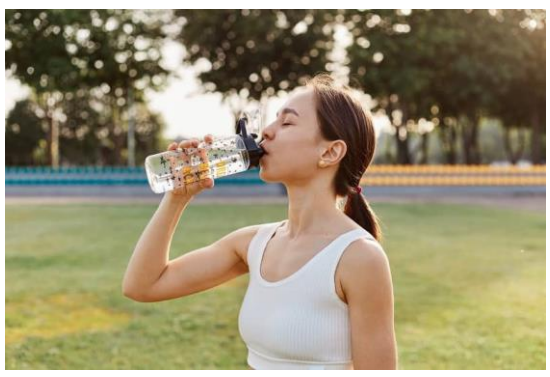
Cuando afirmamos que el agua es vida, no exageramos en absoluto. El consumo de este líquido vital posibilita el transporte de nutrientes a las células, favorece la buena digestión y contribuye a mantener la temperatura corporal estable. Su importancia es innegable.

la mayor proporción de agua en el cuerpo se encuentra en las células, que almacenan al menos dos tercios del total, mientras que el tercio restante se distribuye alrededor de las células sanguíneas. Esto implica que, en un hombre de 70 kg, hay aproximadamente 45 litros de agua. Los órganos vitales como el corazón, los pulmones, el cerebro, el hígado y los riñones contienen entre un 65% y un 85% de agua. Incluso los huesos están compuestos en un 30% por agua.

El agua es el pase principal de los nutrientes en el cuerpo
El agua trabaja en el proceso de descomposición bioquímica de todos los alimentos ingeridos para después transportar los nutrientes contenidos como las vitaminas, minerales y la glucosa a las células.

Regulador de temperatura
El agua cumple un papel esencial como regulador de temperatura en nuestro organismo. En ambientes fríos, el cuerpo puede expulsar calor gracias al agua, y cuando las temperaturas son altas, el agua se encarga de evaporarlo, permitiendo así que sudemos y enfriemos nuestro cuerpo.

Gran aliado para mejorar la digestión
El agua, con su función milagrosa, se convierte en un elemento esencial para potenciar el proceso de digestión, haciendo que este sea más rápido y eficaz. Su participación activa permite la descomposición adecuada de los alimentos ingeridos, facilitando la absorción de nutrientes esenciales, como vitaminas, minerales y glucosa, que son transportados a las células para garantizar su correcto funcionamiento. Este papel crucial del agua no solo se limita a la hidratación, sino que se extiende a su capacidad para mejorar la asimilación de nutrientes.



Mejora las reacciones químicas del cuerpo
El agua desempeña un papel fundamental al facilitar diversas acciones fisiológicas, como sudar, defecar, orinar y respirar, al mejorar las reacciones químicas en el organismo.

Evita la resequedad de las membranas mucosas y mejora el riego sanguíneo
El agua desempeña un papel crucial al combatir la resequedad de las membranas mucosas, como la saliva en la boca, las lágrimas y los mocos en la nariz

El agua es un lubricante de articulaciones
El agua despliega su eficacia como un lubricante natural para las articulaciones, contribuyendo significativamente a la amortiguación del cerebro, la médula espinal y los ojos.

Elimina toxinas
En los planes de pérdida de peso saludable o en el control de peso en Barcelona, abogo por el agua como una herramienta relevante para la eliminación de toxinas y la reducción de la inflamación. El consumo regular de agua facilita la eliminación de toxinas a través de procesos como la micción y las deposiciones, contribuyendo así a la mejora del bienestar y la salud general.

Vive una Aventura Jurásica en Portales

La Liga APEX regresa a Guatemala con una explosiva cartelera de BOX

La Curacao te lleva a presenciar la final de campeones de Europa en Münich

Vive una Aventura Jurásica en Portales

Con el respaldo de Banrural, Jurassic Experience transforma Portales en un mundo jurásico lleno de emoción y aventura, ofreciendo la experiencia inmersiva más impactante de la temporada. Con una propuesta nunca antes vista en Guatemala, esta aventura transporta a los invitados a un universo prehistórico donde la emoción, la tecnología y el descubrimiento se combinan para crear recuerdos inolvidables.

Desde el primer momento, los invitados ingresan a un entorno transformado. Gracias a la innovación tecnológica y la narrativa envolvente, Jurassic Experience no solo se recorre, se vive.

“Jurassic Experience no es solo una exhibición, es una historia que cobra vida. En Portales hemos diseñado un recorrido inmersivo con efectos especiales, realidad virtual y escenarios de película, donde cada invitado es el héroe de su propia aventura”, expresó Lourdes Quezada, Gerente General de Portales.

La experiencia, impulsada por Banrural, incluye:

- Un paseo en jeep a través de una jungla interactiva, con encuentros cercanos con dinosaurios animatrónicos.
- Un laboratorio interactivo, para despertar la curiosidad científica de grandes y pequeños.
- Zonas de realidad virtual y desafíos con pistas ocultas, donde la adrenalina y el ingenio se combinan.

Jurassic Experience, dirigida a familias, niños, jóvenes y fanáticos de los dinosaurios, es mucho más que entretenimiento: es un viaje que fusiona ciencia, aventura y tecnología, gracias al compromiso de Banrural y Portales de ofrecer espacios que inspiren, emocionen y conecten a las personas.

Con esta nueva propuesta, Portales reafirma su promesa de ser el lugar donde las experiencias inolvidables se viven a diario.

Horarios y precios:

Jurassic Experience abre sus puertas de martes a viernes de 2:00 p.m. a 8:00 p.m., y sábados y domingos de 10:00 a.m. a 8:00 p.m. El costo de la entrada es de Q75 por persona y para quienes presentan su tarjeta Banrural, así como para grupos mayores de 5 personas, el precio especial es de Q50 por persona.

Centros comerciales: operando de manera responsable y sostenible

Los centros comerciales han trascendido su función tradicional de ser solo espacios de compra y recreación. Hoy en día, también lideran iniciativas de sostenibilidad, integrando prácticas ambientales, sociales y de gobernanza que generan un impacto positivo. Estas acciones no solo contribuyen al bienestar del entorno, sino que también fortalecen el vínculo con las comunidades y aportan valor a las empresas. En Guatemala, varios centros comerciales han adoptado estrategias innovadoras para minimizar su huella ambiental y promover una cultura más sostenible.

Diseño y construcción sostenible

La sostenibilidad en un centro comercial comienza desde su planificación. Un diseño arquitectónico bien planificado puede reducir significativamente el impacto ambiental al incorporar soluciones como iluminación natural, aislamiento térmico para minimizar el uso de aire acondicionado, sistemas de iluminación LED, sensores de movimiento, automatización de equipos y materiales de construcción amigables con el entorno. Estas medidas permiten una gestión más eficiente de los recursos naturales durante la operación del centro comercial.

Gestión responsable del agua

El agua es un recurso esencial que debe ser gestionado de manera responsable. Los centros comerciales de ÍNTEGRO: Parque Las Américas, Gran Carchá, Santalú, Los Altos de Totonicapán, Arboreto San Nicolás, Arboreto Tiquisate, área comercial de Céntrico, y próximamente Los Celajes de Quiché han incorporado diversas soluciones para optimizar el consumo de agua como grifos e inodoros de bajo flujo y sensores automáticos. Estas medidas contribuyen a una gestión más eficiente y sostenible del recurso en cada uno de sus proyectos.

Manejo de residuos y cumplimiento sostenible

Como parte de la estrategia de sostenibilidad y el cumplimiento con la normativa nacional, en los siete centros comerciales de ÍNTEGRO, se está implementando el sistema de separación de residuos en las tres categorías oficiales: orgánicos, reciclables y no reciclables.

Compromiso con la comunidad y la inclusión social

La sostenibilidad no solo abarca el aspecto ambiental, sino también el social. Un centro comercial verdaderamente sostenible es aquel que genera un impacto positivo en la comunidad donde opera. Esto puede lograrse a través de la organización de actividades que promuevan la educación, la cultura y el bienestar de los visitantes.

Gobernanza y transparencia

El eje de gobernanza es fundamental para garantizar el cumplimiento de normativas, la implementación de buenas prácticas empresariales y la toma de decisiones alineadas con criterios ASG (ambientales, sociales y de gobernanza).

Construyendo un futuro sostenible

Los centros comerciales tienen el potencial de ser modelos de sostenibilidad en las ciudades. Mediante estrategias enfocadas en eficiencia energética, uso responsable del agua, gestión.

ÍNTEGRO es un ejemplo de cómo la sostenibilidad y el desarrollo pueden ir de la mano. A través de sus iniciativas, la empresa crea espacios más eficientes, atractivos y rentables a largo plazo, con un enfoque que trasciende lo comercial y genera un impacto positivo en su entorno.

La Curacao te lleva a presenciar la final de campeones de Europa en Münich, Alemania

La Curacao lanza su emocionante promoción “CREDIOPORTUNIDAD”, que premiará a un afortunado cliente con un viaje doble, todo pagado, a la gran final de Europa en Münich, Alemania, el próximo 31 de mayo. La promoción estará vigente del 8 de abril al 8 de mayo de 2025 en todas sus tiendas a nivel nacional y aplicarán únicamente las compras realizadas con CrediOportunidad, la plataforma de crédito exclusiva de La Curacao.

Especializados en productos y marcas de la más alta calidad, por más de 74 años, con más de 80 tiendas en Guatemala, La Curacao ofrece promociones que le brindan la oportunidad de renovar, amueblar y equipar su hogar, con una oferta variada e innovadora de muebles, electrodomésticos y accesorios, y esta vez, la oportunidad de vivir una experiencia inolvidable… viajar a Münich, Alemania a presenciar la final de campeones de Europa con un acompañante, todo pagado, al adquirir al crédito productos de todas las marcas y categorías incluyendo óptica y motocicletas.

La dinámica para participar es muy sencilla, los clientes deben acercarse y realizar una compra al crédito de cualquier producto* y automáticamente estarán concursando por el viaje soñado a la final del gran torneo de campeones de Europa.
El viaje incluye:

- **Boleto aéreo ida y vuelta (Guatemala / Münich)**
- **4 noches de hospedaje en habitación doble**
- **Desayuno diario**
- **Entrada al partido de la Gran Final de los campeones de Europa**
- **Traslados Aeropuerto - Hotel - Aeropuerto**
- **Traslados Hotel - Estadio - Hotel**
- **Tour por la ciudad**

Se acerca la 6ta. edición del Festival de Mango 2025 con sabor, diversión y sorpresas

El Comité de Mango de AGEXPORT anuncia la sexta edición del Festival de Mango, un evento que se ha convertido en un espacio relevante para la promoción del consumo del mango guatemalteco y una oportunidad estratégica para resaltar su potencial en los mercados internacionales.

Choco mangos con toppings, granola con mango ataulfo, pan y pasteles artesanales, mangonadas, mango deshidratado con Tajín, mermeladas, granizadas y conservas de mango son solo algunas de las delicias que estarán disponibles en el Sexto Festival de Mango. Una experiencia para saborear la versatilidad del mango guatemalteco en todas sus formas.

"***El festival se llevará a cabo el 13 de abril, de 9:00 a 14:00 horas, en Plaza Honduras (Pasos y Pedales), zona 13****, y está diseñado para el disfrute de toda la familia. Este evento es posible gracias a la colaboración con marcas aliadas del sector agroexportador y empresarial, y busca posicionarse como una plataforma de promoción para uno de los productos más representativos del país: el mango", señaló Luisy Monroy, Coordinadora del Comité de Mango de AGEXPORT.*

El Festival ofrecerá degustaciones en distintas presentaciones, exposiciones culinarias en vivo, zona infantil con juegos inflables, juegos de feria, cabina interactiva para creación de contenido digital y áreas fotográficas para los asistentes. Estas actividades buscan conectar al consumidor local con la calidad y versatilidad del mango guatemalteco, al tiempo que se genera un espacio de visibilidad para el sector productor y exportador.

“El Festival de Mango es mucho más que un evento recreativo. Es una plataforma para dar a conocer el trabajo de más de 170 fincas y cuatro plantas empacadoras de mango certificadas para exportar a Estados Unidos, Europa, Chile y Centroamérica. Durante el festival, se darán a conocer más de 15 variedades de mango que ya están sembradas en Guatemala. Estamos esperando que los diferentes mercados y consumidores demanden diferentes sabores, formas y colores de esta deliciosa fruta tropical”

La Liga APEX regresa a Guatemala con una explosiva cartelera de BOX

***Este 10 de abril**, viví una noche llena de adrenalina, técnica y pasión por el boxeo. Desde los talentos emergentes hasta los más aguerridos campeones del ring ¡Todos buscarán la gloria en el Gran Teatro Delirio!*
Km. 7.5 final Blvd. Los Proceres, Zona 10

Las entradas ya están a la venta a través de la página oficial de la Liga APEX, (ligaapex.boletos.gt)con precios desde **Q200.00**, y también podrán adquirirse el día del evento en taquilla.

Pelea estelar:

Daniel Aguirre vs. Jorge Umaña CR

Semi estelar:

Wyatt Trujillo vs. Mynor Torres

Además: El Corcel, Tyson, El Toro y más guerreros del cuadrilátero

TACASA entre las 10 mejores empresas para trabajar en Guatemala

Tabacalera Centroamericana S.A., afiliada de Philip Morris International (PMI), fue reconocida como la sexta mejor empresa para trabajar en Guatemala en 2025, según la más reciente premiación de Great Place to Work (GPTW).

La certificadora global de mejores prácticas empleadoras colocó a la afiliada de PMI en el top 10 de empresas para trabajar en Guatemala gracias a su amplio programa de beneficios e incentivos y su cultura organizacional enfocada en ofrecer oportunidades equitativas y crear lugares de trabajo donde todos puedan crecer y ser auténticos.

La ceremonia de Great Place to Work 2025 para la región de Centroamérica y el Caribe se celebró el pasado 3 de abril en Costa Rica.

Este prestigioso ranking resalta a las compañías que realizan las mejores prácticas empleadoras, ofreciendo a sus colaboradores un entorno de credibilidad, respeto, imparcialidad, orgullo y compañerismo, de la mano de una cultura de rendimiento y crecimiento en el lugar de trabajo.

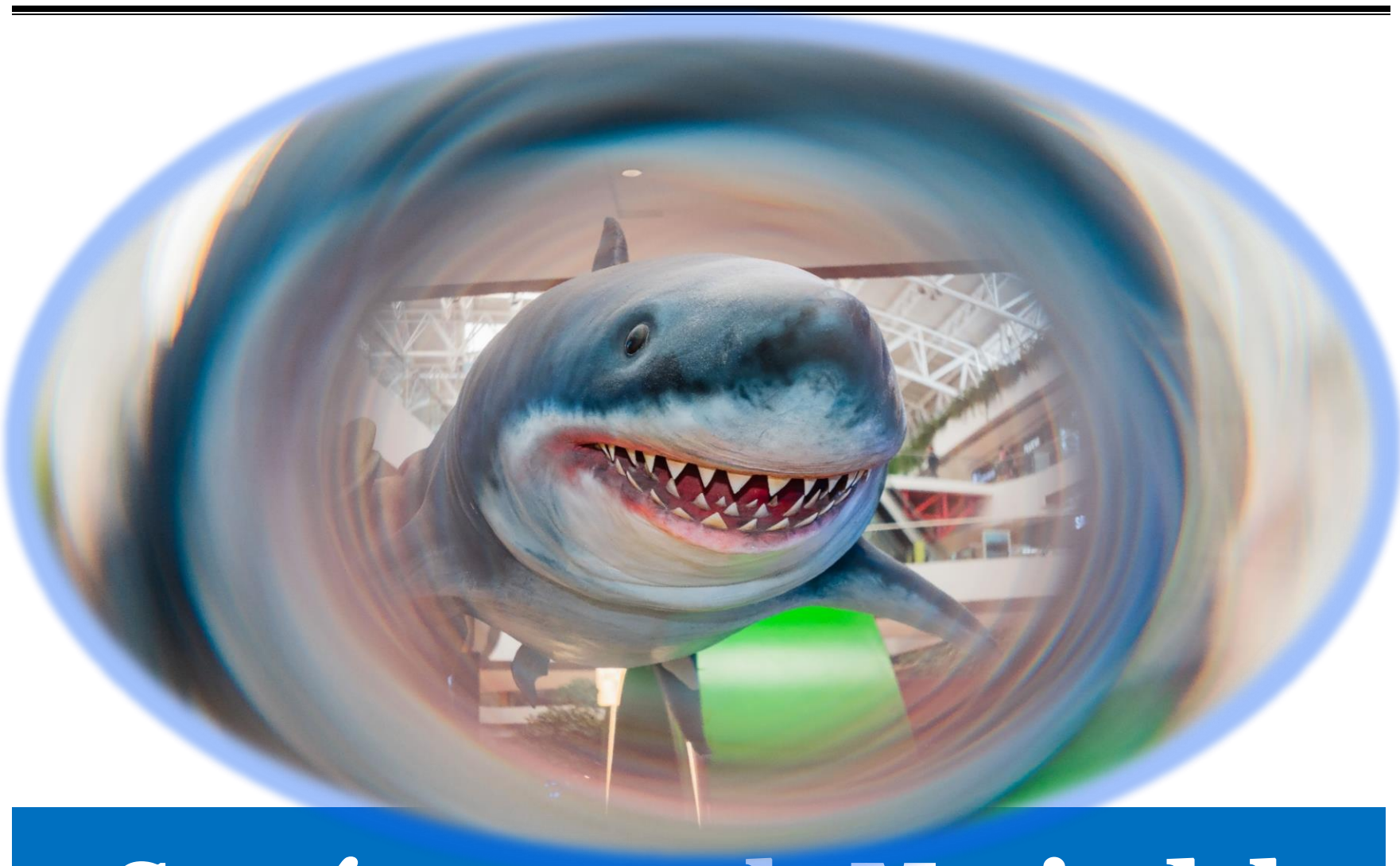
GPTW también distinguió a PMI como la cuarta mejor multinacional para trabajar en la región, e incluyó a las afiliadas de PMI en Costa Rica y República Dominicana en el séptimo lugar de los top 10 de las mejores empresas para trabajar en esos países.

Futuro sin humo

Este reconocimiento también es consecuencia del propósito de PMI de construir un futuro libre de humo de cigarrillos en un entorno laboral en el que los colaboradores se sienten valorados y comprometidos con los objetivos de la compañía.

Desde hace una década, la multinacional apuesta por productos libres de humo dirigidos a adultos fumadores que de otra forma continuarían fumando, y la región de Centroamérica y el Caribe forma parte de ese gran proyecto.

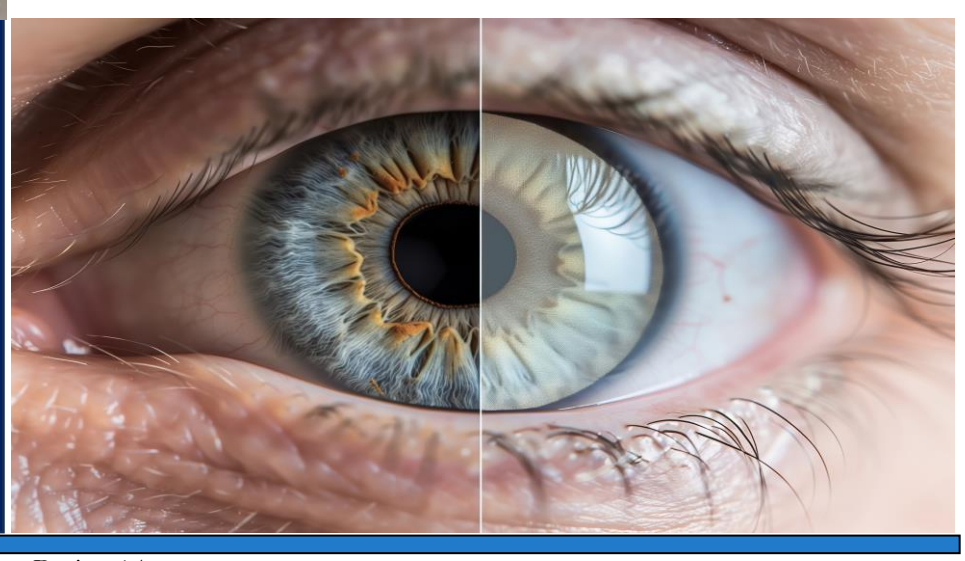
En Guatemala, TACASA implementa principios globales de PMI como el comercio responsable y políticas severas internas para cerrar las puertas a la venta a menores de cualquier producto de tabaco o nicotina, que involucran a clientes, proveedores y la sociedad en general.



Sumérgete en la Magia del Océano en Naranjo Mall

Regresa la Promoción llena tu Carretón del Súper junto a LG y Tecno Fácil

Cataratas Soluciones Modernas para una Visión Clara



Con Banco Azteca En verano, pagando y recomprando tu préstamo ¡Sales Ganando!

Banco Azteca Guatemala celebra la temporada de verano con la promoción Pagando y Recomprando Sales Ganando dirigida a sus clientes, quienes podrán participar por atractivos premios al estar al día con sus pagos, adelantar cuotas, realizar una recompra o regularizar su préstamo. La promoción estará **vigente desde el 31 de marzo hasta el 4 de mayo de 2025 y en todas las agencias de Banco Azteca.**

Rosa María Castañeda, directora de marketing de Grupo Elektra Guatemala, comentó "Esta promoción tiene como objetivo premiar la lealtad de nuestros clientes, incentivándolos a cumplir con sus metas financieras durante esta temporada de verano. Queremos que nuestros clientes disfruten de grandes premios mientras siguen comprometidos con su bienestar económico, ya sea manteniéndose al día con sus pagos o regularizando su préstamo".

Para participar los clientes deben pagar sus cuotas a tiempo, adelantar pagos, realizar una recompra o ponerse al día. Luego deben registrarse escaneando el código QR disponible en los materiales publicitarios de las agencias. Al ingresar al enlace serán redirigidos al WhatsApp de Pagos de Banco Azteca (+502 3905-7057) y deberán seleccionar la opción "Pagando Ganas".

Además, cada cliente tendrá doble oportunidad de participar: por cada cuota que pague, al día o adelantada, recibirá un cupón que debe llenar con sus datos y depositarlo en los buzones autorizados en agencias de todo el país. Estos cupones serán tomados en cuenta en el gran sorteo final de la promoción, donde se sortearán más de 75 premios.

Para los que realicen sus pagos a través de la App Banco Azteca, Tigo Money, Neolink o mediante un Gestor de Cobranza, recibirán un mensaje de texto con el enlace para registrarse y participar.

Se llevarán a cabo 5 sorteos donde podrán ganar atractivos premios: 60 televisores LED EPIC 32B HD, 22 tablets Samsung A9, 22 barras de sonido JBL Soundbar y 61 bocinas portátiles BT1003 Select Sound.

Los sorteos se realizarán en presencia de Gobernación Departamental los viernes 11 y 25 de abril; 2, 9 y 30 de mayo de 2025.

Regresa la Promoción llena tu Carretón del Súper junto a LG y Tecno Fácil

LG Electronics y TECNO FACIL traen de vuelta una de las promociones más esperadas por los guatemaltecos: "Con LG y TECNO FACIL te llenamos tu carretón del súper ". Por cada Q500 de compra en productos LG en los puntos de venta TECNO FACIL y sus canales digitales, los clientes obtendrán dos oportunidades para participar en el sorteo y ganar uno de los 8 carretones de súper. ¡Los afortunados ganadores podrán llenar una carreta de supermercado, en una experiencia de compra inolvidable!

La promoción aplica en la compra de todos los productos LG, por lo que este es el momento ideal para equipar o renovar tu casa con televisores LG para maratonear películas o series favoritas durante el verano, también disfrutar de la mejor música con sonido potente y tecnología que le permite llevar la diversión a todas partes con los dispositivos LG Xboom o quizá preparar los platillos de temporada con una de las estufas Instaview, y de paso ganarse una carreta de productos para llenar su refrigerador.

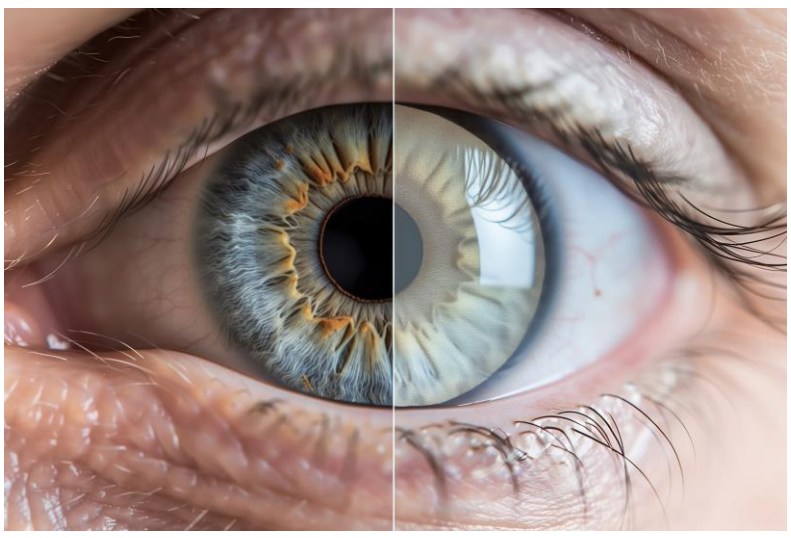
"En TECNO FACIL nos emociona acercarnos a los guatemaltecos y agradecer su preferencia. Por ello, junto a LG Electronics, traemos de nuevo la promoción Con LG y TECNO FACIL te llenamos tu carretón del súper. Invitamos a nuestros clientes a visitar cualquiera de nuestros más de 100 puntos de venta y aprovechar esta increíble oportunidad de convertirse en uno de los afortunados ganadores". Comentó Alex Nájera, gerente de mercadeo de TECNO FACIL.

¿Cómo funciona la dinámica?

Los ganadores tendrán la oportunidad de recorrer una sucursal de Supermercados Suma y, junto a un acompañante, llenar su carreta con la mayor cantidad de productos posible dentro de un tiempo límite**. La promoción estará vigente hasta el 20 de mayo de 2025 y todas las compras de productos LG en TECNO FACIL realizadas durante este período participan en los sorteos.**

Luis Pablo Flores, Gerente de Mercadeo de LG Electronics expresó, "En LG nos encanta consentir a nuestros clientes y que puedan vivir la experiencia LG no solo dentro de su hogar, sino también fuera casa. Por eso, los invitamos a que participen ***y ganen con LG y TECNO FACIL".***

Cataratas: Soluciones Modernas para una Visión Clara



La cirugía de cataratas ha dejado de ser un procedimiento invasivo y limitado a eliminar la opacidad del cristalino. Hoy, clínicas especializadas como Visión Total están redefiniendo el tratamiento gracias a innovaciones tecnológicas que permiten recuperar la visión y mejorar la calidad visual integral, todo con una intervención ambulatoria, precisa y personalizada.

Las cataratas, una de las afecciones oculares más frecuentes, son producto del envejecimiento natural del ojo, donde el cristalino pierde transparencia y se torna opaco. Este proceso afecta principalmente a adultos mayores, deteriorando su calidad visual y, en muchos casos, su independencia.

Hoy no solo se elimina la opacidad del cristalino; también se puede corregir miopía, hipermetropía, astigmatismo e incluso presbicia, gracias al uso de lentes intraoculares de última generación que se adaptan a las necesidades de cada paciente

La técnica utilizada por Visión Total consiste en una micro incisión de apenas dos milímetros, por donde se introduce el lente intraocular plegado. Dentro del ojo, este se despliega y se posiciona de manera precisa, sin necesidad de suturas. Este avance reduce drásticamente el riesgo de astigmatismo inducido por la cirugía y favorece una recuperación más rápida.

La intervención se realiza con anestesia local y leve sedación, de forma ambulatoria. En la mayoría de los casos, los pacientes experimentan una mejoría notable entre las primeras 24 y 48 horas. Para garantizar seguridad, se interviene un ojo primero y, tras una o dos semanas, el otro.

“La recuperación es sorprendentemente rápida. Muchos de nuestros pacientes retoman su rutina habitual al día siguiente, siguiendo indicaciones básicas y con un tratamiento posoperatorio que dura solo algunas semanas”, agregó el Dr. Fernández.

Uno de los principales diferenciadores del tratamiento en Visión Total es la selección personalizada del lente intraocular. Existen opciones que permiten visión combinada de lejos e intermedia ideal para conducción y uso de pantallas y otras que combinan visión lejana y cercana. También se ofrecen lentes monofocales para quienes priorizan una excelente visión a distancia.
La incorporación de tecnología láser ha sido otro punto de inflexión. Gracias a esta herramienta, se pueden realizar mediciones milimétricas de la estructura ocular, esenciales para una cirugía exitosa. Además, se emplea un facoemulsificador ultrasónico que fragmenta y elimina el cristalino opaco sin necesidad de incisiones mayores.

Como medida adicional de seguridad, se aplican antibióticos intraoculares durante la intervención, lo que disminuye significativamente el riesgo de infecciones postoperatorias.

Aunque las cataratas no pueden prevenirse por completo, sí es posible retrasar su aparición. Desde Visión Total, se recomienda protegerse de la radiación UV, mantener una dieta balanceada, controlar condiciones como la diabetes y acudir a chequeos oftalmológicos periódicos.

Sumérgete en la Magia del Océano en Naranjo Mall

Naranjo Mall continúa ofreciendo experiencias innovadoras y memorables; en esta ocasión presenta Ocean Expedition, una atracción que transporta a sus invitados a las profundidades del océano, combinando imaginación, aprendizaje y diversión en un solo lugar.

Con esta propuesta, Naranjo Mall se consolida como el destino ideal para disfrutar en familia, transformando cada visita en una experiencia inolvidable. Ocean Expedition va más allá del concepto tradicional de entretenimiento, convirtiendo al centro comercial en un espacio donde la aventura y la innovación convergen para sorprender tanto a grandes como a pequeños.

Ocean Expedition invita a los asistentes a sumergirse en un emocionante viaje a bordo de un submarino que desciende a más de 8 kilómetros de profundidad. En este recorrido lleno de descubrimientos, los exploradores podrán interactuar con criaturas marinas sorprendentes y vivir una experiencia sensorial inolvidable. Entre las principales atracciones destacan:

- **Octopus Bay:** un mar de pelotas con barco interactivo, resbaladeros y zonas de juego para que los niños se conviertan en verdaderos exploradores.
- **Shark Reef:** una emocionante área donde los invitados pueden deslizarse y jugar en un entorno inspirado en los arrecifes de tiburones.
- **Marine Lab:** un laboratorio con realidad virtual, juegos educativos y la posibilidad de diseñar y colorear su propia criatura marina.
- **Animales marinos en movimiento:** una ballena, una orca y un tiburón que cobran vida y sorprenden a cada invitado, haciendo de la experiencia algo único.

En Ocean Expedition, los invitados no solo observan el mar, lo exploran activamente. Ayudan al Capitán Neptuno a liberar el submarino, juegan en arrecifes de coral y se sumergen en la emoción de descubrir las maravillas del mundo submarino.

“En Naranjo Mall buscamos constantemente ofrecer experiencias que sorprendan y emocionen a nuestros invitados. Ocean Expedition es una muestra de nuestro compromiso por brindar entretenimiento innovador y educativo para toda la familia”, expresó Laura Guibert, Gerente de Naranjo Mall.

Con esta iniciativa, Naranjo Mall continúa revolucionando el concepto de entretenimiento familiar, invitando a las familias guatemaltecas a sumergirse en un mundo marino lleno de sorpresas, diversión y aprendizaje.

“¡No te quedes fuera de esta expedición única! Ocean Expedition te espera en Naranjo Mall para vivir una aventura bajo el mar como nunca antes.”, concluyó Laura Guibert.

INSIVUMEH pone a disposición del público cámaras para el monitoreo de volcanes activos

A partir de ahora la población en general podrá ver la actividad volcánica de los colosos de Fuego y Santiaguito, a través de las cámaras de vigilancia del Instituto Nacional de Sismología, Vulcanología, Meteorología e Hidrología -INSIVUMEH-, las cuales están disponibles en la página web www.insivumeh.gob.gt

Dichas cámaras web se han convertido en una herramienta esencial para el monitoreo volcánico moderno, por esa razón INSIVUMEH las ha instalado estratégicamente alrededor de los dos volcanes activos. Estas capturan imágenes de forma sistemática y en tiempo real y las transmiten a la sede central en Ciudad de Guatemala.

Si las condiciones meteorológicas son favorables, el público podrá observar gases y ceniza volcánica y durante la noche madrugada, un poco de incandescencia sobre los colosos.

Esta información visual es clave para identificar patrones o cambios en la actividad volcánica y forman parte del sistema integral del monitoreo de volcanes de INSIVUMEH, que también contempla sensores sísmicos, sensores acústicos, estaciones meteorológicas y observaciones directas en campo.

Al acceder a la página web de INSIVUMEH en este link https://insivumeh.gob.gt/?page_id=118262 es posible visualizar las imágenes más recientes de cada cámara y el video con la actualización de las últimas 6 horas de actividad volcánica.

Con ello se busca fomentar la preparación y respuesta ante emergencias volcánicas de toda la población principalmente en los dos volcanes activos.

Esta red de cámaras es gestionada y mantenida por el personal de la Sección de Instrumentación y Computación Científica, permitiendo la transmisión en vivo hacia las oficinas centrales de INSIVUMEH en zona 13. Las imágenes captadas facilitan la identificación de explosiones, así como la dirección de dispersión de gases y ceniza. Durante la noche y la madrugada, cuando las condiciones atmosféricas lo permiten, es posible observar incandescencia provocada por explosiones, flujos de lava y avalanchas.

La plataforma se actualiza cada minuto, brindando a la población guatemalteca acceso a las imágenes más recientes captadas por cada cámara en funcionamiento. Además, se dispone de un video con el registro fotográfico de las últimas seis horas.

Para un mejor entendimiento de la actividad volcánica observada en las imágenes, se recomienda consultar los boletines diarios, informes especiales y reportes técnicos generados por la Sección de Vulcanología del Departamento de Investigación y Servicios Geofísicos de INSIVUMEH.

Semana Santa sobre ruedas: cómo prevenir accidentes

• La Asociación de Importadores de Motocicletas (ASIM) hace un llamado a la ciudadanía para reforzar su compromiso con la seguridad vial durante la Semana Santa, una época de alta movilidad donde los riesgos aumentan considerablemente.

• El respeto a las normas de tránsito, el uso de equipo de protección y el mantenimiento preventivo del vehículo son esenciales para evitar siniestros en carretera, especialmente entre los motociclistas, quienes deben redoblar su precaución.

• ASIM invita a todos los motoristas guatemaltecos a convertirse en aliados de la seguridad vial, siendo ejemplo de respeto por las normas de tránsito, uso correcto del equipo de protección y conducción prudente.

La Semana Santa representa una de las temporadas más concurridas del año en las carreteras del país. Miles de personas se movilizan hacia destinos turísticos, lo que incrementa el tráfico y eleva el riesgo de accidentes. Por ello, la Asociación de Importadores de Motocicletas (ASIM) refuerza su mensaje de prevención, haciendo énfasis en la importancia de conducir con responsabilidad, realizar revisiones mecánicas oportunas y utilizar el equipo de protección adecuado.

En estos días, tanto automovilistas como motociclistas deben estar atentos a factores que suelen desencadenar siniestros: el exceso de velocidad, el consumo de alcohol al volante y las distracciones, como el uso del celular. A esto se suman el cansancio y la falta de visibilidad, aspectos que cobran especial relevancia en los trayectos nocturnos.

En el caso de los motociclistas, una revisión completa del vehículo antes de salir es indispensable. Esto incluye verificar luces, frenos, cadena, neumáticos y nivel de aceite. Además, deben asegurarse de portar su equipo de protección personal: casco certificado, guantes, chaqueta, rodilleras y calzado resistente.

Otro aspecto clave es la visibilidad. ASIM recomienda a los motociclistas usar ropa reflectiva o de colores brillantes, como el amarillo neón o el naranja fosforescente, y asegurarse de que el sistema de luces esté en óptimas condiciones.

En esta Semana Santa, más que llegar rápido, lo importante es llegar con bien. ASIM reitera el llamado a conducir con responsabilidad, revisar el estado del vehículo y respetar cada norma de tránsito. Cada decisión en la carretera puede marcar la diferencia entre un viaje seguro y una historia que lamentar. Que la prudencia y el respeto guíen cada kilómetro recorrido, para que todos puedan volver a casa y seguir compartiendo lo que verdaderamente importa.

Guatemaltecos por la Nutrición de Castillo Hermanos fortalece Alianza con la Orden de Malta

Fundación Bi lanza Abril el Mes del Emprendimiento en Guatemala

Dirección General de Aeronáutica Civil recibe donación de enfriadores para el AILA

Guatemaltecos por la Nutrición de Castillo Hermanos fortalece alianza con la Orden de Malta

Guatemaltecos por la Nutrición, el programa de abordaje integral a la desnutrición que forma parte de la estrategia de sostenibilidad de Castillo Hermanos, recibió de La Orden de Malta en Guatemala una donación que servirá para sumar esfuerzos en la lucha contra la desnutrición infantil en los municipios de intervención del programa.

Esta alianza consiste en una donación que incluye: más de 5,800 unidades de prenatales y suplementos nutricionales para mujeres en edad fértil, embarazadas y niños con retardo de crecimiento y/o desnutrición aguda.

"Desde 2022 hemos hecho grandes esfuerzos para reducir la desnutrición infantil en Guatemala. A la fecha, los logros son muy positivos. Al cierre del 2024, destaca la recuperación del 94% de niños tratados con Desnutrición Aguda en los municipios de intervención, y el 80% de los niños con retardo de crecimiento han reportado una mejora en su estado nutricional. Estos logros son posibles gracias al apoyo de instituciones como la soberana Orden de Malta que se suman a los esfuerzos que se hacen en todo el territorio nacional. Por eso, estamos muy agradecidos de esta alianza que fortalece el impacto que tenemos en la lucha contra la desnutrición infantil", comentó José Silva, director ejecutivo del programa Guatemaltecos por la Nutrición.

Esta donación es parte de las acciones conjuntas que la Orden de Malta y Guatemaltecos por la Nutrición han estado desarrollando desde el año 2022, cuando se firmó una carta de entendimiento cuyos acuerdos han permitido brindar seguimiento y atención en los ejes de Atención Primaria en Salud, Soporte Nutricional y Acceso a Alimentos. Adicionalmente, se evalúa emprender acciones en los ejes de Agua y Saneamiento Ambiental a través de la entrega de intervenciones que mejoren las condiciones de habitabilidad de las familias inscritas, buscando con estas implementaciones fortalecer la implementación del modelo de Guatemaltecos por la Nutrición.

"*La alianza que inició en 2022 entre La Orden de Malta y Guatemaltecos por la Nutrición es el reflejo de que un problema social como lo es la desnutrición infantil se debe enfrentar en conjunto. Programas como el de Castillo Hermanos nos demuestran que el compromiso y el conocimiento técnico son claves para poder presentar soluciones que sean sostenibles en el tiempo. Estamos muy agradecidos de ser parte de los resultados que hasta ahora se han alcanzado con este proyecto, que esperamos pueda ser replicado no solo por otros actores, sino, además en otros territorios", agregó Enrique Hegel, presidente de la Asociación de La Orden de Malta de Guatemala.*

Los suplementos nutricionales que se entregaron servirán para aumentar la disponibilidad de micronutrientes, macronutrientes y vitaminas para las familias inscritas al programa de Guatemaltecos por la Nutrición en los municipios de La Libertad, Cuilco, La Democracia, Santa Eulalia y Soloma, en Huehuetenango.

Dirección General de Aeronáutica Civil recibe donación de enfriadores para el Aeropuerto Internacional La Aurora

Como parte de las acciones inmediatas para mejorar la experiencia de los pasajeros en la terminal aérea, la Dirección General de Aeronáutica Civil (DGAC) recibió la donación de 15 enfriadores evaporativos portátiles de 14 pulgadas, con capacidad para enfriar hasta 80 metros cuadrados, que serán colocados en las salas de abordaje del área internacional del Aeropuerto Internacional La Aurora (AILA).

Estos equipos fueron donados por la empresa Licores de Guatemala, con un valor de 270 mil 750 quetzales, como parte de su compromiso con el bienestar de los usuarios del sistema aeroportuario. Serán utilizados hasta que finalice la instalación completa del aire acondicionado, beneficiando a más de 7,000 usuarios diarios.

Su instalación representa una solución temporal mientras continúan los trabajos del proyecto de modernización del sistema central de climatización del AILA, ya en fase de ejecución.

Esta acción fue posible gracias al trabajo articulado entre el sector público y privado, un ejemplo de cómo la cooperación interinstitucional permite generar respuestas efectivas para mejorar los servicios aeroportuarios del país.

"Estas soluciones inmediatas reflejan el compromiso compartido entre sectores, que nos permite avanzar de forma concreta hacia un aeropuerto más digno, eficiente y cómodo para todos los usuarios, " expresó la directora interina de la DGAC, Azucena Zelaya.

La Dirección General de Aeronáutica Civil reitera su compromiso de continuar trabajando con transparencia, eficiencia y responsabilidad, sumando esfuerzos para transformar positivamente la experiencia de quienes transitan por el principal aeropuerto del país.

Fundación Bi lanza Abril el Mes del Emprendimiento en Guatemala

A casi un año del lanzamiento de Fundación Bi, Banco Industrial continúa firme en su propósito de promover el bienestar en Guatemala mediante iniciativas que impulsan el desarrollo económico y social del país. Fundación Bi lanza El Mes del Emprendimiento, un proyecto en el que estarán impulsando diferentes eventos que ayuden a los emprendedores guatemaltecos, destinando todo un mes lleno de actividades que culminará con un cierre especial: las charlas “Summit Emprender, Innovar y Crecer”, el 26 de abril en la Ciudad de Guatemala y el 27 de abril en Quetzaltenango.

Este mes de actividades conmemora el Día del Emprendimiento que se celebra el 16 de abril y tiene como objetivo brindar a los emprendedores guatemaltecos conocimientos de valor a través de charlas, talleres y networking, además de proporcionar un espacio para la exhibición de productos en la Zona de Emprendedores.

Durante todo abril, los eventos se desarrollarán en distintos puntos de la Ciudad de Guatemala: la plaza QUO, el Centro de Innovación y Emprendimiento de Fundación Bi, y el Lobby de Torre I del Centro Financiero Bi. En Quetzaltenango, la sede será L’katos. Todas las actividades son gratuitas, aunque tienen un cupo limitado, por lo que se recomienda estar atento a las redes sociales de Fundación Bi e ingresar al sitio web oficial del evento.

El Centro de Innovación y Emprendimiento de Fundación Bi será un lugar clave para las actividades del Mes de Emprendimiento por su potencial para impulsar a los emprendedores guatemaltecos. Ubicado en el séptimo nivel del edificio QUO en la zona 4 de la Ciudad de Guatemala, este centro ofrece infraestructura, capacitación y oportunidades de comercialización para que los emprendedores puedan escalar sus negocios.

Entre los espacios disponibles, se incluyen:

- Espacios de coworking: Diseñados para fomentar el trabajo colaborativo, la creación de redes y la innovación.

- Makerspaces y laboratorios: Equipados con tecnología avanzada para el desarrollo de productos, incluyendo laboratorio de alimentos, prototipado, corte y confección, y telares.

- Capacitación y mentoría: Programas especializados para acompañar a los emprendedores desde la ideación hasta la aceleración.

- Promoción de productos: A través de una tienda virtual, una tienda física y servicios B2B que facilitan el acceso a nuevos mercados.

Leer correctamente las etiquetas nutricionales promueve una alimentación saludable

En la actualidad, el etiquetado nutricional de los productos se ha convertido en una herramienta fundamental para los consumidores que buscan mejorar su alimentación y tomar decisiones informadas sobre los alimentos que consumen. Sin embargo, para muchas personas, descifrar la información que aparece en las etiquetas sigue siendo un desafío, al desconocer qué significan los valores, los porcentajes y cómo diferenciar entre los componentes saludables y los perjudiciales.

Lo primero que debemos observar es el tamaño de la porción, es importante seguir un orden lógico. Toda la información que aparece en la etiqueta nutricional se basa en una cantidad específica del producto, que no siempre equivale a la totalidad del paquete. Es común que los consumidores asuman que los valores mostrados corresponden a la cantidad total del alimento, cuando en realidad solo se aplican a una porción determinada.

Esta falta de conocimiento genera confusiones comunes, como interpretar erróneamente las unidades de medida: un consumidor puede leer "400 kilojoules" y asumir que son calorías, cuando en realidad 1 kcal equivale a aproximadamente 4,18 kJ (kilojoules).

Junto con el tamaño de la porción, es importante identificar la cantidad de calorías que aporta el producto por porción. Las calorías son la medida de energía que obtenemos de los alimentos y, dependiendo de nuestras necesidades individuales, debemos moderar su consumo para mantener un equilibrio en nuestra alimentación.

Otro error frecuente es creer que los carbohidratos totales son lo mismo que los azúcares añadidos, cuando en realidad los primeros incluyen fibras y almidones esenciales para el organismo. Entender estos detalles es clave para tomar decisiones informadas sobre la alimentación y evitar interpretaciones equivocadas que pueden afectar la salud.

“Las etiquetas también incluyen información sobre vitaminas y minerales como calcio, hierro, sodio y potasio, conocidos como micronutrientes. Es clave fijarse en el porcentaje del Valor Diario (%VD), que indica cuánto contribuye una porción del producto a la cantidad recomendada de cada nutriente en la alimentación diaria. Valores superiores al 10% indican una buena fuente de dicho nutriente”, concluyó Soto.

De acuerdo al especialista, se debe evitar los productos con calorías vacías y sin nutrientes esenciales como refrescos y jugos procesados, bebidas azucaradas. Dulces y golosinas, productos ultra procesados con altos niveles de azúcares añadidos y grasas trans, dado a que el consumo frecuente de estos productos puede contribuir a la obesidad, la diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares. Consejos para elegir productos más saludables

✓ Prefiere alimentos con menos azúcares añadidos: Busca productos con menos de 5 gramos de azúcar por porción.

✓ Elige productos ricos en fibra: Un contenido de fibra superior a 6 g por 100 g o 3 g por 100 Kcal indica un buen aporte.

✓ Modera el consumo de sodio: Un exceso de sodio puede contribuir a la hipertensión; idealmente, busca opciones con menos de 140 mg por porción.

✓ Selecciona fuentes de proteínas: Prefiere alimentos con más del 10% del VDR en proteínas.

✓ Evita las grasas trans: Verifica que el producto no contenga aceites parcialmente hidrogenados.

Presidente Bernardo Arévalo inaugura el Sistema Nacional de Prevención en Semana Santa (SINAPRESE)

El presidente de Guatemala, Bernardo Arévalo, y la vicepresidenta, Karin Herrera, inauguran en la aldea El Paredón Buena Vista, Sipacate, Escuintla, el Sistema Nacional de Prevención en Semana Santa (Sinaprese) 2025.

En la inauguración participaron representantes de la Coordinadora Nacional para la Reducción de Desastres (Conred), Ministerio de Gobernación, Instituto Guatemalteco de Turismo (Inguat) y Ejército de Guatemala.
La actividad se realizó en la playa de El Paredón, Escuintla, donde los equipos de rescate de las entidades involucradas hicieron demostraciones de los ejercicios previstos para implementar durante la temporada de descanso.

El Sinaprese estará vigente durante 10 días, a partir de hoy, y será desactivado el domingo 20 de abril a las 18:00 horas. En ese período, más de 30 instituciones brindarán los servicios de atención prehospitalaria, información, seguridad y atención vial a veraneantes.

Se contará con 21 puntos de atención a nivel nacional, en estos funcionarán puestos de gestión institucional y prevención. Tambien implementarán bahías de prevención y asistencia turística.

Revolución en la hidratación deportiva: Maravilla lanza “Revive Hidro Energy”

GREPALMA e INAB se unen para prevenir incendios forestales

Pepsi y Boza le dan la bienvenida al Verano en la Gira Refrescante 2025

Pepsi y Boza le dan la bienvenida al Verano en la Gira Refrescante 2025

La doceava edición de la Gira Refrescante Pepsi arranca este sábado 12 de abril, en Quetzaltenango, con un espectáculo de talla internacional que reunirá a más de siete artistas internacionales y nueve artistas nacionales.

La cuenta regresiva terminó. Y este sábado 12 de abril, Quetzaltenango se convertirá en el epicentro de la música y la diversión con el arranque de la esperada Gira Refrescante Pepsi 2025, un evento que marca oficialmente el inicio del verano en Guatemala. Con una alineación de artistas que combina lo mejor del talento nacional con estrellas internacionales, esta edición promete ser una de las más memorables de los últimos años.

La Gira Refrescante Pepsi llega a su doceava edición con más fuerza, color y sabor que nunca. Este año, el concepto fue renovado para ofrecer una experiencia multisensorial: música en vivo, dinámicas de marca, espacios gastronómicos y una vibra cargada de alegría veraniega.

Pepsi anunció dos fechas principales para este tour musical:

12 de abril en Quetzaltenango, en el Centro Intercultural y Deportivo

podrán disfrutar del dúo Mau y Ricky, así como de Boza. En representación del talento guatemalteco se presentarán Grupo Rana, Ale Mendoza, Mezz, Kontra, Wongraphy, Zaravia y Bellakeopuntocom. El show se celebrará en el Centro Intercultural y Deportivo de Quetzaltenango y se espera un aforo de más de 8,000 personas.

19 de abril en el Puerto San José, sobre el Km 97 de la autopista

El concierto tendrá como invitados a Morat, Arcángel, Ryan Castro, Kapo y Boza, además de los artistas nacionales Ale Mendoza, Zelaya, Mezz, Kontra, Zaravia, Dovella, PardoPardo, Wongraphy y Bellakeopuntocom. La cita será en el Km. 97 de la Autopista Puerto San José y se espera a más de 20,000 guatemaltecos.

Cómo participar

Para quienes aún no tienen su entrada a la Gira Refrescante Pepsi 2025, la marca anunció que todavía pueden adquirir sus pases a través de la página web www.mundopepsi.com

Ogilvy Guatemala gana 4 reconocimientos en la edición 18 del Festival de Antigua 2025

Ogilvy Guatemala se hace presente en la edición 18 del Festival de Antigua al recibir 4 reconocimientos que destacan la creatividad y calidad de las campañas desarrolladas para Shell, lo que demuestra el esfuerzo y dedicación del equipo, así como el compromiso con la excelencia en cada proyecto.

Tras una ardua fase de investigación y un desarrollo creativo riguroso, la campaña “Stay Tuned, Stay Awake”, con un enfoque humano que busca prevenir accidentes de tránsito al ayudar a mantener despiertos a los conductores de transporte pesado durante las horas más críticas de la madrugada. A su vez, la campaña “Shell Guate Racing”, fue también reconocida ante decenas de ideas competidoras.

Estos 4 reconocimientos se suman a la valiosa trayectoria que la agencia ha forjado, al ser galardonada en ocasiones anteriores con múltiples premios en festivales locales e internacionales de renombre, como Clio, Cannes Lions, D&AD, LIA, One Show, entre otros. Además, en 2017 la agencia alcanzó un hito histórico al ganar el Gran Prix en Cannes Lions, siendo este logro único para una agencia de Centroamérica hasta la fecha, lo que consolida a Ogilvy Guatemala como una de las agencias líderes en la región.

La participación en estos certámenes no solo es una muestra de la capacidad y experiencia creativa de la agencia, sino también una manera de inspirar y contribuir al crecimiento de la publicidad local.

Con una mirada puesta en el futuro, ahora la agencia se prepara para el festival de Cannes a celebrarse en junio de 2025, cultivando así la innovación y buscando oportunidades para mostrar el talento guatemalteco al mundo. De esta manera la agencia continúa siendo sinónimo de creatividad, innovación y efectividad y estos reconocimientos en el Festival de Antigua 2025 son solo una muestra más de su constante evolución y compromiso con la excelencia.

Revolución en la hidratación deportiva: Maravilla lanzó al mercado Revive Hidro Energy

"A diferencia de otros productos isotónicos en Guatemala, Revive Hidro Energy se destaca por su capacidad de rehidratar y energizar simultáneamente. Este enfoque responde a una necesidad del mercado, donde los consumidores buscan soluciones que satisfagan ambas necesidades durante sus actividades deportivas", comentó Roxana Salazar, Gerente de Marca Revive Hidro Energy.

Este innovador producto está dirigido a deportistas mayores de edad que buscan una alternativa que combine energía e hidratación en un solo producto. La producción y comercialización de Revive Hidro Energy está a cargo de Alimentos Maravilla, empresa líder en bebidas no carbonatadas con un portafolio de más de 100 productos y una trayectoria de 40 años en el mercado.

En un mundo donde la hidratación y el rendimiento deportivo son esenciales, Alimentos Maravilla lanzó al mercado: Revive Hidro Energy, una innovadora bebida isotónica que redefine el concepto de hidratación para deportistas. Esta nueva opción no solo ofrece los electrolitos necesarios para mantener un buen nivel de hidratación durante las sesiones de entrenamiento, sino que también proporciona un impulso de energía natural a través de cafeína, todo sin azúcar, lo que la convierte en la elección ideal para cualquier deportista.

Revive Hidro Energy está disponible en tres refrescantes sabores: coco-limonada, sandía y pitaya, en presentaciones de PET de 500 ml, ideal para llevar y disfrutar en cualquier lugar. El producto puede adquirirse en supermercados y tiendas de conveniencia a un precio de Q8.00.

El nombre "Revive Hidro Energy" encapsula la esencia de la bebida: una fusión perfecta de hidratación y energía que revitaliza al deportista, permitiéndole alcanzar su máximo potencial.

Acompañado del lema "Somos deportistas Reales", Revive Hidro Energy se posiciona como una bebida pionera para quienes se toman en serio su rendimiento físico. Con la mirada puesta en la expansión geográfica, Revive Hidro Energy tiene el potencial de llegar a otros mercados y consolidar su presencia en el sector de bebidas

Honda Motos realiza gran inauguración en río Dulce, Izabal

Honda Motos llega con sorpresas para la inauguración de una nueva agencia en Río Dulce, ubicada en la zona 0, sector Banrural sociedad Livingston Morales, ofrece dar una experiencia especial a sus clientes con todas las líneas de motocicletas para brindar un servicio de calidad, acercando sus productos y servicios al pueblo Izabalenses.

La nueva agencia de Honda Motos en Río Dulce está diseñada para brindar una experiencia integral al cliente, al contar con cuatro áreas principales:

- Sala de ventas con las diferentes líneas de motocicletas Honda.
- Área de repuestos, que ofrece productos originales y de alta calidad.
- Taller especializado, con atención técnica y mantenimiento profesional.
- Motores marinos, se contará con esta especialidad y un equipo técnico especializado de taller.

"El equipo de Honda ha trabajado con dedicación para garantizar que cada cliente reciba atención personalizada, asesoría especializada y acceso a productos y servicios de la más alta calidad. Esta inauguración representa un paso importante en la misión de Honda Motos de estar cada vez más cerca de sus clientes, con infraestructura moderna, personal capacitado y el respaldo de una marca líder en el mercado", aseguró Carlos Pullin, gerente general de Honda Motos.

La tienda contará además con todas las líneas exclusivas y con los mejores planes de financiamiento que permitan cumplir a las personas con su anhelo de tener una buena moto, con repuestos originales y el respaldo que solo Honda les puede dar.

Con esta apertura, Honda reafirma su compromiso de ofrecer soluciones de movilidad confiables y un servicio excepcional, facilitando el acceso a motocicletas, accesorios y soporte técnico a la comunidad Izabalenses.

GREPALMA e INAB se unen para prevenir incendios forestales

Durante los meses de marzo y abril del presente año, 95 personas de la región norte, sur y oriente del país se capacitaron en técnicas básicas para la prevención y control de incendios forestales, como parte de las acciones de los superhéroes del bosque, de la campaña prevenir para conservar del Instituto Nacional de Bosques (INAB) con el apoyo de la Gremial de Palmicultores de Guatemala (GREPALMA). Estas actividades fortalecen la capacidad de respuesta ante emergencias forestales, aseguran el uso adecuado de herramientas y equipos de protección para enfrentar los incendios de manera eficiente y protegen el patrimonio natural de Guatemala.

Los participantes aprendieron sobre cómo identificar los tipos de incendios, las partes de estos siniestros, el uso correcto del equipo de protección, como manejar herramientas especializadas y cómo construir rondas corta fuego, demostrando su participación en la prevención de incendios forestales en el país. Los cuatro talleres se realizaron en:

- Cuyotenango Suchitepéquez dirigido a 20 integrantes de la Cuarta Brigada de Infantería.
- En Izabal el taller se realizó en el sendero Las Escobas, se contó con 20 participantes, entre ellos, líderes comunitarios, facilitadores de gestión de riesgo y técnicos forestales.
- En Petén, uno de los talleres se realizó en San José, dirigido a 25 estudiantes, futuros profesionales de la Escuela Ecológica de dicho municipio. Un segundo taller se realizó en San Francisco dirigido a personal de 30 personas, personal de la Oficina Forestal y Área Verde de dicha Municipalidad.

Esta iniciativa del INAB, reconoce y promueve la colaboración multisectorial en la protección de los bosques y la prevención de incendios forestales. Como parte de su compromiso con la sostenibilidad ambiental, GREPALMA mantiene un monitoreo satelital permanente que verifica el compromiso voluntario de cero deforestación de sus asociados para garantizar cadenas de suministro libres de deforestación y permite la detección temprana de incendios forestales en un radio de hasta 50 kilómetros alrededor de las plantaciones de palma de aceite.

Prevenir para Conservar: Conviértete en un superhéroe del bosque

Con acciones concretas, todos los guatemaltecos pueden sumarse a cuidar los bosques, proteger la biodiversidad y garantizar un futuro más verde. En la época de verano, al visitar áreas naturales INAB y GREPALMA hacen un llamado a:

- Evitar hacer fogatas o quemas no controladas.
- No dejar basura o botellas que puedan iniciar incendios.
- Denunciar cualquier foco de incendio a las autoridades al número de teléfono: 119 de la CONRED.
- Proteger la vegetación y respetar las señalizaciones.

Ejército de Guatemala se prepara para brindar asistencia a los guatemaltecos durante la Semana Mayor

El viernes 11 de abril en la playa El Paredón, Sipacate, Escuintla, se realizó la activación oficial del Sistema Nacional de Prevención en Semana Santa 2025 (SINAPRESE), esfuerzo interinstitucional que tiene como finalidad brindar atención a los turistas nacionales e internacionales ante situaciones de riesgo, emergencia o desastre que pudiesen ocurrir en rutas o destinos nacionales durante la Semana Mayor.

El Ejército de Guatemala, como integrante de este Sistema, desplegó a su personal para apoyar las tareas de prevención y asistencia a los veraneantes en 21 Bahías de Prevención y Asistencia Turística, en los que el personal militar trabaja de manera coordinada con integrantes del Sistema CONRED.

Tambien se han habilitado 30 puestos de socorro adicionales, instalados en distintos puntos de la República que serán atendidos exclusivamente por personal militar, en donde se brindará atención pre hospitalaria, asistencia vial, seguridad e información para los visitantes y turistas que necesiten asistencia en carretera; finalmente, se pondrá a disposición 15 puestos de socorro móviles, que transitarán por las carreteras con mayor afluencia de visitantes con el objeto de brindar atención a quienes lo necesiten durante el descanso largo que se aproxima.

A través de este esfuerzo interinstitucional, el Ejército de Guatemala se mantiene en apresto con el fin de proteger y asistir a los guatemaltecos, a la vez que hace el llamado a la población a seguir las recomendaciones de las autoridades para evitar inconvenientes y prevenir accidentes durante este descanso prolongado.

Realizan el Sexto Festival de Mango 2025 en la Avenida las Americas

Nequi celebró con Piso 21 su llegada a Guatemala con un concierto gratuito y un “Purrum a Tu Ritmo”

LG Electronics se une con vibra fresca en la Gira Refrescante PEPSI

Realizan el Sexto Festival de Mango 2025 en la Avenida las Americas

Se celebró con éxito la sexta edición del Festival de Mango, un evento que reunió a familias, consumidores y representantes del sector exportador en la Plaza Honduras de Pasos y Pedales, zona 13, durante la mañana del 13 de abril, con el objetivo de promover el consumo local del mango guatemalteco y fortalecer su posicionamiento como fruta insignia del país.

"Esta iniciativa forma parte del esfuerzo estratégico del Comité de Mango de AGEXPORT por representar los intereses de los productores y exportadores del país, con una visión orientada a la innovación, sostenibilidad y crecimiento del sector. Este festival es más que una actividad recreativa; es una plataforma para visibilizar el trabajo de cientos de fincas y productores que cada año colocan el nombre de Guatemala en mercados como el de Estados Unidos", afirmó Luisy Monroy, Coordinadora del Comité de Mango de AGEXPORT.

En el Festival del Mango se podrá encontrar: choco mangos con toppings, mango con granola, pastel de mango y pan, mangonadas, mango deshidratado, mermeladas, granizadas con mango, conservas, helados, jugo, y otros productos.

El festival contó con la participación de reconocidos emprendimientos locales como Lady Mango, Señora Granola, Homemade Pan Gourmet Artesanal, Señor Mango, Deshifruta, De la Cocina de Myriam, Granizadas Manguito y Conservas Mindy. También se sumaron productores y exportadores de mango como Agroindustrias del Trópico, S.A. y Amadeo Exports, S.A., junto con el importante apoyo del aliado estratégico Tajín y los patrocinadores Néctares del Frutal, PaliDeli y Agua Loa

LG Electronics se une con vibra fresca en la Gira Refrescante PEPSI

LG se une a Gira Refrescante Pepsi 2025 para disfrutar el verano con lo mejor en tecnología, música, frescura y buena vibra. ¡Innovación y entretenimiento al máximo en el evento más top del verano!

LG estará presente con un stand que no vas a querer perderte. Habrá una cabina súper instagrameable con los productos LG que brindarán confort, diversión, entretenimiento y por supuesto, vibras refrescantes. Además, vas a poder ver de cerca lo más top en refrigerador, TV, audio y aire acondicionado. Y para brillar en el festival, te podrás maquillar con diseños neón gracias a una makeup artist on-site. ¡un buen plan para este verano!

Durante el concierto, podrás interactuar con la poderosa línea de LG xboom, con modelos como xboom XL, que llenarán el ambiente con un sonido envolvente, ideal para llevar la fiesta a otro nivel. Además, LG Electronics presentará su avanzada tecnología de climatización, incluyendo el aire acondicionado DUALCOOL™ con tecnología Dual Inverter, reconocido por su eficiencia energética, y el aire acondicionado portátil, perfecto para refrescar cualquier espacio con comodidad.

En refrigeración, podrás descubrir los beneficios de la innovadora LG InstaView™ Door-in-Door®, con su función “Knock” que permite ver el interior sin abrir la puerta, ideal para mantener las bebidas frías en este verano evitando perder energía al abrirla innecesariamente.

Como parte de esta experiencia, influencers locales e invitados especiales se sumarán a la celebración, compartiendo con sus comunidades lo mejor de la tecnología LG, disfrutando del ambiente y siendo parte de este encuentro único entre música, innovación y estilo de vida.

Una vez más, LG se apunta a los mejores planes del verano, llevando su tecnología para hacer una vida mejor, más cool y definitivamente, ¡100% refrescante! Con LG, ¡Life´s Good!

Nequi celebró con Piso 21 su llegada a Guatemala con un concierto gratuito y un “Purrum a Tu Ritmo”

- ***La solución 100% digital de Bam proporciona seguridad a las personas en el manejo de su dinero.***
- ***Miles de guatemaltecos corearon las canciones de Piso 21 y disfrutaron de juegos y premios con la marca Nequi en el “Purrum a Tu Ritmo”.***
- ***Nequi es una App con tecnología segura y confiable para enviar, ahorrar, emprender y progresar.***
- ***Nequi apuesta por la inclusión financiera en la región, donde tiene más de 23 millones de usuarios.***

Nequi, la solución 100% digital de Bam que viene a revolucionar la forma en la que los guatemaltecos se relacionan con el dinero, celebró su llegada a Guatemala con un evento espectacular: "Purrum a Tu Ritmo", un concierto gratuito que combinó música, diversión y la oportunidad de conocer de cerca la innovadora App.

Miles de guatemaltecos se congregaron en la Explanada Zona 5 para disfrutar de la presentación de Piso 21, una de las bandas más exitosas de la música urbana en Latinoamérica. El público coreó cada canción y vibró con la energía del grupo, creando una atmósfera de fiesta inolvidable.

La experiencia de Nequi en Latinoamérica cuenta con más de 23 millones de usuarios, ofrece transacciones seguras y confiables, brindando tranquilidad a los guatemaltecos al momento de manejar su dinero de manera fácil y sin complicaciones.

¡Únete a la revolución Nequi en pocos pasos!
¿Listo para simplificar tu vida financiera y disfrutar de todos los beneficios que Nequi tiene para ti? ¡Vincularte es súper fácil! Sigue estos sencillos pasos y comienza a disfrutar de una nueva forma de manejar tu dinero:

1. Descarga la App: encuentra Nequi en tu tienda de aplicaciones favorita, ya sea Play Store (Android) o App Store (iOS). ¡Es gratis!
2. ¡Crea tu Nequi!: Busca el botón que te indica "Crear tu Nequi" y haz clic ahí.
3. Coloca tu número de celular: Ingresa tu número de celular y el código de verificación que te enviaremos por mensaje de texto o WhatsApp.
4. ¡Cuéntanos de ti!: completa la información que te solicitamos. ¡Es importante para personalizar tu experiencia!
5. Crea tu clave secreta: elige una clave segura que solo tú conozcas. ¡Esta será tu llave para acceder a Nequi!
6. Abre tu cuenta con confianza: dale clic en "Abre tu cuenta" y completa los datos que te pedimos. ¡Esta información es crucial para mantener tu cuenta y tu dinero seguros!
7. ¡Listo para empezar!: por último, lee y acepta los términos y condiciones de tu contrato. ¡Y ya estás dentro!

Nequi es una solución 100% gratuita, comprometida con la inclusión financiera y con ofrecer soluciones innovadoras que faciliten la vida diaria de los guatemaltecos. Con Nequi, gestionar tus finanzas es fácil, rápido y seguro.

Los mejores tips para evitar que tu celular se sobrecaliente con el calor de verano

Sientes como tu celular se va sobrecalentando, y por si te has preguntado alguna vez, si, las altas temperaturas si llegan ha afectar tus dispositivos móviles, así que ¡aguas! Para que sepas qué hacer en estos casos y así puedas prolongar la vida útil de tu celular.

Hay ocasiones en que ya lo veas común que tu celular se encuentre bastante caliente al usarlo, pero no lo normalices, si lo cargas y se caliente, está mal, al igual que tan solo usarlo por un periodo. Aquí te diremos las posibles causas y te confirmaremos si es que el calor llega afectar a los dispositivos.

La mayoría de las pilas de nuestros dispositivos, están compuestas por materiales como iones de litio, cobalto, grafito y óxido de litio, lo cual son componentes que se ven afectados en rendimiento por el exceso de calor. Al igual que en casos extremistas puede llegar a ser peligroso, siendo posible una explosión.

Otro de los daños por el calor o en este caso los rayos del sol de forma directa en nuestro móvil, sería el daño de la pantalla, esto afecta obviamente al touch y claramente a la calidad de la imagen.

Para proteger tu celular del calor y evitar daños, aquí tienes algunas recomendaciones:

1. Evita la exposición directa al sol: No dejes tu celular bajo la luz directa del sol, especialmente cuando está apagado o cargando. Esto puede aumentar significativamente la temperatura del dispositivo.

2. No lo uses mientras se carga: El uso intensivo del celular mientras se carga genera calor adicional. Trata de evitar realizar tareas que demanden mucho rendimiento, como juegos o videos en alta resolución, mientras lo cargas.

3. Usa una funda adecuada: Algunas fundas pueden atrapar calor. Si notas que tu celular se calienta mucho, considera usar una funda más ligera o quitarla mientras lo usas o cargas.

4. Cierra aplicaciones innecesarias: Las aplicaciones en segundo plano pueden generar calor. Cierra las apps que no estés usando y activa el modo de ahorro de batería si es posible.

5. Mantén el software actualizado: Las actualizaciones del sistema operativo pueden incluir mejoras en la gestión del calor y la optimización del rendimiento, por lo que es importante mantener tu celular al día.

6. Evita cargarlo en lugares calientes: No cargues tu celular en lugares cerrados o calientes como dentro de un automóvil o cerca de fuentes de calor.

7. Usa el modo avión: Si necesitas que tu celular no se caliente, pero aún así necesitas que se quede encendido, puedes ponerlo en modo avión para desconectar las redes móviles, Wi-Fi, Bluetooth y otras conexiones que puedan generar calor.

8. Enfriarlo de forma segura: Si tu celular se calienta demasiado, apágalo durante unos minutos para que se enfríe. No lo pongas en el refrigerador o en agua, ya que esto podría dañarlo.

Aumentan los casos de derrame cerebral en los jóvenes

A toda edad hay posibilidades de sufrir un derrame cerebral. Sin embargo, recientemente se ha dado a conocer que el número de derrames cerebrales está aumentando a un ritmo alarmante en la población de entre 18 y 45 años en las últimas décadas.

Debido a que los casos de derrames cerebrales se han disparado de manera global, se han llevado a cabo estudios para saber cuáles son las causas de estos aumentos. Los resultados de estos estudios han arrojado datos nada alentadores, pues son factores que pareciera se están volviendo parte del día a día.

Los derrames cerebrales son problemas que afectan con mayor frecuencia a personas jóvenes. Los motivos detrás de esto son alarmantes: están relacionados de manera directa con el aumento de factores de riesgo como la hipertensión o el sobrepeso. Así como en los cambios de hábitos de vida de la población alrededor del mundo.

Estos problemas de salud estaban relacionados con personas mayores de 65 años; no obstante, los estudios recientes demuestran que hay aun aumento alarmante en personas más jóvenes. Concretamente, en personas con edades de entre 45 a 64 años.

Factores de riesgo

Entre los principales factores de riesgo, se encuentra la hipertensión. La presión arterial elevada es la causante de poco más de la mitad de todos los accidentes cerebrovasculares, Ademas el incremento de los casos de obesidad, junto con el consumo de tabaco, alcohol y la diabetes. Por si fuera poco, la baja actividad física y una dieta poco saludable, específicamente, alta en sodio.

El cambio climático también influye en el aumento de la incidencia de los derrames cerebrales. Un aumento en las temperaturas debido al cambio climático ha incrementado el riesgo de sufrir un accidente de este tipo, aunque un estudio reciente revela que las bajas temperaturas provocan efectos más pronunciados en la incidencia de derrames cerebrales.

Sin olvidar que la contaminación exterior e interior contribuyen al 30% de los derrames cerebrales en todo el mundo. Si bien este factor ya no se encuentra entre los principales, sigue siendo de gran importancia médica.

La mejor manera de prevenir estos accidentes es controlando la presión arterial, la obesidad y dejando de lado otros factores de riesgo, como el tabaquismo, alcoholismo y sedentarismo. Así como el consumo elevado de sodio.

Reducir la presión arterial hoy significa reducir la incidencia de accidentes cerebrovasculares mañana

¿Por qué el agua mineral daña los riñones?

El agua mineral es una de las más consumidas alrededor de todo el mundo. Debido a que brinda una sensación refrescante y burbujeante es que miles de personas les gusta tomarla. Ya sea sola, o mezclada con alguna otra bebida o ingrediente.

El consumo de agua mineral puede provocar efectos negativos en la salud de las personas. En especial, en la de los riñones, llegando a creerse incluso que esta puede generar piedras en los riñones. Existen varios tipos de agua mineral, se pueden encontrar tres tipos de esta bebida y son los siguientes:

Agua mineral natural. Es la que se extrae del subsuelo y se encuentra mineralizada naturalmente. Es rica en magnesio, calcio, potasio y hierro. Este tipo de agua cuenta con gas, pero lo pierde en el momento en el que es extraída.

Agua mineral natural gasificada. Es el agua mineral natural a la que se le añade gas carbónico de procedencia casi siempre volcánica. Esto le da un sabor un poco ácido.

Agua mineralizada. Es el agua a la que se le agregan minerales para enriquecer sus propiedades.

Si te preguntas cuál de estas variedades es la mejor para la salud de los riñones o del cuerpo en general, beber el agua mineral natural, sin importar si es con o sin gas.

Efectos del agua mineral en los riñones

No hay ninguna evidencia de que el consumo de agua mineral aumente el riesgo de padecer cálculos renales. Tampoco menciona que tenga alguna participación en el deterioro de los riñones.

Al contrario, el consumo de agua mineral contribuye a alcanzar una buena hidratación. Además, los minerales que contiene, como el calcio y el sodio, pueden ayudar a complementar las dietas pobres en estos minerales.

En cuanto a otros efectos en el cuerpo, podría suceder que ocasione malestares estomacales, ya que se producirían eructos, distensión abdominal, gases y dolor de estómago. Asimismo, se mencionó que el agua mineral podría dañar el esmalte dental; sin embargo, aún faltan estudios que confirmen o desmientan esta creencia.