

HONDURAS QUEDATE ENCASA

NUNCA FUE MÁS FÁCIL SALVAR VIDAS
¡Tu puedes hacer la diferencia!



PAISANITO



ESAS ÓRDENES HAY
QUE ACATARLAS Y NO
ATACARLAS...

LUNES

30 DE MARZO DE 2020

EL PAÍS

LA TRIBUNA DE HONDURAS

San Pedro Sula, Año 3 • N° 821 • L. 8.00 www.elpais.hn • Facebook: @honduraselpais @elpaishonduras



AISLADOS HASTA EL 12 DE ABRIL



REGISTRAN 29 CASOS MÁS DE
COVID-19 Y NÚMERO LLEGA A 139

SOLO PERMITIRÁN 2 PERSONAS
POR VEHÍCULO Y SI LLEVA MÁS
PASARÁN 24 HORAS DETENIDOS

NADIE CIRCULARÁ EL MARTES,
JUEVES, SÁBADO Y DOMINGO

CERRARÁN NEGOCIOS QUE
OPEREN SIN AUTORIZACIÓN

DESDE HELICÓPTERO LA VIRGEN
DE SUYAPA DA SU BENDICIÓN

LAS AUTORIDADES INFORMARON, QUE DURANTE EL TOQUE DE QUEDA, EL LUNES PODRÁN TRANSITAR LOS CIUDADANOS CUYO DOCUMENTO TERMINE EN 1, 2 Y 3; MIÉRCOLES 4, 5 Y 6 Y EL VIERNES 7, 8, 9 Y 0 DE 9:00 A.M. A 3:00 P.M. AL SÚPER PUEDEN IR PERSONAS ESPECIALES DE 7:00 A 9:00 DE LA MAÑANA



OPERATIVO /32

DETIENEN A UN
HOMBRE POR NO
PODER JUSTIFICAR
CASI UN MILLÓN



NARCOTRÁFICO /30

GENERAL (R)
VENEZOLANO
SE ENTREGA A
ESTADOS UNIDOS



Tu acceso al Banco
sin salir de casa



Atlántida
Online



Atlántida
Móvil

400 transacciones



Asesora Bancaria
Interactiva
2280-1010

DigitalDondeEstés

TEMA DEL DÍA



LO MÁS COMENTADO

El Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager), a solicitud de la Secretaría de Salud, determinó extender por 14 días más la alerta roja para los 18 departamentos de Honduras a partir de la 1:00 p.m., de ayer, en base al artículo 4, inciso 2 y los artículos 41 y 45 de la Ley del Sinager.

ANUNCIAN PROGRAMACIÓN PARA ABASTECERSE DE ALIMENTOS

AUTORIDADES AMPLÍAN TOQUE DE QUEDA HASTA EL 12 DE ABRIL

TEGUCIGALPA. La Secretaría de Seguridad anunció ayer que el toque de queda vigente en el marco de la emergencia por el coronavirus se extenderá hasta el 12 de abril próximo y que la población podrá circular “conforme a la terminación de los dígitos de su tarjeta de identidad, pasaporte y/o carné de residentes.

La disposición de programar las salidas, es para que puedan abastecerse de alimentos, medicinas, combustibles y realizar sus trámites de manera ordenada durante los días, lunes, miércoles y viernes con horario de 9:00 de la mañana a 3:00 de la tarde.

Esta medida estará vigente a partir del día lunes 30 de marzo, hasta el domingo 12 de abril de 2020 o de acuerdo a las disposiciones de las autoridades sanitarias, que integran el Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (Sinager).

COMUNICADO

El comunicado emitido por la Secretaría de Seguridad indica que “para lograr un mayor control preventivo de contagio de COVID-19,

se determinó segmentar a la población conforme a la terminación de los dígitos de su tarjeta de identidad, pasaporte y/o carné de residentes, para que puedan abastecerse de alimentos, medicinas, combustibles y realizar sus trámites de manera ordenada durante los días, lunes miércoles y viernes, con horario de 09:00 am a 3:00 pm, vigente a partir del día lunes 30 de marzo, hasta el domingo 12 de abril de 2020”.

Agregó que “esta medida es aplicable para supermercados, gasolineras, farmacias y bancos, los cuales permanecerán abiertos únicamente durante los días programados, asimismo se informa que los salvoconductos estarán vigentes mientras dure la emergencia”.

Además, se informó que “los días martes, jueves, sábado y domingo, queda prohibida la circulación de vehículos, salida de personas a nivel nacional, salvo las excepciones ya establecidas en el decreto ejecutivo No. PCM-021-2020, quienes deben justificar ante la autoridad competente su movilización; portando su res-

DÍA	TRANSITAR	TERMINACIÓN DE CÉDULA, PASAPORTE Y/O CARNET DE IDENTIDAD
Lunes	9:00 a.m. a 3:00 p.m.	1, 2 y 3
Miércoles	9:00 a.m. a 3:00 p.m.	4, 5 y 6
Viernes	9:00 a.m. a 3:00 p.m.	7, 8, 9 y 0

Todos los días sin restricciones, siempre que se justifique asuntos de trabajo, autoridades de SINAGER, transporte pesado, cadena de agroalimentos, personas con salvoconducto, medios de comunicación autorizados.

SUPERMERCADOS

Personas de la tercera edad, mujeres embarazadas y discapacidad serán atendidos de manera exclusiva en los mismos días, en un horario especial de:



Respetando la terminación de su cédula de identidad, pasaporte y/o carné de identidad.

Esta medida es aplicable para supermercados, gasolineras, farmacias y bancos, los cuales permanecerán abiertos únicamente durante los días programados, asimismo se informa que los salvoconductos estarán vigentes mientras dure la emergencia.

Infografía: Diana El País

pectivo salvoconducto”.

Las autoridades aclararon que “solamente se permitirá a dos personas a bordo de un vehí-

lo, solo una de ellas podrá realizar los trámites en los comercios aquí descritos; por el incumplimiento de esta medida será su-

to al decomiso del vehículo por el término que dure esta emergencia, asimismo se procederá con la detención de las personas a bordo hasta por 24 horas según lo establecido en la Ley de Convivencia y Seguridad Ciudadana”.

“En lo referente a la circulación de equipo pesado, personas con salvoconducto, productores de la cadena agroalimenticia y personal que conforman SINAGER; podrán circular por lo que dura la alerta, siempre y cuando justifiquen labores de trabajo, sometiéndose a medidas de bioseguridad de instituciones públicas o privadas y lugares que las tengan establecidas”, señaló el comunicado. Finalmente indicó que “con relación a los vuelos internacionales programados durante la vigencia de esta medida, serán habilitados los aeropuertos de Tegucigalpa y San Pedro Sula los que deberán operar sujetos a restricciones. Asimismo, las aduanas aéreas, marítimas y terrestres seguirán laborando normalmente para las importaciones y exportaciones”.

Cerrarán negocios que estén operando sin estar autorizados

TEGUCIGALPA. La Secretaría de Seguridad, a través de la Policía Nacional, ante la crisis sanitaria que enfrenta el país, emitió un comunicado que pone de manifiesto las medidas a tomar en cuenta según las recomendaciones brindadas por el Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (SINAGER) ante esta crisis sanitaria nacional.

Lo anterior para evitar las aglomeraciones al momento de abastecerse de insumos para el hogar. Estas medidas serán aplicadas en todo el territorio nacional debido a la ampliación del toque de queda.

Los negocios que no están auto-

rizados serán cerrados, así mismo se detendrán las personas que no justifiquen su circulación en las calles.

“Las personas que no tengan un motivo para salir de sus casas serán detenidas por el bien de todos” expresó el director de Comunicaciones de la Policía Nacional, Jaír Meza.

El comisionado enfatizó que “sabemos que hay necesidades en cada uno de los hogares hondureños, tengamos paciencia de lo contrario las medidas serán aplicadas conforme a ley.”

Es importante mencionar que las personas que circulen el día que les corresponde deberán portar su nú-

mero de identidad con la misma terminación.

Jaír Meza destacó que se estarán realizando puntos de control en diferentes calles, bancos, farmacias y supermercados mismas que pedirán su documentación respectiva.

El funcionario aclaró que estas personas serán llevadas a estaciones policiales y si anda en su vehículo será decomisado mientras dure esta emergencia. Asimismo, se incitó a la población de acatar las medidas impuestas por los miembros de SINAGER todo para preservar la vida de los hondureños y evitar el contagio del COVID-19.



Los agentes policiales realizarán operativos para que se cumplan las medidas impuestas.

NUNCA FUE MÁS FÁCIL SALVAR VIDAS

**# HONDURAS
QUEDATE
ENCASA**

¡Tu puedes hacer la diferencia!



CIUDAD SPS



LO MÁS COMENTADO

Trasportistas de la Ruta 10 se manifestaron porque aseguran que no tienen ningún ingreso económico desde hace dos semanas, ya que las unidades de buses, taxis y rapiditos han estado parados durante ese tiempo y solicitan que se les apoye con alimentación porque viven del día a día y ya no tiene qué comer.

HOSPITALES NO SE DARÁN ABASTO

PIDEN A ALCALDES QUE PREPAREN SITIOS PARA CUARENTENA DE PACIENTES POR COVID-19



Los pacientes que estén en recuperación no podrán terminar la cuarentena en los hospitales porque no hay suficiente espacio.

Carlos Umaña, presidente de los médicos del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS), hace un llamado a la Asociación de Municipios de Honduras (AMHON), para que los alcaldes preparen sitios convenientes en sus comunidades y que sirvan de albergues para los pacientes que sean recuperados y enviados a sus ciudades puedan cumplir con la cuarentena porque los hospitales no tienen la capacidad para alojar durante 21 días a estas personas.

“No podemos rechazar a estas personas en las comunidades, por eso exhorto a los alcaldes, militares, policías, Cruz

Roja y Bomberos para que establezcan sitios especiales en los que se puedan atender a estos pacientes que van a retornar y obligatoriamente deben de cumplir una cuarentena, pero si los van a dejar en sus casas debe ser con vigilancia epidemiológica y evitar que las personas salgan de sus casas”, expresó Umaña.

El galeno explicó que la familia que esté en contacto con estos pacientes deben usar mascarillas y toda la protección necesaria, además los utensilios para comer que utilicen estas personas deben de ser desechados.

La ropa debe lavarse por se-

parado y no juntarla con la de los demás y si se pudiera aislar a esta persona sería mucho mejor.

“Estos pacientes que regresan a sus casas deben estar en cuarentena, se les debe de proporcionar todos los alimentos o darles la oportunidad de comprarlos porque de esta manera evitarán que el virus se riegue por sus comunidades, pero no podemos estigmatizar a estas personas porque todos somos hondureños y los que se han contaminado no tiene la culpa y tampoco nosotros entonces tenemos que colaborar”, comentó Umaña.

No hay incineradores para muertos por pandemia

El protocolo mundial ante el fallecimiento de una persona a causa del COVID-19 es la incineración, sin embargo, Honduras no cuenta con ese mecanismo para poder cremar los cuerpos y se han tenido que enterrar con las medidas respectivas, informó Carlos Umaña, presidente de los médicos del IHSS.

Comentó que, cuando ya está confirmado que el paciente murió por COVID-19, se mete en una bolsa plástica hermética y el personal debe estar protegido y si la persona falleció con catéter, sonda o cualquier tubo, no se le debe quitar absolutamente nada, tienen que embolsarlo con to-

do lo que haya tenido conectado.

“Se debe colocar en el ataúd sellado y debe ir directamente al cementerio, no existe el velatorio, no porque el cadáver transmita el coronavirus, sino porque a los velatorios van otras personas y los familiares que tuvieron contacto con el difunto y que están en cerco epidemiológico no es correcto por lo tanto deben ir al cementerio de inmediato”, afirmó Umaña.

El médico dijo que los sepultureros no deben tener miedo porque lo que deben hacer antes de sepultar el cadáver es rociar con una solución jabonosa, luego con un desinfectante y así el féretro va a quedar desinfectado por lo tanto

no habrá ninguna contaminación.

“Por parte de la compañía a cargo del cementerio, debe dar protección a los sepultureros, pueden usar mascarillas, aunque una vez rociado el ataúd con la solución esterilizante, clorada o jabonosa no existirá ningún contagio”, aseguró Umaña.

Hizo énfasis en que “honduras no tienen incineradores y solo hay en el sector privado que está en Tegucigalpa y San Pedro Sula, para nosotros eso no es una opción, cuando no se puede incinerar el cuerpo y ha fallecido por COVID-19, el plan ‘B’ es el entierro inmediato”.



Según el médico Carlos Umaña, la opción “B” es enterrarlos con las medidas correspondientes.

UTH y Guiran donan caretas para protección de personal médico



La Universidad Tecnológica de Honduras (UTH) se suma a la iniciativa ciudadana Guiran con las réplicas de pantallas diseñadas para proteger al personal médico, también de seguridad y aseo que se encuentran atendiendo a la población por el COVID-19.

El proyecto se está desarrollando en los laboratorios de la UTH en San Pedro Sula a través

de un grupo de profesores voluntarios de Guiran, que producirán 50 unidades diarias mediante equipo de impresión en 3D.

El material de estas caretas lleva un corte de filamento plástico y una lámina de acetato que se puede desinfectar y volver a utilizar.

La institución ya hizo la entrega del primer lote de 40 unidades

al personal del hospital Leonardo Martínez, luego entregarán a los demás centros asistenciales hasta completar la meta de 1,500 unidades.

Dennis Aguilar, director de la Facultad de Ingenierías en la UTH, dijo que es un acto de buena voluntad con relación a la crisis que vive el país por el COVID-19.

SE SOLIDARIZAN CON LOS MÁS AFECTADOS POR COVID-19

BENEFICIAN CON ALIMENTOS A PERSONAS DE ZONAS VULNERABLES

TEGUCIGALPA. Ante la crisis generada por el COVID-19, muchas personas atraviesan situaciones muy difíciles con carencia de alimentos y medicinas, detener las actividades económicas y dejar de laborar por varios días está generando caos en los sectores más vulnerables de la ciudad, razón por la que varias instituciones han tendido una mano solidaria para proporcionarles comida y otros productos que en esta situación es lo primordial.

La Asociación Hondureña de Gastronomía y Chef Profesionales, en conjunto con la Academia Las Amigas, también el Instituto Tecnológico Los Zorzales y el Ministerio Remanente Linaje de David, junto a ellos se unió Oasis de Bendición para recorrer las calles del centro de San Pedro Sula y poder dar más de 500 baleadas a las personas que no tiene qué comer.

Muchas personas desposeídas que viven en la calle y que comen de la caridad de otros fueron beneficiadas a través de los alimentos que estas organizaciones llevaron y que, además, agradecieron a algunas empresas por haber contribuido para lograr el objetivo.

Para la zona de los bordos, donde también viven muchas familias que carecen de las necesidades básicas han sido beneficiadas con alimentos.

La Iglesia de Cristo Ebenezer



Las manos solidarias de chef voluntarios y varias organizaciones prepararon baleadas y las llevaron a las diferentes calles sampedranas donde se ubican muchas personas que no tienen hogar.

preparó varias raciones para beneficiar a las familias de las zonas más vulnerables y durante varias horas pudieron competir no solo los alimentos, sino que aprovecharon para hablar de la Palabra de Dios.

La desesperación ante la necesidad de la gente hizo que un grupo de personas se abalanzara al camión en el que transportaban las raciones provocando un caos y que al final no lograron entregar los alimentos de manera ordenada.

“Hubo un poco de caos y los

viveres no se repartieron de la forma más civilizada, la entrega de comida se salió de control, pero no hubo daños físicos y no nos robaron nada”, expresó German Alonso Ponce, hijo del pastor German Ponce.

El suceso causó indignación en las redes sociales, en su mayoría reprochando el acto bochornoso.

Las muestras de solidaridad continúan con la ayuda de Loto sigue cambiando vidas, a través de su compromiso con la sociedad hondureña brindando ayuda a uno de los sectores más vul-

nerables del país, ayer fueron beneficiados los habitantes del centro Arca de Honduras, que brinda asistencia a personas con discapacidad.

Las provisiones entregadas contenían alimentos, insumos de limpieza y medicamentos los cuales ayudarán a abastecer el centro durante la emergencia de salud que a traviesa el país, las ayudas continuarán los próximos días y a través del proyecto “Loto es Solidaridad con Honduras” busca aliviar las limitaciones que tienen estas instituciones.

Poder Judicial suspende labores desde hoy hasta el 5 de abril

TEGUCIGALPA. La Presidencia de la Corte Suprema de Justicia, mediante Decreto Ejecutivo N° PC:M-021-2020 de fecha 15 de marzo de 2020, en Consejo de Ministros, haciendo uso de la facultad que le otorga el artículo 24 de la Constitución de la República aprobó la restricción a nivel nacional, por un plazo de siete días a partir de la aprobación y publicación de dicho decreto ejecutivo de las garantías constitucionales, la suspensión de labores en los sectores público y privado durante el tiempo de excepción del lunes 16 al domingo 22 de marzo del 2020.

En el marco de la emergencia nacional sanitaria y alerta roja por el COVID-19, acuerdan ampliar el plazo de suspensión de labores en el Poder Judicial a nivel nacional del lunes 30 de marzo al 5 de abril del 2020, con el objetivo de que los funcionarios y empleados judiciales permanezcan en sus respectivas viviendas, limitándose a circular en casos de extrema necesidad por razones personales o laborales.



A raíz de la emergencia por el COVID-19, quedan suspendidas las labores.



Las principales calles de San Pedro Sula fueron visitadas para dar baleadas a personas que no tenían qué comer.



Loto llevó alimentos y medicinas a varias colonias donde habitan personas de escasos recursos económicos.



Estos hombres fueron sorprendidos con dos baleadas y un jugo.

EL PAÍS

PANDEMIA CADA VEZ EN AUMENTO

CONFIRMAN OTROS 29 CASOS POSITIVOS DEL TEMIDO CORONAVIRUS

SAN PEDRO SULA. Cuando se tenía la esperanza de que el virus del COVID-19 iba en descenso, ya que el pasado sábado solo se registraron 15 casos, las alarmas se dispararon pues ayer las autoridades de Salud confirmaron que otras 29 personas dieron positivo a la temida enfermedad.

Lo anterior lo ratificó la ministra de Salud, Alba Consuelo Flores, luego que la página oficial del Gobierno <https://covid19honduras.org/> que informa sobre el tema, notificara que ascendían a 139 los casos del COVID-19 en el país siendo el departamento de Cortés el que más casos registra. Asimismo, la funcionaria notificó que hay tres nuevas muertes sospechosas por coronavirus, información que será ratificada al recibir los estudios de las pruebas que ya fueron enviadas al laboratorio de virología en la capital. De ser así, el número de muertes aumentaría a seis.

Según especificó, los decesos por confirmar serían: un paciente en el Instituto Hondureño del Seguro Social (IHSS) en San Pedro Sula, el segundo sería una mujer de 49 años quien murió en el hospital Mario Catarino Rivas. Ambos ciudadanos fueron diagnosticados previamente con coronavirus. El tercer paciente es un hombre que murió en la madrugada en la Capi-



La secretaria de Salud, Alba Consuelo Flores, dio a conocer anoche sobre la confirmación de los nuevos casos de COVID-19.

tal Industrial al que sus familiares sepultaron en horas de la tarde. Los decesos por confirmar se sumarian a los tres casos que ya fueron ratificados por Salud y quienes eran del municipio de Villanueva.

Flores aseguró que los resultados de las pruebas se conocerán hoy y mencionó que en San Pedro Sula se pondrá en funcionamiento un laboratorio para detectar casos lo más rápido posible.

De acuerdo con autoridades del Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (Sinager), 27 de los nuevos contagiados son del departamento de Cortés y dos son del municipio del Distrito Central, sin embargo, no se dio a conocer mayores detalles como el sexo y la edad ya que ayer, hasta el cierre de edición, no hubo la acostumbrada cadena nacional para informar sobre los mismos.



LO MÁS COMENTADO

Ayuda alimentaria, atención médica, fumigaciones y decomiso de bebidas embriagantes, entre otras, fueron las acciones que realizaron ayer las autoridades municipales de Marcovia, Choluteca, en conjunto con la Policía Nacional para prevenir la COVID-19.



La operación Honduras Solidaria espera beneficiar a 3.2 millones de personas a nivel nacional.

Continúa la ayuda de alimentos para los más afectados por emergencia

TEGUCIGALPA. La Operación Honduras Solidaria llegó ayer a las colonias Nueva Capital, Suyapa y Villanueva Sur, y la aldea Guascuilé, del Distrito Central, donde entregó alimentos casa por casa a las familias más afectadas por el confinamiento para cortar el contagio del coronavirus.

Con la entrega casa por casa se evita que la gente salga de sus hogares y que se propague aún más el coronavirus. En la quinta jornada de esta actividad promovida por el Gobierno para abastecer de alimentos y artículos de higiene personal a familias pobres, la operación continuó en Comayagüela y Tegucigalpa, además de iniciarse también en los municipios de Santa Fe (Colón) y El Triunfo (Choluteca).

El Saco Solidario contiene arroz, café, avena, azúcar, harina de maíz, harina de trigo, manteca, margarina, pasta, papel, espaguetis, cubitos, consomé, pasta de tomate y salsa de tomate. Además, incluye cuatro mascarillas,



Le doy gloria a Dios porque es Él quien mueve corazones, y le doy gracias a los que hicieron esto posible y pedimos que Dios les bendiga". Cándida Medina.

gel antibacterial, jabones para lavar ropa y para lavar sus manos, así como jabón líquido.

Con la Operación Honduras Solidaria se pretende llevar alimentos a las puertas de las casas de no menos de 800,000 familias pobres, que representan 3.2 millones de personas a nivel nacional. De entrada, la iniciativa priorizó ciudades como el Distrito Central, San Pedro Sula, La Ceiba y Choluteca, pero se extenderá al resto del país. En ese sentido el presidente recalcó que la operación seguirá reforzándose y que las alcaldías serán incluidas para lograr una mejor cobertura.



Varios son los sectores que hicieron la solicitud.

Unas 26 empresas piden suspensión de contratos de trabajo

TEGUCIGALPA. Hasta el viernes de la semana anterior, al menos 26 empresas de distintos rubros habían pedido, formalmente, suspensión de contratos de trabajo ante el gobierno debido a la crisis generada por el coronavirus COVID-19, según fuentes privadas.

Entre las solicitudes estarían algunas maquilas que perdieron sus pedidos en el exterior al haber cancelado las compras los clientes en países co-

mo Estados Unidos, donde va la mayoría de exportaciones del sector textil, confección y arneses.

Las peticiones se basan en el Capítulo VII del Código de Trabajo: en el Artículo 99 establece que la "suspensión total o parcial de los contratos de trabajo no implica su terminación ni extingue los derechos y obligaciones que emanen de los mismos, en cuanto al reintegro al trabajo y continuidad del contrato".

En el Artículo 101 explica que la "suspensión de los contratos de trabajo surtirá efecto desde la conclusión del día en que ocurrió el hecho que le dio origen, siempre que la comprobación de la causa en que se funde se inicie ante la Secretaría de Trabajo y Previsión Social".

En este caso, si la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS) "no autorizare la suspensión por no existir la causa alegada o por ser es-

ta injusta, la declarará sin lugar, y los trabajadores podrán ejercitar sus derechos emanados del contrato de trabajo".

Los afectados también se podrán agarrar de las leyes y reglamentos laborales y demás disposiciones aplicables, por la responsabilidad que compete al patrono. Si interrumpe los trabajos sin dar el aviso, tendrá que indemnizar a los trabajadores con treinta 30 días de salario.



Cardenal Rodríguez valora el esfuerzo del personal de salud del país y pide acatar medidas de prevención.

ANTE CRISIS POR CORONAVIRUS

DESDE UN HELICÓPTERO, LA VIRGEN DE SUYAPA BENDICE A LA POBLACIÓN

Tegucigalpa. Las imágenes del Santísimo Sacramento y la Virgen de Suyapa sobrevolaron ayer en Tegucigalpa y otras ciudades en un helicóptero de la Fuerza Hondureña (FAH) para bendecir a la población que está confinada en sus casas ante la pandemia del COVID-19.

El cardenal Óscar Andrés Rodríguez, arzobispo de Tegucigalpa, y el padre Carlo Magno Núñez, párroco y rector de la basílica de Suyapa, acompañaron en el helicóptero al Santísimo Sacramento y la imagen de la Patrona de Honduras, cuyo sobrevuelo es una inici-

tiva de la Iglesia católica para llevar un mensaje de esperanza y fe a los hondureños.

Esta es la primera vez que el Santísimo Sacramento y la Virgen de Suyapa sobrevuelan el país para bendecir a la población que está confinada en sus casas debido a la emergencia sanitaria y el toque de queda vigentes ante la pandemia del coronavirus.

“Queremos agradecer esta gran colaboración de la Fuerza Aérea. Sabemos que se están haciendo muchos esfuerzos para detener esta epidemia, pero lo más importante es la fe y, por consiguiente,

orando con fe vamos a conseguir ese milagro”, subrayó el cardenal Rodríguez.

“Por eso queremos sobrevolar el país con las distintas diócesis en los próximos días, para que todos los hondureños nos sintamos unidos por el amor de Dios, por la devoción a la Madre del Cielo y que el Señor, pues, conceda esta gracia para nuestro pueblo hondureño”, expresó el cardenal.

Explicó que esta iniciativa cristiana, llamada “Surcando los cielos”, comenzó este domingo en el Distrito Central y abarcará el resto del país.



AMDC fumiga con drones las colonias Abraham Lincoln, en la San Juan Bosco y en la Villa Olímpica.

Alcaldía capitalina fumiga las colonias con drones

Personal del Comité de Emergencia Municipal (Codem) de la Alcaldía Municipal del Distrito Central (AMDC) realizaron ayer fumigaciones de desinfección con drones en la colonia Abraham Lincoln, la San Juan Bosco y en las instalaciones de la Villa Olímpica.

El operativo de fumigación para desinfectar con hipoclorito de calcio las distintas zonas de la capital y así prevenir la propagación del COVID-19 en la ciudad, se realizó por instrucciones del alcalde capitalino, Nasry «Tito» Asfura.

Los empleados edilicios, apoyados con drones, iniciaron desde horas tempranas los trabajos de desinfección en hospitales, albergues y los alrededores de Diálisis de Honduras, pues en este último lugar se atiende a muchas personas de la tercera edad que se exponen al contagio, informó el regidor municipal, Juan Carlos García.

Afirmó que en este momen-

to la prioridad del edil Asfura es proteger a la ciudadanía capitalina, razón por la cual a diario diferentes dependencias de la comuna realizan esfuerzos para que se cumplan las disposiciones decretadas por el Gobierno Central a través del Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager) en la situación de crisis por el coronavirus.

Los sitios desinfectados en las últimas horas mediante drones, cisternas y bombas de aspersión son las colonias Abraham Lincoln y San Juan Bosco; además, el tramo de la Calle Real donde se ubica Diálisis de Honduras, las instalaciones de la Villa Olímpica, el hospital San Felipe y el del Tórax.

Asimismo, las acciones de salubridad incluyen los vehículos que ingresan a la capital por los cuatro puntos cardinales, con personal asignado a la altura de El Durazno, Loarque, Villa Vieja, campo de parada Marte y la salida a Olancho.



Las manifestaciones han transcurrido sin incidencias ni enfrentamientos con policías quienes han mediado con sus participantes.

Continúan protestas de grupos que exigen alimentos y agua en Honduras

Pequeños grupos de personas volvieron a salir a las calles de las principales ciudades de Honduras para exigir alimentos y agua ante la emergencia que vive el país por el coronavirus que ha causado tres muertes y 110 casos confirmados en esta nación.

En Tegucigalpa, medio centenar de personas, algunos con el rostro cubierto, bloquearon la salida hacia el departamento de Olancho, oriente del país, y obstaculizaron la circulación de vehículos con piedras, quema de neumáticos y basura.

La mayoría de los manifestantes son pepenadores (recolectores) que luchan día a día por ganar «algo de dinero» en el vertedero de Tegucigalpa, la capital hondureña, donde separan una amplia variedad de residuos.

OPINAN

EDITORIAL

LA ANSIADA MEDICACIÓN

Todavía se debe esperar, según los expertos, ya que los ensayos en humanos –contra el nuevo coronavirus– comenzarán inminentemente, pero incluso si van bien y se encuentra una cura, existen muchas barreras antes de que la inmunización global sea factible. Incluso en sus estrategias de contención más efectivas y draconianas, solo se ha frenado la propagación de la enfermedad respiratoria COVID-19. Con la Organización Mundial de la Salud declarando finalmente una pandemia, todos los ojos se han centrado en la posibilidad de una vacuna, porque solo ésta puede evitar que las personas se enfermen.

Cerca de 35 compañías e instituciones académicas están compitiendo para crear dicha vacuna, al menos cuatro de las cuales ya tienen candidatos que han estado probando en animales. El primero de ellos, producido por la firma de biotecnología Moderna, con sede en Boston, entrará en ensayos con humanos próximamente.

Esta velocidad sin precedentes se debe en gran parte a los primeros esfuerzos chinos para secuenciar el material genético de Sars-CoV-2, el virus que causa COVID-19. China compartió esa secuencia a principios de enero, permitiendo a grupos de investigación de todo el mundo cultivar el virus vivo y estudiar cómo invade las células humanas y enferma a las personas.

Pero hay otra razón para la ventaja. Aunque nadie podría haber predicho que la próxima enfermedad infecciosa que amenazaría al mundo sería causada por un coronavirus (generalmente se considera que la gripe representa el mayor riesgo de pandemia), los inmunólogos han cubierto sus apuestas trabajando en patógenos “prototipo”. “La velocidad con la que

hemos trabajado se basa en gran medida en la inversión para comprender cómo desarrollar vacunas para otros coronavirus”, dice Richard Hatchett, CEO de la organización sin fines de lucro con sede en Oslo Coalition for Epidemic Preparedness Innovations (Cepi), que lidera los esfuerzos para financiar y coordinar el desarrollo de la vacuna COVID-19.

Los coronavirus han causado otras dos epidemias recientes: el síndrome respiratorio agudo severo (SARS) en China en 2002-04 y el síndrome respiratorio de Medio Oriente (MERS), que comenzó en Arabia Saudita en 2012. En ambos casos, el trabajo comenzó con vacunas que sus resultados fueron archivados cuando se contuvieron los brotes. Una compañía, Novavax, con sede en Maryland, ahora ha reutilizado esas vacunas para SARS-CoV-2, y dice que tiene varios candidatos listos para participar en ensayos en humanos esta primavera. Mientras tanto, Moderna se basó en trabajos anteriores sobre el virus MERS realizados en el Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas de EE.UU. en Bethesda, Maryland.

Esto es lo más reciente, partiendo de consultar a los expertos. No nos permitamos, como sociedad, correr riesgos de diseminar una pandemia que es una amenaza real. No hace gracia tener que ver los métodos de inhumación dado un óbito por esta causa, no hay adiós, no hay funeral, simplemente queda solo el recuerdo y el inmenso dolor. Lo vivimos con el dengue y ahora debemos mejorar muchos patrones de conducta para no regar este mal. Mientras, debemos esperar por que se logre lo antes posible la vacuna. Acatemos, pero no ataquemos a las autoridades.

VISIÓN

Ser el medio informativo líder del país, que cambie la forma de ver la noticia en Honduras, enfocándola en forma profesional, positiva, veraz y objetiva, entregada al pueblo hondureño con los mayores estándares de calidad y que a su vez resalten los más altos valores de la nación, así como una visión de éxito y de optimismo, sin dejar a un lado el suceso, pero tratado con el respeto a la vida y dignidad humana que se merece el pueblo hondureño.

Encierro y esperanza



Ernesto Alvarado Reina
Abogado y Notario
ernestoalvaradoreina@hotmail.com

La pandemia de coronavirus, en forma franca y de manera sincera, ha infundido extremo temor o pánico en todos los países del mundo.

No puede ser de otra manera, dada la naturaleza y estructura de esta peste, que permite diezmar o matar una cantidad considerable de personas, sin controlar a cabalidad los efectos del mal. Por estas y algunas otras estimaciones, es imprescindible poner un cerco epidemiológico que permita frenar las incidencias o fatales consecuencias de este monumental virus que tiene manifestaciones de exterminio total de los seres humanos. Hasta el momento China Continental ha logrado paralizar sus efectos parciales y totales, con una velocidad y efectiva vacuna que ha dado buenos resultados. Por el contrario, Italia, España, Irán, China y Estados Unidos (USA) han sido los más golpeados, tanto por contaminación como por el número de fallecidos.

No todo está perdido, hay que estar en solidaridad y unidos gráficamente para combatir la pandemia que tiene ribetes de gran significación y particular transcendencia.

El mundo no puede ser indiferente, la vida de los seres de carne y hueso con raciocinio o mentalidad son primordiales en su quehacer diario y subsistencia. El confinamiento y el aislamiento son medidas esenciales para evitar la multiplicación de la enfermedad en las comunidades. Los gobernantes tienen que tomar medidas rigurosas y de cumplimiento estricto, dejando siempre un margen o espacio necesario para el abastecimiento de alimentos para masa poblacional, realizando actividades en forma escalonada, con orden y especial horario de entrada y salida, sin excederse en los márgenes previamente señalados por las autoridades y en cumplimiento de los protocolos de prevención, a fin de no extender en mayor cantidad la convivencia social y trato humanitario que conlleva una

situación crítica que vivimos sin exclusión o desigualdad.

Siempre hay una esperanza que nos conduce a la luz con la finalidad de combatir, eliminar paulatinamente, o terminar con esta clase de peste y sus premonitorias consecuencias de final del orbe y sus pobladores.

Conviene recordar en este comentario, que la Constitución de la República de Honduras señala que la salud es un derecho de todos los ciudadanos, por consiguiente, todos estamos en el derecho de acceder a los hospitales y centros de salud con la finalidad de ser tratados con las atenciones necesarias y el esmero debido, máximo cuando se trata de casos como el que actualmente acontece.

La persona humana tiene derecho también a la seguridad y a los medios económicos de normal subsistencia en sus variadas actividades, bajo un salario equitativo a su fuerza laboral porque hacer lo contrario, y no proporcionar alimentos por los medios necesarios de sostenimiento equivale a una total injusticia.

El Gobierno de la República está en la obligación de actuar con indiscutible apertura política y efectiva habilidad aportando al mecanismo que supriman gradual y progresivamente las perjudiciales ocurrencias, separando en forma eficaz los frecuentes males sociales, abriendo las puertas al razonamiento humano y a la promoción de un porvenir agradable para toda la colectividad.

Las condiciones o especiales circunstancias son favorables para tomar determinaciones concretas en esta clase de situaciones que ameritan rápidos paliativos o remedios a corto plazo, con el objetivo de solucionar efectiva y adecuadamente los fatales resultados de una latente amenaza mundial de grandes proporciones.

EL PAÍS
LA TRIBUNA DE HONDURAS

Una publicación de Medios Unidos S.A. de C.V. Fundado el 29 de Junio de 1917.

GERENTE GENERAL
HUGO ROMERO

DIRECTOR
ADÁN ELVIR FLORES

JEFATURA DE REDACCIÓN
ORLANDO ESCOTO/FLORENCIO PUERTO

CONSEJO EDITORIAL
RODOLFO DUMAS / JACOBO GOLDSTEIN / ILSA DÍAZ ESPINOZA

Dirección: San Pedro Sula Barrio La Guardia. Teléfonos: Pbx 2556-5750

EL PAÍS.HN

MÁS Clasificados

COMPRA Y VENDE **iRAPIDITO!**

HORARIO:
LUNES A VIERNES
8:00 a.m. a 5:30 p.m.
SÁBADO Y DOMINGO
CERRADO
CIERRE:
2 días antes de
fecha de publicación.

PBX:
clasificados@elpais.hn
marivel.maradiaga@elpais.hn



BIENES RAÍCES



ALQUILERES



EMPLEOS



PRÉSTAMOS



VEHÍCULOS



MAQUINARIA



SERVICIOS



MASCOTAS



VARIOS

VENTA • ALQUILER • COMPRA DE INMUEBLES • ASESORES INMOBILIARIOS • OFERTAS • SERVICIOS VARIOS



BIENES RAÍCES

VENTA DE CASAS

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



El Potosí se vende casa
con 4 habitaciones, dos salas cuarto de servicio bodega garaje terraza en \$280,000 LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa en Jardines del Valle
con 4 dormitorios, a tan solo 3,200.000 negociable en 5 etapas. LLAMAR 9964-9686 DC BROKERS. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Barrio Los Andes vendo casa

840 varas y 440 metros. 5 habitaciones 4 baños dos salas a \$429,000 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Villas del sol VENDO CASA
3 habitaciones circuito privado sector autónoma L2,500,000 llamar 99649686 INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Colonia moderna VENDO CASA
4 habitaciones dos salas 5 baños cuarto de servicio garaje 6 carros 620 varas de terreno 350 metros \$350,000 súper nitida Tel. 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



El pedregal 1400 vras.

500 metros de construcción más la piscina y BBQ finos acabados \$490,000 dólares. 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Se vende hermosa casa

La foresta 4 habitaciones con baño, dos salas baño visitas. Garage L7,000,000 negociable llamar al 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Villa Mónaco
vendo casa, circuito cerrado, con piscina, 4 habitaciones, 3 baños, porcelanato, dos salas, nueva \$260,000 para citas LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Residencial Puerta del Sol venta o renta

1era. planta Consta de: sala, comedor, cocina, estudio, baño de visita, área lavandería, cuarto servidumbre, bodega, área verde con espacio para construir piscina. 2da planta consta de: 4 habitaciones con sus respectivos baños closet de madera y sala familiar. Terreno casa mide 502 vrs. 330 metros de construcción. Venta \$275,000 negociable Renta \$1,400. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

COLONIA ALTIPLANO SE ALQUILA APARTAMENTO
INFORMACIÓN: 3264-0685



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



El Pedregal 630 v2

320 Mts de construcción, consta 4 habitaciones completas, 2 salas, cocina, desayunoador, cuarto de empleada, piscina, techado para 2 vehículos. \$350,000.00 NEGOCIABLE.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



El Pedregal 536 V2

4 habitaciones completas, 2 salas, cocina, desayunoador, cuarto de empleada, lavandería, jardín, techado para 2 vehículos. \$255,000.00 NEGOCIABLE.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



LA CEIBA

449,000 usa dollars. A rare triple lot 100 by 150 feet. NEGOCIABLE.



D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Se venden 3000 varas en Masca

A \$90.00 LA VARA. CERCAO FRENTE AL MAR, llamar 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Vendo casa Col. Universidad

380 metros más piscina 4 habitaciones estudio acabados en madera de color 960 varas de terreno a \$385,000 negociable llamar 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



A dos cuadras de la PLAYA MAR DE PLATA

la mejor playa de Omao, las casas constan de tres habitaciones con baño cada una y un balcón, una salita arriba, la parte de abajo tiene baño de visita, sala, cocina, comedor, estacionamiento, área social con piscina y kiosco. Valor Lps. 3 millones.



¿Es propietario de un bien inmueble? ¿Y desea venderlo o alquilarlo?

CONSÚLTENOS, PUEDE CONFIAR EN NOSOTROS

Le brindamos los siguientes servicios:

- Venta o alquiler su bien inmueble o propiedad.
- La renta con opción a compra si usted así lo desea.
- Compra y venta de propiedades dentro y fuera de la ciudad y del país en calidad de inversión.
- Administraciones de bienes inmuebles.
- Asesoría de precios y valores catastrales.
- Entre otros servicios.

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Más fácil

COMPRA Y VENDE **iRAPIDITO!**

Anúnciate en nuestros clasificados de línea y automáticamente te anuncias

GRATIS EN NUESTRA WEB



elpais.masclasificados.hn

Contáctanos:
PBX (504) 2556-5750, 3144-3340
linda.lopez@elpais.hn / clasificados@elpais.hn

Bienes Raíces

MÁS Clasificados



D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
Llama al 9964-9686

**VILLAS DEL SOL VENDO
 CASA 3 HABITACIONES
 CIRCUITO PRIVADO**
 SECTOR AUTONOMA

Inscríbete a: www.dcbrokers.club
 y conviértete en socio.

L. 2,500,000

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
Llama al 9964-9686

**EL POTOSÍ SE VENDE CASA
 CON 4 HABITACIONES**
 DOS SALAS CUARTO DE SERVICIO
 BODEGA GARAJE TERRAZA

Inscríbete a: www.dcbrokers.club
 y conviértete en socio.

\$ 280,000

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**EN
 LA TREJO**

2300 Vr.
\$480,000.00

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**CASA MAYA #2
 534 VARAS, 380 MTS
 DE CONSTRUCCION**

3 habitaciones completa, sala, cocina,
 desayunoador, lavandería, cuarto de
 empleada, techado 2 vehículos.

\$260,000 NEGOCIABLES

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
Llama al 9964-9686

**LAS MESETAS CONSTRUYA
 SU CASA CON NOSOTROS**
 DE 3 HABITACIONES, DOS Y MEDIO BAÑOS, TENEMOS
 TERRENO DE 280 VARAS

Inscríbete a: www.dcbrokers.club
 y conviértete en socio.

L. 2,750,000

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
Llama al 9964-9686

**RESIDENCIAL PUERTA DEL SOL
 VENTA O RENTA**

1ERA. PLANTA CONSTA DE: SALA, COMEDOR, COCINA, ESTUDIO,
 BAÑO DE VISITA, ÁREA LAVANDERÍA, CUARTO SERVIDUMBRE,
 BODEGA, ÁREA VERDE CON ESPACIO PARA CONSTRUIR PISCINA.
 2DA PLANTA CONSTA DE: 4 HABITACIONES CON SUS
 RESPECTIVOS BAÑOS CLOSET DE MADERA Y SALA FAMILIAR.

Inscríbete a: www.dcbrokers.club
 y conviértete en socio.

\$275,000 NEG.

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**CASA DE 563 VARAS
 380 MTS DE CONSTRUCCIÓN**

4 habitaciones completa, 2 salas, cocina,
 desayunoador, circuito cerrado, cerca de Jardines.

\$310 MIL Negociables

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**TERRENO EN TRUJILLO
 2100 MANZANAS**

TIENE 179 KILÓMETROS
 DE PLAYA.

LPS. 350 MIL POR MANZANA

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Colonia Moderna
 vendo casa**

200 metros construcción y
 7 apartamentos (producen
 renta) con 1570 varas de te-
 rreno precio de venta ganga
 L8,900,000 (precio avalúo
 L15,000,000) 99649686.
 INSCRIBETE A: WWW.DC-
 BROKERS.CLUB Y CON-
 VIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

Barrio El Benque
 Se vende 830 varas, con
 oficinas y apartamento, 130
 metros de construcción,
 ubicado en la 9 ave, 5 y 6
 calle barrio Benque a tan
 solo L. 5,500,000. Llamar
 9964-9686. INSCRIBETE A:
 WWW.DCBROKERS.CLUB
 Y CONVIERTETE EN SO-
 CIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

Los Portales
 Contiguo a avenida Juan
 Pablo Circunvalación, se
 vende casa de 420 varas en
 L. 2,000,000 negociable, se
 puede vender la mitad en 1
 millón negociable. Llamar
 9964-9686. INSCRIBETE
 A: WWW.DCBROKERS.
 CLUB Y CONVIERTETE EN
 SOCIO.

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**Se vende casa en
 Los Andes**
 En 6 millones con 520 va-
 ras 220 metros llamar al
 99649686 INSCRIBETE A:
 WWW.DCBROKERS.CLUB
 Y CONVIERTETE EN SO-
 CIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

Las Mesetas
 Construya su casa con nos-
 otros, de 3 habitaciones, dos
 y medio baños, un estudio, dos sa-
 las, cuarto servicio, garaje,
 puertas de madera color,
 área de BBQ, bodega. Lla-
 mar para cillas al 9964-9686.
 INSCRIBETE A: WWW.DC-
 BROKERS.CLUB Y CON-
 VIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Los Alpes
 Se vende her-
 mosa casa**

L. 4,150,000 con 4 habita-
 ciones, un estudio, dos sa-
 las, cuarto servicio, garaje,
 puertas de madera color,
 área de BBQ, bodega. Lla-
 mar para cillas al 9964-9686.
 INSCRIBETE A: WWW.DC-
 BROKERS.CLUB Y CON-
 VIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Residencial
 Salamanca, casa
 en pre venta**

La cual consta de 300 mts2,
 área de construcción 144.76
 mts2, sala, comedor, cocina,
 3 dormitorios, 2 baños,
 área de lavandería, garaje,
 puertas de madera de color e
 interiores termoformadas con
 marco de cedro, ventanas
 cerquizadas, piso de cerámica,
 aceras perimetrales. Precio
 \$95,000.00

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**Se vende casa en
 Los Andes**
 En 6 millones con 520 va-
 ras 220 metros llamar al
 99649686 INSCRIBETE A:
 WWW.DCBROKERS.CLUB
 Y CONVIERTETE EN SO-
 CIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

Lomas del Pedregal
 En San Pedro Sula, se ven-
 den lotes de 1500 varas, cir-
 cuito cerrado a tan solo \$180
 dólares la vara, sector Foresta
 y Merendon Hills. Llamar
 9964-9686. INSCRIBETE
 A: WWW.DCBROKERS.
 CLUB Y CONVIERTETE EN
 SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Se vende bella
 casa**

La Hacienda Campisa, con
 850 varas, 4 habitaciones,
 dos salas, garaje, patio
 abundante, cuarto servicio,
 cocina con muebles y grani-
 to, finos acabados a tan
 solo L. 8,500,000.00 Llamar
 9964-9686. INSCRIBETE A:
 WWW.DCBROKERS.CLUB
 Y CONVIERTETE EN SO-
 CIO.

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

Casa Maya #2
 534 varas, 380 mts de cons-
 trucción, 3 habitaciones com-
 pleta, sala, cocina, desayu-
 nador, lavandería, cuarto de
 empleada, techado 2 vehícu-
 los, \$260,000 negociables .

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**En La Trejo
 2300 vr, \$480,000.**

**Se vende casa
 en la Ideal**
 En 1,150,000 llamar al
 99649686. INSCRIBETE A:
 WWW.DCBROKERS.CLUB
 Y CONVIERTETE EN SO-
 CIO.

MAYA
 Bienes Raíces e Inversiones

TELÉFONOS
 9658-7869
 9978-5136
 9959-7400

**Casa en Jardines
 del Valle**
 Lps. 3,000,000 millones,
 negociable, 3 habitaciones,
 cuarto de empleada, garaje
 para dos carros, 523 varas.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Villa Mónaco
 circuito cerrado**
 Contiguo a villas del sol
 se vende bella casa con 4
 habitaciones dos salas co-
 medor cocina 350 metros
 garage 2 vehiculos nueva
 en \$260,000 finos acaba-
 dos llamar al 99649686.
 INSCRIBETE A: WWW.DC-
 BROKERS.CLUB Y CON-
 VIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Villa Mónaco se
 vende casa**
 Con 3 dormitorios nueva a
 \$160,000 con 185 metros
 de construcción llamar al
 99649686. INSCRIBETE A:
 WWW.DCBROKERS.CLUB
 Y CONVIERTETE EN SO-
 CIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces

**Se vende casa
 de playa, Pueblo
 Nuevo**
 con 1000 varas de terreno
 a tan solo \$70,000 dólares
 negociable a 70 metros del
 mar, LLAMAR 9964-9686.
 INSCRIBETE A: WWW.DC-
 BROKERS.CLUB Y CON-
 VIERTETE EN SOCIO.

VENTA Y ALQUILER DE BIENES ADMINISTRADOS



Tegucigalpa

Ventas de casas



CASA EN RESIDENCIAL VILLA ELENA, dispone de la distribución siguiente: **PRIMER NIVEL:** Sala Principal, Comedor, Cocina con alacena, Desayunador, Vestíbulo, Dormitorio de empleada con baño, Área de Lavandería, Bodega, **SEGUNDO NIVEL:** Sala familiar (Con deck de madera exterior), Baño de visitas **TERCER NIVEL:** Dos habitaciones con closet y un baño completo compartido, habitación completa con baño y vestidor, closet de blancos; Habitación principal con chimenea, Baño completo con ducha, Tina de Hidromasajes, además cuenta con terraza, área de barbacoa techada, sistema y sistema de agua caliente (A.T. 9,752.38 V² Y A.C. 580m²) **PRECIO DE VENTA USD 700,000.00**

Alquileres de casas y apartamentos



APARTAMENTOS EN EL EDIFICIO RODELI'S, edificio ubicado en el Barrio La Hoya cerca del centro de Tegucigalpa, constan de una habitación, sala-comedor-cocineta en un solo ambiente y un baño **Precio L.3,200.00 y L.3,600.00 mensuales.**

Tela, Atlántida

Ventas de terrenos



TERRENO A ORILLA DE LA PLAYA EN ALDEA SAN JUAN, TELA, ubicado contiguo al Hotel Honduras Shores Plantation con un área de 5,320 MP (70 m x 76 m) a un precio de USD300.00/MP



Terreno ubicado en Aldea San Juan, dentro de residencial privada en Honduras Shores Plantation rodeada de reserva natural con acceso a la playa, club privado con restaurante y piscinas con un área de 18,639.00 M² a un precio de USD80.00 /M².

San Pedro Sula

Alquiler de locales



LOCALES COMERCIALES, ubicados en Bo. El Centro, 4ta calle, 3 y 4 Ave. S.O. Área de 137 m² **Precio L.30,000.00 más impto.**



LOCALES COMERCIALES, ubicados en Bo. El Centro, 6ta calle, 5 y 6 Ave. S.O. Área desde 67.5 m² **Precio desde L.8,000.00 más impto.**



LOCAL COMERCIAL, ubicado en Bo. Paz Barahona, 10 Ave. 10 calle S.O. Área de 66 m². **Precio L.6,000.00 más impto.**



LOCALES COMERCIALES, ubicados en Bo. Guamilito, 10 Ave. Entre 2 y 3 calle N.O. Área desde 58 m². **Precio desde L.5,000.00.**

Alquileres de casas y apartamentos



CASA EN LA COLONIA JARDINES DEL VALLE BLVD LAS TORRES, consta de **PRIMER NIVEL:** Sala, Comedor, Cocina, Baño de visitas, Dormitorio de empleada con baño, área de lavandería y garaje para 2 vehículos. **SEGUNDO NIVEL:** Tres Dormitorios con su baño completo y una sala. **PRECIO \$700.00.**



APARTAMENTO EN LA COLONIA EL BARRIAL, ubicados en RESIDENCIAL EL BARRIAL, segunda planta; consta de Sala-comedor, cocina, 2 dormitorios con su baño completo, estacionamiento **Precio L.9,000.00.**



APARTAMENTO EN BO. GUAMILITO, ubicados en BARRIO GUAMILITO, 5ta Ave. Entre 6 y 7 calle N.O, segunda planta. Consta de Sala - comedor, cocina, 2 dormitorios con su baño completo, área lavandería y estacionamiento **Precio L.6,000.00.**



APARTAMENTO EN BO. GUAMILITO, 4ta Ave. 6 y 7 calle N.O, consta de sala, comedor, cocina, dos dormitorios con su baño completo, área de lavandería y estacionamiento. **PRECIO L.5,000.00.**

Contáctenos

Tegucigalpa
TEL. 2280-0000
Ext. 2562,2476
fvelasquez@bancatlan.hn

San Pedro Sula
TEL. 2580-0000,
Ext. 3376, 3285, 3286, 3287
chernandez@bancatlan.hn

Vicepresidencia Fideicomisos

EL MEJOR PRECIO Y ATENCIÓN GARANTIZADA



PUBLIQUE SUS AVISOS LEGALES

Contáctenos:

PBX (504) 2556-5750
clasificados@elpais.hn
marivel.maradiaga@elpais.hn



MÁS clasificados

Bo. La Guardia,
Ave. Nueva Orleans,
32 calle N.O

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se venden 1,235 varas en Los Andes

Con instalaciones ideales para escuela, esquina opuesta en boulevard los caminantes A TAN SOLO \$380,000.00 NEGOCIABLES. Llamar 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa Colonia Modelo

Sector Andalucía, con apartamento adicional nuevo, casa de tres habitaciones y garaje esquina a L.1.690,000 LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa en Palos Verdes

L. 2,000,000, con 3 habitaciones internas, sala, comedor, cocina y tres habitaciones externas adicionales. Llamar 9964-9686. Inscríbete a: www.dcbrokers.club y conviértete en socio.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa Villa Olímpica en L. 1,200,000

Financiamiento, directo, 4 pagos prima 40% o con el banco, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



El Progreso Colonia Aurora

Casa en pre venta la construimos en 5 meses aprovechar fondos del gobierno. L.1,200,000 con 3 habitaciones dos baños Garage 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



El Pedregal

1200 varas, 650 mts de construcción, 5 habitaciones completa, 2 salas, cocina desayunador, bodega, cuarto de empleada, piscina, techado 4 vehículos \$750,000.00 negociables.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Casa de playa

\$135 negociable frente de playa Milla 4, 800 varas, 4 habitaciones.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se venden 1,650 varas Barrio La Guardia

A \$150 la vara negociable LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa La Trejo

4ª etapa, 1000 varas, 350 metros, 3 hab, dos salas, L. 7,000,000 para citas LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Casa de 563 varas

380 mts de construcción, 4 habitaciones completa, 2 salas, cocina, desayunador, \$310 mil negociables, circuito cerrado, cerca de Jardines.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Se vende casa de playa en sector Omoa

A 60 metros de la playa, consta de 852 varas y tiene 272 metros de construcción, 3 habitaciones, 2 baños, 2 cisterna. Lps. 2.6 millones.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Vendo Casa Col. Universidad

con 430 varas, 200 metros, tres habitaciones, 2 baños, garaje, cuarto de servicio, apartamento en segunda planta a precio L. 3,200,000 neg LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Casa Bosques de Merendón

Consta de 4 habitaciones, 387.60 metros de construcción, 684 varas en terreno, Con central de aire y todas las habitaciones con sus aires, Plantas eléctrica General 16kw. \$370,000.00 negociable.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa sector comercial

Barrio Lempira, 3 y 4 avenida, sector Pájaro Azul, 515 varas, Lps.2,900,000 llamar 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa Colonia El Roble

con 3 habitaciones y 2 apartamentos en segundo nivel, garaje, a Lps. 1,950,000 llamar a 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Villa Mónaco vendo casa circuito cerrado

Con piscina, 4 habitaciones, 3 baños, porcelanato, dos salas, nueva \$260,000 para citas LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Vendo Casa Col. Universidad

con 430 varas, 200 metros, tres habitaciones, 2 baños, garaje, cuarto de servicio, apartamento en segunda planta a precio L. 3,200,000 neg LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Construimos su casa en Villaflorencia

Pre venta con nosotros en 300 varas, cercada, 85 metros, dos habitaciones, L.1.650,000, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende casa sector comercial

Barrio Lempira, 3 y 4 avenida, sector Pájaro Azul, 515 varas, Lps.2,900,000 llamar 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Monte Bello

Vendo casa duplex L.570,000 LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

Contáctenos:

PBX (504) 2556-5750

clasificados@elpais.hn

marivel.maradiaga@elpais.hn



ALQUILER DE CASAS



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Consta de 300 vrs y 100 mts

Cuenta con 3 habitaciones, cocina, desayunador y sala circuito cerrado arriba de centro comercial Altara precio \$110,000.00 Negociable.

ALQUILER DE TERRENOS

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Alquilo El Palenque 1,860 varas

A \$1000 LLAMAR A 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

VENTA DE TERRENOS

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende terreno en Choloma

12 manzanas planas a orilla de carretera 180 metros de frente a 3,800,000 cada manzana negociables, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



3 manzanas pegado a Mackey

Para urbanizar con los permisos de construcción, precio 155 c vara, negociables.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se venden en La Figueroa

8800 Varas contiguo a Torres Terravista cercadas a \$250 la vara, negociable ideal para condominios LLAMAR A 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



San Roberto de Sula se vende solar

745 varas con muro y plantel sector industrial a L. 2,500,000, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Santa Cruz de Yojoa 13.5 manzanas

Frente a la carretera de San Pedro Sula a Tegucigalpa, tiene luz y agua. Lps. 5,100,000.

ALQUILER DE TERRENOS

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende terreno en Choloma

12 manzanas planas a orilla de carretera 180 metros de frente a 3,800,000 cada manzana negociables, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

VENTA DE TERRENOS

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



3 manzanas pegado a Mackey

Para urbanizar con los permisos de construcción, precio 155 c vara, negociables.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se venden en La Figueroa

8800 Varas contiguo a Torres Terravista cercadas a \$250 la vara, negociable ideal para condominios LLAMAR A 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Puerto Cortés, Playa Costa Rica

Una de las mejores Playas de Cortés 10,004 varas a \$40 por vara, negociable.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



Se vende predio

De 2600 varas a orilla del Boulevard Juan Pablo II, 14 millones negociable, para ferreteria, centro comercial, otros.

**ASTRÓLOGA Y
Consejera
ESPIRITUAL**

CONSULTA DEL TAROT GRATIS!!

***SUERTE *DINERO *AMOR**

QUITA DE TU VIDA ESA ENFERMEDAD
desconocida que no te deja vivir en paz!!
Te diré quiénes son tus enemigos y qué tipo de daño o mal te han hecho

DEJA DE SUFRIR
Por esa persona que no está a tu lado yo hago amarras de amor efectivos y duraderos le ayudo desde la primera consulta para que el éxito siempre esté de su lado en el amor los negocios y todo tipo de relación.

ACTIVA TU SUERTE
Te ayudaré a prosperar tu negocio que todo lo que tus manos toquen prospere!!!

Visítame
TE TRAIGO AL SER AMADO
rendido a tus pies!!

Privacidad y confianza absoluta!!

**HAZ TU CITA
+504 9938-6486**

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



7 manzanas
Frente a boulevard contiguo a Tránsito a \$ 80 vr. Apto para un área industrial.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Vendo 5100 vras.
A orilla bulevar al aeropuerto 200 metros del peaje hacia progreso contiguo a gasolinera Uno L13,500,000 LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



1 Manzana en Río Blanco
\$.75.00 c/ vara, negociable, frente al Boulevard hacia El Zapotal.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Se vende Terreno 280 Varas Villaflorencia
L.800,000 negociable, LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces

El Zapotal
Carretera pavimentada se venden lotes 2000 varas o menos a 65 dólares la vara. LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

100 manzanas Lago de Yojoa
Con 100 cabezas de ganado todas con sus gabeladas.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



Propiedad en venta sector Baracoa, Cortés
totalmente plana, no inundable, el valor por manzana es de Lps. 248,000.00, zona agroindustrial, extensión 40.5 hectáreas, 58.0867, especial para cultivos de palma, caña o cacao.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**

17 Manzanas
6.5 millones en Santa Cruz, con finca de naranja.



2 Casas 31 manzanas de tierra
completas y alumbradas, tanificada, 1 granja de pollo, 1 laguna de tilapia, venados, 10 cabezas de ganado, 2 caballos, patos, gallinas, gansos, 4 vacas, tremendo PRECIO LPS. 7,300,000.00 NEGOCIABLE.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces

Vendo terreno en Omoa
600 varas a L.650,000 LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Se venden 1,500 Varas Bulevar del Sur

En \$150 dólares la vara, a 300 metros de motel tropical y gasolinera casi frente a la terminal LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



52 manzanas en Santa Cruz
con casa de campo y casa de mayordomo, y árboles frutales litchas, naranjas, limones, café y ganados con sus gavetas LPS.10,500,000.00 NEGOCIABLE.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Se venden 6800 varas Campisa

Con vista planas ideal para hacer condominios a.\$600,000 neg. LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**

Te ofrezco 18 manzanas
Para urbanización, por las 18 mzs Lps 6,000,000.00 frente a carretera.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**

¡¡¡GANGA!!!
Ofrezco con 10 minutos a la Urbanización planes de Vivienda, 1153 lotes de terreno, el típico es de 200 y 250 V2, valor de la vara \$31.00.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



¡¡¡GANGA!!!
2200 varas a \$120 vara en Col. Trejo.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



2 Manzanas
Con 2 casas completas, con piscina casi frente a recta de Santa Cruz \$200,000.00.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



Terreno en Trujillo
2,100 manzanas Lps. 350 mil por manzana, tiene 179 kilómetros de playa.

D.C. Brokers
Constructora y Bienes Raíces



Bosques del Merendón
Vendo 2510 varas a \$165 por vara LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



2000 varas
En La Trejo \$160.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



2 Manzanas
Con 2 casas completas, con piscina casi frente a recta de Santa Cruz \$200,000.00.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



Finca de café
Aguacate Hass, Limón Persea, Árboles de Liquidámbar.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



Bosques del Merendón
Vendo 2510 varas a \$165 por vara LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



25 Manzanas
frente recta de Santa Cruz 13 millones.

SERVICIOS

Masajes Domicilio S.P.S.

**INFORMACIÓN AL
9930-1294**

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



Bosques del Merendón
Vendo 2510 varas a \$165 por vara LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400**



25 Manzanas
frente recta de Santa Cruz 13 millones.

D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

La Jutosa se venden 3 manzanas
A 1,700,000 cada manzana negociable, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



12 Manzanas
Contiguo a Zizima, frente a Boulevard \$80 vr.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



8 Manzanas
cercada, con luz y agua, \$ 45 vr, Sector Norte.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



1 Manzana
Frente Diunsa Pedregal \$185 por vara.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



18 Manzanas
en Dos Caminos, \$12 vr., para parque Industrial. GAN-GA.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



4 Manzanas
La Vuelta del Cura \$50 la vara.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400

46 manzanas a Lps 230,000.00
Por manzana planas no inundables, casa en El Barrial 2100 varas, 500 metros de construcción, 5 habitaciones completa, área de cine. \$500,000.00 negociable.

D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Sitratel se vende solar 430 varas
En 1,350,000 llamar A 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y ONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



5 mil varas
Frente playa \$60 negociable.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Bella Vista 9,500 V²
¡¡¡GANGA!!!, \$185,000.00 negociable.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400

Juan Lindo 6,600 V²
Lps.18,500,000.00/ 1000 V² a Lps.160,000.00.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400

Mackey 1,500 V² \$ 185.00 por V²
Te ofrezco 2 manzanas por la curva carretera a Cortés frente a boulevard, especiales para bodegas. \$ 55.00 por vara.



ALQUILER DE EDIFICIOS
D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se alquila bodega de 300 metros
Barrio La Guardia contiguo a Bomohsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Se venden 10 manzanas, Valles de Quimistán
Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

VENTA DE EDIFICIOS
D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se venden 1,038 varas
Barrio Concepción, 7 y 6 calle contiguo a Cofisa, tiene locales, apartamentos, locales para restaurante amplios y casa súper bien acabada, con un frente amplio a tan solo L. 11,500,000.00 negociables. Se pueden parcelar en dos partes. LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se vende bodega en Paz Barahona
500 metros, Lps.6,500,000. LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se venden edificios en Bo. El Centro
4 avenida en 6,500,000 y otro en 6 calle El Centro a 13,000,000 también se vende propiedad de 800 Varas en Guamilito cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



Se alquila bodega de 300 metros
Barrio La Guardia contiguo a Bomohsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Se venden 10 manzanas, Valles de Quimistán
Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



se vende edificio
3 niveles y sotano en barrio El Centro frente a Hondutel, 4 ave. una cuadra al este de Davivienda a tan solo L.5,000,000.00, LLAMAR 9964-9686, SAN PEDRO SULA INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se alquilan 2 edificios en colonia Aurora
De 5 y 4 niveles conectados entre sí cada piso tiene 200 metros todo por La 55,000 también se puede alquilar por separado el de 5 pisos en 30,000 LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se venden edificios en Bo. El Centro
4 avenida en 6,500,000 y otro en 6 calle El Centro a 13,000,000 también se vende propiedad de 800 Varas en Guamilito cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



Se alquila bodega de 300 metros
Barrio La Guardia contiguo a Bomohsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Se venden 10 manzanas, Valles de Quimistán
Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

se vende edificio en la 20 calle
Barrio Las Palmas altura de Juzgados Municipalidad con 4 apartamentos y tres locales a tan solo 2,000,000, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se vende bodega en el bulevar del Sur
1300 metros cuadrados con 3 mil varas cuadradas, El precio de la bodega es 700 mil dolares.



En Barandillas
2100 mts, tres pisos, el primero en parque en sotano con autoservicio 4 \$ el metro, 850 mil \$ todo el edificio.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se venden edificios en Bo. El Centro
4 avenida en 6,500,000 y otro en 6 calle El Centro a 13,000,000 también se vende propiedad de 800 Varas en Guamilito cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



Se alquila bodega de 300 metros
Barrio La Guardia contiguo a Bomohsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Se venden 10 manzanas, Valles de Quimistán
Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



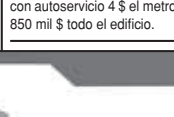
Se vende edificio en el Bo. El Benque
Con 4 apartamentos y dos locales, 674 metros de construcción, Lps.4,900,000. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se vende edificio de 4 apartamentos
Con una casa de 4 dormitorios, en Barandillas, a un precio de Lps.4,000,000. LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se venden edificios en Bo. El Centro
4 avenida en 6,500,000 y otro en 6 calle El Centro a 13,000,000 también se vende propiedad de 800 Varas en Guamilito cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



Se alquila bodega de 300 metros
Barrio La Guardia contiguo a Bomohsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Se venden 10 manzanas, Valles de Quimistán
Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

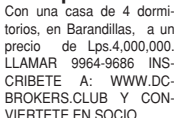
Se vende edificio en el Bo. El Benque
Con 4 apartamentos y dos locales, 674 metros de construcción, Lps.4,900,000. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se vende edificio de 4 apartamentos
Con una casa de 4 dormitorios, en Barandillas, a un precio de Lps.4,000,000. LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



En Barandillas
2100 mts, tres pisos, el primero en parque en sotano con autoservicio 4 \$ el metro, 850 mil \$ todo el edificio.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces



Se venden edificios en Bo. El Centro
4 avenida en 6,500,000 y otro en 6 calle El Centro a 13,000,000 también se vende propiedad de 800 Varas en Guamilito cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



Se alquila bodega de 300 metros
Barrio La Guardia contiguo a Bomohsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



D.C. Brokers
Construtora y Bienes Raíces

Se venden 10 manzanas, Valles de Quimistán
Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

MÁS clasificados

COMPRAY VENDE ¡RAPIDITO!

EL PAÍS
DE PRENSA DE GUATEMALA

El Mejor Precio y atención garantizada.

CONTACTENOS: PBX (504) 2556-5750
clasificados@elpais.hn / marivel.maradiaga@elpais.hn
O VISITENOS EN: BO. LA GUARDIA, AVE. NUEVA ORLEANS, 32 CALLE N.O.

¡Será un placer atenderle!



UN SUPLEMENTO PROMETEDOR CONTRA LA COVID-19

Investigadores canadienses han iniciado un estudio sobre la eficacia de la quercetina contra el virus SARS-CoV-2. Este flavonoide se puede tomar en forma de suplemento o a través de determinados alimentos vegetales.

El laboratorio del doctor Michel Chrétien en el Instituto de Investigación Clínica del Instituto de Montreal, afiliado a la Universidad de Montreal (Canadá), comenzó a investigar las propiedades de la quercetina después de la epidemia de SARS, que estalló en 26 países en 2003.

Los investigadores descubrieron que un derivado de la quercetina proporcionaba protección de amplio espectro contra una amplia gama de virus y ahora están convencidos de que puede ser eficaz contra el SARS-CoV-2, causante de la pandemia COVID-19.

La quercetina es un flavonoide, es decir pigmentos naturales presentes en los vegetales y que protegen al organismo del daño producido por agentes oxidantes, como los rayos ultravioletas, la contaminación ambiental, sustancias

químicas presentes en los alimentos, etc.

LA QUERCETINA ES UN POTENTE REFUERZO INMUNITARIO

Cuando se dio a conocer el brote de COVID-19 en la ciudad de Wuhan (China), a fines de diciembre de 2019, retomó sus contactos científicos en China y el pasado mes de febrero un grupo de investigadores canadienses y chinos comenzaron los ensayos clínicos con más de 1,000 pacientes.

Si el tratamiento se demuestra eficaz, estará fácilmente disponible en todo el mundo, ya que la producción de quercetina es sencilla y barata. El tratamiento es seguro y costaría menos de 2 euros al día.

Según las investigaciones realizadas hasta la fecha, la querceti-

na actúa de varias maneras contra la enfermedad vírica. Es capaz de inhibir la producción de citoquinas inflamatorias que están asociadas a las complicaciones graves de la COVID-19, pero sobre todo reduce la multiplicación del virus porque se acopla a los receptores celulares de la enzima convertidora de angiotensina, (ACE-2). Estos receptores son la puerta que utiliza el virus SARS-CoV-2 para entrar en las células humanas.

Estudios anteriores habían demostrado que la quercetina reduce el riesgo de contraer infecciones respiratorias después de situaciones de estrés físico. Uno de estos estudios fue realizado por el Departamento de Defensa de los Estados Unidos y concluyó que el suplemento nutricional aumentaba la resis-

tencia de los soldados a las infecciones víricas.

¿CÓMO SE TOMA LA QUERCETINA?

La dosis más frecuentemente utilizada en los estudios es de 1,000 mg diarios repartidos en dos tomas. Normalmente se presenta en combinación con vitamina C, bromelaina y niacina para mejorar su absorción. También se recurre a formas glucosiladas (como el glucósido de quercetina 3-beta-O-D).

La quercetina es un flavonoide que se encuentra en una variedad de alimentos vegetales. Se estima que los europeos consumen una media de 10 a 100 mg diarios a través de la dieta. Para aumentar esta dosis se pueden incrementar el consumo de los alimentos más ricos en quercetina: cebollas, na-

ranjas y otras frutas cítricas enteras (se encuentra en la piel blanca interior), manzanas con piel, chiles dulces verdes y amarillos, alcaparras, espárragos, cerezas, uvas, té negro y verde.

OTROS BENEFICIOS DE LA QUERCETINA PARA LA SALUD

Además de su efecto antivírico, la quercetina es antioxidante y se ha utilizado para prevenir y reducir la intensidad de las reacciones alérgicas.

Algunas investigaciones sugieren, además, que puede ser útil para tratar la hipertensión arterial, así como las tasas elevadas de glucosa, el colesterol y los triglicéridos en sangre, y para reducir el riesgo de Alzheimer y otras demencias.

CUERPOMENTE



MIEDO AL CORONAVIRUS: CLAVES DE MANEJO EMOCIONAL

Por estos días, el miedo al coronavirus (COVID-19) ha estado presente en la población. Después de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) declarara esta infección como una pandemia, la incertidumbre empezó a apoderarse de todos. Hoy en día, el epicentro de la enfermedad de sitúa en Europa, aunque el virus se sigue extendiendo por el mundo.

Es posible que, ante todo esto, estés sintiendo constantemente nervios, tensión e incluso pánico. Además, debido al bombardeo de información, lo más probable es que no puedas pensar en otra cosa

que no sea el coronavirus.

También es normal que, ante cualquier pequeño síntoma, sientas alarma y pienses que estás infectado. Son muchas las personas que están acudiendo a los servicios de urgencias por malinterpretar los síntomas debido al miedo.

En primer lugar, debes intentar mantenerte ocupado. Despeja la mente de vez en cuando y trata de pensar en otra cosa diferente al coronavirus. Acepta el miedo que te produce la situación o la ansiedad que te provoca. No hay nada malo en sentirse así.

Lo ideal es buscar apoyo en las

personas cercanas. Si vives solo, trata de llamar con frecuencia a familiares o amigos. Cualquier forma en la que puedas recibir cariño y soporte será buena.

ANALIZA LA INFORMACIÓN QUE RECIBES

No todas las noticias son del todo fiables, ni los datos correctos. Trata de sacar información de fuentes científicas y veraces. Además, debes intentar ser objetivo y realista. Ser alarmista de manera excesiva tampoco aporta ningún beneficio.

Debes estar atento a cualquier síntoma, pero sin obsesionarte. Sigue las pautas de higiene y prevención que dictan las autoridades, pero sin tener conductas de discriminación ni de rechazo.

Por otra parte, se recomienda mantener una actitud optimista ante la situación. Ser consciente del peligro no quiere decirlo que debas ser negativo ni demasiado alarmista. Recuerda que, manejar tus emociones y controlar el miedo te ayudarán a sobrellevar el problema.

MEJOR CON SALUD



¿En qué nos beneficia el té de anís?

Favorece el sistema digestivo: el anís tiene efecto sedante, anti-espasmódico y carminativo por lo que se utiliza para tratar problemas digestivos. La infusión se recomienda para combatir gases, molestias, dolores intestinales, acidez, gastritis u otros problemas estomacales. Su consumo ayuda a la digestión y sus procesos gracias a un compuesto llamado atenol.

Favorece el sistema nervioso: su efecto sedante también es beneficioso para calmar los nervios, reducir los niveles de estrés, y la neurastenia, un trastorno neurótico que se detecta por sentir un cansancio inexplicable luego de actividades psíquicas o físicas. Lo ideal es beber una infusión a base de semillas de anís.

Favorece el sistema respiratorio, posee propiedades antiinflamatorias y expectorantes que ayudan a liberar los bronquios de fluidos que los perjudican, por lo que es ideal para tratar casos de tos, bronquitis, asma, o gripe. **LA RED21**

Refrescantes beneficiosos para la salud

1. Hidrata. La sandía se asocia al verano y no es de extrañar, puesto que es un alimento con gran contenido en agua, el 92% de su composición, y contiene importantes electrolitos. Puede comerse en cualquier momento. Si además la dejamos en la nevera, estará no solo deliciosa, sino que será muy refrescante.

2. Mejora el sistema inmunológico y previene de daños celulares. Esta fruta es rica en vitamina C, que es esencial para nuestro sistema inmunológico y, por tanto, protege nuestro cuerpo y nos ayuda a combatir, por ejemplo, los resfriados. Asimismo, mantie-

ne el equilibrio redox de las células y las protege de especies reactivas al oxígeno, que dañan nuestras células y el ADN.

3. Cicatriza las heridas cicatrización de heridas. El papel de la vitamina C en la curación de heridas también se ha observado en numerosos estudios, ya que es esencial para la formación de nuevo tejido conectivo. Las enzimas que participan en la formación de colágeno, es decir, el componente principal de la cicatrización de heridas, es ineficiente sin vitamina C. En definitiva, la sandía participa en la curación de las heridas.

4. Mejora la salud ósea. La san-

día contiene licopeno, que es especialmente importante para nuestra salud ósea. El licopeno dietético, que está presente en algunos alimentos como la sandía o los tomates, reduce el estrés oxidativo que normalmente aminora la actividad de osteoblastos y osteoclastos, dos células óseas involucradas en la patogénesis de la osteoporosis.

El consumo de licopeno se asocia a huesos más saludables. La sandía también es rica en potasio, que ayuda a retener el calcio en el cuerpo, dando como resultado huesos y articulaciones más saludables.

PSICOLOGÍA Y MENTE



EL CERREAL, CLAVE EN LA EVOLUCIÓN DE LOS HUMANOS

El maíz, el trigo y el arroz son considerados como la base de la alimentación humana, pues entre los tres aportan aproximadamente el 42.5% del suministro de calorías alimentarias del mundo.

Los cereales son alimentos que, desde los tiempos más remotos, aportan alrededor de la mitad de la energía que los humanos necesitamos para vivir con salud y rendir al máximo cada día. De hecho, hoy en día el suministro de alimentos en el mundo depende en gran medida de la disponibilidad de alimentos basados en cereales.

Se calcula que hace aproximadamente 10,000 años, el ser humano plantó, por primera vez unas semillas de la especie *Triticum* en algún lugar de Oriente Medio; estas semillas dieron lugar 2,500 años después al trigo tierno.

Esto resultó como un hito crucial en la historia de la humanidad, pues dio origen a la agricultura y las ciudades, así como el paso del nomadismo al sedentarismo. Este cambio significó que el ser humano pasara de alimentarse de lo que encontraba por el camino a cultivar estos granos. Posteriormente se sumaron variedades de arroz, maíz, cebada, guisantes, lentejas y garbanzos. El asentamiento de las comunidades propició que se comenzaran a domesticar también los primeros animales domésticos, como cerdos y ovejas.

Los cereales son ricos en diversos nutrientes que nuestro cuerpo necesita para funcionar sanamente, entre ellos están:

***HIDRATOS DE CARBONO:** los cereales están compuestos por alrededor de un 75% de carbohidratos (almidón), siendo la principal fuente de energía para los seres humanos. En la alimentación, los cereales se presentan en diversas for-

mas como harinas, panes, pastas o bebidas.

***PROTEÍNAS:** en general, los cereales contienen de 8% a 12% de proteínas, dependiendo de su especie o variedad. Para formar una proteína completa, se deben combinar con leguminosas (frijoles), pues éstas contienen el aminoácido que no aportan los cereales. Por ejemplo: arroz con frijoles o tortillas con frijoles.

El gluten es la proteína que contienen naturalmente los cereales como el trigo, cebada, centeno y cualquier sub producto elaborado con ellos. En los últimos años el gluten ha recibido considerable atención negativa pero solamente las personas con intolerancia al gluten deben evitarlo. Los Corn Flakes de Nestlé son los únicos cereales comercializados en Panamá garantizados como 100% libres de gluten.

***GRASAS:** los granos enteros de cereales contienen aproximadamente un 2% de grasa, pero la avena es el cereal con mayor porcentaje de grasa vegetal, alrededor de un 7%. La grasa de la avena está compuesta por ácidos grasos insaturados, que ayudan a mantener una buena salud cardiovascular.

***VITAMINAS:** las vitaminas que son complejo B y otras características nutricionales, con excepción del maíz dulce, los cereales llegan a nuestra mesa después de un proceso en el cual se modifican sus características nutricionales.

Para la mayoría de los usos ali-



mentos, se eliminan algunas capas de la estructura de los cereales, con lo que se pierde una parte de sus nutrientes. Para recompensar esta pérdida, se hace un proceso llamado enriquecimiento, que es básicamente agregar los nutrientes que se perdieron durante el proceso industrial. La fortificación es un proceso en el que se agregan nutrientes que no contiene el alimento de forma natural, esto, con el fin de brin-

dar un beneficio mayor.

***FIBRA:** la molienda tradicional hace que se pierdan la fibra de los cereales. Por otro lado, los productos hechos con cereal integral, se elaboran con el grano entero, manteniéndose así su contenido natural de nutrientes como la fibra, vitaminas y minerales. La fibra ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares y contribuyen a proteger el sistema gastrointestinal.

“Los cereales para el desayuno Nestlé están elaborados con cereal integral, manteniendo así su contenido natural de nutrientes como la fibra, vitaminas y minerales. Esto, para que puedas encontrar en cada porción, todo lo que necesitas para arrancar de la mejor manera el día”, señala Patricia Vial, gerente de Nutrición, Salud y Bienestar de Nestlé Centroamérica.

SERVICIO A DOMICILIO

PARA HACER SUS PEDIDOS PUEDEN ESCRIBIR O LLAMAR AL 9463-4395

Reino Botánico

f Reino Botanico @ reino_botanico

EL PAÍS SALUDABLE 

RUTINAS DE EJERCICIOS PARA HACER EN CASA

Bajo el lema #QuedateEnTuCasa debido a la cuarentena que se está llevando a cabo en la mayoría de los países a nivel mundial para bajar la propagación del COVID-19 (coronavirus), Samantha Clayton, exatleta olímpica, comparte rutinas de ejercicios para mantenernos activos y evitar también sentirnos encerrados.

1. PARA PRINCIPIANTES

Clayton creó una práctica y efectiva rutina de ejercicio cardiovascular que solo ocupará 10 minutos de tu tiempo. Es ideal para ejecutarla en casa -ya que no requiere de herramientas especiales- y combatir el sedentarismo. "Siempre es bueno realizar ejercicio, aunque sea en pequeños intervalos en la mitad de nuestra rutina diaria, ya que así se activa el cuerpo, aumenta el nivel de energía, lo que siempre resulta beneficioso para nuestro cuerpo y mente", asegura:

1. Movimientos circulares con los brazos mientras marchas en el mismo lugar por 30 segundos.

2. Marcha levantando las rodillas mientras mueves los brazos hacia adelante y atrás por 30 segundos.

3. Haz 10 levantamientos de pantorrillas con las piernas separadas a la altura de los hombros y parándote en los dedos de los pies, mantén esta contracción por 1 segundo y luego vuelve a la posición original.

4. 10 sentadillas con los pies separados a la altura de los hombros y apuntando hacia fuera, luego haz como si te fueras a sentar en una silla -no más abajo ya que te puedes lesionar- y mantén esa posición por 1 segundo. Vuelve a la posición original siempre guiando el movimiento con las caderas.

5. Trota en el lugar, ojalá por 30 segundos.

6. Repite esta secuencia, a tu ritmo, todas las veces que puedas, idealmente durante 10 minutos.

2. PARA PERSONAS ACTIVAS

Para quienes ya están acostumbrados a realizar actividad física o algún deporte, la recomendación es realizar la rutina para principiantes como calentamiento. Luego, pasar a los ejercicios propiamente cardio-



vasculares. Estos se deben realizar por 30 segundos cada uno y de inmediato continuar con el siguiente:

1. Marcha en tu lugar.

2. Sentadillas con los brazos levantados. Mientras bajas a realizar la sentadilla -a la altura de una silla- debes subir los brazos hasta que queden paralelos con el suelo y luego bajarlos cuando vuelvas a la posición original. Recuerda que este movimiento siempre tiene que ser liderado por las caderas.

3. Trota en el lugar.

4. Sentadillas profundas con press de hombros. Este movimiento se parte en la posición original de una sentadilla, pero con los brazos doblados a los lados del tronco con las manos hacia arriba. A medida que se baja hay que intentar llegar lo más atrás posible con las caderas, mientras que estiras los brazos hacia el techo y luego vuelves a la posición inicial parada con los brazos doblados.

5. Luego deberás realizar Jumping Jacks que son saltos en los que se parte con las piernas juntas y los brazos pegados a los costados del tronco y cuando saltas separas las extremidades. Las piernas se abren



mientras que los brazos deben llegar a la altura de los hombros.

6. Estocadas estáticas de pierna derecha con levantamiento de brazos lateral. Pon el pie izquierdo adelante del derecho con una separación en la que quepan dos pies entre medio, luego baja la rodilla derecha hacia el suelo mientras levantas los brazos desde el lado del tronco.

7. Salta de un lado al otro.

8. Estocadas estáticas con pierna izquierda con contracción de hombros. Este se realiza en la misma posición que el 6to ejercicio pero con el pie contrario adelante y mientras se sube y baja la rodilla izquierda se levantan los hombros.

3. PARA DEPORTISTAS

A estos expertos del deporte y que estén dispuestos a ejercitarse a un nivel de intensidad elevado, Samantha Clayton les pone a prueba con una rutina TABATA. Consiste en un protocolo establecido de entrenamientos de alta intensidad (HIIT) que requiere alternar episodios de ejercicio intensos con períodos de descanso. La duración del ejercicio es 20 segundos de ejercicio intenso, seguido de 10 segundos de pausa, repitiendo continuamente por ocho segmentos del ejercicio deseado.

Una sesión tradicional de Tabata está compuesta de cuatro ejercicios en total, lo que hace que tu ruti-

na dure solamente cuatro minutos:

RUTINA TABATA DE PIERNAS Y GLÚTEOS

EJERCICIO 1: sentadillas - 20 segundos

DESCANSA: 10 segundos

Ejercicio 2: zancada inversa de pierna derecha y salto con rodilla al pecho - 20 segundos

DESCANSA: 10 segundos

EJERCICIO 3: zancada inversa de pierna izquierda y salto con rodilla al pecho - 20 segundos

DESCANSA: 10 segundos

EJERCICIO 4: zancada lateral alterna - 20 segundos

4 minutos, aunque sean increíblemente intensos, no son lo suficiente para muchas personas, y por lo general, es posible juntar tres o cuatro Tabatas con un descanso cada vez que se complete un set, haciendo que esta rutina completa dure unos 20 minutos. La intensidad natural del entrenamiento Tabata significa que no es recomendado para principiantes. "Necesitas estar saludable, sin lesiones, y estar ejercitándote en la actualidad a un nivel intermedio o avanzado antes de intentar seguir este formato de alta intensidad", aclara la deportista.



Aprovechemos
este año



Un nuevo año escolar empieza, tanto tú y tus amiguitos están entusiasmados por lo que viene de nuevo: nueva aula, nuevo maestro, nuevos compañeros y, lo más interesante, nuevas clases con las que lograrás tener más conocimientos.

Tienes que aprovechar tu energía positiva para mantener el interés y fomentar buenos hábitos repartiendo tu tiempo para jugar, estudiar y atender compromisos en tu casa y una forma de hacerlo es saber organizarte para que puedas cumplir con todos esos objetivos.

pekes@el pais.hn



Don Grillo
quiere poner a prueba tu vista: une con una línea el número con los dibujos y los cuadritos que tengan relación.

	6
	4
	3

	6
	3
	5

Pekes Este año seremos mejores

Ya hemos celebrado un año más que terminó y estamos por comenzar un año que recién comienza, en el que tú y tus amiguitos seguramente tendrán más y mejores metas que cumplir, que harán de ti una persona que cada vez se irá superando. Pero recuerda que si te propones cosas que quieres alcanzar, tendrás que organizarte muy bien, y Peko's en este día te da unos consejos para que puedas lograrlo.



Selecciona los consejos de abajo que te puedan ayudar a recordar tus compromisos en la escuela, en tu casa y en tu diversión.



Usa notas adhesivas: Coloca notas adhesivas que te recuerden que tienes que hacer tus compromisos, las puedes colocar en el lugar en que tú puedas verla con facilidad.



Calendario: Puedes marcar las fechas más importantes en las que tengas compromisos ya sea de tu escuela o de tu casa.

Notas en la agenda: Si ya usas una agenda, ella puede ser tu mejor compañera para recordarte tus pendientes escolares y ella siempre estará cerca de ti.



pekes@el.pais.hn



Sistema del amigo: Puedes hacer un pacto con un amigo en el que tengas comunicación todos los días para recordarle el uno al otro los compromisos que tienen que hacer.



Notas en el refrigerador: Es un lugar muy apropiado, pues a menudo vas a él y abres su puerta y ver la nota es mucho más fácil.



Tu cuaderno: Es un objeto bastante apropiado ya que lo usas a diario en tu escuela y en tu casa al cumplir con las tareas que te deja tu maestro.

Ejercítate con don Trazo el artista



$9 \times$ $=$ _____ $36 \div$ $=$ _____

$86 \times$ $=$ _____ $112 \times$ $=$ _____

Observa las operaciones matemáticas de sus herramientas y escribe su respuesta a la derecha.
 $2 \times$ $=$ _____ $9 \times$ $=$ _____

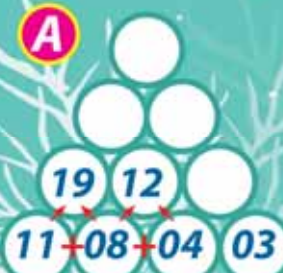
Calcula con don Grillo

Construyamos bolas de nieve

Don Grillo viaja al polo norte para construir bolas de nieve para jugar con sumas y quiere que le ayudes a calcular cuántas bolitas necesita para cada una.

Suma los números que se encuentran al lado y coloca en las bolitas de arriba el resultado, sigue así con cada par de números para ir escalando con las bolitas de nieve hasta llegar al final.

Mira el ejemplo "A".



¿Sabes qué es?

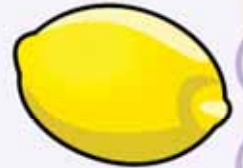
Contesta las adivinanzas

Pekes te trae cuatro divertidas adivinanzas y tú debes analizar muy bien la respuesta, pon atención a estas imágenes que seguro te ayudarán a encontrar las soluciones.

Llevo, sin ser arlequín, de colores mi librea, yo salgo de tarde en tarde y espero siempre a que llueva.



Que timbre y número tenga y en verdad portal no sea es cierto, y el que desea hablar por él, no lo cuelga.



Agrio es su sabor, bastante dura su piel y si lo quieres tomar tienes que estrujarlo bien.



Millares de soldaditos van unidos a la guerra y todos arrojan lanzas que caen sobre la tierra.

Las lecciones de don Trazo

Dibujemos a...

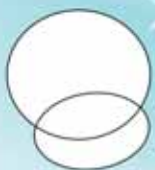
Molly

PeKES

nickelodeon

de GUPPIE GUPPIES

Consejo de don Trazo:
Si sientes que aún con los pasos te cuesta hacer estos dibujos, puedes **calcarlos**. Pon tu hoja de dibujo sobre las imágenes de hoy y copia las líneas, viendo a través de la página.



1. Dibuja estos óvalos que te servirán de guía.



2. Agrega dos óvalos más para las orejas.



3. En este paso dibuja la nariz, la boca y ojos.



4. Borra las líneas que ya no necesitas.



5. Ahora dibuja estos trazos para terminar la cara.



6. Comienza a dibujar el cuerpo.



7. Continúa trazando.



8. Ahora haz la cola.



9. Sigue ahora con un brazo.



10. Continúa con el otro brazo.



11. Ahora haz los detalles de los dedos.



12. Haz este trazo en forma de mango para el cabello.



13. Para terminar a **Molly**, termina los trazos de su cabello y haz estos detalles para adornar su traje.

Es una guppie de cabello rosa, piel morena y aleta azul. **Molly** es una de las presentadoras de los guppies, se le conoce como una chica líder por naturaleza y muy buena amiga. Su mejor amigo es Gil, pero se lleva muy bien con todos los guppies. Entre las cosas que **Molly** disfruta hacer está cantar e interactuar con el público.



¡Espero que se deleiten en esta lección de dibujo!

Pide tu personaje de televisión



Escribenos a pekes@elpais.hn y sugiere un personaje que te gustaría aprender a dibujar y con gusto lo incluiremos en un próximo suplemento.

MUNDO SOCIAL

Prendas chic con perlititas que puedes hacer desde casa

La limpieza de primavera pronto llegará y mientras mucha ropa vieja se va. Reutilizar tus prendas viejas no solo ayuda al medio ambiente, sino también a tu economía. No hay necesidad de deshacerte de tus prendas, sino de darles otro aire, ¿cómo?, añadiendo unas chic perlititas.



1

Ese vestido que amas y que usaste tanto ¡no lo tires! Puede verse genial con unos discretos accesorios. Además si al final no te gusta cómo queda, sólo debes descoserlas y volver a tu vestido original.



2

Un little black dress es perfecto para experimentar. Pues este vestido no solo se presta a todo tipo de situaciones, chicas y estilos... sino también a accesorios para ropa.



3

Ese conjuntito que usaste en más de un evento el año pasado y que te hace lucir como retrato ¡Puede ser otro conjunto! Con perlititas nadie notará que es el mismo, todos notarán lo chic que te ves.



4

Si compraste una blusa, falda o vestido transparente, es hora de buscar otra excusa para usar tu transparencia. Las perlas serán el pretexto perfecto.



5

Si buscas mayor discreción ¡fácil! Quitamos los botones de tu blusa y reemplázalos con perlititas, un toque sencillamente precioso.



6

En los ochentas se usaban las perlas en exageración, puedes copiar diseños de las prendas viejas de tu mamá y hacer tus chamarras originalmente cool.



7

Este estilo de perlititas adornando las prendas comenzó en los suéteres, así que su técnica está tan avanzada que puedes buscar ideas, alocarte en el diseño y lucirás genial.



8

La mezcilla y las perlas son tan opuestos ¡Que juntos lucen genial! Busca esa falda de mezcilla que usabas en los días de ropa libre de la escuela y conviértela en tu nueva mejor amiga.



9

Dale otro aire a tus jeans con unas perlititas, no tiene que ser en todo el pantalón, sino en lugares estratégicos como los bolsillos delanteros, líneas de cosido o puntas de los pies.

IYA!

CELEBRIDADES Y MUCHO MÁS



"Daisy Jones & The Six", podría ser la serie que catapulte a Reese Whitherspoon como productora.

"Daisy Jones & The Six" ¿El nuevo éxito de Reese Whitherspoon como productora?

La serie la emitirá Amazon y aún no tiene fecha de estreno pero ya está dando mucho que hablar.

MADRID, ESPAÑA.- Si algo ha demostrado Reese Whitherspoon en los últimos años es su talento como productora llevando novelas a la pantalla. Lo hizo con "Gone Girl" (2014) y "Wild" (2014) y convenció a los más suspicaces con la serie "Big Little Lies" (2017-2019). Por eso pocos dudan ahora de que volverá a conseguirlo con "Daisy Jones & The Six".

Hello Sunshine, la compañía de Whitherspoon, es una de las productoras de la serie que emitirá Amazon y que aún no tiene fecha de estreno pero que ya está dando mucho que hablar, dado el éxito de la novela de Taylor Jenkins Reid, que ha publicado Blackie Books en español, y su infalible combinación de drogas, sexo y rock and roll, eso sí, con protagonistas femeninas.

La trama se ambienta en la escena musical de Los Ángeles de los 70 y narra el ascenso y caída de una banda, Daisy Jones & The Six. Es una banda ficticia pero la autora se ins-

piró en Fleetwood Mac, en la historia de amor y desamor entre sus líderes, Stevie Nicks y Lindsey Buckingham y en uno de los mayores frutos creativos de esa tensa relación, su álbum "Rumours" (1977). Del proyecto de serie ya se conoce buena parte del reparto. Riley Keough será la magnética y autodestructiva Daisy Jones. Nieta de Elvis Presley e hijastra de Michael Jackson, la actriz y modelo californiana debutó en 2010 con otro drama musical, "The Runaways", junto a Kristen Stewart y Dakota Fanning, y empezó a ser tenida en cuenta gracias a la serie de Steven Soderbergh "The girlfriend experience". Para el papel de Billy Dunne, el otro líder del grupo, han elegido a Sam Claflin, conocido por la saga "The Hunger Games" y por la serie "Peaky Blinders", en la que daba vida a un político fascista. Sebastian Chacon, Suki Waterhouse, Josh Whitehouse, Will Harrison y Nadiyah Be son otros de los nombres que ya están confirmados. **EFE**

FALSO DOCUMENTAL

Los "showrunners" y principales responsables de la adaptación son Scott Neustadter y Michael H. Weber, autores conjuntos de guiones como "(500) Days of Summer", "The Disaster Artist" o "The Fault In Our Stars" y Niki Caro ("Mulán") dirigirá algunos de los 12 episodios.

Es previsible que la narración adopte la forma de un falso documental con testimonios a cámara, ya que así es como está escrita la novela, una elección que da mucho juego y profundidad a los personajes por la multiplicidad de puntos de vista de una misma situación.

Otro aspecto de interés es que aunque la mayoría de las historias sobre el movimiento contracultural de esa época tenían protagonistas masculinos, aquí el peso recae en ellas, en la irresistible Daisy Jones que no estaba dispuesta a conformarse con ser 'groupie' o musa de alguien, pero también en otros personajes.

KOURTNEY RENUNCIA A "KEEPING UP WITH THE KARDASHIANS"

LOS ÁNGELES, ESTADOS UNIDOS.- Después de que se revelara que, en el inicio de la temporada número 18 de la serie Keeping Up With The Kardashians, Kourtney y Kim se agredieron físicamente, fue la hermana mayor, de 40 años, la que anunció en sus redes sociales que abandonaría el programa, que arrancó en 2007. Posteriormente,



la mayor de las Kardashian publicó un mensaje en su cuenta de Instagram, en donde develaba en parte esta decisión. **Informador.com.mx**

EL MERENGUERO JOHNNY VENTURA, DA POSITIVO EN CORONAVIRUS



SANTO DOMINGO, REPÚBLICA DOMINICANA.- El merengüero y político dominicano Johnny Ventura anunció que ha dado positivo en las pruebas del coronavirus y que permanece ingresado, en condición estable, en la Unidad de Cuidados Intensivos del Centro de Medicina Avanzada y Telemedicina (Cedimat) de la capital. Conocido como El Caballo Mayor, Ventura, de 80 años, hizo el anuncio mediante un comunicado publicado en su perfil de Instagram, donde manifiesta que se encuentra "hemodinámicamente estable y con buena saturación respirando sin necesidad de oxígeno suplementario". "Es importante que todas las personas que han estado en contacto conmigo en los últimos días tomen las me-

didias de prevención y aislamiento para evitar la propagación", indica el comunicado, en el que agradece "las muestras de cariño recibidas". El contagio del artista y político se ha conocido pocas horas después del anuncio de la muerte del embajador Antonio Vargas por un fallo cardíaco la pasada madrugada, y que estaba ingresado en el Hospital Dr. Ramón de Lara, tras dar positivo en las pruebas para detectar el coronavirus. Con la de Vargas, director general de Cooperación Multilateral (Dígecoom) y miembro del Comité Político del Partido de la Liberación Dominicana (PLD), son 29 las muertes registradas en el país a causa de la enfermedad, de la que hay 719 casos confirmados. **EFE**

BOB DYLAN LANZA NUEVA CANCIÓN



NUEVA YORK, ESTADOS UNIDOS.- Bob Dylan sorprendió a sus fans la noche del viernes tras lanzar su primera canción original en ocho años, una balada de 17 minutos sobre el asesinato de John F. Kennedy.

"Murder Most Foul" relata la historia del asesinato del presidente estadounidense y describe la evolución de la contracultura en los años 60.

"Esta es una canción inédita que grabamos hace un tiempo y que puede resultar interesante", dijo Dylan en su sitio web, junto con un retrato de Kennedy, quien fue asesinado en 1963 cuando reali-

zaba una caravana en Dallas. La canción está repleta de alusiones a artistas y referencias de la cultura pop, entre ellos los Beatles, Charlie Parker, Eagles, Stevie Nicks y el festival Woodstock. Se trata del primer tema original de Bob Dylan desde su álbum de 2012 "Tempest", aunque entre medio editó una cantidad de covers. **AFP**

FINANCIERO



LO MÁS COMENTADO

La Secretaría de Agricultura y Ganadería (SAG), a través del Programa Emprendesur, entregó 62 bombas de mochila al Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager), con el fin de apoyar las acciones que realiza ante la emergencia del COVID-19 en la zona sur del país.

EN MUNICIPIO DEL DISTRITO CENTRAL

PRODUCTOR DE HORTALIZAS VENDE A DOMICILIO POR EL CORONAVIRUS

TEGUCIGALPA. Ante la emergencia del COVID-19 y a fin de que las hortalizas lleguen hasta la mesa de los hogares de los hondureños específicamente en el sector de El Ocotal y el Distrito Central, el productor Juan Carlos Urquía, líder en el rubro, realiza entregas a domicilio.

Para su movilización y de productos, Urquía señaló que cuenta ya con el salvoconducto otorgado por la Secretaría de Agricultura y Ganadería (SAG).

También explicó que “en esta emergencia nosotros acatamos todas las medidas de bioseguridad recomendadas como utilizar las mascarillas, guantes, lavarnos las manos, desinfectantes y el gel, a fin de que nuestros productos vayan inocuos y con una seguridad para quienes lo consuman”, apuntó el productor.

Las hortalizas se entregan en paquetes preparados con precios que van desde L 100 hasta L1,000, dependiendo de la capacidad económica del cliente y que los precios son los mismos que da en la Aho-rro Ferias Lempirita.

Para realizar sus pedidos pueden contactarlo al número de celular 9913-3092.

Por su parte, Julio Morales, coordinador de la Unidad



Ante la emergencia que se vive por la pandemia del coronavirus Juan Carlos Urquía no se ha quedado de brazos cruzados y pone los alimentos a disposición de los consumidores.

de Agronegocios de la SAG, apuntó que, junto a la Secretaría de Seguridad, se está otorgando los salvoconductos a los productores independientes y asociados, a fin de que la cadena de distribución no se interrumpa y así evitar se acumulen los productos perecederos, convirtiéndose en pérdidas para los productores.

El coordinador de Agronegocios informó que se mantie-

nen en reuniones constantes con el titular de la SAG, Mauricio Guevara y los directores de programas, a fin de tomar determinaciones para el apoyo a los productores desde los temas de comercialización, distribución de insumos, gestión para financiamientos, hasta los apoyos en la importación y exportación de productos agropecuarios.

El productor Urquía de la

zona de El Ocotal, Francisco Morazán ha sido uno de las personas beneficiarias de la Secretaría de Agricultura y Ganadería (SAG) por medio de sus programas y de la Unidad de Agronegocios, y ha servido de motivación a otros productores por su liderazgo y ser uno de los proveedores de importantes supermercados del país.

El productor cuenta con sistema de riego, cosechadora de

agua y produce sus hortalizas con agricultura protegida, es decir por medio de macrotúneles. Estos son los combos de verduras:

ENSALADAS

Tomate cherry una libra, 6 pepinos, cebolla 2 libras, tomate pera 2 libras, 4 chiles morrón y una acelga por 150 lempiras.

BÁSICO

Tomate pera 1.5 libra, cebolla roja 2 libras, chile morrón una libra, papa grande 2 libras y zanahoria 2 unidades por 100 lempiras.

SOPERO

Ayote 1, cebolla amarilla 2 libras, jalapeño media libra, papas 2 libras, patate 1 libra, tomate pera 2 libras y zanahoria 2 libras, por 150 lempiras.

SÚPER PAQUETE

Acelga una, ayote 1, cebolla 2 libras, cilantro un mazo, jalapeño 2 libras, papa 2 libras, patate una libra, pepino 6, tomate cherry una libra, tomate pera 2 libras, zanahoria 2 libras y habichuela una libra por 300 lempiras.

Más de seis lempiras baja el precio de las gasolinas a partir de este día

TEGUCIGALPA. La Secretaría de Energía reveló que habrá una rebaja de seis lempiras por galón en las gasolinas, la cual se empezará a experimentar a partir de las 6:00 de la mañana de hoy.

Para el caso, la gasolina súper baja 6.89 lempiras, de 85.28 pasa a costar 78.39 por galón. Mientras el galón de gasolina regular disminuye

6.85 lempiras, de 76.08 pasa a 69.23.

También el queroseno tiene una rebaja de 4.89 lempiras y de 48.15 pasa a 43.26 lempiras por galón. El diesel baja 3.30 lempiras, de 68.47 pasa 65.17 por galón.

Entre tanto, el GLP vehicular baja 1.37 lempiras, de 35.35 pasa a 33.98 por galón y el cilindro de gas LPG mantiene su valor de 241.49 lempiras en esta ciudad y

220.34 en San Pedro Sula.

Las rebajas obedecen a que, en la presente semana, los inventarios de petróleo en Estados Unidos aumentaron en 1.6 millones de barriles, sin embargo, disminuyeron las existencias de gasolina en 1.5 millones de barriles, así como también bajaron los inventarios de destilados que incluye el combustible diesel 700,000 barriles.



En medio de la crisis, los consumidores tendrán un pequeño alivio en sus bolsillos, aunque son pocos los que pueden circular.

EL PAÍS / DIGITAL

TECH
News



EPIC GAMES SE CONVERTIRÁ EN DISTRIBUIDORA DE VIDEOJUEGOS

Epic Games es la casa desarrolladora de dos gigantes franquicias; Fortnite - que cuenta con cerca de 300 millones de cuentas creadas-, y la popular saga de Xbox, Gears of Wars. Sin embargo, la compañía no se quiere quedar ahí y anunció su siguiente gran paso: Epic Games Publishing, una iniciativa con la que busca convertirse en la próxima gran distribuidora de videojuegos.

Lo que anhela la empresa dirigida por Tim Sweeney es competir de frente con gigantes de la industria como Ubisoft, Electronic Arts y Activision. Esto a través de una división editorial en la

que trabajará con distintos desarrolladores de renombre del sector que ya tienen en sus portafolios títulos muy exitosos.

Epic Games anunció que distribuirá los juegos de gen DESIGN -desarrollador de The Last Guardian-, de Remedy Entertainment - desarrolladores del muy galardonado juego, Control-, y de la empresa danesa, Playdead, creadora de Limbo y de Inside.

Así mismo, Remedy, la compañía finlandesa, también anunció que está trabajando en dos títulos para nueva generación y que se distribuirá a través de Epic Games Publishing; el primero es un proyecto, AAA, que

está ya está en proceso y el segundo uno juego más pequeño, pero ambos ambientados en el mismo universo.

Por su parte, Epic no descartó que otras casas desarrolladoras puedan unirse al proyecto y confirmó que cubrirán el 100 por ciento de los gastos de desarrollo, desde los salarios de los desarrolladores hasta los gastos de salida al mercado tales como control de calidad, localización, marketing y todos los costos de publicación y, además, que respetarán totalmente el control creativo y los derechos de propiedad intelectual.

“El enfoque de Epic Games

en cuanto a la publicación cambia fundamentalmente el modelo de desarrollador/editora y apunta a conseguir los términos más generosos de toda la industria para los desarrolladores. De este modo, los creadores pueden concentrarse en hacer los mejores juegos”, afirmó Epic.

También, añadió que la participación de beneficios será 50/50. “Los desarrolladores ganan una participación justa por su trabajo. Una vez que se recuperan los costos, los desarrolladores obtienen por lo menos un 50 por ciento de las ganancias totales”.

TECNÓSFERA



Samsung Galaxy Tab S5e

Esta tableta cuenta con pantalla Super AMOLED de 10.5 pulgadas con altavoces cuádruples, por lo que es ideal para ver películas o programas de televisión. Es ligera y delgada, con un sensor de huellas digitales en el lateral en lugar de en la pantalla.

La Tab S5e se basa en un procesador Snapdragon 670 de rango medio.

Viene en dos variantes, con 4 GB de RAM y 64 GB de almacenamiento o 6 GB de RAM y 128 GB de almacenamiento. Aunque también cuenta con un espacio para una tarjeta microSD.

Tiene una batería de 7,040 mAh y una cámara principal de 13 megapíxeles, una frontal de 8 megapíxeles.

DIGITAL TRENDS

 **Banco Atlántida**

Imagina.
Cree.
Triunfa.

Xbox regala un juego más para pasar un buen rato en cuarentena

Debido a la cuarentena por coronavirus (COVID-19), se ha obligado a muchos jugadores a mantenerse en casa en varias partes del mundo. Esto ha ocasionado que las personas acaben sus recursos para mantenerse entretenidas sin salir de casa. Afortunadamente, varias compañías han regalado juegos para pasar un buen rato durante la cuarentena al mismo tiempo que invitan a los jugadores a divertirse sin salir a la calle. El más reciente ejemplo es el de Microsoft, que está regalando otro juego cooperativo.

Estamos hablando del título multijugador Drawful 2, que se encuentra disponible gratis a través de la tienda de Microsoft. El juego normalmente tiene un precio de \$9.99 USD así que podrás disfrutar este juego aprovechando un gran ahorro. Si quieres obtenerlo con esta promoción, entonces te re-



comendamos apresurarte, ya que después de 10 de abril dejará de ser gratuito. No obstante, una vez que lo descargues, será tuyo para siempre.

Lo más atractivo es que puedes jugar en partidas con hasta otras 7 personas.

LEVEL UP

Atlántida Online

Realiza **400 transacciones** desde cualquier lugar.

Haz tu vida más fácil

Solicita tu usuario en nuestras agencias a nivel nacional.



Wyze Labs Wyzecam para tu hogar

Ofrece visión nocturna, detección de movimiento y audio bidireccional e incluye 14 días gratuitos de almacenamiento en la nube. Las grabaciones activas por movimiento y por sonido están limitadas a 12 segundos, lo que puede —o no— ser suficiente para

ver bien a alguien entrando en tu casa. Aún así, considerándola como un punto de entrada al mundo de las cámaras domóticas inteligentes, es difícil encontrar alguna competencia, así que es una buena opción.

DIGITAL TRENDS



SNES Classic Edition



La era de los 16 bits envió a Nintendo a la cima de su creatividad, lanzando juegos como The Legend of Zelda: A Link to the Past y Super Metroid, junto con otros éxitos como Earthbound. Así, con la lanzada Edición Clásica SNES plug-and-play, puedes experimentar todos tus juegos favoritos de Super Nintendo tal y como los recordaste. Incluso hay una opción de filtro CRT que imita el aspecto de tu televisor viejo. Con la adición de una función de estado de guardado, jugar los juegos antiguos en la SNES Classic es menos frustrante que hace 25 años.

DIGITAL TRENDS

Los mejores auriculares para niños

Los PuroQuiet son auriculares con cancelación de ruido diseñados para niños que vienen con un límite de volumen estricto, para evitar que las pequeñas orejas de tus hijos sufran algún daño. La característica sobresaliente de los PuroQuiet es el limitador, que permite mantener la música por debajo de los 85 decibelios, mientras mantiene una calidad de sonido equilibrada. Gracias a las 16 horas de duración de su batería, pueden usarlo el tiempo que deseen.

DIGITAL TRENDS



www.bancatlan.hn



INTERNACIONAL



Estados Unidos enfrenta un alza en los casos de temido virus y muchas figuras políticas critican las medidas que hasta el momento ha tomado Donald Trump.

SEGÚN EXPERTO

PROYECTAN HASTA 200 MIL MUERTES POR CORONAVIRUS EN EE.UU.

WASHINGTON, ESTADOS UNIDOS. Anthony Fauci, experto en enfermedades infecciosas y asesor del presidente Donald Trump, lanzó ayer la cautelosa predicción de que el nuevo coronavirus podría cobrar la vida de hasta 200,000 personas en Estados Unidos.

“En función de lo que vemos hoy, diría que entre 100,000 y 200,000”, dijo Fauci en CNN sobre el posible número de decesos. También habló de “millones de posibles contagios”.

Pero cauto, el director del Instituto Nacional de Enfermedades Infecciosas e integrante del equipo asesor de la Casa Blanca ante el coronavirus recordó, no obstante, que los modelos se basan siempre en diferentes hipótesis.

“Dan el peor y el mejor escenario. Y generalmente la realidad se ubica en algún punto intermedio”, explicó. “Entre las enfermedades con las que he trabajado, nunca he visto un modelo donde se dé el peor de los casos. Siempre están sobreestimadas”, agregó. Según la Universidad Johns Hopkins, cuyo conteo de diagnosticados se usa de refe-

rencia, hasta el momento se han reportado oficialmente más de 135,000 positivos por el nuevo coronavirus en Estados Unidos, la cifra más alta para un país en el mundo. El número de muertes, casi 2,200, se duplicó desde el miércoles.

“Así funcionan las pandemias y es por eso que todos estamos profundamente preocupados y porque hemos alertado”, dijo la doctora Deborah Birx, que integra también la comisión asesora de la Casa Blanca ante el coronavirus. “Ningún estado y ninguna ciudad quedarán librados”.

DESCONTENTO

Figuras políticas demócratas salieron al frente ayer para criticar la respuesta de la Casa Blanca a la pandemia. La presidenta de la Cámara de Representantes, Nancy Pelosi, culpó a Trump de una innecesaria pérdida de vidas por haber desestimado inicialmente la pandemia. “Su negativa al principio fue letal”, dijo a CNN.

Y la gobernadora de Michigan, Gretchen Whitmer, reprochó el hecho que, sin una coordinación fe-

DATO



Según un modelo, el número va de un mínimo de 38,000 fallecidos a un máximo de 162,000. En comparación, la gripe H1N1 mató a 34,000 personas en el país en el transcurso de la epidemia en 2018-2019.

deral, cada estado está compitiendo por materiales y equipos críticos para salvar vidas.

“Estamos compitiendo entre nosotros y en algunos casos el gobierno federal obtiene prioridad. Está creando muchos más problemas para todos nosotros”, dijo.

Pelosi dijo antes que el “continuado retraso” de Trump para “conseguir equipamiento a donde es requerido es letal”.

De acuerdo con las proyecciones de la Escuela de Medicina de la Universidad de Washington, el pico de la epidemia ocurrirá en torno a mediados de abril en Estados Unidos, con un número de decesos que podría rondar los 80,000 a partir de junio, siguiendo la trayectoria actual. **AFP**



LO MÁS COMENTADO

El ministro regional alemán de Finanzas de Hesse, Thomas Schaefer, “profundamente preocupado” por las repercusiones de la epidemia del coronavirus en la economía, se suicidó, anunció ayer el primer ministro de este Estado federado alemán, Volker Bouffier.



El mandatario de ultraderecha, de 65 años, promovió también el uso de la hidroxiquina para tratar el coronavirus.

Bolsonaro desafía medidas contra COVID-19 y da paseo

SAO PAULO, BRASIL. El presidente Jair Bolsonaro contrarió las orientaciones de su ministerio de Salud paseando ayer por Brasilia, acercándose a seguidores y reforzando su llamado de romper la cuarentena. “Brasil no puede parar”, dijo a pesar del avance del coronavirus que ya cobró más de 100 muertes en el país. “Lo que he conversado con las personas es que quieren trabajar, lo que he dicho desde el prin-

cipio, vamos a tener cuidado, mayor de 65 años se queda en casa”, le dijo Bolsonaro a un vendedor ambulante en un vídeo en su cuenta de Twitter.

Menos de 24 horas antes, el ministro de Salud, Luiz Henrique Mandetta, había resaltado nuevamente la importancia del aislamiento social en la lucha contra la enfermedad, que en Brasil suma 3,904 casos y 114 muertes. **AFP**



Ayer, al menos 3,381 millones de personas de al menos 78 países y territorios permanecían en sus casas.

4 de cada diez humanos confinados por pandemia

PARÍS, FRANCIA. Más de 3,380 millones de personas en casi 80 países o territorios están confinadas en sus casas, por decreto o voluntariamente, para luchar contra la COVID-19, según un recuento realizado ayer a partir de una base de datos de la AFP.

Esta cifra representa a alrededor del 43% de la población mundial, que la ONU estima en 7,790 millones de personas en 2020.

La provincia china de Hubei y su capital, Wuhan, origen de la epidemia, fueron las primeras en confinarse, a finales de enero.

Y mientras esos territorios van recuperando su vida normal de forma progresiva tras dos meses de aislamiento, las mismas medidas de confinamiento que ellos aplicaron se extendieron por el mundo en las últimas semanas. **AFP**



El bebé fallecido en Chicago se encontraba entre los 13 decesos registrados en Illinois.

UN CASO RARO

MUERE UN BEBÉ POR COVID-19 EN EE.UU

WASHINGTON, ESTADOS UNIDOS. Funcionarios del estado estadounidense de Illinois anunciaron este sábado el fallecimiento de un niño de apenas unos meses de edad por COVID-19, un caso muy inusual entre las víctimas mortales de la pandemia.

En conferencia de prensa, el gobernador JB Pritzker afirmó que “un bebé” se encontraba entre las personas fallecidas en las últimas 24 horas en Illinois a raíz del nuevo coronavirus.

El Departamento de Salud Pública del estado dijo que el niño, fallecido en Chicago, era menor de un año y había dado positivo al COVID-19. “Nunca antes hubo una muerte asociada con COVID-19 de un bebé”, dijo el director del departamento, Ngozi Ezike, en un comu-

nicado. “Se está realizando una investigación completa para determinar la causa del deceso”. Pritzker se dijo conmovido por la noticia. “Es especialmente triste para la familia (...), por los años que le robaron a este bebé. Deberíamos llorar”.

OTROS CASOS

La semana pasada, el director general de la Salud de Francia Jerome Salomon informó de la muerte de una adolescente de 16 años en las inmediaciones de París.

“Las formas graves (de coronavirus) entre los jóvenes son muy raras”, señaló Salomon. En California, Estados Unidos, también la semana pasada, el Departamento de Salud Pública del condado de Los Ángeles informó que un adolescente había muerto tras haber dado posi-

vo al COVID-19.

Pero remarcó que el caso era complejo y que la causa del fallecimiento podría ser otra.

Múltiples estudios han encontrado que el virus afecta fundamentalmente a pacientes mayores y a aquellos con afecciones subyacentes. Estados Unidos tiene el mayor número de casos nuevos de coronavirus en el mundo, más de 120,000, aunque su cifra de muertos, de alrededor de 2,000, todavía está muy por debajo de la de Italia, España y China.

En las últimas 24 horas se produjeron en el país norteamericano más de 450 muertes de pacientes de coronavirus. El bebé fallecido en Chicago se encontraba entre los 13 decesos registrados en Illinois. **AFP**

Muere sacerdote mexicano a causa del coronavirus

NEW YORK, EUA. Un sacerdote mexicano murió ayer a causa de COVID-19, anunció la Diócesis de Brooklyn, añadiendo que el religioso era muy querido por los feligreses.

El padre identificado como Jorge Ortiz Garay, de 49 años, encabezó la iglesia Santa Brígida en el vecindario predominantemente hispano de Wyckoff Heights. Según funcionarios de la Diócesis,

Ortiz sería el primer sacerdote católico en el país en fallecer a causa de la enfermedad respiratoria que mantiene alertado al mundo. “Es un mártir. Él nunca se arrepintió de dar la palabra al que más lo necesitaba”, expresó desde México Estela Garay, madre del sacerdote, al mismo tiempo de instar a la población neoyorquina a tomar en serio las recomendaciones del Gobierno y de los CDC.



Uruguay registra primera muerte por la enfermedad

MONTEVIDEO, URUGUAY. El gobierno uruguayo anunció la primera muerte por COVID-19 en el país, que registra más de 30 casos confirmados de la enfermedad hasta el momento.

“A las 20H10 (23H10 GMT) falleció el primer contagiado por coronavirus”, informó el secretario de Presidencia, Álvaro Delgado, en conferencia de prensa.

Se trata del exministro de la Corte Electoral Rodolfo González Rissotto, de 71 años, quien durante su larga carrera estuvo vinculado al oficialista Partido Nacional. El presidente Luis Lacalle Pou se refirió al deceso en un tuit. “Un fuerte abrazo para la familia y amigos (...). Amigo y consejero”, escribió. González Rissotto era uno



La primera muerte se trata del exministro de la Corte Electoral, Rodolfo González Rissotto.

de los nueve pacientes de coronavirus internado en cuidados intensivos. “Con más razón, (quiero) reforzar a todos, el pedido de que se cuiden y se queden en sus casas, es la mejor forma de prevenir esto”, agregó Delgado. **AFP**



La isla, con 119 casos de coronavirus, tres de ellos fallecidos, comenzó su colaboración médica internacional hace 53 años.

Médicos cubanos siguen en apoyo para con Europa

LA HABANA, CUBA. Cuba despachó el fin de semana pasado 39 médicos y paramédicos hacia Andorra, el segundo Estado europeo donde ayudarán contra la COVID-19, tras haber ido a Italia y a otras 11 naciones de América Latina y el Caribe.

“Van a cumplir una misión a algún lugar donde hace falta algo, y es una decisión personal y voluntaria”, dijo a la AFP el médico Jorge Delgado, director de la Colaboración Médica Cubana.

El envío se produce a solicitud del pequeño principado europeo de 70,000 habitantes, que ya registra más de 260 casos del coronavirus, de ellos 3 muertos. Andorra tiene fronteras con España y Francia, dos de las naciones con

más casos.

“Tenemos una gran noticia ya que vienen a ayudar, médicos y enfermeras especialistas en ventilación asistida procedentes de Cuba”, dijo el ministro de Salud del principado Joan Martínez. “Es la primera vez que esta brigada va a un país del primer mundo, con una tecnología de punta, y entonces allí nos adaptaremos a las condiciones que nos exijan”, dijo la primera vez que esta brigada va a un país del primer mundo, con una tecnología de punta, y entonces allí nos adaptaremos a las condiciones que nos exijan”, dijo el ministro de Salud del principado Joan Martínez. “Es la primera vez que esta brigada va a un país del primer mundo, con una tecnología de punta, y entonces allí nos adaptaremos a las condiciones que nos exijan”, dijo la primera vez que esta brigada va a un país del primer mundo, con una tecnología de punta, y entonces allí nos adaptaremos a las condiciones que nos exijan”, dijo el ministro de Salud del principado Joan Martínez. **AFP**

INTERNACIONAL

HASTA AYER

EL MUNDO REGISTRÓ MÁS DE 33 MIL MUERTES POR EL CORONAVIRUS

PARÍS, FRANCIA. El nuevo coronavirus ha provocado al menos 33,244 muertes en el mundo desde que apareció en diciembre, según un balance establecido por AFP sobre la base de fuentes oficiales, ayer a las 19H00 GMT.

Desde el comienzo de la epidemia se contabilizaron más de 697,750 casos de contagio en 183 países o territorios. La cifra de casos diagnosticados positivos sólo refleja sin embargo una parte de la totalidad de contagios debido a las políticas dispares de los diferentes países para diagnosticar los casos, algunos solo lo hacen con aquellas personas que necesitan una hospitalización. Desde la víspera a las 19H00 GMT se registraron más de 3,240 nuevas muertes y unos 56,973 contagios en el mundo.

Las últimas 24 horas los países que más fallecidos registraron son España con más de 830 nuevos muertos, Italia con más de 750 y Estados Unidos con más de 500.

La cantidad de muertos en Italia, que registró su primer deceso vinculado al virus a fines de febrero, asciende a 10,779. El país registró 97,689 contagios. Desde el sábado se registraron 756 fallecimientos y 5,217 nuevos contagios. Las autoridades italianas conside-



El virus que apareció desde diciembre pasado, les ha arrebatado la vida a miles de personas y continúa expandiéndose al rededor del mundo.

ran que 13,030 personas sanaron.

Después de Italia, los países más afectados son España con unos 6,528 muertos y 78,747 casos, China continental con 3,300 muertos (81,439 casos), Irán con unos 2,640 muertos (38,309 casos), y Francia con unos 2,606 muertos (40,174 casos).

China continental (sin contar Hong Kong y Macao), donde la epidemia estalló a finales de diciembre, tiene un total de 81,439 personas contagiadas, de las que 3,300 murieron y 75,448 sanaron totalmente. En las últimas 24 horas se han registra-

DATOS



Hasta ayer a las 19H00 GMT y desde el comienzo de la epidemia, Europa sumaba 23,864 fallecidos (382,943 contagios), Asia 3,792 (105,573), Medio Oriente 2,727 (47,310), Estados Unidos y Canadá 2,414 (138,880), América latina y el Caribe 287 (13,939), África 142 (4,569), y Oceanía 18 (4,537).

do 45 nuevos casos y 5 fallecimientos.

Corea del Norte dispara un "proyectil no identificado" hacia el mar de Japón

SEÚL, COREA DEL SUR. Corea del Norte disparó ayer al menos un "proyectil no identificado" desde su costa oriental hacia el mar del Japón, informó la agencia de prensa surcoreana Yonhap, citando al jefe del estado mayor surcoreano.

Se trata del cuarto disparo de estas características realizado estos meses por Pyongyang, que acostumbra a ensayar sus misiles en el denominado Mar del Japón. "Esta acción militar de Corea del Norte es un gesto particularmente

inapropiado cuando el mundo entero pasa por dificultades debido a la pandemia del COVID-19", agregó la fuente.

El ministerio de Defensa japonés afirmó por su parte que estos "objetos parecidos a misiles balísticos" no cayeron en aguas japonesas ni en la zona económica marítima exclusiva de Japón.

Hace poco más de una semana, Corea del Norte al parecer lanzó dos misiles balísticos de corto alcance. Un día después, los

medios estatales norcoreanos anunciaron que el presidente estadounidense, Donald Trump, había enviado al líder norcoreano, Kim Jong Un, una carta en la que le explicaba los detalles de un plan para acercar posiciones. El informe citaba a la poderosa hermana del líder norcoreano, Kim Yo Jong, que advertía que la aparente buena relación personal que mantendrían ambos mandatarios podría no bastar para reanudar las negociaciones y estrechar lazos. AFP



El general en retiro venezolano Cliver Alcalá es culpado por narcotráfico.

General en retiro venezolano acusado de narcotráfico se entrega a EE.UU.

BOGOTÁ, COLOMBIA

El general en retiro venezolano Cliver Alcalá se entregó en Colombia a las autoridades de Estados Unidos que lo culpan de narcotráfico, en un caso en el que también involucran al presidente Nicolás Maduro y otras autoridades del gobierno de Venezuela.

"La Fiscalía General de la Nación conoció que el señor Cliver Alcalá Cordones se entregó a las autoridades de Estados Unidos", indicó el ente acusador colombiano en un comunicado.

"Al momento de su entrega no existía orden de captura ni solicitud con fines de extradición", agregó. Alcalá se presentó el vier-

nes ante agentes de la inteligencia colombiana que luego lo entregaron a funcionarios estadounidenses, informó por su parte el diario El Tiempo, de Bogotá. Estados Unidos había ofrecido esta semana hasta diez millones de dólares de recompensa por información que conduzca a su captura o judicialización.

El exmilitar, que vivía en la ciudad colombiana de Barranquilla (norte) desde hace unos dos años, fue enviado a Nueva York en un vuelo con permiso especial ante el confinamiento general decretado en Colombia para frenar la pandemia del COVID-19, aseguró el medio. AFP



Sophie Grégoire Trudeau, llamó a seguir los protocolos de salud y a permanecer en la casa.

La esposa de primer ministro de Canadá se curó del COVID-19

MONTREAL, CANADÁ.

La esposa del primer ministro de Canadá, Sophie Grégoire Trudeau, anunció que se curó del coronavirus que la obligó a aislarse junto con su marido desde hace dos semanas.

"Me siento mucho mejor. He recibido un informe positivo de mi médico" y de los servicios de Salud Pública de Ottawa, indicó

Grégoire Trudeau, en un mensaje de Facebook.

La esposa del primer ministro Justin Trudeau dio positivo al coronavirus el 12 de marzo, después de volver de un viaje a Londres. El diagnóstico llevó a su esposo, que no presentaba síntomas, a hacer teletrabajo en su residencia, a unos kilómetros de su oficina oficial y del parlamento. AFP

SUCESOS



A los detenidos se les supone responsables del delito de José Porfirio Cáliz Ferrufino, por lo que se les giró una orden de captura.

LOS SOSPECHOSOS SON PRESUNTOS MAREROS CAEN DOS SUPUESTOS GATILLEROS POR EL DELITO DE ASESINATO

EL PROGRESO, YORO. La captura de dos supuestos gatilleros de una estructura criminal fue el resultado de un operativo realizado la tarde del sábado, por la Policía Nacional, en la colonia Las Colinas, de ese municipio.

Uno de los detenidos fue identificado como Miguel Antonio Reyes Salmerón (23), originario y residente en el mismo lugar de la detención.

El otro capturado fue identificado como Javier Murillo Figueroa (20), conocido en el mundo criminal como "Tumbanena", también originario y residente

en el lugar de la detención.

Ambos son presuntos miembros de la Mara Salvatrucha 13 (MS-13), donde supuestamente fungían como gatilleros.

A ellos se les ejecutó una orden de captura por suponerlos responsables del asesinato de José Porfirio Cáliz Ferrufino.

Dicha orden fue girada por el Juzgado de Letras de El Progreso, en fecha 27 de marzo del año 2020.

Según el expediente investigativo, este hecho ocurrió el pasado 20 de marzo del año 2019, en la colonia 19 de Julio, del municipio de

El Progreso, cuando los sospechosos supuestamente raptaron a la víctima, le dieron muerte y quemaron el cadáver.

A los sospechosos se les preparó expediente investigativo por su supuesta participación en varios homicidios acaecidos en la colonia Las Colinas, Los Laureles, Buenos Amigos, Altos de El Progreso y la San Jorge, entre otros sectores.

La DPI los puso a disposición del Juzgado que ordenó su formal captura para que se continúe con el proceso legal que conforme a ley corresponde.



Al momento de la detención, se le decomisó un arma de fuego con la que habría ejecutado el hecho.

Apresan a sospechoso de homicidio

SAN ANTONIO, COMAYAGUA. Mediante una alerta ciudadana realizada a través del Sistema Nacional de Emergencias 911, agentes policiales asignados a la Unidad Departamental de Policía número tres, capturaron a un sospechoso del delito de homicidio.

La detención se ejecutó en la aldea Las Flores, lugar donde les informaron que se encontraba una persona sin vida, al llegar a este si-



LO MÁS COMENTADO

El Juzgado de Letras Seccional de Puerto Cortés en audiencia de declaración de imputado resolvió imponer la medida cautelar de la detención judicial a Alejandro Martínez por el delito de violación especial en perjuicio de un menor de 11 años.

Con marihuana detienen a individuo

ROATÁN, ISLAS DE LA BAHÍA. Producto de un operativo realizado en este sector, la Policía Nacional realizó el arresto de un supuesto distribuidor de drogas al narcomenudeo.

Su detención se efectuó en la aldea de Sandy Bay, por funcionarios de la Dirección Policial de Investigaciones (DPI) la Dirección Nacional de Prevención y Seguridad Comunitaria (DNPSC) y la Dirección Nacional de Fuerzas Especiales (DNFE) asignados a la UDEP número 11. Se trata de José Alfredo Acevedo Castro (30), originario de Macuelizo Santa Bárbara y residente en el mismo lugar de la detención. Al momento de su detención se le decomisó un bote plástico con 27 envoltorios con polvo blanco supuesta cocaína, y 287 lempiras en billetes de diferentes denominaciones.



El detenido fue remitido con la evidencia para que responda por lo que se le acusa.

Desconocidos ultiman a balazos a un "patepluma"

TRINIDAD, SANTA BÁRBARA. Un hombre fue ultimado la mañana de ayer en una comunidad de este municipio, por desconocidos que le dispararon sin mediar palabra. La víctima respondía al nombre de José Leonel Gutiérrez quien, según los testigos, fue atacado por varios desconocidos a balazos.



tio pudieron constatar este hecho.

Los agentes, de inmediato se dispusieron a realizar las investigaciones respectivas, haciendo patrullajes en barrios y aldeas del municipio.

El resultado fue la detención de un sospechoso de 27 años de edad, originario de Lepaterique, Francisco Morazán y residente en el barrio El Campo de Las Flores, Villa de San Antonio, Comayagua.

Al momento de ser requerido

se le decomisó, como evidencia, un arma tipo escopeta con la cual supuestamente dio muerte al hoy occiso y a la que se le realizarán los peritajes respectivos; un porta fusil y dos cartuchos sin percutir. Al detenido se le supone responsable de los delitos de homicidio en perjuicio de Luis Gabriel Martínez y por el delito de portación ilegal de arma de fuego en perjuicio de la seguridad interior del Estado de Honduras.

SUCESOS

EL DETENIDO PRESENTÓ UN RECIBO PERO NO COINCIDIÓ

CON CASI UN MILLÓN DE LEMPIRAS SIN JUSTIFICAR DETIENEN A UN HOMBRE

QUIMISTÁN, SANTA BÁRBA. Como parte de los operativos de rutina en los puestos de control de Ceibita y Quimistán, agentes policiales asignados a la Unidad Departamental de Policía número 16 detuvieron a un individuo el cual llevaba consigo la cantidad 962 mil 436 lempiras, dinero que, hasta este momento, tiene dudosa procedencia.

El sospechoso tiene 33 años de edad, es originario de Santa Rosa de Copán y residente en la colonia Planeta, de Cortés.

Según lo manifestado por los agentes, el imputado se trasladaba en su vehículo, llevando consigo una mochila color negro donde transportaba la cantidad antes mencionada, en efectivo, indicando que este dinero era procedente de las ventas de una corporación de la localidad donde él labora. Tratando de justificar el dinero, el ahora detenido presentó un recibo que portaba.

Debido a lo anterior, se puso a realizar las investigaciones respectivas, descubriendo que el recibo no concordaba con el dinero que el ciudadano portaba, por lo tanto, se dispuso a realizar una mi-



El dinero fue remitido junto con el sospechoso para que se investigue su procedencia y determinar si hay causa que perseguir.

nuciosa revisión de su vehículo encontrando un arma de fuego.

En ese sentido se coordinó con la Fiscalía Especial Contra

el Crimen Organizado (FESCO) para su investigación y esclarecer el supuesto delito del que se le acusa.



El vehículo de la Policía Nacional quedó con los vidrios quebrados, presuntamente a mano de los detenidos.

Capturan a dos por daños a una patrulla

CANTARRANAS, FRANCISCO MORAZÁN. Dos personas fueron arrestadas el sábado por funcionarios de la Policía Nacional, luego de que dañaran una patrulla policial.

Según el reporte, un grupo de agentes de la DPI se encontraba realizando diligencias investigativas en el municipio de Cantarranas, cuando de pronto se encontraron con un individuo quien, al observar la presencia policial, sacó un arma de fuego, les disparó y salió en veloz carrera; al observar la acción,

los policías estacionaron la patrulla e iniciaron una persecución.

Al momento en que los agentes regresaron a buscar el vehículo, se encontraron con que un grupo de personas estaban lanzando piedras y golpeando el automotor, por lo que de manera rápida realizaron la detención respectiva.

Las personas requeridas son una mujer de 29 años de edad y un joven de 19, a quienes se les preparó expediente investigativo por la comisión del ilícito flagrante de daños en perjuicio de la Policía Nacional.



El detenido fue puesto a la orden de las autoridades correspondientes.

Apresan a presunto marero por asesinato

EL PROGRESO, YORO. Un presunto miembro de la Mara Salvatrucha 13 (MS-13) fue capturado la tarde del sábado mediante trabajo de seguimiento y vigilancia llevado a cabo por parte de la Policía Nacional en la colonia Las Colinas.

La rápida acción fue ejecutada debido al trabajo coordinado de agentes de la Dirección Nacional de Prevención y Seguridad Comunitaria

(DNPSC) y de la Dirección Policial de Investigaciones (DPI) asignados al Distrito Dos de la Unidad Departamental de Policía número 18.

Se trata de Bryan Jonathan Reyes Salmerón, de 19 años de edad, originario y residente en El Progreso, Yoro.

Al sospechoso se le supone responsable del delito de asesinato, en perjuicio de José Porfirio Cáliz Ferrufino.

Arrestan a 2 por delitos relacionados con droga

LA ENTRADA, COPÁN. El Juzgado de Letras, en audiencia de declaración de imputado, resolvió imponer la medida cautelar de la detención judicial por el término de ley para inquirir a Denis Fernando Valle y Marco Antonio Valle, a quienes se les considera responsables del delito de facilitación de los medios de transporte para el tráfico ilícito de drogas en perjuicio de la salud

de la población del Estado de Honduras.

El Juez de Letras Seccional para asegurar la presencia de los imputados en las siguientes etapas del proceso, los remite al Centro Penitenciario de Santa Rosa de Copán.

La audiencia inicial se programó para el miércoles primero de abril del presente año, a las 9:00 de la mañana.



EL PAÍS

DEPORTIVO



Motagua trabaja en renovar contrato de Moreira y Galviz

Matías Galviz y el delantero paraguayo Roberto Moreira finalizan contrato en mayo con Motagua, pero la dirigencia azul ya trabaja su renovación.

“Estamos hablando con los representantes de ambos, son jugadores importantes, el técnico quiere que se queden”, dijo Juan Carlos Suazo.



“ES IMPORTANTE QUE EL FÚTBOL REGRESE A LA NORMALIDAD”

SAN PEDRO SULA. “Estomodifica el inicio de la hexagonal quizás en noviembre, dependiendo. En el 2021 hay Copa Oro y también inicia la Liga de Naciones, todo se cambiará para buscar los clasificados al mundial de Catar 2022”, dijo Jorge Salomón, presidente de la Fenafuth.

Además, el presidente de la Fenafuth aseguró que “estamos esperando que la Concacaf tome decisiones sobre qué ayudas financieras que nos puede dar, necesitamos recuperar-

nos después de este parón, todo indica que en mayo se reactivarán las actividades en todas las ligas”.

«Concacaf todavía no ha suspendido fechas del Premundial, vamos a esperar que hace la FIFA con el Mundial Sub-20 y con la competición olímpica. Debido a la incertidumbre es bien difícil vaticinar, nosotros nos ha tocado perder muchos millones, la Sub-20 se quedó varada en Uruguay, la Sub-23 iba a viajar a Costa Rica el día que se suspendie-

ron los viajes.

Los torneos se terminarán el 30 de junio ese es el tiempo que se ha dado, es importante que el fútbol vuelva a la normalidad. Estamos en contacto siempre con la Liga Nacional y ellos harán lo más sensato”.

“La Liga Nacional tiene decisiones importantes que tomar porque parte de nuestra vida diaria es el fútbol y tenemos que llegar a ciertas condiciones, es importante que el fútbol regrese a la normali-

dad», eso sí, advirtió.

Salomon fue claro al conrirmar que ha tenido pláticas con los directivos de la Liga.

“Siempre tienen que venir a que se autorice cualquier decisión que se tome, tenemos buena comunicación con la Liga Nacional. Están tratando de hacer lo mejor por el fútbol porque es un desahogo para el país y tenemos que hacer lo más sensato, la idea es siempre tratar de respetar lo más posible que se terminen los



Troglío confía que no se suspenderá el torneo de Concacaf

Pedro Troglío, no cree que el torneo de la Liga de Campeones de la Concacaf, donde su equipo está a un empate de avanzar a la semifinal, sea cancelado.

“Aquí lo primero es el torneo local, luego el de Concacaf, hay mucho tiempo, se clasifica para noviembre porque en diciembre es el Mundial de Clubes, veo lejano que se pueda suspender la Liga de Campeones, por eso no me preocupa a nivel de Concacaf, más el local”, dijo el DT de los albos.

Además, «creo que tenemos una chance importante de pasar y de llegar a la final, confío en mucho en el ambiente, en el cuerpo técnico y en la gente y vamos con toda la fe del mundo si tenemos mucha suerte llegaremos a la final».

Troglío añadió que “La verdad que hemos hecho hincapié, tuvimos juegos difíciles a mitad de compromisos, como el de Marathón, Motagua, lo de Seattle fue heroico y estamos enfocados en llegar a la semifinal porque ahí todo puede pasar, sin descuidar el campeonato local”.



FUAD ABUFELE:

“Debemos pagar”

SAN PEDRO SULA. Fuad Abufele presidente del Real España aseguró que “he tenido comunicación con la gente de la Liga, debemos de entender un caso, el hecho de cancelar o anular, o hacer lo que tengamos que hacer, no nos excluye de pagarle los 10 meses de contratos a los jugadores”, aseguró.

Además, “Si declaramos, nulo, o damos campeón a un club, debemos

pagar los contratos, cancelarlos como corresponde. El aspecto humano de los jugadores debemos de protegerlo, así que no hay manera de apresurar para tomar medidas”.

Fuad finaliza diciendo “cuando se reanude el torneo necesitaremos darle dos semanas a los cuerpos técnicos para que los preparadores físicos pongan a tono a los jugadores, si es que se normaliza”.

Uno de los dos presidentes del Real España, Fuad Abufele, asegura que le van a pagar el contrato completo a sus jugadores.

EL PAÍS DEPORTIVO

ORINSON AMAYA REGALÓ COMIDA A LOS SAMPEDRANOS



El defensa central se quitó los tacos para servir a los más necesitados de San Pedro Sula. Grande Espíndola.

El presidente del Marathón y dueño de Baleadas Express, Orinson Amaya, siempre dice presente en cuando la gente lo necesita. El día de hoy 29 de marzo del 2020, realizó la entrega de almuerzos a la gente que lo necesita por culpa del COVID-19 que tiene en zozobra a los hondureños.

El presidente de los verdolagas contó con la ayuda de su hermano Jonathan Amaya, así como la de los futbolistas argentinos Bruno Volpi y Sebastián Espíndola, quienes se encargaron de repartir la comida. La pandemia que mantiene en sus casas a muchos de los catrachos, ha provocado que las buenas acciones como la de Orinson se den a conocer, ya que es un hombre luchador con Marathón y Baleadas Express.



Toda ayuda es del agrado para los menos favorecidos, cada quien da de lo que tiene... Dios multiplique y los bendiga”.

Heydi Paz.



Felicidades, Dios multiplique lo que hacen por lo más necesitados, de ahora en adelante full Baleadas Express”.

Jonathan René.



El delantero Bruno Volpi también apoyó la labor social del presidente del Marathón, Orinson Amaya.



El grupo que hizo posible que muchas personas llenaran sus estómagos con comida saludable.

MAYNOR FIGUEROA

“La vida es más importante en este momento”

La MLS, apenas llevaba disputadas dos jornadas de la temporada regular, cuando el 12 de marzo llegó la suspensión indefinida de toda la competición.

“La Liga acaba de comenzar, no sabemos qué es lo que va a pasar, es un tema muy complicado,

hay jugadores que ganan el mínimo, estamos a la espera, hay dos salarios mínimos, los que vienen de universidad les dan alrededor de 4,000 mil dólares”.

Además, “a nosotros nos envían las notificaciones todos los viernes y además nos han facilitado

unas máquinas de ejercicio para hacer desde nuestras casas, también mancuernas para los ejercicios que nos recomiendan. Lo más importante es pensar en la salud, eso es quedarse en casa, el fútbol es lo menos importante, pase esta pandemia”.



ROMPIÓ LA CARTA PARA JUGAR LA FINAL DEL MUNDIAL 2014

PARÍS. Ángel Di María recordó que rompió, sin leer la carta que le envió el Real Madrid con la sugerencia para que no disputase la final del Mundial 2014 con la selección argentina ante Alemania, para evitar que se agravase su desgarro.

“Los tres que sabemos la verdad somos el doctor Daniel Martínez, Alejandro Sabella y yo. Yo venía con el desgarro desde el partido con Bélgica, estaba con lo justo, a un 90%. La pierna no estaba bien del todo pero quería jugar, no me importaba nada

si no volvía a jugar al fútbol. Era una de las cosas que me habían dicho que podían pasar pero para mí era la final del mundo, era mi final”, recordó en el programa ‘Podemos Hablar’ de la señal ‘Telefe’.

En un móvil desde su casa en París, el ex jugador merengue agregó: “Yo sabía que me querían vender. Y entonces llegó la carta, Daniel me la dio y me dijo que era del Real Madrid, pero no quise ni siquiera mirarla y la rompí”, recordó. “Fui a hablar con Alejandro y le dije llorando

que no estaba al 100%. Yo sabía que él me amaba y quería que yo jugara, pero buscaba lo mejor para el equipo. Me iba a infiltrar pero lo quería intentar y después en la reunión decidí finalmente poner a Enzo Pérez en mi lugar”.

Ángel Di María también se mostró preocupado por la pandemia de coronavirus que mantiene a buena parte del mundo en cuarentena obligatoria: “Es algo loco lo que estamos viviendo, no lo estamos pasando muy bien”. **EFE**



Al final, el ex jugador del Real Madrid no pudo recuperarse de su desgarro y no disputó la final que perdió Argentina 1-0 ante Alemania.



El delantero inglés fue el goleador de Rusia 2018.

Harry Kane dejaría el Tottenham

INGLATERRA. Harry Kane, delantero del Tottenham, dejó en el aire su futuro en el club inglés “si no progresa como equipo” y mostró su ambición por convertirse “en uno de los mejores” futbolistas del mundo.

El inglés mostró frustración por la falta de títulos en el Tottenham y, en un encuentro digital con Sky, no descartó su salida. “Es una de esas cosas que no podría decir que sí y tampoco que no. Amo a los Spurs, siempre los amaré, pero si no siento que estamos progresando como equipo o yendo en la dirección correcta, entonces no soy quien para quedarme”, afirmó.

“Soy un jugador ambicioso, quiero mejorar y mejorar, convertirme en uno de los mejores jugadores. Así que todo depende de lo que ocurra como equipo y de cómo progresemos. No es definitivo que me quede”. **EFE**

LA CÁBALA DEPORTIVA DE ZAVALETA

Una fecha como hoy gane con la línea de los setenta, pero solo tenía catorce pesos zas zas águila todos



El sueño de hoy:
Soñar con perros ladrando: 71.

Síguenos en: danielzavaleta.jr

Llama al *7500 desde tu celular Tigo.

LO HARÁ EN PAREJAS

El Borussia Dortmund regresa a los entrenamientos

El Borussia Dortmund volverá a los entrenamientos, aunque solo de forma limitada, para la preparación física y solo por parejas, para recuperar cierta normalidad pese a la crisis del coronavirus, que ha obligado a suspender la Bundesliga. Los jugadores del Dortmund han pasado dos semanas y media confinados y ahora van a reanudar la actividad física por parejas, limitando así las posibilidades de infección. **EFE**



Xavi ganó más de 25 títulos con el Barcelona.

Xavi quiere volver al Barcelona

ESPAÑA. “Quiero volver al Barça, pero con un proyecto desde cero”, señaló la leyenda del fútbol español Xavi Hernández, actual entrenador del Al-Sadd (Catar), sobre la posibilidad de regresar al club de su vida, en una entrevista con el diario La Vanguardia.

“Tengo claro que quiero volver al Barça, me hace mucho ilusión. Pero les dejé claro que yo me veía en un proyecto que empezara desde cero y en el que la toma de decisiones fuera mía”, explicó Xavi.

“La base es muy buena. Yo ficharía extremos, tipo Neymar, no sé si él encajaría por el tema social, pero futbolísticamente no tengo dudas en que sería un fichaje espectacular. El Barça ya tiene juego por dentro, pero le faltan extremos como tiene el Bayern. **EFE**



tu respuesta inmediata

Chatea **24/7** por



WhatsApp
2280-1010



Facebook
Messenger



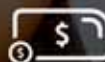
Te ayudará a resolver tus consultas:



Tarjetas
de Crédito



Estado de
Remesas



Tipo de
cambio
del día



Ubicación
ATM y
Agencias



www.bancatlantia.hn

DigitalDóndeEstés

**Banco
Atlántida**

Imagina. Cree. Triunfa.