



NUNCA FUE MÁS FÁCIL SALVAR VIDAS
¡Tú puedes hacer la diferencial!

#**TODOS**
con
MASCARILLA



PAISANITO



ESOS TRILLIZOS SON UNA
BENDICIÓN EN MEDIO
DE LA CRISIS...

LUNES

20 DE ABRIL DE 2020

EL PAÍS

LA TRIBUNA DE HONDURAS

San Pedro Sula, Año 3• N° 838• L. 8.00 www.elpais.hn • Facebook: @honduraselpais @elpaishonduras_



HASTA EL PRÓXIMO DOMINGO

EXTIENDEN TOQUE DE QUEDA

EL MARTES SE SABRÁ CUÁL SERÁ LA SITUACIÓN EN LOS DEPARTAMENTOS DE COLÓN, CORTÉS Y LA CIUDAD DE EL PROGRESO /8

LLEGA BRIGADA CUBANA



UNA BRIGADA MÉDICA INTEGRADA
POR 20 PROFESIONALES LLEGO AYER
DE CUBA, CON EL FIN DE COLABORAR
CON NUESTRO PAÍS EN EL COMBATE A
LA PANDEMIA DEL CORONAVIRUS /2

CADENA DE SINAGER /2

NO REPORTAN MÁS
MUERTOS POR
PANDEMIA



PREVENCIÓN /4

CALIDONIO SOLICITA
CIERRE DE SPS PARA
EVITAR CONTAGIOS



BENDICIÓN /6

NACEN TRILLIZOS
EN SAN PEDRO SULA



TEGUCIGALPA /33

A BALAZOS ULTIMAN
A UNA PAREJA



Tu acceso al Banco
sin salir de casa



400 transacciones



Asesora Bancaria
Interactiva
2280-1010

DigitalDondeEstés

TEMA DEL DÍA



En el territorio nacional ya se contabilizan 477 casos de COVID-19, siendo el departamento de Cortés el de mayor número de infectados.

AYER REALIZARON 87 PRUEBAS Y CINCO SALIERON POSITIVAS

CASOS DE COVID-19 SIGUEN EN ASCENSO, VAN 477 INFECTADOS

TEGUCIGALPA. La COVID-19 continúa afectando al pueblo hondureño, ya que ayer el Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager) informó que de 87 pruebas para pruebas para diagnosticar el virus, 5 dieron resultado positivo sumando así un total de 477 casos de COVID-19 a nivel nacional.

El vocero de esta institución, Francis Contreras, detalló anoche a través de cadena nacional, que los pacientes infectados son un hombre de 40 años, residente en Santa Fe, departamento de Colón; una niña de seis años, quien vive en El Progreso, Yoro; una mujer de 85 años, originaria de Villanueva, Cortés; un ciudadano, de 52 años, quien reside en San Pedro Sula, Cortés y por último una fémina de 57 años, originaria de El Progreso, Yoro.

“Del total de pacientes diagnosticados con COVID-19 se encuentran en este momento 150 hospitalizados, de los cuales 133 están en condición estable, 1 en condición grave y 16 en unidad de cuidados intensivos. El resto está siendo monitoreado por el personal de la Región Sanitaria”, dijo Contreras.

Además, detalló que diez están en proceso de recuperación que habían sido diagnosticado con este virus, sumando a nivel nacional un total de 25 personas recuperadas. Contreras expresó que la cifra de personas fallecidas se mantiene en 46.

Siempre en relación a la pandemia, las autoridades de Sinager enviaron en un comunicado que los 15 casos correspondientes al pasado sábado, 13 casos son del departamento de Cortés, de los cuales siete son mujeres y

DATOS

Las autoridades de Sinager aconsejan a la población que siempre use todas las medidas de bioseguridad y que si alguna persona tiene problemas respiratorios debe de auto aislarse en casa y llamar al 911.

el resto de los afectados por esta enfermedad son hombres.

También, ese mismo día, anunciaron un nuevo paciente, de 42 años, residente en Macuelizo, Santa Bárbara, el otro caso corresponde a una compatriota, de 37 años, residente en el departamento de Francisco Morazán.

LO MÁS COMENTADO

Pobladores del municipio de José Santos Guardiola, en Islas de la Bahía, protestaron ayer debido a la llegada de una embarcación de nombre Navin, con combustible, que llegó al apostadero de Oak Ridge. Los habitantes mostraron su malestar porque, al cierre de la presente edición, se desconocía el estado de salud de los tripulantes.

Brigada médica cubana llega a Honduras para reforzar lucha contra la COVID-19

SAN PEDRO SULA. Una brigada de médicos cubanos arribó ayer al aeropuerto Ramón Villeda Morales, de la ciudad de San Pedro Sula, para prestar sus servicios ad honorem y contribuir a contener el brote de coronavirus en el departamento de Cortés.

La brigada fue solicitada por el Gobierno de Honduras a las autoridades de Cuba, según informó el presidente Juan Orlando Hernández en conferencia de prensa el pasado jueves.

Los médicos cubanos trabajarán en conjunto con los galenos hondureños en la extenuante labor de la primera línea de lucha contra la pandemia que tiene su epicentro en Honduras en el departamento de Cortés.

El ministro de Gobernación, Justicia y Descentralización, Héctor Leonel Ayala, y el viceministro de Salud, Roberto Cosenza, recibieron a la brigada cubana en el aeropuerto sampedrano.

Cosenza detalló que la brigada cubana está integrada por 20 médicos, entre ellos el jefe de la brigada, un médico especialista en urología, un especialista en medicina interna, tres especialistas médicos de familia, un especialista en higiene y epidemiología, tres licenciados especialistas en higiene y epidemiología, y 10 licenciadas especialistas en cuidados intensivos.

El viceministro Cosenza explicó que a todo este personal médico se le practicó la prueba de COVID-19 antes de salir de La Habana (Cuba), que consistió en la prueba PCR en tiempo real.

Agregó que 53 jóvenes hondureños que están estudiando la carrera de Medicina en diversas especialidades en Cuba gracias al Programa Nacional de Becas Honduras 20/20 también llegaron en el mismo vuelo a sumarse a las labores contra el coronavirus.

El viceministro de Salud apuntó que los profesionales de la Medicina de Cuba estarán atendiendo en los hospitales Leonardo Martínez y Mario Catarino Rivas, de San Pedro Sula, en las unidades especiales de tratamiento a pacientes con COVID-19.



Las autoridades informaron que los médicos cubanos durante su estadía en Honduras no recibirán ninguna remuneración económica.



Esta es una brigada que viene totalmente gratuita a Honduras. Es apoyo al talento humano. Tenemos que recordar que hay personal médico que está con diagnóstico con COVID-19” y, por tanto, no puede cumplir su labor”.

Roberto Cosenza, viceministro de Salud.

Cosenza también informó que el Gobierno está contratando médicos, enfermeras y otro personal de salud para hacerle frente a la pandemia.

La brigada médica cubana permanecerá en Honduras el tiempo que dure la emergencia nacional, acotó.

Los galenos de la nación caribeña fueron transportados desde La Habana en un avión proporcionado por el Gobierno de Honduras.

Las autoridades informaron que los médicos cubanos durante su estadía en Honduras no recibirán ninguna remuneración económica.

El embajador de Cuba acreditado en Honduras, Francisco Emilio Delgado, expresó que también están dispuestos a apoyar a Honduras con medicamentos especiales para contrarrestar la COVID-19.

Delgado enfatizó que la brigada permanecerá en Honduras “el tiempo que sea necesario, el tiempo que las autoridades lo soliciten”.



#TODOS con MASCARILLA

¡Tú puedes hacer la diferencia!

NUNCA FUE MÁS FÁCIL SALVAR VIDAS

HONDURASQUEDATEENCASA



CIUDAD SPS



LO MÁS COMENTADO

La municipalidad Sampedrana habilitó líneas telefónicas para que la ciudadanía reciba orientación médica adecuada sobre la COVID-19. Las líneas son: 2544-1530, 2544-1531 y 2544-1532. También se puede acudir al centro de salud Las Palmas, en horario de 7:00 a.m. a 7:00 p.m., de lunes a domingo.

EN 10 DÍAS HABILITARÁN LA SALA DEL GIMNASIO MUNICIPAL

SOLICITAN CIERRE ABSOLUTO DE SPS PARA EVITAR MÁS CONTAGIOS DE COVID-19

Debido a que San Pedro Sula se ha convertido en una de las ciudades con mayores casos de COVID-19 en el país, el alcalde sampedrano Armando Calidonio ha solicitado el cierre total, a fin de poder de esta manera frenar el avance de la epidemia que hasta ahora ha cobrado la vida de más de 40 compatriotas.

Ante la petición, el edil dijo que, como comuna, no pueden restringir garantías constitucionales porque es una decisión que solo le compete al Gobierno y la cual ratifica el Congreso Nacional. “Nosotros lo hemos solicitado, luego de haber hecho una encuesta y que la gente estuvo de acuerdo. No estamos para criticar sino para que funcionen las cosas”, refirió.

La medida ha sido puesta en consideración luego que, a pesar del toque de queda que mantienen las autoridades en la ciudad, ésta no ha sido acatada en su totalidad por parte de la ciudadanía aumentando así el riesgo de propagación del virus. “Bajo las condiciones que nosotros tenemos, prefiero que cerremos porque esta es una situación difícil”, y prosiguió “que solamente se habilite la parte de alimentación a domicilio que es lo básico, ¿para qué autorizar combustible si no puede salir a otro lado?, cuestionó.

DATO

La atención de salud será durante las 24 horas y estará a cargo por lo menos 27 médicos generales, internistas y unas 20 enfermeras, así como tres paramédicos. Además de 53 personas de aseo para limpieza.

ACONDICIONAMIENTO

Ayer, el edil sampedrano supervisó las instalaciones del Gimnasio Municipal, donde se trabaja en el acondicionamiento de la Sala COVID-19 Intermedia, la cual tendrá una capacidad para 64 pacientes y que se prevé estará lista en unos 10 días.

“Este es un proyecto que ha priorizado la Corporación Municipal, con el objetivo de poner un granito de arena en esta lucha contra la COVID-19”, dijo, tras agregar que “hace dos días iniciamos el trabajo de acondicionamiento de dicha sala, por lo que los trabajos avanzan rápido, además ya se han hecho compras de fideicomiso con el Banco de Occidente y eso toma un proceso, por lo que esperamos que en 10 días lleguen los equipos que se han comprado para equipar la sala”.

Añadió que la sala estará atendida con equipo médico y enfermeras, también se dispondrá de dietas, comida y medicamentos,

El edil sampedrano durante la supervisión de la sala de COVID-19 que tendrá capacidad para 64 pacientes.



todo completamente gratis para el paciente, “todo ello con fondos municipales y, lógicamente, el Gobierno central nos estará apoyando con algunos equipos y solicitudes, pero en principio hemos hecho una inversión de 10 millones de lempiras aprobada por unanimidad por la Corporación Municipal, lo cual agradezco a todos los regidores”, detalló.

Esta calendarización continúa vigente para San Pedro Sula. El próximo martes, el Gobierno podría tomar medidas más estrictas.

Calendario de circulación para los municipios de los departamentos de Cortés, Cortés y El Progreso, Yoro

FECHA	TERMINACIÓN
Domingo 12 de abril	1
Lunes 13 de abril	2
Martes 14 de abril	3
Miércoles 15 de abril	4
Jueves 16 de abril	5
Viernes 17 de abril	6
Sábado 18 de abril	7
Domingo 19 de abril	8
Lunes 20 de abril	9
Martes 21 de abril	0

Empresarios y médicos hacen alianza para enfrentar pandemia

El sector empresarial de Honduras ha acordado junto al Colegio Médico establecer una mesa conjunta que les permita tener la información sobre el comportamiento de la pandemia COVID-19 en el país y las recomendaciones científicas para el manejo de la crisis, poniendo en primer lugar la vida de los hondureños.

La Cámara de Comercio e

Industrias de Cortés (CCIC), la Cámara de Comercio e Industrias de Tegucigalpa (CCIT), la Asociación Nacional de Industriales (ANDI) y la Federación de Cámaras de Comercio e Industrias (Fedecámara), tuvieron ayer una reunión con el vicepresidente del Colegio Médico de Honduras, doctor Samuel Santos y con el doctor Carlos Umaña, presidente de los mé-

dicos del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS) en la zona noroccidental.

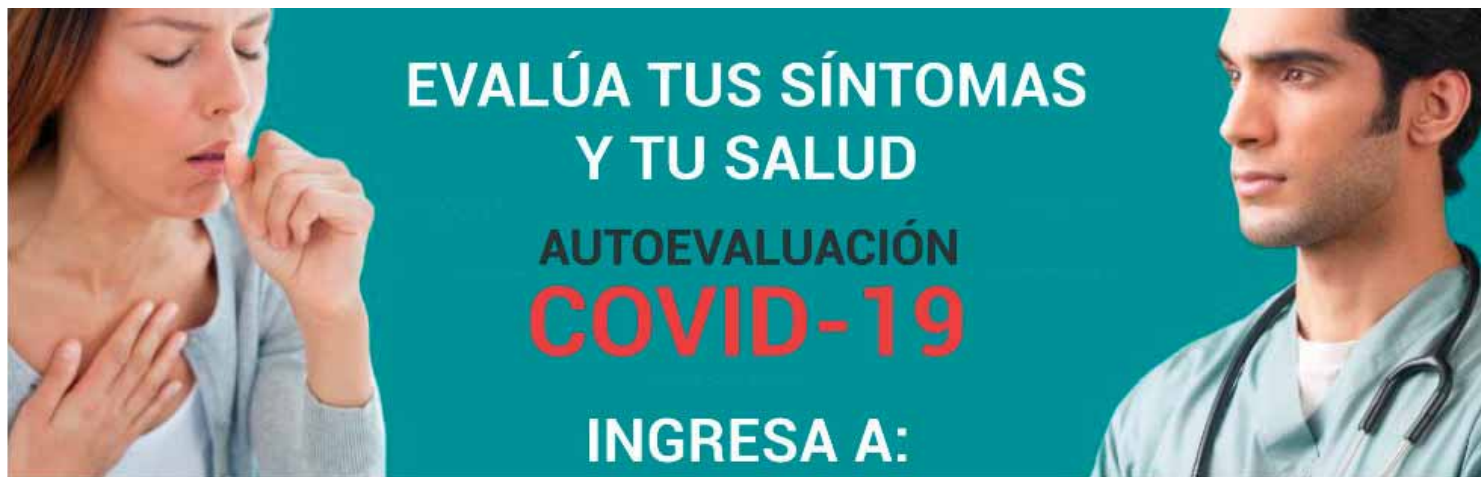
Santos dijo que el Colegio Médico de Honduras agradece la invitación del sector empresarial con el objetivo de hacer un frente común ante esta pandemia que está cobrando vidas.

“Estamos en la mejor disposición, siempre hemos estado abiertos al diálogo, pero cree-

mos que a nivel nacional podemos hacerlo con la empresa privada y todos los sectores organizados del país. Es necesario también involucrar a los trabajadores”, expresó.

El presidente de la CCIC, Pedro Barquero, señaló que el compromiso del sector empresarial es primero proteger la salud y la vida de los hondureños. “Ni a los empresarios ni a los

políticos les corresponden tomar las decisiones de definir las medidas de movilidad o toque de queda. Son los expertos en salud los que deben dar las indicaciones. Nuestro compromiso es seguir las recomendaciones que ustedes nos den y convocar a todos los sectores que consideren convenientes para trabajar unidos”, dijo Barquero.



**EVALÚA TUS SÍNTOMAS
Y TU SALUD**

**AUTOEVALUACIÓN
COVID-19**

INGRESA A:

www.encuestacovid19.com



CUADRO MÉDICO COORDINADOR

- Dr. Arnulfo Bueso Pineda
- Dra. Pina María Boquín Bendaña
- Dr. Ezequiel Morales Tábora
- Dr. Gustavo Adolfo Zúniga
- Dr. Plutarco Castellanos

Un servicio social de los medios de comunicación de Honduras



La Tribuna

**DIARIO
EL PAÍS**



CHOLUSAT SUR

CIUDAD SPS

PIDEN SE LES SIGA DOTANDO DE MATERIAL DE BIOSEGURIDAD

ENFERMERAS SOLICITAN SE RETIRE PERSONAL CON ENFERMEDADES BASE

La Asociación Nacional de Enfermeras y Enfermeros Auxiliares de Honduras (Aneeah) piden a las autoridades de salud les proporcionen insumos de bioseguridad al Hospital Mario Catarino Rivas y solicitan que lo hagan de manera continua ya que es un material que se gasta rápido, además abogan para que retiren los que tienen patologías de base, asimismo los que tienen arriba de 60 años de edad.

Josué Orellana, presidente de Aneeah, dijo que es importante seguir cuidando a las enfermeras y enfermeros del país porque ya tienen 12 compañeros contagiados razón para realizar las gestiones a nivel nacional.

Afirmó que estuvo en reunión con las autoridades del Rivas para discutir varios puntos y entre ellos sobre el transporte para que se movilicen a reali-

zar labores.

“La zona norte del país es el epicentro del virus y acá tenemos el 90% de las enfermeras, por lo que es obligatorio proteger con todos los insumos al personal de salud que está en primera línea sacrificando sus vidas haciéndole frente a esta guerra contra la Covid-19”, expresó Orellana.

Para el presidente de la Aneeah la unificación con las autoridades para que den protección a la población brindando las medidas de seguridad y proveyendo de insumos es prioridad en este momento, reiteró que así van a lograr los objetivos ante la pandemia.

Orellana aseguró que después de haber estado en reunión con las autoridades del Rivas recibieron algunos insumos, porque hay muy buenos hondureños que cuando se ha ido terminando el material



Las enfermeras temen contagiarse por la Covid-19, los insumos de bioseguridad son muy importantes por trabajar en primera línea.

siempre llegan ellos al rescate.

“Seguimos haciendo las gestiones a nivel nacional e internacional porque necesitamos que se siga proveyendo de in-

sumos necesarios porque somos 13 mil trabajadores directos entre médicos y enfermeras”, declaró Orellana.

Trabajar de manera positiva

es una de las metas propuestas según Orellana porque tienen el compromiso de seguir enfrentándose ante la pandemia del coronavirus.

Distanciamiento social

PROTÉGETE Y ASÍ EVITAMOS HOSPITALES DESBORDADOS

Juntos podemos hacer la lucha exitosa contra la propagación de la infección.

El sistema sanitario podría llegar al borde del colapso. Uno de los problemas es el incumplimiento del distanciamiento social.

Por falta de médicos, camas y equipamiento provocada por el brote, los hospitales rechazarían cada vez a más pacientes.

Es la hora en que cada hondureño debe ser responsable con él mismo, su familia y su país.

A medida que la propagación de la COVID-19 continúa, se les ha pedido a las comunidades que reduzcan el contacto cercano entre las personas. A esto se le llama distanciamiento social, y es una forma muy importante y eficaz de disminuir la propagación de este virus.



Sampedrana da a luz trillizos en un hospital privado

En medio de la pandemia causada por la Covid-19 y la crisis que enfrenta Honduras, una sampedrana dio a luz trillizos mediante una cesárea el pasado jueves 16 de este mes en un hospital privado de esta ciudad.

Los bebés son dos varones y una niña, a las 7:26 nació Pablo Ernesto, un minuto más tarde nació la niña Emma Jeannette y a las 7:28 el tercero llamado Alberto Santiago, los tres están en perfecto estado de salud.

Los sampedranos Dunia Paola Aguilera y Alberto José Quant, están felices por la llegada de sus hijos.

Según médicos que atendieron el parto pese a que los bebés nacieron sanos y sin ninguna complicación, los tres y su madre estuvieron en observación durante varias horas.



#TODOS con MASCARILLA

El gobierno ha iniciado
la entrega **GRATUITA** de
9 MILLONES de mascarillas



Fabricadas por la maquina
con materiales protectores
especiales para la contención
del COVID-19, con propiedades



A1 Anti
Virales



A2 Anti
Bacteriales



A3 Anti
Hongos



EL PAÍS



Los días sábado y domingo queda prohibida la circulación de vehículos, salida de personas a nivel nacional.

PARA EVITAR MÁS CONTAGIOS

AMPLÍAN TOQUE DE QUEDA ABSOLUTO HASTA EL DOMINGO 26 DE ABRIL

TEGUCIGALPA. La Policía Nacional de Honduras a través del Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager) informó ayer que se extiende el toque de queda absoluto a nivel nacional hasta el 26 de abril a las 3:00 de la tarde, para evitar el contagio de COVID-19.

El portavoz de la Secretaría de Seguridad, comisionado Jaír Meza, dijo las medidas de circulación se mantienen, a excepción de los municipios de los departamentos de Colón y Cortés, y de El Progreso (Yoro). El próximo martes se hará un nuevo anuncio de medidas para esas zonas del país.

En el comunicado de la Secretaría de Seguridad dieron a conocer que decidieron extender el toque de queda absoluto verificando que se cumplan las medidas de restricción de circulación de personas que visiten los establecimientos habilitados para atender clientes.

Además, manifestaron que para lograr un mayor control preventivo de contagio de COVID-19 “se determinó ampliar el toque de queda absoluto vigente, desde el domingo 19 a las 3:00 p.m., hasta el día domingo 26 de abril de 2020, a las 03:00 p.m., segmentando a la población conforme a la terminación de los dígitos de su tarjeta de identidad, pasaporte o carné de residentes para extranjeros, para que puedan abastecerse de alimentos, medicinas, combustibles

Día	Tránsito		Requisitos de identidad, pasaporte y/o carné de residente	Medidas de bioseguridad OBLIGATORIAS en todos los recorridos
	Desde	Hasta		
Lunes	9:00 AM	5:00 PM	1 y 2	Mascarillas Gel Distanciamiento Toma de temperatura
Martes	9:00 AM	5:00 PM	3 y 4	
Miércoles	9:00 AM	5:00 PM	5 y 6	
Jueves	9:00 AM	5:00 PM	7 y 8	
Viernes	9:00 AM	5:00 PM	9 y 0	
Sábado y domingo			NADIE CIRCULA	
La atención especial para adultos mayores, mujeres embarazadas y personas con discapacidad según terminación de su cédula de identidad, pasaporte y/o carné de residente:				
*Supermercados y farmacias: 07:00 am a 09:00 am				
*Sistema bancario: 09:00 am a 10:00 am				
Todos los días	Sin restricciones, siempre que justifiquen asuntos de trabajo		Autoridades de SINAGER: Transporte pesado Cadena agroalimentaria Personas con salvoconducto	

DATO

Estas medidas no son válidas para los municipios del departamento de Colón, Cortés y El Progreso, Yoro, ya que ellos se rigen según otro calendario de circulación.

e insumos en ferreterías; realizando sus trámites de manera ordenada durante los días lunes, martes, miércoles, jueves y viernes, con horario de 07:00 a.m. a 5:00 p.m.”

El portavoz al leer las disposiciones expresó que esta medida es aplicable para supermercados, gasolineras, farmacias, bancos, cooperativas y ferreterías, los cuales permanecerán abiertos únicamente durante los días programados, dotando de manera obligatoria a sus empleados de mascarillas, gel de manos y en las entradas uso de ter-

mómetros para control de fiebre; para ser atendidos los clientes deberán portar mascarillas de manera obligatoria.

Meza prosiguió detallando que “los días 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 identificación y respectivo salvoconducto (vigentes durante la emergencia)”.

Explicó que los salvoconductos otorgados por el Comité de Excepciones siguen vigentes. “Actualmente se están revisando de manera exhaustiva cada uno, para identificar algunos que han sido clonados, a diferencia de los otorgados por otras instituciones los cuales serán decomisados”.



LO MÁS COMENTADO

El presidente de la Feria del Agricultor y el Artesano, Jimmy Ponce, anunció que a partir del próximo miércoles se reactivan las operaciones en el mayoreo ubicado a inmediaciones del Estadio Nacional en Tegucigalpa.

“COVID-19 es como caminar en medio de la niebla”

TEGUCIGALPA. Para el rector de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (UNAH), Francisco Herrera, la COVID-19 es tan impredecible que es como estar caminando en medio de una niebla.

Dijo que a medida que vayamos avanzando y la niebla se disipe y se empiece a aclarar el panorama es que podremos ir tomando decisiones.

“Por lo pronto, lo necesario es continuar con el distanciamiento social y la cuarentena”, sugirió.

Señaló que en breve se estarán percibiendo las evoluciones que estaremos dando como país.

“Nosotros, como academia, hemos planteado que el coronavirus es un problema del pueblo hondureño, de nación y no solo del sector Gobierno”, sostuvo.

Reconoció que en este momento no se puede predecir cuándo se saldrá de esto.

“Pero lo importante por ahora



El rector, reconoció que en este momento no se puede predecir cuándo se saldrá de esto.

es poder incrementar el número de pruebas y eso es crucial para ir tomando decisiones”, planteó.

“En realidad, no hay una respuesta exacta para esto, aunque lo que se puede garantizar es que será algo gradual pues no se tiene mucha claridad al respecto”, comentó el funcionario. “Nosotros tenemos los profesionales y la capacidad de poder hacerlo”, agregó.

“Lo que pasa es que ha habido enormes dificultades en relación con el equipo que se debe utilizar para realizar las pruebas”, aseguró.

Hospital San Felipe recibe donación para pacientes con cáncer

TEGUCIGALPA. El Hospital San Felipe recibió una unidad de Gammacámara de última generación de parte del Organismo Internacional de Energía Atómica (OIEA).

La vicecanciller Norma Allegra Cerrato informó que se tiene previsto que la Unidad de Medicina Nuclear se ponga en marcha cuando se reciban los materiales y suplementos que son necesarios para el óptimo funcionamiento del equipo nuclear.

La cámara gamma se utiliza en medicina nuclear como instrumento para diagnóstico y tratamiento de enfermedades como el cáncer. La Gammacámara se ubicará en las nuevas instalaciones del Centro de Medicina Nuclear, construido con apoyo del Gobierno de Japón con todas las especificaciones y requerimientos necesarios para la atención y protección de los pacientes y del personal médico.

La aplicación de estas nuevas tecnologías nucleares vendrá a elevar significativamente la calidad



Será el primer hospital público en contar con equipo de última generación en medicina nuclear.

de vida de los hondureños que han sido diagnosticados con cáncer.

Desde el año 2018, la Subsecretaría de Cooperación y Promoción Internacional, en su rol de Oficina Nacional de Enlace con el OIEA, ha sido la responsable de gestionar y coordinar la cooperación no reembolsable ante este Organismo y el Gobierno del Japón, para la llegada de este equipo a Honduras.

La cámara gamma es un dispositivo de captura de imágenes, comúnmente utilizado en medicina nuclear como instrumento para el estudio de enfermedades.



El cardenal señaló que Dios no puede bendecir a una Honduras llena de pecado, llena de crimen.

CARDENAL ÓSCAR ANDRÉS RODRÍGUEZ:

“LA PALABRA DE DIOS NOS AYUDA A COMPRENDER ESTA SITUACIÓN”

TEGUCIGALPA. Durante la homilía celebrada sin feligreses en la Basílica Nuestra Señora de Suyapa, el cardenal Óscar Andrés Rodríguez clamó para que Dios libere a Honduras del mal, del pecado, la maldad, el crimen y de la COVID-19.

La amada Iglesia nos concentra sobre esa cualidad del amor de Jesús hacia nosotros, que es la misericordia, es uno de los temas centrales del amor de Dios, nos dice el Evangelio cuando, al atardecer de aquel día, estaban los discípulos en una casa con las puertas cerradas por miedo.

“También en nuestros tiempos, estamos todos en las casas con las puertas cerradas por miedo, los discípulos estaban encerrados por miedo a la persecución porque habían matado a Jesús, ahora nosotros estamos encerrados por miedo a un virus, a una enfermedad”, acotó.

“Por eso, la Palabra de Dios nos anima y nos ayuda a comprender esta situación; lo primero que se pone de relieve es la situación de la primera comunidad después de la muerte del Señor Jesús, con las puertas cerradas por miedo”, indicó.

“Mejor con las puertas trancadas, como diríamos nosotros, estaban traumatizados por la muerte del Señor Jesús, es el miedo lo que les hizo cerrar todas las puertas, pero Jesús resucitado atraviesa las puertas cerradas; el miedo de los discípulos no lo detiene a la hora de atravesar las puertas cerradas con su mensaje de vida, de alegría y de paz, es el saludo pascual por excelencia, la paz sea con ustedes”, citó.

Comentó que también nosotros tenemos puertas cerradas, el modo de blindarnos, de protegernos para salir adelante, pero “cómo hacemos para quitar

los cerrojos y para abrir nuestras puertas a Él; hoy pensemos, queridas hermanas y hermanos, que nos acompañan a través de los medios, hoy pensemos que Jesús viene a nuestras casas y entra en ella como un huésped lleno de gozo, lleno de gracia, para llenarnos de gracia”.

Podemos imaginarnos que Jesús entra hoy en nuestra casa y abre todo lo que está cerrado para que vuelva a la vida. El miedo paraliza, el miedo impide amar de verdad, en el fondo de muchas de nuestras dificultades personales y relacionales, está el miedo, indicó.

“Hay muchos miedos en la sociedad, hay muchos miedos en las familias, por qué permanecer con las puertas cerradas por miedo, Él ha resucitado, hoy preguntémosnos cuál es la puerta que Jesús resucitado quiere que yo le abra”, acotó.



Clases se retornarán cuando existan las medidas de bioseguridad

TEGUCIGALPA. Las autoridades de la Secretaría de Educación, advirtieron que el retorno a las clases presenciales en los centros educativos no se hará mientras no existan las condiciones de bioseguridad necesarias. Estas afirmaciones fueron brindadas por la viceministra de Educación, Gloria Menjívar, al tiempo que detalló que están enfocados en no perder el vínculo con el

estudiante y que estarán reafirmando el lanzamiento de una plataforma virtual en donde el docente podrá interactuar con 200 educandos al mismo tiempo. Agregó que están trabajando en una estrategia de valoración de aprendizajes en donde los estudiantes que están desarrollando un trabajo en casa al retornar a los centros educativos puedan ser sometidos a una nivelación.

Personal portuario en cuarentena no ha seguido las instrucciones de aislamiento

PUERTO CORTÉS. Más de treinta elementos de la Unidad de Protección Portuaria, quienes son sospechosos de COVID-19, no han estado implementado a cabalidad las instrucciones de autoaislamiento, por lo cual no podrán reintegrarse a sus labores. “Ha quedado evidenciado en las auditorías de seguridad que se les ha practicado que la Empresa Nacional Portuaria, (ENP), presenta falencias en diferentes áreas como ser el uso inapropiado en los equipos de bioseguridad, aspersión de vehículos y medidas de higiene, entre otros”, dijo el Comité de Emergencia Municipal



(CODEM) en una nota dirigida al gerente Gerardo Murillo. En ese sentido, el CODEM ha prohibido a la Empresa Nacional Portuaria reintegrar a sus labores al personal establecido como sospechoso de haber contraído el virus por nexos con pacientes positivos.



De acuerdo con los protocolos de Salud, los compatriotas permanecerán aislados durante 14 días para asegurar que estén libres de contagio.

Copeco asiste a 244 migrantes retornados

TEGUCIGALPA. Servir con calidad y calidez a los hondureños durante su período de aislamiento, es uno de los objetivos de los Centros de Aislamiento Temporal (CAT), que instaló la Secretaría en los Despachos de Gestión de Riesgos y Contingencias Nacionales (Copeco) durante la emergencia por COVID-19.

Uno de estos centros fue es-

tablecido en las instalaciones del complejo deportivo de la Villa Olímpica, lugar donde equipos de Copeco continuaron el abastecimiento de insumos para los 244 compatriotas que permanecen en este sitio.

El ministro de Copeco, Gabriel Rubí, destacó la preparación logística de estos centros, porque eso garantiza el respeto a los derechos

humanos, cumpliendo con estándares no solo humanitarios, sino también de bioseguridad.

Comentó que una de las metas es poder proveer a los migrantes de Internet y también de un teléfono público para que puedan comunicarse con sus familiares durante este período, sin embargo aclaró que solicitará el apoyo a las empresas de telefonía.

EL PAÍS

MEDIDAS CONTRA COVID-19:

EL CLORO Y EL CATIÓN AMONIO PUEDEN AFECTAR A LAS PERSONAS Y AL AMBIENTE

La manera en que ciertas medidas no se están aplicando correctamente y afectan a la salud humana y al medio ambiente.

Desde que el nuevo Coronavirus fue declarado pandemia por la OMS, hemos estado más conectados que nunca en el mundo, compartiendo prácticas de medidas en términos de cierre de emergencia, distanciamiento social, limpieza y desinfección, y tratamiento del virus.

En este caso, me gustaría abordar el uso del cloro y el catión amónico cuaternario como desinfectantes en los seres humanos. Ciertos países han implementado medidas que están fuera de proporción, desde rociar una mezcla de cualquiera de estos químicos con agua a las personas cuando salen de los supermercados, caminan por las aceras, regresan a sus ciudades, a helicópteros y autos esparciéndolo alrededor de las comunidades y por encima de nuestras casas y campos abiertos.

La OMS estableció claramente que “rociar todo el cuerpo con alcohol o cloro NO sirve para matar los virus que ya han entrado en el organismo”. De hecho, añaden: “pulverizar estas sustancias puede dañar las mucosas (es decir, los ojos, la boca, etc.) y la ropa.” Lamentablemente, esta medida no es nueva, de hecho, la fumigación con cloro fue bastante usada durante la epidemia del ébola en África. Diferentes estudios derivados después de ella, pidieron que se prohibiera esta práctica, ya que las personas que entraron en contacto o se expusieron a la fumigación resultaron con graves efectos para su salud. Entonces, ¿por qué seguimos encontrando medidas como éstas en todo el mundo para luchar contra la Covid-19?

LOS PRODUCTOS QUÍMICOS Y SUS EFECTOS

En pocas palabras, el cloro (Cl) es el principio más activo de los productos cuyo principal ingrediente es el hipoclorito de sodio, comúnmente utilizado como des-



infectante o agente blanqueador. Mientras que el amonio cuaternario (NR4) son sales artificiales, que como el cloro se pueden encontrar en la mayoría de los desinfectantes utilizados hoy en día.

SALUD HUMANA

Ambas sustancias químicas producen peligros similares para la salud humana: asma, irritación de la piel y los ojos, son corrosivos para la nariz, la garganta y el tracto respiratorio. Otros efectos del contacto con cualquiera de estas sustancias químicas pueden ser náuseas, vómitos, convulsiones y, en algunos casos graves, incluso la muerte.

Los efectos negativos específicos del amonio cuaternario son una inhibición de la capacidad de las mitocondrias para proporcionar energía para la función celular, y una limitación en la acción de los estrógenos, afectando así al sistema reproductivo.

Por otro lado, el cloro tiene

propiedades corrosivas, y en algunos casos, cuando se mezcla con otros productos, produce humos tóxicos.

MEDIO AMBIENTE

Hay diferentes factores que alteran la eficacia de estos productos químicos, como la alta concentración de materia orgánica, los niveles de pH, las proteínas naturales, la temperatura, la luz solar y el amoníaco.

El cloro y el amonio cuaternario pueden dirigirse a nuestros acuíferos, reservas de agua y suelo, contaminando nuestro medio ambiente. Específicamente el amonio cuaternario no se degrada fácilmente y puede permanecer en el medio ambiente hasta 5 años. De hecho, varios estudios afirmaron que la presencia de amonio cuaternario contribuirá a la resistencia a los antibióticos en las bacterias.

Mientras que, la fumigación de cloro desde los aviones puede hacer que reaccione éste con la materia orgánica, formando compuestos clorados cancerígenos como

los trihalometanos. En otras palabras, puede causar cáncer

LAS RECOMENDACIONES SOBRE EL USO DE ESTAS DOS SUSTANCIAS QUÍMICAS SON:

1. La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos anunció el cloro y el amonio cuaternario como desinfectantes aprobados para ser usados en superficies, no en humanos, al combatir la COVID-19. De hecho, las personas deben permanecer alejadas durante la aplicación de estos productos químicos.

2. Limpiar las superficies antes de ser desinfectadas, y después de que el tiempo de contacto indicado haya pasado. De esta manera, la materia orgánica no inhibirá el efecto desinfectante. Las superficies no se dañarán y, lo que es más importante, las personas no se expondrán a sus efectos negativos.

3. Las personas que lleven a cabo procesos de desinfección con estos dos productos químicos deben observar medidas de protección mientras los preparan y manipulan guan-

tes, protección ocular y mascarillas.

4. Las personas que manipulan estos productos químicos deben lavarse las manos con abundante agua y jabón para evitar cualquier reacción de la piel. (Esta recomendación está impresa en todos los productos que tienen estos productos químicos en sus componentes).

5. Las personas que manipulan los productos químicos deben entender claramente los efectos del desinfectante en ellos y en otros.

¿QUÉ OTRAS OPCIONES EXISTEN?

Para limpieza de superficies el alcohol y el ácido cítrico son algunas de las opciones que la EPA ha proporcionado para combatir el nuevo coronavirus y su efecto sobre la salud humana y el medio ambiente es menor. Solo es importante tener en cuenta que algunos productos que tienen ácido cítrico también incluyen un porcentaje de amonio cuaternario o cloro en sus ingredientes, así que intente comprar uno con sólo ácido cítrico.

OPINAN

EDITORIAL

CONDUCTA

La salud psicológica es la expresión de la relación armónica de la personalidad humana y a menudo se ve afectada por múltiples factores. Especialmente durante esta etapa pandémica, debemos enfrentar varias situaciones estresantes que ponen en peligro su salud psicológica. Los niveles mejorados de inteligencia emocional y espiritualidad pueden actuar protectoramente mejorando su habilidad para manipular sus emociones y sus ansiedades existenciales.

La pandemia actual de COVID-19 no tiene precedentes. Pero no son las características biológicas del virus las más peligrosas. Más bien, lo que realmente importa es cómo se comportan las personas. Existe la rama bio-antropológica, que estudia cómo los humanos influyen y se adaptan a las condiciones ambientales cambiantes. Se analizan los riesgos que plantea la salud de las personas cuando los sistemas de salud se ven afectados o invadidos por conflictos, desastres y emergencias. La COVID-19 ha demostrado que tiene la capacidad de abrumar a los sistemas de salud en todo el mundo. Entonces, cómo se comportan las personas en respuesta a los riesgos reales y percibidos que enfrentan es un factor clave para abordar la pandemia. De hecho, la historia muestra que los factores de comportamiento pueden desempeñar un papel importante en la disminución y detención de la propagación de la enfermedad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce el valor del comportamiento humano en el manejo de las pandemias. Su guía de planificación de comunicaciones de brotes sugiere que los cambios de comportamiento puede reducir la propagación hasta en un 80%. Esto puede significar la diferencia entre los sectores de la sa-

lud que se ven abrumados o que continúan funcionando. Pero esto ejerce una gran presión sobre los gobiernos y las agencias de salud pública para que produzcan el mensaje correcto sobre el COVID-19. Esto es particularmente complicado dado que las personas tienen diferentes niveles de riesgo del virus. De hecho, ¿cómo se puede alentar a las personas que no están en alto riesgo a tomarlo en serio y tolerar interrupciones significativas en sus vidas, si es menos probable que se vean afectadas?

Si los gobiernos lo hacen bien, y empujan el comportamiento en la dirección correcta a nivel de la sociedad, la comunidad y el individuo, los recursos disponibles para combatir la enfermedad irán mucho más allá. Pero no nos equivoquemos, ya que los mensajes corren el riesgo de despertar a los “dragones de la inacción”, las barreras psicológicas que establecemos cuando el problema parece demasiado grande para abordarlo. La “fe” en las redes sociales que nos invaden con ironía y memes también pueden ser problemáticos, ya que minimizar la preocupación demasiado podría obstaculizar la respuesta de manera similar.

Hacemos un llamado a la compasión humana al resaltar el peligro para los grupos de mayor riesgo es una estrategia importante de los mensajes, ya que reconoce que el riesgo es diferente para diferentes personas. Y garantiza que aquellos que pueden aislarse a sí mismos entiendan por qué lo necesitan, sin preocuparse demasiado por los trabajadores esenciales que necesitan moverse para mantener el país en marcha. Dios nos ayude para que la mente y el corazón del hondureño entienda que es inteligente guardar las distancias y otras medidas y que hemos de ser, por ello, compasivos con los demás y con nosotros mismos.

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.

Crisis COVID-19

Al finalizar el 2019, todos compartíamos con nuestras familias y amigos, la bienvenida de un nuevo año, muchos con planes, proyectos de vida, personales, y empresariales, algunos sin ponerlos en las manos de Dios, pensando que el futuro nos pertenece para siempre. Hoy, sumergidos en esta crisis, a las mayores nos cayó como un balde de agua fría, pensamos que el mundo se termina, en nuestra familia y seres queridos, que estén a salvo. Los que conocemos de Dios, sabemos que las Sagradas Escrituras se cumplirán en esta tierra, no pretendo dar un sermón bíblico, pero es importante que, como humanidad, nos demos cuenta que existe un Ser Supremo. He platicado con muchos amigos y clientes, y todos coincidimos en que la salud y la vida no tienen precio; a raíz de esta crisis sanitaria todos vamos a darle un gran valor a estos dos regalos que Dios nos da cada día.

Me decía un buen amigo, economista y catedrático universitario, que esta crisis traerá impactos fuertes en la economía mundial y hondureña; al parar la producción, la economía se estanca y esto genera crisis en todos los sectores del país.

El artículo del 6 de abril de 2020 del premio de Economía Paul Krugman, comenta: “Hace apenas un mes, Donald Trump seguía insistiendo en que la COVID-19 era un problema trivial, comparándolo con la ‘gripe común’”. Y descartó las preocupaciones económicas; después de todo, durante la temporada de gripe, “nada se cierra, la vida y la economía continúan”. Ese discurso fue cambiado después del incremento exponencial de la epidemia en el país, situación que sirvió de alerta a la mayoría de países latinoamericanos, donde sus economías dependen mucho de los EE.UU.

Según datos, durante la última crisis económica, la economía se contrajo alrededor del 6 por ciento en relación con su tendencia a largo plazo, y la tasa de desempleo aumentó alrededor de cinco puntos porcentuales. Se supone que ahora estamos viendo una depresión de tres a cinco veces más profunda.

Según Paul Krugman, ¿qué deberíamos estar haciendo? Los economistas serios ya han alcanzado un consenso general sobre la respuesta política adecuada a una pandemia. La conclusión es que no se trata de una recesión convencional, que requiere un estímulo económico de base amplia. La misión inmediata, más allá de un esfuerzo to-



Óscar Montes
Gerente General Montes
& Asociados

tal para contener la pandemia en sí, debería ser la ayuda en caso de desastre: ayuda generosa para quienes sufren una pérdida repentina de ingresos como resultado de la crisis de la economía.

Son tiempos muy desafiantes para la humanidad en general, pero los efectos del coronavirus pueden ser potencialmente peores en los países en desarrollo donde la infraestructura de los sistemas de salud es limitada y la inequidad económica es preocupante. Asegurarse de que los ciudadanos en América Latina y el Caribe se mantengan en casa y sigan estrictamente las recomendaciones de distanciamiento social puede realmente hacer una diferencia en la capacidad de la región para enfrentar esta pandemia.

En Honduras, es evidente que el comportamiento de las personas está cambiando rápidamente. Aunque esto puede ser parcialmente explicado por el miedo, o un compromiso personal para ayudar a reducir la propagación de la enfermedad, las respuestas más extremas parecen ser impulsadas por las medidas impuestas por el Gobierno.

El país cuenta con uno de los sistemas de salud más deficientes en la región, según expertos consultados al inicio de la pandemia teníamos menos de 50 Unidades de Cuidados Intensivos (UCI) en todo el país entre los sistemas sanitarios públicos y privados, escenario que nos pone en una situación caótica para enfrentar esta pandemia, lo que provocará muchos decesos por falta de equipos para hacerle frente.

Otra situación preocupante es la parte económica, emprendedores, mediana y gran empresa corren el riesgo de cerrar o despidos masivos de empleados, situación que generará un caos tremendo en la economía del país post pandemia.

En resumen, esta catástrofe ha puesto a la humanidad en general y a nuestro bello país en particular en la disyuntiva de combatir la pandemia con la que hasta el momento es la mejor arma, o sea, el distanciamiento social o tratar de cuidar la economía ya que su deterioro también ocasiona pérdida de vidas. No es nada fácil, pero es importante que el Gobierno, empresa privada y sectores económicos del país puedan definir una ruta a corto, mediano y largo plazo para que las pérdidas de vidas humanas, disminución de empleos y cierre de empresa sean menores.

EL PAÍS
LA TRIBUNA DE HONDURAS

Una publicación de Medios Unidos S.A. de C.V. Fundado el 29 de Junio de 2017.

GERENTE GENERAL
HUGO ROMERO

DIRECTOR
ADÁN ELVIR FLORES

JEFATURA DE REDACCIÓN
ORLANDO ESCOTO/ FLORENCIO PUERTO

CONSEJO EDITORIAL
RODOLFO DUMAS / JACOB O GOLDSTEIN / ILSA DÍAZ ESPINOZA

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

EL PAÍS.HN

MÁS clasificados



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

COMPRA Y VENDE ¡RAPIDITO!

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.DCBROK. 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 vistas. 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.

PUBLIQUE SUS AVISOS LEGALES

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

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400

El Pedregal 630 v2
320 Mts de construcción, consta 4 habitaciones completas, 2 salas, cocina, desayunador, 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, desayunador, 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. CERCADO 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 850 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 Orma, 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 Mascos. 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 ¡RAPIDITO!

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

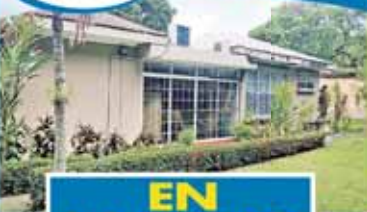
Constructora y Bienes Raíces
Llama al 9964-9686



**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**

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



**EN
LA TREJO**

**2300 Vr.
\$480,000.00**

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



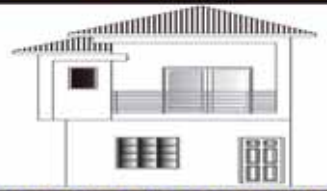
**CASA MAYA #2
534 VARAS, 380 MTS
DE CONSTRUCCION**

3 habitaciones completa, sala, cocina,
desayunador, lavandería, cuarto de
empleada, techado 2 vehiculos.

\$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.**

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



**CASA DE 563 VARAS
380 MTS DE CONSTRUCCION**

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

\$310 MIL Negociables

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



**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 citas al 9964-9686.
INSCRIBETE A: WWW.DC-
BROKERS.CLUB Y CON-
VIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces

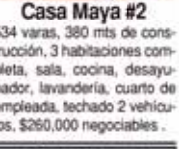


Lomas del Pedregal
En San Pedro Sula, se ven-
den lotes de 1500 varas, cir-
cuito cerrado a tan solo \$180
dólares la vara, sector Foresta
y Merendon Hills. Llamar
9964-9686. INSCRIBETE
A: WWW.DCBROKERS.
CLUB Y CONVIERTETE EN
SOCIO.

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



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

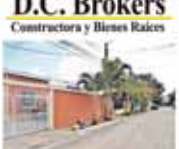


Contáctenos:
PBX (504) 2556-5750
clasificados@elpais.hn
marivel.maradiaga@elpais.hn

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



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



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.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



**Se vende casa
en la Ideal**

En 1,150,000 llamar al
99649686. INSCRIBETE A:
WWW.DCBROKERS.CLUB
Y CONVIERTETE EN SO-
CIO.

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



Las Mesetas

Construya su casa con nos-
otros, de 3 habitaciones, dos
y medio baños, tenemos ter-
reno de 280 varas 2,750,000.
Dc brokers constructores y
desarrolladores de hogares
llamar 99649686 INSCRIBE-
TE A: WWW.DCBROKERS.
CLUB Y CONVIERTETE EN
SOCIO.

D.C. Brokers



**Villa Mónaco
circuito cerrado**
Contiguo a villas del sol
se vende bella casa con 4
habitaciones dos salas co-
medor cocina 350 metros
garaje 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.

TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



**Residencial
Salamanca, casa
en pre venta**
La cual consta de 300 mts2,
área de construcción 144.75
mts2, sala, comedor, coc-
cina, 3 dormitorios, 2 baños,
área de lavandería, garaje,
puertas de madera de color e
interiores termoformadas con
marco de cedro, ventanas
corredizas, piso de cerámica,
aceras perimetrales. Precio
\$95,000.00

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.

D.C. Brokers



**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.

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.



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 vende casa en Los Andes

En 6 millones con 520 varas 220 metros llamar al 99649686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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 aprovechando fondos del gobierno. L.1,200,000 con 3 habitaciones dos baños Gárga 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 Omao

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.



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

En bulevar nuevo, 33 calle, a dos cuadras del estadio, súper comercial, a tan solo L.2,850,000, son 5 habitaciones. PARA CITAS 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

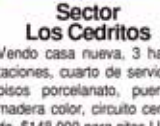


Villa Mónaco vendo casa circuito cerrado

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



D.C. Brokers Sector Los Cedritos

Vendo casa nueva, 3 habitaciones, cuarto de servicio, pisos porcelanato, puertas madera color, circuito cerrado. \$148,000 para citas LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



D.C. Brokers 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 99649686. 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.



SERVICIOS

Masajes Domicilio S.P.S.



INFORMACIÓN AL 9930-1294

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 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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

Alquilo El Palenque 1,860 varas A \$1000 LLAMAR A 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

VENTA DE TERRENOS

D.C. Brokers

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



Se venden en La Figueroa

8800 Varas contiguo a Torres Terravista cercadas a \$250 la vara, negociable ideal para condominios LLAMAR A 99649686. 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



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



Se vende predio
 De 2600 varas a orilla del Boulevard Juan Pablo II, 14 millones negociable, para ferretería, centro comercial, otros.



Se vende 10,000 varas en Jucutuma
 contiguo a laguna a L250 cada vara LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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.



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.




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.



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



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.



Se vende 10,000 varas en Jucutuma
 contiguo a laguna a L250 cada vara LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



Vendo 5100 varas.
 A orilla bulevar al aeropuerto 200 metros del peaje hacia progreso contiguo a gasolinera Uno L.13,500,000 LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



2000 varas
 En La Trejo \$160.



2200 varas a \$120 vara en Col. Trejo.



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



San Roberto de Sula sector industrial se vende plantel
 Con 800 varas muros de 6 metros de alto Bodegas Oficinas con cerámica plantel techado a 150 metros de segundo anillo circunvalación llamar a L 4,500,000. LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



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, ganzos, 4 vacas, tremendo PRECIO LPS. 7,300,000.00 NEGOCIABLE.



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



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



3 manzanas pegado a Mackey
 Para urbanizar con los permisos de construcción, precio 155 c vara, negociables.



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



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



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, ganzos, 4 vacas, tremendo PRECIO LPS. 7,300,000.00 NEGOCIABLE.



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



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



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



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



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



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, ganzos, 4 vacas, tremendo PRECIO LPS. 7,300,000.00 NEGOCIABLE.



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



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



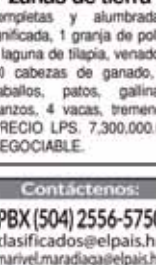
Puerto Cortés, Playa Costa Rica
 Una de las mejores Playas de Cortés 10,004 varas a \$40 por vara, negociable.



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



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



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, ganzos, 4 vacas, tremendo PRECIO LPS. 7,300,000.00 NEGOCIABLE.



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



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



ASTROLOGA 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 amarres 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



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400

Bosques del Merendón
 Terreno de 2,500 V2 a \$160.00 por V2 negociable.



TELÉFONOS
9658-7869
9978-5136
9959-7400



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.



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

Contactenos:
 PBX (504) 2556-5750
 clasificados@elpais.hn
 marivelmaradiaga@elpais.hn



D.C. Brokers
 Constructora 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.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
Te ofrezco 18 manzanas
 Para urbanización, por las 18 mzs Lps 6,000,000.00 frente a carretera.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
Finca de café
 Aguacate Hass, Limón Persea, Árboles de Liquidámbar.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
12 Manzanas
 Contiguo a Zizima, frente a Boulevard \$80 vr.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
25 Manzanas
 frente recta de Santa Cruz 13 millones.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
18 Manzanas
 en Dos Caminos, \$12 vr., para parque industrial. GAN-GA.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
4 Manzanas
 La Vuelta del Cura \$50 la vara.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
1 Manzana
 Frente Diunsa Pedregal \$185 por vara.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
5 mil varas
 Frente playa \$60 negociable.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 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
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
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
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
Juan Lindo 6,600 V²
 Lps.18,500,000.00 1000 V² a Lps.160,000.00.

D.C. Brokers
 Constructora 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
 Constructora 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
 Constructora 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
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400
En Barandillas
 2100 mts, tres pisos, el primero en parque en sotano con autoservicio 4 \$ el metro, 850 ml \$ todo el edificio.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
Barrio Los Andes
 Se venden 670.51 varas con construcción en segundo nivel de esquina bulevar los caminantes precio \$ 201,500 dólares negociables LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 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
 Constructora 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.

AVISOS LEGALES EL PAÍS.HN

NOTIFICACIÓN POR EDICTOS

La Infrascrita Secretaria del Juzgado de Letras de la Sección Judicial de El Progreso, Departamento de Yoro, al publico en general y para efectos de ley **HACE SABER:** que el expediente 381-6-3-19 contentivo a la Demanda de divorcio promovida por el Abogado **CARLOS HUMBERTO MOLINA REYES** en su condición de Apoderado Judicial de la señora **KENIA PATRICIA LOPEZ LANZA**, por medio de la presente notificación de edictos se manda a emplazar a el señor **GERSON GEOVANNY VASQUEZ PEREZ** para que en el termino de treinta (30) días hábiles proceda a contestar la demanda de mérito, debiendo retirar la copia de la misma; **HACE SABER:** a el señor **GERSON GEOVANNY VASQUEZ PEREZ** que el termino de treinta (30) días empezara a correr al día siguiente del ultimo aviso de publicación, para que a costa de la parte interesada se publique por tres (3) veces, por intervalo de diez (10) días en un diario impreso y en una radiodifusora, ambos de cobertura nacional.-

Actúa el Abogado **CARLOS HUMBERTO MOLINA REYES** Apoderado Judicial de la señora **KENIA PATRICIA LOPEZ LANZA.-**

El Progreso, Yoro-3 de Marzo del 2020

[Firma]
 LIC LEYLA PATRICIA GUZMAN BORBEN
 SECRETARIA

Contáctenos:
2556-5750 / 3144-3340
 clasificados@elpais.hn • marivel.maradiaga@elpais.hn

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
TELEFONOS 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.

D.C. Brokers
 Constructora y Bienes Raíces
ALQUILER DE EDIFICIOS
D.C. Brokers
 Constructora 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
 Constructora 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 600 Varas en Guamilto cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora 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
 Constructora 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 600 Varas en Guamilto cerca 1 calle a 5 millones todas comerciales para información LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

D.C. Brokers
 Constructora 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 dólares.

D.C. Brokers
 Constructora 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
 Constructora 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.

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

D.C. Brokers
 Constructora 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
 Constructora 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 dólares.





¿CÓMO DIFERENCIAR LA ALERGIA DE LA INFECCIÓN POR CORONAVIRUS?

Algunos síntomas del coronavirus tienen parecido con los que se desencadenan debido a las alergias. Por eso, es importante conocer en qué se diferencian y cuándo consultar.

¿Cómo diferenciar la alergia de la infección por coronavirus? En primer lugar, se recomienda a la población general que, ante sospecha de infección por coronavirus, se comunique con su médico de cabecera, o bien, acuda a un centro médico para ser evaluado.

Comenzaremos aclarando que todas las enfermedades, incluidas la alergia o la infección por coronavirus, van a manifestarse de manera diferente en cada individuo. Por eso, ante la duda, es mejor hacer una consulta médica, ya sea virtual, telefónica o en persona.

En el caso del COVID-19 lo que se ha sugerido es permanecer en el hogar y solicitar atención domiciliaria. Dado que el virus es altamente contagioso, es mejor respetar la medida de confinamiento.

Lo anterior aplica, especialmente, si hay presencia de síntomas sospechosos, se ha tenido contacto con una persona infectada, o bien, si se ha viajado a una zona de riesgo. En esta oportunidad, a modo de orientación, veremos primeramente los síntomas por infección del coronavirus y luego los síntomas de la alergia.

SÍNTOMAS DE LA INFECCIÓN POR CORONAVIRUS

Las personas con infección por COVID-19 suelen tener síntomas parecidos a una gripe. De acuerdo con información publicada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), sus manifestaciones clínicas incluyen principalmente: Fiebre, tos seca y cansancio. Algunas personas pueden presentar, además, dolores musculares, congestión nasal, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual o progresiva. En su mayoría, las personas infectadas por coronavirus se recupera en cuestión de una semana o un poco más, sin necesidad



de un tratamiento especial.

Un pequeño número de las personas que desarrollan infección por coronavirus puede manifestar a una enfermedad más grave y tener dificultad respiratoria, y la necesidad de internación. A menudo, son pacientes con enfermedades respiratorias previas, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades del sistema inmunitario, entre otras.

SÍNTOMAS DE LA ALERGIA

El término alergia agrupa un conjunto de reacciones del sistema inmunitario ante la presencia

de un cuerpo de alérgenos. En este caso, haremos referencia a la llamada rinitis alérgica, que es la que puede llegar a confundir a los pacientes ahora que existe el brote de coronavirus. Sus síntomas incluyen: Ataque de estornudos, congestión nasal o goteo nasal, picazón de los ojos, ojos rojos, llorosos, picazón de la nariz o garganta, tos, goteo posnasal, ojeras y cansancio.

Se sabe que la rinitis alérgica es una afección bastante común, tanto en niños como en adultos. A veces, se puede acompañar de otras manifestaciones alérgicas en diferentes partes del cuerpo. En muchas ocasiones, hay una historia fa-

miliar de alergia.

En general, los síntomas se limitarán a la zona de la cara, serán persistentes y no irán empeorando con el paso de los días. Por el contrario, puede que desaparezcan en horas, tras alejarse y deshacerse del alérgeno.

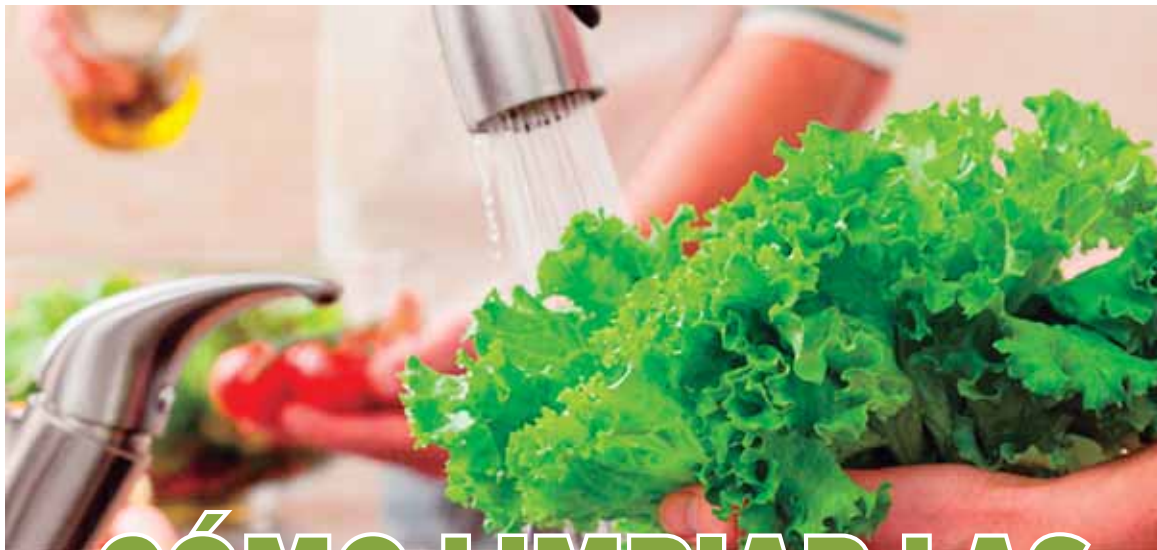
COMPARACIÓN

Al comparar los síntomas de ambas afecciones, vemos que muchos de ellos se superponen, pero habrá otros que serán específicos de cada una, como por ejemplo la fiebre, que nos permiten realizar la diferenciación entre ambas.

En cualquier caso, inicialmen-

te puede haber preocupación, sobre todo porque los casos más leves de COVID-19 apenas y presentan síntomas. Por tal razón, es importante, ante la sospecha, solicitar la atención correspondiente y tener en cuenta si hay historial de: Alergias previas, contacto con una persona infectada, viajes a zonas con alto índice de contagio. Todos estos datos serán determinantes para establecer si se trata solo de un brote de la alergia, o si puede tratarse de una infección por coronavirus. El médico será quien determine si es necesario hacer pruebas.

MEJOR CON SALUD



Jugos para limpiar el colón

Limpiar el colon es fundamental para tener una buena salud, y hacerlo a través de jugos y bebidas detox es una idea simple y poderosa.

Una opción es el jugo verde, la fibra es uno de los componentes más importantes para un buen funcionamiento del colon, y a las bebidas detox verdes, si algo les sobra, es fibra. Una posibilidad es mezclar en la batidora apio, perejil, lechuga, y espinaca. Le puedes agregar un poco de zanahoria también. Sin embargo, puedes variar de acuerdo con lo que tengas en casa.

Jugo de manzana: La manzana es uno de los mejores alimentos para limpiar el colon, pues ayuda a evacuar las toxinas acumuladas. Para un detox completo debes comer manzana varias veces al día, o tomar al menos cuatro vasos al día de jugo natural de manzana puede ser la mejor opción.

Broguía

CÓMO LIMPIAR LAS FRUTAS Y VERDURAS

La forma de limpiar las frutas y verduras es importante a la hora de eliminar los posibles contaminantes que puedan tener. Por eso, debemos conocer cuáles son los pasos adecuados, y así minimizar el riesgo de contraer alguna infección.

Si bien estos días la preocupación ha aumentado a causa del coronavirus, estas pautas deberíamos adoptarlas siempre que vayamos a consumir frutas y verduras.

Al limpiarlas eliminamos los restos de tierra y suciedad, así como posibles restos de pesticidas, bacterias y otros patógenos que

podan causarnos intoxicaciones o problemas de salud.

Si bien no es probable que el coronavirus se transmita a través de los alimentos, mantener unas normas generales de higiene diaria ayudará a minimizar cualquier riesgo. Así las cosas, es importante lavarnos las manos con agua tibia y jabón, durante al menos 20 segundos, antes de limpiar las frutas y verduras.

Por otro lado, no es necesario emplear jabones o detergentes para limpiar los alimentos, ya que podrían quedar restos.

Para los vegetales de hojas, co-

mo la lechuga, separaremos las hojas y las iremos limpiando una a una. Para aquellos vegetales de consistencia más dura (pepinos, chiles dulces, etc.) podemos usar un cepillo específico. Los frotaremos bajo un chorro de agua y rascaremos bien toda su superficie.

En el caso de la coliflor y el brócoli, aconsejamos cortar primero los ramilletes. Después, los colocamos en un colador y sumergimos en agua fría. De este modo, llegamos a las partes más internas a las que no llegaríamos sin cortarlas.

Cuando vayamos a limpiar

verduras de raíz, como papas, remolacha, zanahorias o nabos; los podemos dejar previamente en remojo para ablandar un poco la suciedad. Después, los rascaremos con un cepillo o esponja (sin detergente) de forma enérgica y bajo un chorro de agua.

Las frutas las pasamos un momento bajo el grifo y frotamos con cuidado.

Para una mejor conservación se aconseja secar las frutas y verduras limpias con un poco de papel de cocina.

MEJOR CON SALUD

Recomendaciones cuando padece urticaria

La urticaria es una afección de la piel muy frecuente, que puede darse a cualquier edad, y que se manifiesta en forma de ronchas, ligeramente elevadas y de color rojizo o rosado, que pican, por lo que resulta muy molesta.

Las causas más habituales son las que dan lugar a la urticaria aguda, con episodios que suelen remitir a las pocas horas, si no son muy graves. Los alérgenos más comúnmente implicados en este tipo de urticaria son los alimentos, en especial huevo, marisco, leche, pescados, chocolate o las nueces.

Ciertos medicamentos también pueden producir esta manifestación

cutánea, siendo de hecho el principal motivo o causa de la urticaria. Fármacos como la penicilina y otros antibióticos, la aspirina y otros antiinflamatorios.

Siempre que aparezca una manifestación de urticaria debe consultar al médico o farmacéutico para que lo valoren e indiquen, en cada caso, el antihistamínico de elección. Si el paciente es alérgico a algún medicamento, es imprescindible informar de ello al personal sanitario; si es alérgico a la picadura de ciertos insectos o ha comido algún alimento que le produzca alergias conocidas, debe vigilar los síntomas y acudir al médico rápidamente, ya

que los síntomas pueden empeorar a gran velocidad.

Es fundamental conocer la composición de los alimentos y medicamentos antes de consumirlos, así como aquellos insectos a cuya picadura es alérgico.

Si el picor es importante, además del tratamiento oral se puede probar con baños de avena y mantener la piel hidratada, para ayudar a reducirlo.

En la urticaria hay que evitar el rascado de las lesiones, es mejor frotarlas. Si se rascan, pueden abrirse heridas y producirse infecciones en las mismas.

WEBCONSULTAS





¿CÓMO AFECTA EL COVID-19 A LOS RIÑONES?

Saber cómo afecta el COVID-19 a los riñones se ha sumado a la lista de interrogantes sobre el desarrollo de esta enfermedad que tiene la comunidad científica. Nuevos síntomas se agregan cada día y también nuevas complicaciones derivadas de la enfermedad.

La duda apareció con pacientes que presentaron un cuadro llamado lesión renal aguda en su hospitalización. En ese punto, ya en China los médicos se preguntaron cómo afecta el COVID-19 a los riñones. Así, surgieron hipótesis de trabajo que se fueron corroborando o descartando según la investigación.

Actualmente todavía no está claro el mecanismo, pero los nefrólogos coinciden en que hay un cierto daño renal por culpa del SARS-CoV-2, que

varía en su frecuencia. Mientras algunas zonas geográficas han registrado menos del 1 % de pacientes con lesión renal aguda, en otros países se habla de hasta el 30 % de incidencia.

LOS TRES FACTORES DEL DAÑO RENAL

El virus en sí: los nefrólogos coinciden en que los riñones son órganos atacados directamente por la enfermedad, como los pulmones. Los sistemas respiratorio y renal tienen en común sustancias como la renina y la angiotensina, las cuales se vinculan por un receptor que podría ser la proteína de ingreso del SARS-CoV-2 a las células.

Los síntomas sistémicos: cuando se presenta una forma grave de COVID-19, muchos órganos son afectados por el

mismo fallo del cuerpo. Es algo similar a lo que sucede en las neumonías por otras causas, que pueden derivar en insuficiencia renal por una cascada de efectos.

El tratamiento: si bien no hay un protocolo de tratamiento para el coronavirus que sea totalmente efectivo, se están investigando alternativas con diversos fármacos. Entre ellos, hay algunos que tienen efectos adversos renales que pueden provocar una insuficiencia por sí mismos.

Debe quedar claro que los pacientes con enfermedades del riñón están entre los grupos de riesgo durante la pandemia. Por tanto, deben extremar los cuidados y el aislamiento social.

Es indispensable que conti-



núen con su medicación. En caso de tener que consultar por síntomas, el médico que los recibe debe contar con todo el

historial del paciente para implementar la terapéutica que mejor se adecue a ese caso.

MEJOR CON SALUD

Kiwi: ayuda en la digestión

El kiwi ha alcanzado la categoría de fruta básica por su variedad y cantidad de vitaminas, minerales y fitoquímicos que promueven la salud.

Es un postre recomendable tras una comida copiosa porque contiene actinidina, que ayuda a digerir las proteínas, lo que evita la pesadez, la gastritis y la formación de gases. Ahora bien, esta enzima también es respon-

sable de las respuestas alérgicas a esta fruta. Las personas que sufren alergia al látex o al abedul pueden a veces presentar la al kiwi.

Contiene cantidades notables de fibra soluble que regula los niveles de colesterol, triglicéridos y azúcar en la sangre, e insoluble que previene el estreñimiento.

CUERPOMENTE



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

COMPRAR

SERVICIO A DOMICILIO

Reino Botánico @reino_botanico

HÁBITOS SALUDABLES DURANTE LA CUARENTENA

La cuarentena impuesta por la pandemia de coronavirus modificó las vidas de gran parte de la población mundial. Tal es así, que se vuelve muy difícil mantener hábitos saludables durante el confinamiento.

Por un lado, tenemos la alteración de las rutinas. Nuestros horarios, inevitablemente, se modifican a causa de tener que estar dentro de nuestras casas todo el día. Del mismo modo, al no salir tanto, disminuimos nuestra exposición solar y nuestros estiramientos.

La disponibilidad de alimentos no es un tema menor. Las restricciones al funcionamiento económico afectan la oferta de frutas y verduras, por ejemplo. Sin mencionar que, quizás, hacemos una sola compra semanal y tratamos de armar un menú solo con eso.

Sostener hábitos saludables durante el confinamiento se convierte en una tarea titánica, tanto si vivimos solos como si lo hacemos en grupo. Hay un componente de estrés que no es despreciable y que se compone, en parte, del miedo a enfermarse. Vamos a compartir, en este artículo, algunas pautas para mantener los hábitos saludables durante el confinamiento.

TENER ENCUENTROS SOCIALES MEDIANTE DISPOSITIVOS

Las videollamadas, la mensajería instantánea y las aplicaciones para conferencias son aliadas que nos pueden ayudar. No tenemos que interpretarlas como enemigo, sino todo lo contrario. La sensación de estar acompañados atravesando la crisis nos puede hacer más llevadera la cuarentena.

PROTEGER LA SALUD VISUAL

El uso de pantallas se incrementa durante el confinamiento. Esto es capaz de afectar nuestra salud visual y debemos estar atentos.

Un hábito saludable será tomar las medidas prudentes para que las pantallas tengan el brillo adecuado y no reciban muchos reflejos de luz artificial o de las ventanas. El correcto brillo cansa menos nuestros ojos y les permite parpadear con frecuencia.

El uso intensivo de pantallas de-

riva en un menor parpadeo, lo que complica la lubricación del globo ocular. Esto deriva en un síndrome de ojo seco. No es una entidad patológica menor, puesto que si se perpetúa en el tiempo puede avanzar hacia formas más graves.

Un buen consejo es implementar la regla 20-20-20 de los oftalmólogos, quienes sugieren descansar cada 20 minutos la vista, por unos 20 segundos, mirando a 6 metros de distancia -20 pies.

CUIDAR LA PIEL CON HáBITOS SALUDABLES

Al permanecer tanto tiempo bajo techo y sin exposición externa, nuestra piel no recibe la cantidad adecuada de luz solar. Esto deriva en una menor producción de vitamina D.

La vitamina D se vincula a la salud ósea, la salud renal y la vitalidad de la piel. En condiciones normales, el organismo aprovecha los rayos ultravioletas de la radiación solar para formar vitamina D activa y funcional con sus beneficios.

La cuarentena nos quita esa posibilidad de salida al exterior, aunque sería un hábito saludable buscar la luz solar. Si tenemos patio, tenemos que programar estancias cortas allí; del mismo modo, si poseemos balcón. En caso de que ninguna de estas opciones sea viable, una alternativa es pasar tiempo al lado de las ventanas.

Si tenemos cremas hidratantes, hay que utilizarlas, aunque pensemos que no las necesitamos. Quizás suponemos que estar adentro protege nuestra piel, pero lo cierto es que el ambiente interno de una casa tiene muchos tóxicos dérmicos, como los perfumes, los productos de limpieza y los vapores de las cocinas.

MANEJAR EL ESTRÉS

La pandemia es una situación estresante en sí misma. Tenemos miedo a lo desconocido, a no poder estimar cuánto durará el confinamiento y a enfermarnos, por su-



Las relaciones sociales son básicas para el ser humano.



Tomar el sol es excelente para nuestra salud.



Para bajar el estrés una buena opción es escuchar música y regular el consumo de información.

puesto. Parte del manejo del estrés implica establecer una rutina que ayude a nuestro ritmo circadiano. Esta rutina no puede obviar las horas de sueño, que tendríamos que tratar de no alterar, aunque los días se nos hagan distintos por el confinamiento.

También es un hábito salud-

ble regular el consumo de información. Podemos padecer nerviosismo exagerado si solo estamos pendientes de los casos confirmados y las muertes. Además, circulan muchas noticias falsas y mitos que tenemos que saber diferenciar.

Parece una tarea titánica, pero podemos mantener hábitos salu-

dables durante el confinamiento. Necesitamos organizarnos y concienciarnos de que se trata de una medida transitoria. La cuarentena no durará para siempre y la vida continuará después, para lo cual deberemos estar en buen estado de salud.

MEJOR CON SALUD



Unas magníficas esculturas



Artemisa, diosa griega

Grecia

- El Coloso de Rodas
- La Estatua de Zeus

Turquía

- Templo de Artemisa
- El Mausoleo de Halicarnaso

Irak

- Los Jardines Colgantes de Babilonia

Egipto

- La Gran Pirámide de Giza
- El Faro de Alejandria

Faraón Khufu

Nabuconodossor II

Fidias, escultor griego

En la antigüedad, los hombres trabajaban para crear magníficas esculturas o edificaciones en honor a sus dioses. Sin embargo, existen registros y documentaciones que datan de las espectaculares creaciones de las **Siete Maravillas del Mundo Antiguo** y su significado de construcción. También llamadas Las Siete Maravillas o Las Siete Maravillas del Mundo fueron un conjunto de obras arquitectónicas y escultóricas que los helenos consideraban dignas de ser visitadas.



Las Siete Maravillas del mundo Antiguo

Los Helenos (griegos) hablaban de las siete edificaciones más importantes del mundo que valía la pena visitar.



1

La Gran Pirámide de Giza, Egipto



Construida en el año 2560 A.C. por el antiguo Faraón Khufu que mide aproximadamente 145 metros de altura, pero con todo el proceso de erosión que ha tenido durante 4 milenios su altura ha bajado unos cuantos metros. Su construcción se justifica por el hecho de que el faraón quería tener una digna tumba para descansar. Se cree que en su momento, la pirámide de Giza, la más alta entre las tres, fue la edificación más grande construida por el hombre durante milenios.

2

Los Jardines Colgantes de Babilonia, Irak



Construidos por el rey Nabucodonosor II en honor a su esposa en el año 600 A.C. sobre su palacio real al borde del río Éufrates en Mesopotamia. Sin embargo, no se sabe si de verdad existieron, ya que a medida que pasaron los años los jardines fueron descuidados hasta su total destrucción en el año 125 A.C. por el rey Evemero.

3

Templo de Artemisa, Turquía



Fue un templo dedicado a la diosa griega Artemisa erguido en el año 550 A.C. en Éfeso, cerca de la ciudad que hoy en día se conoce como Selçuk, en Turquía. Esta edificación estaba hecha de mármol y poseía 120 columnas de 20 metros cada una. Su interior adornado con esculturas de bronce y finas obras de arte. Sin embargo, el templo fue quemado en el año 356 A.C. por un hombre llamado Eróstrato, pero luego fue reconstruido y en el año 262 fue destruido por los godos. Luego, bajo los órdenes del arzobispo de Constantinopla, San Juan Crisóstomo, fue nuevamente destruido en el año 400.

También llamadas Las Siete maravillas o Las Siete Maravillas del Mundo fueron un conjunto de obras arquitectónicas y escultóricas que los helenos consideraban dignas de ser visitadas.

En la antigüedad, los hombres trabajaban para crear magníficas esculturas o edificaciones en honor a sus dioses. Sin embargo, existen registros y documentaciones que datan de las espectaculares creaciones de las 7 maravillas del mundo antiguo y su significado de construcción.

4

La estatua de Zeus, Grecia



Construida por el famoso escultor griego Fidiás en el año 432 A.C. en honor a los primeros Juegos Olímpicos en Olimpia, Grecia. La estatua de Zeus, Dios de dioses, medía 12 metros de altura y se componía principalmente de oro macizo y mármol. En su mano derecha, sostiene a una pequeña estatua conocida como la diosa de la victoria, Nike. Sin embargo ya para el año 391, cuando el Imperio Romano era el gobernante y el cristianismo se practicaba, se ordenó cerrar el templo, ya que era considerado una práctica pagana. Luego, no se sabe el paradero de la estatua, ya que se deduce que fue robada por los mismo romanos y fue llevada a Constantinopla, donde fue quemada.

5

El Mausoleo de Halicarnaso, Turquía



Fue una tumba construida en el año 370 A.C. por el rey Mausolo en desafío a la muerte por el fallecimiento de su esposa Artemisia II en Halicarnaso, Turquía. La edificación estaba adornada con oro en su interior, mientras que en el exterior estaba adornada con piedras ornamentadas y esculturas de artistas griegos. Sin embargo, en el siglo 15, el mausoleo fue desmantelado por los cristianos para construir un nuevo castillo

6

El Coloso de Rodas, Grecia



Completada en el 282 A.C, fue una estatua de 33 metros de altura de piedra y hierro cubierta con una capa de bronce en honor al dios del sol griego, Helios. Fue la estatua más grande del mundo antiguo y, a la vez, fue la maravilla que menos duró, ya que 56 años después de su finalización fue derribada por un terremoto.

7

El faro de Alejandría, Egipto



El faro fue construido en la isla de Pharo, cercana a Alejandría, entre los años 285 y 247 A.C. Este edificio medía 120 metros de altura, pero se dice que tenía una altura superior equivalente a un edificio de 40 pisos (140 metros). Tenía un uso práctico de faro para los barcos que se situaban bajo su luz. En su cúspide, había un espejo metálico que reflejaba la luz del día y, por la noche, reflejaba la luz de una gran hoguera. La luz reflejada se extendía hasta 50 kilómetros alrededor del faro. Sin embargo, luego de 1.500 años firme, fue destruido por dos grandes terremotos en los años 1303 y 1323.

Las siete maravillas del mundo antiguo eran un conjunto de monumentos diferentes entre sí y de época diversa que tenían en común el hecho de ser una maravilla. Esto es, eran capaces de inspirar respeto y admiración ante cuantos los contemplasen.



En la escuela aprendemos

Completa las rimas que nuestro suplemento te trae hoy y envíanos a pekes@elpais.hn tus respuestas.



1

Aunque en cada **madrugada**

Yo me siento muy _____,

Con la higiene no me **engaño**

Y siempre me doy un buen _____.



2

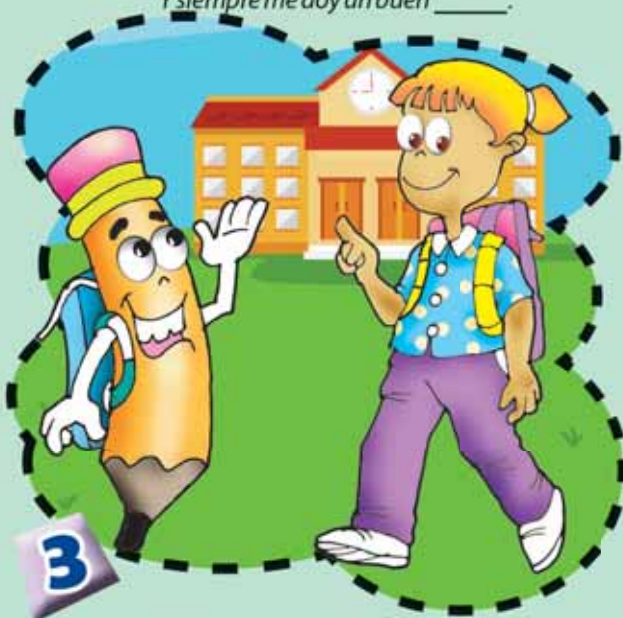
Aunque madrugar cada día un poco **duela**

Siempre es bueno asistir a nuestra _____,

En ella cada vez somos **mejores**

Gracias a nuestros _____.

pekes@el pais.hn



3

Hoy nos enseñaron cosas **fascinantes**

Todas las materias son muy _____

Y si queremos que el cerebro todo **guarde**

Las tareas hagamos en la _____.



4

Hoy noté que estaba **descosido**

Mi rosado y lindo _____

Pero pronto se arregló ese **desastre**

Porque conozco a un amigo que es buen _____.

MUNDO SOCIAL

Peinados para **cabello con canas** que te ayudan a lucirlas al máximo

¿Quieres lucir tus canas al máximo? Estos peinados son perfectos para ti, pues presumen tus mechones de cabello blanco ¡sin hacerte ver con más edad!



BEACH WAVES

Las ondas suaves son la opción para mostrar tus canas y verte joven, ya que le dan volumen al cabello y suavizan los signos de la edad. Puedes crearlas con tenaza, con clips o hacer diferentes tipos de ondas con una plancha para el pelo. La única condición es que juegues con la textura y apliques un aceite para que la melena no luzca maltratada.

BUN CON ACCESORIOS

Ya sabemos que los chongos son un asunto de amor-odio porque se ven bonitos, pero también te pueden hacer lucir como abuelita, ¡y aún más con el pelo encanecido! Para que esto no te pase, lo mejor es accesorizar los peinados para cabello con canas con los adornos del momento. Por ejemplo, una trenza francesa con un bun bajo y varios clips de perlas y joyas a lo largo de la cabeza, ¿te gusta la idea?



COLETA CON SCRUNCHIES

Las scrunchies son un punch para transformar un peinado aburrido y "viejo", en un hairstyle alegre y lleno de vida. Átalas a tus colas de caballo, chongos y trenzas y verás que el efecto es instantáneo. Otra cosa que debes tomar en cuenta en tus peinados para cabello con canas, es que la "donita" o scrunchie debe ser grande y voluptuosa, tal como se están usando actualmente para que no parezca que te quedaste atrapada en los 90.



CORONA DE TRENZA

Otro de los peinados que más amamos para el cabello con canas son las trenzas, pero ojo, ¡no cualquiera aplica! Tienes que optar por las que son sueltas y con mechones despeinados, porque las más duras y "relamidas" te hacen ver mayor. ¿Nuestra sugerencia? Una corona que entrelace la mitad del pelo y deje a la vista los mechones más claros.



HALF-PONYTAIL

Además de que los peinados con media cola son tendencia en el 2020, estos te ayudan a resaltar tus canas con un toque romántico y chíc. En Glamour, te recomendamos hacer una media cola tradicional y desenfadada, decorada con un listón para llevar toda la atención a esos mechones platinados. ¿Lo mejor? ¡Los moños te quitan edad como por arte de magia! Glamour.mx

IYA!

CELEBRIDADES Y MUCHO MÁS

“El Sol de México”, 50 años brillando a pesar de altos y bajos en su carrera



Indudablemente, Luis Miguel es un icono de la música en español que, tanto por su calidad vocal como por lo poco que le gusta compartir su vida privada y lo mucho que esta interesa

MÉXICO.- Luis Miguel Cumplió 50 años tras superar problemas legales y ver renacer su figura gracias a una serie biográfica y al disco “iMéxico por siempre!”, pero no habrá festejos para “El Sol de México”, que está pasando solo la cuarentena y alejado como siempre de sus redes sociales, donde últimamente solo ha puesto un mensaje: “Quédate en casa”.

Lejos de su novia, Mollie Gould, y su familia, Luis Miguel llega al medio siglo de edad en solitario, según refirieron medios locales, ya que está pasando la cuarentena en su yate, anclado en Miami. La pandemia por coronavirus está afectando a todo el mundo y Luis Miguel, a pesar de ser una figura adorada por muchos, no se salva. “Aparentemente está bien... como todos, confinado por esta situación pero físicamente bien. Yo lo veo bien, ojalá y todo lo que tenga que venir a partir de ahora

con medio siglo de edad sea para bien”, expresó a Efe Javier León, autor del libro “Luis Mi Rey”, en el que se basó, con la autorización del cantante, “Luis Miguel: La Serie”. Desde 2018, Luis Miguel tuvo un repunte en su carrera musical gracias a la producción sobre su vida, protagonizada por un logrado Diego Boneta, que tuvo un gran éxito y revivió sus grandes éxitos como “Cuando calienta el sol” o “Culpable o no”, cuyo contexto se conoce por primera vez en la serie.

Además, en 2017, cuando se anunció que su serie biográfica se estrenaría a través de Netflix en 2018, el artista publicó su primer álbum en 7 años “iMéxico por siempre!”, del que se desprendió una gira mundial de casi dos años con la que volvió a tener contacto con la gente.

GIRAS Y PROBLEMAS

En ese momento sus seguidores de siempre pudieron volver a verle sobre los escenarios y, además, ga-

no muchos fans jóvenes que vieron su serie y se enamoraron de su historia y, después, de su voz. A pesar de los problemas que hubo durante su gira, como una agresión a un sonidista, algunos conciertos sin todas las butacas llenas y quejas por parte de los asistentes sobre las energías y la voz del cantante, Luis Miguel recorrió con éxito decenas de países.

El 19 de noviembre de 2018 ofreció un concierto en el Auditorio Nacional de Ciudad de México donde parte del público se quejó por su extraña manera de actuar y su huida del escenario a mitad de algunos temas.

El cantante, nacido en 1970 en San Juan, Puerto Rico, se encuentra en un momento crucial al llegar a sus 50, edad que ninguno de sus padres alcanzó. Su padre era el artista español Luisito Rey, fallecido en 1992, y su madre la italiana Marcela Basteri, quien desapareció en 1986, un suceso que marcó la vida del artista. **EFE**

SAM SMITH FUE PORTADOR DE COVID-19



LONDRES, INGLATERRA.- El cantante británico Sam Smith reveló que experimentó síntomas de COVID-19 y asegura que fue portador del virus, pese a que no pudo hacerse los exámenes médicos para constatarlo. El artista de 27 años confesó, durante una entrevista con el locutor Zane Lowe, para la estación de radio estadounidense Beats Radio 1, que contra-

jo la enfermedad COVID-19, pues su hermana, con quien convivió una semana, después presentó los mismos signos característicos del virus. **Informador.com.mx**

EL CONCIERTO ONE WORLD RECAUDA CASI 120 MILLONES DE EUROS



LOS ÁNGELES, ESTADOS UNIDOS.- El concierto One World: Together at Home (Un Mundo: Unidos en Casa) retransmitido este sábado desde los hogares de algunos de los artistas más conocidos del planeta ha logrado recaudar 127,9 millones de dólares (unos 117,6 millones de euros) que irán destinados a la Organización Mundial de la Salud (OMS), concretamente a su Fondo de Respuesta Solidaria frente al Covid-19 de la OMS. Lady Gaga, Stevie Wonder, los Rolling Stones o Maluma han participado en la iniciativa, un concierto de ocho horas organizado por Global Citizen: “127,9 millones de dólares pa-

ra la ayuda frente al Covid-19. Ese es el poder y el impacto de One World: #TogetherAtHome”, ha publicado este domingo el grupo. “Estoy muy orgullosa de haber podido participar en este proyecto”, ha respondido posteriormente Lady Gaga. El concierto se ha dividido en dos partes, seis horas de previa y dos horas de concierto presentadas por Jimmy Fallon, Jimmy Kimmel y Stephen Colbert. Todo comenzó con una emotiva dedicatoria rotulada: “Para todos los trabajadores que están en primera línea: estamos con vosotros. Gracias por estar ahí por nosotros”. **DPA**

DICAPRIO Y DE NIRO PIDEN DINERO PARA LA COVID-19

LOS ÁNGELES, ESTADOS UNIDOS.- Leonardo DiCaprio y Robert De Niro ofrecieron un pequeño papel en su próxima película como incentivo a fanáticos que donen en una recaudación de fondos para encarar la COVID-19. Las estrellas protagonizarán “Killers of the Flower Moon”, una de las películas más esperadas

del año que viene, dirigida por Martin Scorsese y que cuenta una historia de la vida real sobre los asesinatos de indígenas en Oklahoma de los años 1920.

“Si alguna vez te has preguntado cómo es trabajar con el gran Martin Scorsese, esta es tu oportunidad”, dijo DiCaprio en un video en Insta-

gram. El ganador, seleccionado al azar, también almorzará con las estrellas y el director, y asistirá al estreno.

La iniciativa forma parte del #AllIn-Challenge lanzado este martes, en el que estrellas del espectáculo o del deporte subastan o donan una “experiencia única para los fanáticos”, y

retan a otros a hacer lo mismo. Los organizadores han recaudado hasta 4 millones de dólares -con el objetivo de llegar a 100- con premios como tener a Justin Bieber en casa para un concierto privado, ver un partido de baloncesto de los Lakers con Magic Johnson, o jugar al golf con Rob Lowe. **AFP**



FINANCIERO



LO MÁS COMENTADO

Honduras ha exportado alrededor de 14 millones de libras de camarón, hasta el pasado mes de marzo, lo que representa "una buena noticia" en medio de la pandemia del COVID-19. El presidente de la Asociación Nacional de Acuicultores de Honduras (ANDAH), Samuel Wilson, señaló que el destino del molusco es Europa, Taiwán y México.

DETALLA INFORME DE LA CNBS:

MÁS DE 686 MIL DEUDORES HAN SIDO BENEFICIADOS CON ALIVIO DE SUS CRÉDITOS

TEGUCIGALPA. En menos de un mes desde que empezó a implementarse, el Mecanismo de Alivio por la Emergencia por la COVID-19 ha beneficiado a más de 686 mil deudores, entre empresas, mipyme y personas particulares, detalla un informe de la Comisión Nacional de Bancos y Seguros (CNBS).

Asimismo, más de 125 millones de lempiras en saldos de créditos han beneficiado a empresas grandes, a la micro, pequeña y mediana empresa (mipyme) y personas particulares, según registra el informe hasta el pasado 10 de abril.

El pasado 21 de marzo, el presidente de la República, Juan Orlando Hernández, junto a la CNBS, logró con la banca privada un acuerdo de readequación y refinanciamiento de préstamos sin intereses por un período de hasta 120 días para favorecer a la clase trabajadora que se ha visto afectada debido a la emergencia sanitaria nacional por el coronavirus.

El gobernante exhortó en ese entonces a que los clientes fueran a los bancos, microfinancieras y cooperativas a reestructurar sus deudas, mecanismo que incluye que sus próximas cuatro cuotas de capital e intereses pasarán al final del crédito sin afectar su récord crediticio y sin costo de intereses.

BENEFICIOS

El superintendente de la CNBS, Evin Andrade, señaló que "los decretos aprobados por el Gobierno buscan aplacar el impacto económico de la COVID-19 en la población hondureña".

En menos de un mes de entrar en vigencia el mecanismo de alivio se han apegado a esa normativa más de 686,000 deudores, de los cuales 248,000 son personas naturales y 438,000 empresas, para financiar más de 125 millones de lempiras, expuso Andrade.

En el caso de las Mipyme, 297,000 se han acogido al mecanismo de alivio y de gracia; 121,000 microempresas, 17,000 empresas



Más de 125 millones de lempiras representa el alivio en saldos de créditos otorgado a empresas, mipyme y personas particulares.

agroindustriales y 2,500 grandes empresas, pormenorizó.

En el renglón de consumo se han acogido más de 199,000 deudores; en financiamiento de viviendas, 25,267 hondureños se han beneficiado, y en las tarjetas de crédito 23,288 clientes de la banca se han favorecido.

READECUACIÓN O REFINANCIAMIENTO

Andrade puntualizó: "Es importante saber: ¿Qué es lo que sigue después del período de gracia? Mitigar la crisis. Y lo que sigue después es que las empresas tendrán más claridad de lo que está sucediendo en nuestro país en la capacidad de pago que tienen los deudores".

Añadió que la siguiente fase es la readequación y refinanciamientos de las deudas, por lo que los bancos tendrán que hacer planes de pago de acuerdo a la capacidad de los deudores.

En ese sentido, argumentó que todos los intereses que no se han pagado por el período de gracia van a ser capitalizados y diferidos en el tiempo que le queda en el nuevo convenio que le den al cliente en la nueva obligación.

"El 50 por ciento de todos los deudores se han acogido en menos de un mes de entrar en vigencia la normativa de alivio de deuda. Al cierre de abril esperamos que más empresas se acojan a este mecanismo", subrayó Andrade.

"Definitivamente esta medida ha tenido una buena aceptación de parte de los usuarios financieros, así como de la apertura del sistema bancario", remarcó el funcionario de la CNBS.

Con la readequación y refinanciamiento se reactivará la economía en el país, indicó el funcionario.

El superintendente de la CNBS explicó que la iniciativa de alivio busca favorecer en los flujos de

efectivo a los deudores afectados durante la crisis del coronavirus.

"Este mecanismo puede darle a usted hasta tres meses de gracia en el pago de sus obligaciones", apuntó.

Detalló que los beneficios se pueden dar en dos pasos, "el primero, cuando el cliente se ha visto afectado y va directamente al banco y dice que no tiene la capacidad de hacerle frente a su obligación y, por lo tanto, la institución le aplica el alivio de deuda".

Agregó que el siguiente paso es cuando el banco tiene mapeado en el sistema que el cliente ha sido afectado, y entonces le aplica el mecanismo de alivio de deuda.

Durante el período de gracia "no se afectará la categoría de riesgo al cliente, al deudor, y no caerá en mora en ningún momento y se mantendrá la categoría que tenía el cliente al 29 de febrero", reafirmó Andrade.



Hondureños, toda persona o empresa tiene período de gracia hasta 120 días para pagar préstamos sin afectar su historial crediticio sin ningún recargo. Concluido el toque de queda, todos tendrán mínimo 30 días para pagar o llegar a un acuerdo con nuestra institución financiera", dijo.

Juan Orlando Hernández, presidente.

DATO

El 50% de los deudores se han acogido en menos de un mes desde que entró en vigencia la normativa de alivio de deuda.

TARJETAS DE CRÉDITO

En el caso de los clientes de tarjetas de crédito, Andrade recomendó "a esta población que se le está venciendo el pago de su tarjeta de crédito y su flujo de efectivo se ha visto afectado porque dependen de comisiones u otros ingresos, y solo reciben su salario base con deducciones, que llamen a los bancos y justifiquen su afectación para que le den ese período de gracia".

"Si cualquier hondureño es usuario de tarjetas de crédito y su período de pago vence en estos momentos que se está en la emergencia nacional y con la disposición del toque de queda, el banco le debe de aplicar o correr la fecha de pago hasta cuando se levante el toque de queda, cinco días después, para que usted se haga presente y le haga frente a sus obligaciones", concluyó Andrade.

EL PAÍS / DIGITAL

TECH
News



POKÉMON GO ANUNCIA LAS INCURSIONES REMOTAS SIN SALIR DE CASA

La crisis sanitaria nos ha obligado a cambiar nuestros hábitos, incluso en la forma de disfrutar de los videojuegos. Uno de los más afectados es Pokémon GO, un juego de móvil que precisamente anima a los jugadores a salir a la calle a encontrar pokémons y a librar batallas contra otros entrenadores. Niantic, sus creadores, ha estado adaptando el juego a la nueva situación: y ha anunciado las incursiones remotas, que permitirán participar en batallas con otros jugadores sin salir de casa.

Para participar en incursiones era necesario salir a la calle hasta la ubicación imaginaria de

un gimnasio Pokémon, en donde se podía combatir con los jugadores que había en los alrededores.

Pronto Pokémon GO estrenará los Pasos de Incurciones Remotas. Este Pase permitirá acudir a un gimnasio cercano que tengamos en el mapa en donde estén activas las incursiones, sin movernos de casa.

Cada jugador solo podrá tener un número limitado de estos pases en su inventario, y aunque las incursiones tienen un cupo de 20 jugadores, solo cierto número de entrenadores (aún no facilitado) podrá participar con el pase remoto.

Durante las primeras semanas todos los jugadores (sin importar que usen el pase estándar o remoto) tendrán el mismo ataque, pero en el futuro los jugadores que usen pases remotos verán reducido su poder de ataque.

Niantic también ha anunciado que irá ajustando el sistema a medida que se unan jugadores. Así que con el tiempo variará el número de entrenadores remotos que pueden participar en cada incursión, así como la capacidad de invitar a amigos, y el mencionado poder de ataque.

Las incursiones remotas tam-

bién permitirán cumplir los logros y tareas asociadas, igual que una incursión estándar.

El Pase de Incurciones Remotas estará disponible en un pack especial que costará 1 Pokémonneda, y habrá descuentos por la compra de 100 Pokémonnedas.

Además Pokémon GO va a añadir algunos cambios para facilitar el juego en casa, como la posibilidad de cumplir una tarea de investigación de campo diaria sin tener que usar los PokeStops. También tu Pokémon compañero podrá ir a un PokeStop a recoger regalos que puedes enviar a tus amigos.

COMPUTER HOY

Bombilla WiFi Inteligente



Nologie ofrece una bombilla inteligente de calidad con ahorro de energía. Está diseñada sólo para usos interiores sin necesidad de levantarte de tu cama o asiento, dándote una experiencia de comodidad única. Esta puede ser controlada con Alexa usando iOS o Android y es sencillo de instalar. Este sistema de sincronización te permite un manejo a distancia y personalizado, ya que podrás asignar y llamar por su nombre a cada bombilla y darle instrucciones de colores, tipo de ambiente, encendido automático y más.

COMPATIBLE.COM

Banco
Atlántida

Imagina.
Cree.
Triunfa.

PlayStation 5 será costoso y Sony limitará su producción inicial

El PlayStation 5 debutará este año y aún hay varios detalles sobre esta consola que desconocemos y uno de ellos es su precio. Ahora un nuevo reporte sugiere que la próxima consola de Sony será costosa. Además, se dice que su producción inicial estará limitada.

Según información de Takashi Mochizuki y Yuki Furukawa, reporteros de Bloomberg, Sony Interactive Entertainment sólo tiene planes de limitar la producción inicial del PlayStation 5. Lo anterior debido al alto costo que tendrá al llegar al mercado.

De acuerdo con la fuente, el plan de Sony es producir entre 5 y 6 millones de unidades de PlayStation 5 durante el año fiscal que terminará el 31 de marzo de 2021. Como punto de comparación, el PlayStation 4 vendió 7.5 millones de unidades en sus primeros 2 trimestres en el mercado.

Pero, ¿cuánto costará? Por el momento la información no entrega un precio en específico. Dicho lo anterior, menciona que desarrolladores que han estado realizando juegos para esta consola creen que su precio estará entre



los \$499 USD y \$549 USD.

Otro detalle que llama la atención es que el reportaje asegura que la pandemia por COVID-19 no afectó la producción del PlayStation 5. No obstante, sí impactó en los planes de marketing de Sony. Esto explicaría por qué hemos visto tan poco de la consola de próxima generación de Sony.

Es importante mencionar que, por el momento, Sony Interactive Entertainment no ha hecho ningún comentario sobre esta situación. Una vez que sepamos más al respecto te compartiremos la información.

LEVEL UP



Energy Smart Speaker



Ahora no sólo podrás escuchar música, sino que disfrutarás de la magnífica Energy Smart Speaker 3 Talk, un artefacto con nueva tecnología para ti. Diseñada para tu comodidad y no sólo reproducirán tu música, sino que podrán apagar las luces de tu casa. ¡Es increíble! Habla con Alexa y saca el máximo partido de estos altavoces. Te permitirá consultar el tráfico si deseas salir. También conocerás los lugares más nuevos y llevarás tu agenda al día.

COMPATIBLE.COM

Cámaras para mascotas

Ver lo que ven las mascotas es un misterio que ha fascinado; no obstante, con las cámaras para perros y gatos es posible saber qué ven, a dónde van y qué los intriga tanto. Una de las opciones que encontrará en el mercado es el dispositivo resultado de la colaboración GoPro + Fetch, es decir, una cámara GoPro con un arnés de Fetch mediante el cual usted podrá ver exactamente lo que su mascota observa.

TECHcetera



Google Play lanza sección para niños

El gigante estadounidense está preparando una sección exclusiva para niños en Google Play Store, donde ofrecerá una selección de aplicaciones que cumplen con estándares de calidad y están calificadas por docentes.

Según la multinacional cada aplicación incluye una lista de razones por las cuales a los maestros les gusta esa plataforma, incluyendo la adecuación a la edad y su enfoque, de esta forma se podrá saber si tiene los contenidos que los niños necesitan aprender.

La nueva sección Kids se lanzará en los próximos días en los EE. UU., y Google espera lanzarla internacionalmente en los próximos meses.

TECNÓSFERA



Tu acceso al Banco sin salir de casa



Atlántida Online



Atlántida Móvil

400 transacciones



Asesora Bancaria Interactiva
2280-1010

DigitalDondeEstés

Actualidad, Inmediatez Rapidez

La CIDH condena el "uso excesivo de la fuerza" en las protestas en Chile

6/12/2019 04:47 a. m.



DESCARGA LA APP



EIPaís.hn

Disponible en



INTERNACIONAL



LO MÁS COMENTADO

El presidente de Brasil, Jair Bolsonaro, volvió una vez más a ignorar las recomendaciones sanitarias de distanciamiento social en medio de la pandemia del coronavirus y participó de una de las varias manifestaciones que se realizaron a su favor en diferentes ciudades del país.

A PESAR DE QUE LOS CASOS SIGUEN EN AUMENTO

FLORIDA CONTINUARÁ CON CLASES A DISTANCIA MIENTRAS REABRE PLAYAS

MIAMI, ESTADOS UNIDOS. Más de 200 casos de COVID-19 se sumaron en las últimas horas en Florida, que ayer contabiliza 25,492 contagiados y 748 muertes, mientras el estado, que abrió algunas playas este fin de semana, prepara un plan de reapertura en “tres etapas”, aunque las escuelas continuarán cerradas por lo que queda de curso.

“Nuestras escuelas K-12 (primarias y secundarias) continuarán con el aprendizaje a distancia durante el año escolar”, dijo el gobernador de Florida, Ron DeSantis, en una conferencia a última hora del sábado.

El anuncio fue la respuesta a una carta que la Asociación de Educación de Florida (FEA) le envió al gobernador la semana pasada pidiéndole que no abrieran las escuelas por temor a contagios.

“Creo que lo último que quieres hacer es obligar a todos en la escuela y que la mitad de los niños no se presenten porque sus padres no quieren que se fueran”, dijo DeSantis.

El gobernador anunció que un grupo de trabajo, en el que se encuentran los alcaldes de condados del sureste, la región más afectada, se centrará en cómo reabrir nego-

cios, escuelas y otras interrupciones causadas por el cierre del coronavirus.

“Queremos ver a las personas volver a trabajar (...). Queremos continuar con la estrategia de desarrollo económico de Florida”, dijo. También hizo hincapié en que la nueva fase no abrirá restricciones para que se junten “grandes multitudes”.

“No de inmediato. Si le haces saber a la gente cuáles son las expectativas, la mayoría de la gente ha sido muy respetuosa con eso”, acotó.

ABRIRÁ PLAYAS

Los condados de Duval y St. Johns (noreste), así como la ciudad de Mexico Beach, esta última en el condado de Bay, abrieron sus playas el viernes para “actividades esenciales” como correr, pescar y surfear.

Carlos Giménez, alcalde del condado de Miami-Dade, el más afectado de todos por la pandemia (9,045 casos y 198 muertes hasta ayer), también anunció en las últimas horas que prepara la “reapertura” de espacios públicos “de manera segura”.

Giménez dijo que vio escenas de bañistas sin máscara desafiando las pautas de distanciamiento social en Jacksonville (noreste), pero afirmó



Estas playas funcionarán en horarios limitados por la mañana y por la noche, y aún se prohibirán actividades como tomar el sol.

que los espacios recreativos en Miami-Dade se abrirán de manera segura “más temprano que tarde”.

“Nuestros espacios abiertos son algo que debemos hacer”, dijo Giménez.

En Miami-Dade hay ciudades que mantienen un toque de queda nocturno, y los comercios, excepto los “esenciales” como supermercados y farmacias, continúan cerrados.

Giménez dijo por su parte que

está trabajando en una nueva “normalidad”, para “reiniciar nuestras industrias locales de hostelería, venta minorista y restaurantes”, aunque no indicó cuándo comenzarán estas actividades.

Parques y playas serán algunos de los primeros lugares para reabrir en este condado, “siguiendo las normas de distanciamiento social”.

Giménez agregó que cuenta con que los residentes del condado de

Miami-Dade cooperen con el proceso.

“Todos somos buenos ciudadanos, respetuosos de la ley, y no necesitamos ser castigados por las acciones de unos pocos”, dijo.

Broward, el segundo condado de Florida con más alto nivel de contagio, reporta 3,838 casos y 115 muertes, según los más recientes datos del Departamento de Salud estatal. **EFE**

Epidemia de COVID-19 entró en curva descendente en Nueva York

NUEVA YORK, ESTADOS UNIDOS. La epidemia de coronavirus en el estado de Nueva York, epicentro del brote en Estados Unidos, está “en descenso”, anunció ayer el gobernador Andrew Cuomo, quien llamó a no abandonar las medidas de confinamiento.

“Hemos pasado el pico, y todo indica que en este punto estamos en descenso”, dijo Cuomo durante una conferencia de prensa, pero advirtió que la continuidad de esa tendencia a la baja depende de las acciones que se tomen.

“La continuación del descenso depende de lo que hagamos, pero ahora mismo estamos en baja”, dijo Cuomo, quien recientemente ordenó una extensión del confinamiento obligatorio hasta el 15 de mayo.

“Debemos permanecer inteligentes y coordinados”, agregó el gobernador, quien insistió en “no comprometer” el progreso realizado en momentos en que se multiplican en Estados Unidos las protestas para exigir el fin de las medidas que obligan a la población a permanecer en sus casas y piden que se reactive la actividad

económica.

En el estado de Nueva York, donde viven 20 millones de personas, se llevan registrados 236,000 casos del nuevo coronavirus, cerca de un tercio del total en Estados Unidos, y más de 13,000 muertes, según las últimas cifras disponibles.

Mientras que el número de muertos por coronavirus en Estados Unidos superó los 40,585, de acuerdo con el balance que realiza la Universidad Johns Hopkins. La cantidad de contagios, en tanto, superó los 740,000 en todo el país. **AFP**



Nueva York lleva más de 236,000 casos de COVID-19 y más de 13,000 defunciones.

INTERNACIONAL

FRANCIA SE ACERCA A 20 MIL MUERTOS POR CORONAVIRUS, PERO LA SITUACIÓN “MEJORA”

PARÍS, FRANCIA. Francia empieza a vencer al coronavirus, indicó ayer su primer ministro, Édouard Philippe, con un número de ingresos hospitalarios que continúa a la baja, a pesar de que el balance de muertos se acerca a los 20,000.

El director general de Sanidad, Jérôme Salomon, informó de 395 muertes más en 24 horas por la COVID-19, lo que llevó el total a 19,718 decesos. Un total de 12,069 personas murieron en hospitales (+227) y 7,648 (+168) en las residencias médicas para ancianos.

El número de pacientes hospitalizados por el coronavirus se elevaba este domingo a 30,610, con un leve saldo a la baja de 29 personas. De ese total, 5,744 pacientes se encontraban en cuidados intensivos con respiración mecánica, 89 menos que el viernes.

Estas cifras muestran “un muy lento descenso de la epidemia, aunque el número de personas hospitalizadas sigue siendo elevado”, subrayó Salomon.

Francia, cuarto país del mundo más afectado por la pandemia en número de muertos detrás de Estados Unidos, Italia y España, planea

salir del confinamiento de manera progresiva a partir del 11 de mayo.

Pero el primer ministro, Édouard Philippe, insistió en rueda de prensa: “No hemos salido de la crisis sanitaria”, a pesar de que la “situación mejora de manera progresiva, de manera lenta pero segura”. Es poco probable que haya una vacuna disponible antes del próximo año y, ante la falta de tratamiento efectivo conocido, mantener las medidas de distanciamiento social para atajar los contagios resultará esencial. El primer ministro alentó a seguir trabajando desde casa a quienes puedan hacerlo a partir del 11 de mayo y señaló que las cafeterías y restaurantes seguirán cerrados por el momento.

El resto de comercios podrán volver a abrir, pero tendrán que asegurarse de que se mantienen las medidas de distanciamiento entre clientes y proporcionarles gel hidroalcohólico.

Las escuelas volverán a abrir de forma gradual, aunque el primer ministro no aportó detalles al respecto. Philippe advirtió que los franceses no recuperarán “de inmediato y probablemente durante mucho tiempo”,



“El confinamiento, gracias al esfuerzo de todos ustedes, es eficaz, frena con fuerza la epidemia”, estimó, dijo,

Jérôme Salomon, director general de Sanidad.

su “vida de antes”.

Según él, no sería “razonable” plantearse viajar al extranjero en un futuro próximo.

Francia fabricará muy pronto 17 millones de mascarillas por semana, con el objetivo de poder “equipar a todos los franceses que lo deseen”, señaló el ministro de Salud, Olivier Véran, precisando que la semana pasada se fabricaron ocho millones.

Asimismo, Véran añadió que el gobierno está trabajando para que se puedan efectuar 500,000 tests de coronavirus a la semana para quienes presenten síntomas o hayan estado en contacto con enfermos de COVID-19, mientras que actualmente se realizan 150,000 semanales. **AFP**



Francia fabricará muy pronto 17 millones de mascarillas por semana, con el objetivo de poder “equipar a todos los franceses que lo deseen”.

Maquiladoras se convierten en invernaderos de coronavirus en México

MÉXICO, MÉXICO. Durante días Ana Lilia González, una obrera mexicana conocida por su gran disciplina, quiso creer que padecía “solo una gripe”. Cuando finalmente decidió ir a la enfermería de la empresa desdénaron sus síntomas, obligándola a trabajar con fiebre entre filas de compañeros.

Su nombre se sumó el pasado martes a la creciente lista de muertes por COVID-19 de obreros de maquiladoras, algunas estadounidenses, en la frontera Ciudad Juárez (Chihuahua, norte).

“Ella estaba bien hace unos 15 días. En la enfermería no la quisieron regresar hasta que de plano ya estaba muy mal,iqué coraje!”, comenta a la AFP por teléfono una de sus compañeras, aislada desde hace casi una semana con tos y pérdida de olfato y gusto, que prefiere no decir su nombre por temor a ser estigmatizada.

Ella, de 24 años, y Ana Lilia, de unos 45, estuvieron recientemente en una boda.

Syncreon, la maquiladora mexicana donde ambas reparaban cajeros automáticos usados de Estados Unidos, es una de las empresas no esenciales para la vida del país que debía suspender decreto presidencial.

Pero miles de obreros del vi-



tal sector manufacturero siguen operando en fábricas de la frontera con Estados Unidos, de más de 3,000 km, convirtiendo a navas industriales en focos de contagio, mientras otros países cerraron fronteras y ordenaron cuarentenas para mitigar la propagación del nuevo coronavirus.

Solo en Ciudad Juárez, de las 160 maquiladoras más grandes, que emplean a 300.000 personas, casi una treintena de giros no esenciales continuaban abiertos el viernes pasado, dijo la secretaria del Trabajo de Chihuahua, Ana Luisa Herrera.

Al menos 13 obreros de factorías de Ciudad Juárez han muerto por COVID-19, según la Secretaría de Salud de Chihuahua.

El subsecretario de Salud, Hugo López-Gatell, advirtió que “los estados del norte van a ser los más afectados por la epidemia”, entre otras razones, porque “algunas empresas siguieron operando” pese a las restricciones. **AFP**

Distanciamiento social

PROTÉGETE Y ASÍ EVITAMOS HOSPITALES DESBORDADOS

Juntos podemos hacer la lucha exitosa contra la propagación de la infección.

El sistema sanitario podría llegar al borde del colapso. Uno de los problemas es el incumplimiento del distanciamiento social.

Por falta de médicos, camas y equipamiento provocada por el brote, los hospitales rechazarían cada vez a más pacientes.

Es la hora en que cada hondureño debe ser responsable con él mismo, su familia y su país.

A medida que la propagación de la COVID-19 continúa, se les ha pedido a las comunidades que reduzcan el contacto cercano entre las personas. A esto se le llama distanciamiento social, y es una forma muy importante y eficaz de disminuir la propagación de este virus.



SUCESOS



Las autoridades del Ministerio Público hicieron el levantamiento de los cuerpos y después fueron trasladados a la morgue.

LA POLICÍA INVESTIGA SI FUE UN ASALTO

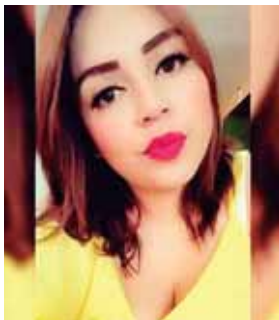
A BALAZOS ULTIMAN A UN HOMBRE Y UNA MUJER

TEGUCIGALPA. Una mujer y un hombre fueron ultimado a balazos la tarde del sábado en la colonia Calpules, de esta ciudad, por un desconocido que se conducía en motocicleta quien presuntamente intentó asaltarlos.

Una de las víctimas fue identificada como de Lurvin Jazmín Lanza (24), mientras que el hombre, hasta ayer en la tarde, no había sido identificado con su nombre.

Según información de vecinos, ambas personas fueron atacadas a balazos por desconocidos que, presuntamente, se conducían en una motocicleta, ya que supuestamente intentaron asaltarlos.

El padre de la joven comentó que su hija estaba en la casa y que



La mujer fue identificada como Lurvin Jazmín Lanza, quien dejó a un niño de seis años.

de repente salió por razones desconocidas. "Estaba conmigo en la casa y ella salió, de repente escuché unos tiros", recordó el acongojado padre.

Dijo que la muchacha deja un niño de seis años quien, minutos antes se había ido con su papá quien llegó por él a la casa y se lo llevó con él.

Tras el lamentable hecho, los testigos alertaron a las autoridades a través de una llamada al Sistema Nacional de Emergencia 911, por lo que de inmediato se trasladaron hasta la escena del crimen.

Hasta el lugar llegaron agentes de la Dirección Policial de Investigaciones (DPI) quienes iniciaron las pesquisas para poder dar con el paradero de los hechores y determinar el móvil del crimen.

Los cuerpos de ambas víctimas fueron enviados hasta la morgue de la Dirección de Medicina Legal y Ciencias Forenses.



El detenido fue puesto a la orden de las autoridades correspondiente para que continúe su proceso legal.



LO MÁS COMENTADO

Un sospechoso de violación especial fue capturado luego de ocho años de estar prófugo de la justicia. La detención se ejecutó en la colonia Calpules, de San Pedro Sula. El ahora detenido es de 31 años y se le ejecutó una orden de captura.

A machetazos última a amigo tras juego de cartas

CHOLUTECA, CHOLUTECA. Un hombre de 73 años de edad fue arrestado de manera flagrante por la Policía Nacional, a través de la Dirección Policial de Investigaciones (DPI), por haberle dado muerte a su amigo, luego de un pleito en juegos de cartas.

El hecho se registró el pasado sábado, a eso de las 11:00 de la noche en la casa del sospechoso, la cual está ubicada en la aldea Los Trapiches, cuando los amigos se encontraban jugando naipes.

De acuerdo con versión de testigos, tras el juego hubo una discusión y de repente el ahora detenido se levantó, fue a buscar un arma blanca, tipo machete dentro de su casa y sin mediar palabra le propinó a la víctima una herida a la altura del cuello.

La víctima perdió la vida casi de inmediato, por lo que los testigos dieron aviso a las autoridades policiales, quienes se trasladaron al lugar del crimen.

El ahora detenido responde al nombre de Marcos Herminio Lagos Zambrano (73), quien se dio a la fuga, pero fue ubicado por los agentes policiales con apoyo de sus propios familiares.

Una vez realizada la detención, fue trasladado a las oficinas de la DPI para preparar el expediente investigativo por la comisión del delito flagrante de homicidio en perjuicio de



El ahora detenido fue identificado con el nombre Marcos Herminio Lagos Zambrano, quien habría ultimado a su amigo.

Henry Antonio García (44).

Tras el hecho violento, las autoridades del Ministerio Público se trasladaron hasta la escena del crimen, donde hicieron el levantamiento de ley y posteriormente trasladaron el cuerpo de la víctima a la Dirección de Medicina Forense y Ciencia Legal de la jurisdicción.

Mientras tanto, la DPI puso al ahora detenido a disposición de las autoridades competentes de esa localidad para que se continúe con el proceso legal que conforme a ley corresponde.

Capturan a dos prófugos por el delito de homicidio

LA IGUALA, LEMPIRA. Dos individuos fueron detenidos por agentes de la Policía Nacional en atención a una orden de captura pendiente por el delito de homicidio.

La acción policial se ejecutó ayer a eso de las 6:00 de la mañana, en la aldea El Derrumbado, de este municipio, mediante patrullajes, con los agentes policiales y con

el apoyo de elementos militares.

Los detenidos fueron identificados como Franklin Aurelio Pérez Hernández (21) y Ever Leonel Miranda Vargas, ambos originarios y residentes en el lugar de la detención.

Según informe policial, a ellos se les considera responsables del delito de homicidio, según orden de captura pendiente, por suponer-

los responsables del delito de homicidio en perjuicio de José Adolfo Santos emitida por el Juzgado de Letras de Lempira, el 04 de marzo del año 2020.

Tras su captura, los imputados fueron remitidos a la instancia judicial que emitió su orden de captura para que conforme a ley se continúe con el debido proceso legal en su contra.

SUCESOS

APARENTEMENTE LO CONFUNDIERON

ASESINAN A JUGADOR DE LAS RESERVAS DEL VIDA

ELPORVENIR, ATLÁN-TIDA. La vida de un futbolista que pertenecía a las reservas del Vida, de La Ceiba, se acabó a balazos la noche del pasado sábado en la colonia Pico Bonito, de este municipio.

El joven respondía al nombre de Marcio Javier Vallecillo Cárcamo, vivía en el barrio Bella Vista de La Ceiba y andaba de visita en la casa de sus primos, en el lugar antes descrito, cuando le arrebataron la vida a sus 18 años.

Según informes, estaba con sus primos en la calle cuando decidió ingresar a la casa para cargar su teléfono y en ese momento llegaron dos individuos en una motocicleta preguntando quién de ellos es el que estaba haciendo disparos, a los cual ellos negaron tener participación en eso.



El cuerpo del hombre quedó tirado en la calle, luego de ser ultimado por los sicarios.

Marcio Javier Vallecillo Cárcamo era jugador de las reservas del Vida.

Acto seguido, los sicarios reallizaron una videollamada y la persona con la cual platicaron le confirmaron que era Marcio quien había hecho los disparos y acto seguido le descargaron una gran cantidad de balazos, lo que le causó la muerte al instante.

Según elementos de la Policía de Investigación, al futbolista lo confundieron con un familiar con el cual se parecen muchísimo y era el objetivo de los sicarios, ya que el malogrado futbolista ni siquiera vivía en esa colonia y estuvo en el lugar y hora equivocada.



De un disparo ultiman a un joven

SIGUATEPEQUE, COMAYAGUA. Un joven fue atacado la noche del sábado, en el bosque de Calanterique por desconocidos y posteriormente perdió la vida en un hospital de la jurisdicción. El ahora fallecido respondía al nombre de Luis Fernando Servellón (19), quien fue atacado con un arma de fuego. Hasta ayer en la tarde se desconocían detalles del hecho, únicamente que la víctima recibió un disparo,

que le causó una herida en el pulmón. Tras el hecho violento, el joven fue trasladado hasta el hospital Santa Teresa, donde lamentablemente falleció minutos más tarde de haber ingresado. Las autoridades del Ministerio Público hicieron el levantamiento de ley en el centro asistencial y se encuentran investigando el móvil del hecho, para dar con el paradero del o los hecheros.

Distanciamiento social

PROTÉGETE Y ASÍ EVITAMOS HOSPITALES DESBORDADOS

Juntos podemos hacer la lucha exitosa contra la propagación de la infección.

El sistema sanitario podría llegar al borde del colapso. Uno de los problemas es el incumplimiento del distanciamiento social.

Por falta de médicos, camas y equipamiento provocada por el brote, los hospitales rechazarían cada vez a más pacientes.

Es la hora en que cada hondureño debe ser responsable con él mismo, su familia y su país.

A medida que la propagación de la COVID-19 continúa, se les ha pedido a las comunidades que reduzcan el contacto cercano entre las personas. A esto se le llama distanciamiento social, y es una forma muy importante y eficaz de disminuir la propagación de este virus.



La detenida fue identificada como Nathaly Michelle González Barrera.

La arrestan por golpear a novia de su expareja

SAN PEDROSULA. Una mujer fue capturada por elementos de la Policía Nacional, por golpear a la novia de su expareja, violentando el toque de queda.

El arresto se llevó a cabo en la colonia Gracias a Dios, de esta ciudad.

La sospechosa, identificada como Nathaly Michelle González Barrera (19), es originaria y residente en el mismo lugar donde fue detenida.

Según el informe policial, la detenida en un arranque de celos lle-

gó hasta la casa de su exesposo e inició una discusión con la nueva pareja de éste.

Durante el intercambio de insultos, la sospechosa amenazó de muerte a la víctima y le propinó varios golpes, por lo que ésta decidió formalizar una denuncia.

Al tener conocimiento de lo sucedido, los agentes asignados al caso coordinaron con la Fiscalía de Turno de esa localidad, quien ordenó la detención por los delitos de amenazas y allanamiento de morada.

EL PAÍS

DEPORTIVO



“Una cosa es ser puteador y otra loco”

“Los trabajos eran una tortura con Pinto, está loco y trastornado, se molestaba hasta cuando los muchachos se reían dentro del terreno de juego, era algo increíble. Una cosa es ser puteador y otra loco, entiendo que se necesita trabajo fuerte, pero él te cargaba igual un lunes que un día antes del partido y uno llegaba “muerto”, dijo Carlo Costly.

“NADIE TIENE MERECIDO GANAR EL TÍTULO EN ESTE MOMENTO”

TEGUCIGALPA. El entrenador del Olimpia, Pedro Troglio, aseguró que los jugadores están trabajando en sus casas y que llegarían en buenas condiciones a la reanudación del Clausura a mediados de mayo.

Prepararte en tu casa con una bicicleta fija no es lo mismo que hacer trabajos de velocidad, intensidad, aeróbicos o trabajos de campo tácticos o de rendimiento y después jugar cada tres días. Así que cuando vuelvan te puedo asegurar que es como cuando se van de vacaciones y peor porque unas como estas tan largas no han existido», expresó el técnico de los albos.

Además, Estamos todos acá por una cuestión lógica. Todavía la Liga no ha dado nada claro, solo que el 1 de mayo supuestamente se comenzaba a entrenar y el 15 comenzabas a

jugar, algo que uno no lo ve tan claro. Pero no puedo irme para que después pase algo aquí, se juegue y yo estando en mi país. Por eso hemos preferido esperar una decisión definitiva, si es jugar en junio o julio, tampoco me voy a ir en un vuelo humanitario para después no volver cuando se reinicie todo. Por eso estamos acá, cuesta, pero la familia lo entiende».

Troglio fue consultado sobre la plantilla del Olimpia y dijo que «La mayoría de jugadores tiene contrato. Los únicos cuatro casos que se terminan son el de Matías Garrido, Cristian Maidana, Alejandro Reyes y Carlos Pineda y la intención nuestra y de la directiva es sentarse hablar para renovar. Después hay que ver si ellos llegan a un acuerdo económico, pero la intención es que propuestas desde reinici-

ciar no se vaya ninguno».

Torneo nulo o que continúe

Yo soy de la línea de la vida. Que todo esté bien. En los futbolístico pienso que nadie hizo merecimientos para ganar el campeonato todavía. Es decir, ni el que va primero en la tabla hoy, ni nosotros que vamos líderes de la general, porque sería injusto para un Marathón que está a tres puntos de la general y a tres del Clausura.

La Liga es la que tiene que tomar una decisión, si los tiempos dan estaría bien terminarlo. Si no dan, imagino que en algunas ligas como la de Inglaterra donde lleva 25 puntos de diferencia el Liverpool pues ganarían ellos, pero en las ligas parejas imagino se decretará nulo. Vamos a esperar que el campeonato se decida», sentenció.



EL CICLON

Moreira cerca de renovar con Motagua

TEGUCIGALPA. El paraguayo Roberto Moreira espera continuar con Motagua en el próximo torneo de Apertura, aportando su capacidad goleadora con el líder del actual Clausura y fuerte aspirante al título.

“En junio se acaba mi contrato y ya he tenido conversaciones con los dirigentes para

mi renovación, mi prioridad es Motagua, estamos bien con la familia acá, y uno se debe quedar donde se siente tranquilo”.

El goleador azul confesó en entrevista con la plataforma digital del cuadro azul, que Motagua es parte de su familia. “He tenido momentos increíbles, hemos logrados objetivos lindos y eso hace parte de una emo-

ción especial para mi familia, y estoy contento de estar en Motagua”.

Moreira quien ha marcado 37 goles con el cuadro motagüense, confió que siempre soñó junto a su familia salir campeón y cumplir ese anhelo en Honduras fue algo grandioso que siempre lo van a recordar teniendo a Motagua en el corazón.



El exgobernante esperaba sentencia en Estados Unidos tras declararse culpable de haber cometido actos de corrupción ante un juez federal.

EL PAÍS DEPORTIVO

SALE DE LA CÁRCEL

LIGA NACIONAL GESTIONÓ PRÉSTAMO PARA SUS AFILIADOS

TEGUCIGALPA. 750 mil lempiras recibirán en los próximos días los 10 equipos de la Liga Nacional, como parte de un préstamo con una institución bancaria y que vendrá a aliviar la frágil economía de los clubes debido a la paralización del torneo de Clausura por la pandemia del coronavirus.

Así lo dio a conocer el directivo de Marathón y la Liga Nacional, Roque Pascua. “Formamos parte de una comisión ejecutiva de parte de la Liga Nacional, hemos iniciado los trámites para buscar un financiamiento en una institución bancaria para poderles dar ayuda económica a los equipos afiliados”.

Explicó que, “Tengo entendido que el secretario de la liga ya habló con la mayoría de dirigentes y con los presidentes sobre este crédito y estoy seguro que hay un consenso total sobre el tema del financiamiento mediante el préstamo”.

Aunque no quiso oficializar la cantidad, reveló que, “La secretaría ya ha hecho las gestiones, tengo entendido que ya está en trámite ese crédito y una vez que sea aprobado tener el desembolso para la ayuda económica a los clubes de la liga que ya hace más de un mes no tienen o tenemos ningún tipo de ingreso”.

Agregó que, “La liga en sí deberá determinar cuáles serán las sugerencias para ver cómo se va a desembolsar ese dinero, en la última reunión que tuvimos de la liga e quedó en que íbamos a buscar las distintas opciones y dependiendo de



Los diferentes equipos podrán pagar una parte de los salarios a los jugadores, quienes tiene más de un mes de no jugar.

cómo iba a avanzando a la pandemia que paró el torneo a mediados de marzo”.

Dijo además que, “Aparte de ese préstamo, está disponible otra cantidad que es el aporte de nuestro patrocinador y en un principio se había determinado que ese dinero, la liga lo iba a abonar a la deuda que tienen algunos equipos, pero se ha determinado que es mejor sumarlo a lo del préstamo para que tengan una buena cantidad y poder ayudar a la situación económica de nuestros equipos”.

Advirtió que, “Cada equipo debe hacerse responsable de pagar el dinero que tome, la liga sólo es un aval en esto”.



El ex secretario de la Liga Nacional, Roque Pascua dio a conocer la noticia que se gestionó un préstamo para los equipos.

Concacaf da un ultimátum a la Liga Nacional

La Concacaf, mediante comunicado informó a las ligas de las federaciones miembro una fecha para que tengan nombrados a los clubes que los representarán en la próxima edición de la Liga Concacaf.

El ente deportivo notificó que a más tardar el 28 de junio las federaciones tienen que tener definidos a sus campeones y subcampeones que serán los que participarán en la competencia.

“Debido a la situación que atravesamos en nuestra región y todo el mundo con respecto a la pandemia del COVID-19, queremos informarles que el 8 de abril del 2020, Concacaf envió una circular a todas las ligas participantes de la Liga Concacaf, extendiendo la fecha límite para clasificar a los equipos a la Liga Concacaf Scotiabank 2020 hasta el 28 de junio de 2020”, detalla el comunicado de la Concacaf. Con esta determinación el torneo Clausura de la Liga Nacional debe de estar finalizado a esa fecha.



Los cocoteros del Vida le adeudan más de dos meses de salario al entrenador Fernando Araujo.

Vida podría quedarse sin técnico

LA CEIBA. El hasta ahora técnico del Vida, Fernando Araujo, reveló desde Montevideo, Uruguay, haber tenido ofertas de equipos que no son de Honduras, sin embargo, no quiso revelar los nombres de estos ya que no hay nada concreto aún.

“He tenido algún sondeo de otro lado, siempre se está pendiente de alguna posibilidad que pueda salir a futuro, pero

no es el momento de dar nombres de equipos que se han interesado por mí, porque primero hay que solucionar las cosas, quedamos con una impresión muy grande de Honduras, nos gustaría volver a trabajar en ese fútbol que nos ha dado la oportunidad de seguir creciendo como entrenadores”, dijo Araujo.

Se le consultó si el Vida ya le había cancelado más de tres meses de sueldo que le adeu-

dan y que lo motivó aún más a abandonar Honduras, para pasar la pandemia de coronavirus en su natal Montevideo, Uruguay.

“Estamos a la espera, no hemos tenido ninguna novedad, vamos a ver cuáles son los pasos que está siguiendo la directiva del club a ver de qué manera se va a solucionar, comunicación no hemos tenido con nadie”, reveló el DT.

CARLOS VELA, ENTRE LOS MÁS POPULARES

La figura del delantero mexicano Carlos Vela sigue creciendo dentro de la Liga Profesional de Fútbol (MLS) de Estados Unidos y también como deportista que cada vez tiene más aceptación popular.

Al menos eso fue lo que reflejó una encuesta realizada por la Universidad Loyola Marymount, de California, en la que Vela se colocaba como el tercer atleta más popular de la ciudad de Los Angeles.

Con apenas dos temporadas completa con el equipo local del LAFC,

Vela solo era superado por el estelar alero de Los Angeles Lakers, LeBron James, y el primera base y jardinero Cody Bellinger, de los Dodgers de Los Angeles.

Los participantes en la encuesta, cuyos resultados fueron dados a conocer por el periódico local "Los Angeles Times", vieron a Vela como un deportista ejemplar y de gran aportación al equipo.

De acuerdo a los resultados de la encuesta, James recibió el 46 por ciento de los votos, seguido por Bellinger,

que recibió un 10,7 y Vela acabó tercero con un 8,3%.

El jardinero estelar de los Angelinos de Los Angeles, Mike Trout, del béisbol profesional de la Liga Americana, acabó cuarto con un 6,7 por ciento.

Como se esperaba, James fue imbatible dada su trayectoria profesional antes de llegar a Los Angeles, en el 2018, mientras que Bellinger es el deportista más joven de los equipos angelinos que tiene más proyección de futuro. **EFE**



Dinho mejor que Messi

BARCELONA. El expresidente del FC Barcelona Sandro Rosell aseguró que, aunque no es "objetivo", durante un par de temporadas el brasileño Ronaldinho llegó a ser "igual o mejor" que Leo Messi, al que considera, no obstante, el mejor de la historia.

"Messi es el mejor de la historia todas las temporadas, pero para mí, y no soy objetivo", Ronaldinho fue igual de bueno o mejor que Messi durante un par de temporadas", señaló Rosell en la primera parte de una entrevista concedida en exclusiva a "Mundo Deportivo". El exdirigente fue decisivo en la contratación de "Dinho" por el Barcelona en el verano de 2003, gracias a su amistad con el jugador brasileño, que prácticamente tenía hecho su traspaso al Manchester United desde el París Saint Germain, para lo que el propio Alex Ferguson llegó a trasladarse a la capital francesa. Para Rosell, Ronaldinho fue "pieza fundamental" para cambiar "el pesimismo colectivo" que sufría el club entonces. Y destaca que, además, fue el mentor de Messi

LA CÁBALA DEPORTIVA DE ZAVALETA

Estoy pensando en botar el treinta y dos, porque ni en cuarentena me revienta zas zas estoy quedando hule



El sueño de hoy:

Sonar con cementerio: 88.

Síguenos en: daniel.zavaleta jr

Llama al *7500 desde tu celular Tigo.



"Fui recoge pelotas del Atlético"

MADRID. Álvaro Morata, delantero del Atlético de Madrid, mostró su amor por sus colores desde la infancia, recordó su etapa en el Vicente Calderón como recoge pelotas, en el primer estadio al que acudió con su padre para aficionarse al fútbol y aseguró que "por desgracia" tuvo que jugar en el recinto rojiblanco "con otras camisetas", a pesar de que dijo "siempre" fue del Atlético.

Morata realizó un encuentro digital con el tenista italiano Fabio Fognini, donde recordó sus primeros pasos y su amor por el Atlético de Madrid. "Cuando era niño era recoge pelotas del Atlético", confesó. Después tuvo un periodo en el que dejó de disfrutar tanto de jugar. El cambio de un niño que se divierte jugando al fútbol con amigos y pasa a ser profesional. Empiezas con los agentes, los patrocinadores, sentí mucha presión, además no jugaba de titular y pensé en irme", reconoció.

LEGIONARIOS

Beckham prefiere a Messi que CR 7

Este domingo otro jugador de Inglaterra opinó sobre ambos. Y agregó: "Ronaldo es despiadado en el área, un asesino. Pero Messi te torturará antes de matarte. Con Messi simplemente tienes la impresión de que siempre se está divirtiendo. Los dos, Cristiano y él, han cambiado completamente el juego en términos de números goleadores y no creo que nadie los vaya a igualar".





Para tu mayor seguridad y conveniencia

Realiza tus transacciones bancarias **sin salir de casa**



**Atlántida Online
Atlántida Móvil**

- Transferencias entre cuentas propias
- Transferencias a terceros
- Transferencias ACH Pronto
- Pago de Tarjeta de Crédito propias
- Pago de Tarjeta de Crédito a terceros
- Pago de servicios públicos
- Pago de colegiaturas
- Compra de recargas
- y muchas transacciones más



**ABI 2280-1010
disponible 24/7**

- Estado de cuentas de Tarjeta de Crédito
- Estado de remesas

Remesas con crédito
directo a cuenta de ahorro

DigitalDondeEstés

Síguenos en nuestras
redes sociales para
mantenerte informado



#PrevenirEstáEnTusManos

**Banco
Atlántida**
Imagina. Cree. Triunfa.