

# HONDURAS  
QUEDATE  
ENCASA



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

# TODOS  
con  
MASCARILLA



PAISANITO



DONDE ANTES JUGABAN,  
HOY LUCHARÁN  
POR SU VIDA...

LUNES

27 DE ABRIL DE 2020

# EL PAÍS

LA TRIBUNA DE HONDURAS

San Pedro Sula, Año 3• N° 844• L. 8.00 www.elpais.hn • Facebook: @honduraselpais @elpaishonduras\_



HASTA EL 3 DE MAYO

## AMPLÍAN ALERTA ROJA Y TOQUE DE QUEDA

SE EXCEPTÚAN COLÓN, CORTÉS, EL PROGRESO Y LAS VEGAS, SANTA BÁRBARA /2



### CASI LISTO EL GIMNASIO PARA RECIBIR PACIENTES

AUTORIDADES MUNICIPALES INSPECCIONARON EL ACONDICIONAMIENTO DEL GIMNASIO PARA QUE PUEDA RECIBIR PACIENTES DE COVID-19 /4



### “NETO” ROJAS DA POSITIVO

EL PERIODISTA ERNESTO ALONSO ROJAS HA SIDO CONTAGIADO CON CORONAVIRUS, Y TAMBIÉN SU CAMARÓGRAFO VÍCTOR CARRANZA /2



### LA CEIBA /33

CAPTURAN A DOS CON MÁS DE UN MILLÓN OCULTO ENTRE PAÑALES



Tu acceso al Banco  
sin salir de casa



Atlántida  
Online



Atlántida  
Móvil

400 transacciones



Asesora Bancaria  
Interactiva  
2280-1010

# DigitalDondeEstés

# TEMA DEL DÍA

AYER SE DETECTARON 34 NUEVOS CASOS

## INCREMENTAN A 661 LAS PERSONAS CONTAGIADAS

**TEGUCIGALPA.** Los contagios por COVID-19 ascendieron a 661, informaron anoche las autoridades del Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (Sinager), mediante cadena nacional.

Francis Contreras, portavoz de Sinager, explicó que ayer se realizaron 90 pruebas en los Laboratorio Nacional de Virología de Tegucigalpa y San Pedro Sula, donde 34 dieron positivos a esta enfermedad.

Indicó que 32 de estos nuevos casos pertenecen al departamento de Cortés, ubicados 29 en el municipio de San Pedro Sula, uno en Villanueva, uno en San Manuel y otro en Potrerillos.

Mientras que el Distrito Central, Francisco Morazán, registró un nuevo caso y otro de Ilima, Santa Bárbara.

“Asimismo, lamentablemente se informa el fallecimiento de dos personas más, siendo un total de 61 muertes a nivel nacional por COVID-19”, indicó.

Por otra parte, detalló que el número de personas recuperadas se elevó a 69, ya que cuatro pacientes más, se curaron; señaló que tres son de Cortés y una de Santa Bárbara.

En ese sentido, Contreras ma-



Cortés se ha convertido en el epicentro de la pandemia, ya que es el departamento con más casos.

nifestó que 158 personas están hospitalizadas, de las cuales 138 están estables, 12 en condición grave y ocho en cuidados intensivos, mientras que el resto está siendo monitoreado por el personal de salud.

Contreras exhortó a la población para que tome las medidas de prevención, como el lavado constante de manos, uso de gel a base de alcohol, no saludar de beso y mano, usar mascarillas y

### 2,1994,677

#### CONTAGIOS

Hasta anoche ese era el número de casos que había a nivel mundial.

no compartir alimentos ni bebidas.

De igual forma invitó que al primer síntoma auto aislarse y llamar al 911 para más información.



### LO MÁS COMENTADO

El presidente de Guatemala, Alejandro Giammattei, agradeció el apoyo del Gobierno de Honduras, que envió un helicóptero durante la mañana de ayer para ayudar a mitigar un incendio en el área boscosa del norte de su país.



Neto Rojas es un conocido periodista en la zona norte del país.

## Periodista sampedrano y su camarógrafo dan positivo en COVID-19

**SAN PEDRO SULA.** El reconocido periodista sampedrano Ernesto Alonso Rojas y su camarógrafo Víctor Carranza, dieron positivo de COVID-19, según informó anoche el mismo comunicador en el canal HCH, donde ambos laboran.

Mediante un videollamada, Neto, como popularmente es conocido en la zona norte del país, informó que tanto él y su compañero se encuentran bien ya que no presentan ningún síntoma.

Relató que hace unos días presentó un ligero malestar y fiebre, por lo que enseguida le dijo a su camarógrafo que se hicieran la prueba del

coronavirus. Ambos se hicieron los exámenes el pasado lunes en el Colegio de Ingenieros, de esta ciudad.

El periodista dijo que el viceministro de Salud, Roberto Cosenza, el entregó los resultados el sábado por la noche. Pero debido a la presión se realizó una prueba rápida en una clínica privada, pero ésta había dado negativa.

En ese sentido, señaló que ambos se encuentran en aislamiento desde hace días.

Además adelantó que el próximo lunes se hará una segunda prueba para saber si el virus ya salió de su cuerpo.

## Mueren dos hombres por sospechas de coronavirus



### SAN PEDRO SULA.

Los cuerpos de dos hombres que fallecieron en la sala de COVID-19 del Hospital Leonardo Martínez Valenzuela, fueron sepultados la mañana de ayer en un cementerio localizado en la colonia La Puerta, de esta ciudad.

Informes preliminares detallan que se trata de un hombre de 62 años de edad, quien residía en la colonia Satélite, de la Ciudad Industrial.

Mientras que del segundo muerto se desconocen más detalles.

Alrededor de las 11:00 de la mañana, dos carros fúnebres salieron del recinto hospitalario con los dos féretros para ser sepultados en el referido camposanto, bajo los protocolos de bioseguridad para la prevención de contagios.



# ¡Sé parte del Empredimiento Activo! ¡Honduras se Levanta!

Como parte de las resoluciones de la MESA DE TRABAJO MIPYME por la crisis del COVID - 19.

Se pone a disposición ésta plataforma como un brazo extensivo de apoyo para poder conocer de primera mano las principales necesidades de los emprendedores Mipymes y sector social de la economía en Honduras y de esta manera gestionar apoyo público y privado.

Por medio de esta plataforma también tendrás acceso a  
**¡VENDER POR INTERNET, EL MOMENTO ES YA!**

**¡COMPLETAMENTE GRATIS!**

Cuando te registres, vuelves a ingresar con tu usuario y tendrás acceso a la plataforma Kolau para poder vender en línea.



# CIUDAD SPS



## LO MÁS COMENTADO

Vecinos de los diferentes barrios y colonias de la ciudad sampedrana han implementado sus propias medidas para prevenir el COVID-19. En la colonia Los Castaños, miembros del patronato están rociando con una solución desinfectante a las personas y vehículos, que entran y salen de este lugar.

UBICADAS EN EL GIMNASIO MUNICIPAL

# ULTIMAN DETALLES DE SALA PARA PACIENTES DE PANDEMIA

La Corporación Municipal superviso los últimos detalles del acondicionamiento de la Unidad Estabilizadora para Pacientes con Covid-19 en el Gimnasio Municipal, donde ya se han instalado más de 60 camas hospitalarias, para atender a pacientes leves y moderados con Covid-19, mayores de 15 años de edad.

Los trabajos de acondicionamiento avanzan con las mejoras del área donde funcionará un laboratorio de muestras, así como los equipos portátiles de rayos X, electrocardiograma, monitores de signos vitales, termómetros infrarrojos, cabinas de desinfección, entre otros equipos.

Durante el recorrido los regidores conocieron detalle a detalle el avance del proyecto, donde ya están instalados los cubículos de los pacientes, además del sistema eléctrico, bioseguridad, la parte de baños, duchas y camerinos para el personal médico, así como áreas específicas para las preclínicas por nivel, al igual que consultorios de evaluación para pruebas rápidas.

Unanimidad

El alcalde Calidonio aseguró que “esta es una visión integral y una decisión tomada de forma unánime con la Corporación Municipal, todos han dado



las autoridades municipales realizaron las últimas revisiones para poner en funcionamiento el recinto.

un respaldo grande a la ciudad al aprobar este proyecto, a un costo de alrededor de 10 millones de lempiras”.

El jefe edilicio recalco que una vez termine la emergencia, todos los equipos serán utilizados para fortalecer el sistema de salud de la ciudad.

Sobre el proyecto el regidor José Jaar, indicó que “la comuna decidió hacer de este Gimnasio Municipal, la Unidad Estabilizadora para Pacientes con Covid-19 y me ha llenado de satisfacción ver la transformación que en un Gimnasio Municipal

### DATO

**El proyecto fue aprobado por la Corporación Municipal de forma unánime en la sesión virtual de corporación ordinaria número 102, a un costo de alrededor de 10 millones de lempiras.**

establecido ya tenemos una sala de observación, que se ha hecho en un tiempo récord, con divisiones y se ha transformado, ya están las camas y apenas estamos esperando algunos detalles. Pero lo más beneficioso es para el ciuda-

dano de San Pedro Sula que tendrá un lugar seguro, amplio e higiénico, donde habrá médicos especialistas, generales, enfermeras y personal de aseo”.

Jaar insistió en que la inversión es bastante grande y aunque no se ha concluido, todo el proceso se está llevando a cabo bajo los parámetros necesarios según la ley, “lo más importante es prevenir, con una gota de sangre, con un ser humano o sampedrano que muera, nos va doler más que todo lo que se está invirtiendo acá, se está haciendo lo mejor y lo más transparente posible”.

## Acondicionarán laboratorio en UNAH-VS para pruebas PCR de COVID-19

El laboratorio de genética para la conservación, del departamento de biología de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras en el Valle de Sula (Unah-VS), será acondicionado para instalar equipo de bioseguridad de la Secretaría de Salud (Sesal), con el propósito de realizar pruebas PCR de COVID-19.

Entre el equipo que moverá la Sesal hacia el laboratorio de genética para la conservación, se encuentra una cabina de bioseguridad y una centrífuga refrigerada, así como equipo de menor dimensión, según lo especificó Xiomara Carvajal, coordinadora del Laboratorio Regional Metropolitano de esta ciudad.

La funcionaria adelantó que en los espacios universitarios estarán cinco microbiólogos y asistentes de la Sesal, quienes trabajarán en el análisis de pruebas realizadas a sospechosos de COVID-19.

“Se está a la espera de una segunda evaluación por parte del equipo técnico, el cual dará su confirmación para proceder a su adecuada instalación”, concluyó Carvajal

Vale destacar que en la Unah-VS también están funcionando tres mesas temáticas para desarrollar el Plan Estratégico de Acción en materia de Salud, Educación y Comunicación para el departamento de Cortés.

Estas mesas están instaladas en el edificio donde funciona la Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud, donde la mesa de coordinación general la preside Roberto Cosenza, viceministro de Salud, y le acompañan directores de hospitales y regiones sanitarias de la zona.



## Continúan las donaciones a la sala de rehabilitación Covid-19 del IHSS

Las donaciones para los centros hospitalarios continúan en medio de la crisis provocada por la pandemia del coronavirus que ya suma más de 600 compatriotas positivos al virus.

Es así que, como parte de sus acciones de apoyo a la comunidad, Diunsa realizó la entrega de una donación de artículos para uso de la Sala de Rehabilitación de Covid-19, del Hospital Regional del Instituto Hondureño del Seguro Social (IHSS).

Elisa Pineda y Gladys Alejandra Ramírez, representantes de Diunsa, hicieron entrega de ocho

televisores SONY, LED de 40 pulgadas, al doctor Carlos Umaña, presidente de la Asociación de Médicos del IHSS en esta ciudad, la doctora Bessy Alvarado, Directora Médica Nacional del IHSS y la doctora María Elena Herrera, gerente del Centro de Rehabilitación de dicho centro hospitalario. Diunsa llevó a cabo esta acción, en respuesta a las necesidades identificadas a través de la plataforma covid19.fundahrse.org de FUNDAHRSE, un sitio web creado por el Comité de Emergencia como iniciativa de la junta directiva de dicha institución, de la que



La empresa ha beneficiado con artículos a los principales hospitales de la ciudad y también en el resto del país.

esta empresa es miembro activo. “Cuando los pacientes salen de la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) son trasladados a esta sala, aislados, lejos de su familia, con

riesgo de deprimirse; por eso es necesario considerar la terapia emocional y recreativa, en ello los televisores son de mucha utilidad”, expresó la doctora Herrera.

# LA MEJOR CURA ESTÁ EN PREVENIR ANTE EL COVID-19

#HondurasquedateEncasa

Sal de casa solo que sea estrictamente necesario y no olvides:

Y recuerda, al regresar a casa:



Usar mascarilla



Usar guantes



Cargar tu gel



Evitar aglomeraciones



Mantener la distancia de un metro con otras personas



Con estas sencillas medidas hacemos mucho por nuestra salud y la de los que nos rodean



Desinfectar tus zapatos rociándolos con una mezcla de agua y cloro



Depositar en la basura la mascarilla y los guantes



Lavarte las manos con suficiente jabón por al menos 20 segundos

## ¡CUIDARTE ESTÁ EN TUS MANOS!

DIARIO  
**EL PAÍS**

Descarga la App



[www.elpais.hn](http://www.elpais.hn)

f @honduraselpais   t @elpaishn   @elpaishn

## CIUDAD SPS

“ÚNICAMENTE JUNTOS PODREMOS SALIR ADELANTE”

# CARLOS UMAÑA: HAY “UNA LUZ EN EL CAMINO” EN LA LUCHA CONTRA COVID-19

Para el presidente de la Asociación Médica del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS) de San Pedro Sula, Carlos Umaña, hay “una luz en el camino” en la lucha contra la Covid-19.

El doctor en Medicina señaló lo anterior mientras el coronavirus registra ya más de 600 contagiados en el país.

No obstante, Umaña aclaró que la responsabilidad es en ambas direcciones.

“El Gobierno y el pueblo deben ser responsables, el primero con acciones inteligentes y el segundo respetando la cuarentena”, planteó. “Solo así, juntos podremos salir adelante”, subrayó.

Pero los políticos “deben quedarse en sus madrigueras” y esperar el próximo año para salir, les sugirió.

## REDES

“Pero hoy, no incendien las re-

des ni pongan a pelear a la gente, pues si no nos unimos, todos nos vamos a hundir”, sentenció Umaña.

Reconoció que estamos lejos de alcanzar el pico de la curva, para el caso, “creemos que en el Valle de Sula será entre junio y julio si no hacemos algo como debe ser.

“Por eso debemos ir a buscar a las personas en forma simultánea en las cinco ciudades del Valle de Sula”, sugirió.

Hay que hacer eso cuanto antes, de lo contrario, se alcanzará el pico de la curva en agosto y eso lo advierten expertos, “no solo yo”, planteó.

Sugirió que la gente no debe obligar al Gobierno a emplear la fuerza para obligarla a permanecer en las casas, como sucede en la etapa cinco de la pandemia.

Ya en esa fase, en España e Italia, se castigaba con penas hasta



El galeno enfatizó las medidas drásticas de países europeos donde castigan el desacato con varios años de cárcel y multas.

de cinco años de cárcel y cinco mil euros de multa a las personas que violaban la cuarentena,

ilustró el galeno.

En esos países, el brote se les fue de control por lo que tuvieron

que usar la fuerza militar y policial para sosegar a sus ciudadanos, expresó.

## Quédate en casa

## EVITA EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS

Si tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de COVID-19 debido a su edad o porque tiene un problema de salud grave de largo plazo, es sumamente importante que tome medidas para reducir su riesgo de contraer la enfermedad.

## Cosas que puede hacer para ayudarse:



Encuentre maneras de relajarse y realizar actividades saludables que disfrute. Cualquiera puede sentir estrés y ansiedad.



Llame a amigos y familiares para escuchar una voz conocida. Haga una video llamada para sentirse cerca cuando no estén juntos.



Tómese un descanso al revisar las últimas noticias sobre coronavirus (COVID-19).



Haga ejercicio, coma sano y duerma de 6 a 8 horas cuando sea posible.



## Más de mil familias de bordos reciben ayuda alimenticia

Bajo el lema “Todos para uno y uno para todos”, los vecinos de las colonias, Valle Azul, El Pedregal, Panorama, Bosques del Merendón, Residencial Mont Marant, unieron esfuerzos para recolectar fondos y poder entregarles una bolsa con alimentos a más de 1,000 familias de escasos recursos que viven en los bordos de El Pedregal, Santa Ana 1, Santa 2, Bordo de la Saint Peters y los pobladores de Peña Blanca y el Corozal.

Roy Morales Hawit, uno de los organizadores expresó que cada bolsa contiene alimentación para cinco personas para una semana, “la bolsa tiene lo básico y necesario en estos momentos que las familias necesitan ese tipo de alimentación y productos de higiene”.

Agradeció a los vecinos y organizaciones como Cepudo y Food For The Poor. Además de la colaboración en la logística de las empresas de seguridad privada, Supermercado Los Andes, Fusina y la FNAMP, quienes han hecho to-



do lo posible para la repartición y la seguridad”, detalló Morales.

A esta noble causa también se les está uniendo la Asociación de Estudiantes de la Escuela Internacional Sampedrana EIS con el voluntariado y donación.

La idea que tienen los organizadores de esta actividad es poder realizar la entrega de aproximadamente 6,000 bolsas de alimentos, no solo en la ciudad, sino que en todo el país y así contribuir a que las personas de escasos recursos económicos tengan alimento en sus mesas.

# #TODOS con MASCARILLA

Las **MASCARILLAS A3** son lavables  
y reutilizables siguiendo estos pasos:



\* De acuerdo al uso y exposición que tenga.

El uso de mascarillas ha demostrado ser efectivo para la reducción del contagio por COVID-19 en varios países que han logrado salir de una etapa de la crisis.



# EL PAÍS



Las autoridades siguen recomendando a la población tomar todas las medias de prevención contra el virus.

ESTO NO APLICAN PARA CORTÉS, EL PROGRESO, COLÓN Y LAS VEGAS, S.B

## TOQUE DE QUEDA SE AMPLÍA HASTA EL PRÓXIMO DOMINGO 3 DE MAYO

**TEGUCIGALPA.** El Gobierno de la República, a través de la Secretaría de Seguridad y del Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager), amplió ayer el toque de queda absoluto y la alerta roja hasta el próximo domingo 3 de mayo para continuar buscando aminorar el impacto por contagios de coronavirus en el territorio nacional.

En cadena nacional de radio y televisión, el vocero de la Secretaría de Seguridad, comisionado Jair Meza, indicó que el toque de queda absoluto se iba a extender desde ayer hasta el próximo domingo, 3 de mayo, a las 3:00 de la tarde.

Añadió que la población podrá seguir circulando de lunes a viernes para ir a supermercados, gasolineras, farmacias, bancos, cooperativas y ferreterías, según el último número de tarjeta de identidad, pasaporte o carnet de residencia.

Aclaró que estas medidas no son válidas para los municipios de los departamentos de Cortés y Colón, El Progreso (Yoro).

Además, el comisionado mencionó que, a partir de ayer, Las Vegas (Santa Bárbara), tiene un régimen aparte de toque de queda y horarios de circulación vigentes hasta el próximo 1 de mayo.

“En Las Vegas comenzará la

Día	Transitar		Terminaciones de identidad, pasaporte ó carné de residente (extranjeros)	Medidas de bioseguridad OBLIGATORIAS en todos los comercios.
	Desde	Hasta		
Lunes	9:00 a.m.	5:00 p.m.	1 y 2	+Mascarillas +Gel +Distanciamiento
Martes	9:00 a.m.	5:00 p.m.	3 y 4	
Miércoles	9:00 a.m.	5:00 p.m.	5 y 6	
Jueves	9:00 a.m.	5:00 p.m.	7 y 8	
Viernes	9:00 a.m.	5:00 p.m.	9 y 0	
<b>Sábado y domingo, nadie circula</b>				
La atención especial para adultos mayores, mujeres embarazadas y personas con discapacidad según terminación de su cédula de identidad, pasaporte o carné de residente (extranjeros):				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Supermercados y farmacias 07:00 a.m. a 09:00 a.m.</li> <li>Sistema bancario 09:00 a.m. a 10:00 a.m.</li> </ul> Todos los días sin restricciones, siempre que justifiquen asuntos de trabajo. Autoridades de SINAGER, transporte pesado, cadena agroalimentaria y personas con salvoconducto.				

Infografía: El País

circulación hoy lunes, con la terminación número 6”, sostuvo Meza.

Por su parte, el titular por ley de la Comisión Permanente de Contingencias (Copeco), Carlos Cordero, anunció, en la misma cadena, la extensión de la alerta roja para los 18 departamentos del país en seguimiento a las medidas de contención de la propagación de la covid-19.

El objetivo de la alerta roja es facultar al Gobierno Central para que realice acciones tanto a nivel

nacional como local que permitan minimizar el impacto de la emergencia por el coronavirus en la salud de la población hondureña.

Las autoridades autorizaron a las instituciones del Sinager, para que continúen con la habilitación de áreas de alojamiento masivo para atender casos sospechosos de COVID-19, así como acciones de respuesta para el abastecimiento de insumos en la red hospitalaria y la facilitación de alimentos en los hogares más vulnerables del país.



## LO MÁS COMENTADO

El cardenal Óscar Rodríguez, expresó ayer en la homilía dominical, “Señor quédate con nosotros”, en cada casa, en medio de esta pandemia del COVID-19. “Quédate con nosotros, porque no sabemos qué hacer a partir de ahora. Sólo te pedimos que te quedes con nosotros”, reiteró.



Esa supuesta seguridad podría generar que la población descuide la aplicación de medidas básicas de prevención.

## La OPS/OMS no recomiendan el uso de túneles desinfectantes en Honduras

**TEGUCIGALPA.** La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en Honduras no recomiendan el uso de túneles desinfectantes o sanitización porque “no existe evidencia sobre la eficacia” como una medida de prevención para la propagación de la COVID-19.

“El uso de túneles desinfectantes o sanitizantes para uso de la población no es recomendación de la OPS/OMS”, indicó el representante de la organización en Honduras, Piedad Huerta, en una carta enviada a la ministra hondureña de Salud, Alba Consuelo Flores.

Asegura además que “no existe evidencia sobre la eficacia de estos sistemas para realizar una desinfección efectiva del virus causante del COVID-19, generando una falsa sensación de seguridad en la población”.

Esa supuesta seguridad podría generar que la población descuide la aplicación de medidas básicas de prevención como “el lavado frecuente de manos, uso de mascarilla y el distanciamiento social”, añade el documento.

La OPS destaca que los pro-



“La OPS/OMS no recomienda uso de túneles sanitizantes o similares con aplicación de químicos”.

Piedad Huerta.

ductos desinfectantes para uso en superficies porosas y no porosas, con requerimientos variables de tiempos de contacto, al ser aplicados directamente a las personas, aún en bajas concentraciones y de forma muy breve, puede “producir efectos adversos con afectaciones a la piel, ojos y mucosas”.

“Además, la inhalación de estas sustancias puede causar irritación en las vías respiratoria altas y bajas provocando síntomas que pueden ser confundidos con COVID-19”, señala la representante de la OPS.

Sin embargo, considera necesario “insistir en la adopción de medidas básicas de prevención como lavado frecuente de manos, uso de mascarilla y el distanciamiento social”.

**EFE**

SE ATENDERÁ A AGENTES, TRAMITADORES Y CLIENTES CON SALVOCONDUCTO

# SOLO POR CITAS PODRÁN DESADUANAR VEHÍCULOS IMPORTADOS

**PUERTO CORTÉS.** A partir de la fecha solamente por citas y con asignación se retirarán los vehículos importados según el acuerdo establecido por el gobierno central, el comité de emergencia, Codem, y la firma Servicios Consolidados de Honduras propietaria del patio fiscal de almacenamiento.

La ordenanza emitida tras el acuerdo busca evitar aglomeraciones de personas fuera de las instalaciones del patio fiscal a la entrada del puerto como medida para evitar la propagación de la COVID-19.

Únicamente se dará ingreso y atenderá según el orden y horario de asignación a clientes, agentes aduaneros, gestores aduaneros, visitas que hayan programado una cita previamente. En dicha programación se les indicará el día y la hora a la que deberán presentarse a las instalaciones



Por llamada o mediante correo electrónico podrán hacer las citas para retirar los vehículos de la aduana.

del patio fiscal.

La cita para atención al cliente se puede programar escribiendo al correo electrónico SAC@Grupoaldecasa.com siendo el horario de programación para las citas de atención de lunes a vier-

nes de 9:00 de la mañana a 12:00 meridiano.

Las solicitudes para entrega de Corroboración Fiscal, hue-llas, podrán ser gestionadas adjuntando toda la documentación necesaria a través del correo elec-

trónico. Revisadordoc.orp@GrupoALDECASA.COM: así mismo podrán solicitar facturas para cancelación de servicios, presentando la documentación necesaria al correo electrónico facturaciónhn@grupoaldecasa.com.

En cumplimiento con las ordenanzas de regulación de circulación de personas exigidas por las diferentes autoridades, solo se podrá atender a agentes, tramitadores, clientes que estén amparados bajo un salvoconducto para poder circular.

Finalmente, la observación de los protocolos de bioseguridad dentro de las instalaciones deberá ser de estricto cumplimiento para la seguridad tanto de los usuarios del servicio como de los colaboradores.

Advierten que se cancelará cualquier cita programada y se restringirá el ingreso o asignación de citas para atención para aquellas personas que no respeten las medidas de bioseguridad, así como aquellas personas que por falta de educación y respeto pongan en riesgo la salud e integridad física de los demás.



Según los médicos las menores llegaron en estado crítico, recibieron toda la atención. Sin embargo, no se salvaron.

## Dos niñas de El Paraíso mueren por dengue en Tegucigalpa

Dos niñas originarias del departamento de El Paraíso murieron por dengue en las últimas horas en el Hospital Materno Infantil de Tegucigalpa, capital de Honduras.

Se trata de una bebé de seis meses de edad que residía en el barrio La Reforma, de Danlí y otra niña de siete años, quien vivía en Jutiapa Valle de Jamastrán.

Informes de las autoridades hospitalarias indican que ambas niñas llegaron al hospital de Danlí en estado crítico por lo que fueron remitidas a Tegucigalpa.

Ambas menores murieron a las pocas horas de haber ingresado a la sala de emergencias del recinto hos-

pitalario capitalino.

Personal médico del Hospital Gabriela Alvarado indicó que a ambas se le brindó toda la asistencia correspondiente y fueron remitidas inmediatamente al Materno Infantil.

Asimismo, indicaron que la cifra de muertes por dengue en el departamento oriental se eleva a seis muertes por dengue grave en lo que va del 2020.

El director del hospital, Carlos Quintero informó que de los seis casos cinco son menores de edad y que actualmente se mantienen hospitalizadas unas 25 personas con síntomas de dengue y de las cuales unas 12 presentan un cuadro crítico.

Quédate en casa

## EVITA EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS

Si tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de COVID-19 debido a su edad o porque tiene un problema de salud grave de largo plazo, es sumamente importante que tome medidas para reducir su riesgo de contraer la enfermedad.

Cosas que puede hacer para ayudarse:



Encuentre maneras de relajarse y realizar actividades saludables que disfrute. Cualquiera puede sentir estrés y ansiedad.



Llame a amigos y familiares para escuchar una voz conocida. Haga una video llamada para sentirse cerca cuando no estén juntos.



Tómese un descanso al revisar las últimas noticias sobre coronavirus (COVID-19).



Haga ejercicio, coma sano y duerma de 6 a 8 horas cuando sea posible.



EL PAÍS

## EL PAÍS



Los líderes empresariales dicen que la reapertura de los negocios debemos realizarla de manera paulatina, autorizada por el Gobierno.

PARA SALVAGUARDAR LAS VIDAS

## EMPRESARIOS INSTAN A SEGUIR LAS MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD

**SAN PEDRO SULA.** Representantes del sector empresarial instan a la población a seguir las medidas de bioseguridad señaladas por las autoridades, como paso indispensable para salvaguardar la salud de las personas y, paulatinamente, recuperar la actividad productiva necesaria para el bienestar socio-económico de la población.

Líderes empresariales hacen hincapié en la necesidad de seguir las recomendaciones médicas de protección personal.

Pedro Barquero, presidente de la Cámara de Comercio e Industrias de Cortés (CCIC), señaló que “el uso de mascarilla, el distanciamiento social, el lavado de manos frecuente y todas las recomendaciones de los expertos en salud deben ser implementadas por todos. También debemos acatar las restricciones de movilidad, indicadas por las autoridades”.

Barquero enfatizó que las restricciones de movilidad deben ser guiadas por expertos en salud, como la medida fundamental para el reinicio de la actividad industrial comercial.

“Es de vital importancia el se-



**“Debemos hacer trabajo en equipo, muy estructurado, junto a los expertos en salud, gobierno, empresa privada y ciudadanos”.**

**Menoti Maradiaga, presidente de Fedecámara.**

guimiento tanto en casa, como cuando se regrese al trabajo”, indicó José Luis Rivera, presidente de la Cámara de Comercio e Industrias de Tegucigalpa (CCIT). “Estos hábitos continuarán ayudándonos en nuestra vida futura”, enfatizó.

En ese sentido detalló que la reapertura de industrias y negocios, que cada día se va a volver más apremiante para la salud económica del país, deberá hacerse de una forma gradual y ordenada.

Consultado sobre este tema, Fuad Handal, presidente regional de la Asociación Nacional de Industriales (ANDI), destacó que “para evitar el contagio, los hondureños debemos ser disciplinados en el distanciamiento so-

cial, uso de mascarilla, lavado de manos y desinfección de bolsas o empaques”.

El presidente de los industriales de la zona norte del país indicó “para volver a abrir los negocios debemos hacer un trabajo en equipo muy estructurado junto a los expertos en salud, Gobierno, empresa privada y ciudadanía”.

“La reapertura de los negocios debemos realizarla de manera paulatina, autorizada por el Gobierno, cuando los diferentes sectores hayan implementado los protocolos de bioseguridad pertinentes, de acuerdo al nivel de exposición y riesgos de cada uno”, destaca el director ejecutivo de la ANDI.

Los representantes empresariales coinciden en la relevancia de cumplir con las medidas tomadas por las autoridades, como el paso fundamental para reactivar la economía, de manera ordenada y progresiva.

Por su parte, Menoti Maradiaga, presidente de la Federación de Cámaras de Comercio (Fedecámara), manifestó que “la crisis sanitaria requiere ser responsables y obedientes con las restricciones que el Gobierno ha impuesto”.



Francisco Llanes, gerente general de Banco Promérica Honduras.

## Banco Promérica entrega importante donativo

Tegucigalpa. Banco Promérica Honduras se suma a la iniciativa liderada por la Asociación Hondureña de Instituciones Bancarias (AHIBA), junto al resto de agencias asociadas, haciendo entrega de 10 unidades de cuidados intensivos a las autoridades de salud.

Estas unidades incluyen cama, respirador, monitor de signos vitales y bombas de infusión, con un valor de 10 millones 400 mil lempiras.

La donación será distribuida en los hospitales designados por el Gobierno de la República para atender los casos críticos de COVID-19 en el país. La distribución será de la siguiente

manera: 4 unidades al Instituto Cardiopulmonar Tórax, 1 unidad al Hospital Escuela Universitario, 1 unidad en el Hospital María, en Tegucigalpa, y 4 unidades al Hospital Dr. Leonardo Martínez de San Pedro Sula.

Francisco Llanes, gerente general de Banco Promérica Honduras, indicó que “esta es una acción de suma importancia considerando la situación de crisis que enfrenta el país, a su vez, reiteramos que en Banco Promérica Honduras es clave continuar apoyando a la población hondureña durante este período de dificultad, con la certeza de que únicamente juntos lo vamos a superar.”



Indicaron que las pruebas serán compartidas con el IHSS de San Pedro Sula.

## IHSS adquiere 10 mil pruebas rápidas

**TEGUCIGALPA.** El Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS), adquirió 10,000 pruebas rápidas para identificar personas positivas de COVID-19, informó la jefa del Laboratorio, Rosibel Colindres. “El Instituto ha comprado unas pruebas rápidas como parte de dar la respuesta a las necesidades de la población”, señaló.

Las pruebas serán compartidas con el IHSS de San Pedro Su-

la, Cortés, donde hay una mayor demanda de derechohabientes que podrían estar contagiados o en riesgo de contaminación, subrayó.

“Las pruebas no tienen la intención de hacer o dar diagnósticos porque son serológicas, es decir que necesitan los anticuerpos de los pacientes para determinar el tiempo de la infección”, explicó Colindres.

## OPINAN

## EDITORIAL

## DE LA NEGACIÓN Y LA NECEDAD

Después de observar muchas cosas con el desarrollo de lo que tanto nos ocupa, observamos una parte de la conducta del hondureño que debe erradicar hasta el tuétano. Se trata de la negación. Solo las familias de los médicos saben de lo que se trata, ya que deben estar en vilo porque se exponen sus seres queridos, siendo una probabilidad alta de que ocurra un contagio, por ello cualquier medida de bioseguridad que se tome es poco.

Cuando una persona padece de cualquier enfermedad, por leves que sean los síntomas y no muy notorios sus signos, generalmente se escucha la frase “no es nada, ya me pasará”, o “ya amanecí bien”. Cuando se escuchan esas expresiones es cuando la luz de la alerta roja debe encenderse en los hogares o ambientes de los hondureños. Usualmente se corre a la vecina para saber qué se le puede dar a su familiar enfermo, desde tizanas a manera de remedios naturales o algún medicamento sin prescripción ni vigilancia médica. Allí está la raíz del fracaso ya que cada uno de nosotros poseemos un elemento que nos hace únicos ante el resto de la creación que se llama idiosincrasia, es decir, características únicas, propias. Siendo así, un medicamento a una dosis determinada para un paciente no puede ser recomendable para uno mismo.

A nadie le gusta estar enfermo o que padezca algún familiar, pero llama poderosamente la atención del señor que, lamentablemente, falleció hace algunos días a las puertas del hospital Leonardo Martínez quien no tuvo tiempo ni de bajarse del vehículo, y de un infante en el occidente del país, de 11 años de edad, del cual no se tiene un

diagnóstico definitivo como causa de su fallecimiento, sospechoso también de COVID-19.

Sabemos muy bien, por los allegados, que muchos pacientes llegan a consultas y no terminen siendo sinceros con los médicos, a veces hasta mintiendo acerca de los datos de los pacientes –o el mismo paciente– en el interrogatorio preliminar. Debemos darnos cuenta que, aparte de atender con la vida de nuestro ser querido, estamos también haciendo lo mismo con el personal de salud que nos atiende en diferentes nosocomios. Antes que nada, ellos son seres humanos que tienen también familias y realidades como cualquier otro. Debemos meditar para empezar a dejar de lado la mentira y la negación y “esperar a que mejore el paciente”.

Ante esa falta de delicadeza, los médicos también deberán ser más draconianos a la hora de abordar a los pacientes en el sentido de prevenir una confabulación y caer en la trampa de un humanismo mal entendido. Ellos saben mejor que nadie lo que habrán de hacer, por ello no lo planteamos, sería un atrevimiento, pero insistimos que cualquier medida será poco considerando esa conducta atentatoria contra el sentido común y la vida.

Debemos mantenernos alerta, no ser tan dejados a la hora de una leve sospecha. Recordemos que la mayoría de contagiados –casi un 90%– ni siquiera se enterarán que lo han padecido siendo de una tasa de mortalidad baja, pero por ello no podemos atender contra los médicos, enfermeras, nuestra comunidad y contra nosotros mismos. Por ello tengamos presente el octavo mandamiento de la Ley de Dios: “No darás falso testimonio ni mentarás”.

## 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.

## Las chicharras



Luis José Kafie

Soy de los creyentes que la naturaleza nos habla. Sólo es de tomarse el tiempo para escucharla y saberla interpretar. En un reciente anochecer iba caminando de la mano con mi hijo menor cuando de pronto comenzamos a oír un concierto de chicharras haciendo eco en los árboles. Mi vástago se detuvo extrañado por este nuevo sonido; le indiqué que eran unos insectos muy pequeños que nos recuerdan que viene el cambio de estación y, con ello, el inicio de las lluvias. Intenté buscarle una, pero al acercarnos interrumpieron su trova. Regresamos a casa, yo contento porque había tenido la oportunidad de enseñarle algo nuevo y al mismo tiempo había despertado en mí la curiosidad de aprender más sobre estas criaturas.

Creo que todos hemos escuchado el canto de ellas en los meses de marzo y abril, cuando el calor apremia. Para los que labran el campo, es un primer llamado para ir alistando el sombrero, el calabazo de agua y la punta, ya que pronto comenzará la siembra de la primera. Es admirable la sabiduría y nobleza de la naturaleza que nos avisa, como si fuese un reloj despertador, que próximamente tocará ir de nuevo a trabajar. Por cautela se esperan las primeras lluvias de mayo para cultivar en tierra húmeda y, con ello, aumentar las posibilidades de recoger una bondadosa cosecha de maíz.

Aprendí que algunas chicharras viven por prologados periodos enterradas bajo la tierra (unas inclusive hasta diecisiete años), sobreviviendo y alimentándose de las raíces de los árboles, esperando pacientemente para renacer apenas sientan que se ablanda el suelo y les permite salir de sus escondites, apostarse en los árboles para mudar su piel y emitir su característi-

co sonido de esperanza de vida. Muy similar al periodo que pasamos nosotros de estudiantes, alimentándonos de conocimientos, viviendo del cariño de nuestros padres para luego poder aventurarnos a la vida laboral, y se repite de nuevo con nuestros hijos cuando formamos una familia.

Aprendí que las chicharras tienen tres pequeños ojos encima de su cabeza y hay quienes creen que, por la manera que están alineados, asemejan los clavos que usaron para crucificar a Jesús, razón por la cual consideran que cantan en Semana Santa lamentando la muerte de nuestro redentor, yo más bien pienso que celebran su resurrección.

Aprendí que cuando emergen de la tierra lo hacen en cuantiosas cantidades ya que así mejoran sus chances de sobrevivencia ante los depredadores. Este año, asocio el canto de las chicharras con las voces de los miles de hondureños que pedimos en silencio en nuestras oraciones que pronto se nos permita la oportunidad de regresar a nuestros trabajos para sostener a nuestras familias. Debemos resurgir de esta cuarentena con un renovado vigor, unir esfuerzos y poner en práctica nuestros instintos naturales de agilidad y resiliencia humana.

Es un llamado a mudar viejas costumbres, ejercer un liderazgo humanista y llevar nuestros emprendimientos hacia un capitalismo más solidario.

Este próximo domingo 3 de mayo se celebra el Día de la Santa Cruz en Amapala, generalmente coincide con los primeros aguaceros. Es una celebración del renacer de la tierra y comienzo de la labranza.

Jóvenes: Ya suenan los campos, preparémonos que pronto se van a poner húmedos y tenemos que estar listos para salir de primero a sembrar. Sin miedo, con fe en Dios.

ÁNIMOS.

## 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 ROMERODIRECTOR  
ADÁN ELVIR FLORESJEFATURA DE REDACCIÓN  
ORLANDO ESCOTO/ FLORENCIO PUERTOCONSEJO EDITORIAL  
RODOLFO DUMAS / JACOBO 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



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 salones, cuarto de servicio, bodega, garaje, terraza en \$280,000. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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

**Se vende casa en Jardines del Valle**  
con 4 dormitorios, a tan solo 3,200,000 negociable en 5 etapas. LLAMAR 9964-9686 DC BROKERS. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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

**Barrio Los Andes vendo casa**  
840 varas y 440 metros, 5 habitaciones 4 baños dos salones 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 salones 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 salones 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 salones, 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 salones, 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 salones, 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](http://www.dcbrokers.club)  
y conviértete en socio. **L. 2,500,000**

## D.C. Brokers

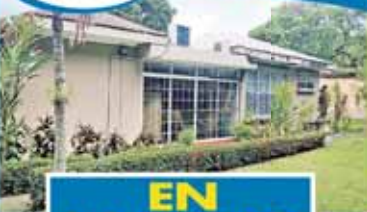
Constructora y Bienes Raíces  
Llama al 9964-9686



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

Inscríbete a: [www.dcbrokers.club](http://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



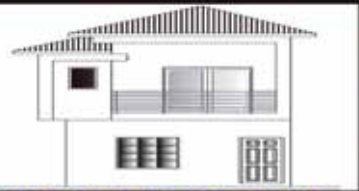
**CASA MAYA #2  
534 VARAS, 380 MTS  
DE CONSTRUCCION**

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](http://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**

TERA. 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](http://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.

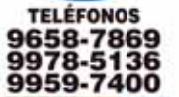
## D.C. Brokers

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 Fores-  
ta 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.



**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

Constructora y Bienes Raíces



**Villa Mónaco  
circuito cerrado**

Contiguo a villas del sol  
se vende bella casa con 4  
habitaciones dos salas co-  
medor cocina 350 metros  
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

Constructora y Bienes Raíces



**Se vende bella  
casa**

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

## 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.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### 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.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



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



#### Casa de playa

\$135 negociable frente de playa Mila 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.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### 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.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### 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.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### 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 L2,850,000, 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

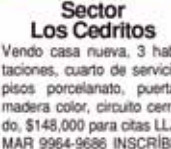


#### Villa Mónaco vendo casa circuito cerrado

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



#### 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

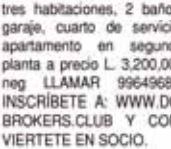


#### Vendo Casa Col. Universidad

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



#### Monte Bello

Vendo casa duplex L.570,000 LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### Construimos su casa en Villaflorencia

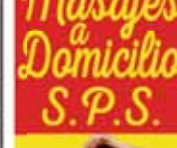
Pre venta con nosotros en 300 varas, cercada, 85 metros, dos habitaciones. L.1,650,000, LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### SERVICIOS



#### 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



#### 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.

### 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 Figuerola

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



#### 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



#### San Roberto de Sula se vende solar

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



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



**Santa Cruz de Yojoa**  
13.5 manzanas  
Frente a la carretera de San Pedro Sula a Tegucigalpa, tiene luz y agua. Lps. 5,100,000.



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

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



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



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



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



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



**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.



Constructora y Bienes Raíces



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



Constructora y Bienes Raíces



**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.



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



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



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



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



Constructora y Bienes Raíces



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



Constructora y Bienes Raíces



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



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



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



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



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



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



**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.

**Contactémos:**  
PBX (504) 2556-5750  
dasificados@elpais.hn  
marivelmaradiaga@elpais.hn




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



**Se venden 1,500**  
Varas Bulevar  
del Sur  
En \$150 dólares la vara, a 300 metros de motel tropical y gasolinera casi frente a la terminal LLAMAR 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



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



Constructora y Bienes Raíces



**Se venden 6800**  
varas Campisa  
Con vista planas ideal para hacer condominios a.\$600,000 neg. LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



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



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



**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.



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



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



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



**2000 varas**  
En La Trejo \$160.



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



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



**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 TRAIJO AL SER AMADO**  
rendido a tus pies!!

**Privacidad y confianza absoluta!!**

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



**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



**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.

**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.



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



**25 Manzanas**  
frente recta de Santa Cruz 13 millones.



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



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



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

**Te ofrezco 18 manzanas**

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



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



**Finca de café**  
Aguacate Hass, Limón Perse, Árboles de Liquidámbar.



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



**1 Manzana**  
Frente Diunsa Pedregal \$185 por vara.



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



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



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



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



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

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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces

**Sitratel se vende solar 430 varas**

En 1,350,000 llamar A 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y ONVIERTETE EN SOCIO.



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



**5 mil varas**  
Frente playa \$60 negociable.



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

**Bella Vista 9,500 V<sup>2</sup>**  
¡¡¡GANGA!!!, \$185,000.00 negociable.



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

**Juan Lindo 6,600 V<sup>2</sup>**  
Lps.18,500,000.00 1000 V<sup>2</sup> 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.

**VENTA DE EDIFICIOS**

**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



**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



**Barrio Los Andes**

Se venden 670.51 varas con construcción en segundo nivel de esquina bulevar los caminantes precio \$ 201,500 dólares negociables LLAMAR 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 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



**En Barandillas**

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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se vende edificio en el Bo. El Benque**

Con 4 apartamentos y dos locales, 674 metros de construcción, Lps.4,900,000. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**D.C. Brokers**

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



**MÁS clasificados**



**COMPRA Y VENDE ¡RAPIDITO!**

**EL PAÍS**  
LA TRIBUNA DE HONDURAS

*El Mejor Precio y atención garantizada.*

**CONTÁCTENOS: PBX (504) 2556-5750**  
clasificados@elpais.hn / marivel.maradiaga@elpais.hn

O VISÍTENOS EN: BO. LA GUARDIA, AVE. NUEVA ORLEANS, 32 CALLE N.O.

*¡Será un placer atenderle!*



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

**Mackey 1,500 V<sup>2</sup>**  
\$ 185.00 por V<sup>2</sup>

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

**ALQUILER DE EDIFICIOS**

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se alquila bodega de 300 metros**

Barrio La Guardia contiguo a Boroehsa en 900 dólares. LLAMAR AL 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 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 el bulevar del Sur**

1300 metros cuadrados con 3 mil varas cuadradas. El precio de la bodega es 700 mil dólares.



# LACTANCIA MATERNA Y CORONAVIRUS: ¿SUPONE ALGÚN RIESGO?

¿Puede una mujer con COVID-19 transmitir la infección a su hijo si le amamanta? ¿Se debe interrumpir la lactancia materna? Conoce los consejos de los expertos.

El nuevo coronavirus ha generado mucha incertidumbre a la población, y las madres que amamantan a sus hijos también se preguntan si la lactancia materna supone algún riesgo para su bebé y si deben dejar de hacerlo. Para aclarar todas tus dudas, veremos qué dicen las fuentes oficiales.

Desde los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), la agencia del Departamento de Salud de Estados Unidos, afirman que no disponen de información sobre resultados adversos en mujeres embarazadas con COVID-19, aunque señalan que en casos de infección con otros coronavirus (SARS-CoV y MERS-CoV) durante el embarazo se han observado abortos espontáneos y muerte fetal.

Además, un reciente estudio publicado en *The Lancet* sugiere que no existe evidencia de que el nuevo coronavirus pueda transmitirse de la madre al bebé por vía transplacentaria, ni que cause problemas graves a los recién nacidos pero, ¿qué ocurre con la lactancia materna? ¿Tiene riesgos para el bebé amamantado? ¿Se debe dejar de amamantar en el caso de que la madre padezca esta enfermedad? A continuación resolvemos las dudas al respecto.



## ¿SE DEBE INTERRUMPIR LA LACTANCIA MATERNA SI LA MADRE PADECE COVID-19?

Organizaciones como el Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría (AEPED), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF recuerdan que la lactancia materna es el patrón adecuado de alimentación infantil desde el nacimiento hasta al menos los dos años de vida. Lo es por sus propiedades a nivel nutricional, pero también por la evidencia actual en torno al papel de la lactancia a nivel inmunológico y de desarrollo

físico, cognitivo y emocional del bebé y del niño.

### LACTANCIA MATERNA Y CORONAVIRUS:

En el caso concreto del coronavirus, desde e-lactancia.org, la plataforma de referencia en consulta de compatibilidad de la lactancia materna en cuanto a enfermedades, tratamientos, medicamentos y otras sustancias, señalan que, según informan desde el CDC, no se ha detectado el coronavirus SARS-CoV-2 en la leche materna por lo que no se recomienda suspender de manera sistemática la lactancia materna: “teniendo en cuenta los benefi-

cios de la lactancia materna y el papel insignificante de la leche materna en la transmisión de otros virus respiratorios, la madre puede continuar amamantando”.

José María Paricio Talayero, pediatra y presidente de la Asociación para la Promoción e Investigación Científica y Cultural de la Lactancia Materna (APILAM), y fundador de e-lactancia.org, explica que la excepción sería que la madre estuviese grave y no pudiese físicamente amamantar. Aun así, el pediatra indica que si ella desea seguir amamantando, “habría que extraer leche para mantener la producción hasta que la enferma mejore. Esa leche ex-

traída se le puede administrar al lactante”.

### ¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL CORONAVIRUS AL LACTANTE?

Las madres que amamantan a sus hijos deben tomar todas las precauciones posibles para evitar transmitir el virus al bebé: lavarse las manos antes de tocarlo y usar una mascarilla, incluso mientras se amamanta, según la guía provisional sobre la lactancia materna para una madre confirmada o bajo sospecha para COVID-19 elaborada por los CDC.

Si se extrae leche materna con un extractor de leche manual o eléctrico, desde los CDC recomiendan que la madre se lave las manos antes de tocar el extractor y seguir las recomendaciones para una limpieza adecuada después de cada uso.

¿Debe preocuparse una madre que amamante de poder transmitir el virus si no presenta síntomas, pero sospecha que podría estar infectada? las madres en periodo de lactancia no deben preocuparse más allá de lo que se preocuparían de tener gripe, por lo que sería suficiente con mantener las medidas preventivas adecuadas.



## SUFRIR PREECLAMPSIA PUEDE AFECTAR A LA SALUD MENTAL DEL FUTURO BEBÉ

La preeclampsia es una complicación del embarazo que se caracteriza por una presión arterial elevada y proteinuria (o exceso de proteínas en la orina) en la mujer, que puede tener graves consecuencias como parto prematuro, restricción en el crecimiento intrauterino, o incluso la muerte de la madre y el bebé. Un estudio de la Universidad de Helsinki (Finlandia) ha descubierto que este problema de hipertensión durante la gestación también podría incrementar las probabilidades de que los hijos presenten algún trastorno mental más adelante.

La investigación, que se ha pu-

blicado en la revista *Hypertension*, se realizó gracias a 4.743 parejas de madres e hijos de Finlandia, y encontró una asociación entre los problemas de hipertensión en el embarazo —como hipertensión gestacional, hipertensión crónica, preeclampsia y eclampsia— y un mayor riesgo de alteraciones mentales infantiles, como trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

En concreto, los investigadores observaron que cuando las embarazadas habían sufrido preeclampsia, sus hijos tenían un 66% más riesgo de desarrollar trastornos mentales, mientras que en el ca-

so de preeclampsia grave el riesgo de que sus descendientes tuvieran problemas mentales se duplicaba.

Marius Lahti-Pulkkinen, uno de los investigadores, ha declarado que aunque existían estudios anteriores que indicaban una relación entre la preeclampsia y el TDAH, el trastorno del espectro autista (TEA) y la esquizofrenia en los hijos, el nuevo trabajo también incluye que los efectos predisponentes se extendieron a cualquier trastorno psicológico de la descendencia.

Otro de los hallazgos es que el sobrepeso u obesidad y la diabe-

tes durante el embarazo, aumentaban la incidencia de trastornos mentales en los hijos, que pasaban de un 6,6% en aquellos cuyas madres no padecían ninguno de estos problemas de salud, a un 22,2% en los casos en los que las mujeres presentaban las tres condiciones anteriores.

En base a todos estos resultados, los autores creen que son necesarias las intervenciones preventivas y los tratamientos para estos trastornos hipertensivos durante el embarazo, lo que podría mejorar el bienestar tanto de la madre, como de la descendencia.

**WEBCONSULTAS**



### Mango: mejora tu salud digestiva y del corazón

Los mangos son una excelente opción cuando se trata de paliar problemas de indigestión. Las enzimas digestivas que contiene esta fruta ayudan a promover la digestión natural y la hacen más eficiente.

Al ser rico en ingredientes bioactivos como ésteres, terpenos y aldehídos, contribuye a mejorar el apetito y también la función del sistema digestivo. Por esto, resulta una buena alternativa en la dieta de los niños.

Mejora la salud del corazón, los mangos tienen altas cantidades de pectina, una fibra dietética soluble que contribuye eficazmente a bajar los niveles de grasas en la sangre, tal y como afirma un estudio realizado por la Universidad Estadual do Mato Grosso do Sul (Brasil).

El mango, al igual que otras frutas, es considerado básico para la preparación de medicinas artesanales dentro de las comunidades indígenas de varios países tropicales.

**MEJOR CON SALUD**

## Consejos para controlar el hambre emocional

A veces comemos por aburrimiento, por tristeza, por estrés o ansiedad. Es lo que se conoce como hambre emocional, que nos empuja a comer al confundir los sentimientos con el apetito sin ser conscientes de ello. El hambre emocional ocurre por lo general en períodos en los que la persona está hipersensible y presenta cuadros de ansiedad. Para no entrar en él y controlarlo de la mejor manera posible ofrecemos estos interesantes consejos:

\*Lo primero y más importante es pedir ayuda a un profesional cuando nos damos cuenta de que por nosotros mismos no nos es posible el control.

\*Es recomendable tener un plan de comidas planificado, cinco o seis al día, para evitar de esta forma los excesos y las tentaciones.

\*Otro aspecto importante son las dietas. En vez de recurrir a ellas, con todas las prohibiciones que conllevan, propone ingerir solo alimentos sin procesar, y que sean de temporada. En este sentido sería interesante el aumento del consumo de alimentos como las verduras y las frutas, los frutos secos, las legumbres, el arroz, la pasta o los panes integrales.

\*Totalmente desaconsejada la ingesta de alimentos industriales y procesados, siendo aconsejable reducir al máximo el consumo de azúcar.

\*Introducir en nuestra dieta alimentos que contengan triptófano como el huevo, los lácteos, los cereales integrales, los dátiles, el pollo, las legumbres, los plátanos y las almendras, entre muchos otros. El triptófano es un aminoácido esencial que promueve la liberación de serotonina, neurotransmisor involucrado en la regulación del sueño y el bienestar. La falta de triptófano, por tanto, puede causar ansiedad, insomnio y estrés.

\*Realizar deporte también es muy importante porque al hacerlo segregamos endorfinas y serotonina, fundamentales para sentir bienestar y paz interior. **WEBCONSULTAS**



# LA RESPUESTA AL ESTRÉS: ENTENDER Y REDUCIR SUS EFECTOS EN LA SALUD

Por el Dr. Kent Bradley, Director de Salud y Nutrición

¿Sabía que nuestro cuerpo no diferencia entre las fuentes de estrés, sino que solo responde ante el estrés? Por eso, si el estrés se debe a un hecho real o tan solo a un pensamiento, el cuerpo puede reaccionar de la misma forma. Ahora bien, en estos tiempos tan inciertos, el estrés puede tener un enorme impacto en nuestro cuerpo.

## ENTONCES, ¿QUÉ ES LA “RESPUESTA AL ESTRÉS” Y POR QUÉ LA EXPERIMENTAMOS?

En pocas palabras, es para nuestra propia supervivencia. Es decir, estamos programados para sobrevivir y nuestra mente se encuentra en constante estado de alerta frente a las amenazas. Algunos lo denominan reacción de “lucha o huida”. Creo que todos sabemos qué se siente: aumento repentino de la frecuencia cardíaca, quizás aceleración de la respiración. Todo apunta a preparar el cuerpo con el oxígeno necesario para actuar de inmediato. Detrás de esto, existe un aluvión de hormonas que estimula las acciones del cuerpo y, al mismo tiempo, afecta otros aspectos de nuestra salud.

Aumenta la circulación de adrenalina, conocida como epinefrina, que activa nuestra frecuencia cardíaca, pero también estimula la liberación de glucosa y grasa de los depósitos de almacenamiento como fuente de combustible. Si no se controla, se produce una segunda respuesta, que provoca la liberación de cortisol al torrente sanguíneo. El cortisol aumenta la cantidad de glucosa en el torrente sanguíneo y puede estimular el hambre, lo cual puede llevarnos a ingerir más calorías de las que realmente necesitamos y favorecer el sobrepeso o la obesidad.

## ¿QUÉ SIGNIFICA TODO ESTO ANTE EL ESTRÉS QUE NOS CAUSA LA PREOCUPACIÓN POR EL COVID-19?

El estrés agudo puede ser beneficioso y perjudicial a la vez para nuestro cuerpo. Puede ser beneficioso, porque nos obliga a mantenernos atentos para protegernos y proteger a nuestros seres queridos.

Puede ser perjudicial, porque aumenta la presión sanguínea y acelera la frecuencia cardíaca y, en personas con enfermedad cardiovascular preexistente puede provocar un ataque cardíaco o ACV.

Sin embargo, lo más preocupante es el estado de estrés crónico, como el que experimentan muchas personas en este momento de incertidumbre. En este estado, el cuerpo está constantemente en alerta, lo que provoca un aumento en la presión sanguínea y el peso, ambos factores de riesgo para la enfermedad cardiovascular. Además, sabemos que el cortisol reduce la producción de nuestras células inmunoprotectoras, conocidas como linfocitos. Si bien en la fase aguda podemos observar un verdadero aumento de estas células, a medida que avanzamos a un estado de estrés más crónico, la liberación de cortisol produce una disminución de los linfocitos, que puede afectarnos a la hora de combatir efectivamente las infecciones.

## SUPERAR LA “RESPUESTA AL ESTRÉS”

Entonces, nuestra percepción de la amenaza crea una cascada denominada respuesta al estrés. Esa respuesta es natural, si existe una amenaza real y si es momentánea. Sin embargo, si no se controla bien, esta cascada de estrés puede afectar negativamente nuestra salud debido al posible impacto en el peso y la presión sanguínea.

Con algunas prácticas simples, podemos lograr reducir el estrés y mejorar nuestra salud. Las llamo mis 6 “R” (en inglés).

**1. Reposar** - En primer lugar, ¡duerma bien! El descanso adecuado es sumamente beneficioso para calmar la respuesta al estrés.

**2. Relajación** - Respiración profunda, a través de ejercicios de meditación o yoga. ¡La clave es la respiración intencionalmente lenta y profunda!

**3. Recreación** - Manténgase activo durante el distanciamiento social, aunque sea caminando dentro de su casa, o leyendo un libro (algo que disfrute hacer). ¡Tomarse un

tiempo para hacer algo que disfruta y que incluya algún tipo de actividad (física o mental) es beneficioso!

**4. Relaciones** - Mantenerse conectado es muy importante. Estamos programados para vivir en comunidad. Podemos estar físicamente aislados, pero eso no significa que perdamos nuestra conexión con los demás. Las llamadas telefónicas o las videollamadas pueden ser una excelente forma de mantenernos conectados.

**5. Rutina** - Sí, en medio del cambio, ¿por qué agregar otro más? Mantenga la consistencia. Ahora debe trabajar desde casa. Entonces, levántese a la misma hora, arme una oficina y trabaje como lo haría habitualmente.

**6. Reformular** - Vuelva a analizar el estrés percibido para dejar de considerarlo una amenaza. Quizás necesite la ayuda de un coach que



lo oriente en la práctica de identificar, en primer lugar, por qué algo es percibido como una amenaza para luego ponerlo en un contexto beneficioso.

Controlar el estrés es un componente crítico. También creemos en el poder de la comunidad y en la importancia de un coach que lo acompañe en el camino para mejorar la salud.

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

SERVICIO A DOMICILIO

Reino Botánico @reino\_botanico

# BEBIDAS QUE PUEDEN AYUDARTE A DORMIR MEJOR

Las personas que no pueden dormir bien suelen recurrir en ocasiones a medicación. Sin embargo, ese tipo de pastillas pueden causar adicción e incluso otros problemas a largo plazo, como el síndrome de abstinencia.

Con la cuarentena por el coronavirus, vivimos una situación extraña, preocupados por las noticias que llegan cada día inundando nuestra cabeza de cifras negativas, encerrados en casa desde hace semanas, sin ver a nuestros familiares, muchos con los trabajos perdiendo de un hilo... situaciones que a muchos les quita el sueño. Por esta razón, una alternativa pueden ser algunas bebidas e infusiones que podrían ayudarte a descansar mejor. Te contamos cuáles son y por qué pueden ayudarte a conciliar el sueño.

## INFUSIÓN DE PASIFLORA

Ya era apreciada por los aztecas y los incas por su poder para combatir el insomnio. Tomar esta bebida dos o tres veces al día te puede provocar un efecto sedante que ayuda a favorecer y prolongar el sueño, además de reducir la ansiedad y los trastornos nerviosos.

Contraindicaciones: esta bebida debe evitarse durante el embarazo y la lactancia, pues su contenido en alcaloides puede provocar la contracción involuntaria del útero. Además, los niños menores de seis años tampoco deberían tomarla.

## MANZANILLA

Es un clásico de las abuelas, sirve para mejorar las digestiones y reducir las náuseas y vómitos, pero también está indicada para los casos de insomnio, ansiedad y depresión. Las infusiones de manzanilla relajan los músculos y esto hace que sea más fácil tener un sueño reparador.

Contraindicaciones: aunque no se han notificado efectos secundarios graves de tomar manzanilla, sí que las personas que son sensibles a algunas plantas como crisantemos, caléndulas o margaritas pueden presentar dermatitis de contacto en la piel si entran en contacto con la manzanilla.

## VALERIANA

Ayuda a relajar el sistema nervioso central, disminuyendo los síntomas del estrés y de la ansiedad. Algunos estudios han corroborado los efectos beneficiosos de la valeriana para combatir el insomnio.

Contraindicaciones: la principal es que si se mezcla con alcohol puede incrementarse su poder de somnolencia de una manera peligrosa, por eso se desaconseja totalmente su mezcla, al igual que con otros medicamentos sedantes. Este tipo de infusión está desaconsejada en mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, así como en menores de tres años.

## LECHE CALIENTE

La leche caliente por la noche es un recuerdo propio de la infancia, cuando nos la tomábamos y caíamos rendidos en la cama. En la edad adulta también podría ser un ritual beneficioso para dormir bien. La leche caliente es la bebida más recomendable para mejorar el descanso, pues "su temperatura puede favorecer la activación de nuestro sistema nervioso parasimpático".

Contraindicaciones: no existen

Tomar pasiflora provoca un efecto sedante.



Está desaconsejada durante el embarazo y lactancia por su contenido de alcaloides.

Contraindicaciones del consumo de leche, excepto para las personas que tienen problemas de intolerancia a la lactosa.

## TISANA CON AMAPOLA DE CALIFORNIA

Las infusiones con esta flor se pueden utilizar para el alivio de los síntomas leves de tensión nerviosa y para ayudar a la conciliación del sueño, pues tienen un efecto relajante y sedante en aquel que lo consume tanto como bebida como por comprimidos. Las infusiones con la amapola de California las pueden tomar tanto niños como adultos o personas mayores.

Contraindicaciones: recomiendan no excederse en su consumo porque puede causar vómitos derivados de su intenso sabor amargo.



La amapola de California ayuda a conciliar el sueño.



La manzanilla es un clásico de las abuelas.



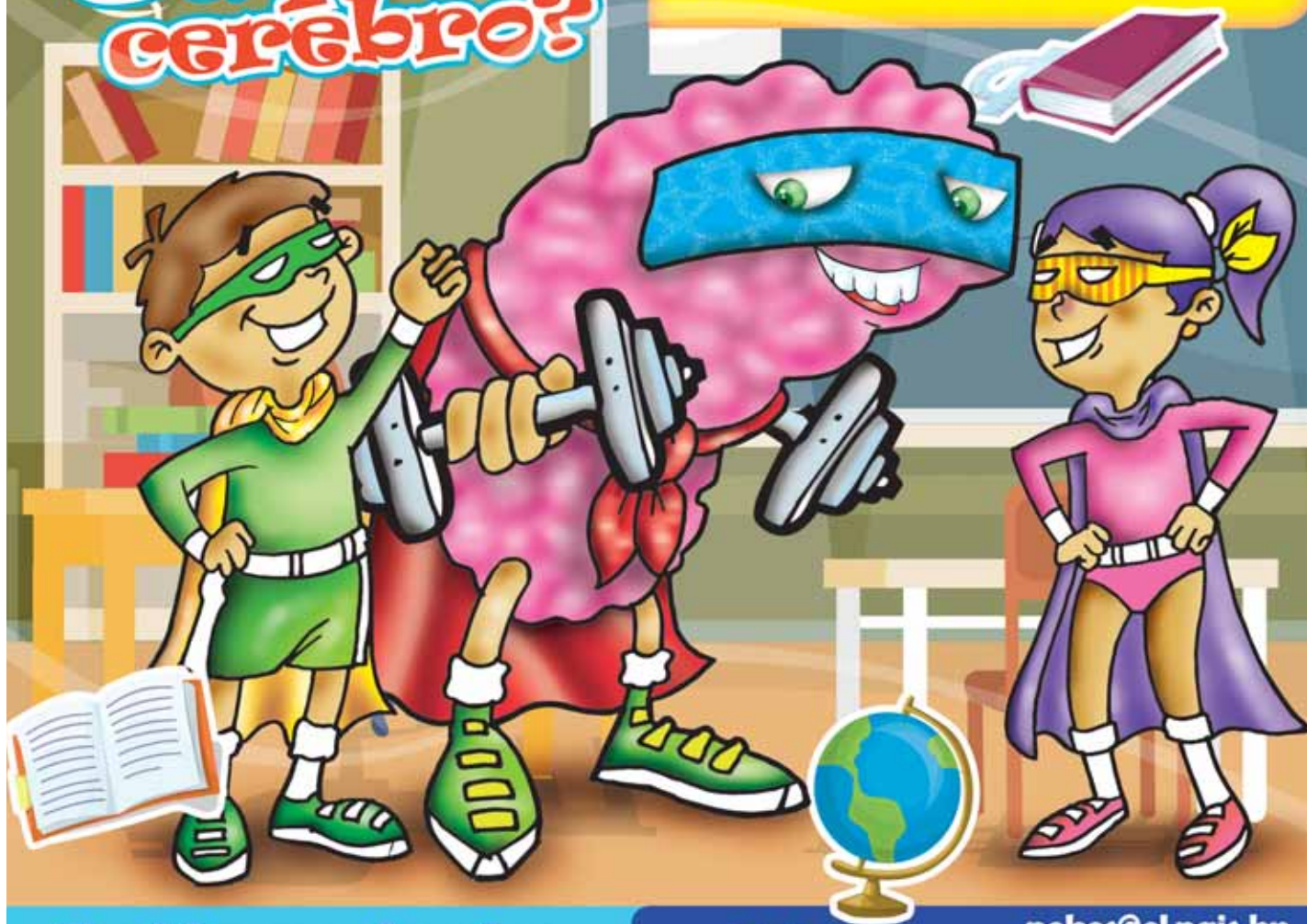
La valeriana combate el insomnio.



Tomar leche caliente en la noche mejora el descanso.

## ¿Quién quiere tener un súper cerebro?

Así como puedes aumentar tus músculos haciendo mucho ejercicio, también puedes aumentar el poder de tu cerebro leyendo y estudiando. Tu cerebro es como una computadora esperando información y estudio para desarrollar su capacidad.



### Ejercicios para el cerebro

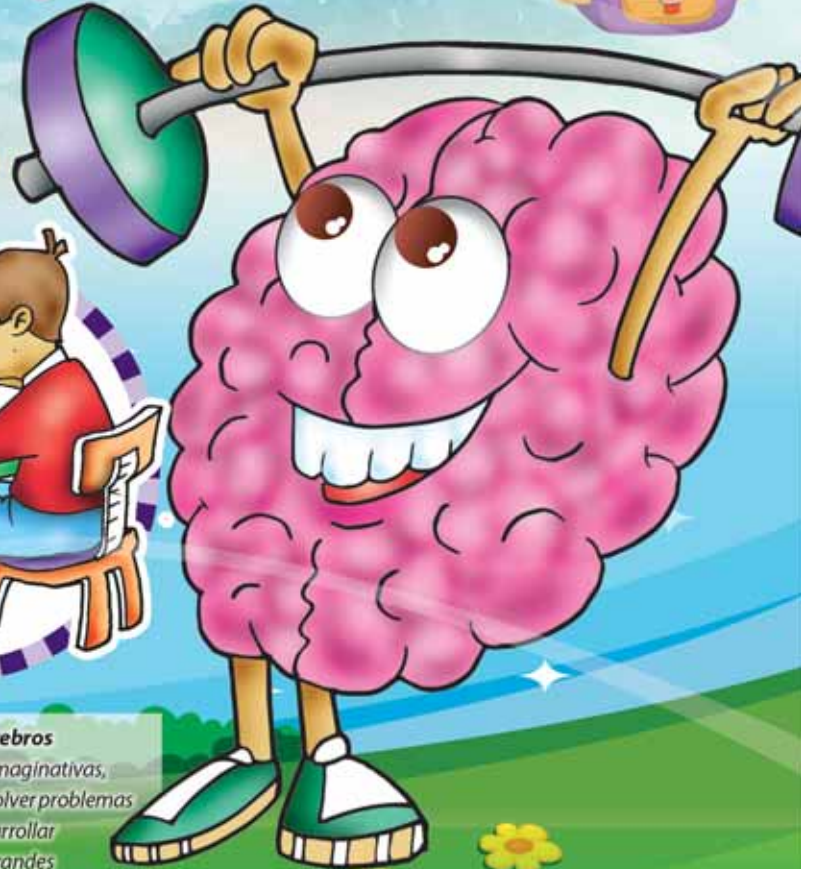
Encierra en un círculo las cosas que aumentan la capacidad de tu cerebro.



pekes@el pais.hn

# PeKES Ejercita tu cerebro

Ya sabemos que alguna vez habrás pensado que recibir clases es aburrido o agotador pero ¿que crees que piensan los grandes atletas que ganan cuando tienen que entrenar todos los días?  
Seguro que alguna vez también han pensado en lo aburrido que es sacrificarse así todo el tiempo, pero cuando se ven los resultados, todo cambia, es evidente que el entrenamiento los hace más fuerte para ir a competir.



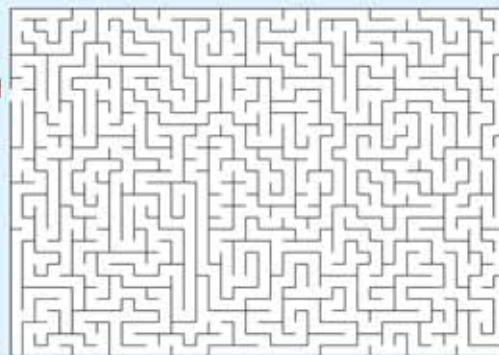
**La escuela y el colegio son iguales,** son los lugares donde unos profesores que saben mucho te exigen lo mejor para que tu cerebro se vaya entrenando y fortaleciendo.  
Estudiar, leer y analizar es como el ejercicio de levantar pesas, los conocimientos y las destrezas son los músculos que tu cerebro desarrolla, y tu capacidad para resolver problemas o aportar grandes ideas es como la capacidad del atleta para correr rápido o levantar un gran peso.

**Las personas son cerebros poderosos** son más imaginativas, más capaces para resolver problemas y más capaces de desarrollar ideas fabulosas. Las grandes personalidades de la ciencia, la política, las artes o los negocios han sido y son personas con cerebros poderosos porque los han ejercitado.

**Ejercita el tuyo también. Para eso vas a la escuela o al colegio.**

## Alcanza el éxito a través del estudio

Estos compañeritos se han preparado mucho y es hora de que usen sus cerebros para alcanzar el éxito, cruza también este laberinto y llega al otro extremo.



# Pinta los dinosaurios

Lee las descripciones de cada dinosaurio y luego dales color a los tres.

Aunque la palabra dinosaurio significa "lagarto terrible", el nombre es un poco engañoso, ya que los dinosaurios no son lagartos. En cambio, representan un grupo separado de reptiles que, como muchas formas extintas, no muestran características tradicionalmente vistas como propias de un reptil.

## Tiranosaurios rex

Se dice que el tiranosaurio rex era el animal más feroz y fuerte que existió en toda la historia, tenía una cola larga, rígida y puntiaguda que utilizaba como contrapeso para su enorme cabeza. Llegaba hasta los 5 ó 6 metros de altura, el cuello era grueso, musculoso y corto, sus brazos eran muy cortitos.

Píntalo de café



## Tricerátops

Los tricerátops medían hasta 9 metros de largo y 3 metros de altura. Comían hierbas y vegetales, eran recios y voluminosos y se movían sobre sus cuatro gruesas patas. La boca recuerda a un pico de loro. Gracias a los tres cuernos ubicados en su cabeza, podía defenderse aún si se trataba de un ataque de un T-Rex.

Píntalo de gris



## Apatosaurios

Los apatosaurios, conocidos popularmente como brontosaurios, eran algunos de los animales más grandes de la tierra; tenían cerca de 4,5 m de alto hasta las caderas, una longitud total de 25 metros. La vértebra y los huesos en las piernas eran grandes y pesados y tenían el cuello y la cola largos. Si un depredador les atacaba, podían defenderse azotando su cola de lado a lado, o pisando sobre su depredador.

Píntalo de morado





# Un mundo de niños fuertes

Hoy en Peke's te damos algunos datos y consejos para que lleves una sana nutrición y te sientas más feliz y activo que nunca. Recuerda: una vida sana no tiene precio.

En la figura del círculo se puede ver los grupos de alimentos. Cada uno de los grupos está representado por colores diferentes, indicando que los elementos incluidos en cada uno deben de consumirse en cantidades diferentes, según las recomendaciones nutricionales para las personas. Los tonos rojos representan de poco consumo, los de color naranja son casi iguales de poco consumo, los que son de color verde y amarillo son comidas más saludables y es por eso que se pueden consumir todos los días.

Los alimentos de cada uno de los grupos deben consumirse diariamente para lograr una alimentación saludable.

Pan y féculas 6 raciones al día.  
Cereales, pasta, arroz y plátano 6 raciones al día.

Mantequilla, embutidos, aceite de oliva y otros alimentos grasos 2-4 raciones semanales.

Pollo, frutos secos, pescado y huevos 1 ración diaria.

Leche y derivados lácteos 3-4 raciones diarias.

Frutas 3-5 raciones diarias.

Verduras 3-5 raciones diarias.



# MUNDO SOCIAL

## Peinados para cabello corto que te quitarán el calor

La temporada de calor ha llegado oficialmente y las altas temperaturas nos obligan a recoger nuestro cabello de vez en cuando. Sin embargo, ya estamos cansadas de las colas o los chongos altos, especialmente porque no todas tenemos el cabello tan largo o de un tamaño mediano.

Afortunadamente siempre hay nuevas ideas para atarlo y vernos fabulosas. Aquí están estos peinados para cabello corto que te harán disfrutar de la época de calor. [Okchicas.com](http://Okchicas.com)



**El cabello corto con ondas se ve hermoso.**

Puedes optar por elaborar unas ondas en tu corta melena.



**Recuerda que los lazos le dan un toque chic a tu cabello.**

Si quieres verte sofisticada aún con un cabello corto.



**Dos trencitas para que el cabello no se vaya a la cara.**

Las trenzas se notan más de esta manera.



**Una media cola sencilla como la de Kendall Jenner.**

La socialité y modelo Kendall Jenner ha puesto de moda el cabello corto.



**Los accesorios te harán lucir muy femenina.**

Una diadema o sujetadores con perlas se verán muy femeninos en tu cabello.



**Sí, puedes usar trenzas de boxeadora.**

Hay diferentes peinados con trenzas que se ven mucho mejor con la melena corta.



**Este tipo de diadema jamás pasará de moda.**

A pesar de tener el cabello corto, puedes lucir lindos peinados.

**Simple pero muy hermoso.**

Dicen que menos es más, lo mismo resulta con tu cabello, solo tienes que recoger tu cabello de ambos lados y sujetarlo detrás de tus orejas para elaborar un peinado sencillo pero hermoso.



# ¡YA!

CELEBRIDADES Y MUCHO MÁS

## Mick Jagger le responde a Paul McCartney

**LONDRES, INGLATERRA.-** Mick Jagger ha respondido a la reciente afirmación de Paul McCartney, quien dijo que su vieja banda, los Beatles, “fueron mejores que los Rolling Stones”.

En una entrevista con Zane Lowe en Apple Music para promocionar el regreso de los Stones, Jagger fue preguntado por los comentarios de su viejo amigo y no dudó en lanzar la réplica.

“Esto es muy divertido. Él es adorable. Obviamente no hay competición”, contesta un Jagger siempre sonriente y que no iba a quedarse tan solo en eso.

Así que añade: “La gran diferencia, sin embargo, un poco en serio, es que los Rolling Stones es una gran banda de conciertos en otras décadas y otras áreas, mientras los Beatles ni siquiera hicieron una gira por pabellones o

un Madison Square Garden con un sistema de sonido decente”

“Ellos rompieron antes de que empezara realmente el negocio de las giras. Esto empezó en 1969 y los Beatles

nunca lo experimentaron. Ellos hicieron un gran concierto, yo estuve allí, en el Shea Stadium. Hicieron ese concierto de estadio”, argumenta. Continúa entonces Jagger remarcando que su banda siguió adelante y empezaron a hacer conciertos de estadio en los setenta y aún siguen haciéndolos ahora: “Esta es la mano y real diferencia entre estas dos bandas. Una es increíblemente afortunada de seguir tocando en estadios y la otra no existe”. **DPA**



El multifacético Mick Jagger integrante de The Rolling Stones.

### DEBE SABER

La famosa banda británica de rock impresionó a los millones de fanáticos del rock al estrenar su nuevo sencillo “Living in a Ghost Town” después de 8 años de ausencia en la música.

### JENCARLOS CANELA REGRESA A NETFLIX

**MIAMI, ESTADOS UNIDOS.-** El artista estadounidense Jencarlos Canela reveló a Efe que ya está grabada la segunda temporada de “The Expanding Universe of Ashley Garcia”, la serie de Netflix en la que interpreta a Víctor, y que cuenta la historia de una adolescente latina genio, que vive con su tío mientras trabaja en un laboratorio de robótica. “Estuvimos varios días entre las diez más vistas de Netflix en Estados Unidos



y hasta nos invitaron para a hacer un ‘crossover’ pero en el momento en íbamos a comenzar a grabar estalló la pandemia”, indicó Canela. **EFE**

### POSPUESTAS TODAS LAS SECUELAS DE SPIDER-MAN

**LOS ÁNGELES, ESTADOS UNIDOS.-** Los estudios Sony Pictures aplazaron los estrenos de todas las películas de la franquicia Spider Man, incluida la continuación de “Spider-Man: Far from Home” (2019) que protagonizará de nuevo Tom Holland.

Con este movimiento, la tercera entrega de la nueva saga del superhéroe arácnido se estrenará el 5 de noviembre de 2021, en lugar de julio de ese mismo año como estaba previsto inicialmente tras un acuerdo entre Disney y Sony. Esta película, de la que se conocen muy pocos detalles y no tiene título oficial, estuvo a punto de cancelarse después de que Disney, propietaria de Marvel Studios, y Sony Pictures, que tiene los derechos de Spider-Man, rompieran su acuerdo de colaboración.



Fue el propio Holland quien medió entre ambos estudios para sacar adelante un proyecto que ha encontrado en la pandemia por COVID-19 su nuevo obstáculo. Por su parte, también se ha pospuesto el estreno de la secuela de “Spider-Man: Into the Spider-Verse” (2018), otra película sobre el superhéroe pero de dibujos animados. La continuación animada no llegará hasta que pasen más de dos años, en octubre de 2022. **EFE**

### Silvia Pinal se recupera tras cirugía

**MÉXICO.-** La actriz mexicana Silvia Pinal, una de las últimas actrices vivas de la Época de Oro del cine mexicano (1933-1964), se recupera de manera satisfactoria tras superar una cirugía por una fractura de cadera, informó su familia.

“Gracias a Dios, mi mami salió bien de la operación. La operación fue un éxito”, informó su hija, la también actriz Sylvia Pasquel en un mensaje en su cuenta oficial de Twitter.

La diva del cine mexicano fue ingresada de emergencia en un hospital de la Ciudad de México tras haber sufrido una caída en su casa. “¿No tengo palabras para agradecer su cariño, apoyo



y solidaridad! Con el corazón en la mano mi familia y yo les decimos: #MilGracias ¡Tenemos #SilviaPinal para rato”, aseguró Sylvia Pasquel. **EFE**

# FINANCIERO



José Benítez, viceministro de la SAG, dijo que la entrega del insumo se iniciará la próxima semana.

## INFORMA LA SAG:

### MÁS DE 90 MIL CAFETALEROS RECIBIRÁN L300 MILLONES EN BONO

**TEGUCIGALPA.** El Gobierno apoyará con unos 300 millones de lempiras en bono cafetalero a 91,462 productores a fin de fortalecer el programa de fertilización.

José Benítez, viceministro de la Secretaría de Agricultura y Ganadería (SAG) dijo que “estamos muy contentos” de informar a los amigos productores de café que gracias a la iniciativa del presidente Juan Orlando Hernández se ha dado cumplimiento al PCM 30-2020.

En el documento se declara prioridad nacional el apoyo al sector alimenticio y a la agroindustria alimentaria, dijo.

Eso permitió a la SAG poder incrementar el bono que consiste en apoyar con 300 millones de

lempiras en fertilizantes, a unos 91,462 productores que representan el 87% del total de los caficultores nacionales, sostuvo.

De igual manera, se beneficiarán a 457,310 personas en 15 de los 18 departamentos del país, señaló el funcionario.

El programa cubre 292 municipios de los 298 que tiene Honduras, agregó.

“Con esto, estamos beneficiando al 56% del parque total cafetero, lo que significa un apoyo de manera directa a 161,489 manzanas de café”, destacó Benítez.

#### ENTREGA

La entrega del bono se iniciará a finales de la próxima semana, por lo que ya se están haciendo las alianzas con el Instituto Hondureño

## 161,489

#### MANZANAS DE CAFÉ

serán beneficiadas con el fertilizante.

ño del Café (Ihcafé) a fin de poder coordinar de manera efectiva la distribución del fertilizante a cada uno de los beneficiados, enfatizó.

Recalcó que los destinatarios del bono son los pequeños y medianos caficultores que han registrado cosechas únicamente en el Ihcafé con cantidades de hasta 350 quintales.

Los fertilizantes contienen una fórmula cafetalera especial que permitirá “aumentar la producción y, por ende, un mayor beneficio económico para ese sector”, concluyó.



## LO MÁS COMENTADO

Mediante un acuerdo ministerial autoridades congelaron los precios de 30 productos de la canasta básica en mercaditos y pulperías de Honduras. El que no cumpla con las referidas disposiciones será sancionado conforme a ley.



Ambos países acordaron la medida el pasado 20 de marzo.

### L2,000 mensuales darán a locatarios que perdieron todo

**TEGUCIGALPA.** El director del Programa Presidencial Crédito Solidario, Carlos Gunther Laínez, anunció que el Gobierno entregará un auxilio de 2,000 lempiras mensuales a cada uno de los 800 locatarios que resultaron afectados por el pavoroso incendio que consumió sus puestos de venta.

Un feroz incendio se desató en la madrugada del pasado viernes en el mercado Colón, de Comayagüela, y consumió unos 800 puestos comerciales.

En esos locales ubicados en la quinta avenida se vendía ropa, zapatos, artículos de madera e incluso había hasta comedores había. Casi todo quedó en cenizas.

La rápida acción del Cuerpo de Bomberos impidió que las llamas se extendieran a otros negocios de la zona, con lo que la tragedia habría sido mayor.

Gunther Laínez dijo que, con “instrucciones del presidente Juan Orlando Hernández, procedimos a atender de manera inmediata a todos los



“Los estamos apoyando y los vamos a apoyar para que vuelvan a reactivar sus comercios”.

Carlos Gunther Laínez.

locatarios que lamentablemente sufrieron este incendio”.

Se atenderá de manera integral a todos los afectados, pues el mensaje del mandatario es decirles “que no están solos”, aseguró el funcionario.

#### ALIMENTOS

En primera instancia, se procedió a asegurar el tema de alimentos, por parte del programa y para ello se les entregó la bolsa solidaria, comentó.

También se hace el levantamiento de cada uno de ellos, para proporcionarles por lo menos un ingreso de 2,000 lempiras mensuales a cada vendedor para que cubran sus necesidades básicas, precisó.



### A partir de hoy, cae de nuevo precio de combustibles

**TEGUCIGALPA.** La Secretaría de Energía oficializó una nueva rebaja en el precio de la mayoría de los combustibles en vigencia desde hoy lunes 27 de abril al 4 de mayo.

Para el caso, en la capital, el galón de la gasolina superior, que se cotiza en L. 66.92 experimentará una rebaja de L. 0.30.

De manera, que el nuevo costo de la superior será de L. 66.62

en la capital y L. 64.65, en San Pedro Sula. Además, el precio del galón de la gasolina regular que es de L. 59.27, recibirá un aumento de L. 0.27. En ese sentido, la regular llegará a costar desde el lunes L. 59.54 en Tegucigalpa y L. 57.53 en San Pedro Sula.

Por su parte, la rebaja en el precio del galón de diésel será de L. 1.17, de manera, que podrá ser adquirido en L. 57.99 en el área del

Distrito Central (DC) y L. 55.87 en San Pedro Sula.

Asimismo, la reducción en el galón de kerosene será de L. 0.64. Por lo que de L. 35.01, que es su costo actual, pasará a L. 34.37 en las estaciones de servicio capitalinas y L. 32.32 en San Pedro Sula.

Un aumento de L. 0.50, se aplicará al galón de gas LPG vehicular que se cotiza en la actualidad en L. 32.55. Su nuevo precio será

de L. 33.05 en la capital y L. 29.45 en San Pedro Sula.

Mientras tanto, el cilindro de gas LPG doméstico, de 25 libras, mantendrá su valor de L. 230.83 en Tegucigalpa y de L. 209.68 en San Pedro Sula, en este mes de abril.

También subieron las existencias de gasolina en 1 millón de barriles, y los destilados, que incluyen el diésel, en 7.9 millones de barriles.

# EL PAÍS / DIGITAL

TECH  
News



## LG PRESENTARÁ SU 'SMARTPHONE' DE GAMA MEDIA VELVET

LG ha puesto fecha a la llegada de su próxima serie de 'smartphones' de gama media, LG Velvet, que se presentará en un evento digital celebrado en Corea del Sur el 7 de mayo.

Este terminal de gama media, que según adelantó la compañía funcionará con el procesador Snapdragon 765 y tendrá soporte para 5G, tendrá un diseño caracterizado por el cristal curvo en la pantalla y la parte trasera y la cámara trasera triple con módulos circulares alineados en vertical con forma de gotas de agua cayendo.

Ahora, la compañía surcoreana ha convocado a través de una invitación en video un evento de presentación digital que tendrá lugar en su Corea del Sur original el 7 de mayo a las 10 de la mañana en hora local, las 3 de la madrugada en horario español peninsular. En el video se hace referencia, a través de los módulos circulares de cámara y el flash también circular, a los cuatro colores en que se encontrará disponible la serie Velvet: blanco 'aurora white', negro, azul verdoso y rojo o rosa, todos ellos con reflejos.

LG ha decidido con esta gama

Velvet modificar su estrategia habitual no solo con un mayor énfasis en el diseño, sino también con un cambio de denominación, que abandonó los nombres alfanuméricos como los de sus familias actuales V, G, Q y K. De hecho, si algo conocemos del LG Velvet es su diseño, al verlo en bocetos, videos y las habituales filtraciones. La trasera tiene ese reflejo colorido que hemos visto en muchos móviles de 2019 (recordando bastante al Realme 6 o al Samsung Galaxy Note 10) y curvas, muchas curvas repartidas entre esta parte y la frontal. **DPA**



### Messenger Kids se extiende a 70 nuevos países

Messenger Kids está disponible desde este martes en más de 70 nuevos países, una ampliación que se ha acompañado con nuevas opciones para que los niños puedan conectar con más amigos sin el control de los padres.

La aplicación de mensajería para menores de 13 años de Facebook apareció en 2017 en Estados Unidos. Este martes, la compañía lo ha extendido a nuevos países, más de 70 como indica en un comunicado, principalmente de América Latina y Asia-Pacífico.

Asimismo, la compañía ha incluido tres nuevas opciones para que los niños lo tengan más fácil a la hora de conectar con nuevos amigos. Hasta ahora,

correspondía a los padres enviar invitaciones y aprobar las que recibían sus hijos, pero ahora éstos también van a poder aceptar, rechazar, añadir o eliminar contactos.

Se trata de la función 'Supervised Friending', en la que los padres mantienen la capacidad de anular cualquier aprobación de nuevos contactos, pero con la que los menores adquieren una mayor independencia en el proceso.

Los padres, además, recibirán una notificación cada vez que sus hijos envíen una petición de amistad, y podrán cancelar cualquier conexión nueva que hayan hecho. Todo se puede gestionar a través del Panel de Padres.

 **Banco  
Atlántida**

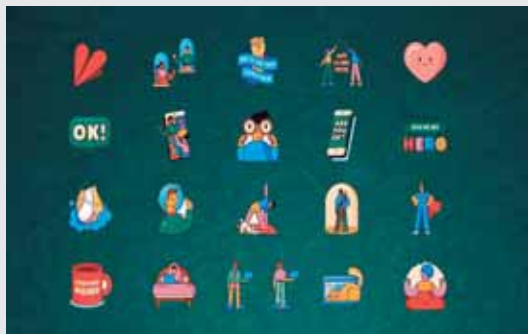
Imagina.  
Cree.  
Triunfa.



## Telegram alcanza los 400 millones de usuarios



El servicio de mensajería Telegram tiene ya 400 millones de usuarios al mes en todo el mundo, cien más que hace un año, un hito que ha acompañado de mejoras en su aplicaciones para Android y MacOS. Hace un año, la aplicación contaba con 300 millones de usuario y tras siete años desde su lanzamiento, 1,5 millones de usuarios se registran cada día en ella, que se ha convertido en la app de redes sociales más destacada en más de 20 países. La situación de confinamiento por la pandemia de coronavirus ha contribuido a que Telegram alcance los 400 millones de usuarios al mes, como informa la compañía en un comunicado publicado en su blog, en el que adelanta que están trabajando en las videollamadas grupales seguras para este 2020. **DPA**



## WhatsApp y la OMS lanzan nuevos stickers por coronavirus

La app de mensajería WhatsApp y la Organización Mundial de la Salud (OMS) presentaron este martes un nuevo paquete de stickers llamado "Juntos en casa", el cual tiene el objetivo de expresar "varios de los momentos y emociones por los que todos estamos pasando actualmente". A través de un comunicado, ambas organizaciones señalaron que los stickers están disponibles en 10 idiomas: árabe, alemán, español, francés, indonesio, inglés, italiano, portugués, ruso y turco. El idioma se determinará automáticamente según el código del país del número de

teléfono. Asimismo este paquete de stickers fue diseñado de forma divertida, con la finalidad de honrar a los profesionales de la salud. "Esperamos que la gente disfrute usar estos stickers para comunicarse con sus seres queridos, en particular con aquellos que se sienten aislados, solos y asustados. Este paquete ofrece formas creativas para recordarles a las personas que se laven las manos, mantengan su distancia, hagan ejercicio y, lo que es más importante, celebren a los héroes médicos y a otros héroes personales.

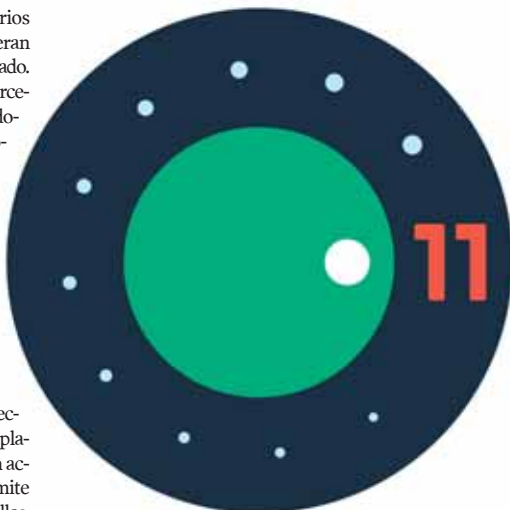
## Android 11 permitirá minimizar las notificaciones permanentes

La próxima versión de sistema operativo móvil de Google, Android 11, permitirá que los usuarios descarten las notificaciones que hasta ahora eran permanentes y las minimicen en un nuevo apartado.

Google comenzó a distribuir este jueves la tercera versión de la versión previa para desarrolladores de Android 11, con el objetivo de que los programadores de aplicaciones puedan ir adaptando su 'software' al nuevo sistema operativo antes de su lanzamiento, previsto para el tercer trimestre de 2020.

En esta nueva versión del sistema para desarrolladores, Android 11 permite que los usuarios minimicen cualquier notificación, incluso de algunas de aplicaciones de Bluetooth que hasta ahora eran permanentes, según ha advertido Google.

En su lugar, Android 11 introduce una nueva sección titulada 'aplicaciones activas en segundo plano' en la que aparece una lista de las 'apps' con acceso a las notificaciones permanentes, y permite que vuelvan a la barra de inicio al hacer clic en ellas.



# Tu acceso al Banco sin salir de casa



Atlántida Online



Atlántida Móvil

400 transacciones



Asesora Bancaria Interactiva  
2280-1010

# DigitalDondeEstés



**EVALÚA TUS SÍNTOMAS  
Y TU SALUD**

**AUTOEVALUACIÓN  
COVID-19**

**INGRESA A:**

**[www.encuestacovid19.com](http://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**

# INTERNACIONAL



Datos de la Universidad Johns Hopkins estiman que el estado reporta ya unos 288,000 casos y unas 22,000 muertes, 17,000 de ellas en la ciudad de Nueva York.

## PERFILAN REAPERTURA

# NUEVA YORK REGISTRA CIFRA MÁS BAJA DE MUERTES DEL MES

**NUEVA YORK.** El estado de Nueva York, el más impactado por la pandemia de COVID-19 en Estados Unidos, registró ayer su cifra de fallecidos diarios más baja del mes mientras sus autoridades perfilan una reapertura por fases que podría comenzar el 15 de mayo en las áreas menos afectadas, con empresas constructoras y manufactureras.

“Hemos vuelto a donde estábamos el 31 de marzo, antes de que empezara el dramático incremento en el número de casos”, dijo el gobernador Andrew Cuomo en su rueda de prensa diaria, en la que informó de 367 nuevos fallecidos (70 menos que el día anterior) y descensos en las hospitalizaciones, intubaciones y positivos.

El gobernador perfiló unos planes de reapertura económica que

podrían comenzar el 15 de mayo, cuando expira la orden ejecutiva de “pausa” para negocios no esenciales, pero subrayó que antes de eso las cifras de hospitalización deberán haber estado en descenso durante 14 días, como indican los Centros de Prevención y Control de Enfermedades (CDC).

La primera fase implicará a las empresas de construcción y manufactureras que tengan un “bajo riesgo” de contagio y la segunda requerirá un “análisis negocio por negocio” para determinar cuáles son más esenciales y “cómo pueden reabrir en esta nueva normalidad”, tomando precauciones.

Entre fase y fase, agregó, se dejarán dos semanas de espacio para “controlar el efecto” de las medidas, ya que es el tiempo estimado de incubación del virus, y ver si

se incrementa el ritmo de infección a través de las hospitalizaciones y las pruebas.

Cuomo destacó que la “coordinación multiestatal es vital” en el sur del estado, especialmente en el área metropolitana de la ciudad de Nueva York, porque sus ciudadanos “viven en un sitio y trabajan en otro”, y habló en concreto de la reanudación de actividades de transporte, educativas, o en puntos de recreación como parques y playas.

El alcalde de la Gran Manzana, Bill de Blasio, anunció que ha encargado a varios grupos de expertos idear una hoja de ruta de “recuperación justa” que prevé se extienda durante los próximos 20 meses de su Administración, y en las dos primeras semanas de mayo las autoridades trabajarán con diferentes sectores y comunidades. **EFE**



## LO MÁS COMENTADO

Las autoridades de salud de Canadá y Estados Unidos alertaron sobre el peligro del uso de la cloroquina y la hidroxiclороquina, empleadas para combatir el paludismo, para prevenir o tratar la COVID-19.



Desde el viernes, los bañistas han abarrotado las playas de California por la ola de calor que hay.

## Playas lucen repletas en California

**LOS ÁNGELES/WASHINGTON.** Varias playas de California lucieron abarrotadas ayer, tras el levantamiento de algunas restricciones, aunque las recomendaciones de confinamiento continúan en vigor ayer y otras partes de EE.UU., donde la pandemia de coronavirus sigue avanzando inexorable y los contagios se acercan al millón.

Las playas del condado de Orange, en el sur de California, se vieron repletas con miles de bañistas, que han acudido desde el viernes en medio de una ola de calor después que las autoridades locales aliviaran las restricciones.

La estampa en algunos lugares fue similar a la de cualquier fin de semana de verano.

### PLAYAS ABARROTADAS

Según medios de comunicación, más de 40,000 personas acudieron el sábado a algunas playas, como la de Newport; un número casi igual al de ayer.

A comienzos de esta semana la junta de supervisores del condado de Orange votó a favor de mantener abiertas algunas playas y zonas al aire libre, aunque sus aparcamientos seguirían cerrados.

En contraste, las playas del condado de Los Ángeles, entre las que se incluyen las del famoso paseo de Santa Mónica y Venice, permanecen vacías por la insistencia de las autoridades locales de no relajar las medidas y de mantenerlas cerradas.

El alcalde de Los Ángeles, Eric Garcetti, advirtió ayer en un mensaje por Twitter: “No permitiremos que un fin de semana deshaga un mes de progreso. Si bien el sol es tentador, nos quedamos en casa para salvar vidas”.

Esto se produce mientras EE.UU., el país más afectado por la pandemia de coronavirus en términos absolutos, se acerca al millón de casos confirmados, con 954,182, y ha contabilizado 54,573 fallecimientos, de acuerdo con los datos que recopila la Universidad Johns Hopkins. **EFE**



## Detienen a tres colombianos y un hondureño con supuesta droga

**PANAMÁ.** Las autoridades de Panamá informaron ayer de que incautaron 1,425 paquetes de droga y aprehendieron a tres ciudadanos colombianos y un hondureño por su presunta vinculación con el alijo.

El decomiso tuvo lugar cerca de la Isla Tigre, en el archipiélago de San Blas (Caribe), y estuvo a cargo

del Servicio Nacional Aeronaval (Senan) de Panamá, indicó el Ministerio Público.

Los agentes del Senan avistaron una lancha rápida tripulada por las cuatro personas aprehendidas, cuyas identidades no fueron difundidas, que intentaron huir y en la carrera echaron al agua algunos bultos con la sustancia ilícita no iden-

tificada por las autoridades.

“Al realizarse el abordaje de la lancha se encontraron 57 bultos que contenían la supuesta sustancia ilícita. Los paquetes decomisados serán sometidos a los análisis pertinentes para determinar el tipo de droga encontrada”, indicó la información judicial, que no precisó el peso total del alijo.

La Fiscalía de Droga de Colón y Guna Yala inició una investigación y los cuatro extranjeros serán puestos a orden de un juez de Garantías en las próximas horas, para legalizar su aprehensión y la impuntación de cargos, así como la solicitud de medidas cautelares acorde al hecho investigado, dijo el Ministerio Público. **EFE**

## INTERNACIONAL

ES LA CIFRA DIARIA MÁS BAJA DESDE EL 14 DE MARZO

# ITALIA INFORMA DE 260 NUEVOS DECESOS POR CORONAVIRUS

**ROMA, ITALIA.** Este país registró ayer la menor cifra diaria de muertos por COVID-19 en seis semanas, al contabilizar 260 fallecidos, informaron las autoridades.

El nuevo coronavirus ha provocado 26,644 decesos en Italia y desde el 14 de marzo nunca hubo un día con menos de 300 fallecidos, mientras que los picos orillaron las 1,000 defunciones diarias.

No obstante, el número de personas que dieron positivo al coronavirus aumentó, tras seis días consecutivos registrando un descenso, alcanzando los 106,103 (256 más que el sábado). El total de casos, contando enfermos, fallecidos y curados, es de 197,675.

La región más afectada, Lombardía, registró la mitad de los decesos ocurridos en el país (13,325), seguida por Emilia-Romaña, con 3,386 fallecidos y Piemonte, con 2,823 muertos.

“Obtuvimos un resultado muy importante, ahora tenemos que



*“A pesar de los avances, no hemos salido de la tormenta. Tenemos que continuar con las medidas de distanciamiento social y otras que dieron resultados concretos en la lucha contra el virus”, dijo*

*Franco Locatelli, presidente del Consejo Superior de Salud.*

intentar mantener el riesgo lo más bajo posible y evitar un nuevo aumento de las infecciones, estabilizando el número de pacientes en cuidados intensivos”, que en la actualidad es de 2,009 personas, comentó Franco Locatelli, presidente del Consejo Superior de Salud, un órgano consultivo del gobierno.



El nuevo coronavirus ha provocado 26,644 decesos en Italia y desde el 14 de marzo nunca hubo un día con menos de 300 fallecidos.

El jefe de gobierno, Giuseppe Conte, prevé ofrecer una rueda

de prensa para anunciar las etapas del desconfinamiento, que en

principio empezará el 4 de mayo. **AFP**

Quédate en casa

## EVITA EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS

Si tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de COVID-19 debido a su edad o porque tiene un problema de salud grave de largo plazo, es sumamente importante que tome medidas para reducir su riesgo de contraer la enfermedad.

Cosas que puede hacer para ayudarse:



Encuentre maneras de relajarse y realizar actividades saludables que disfrute. Cualquiera puede sentir estrés y ansiedad.



Llame a amigos y familiares para escuchar una voz conocida. Haga una video llamada para sentirse cerca cuando no estén juntos.



Tómese un descanso al revisar las últimas noticias sobre coronavirus (COVID-19).



Haga ejercicio, coma sano y duerma de 6 a 8 horas cuando sea posible.



EL PAÍS

## OMS confirma más de 2.8 millones de casos y 193,722 muertes por pandemia



**GINEBRA.** La Organización Mundial de la Salud (OMS) confirmó ayer 93,109 nuevos casos diarios de la COVID-19 en el mundo, por lo que el acumulado desde el inicio de la pandemia asciende a 2.8 millones. El total diario de contagios volvió a superar a los casos registrados la víspera en aproximadamente 11 mil a nivel mundial.

Los fallecidos son ya 193,722, de los cuales 5,747 han sido registrados en las últimas veinticuatro horas, una cifra ligeramente inferior a la del sábado. En Europa la tendencia a la baja en número de nuevos contagios y decesos se confirma día a día, con un total de 1.34 millones de infectados desde el inicio de la pandemia. **EFE**

# SUCESOS



Los detenidos fueron remitidos a las autoridades correspondientes junto con la evidencia.

LOS HOMBRES NO PUDIERON JUSTIFICAR EL DINERO

## CAPTURAN A DOS CON MÁS DE UN MILLÓN OCULTOS EN PAÑALES

**LA CEIBA, ATLÁNTIDA.**

Dos individuos que se conducían en un camión con destino a San Pedro Sula, fueron detenidos en una posta de control policial en posesión de más de un millón de lempiras, de los cuales no pudieron justificar su procedencia.

Los capturados son un hombre de 46 años, motorista, y es residente en el barrio Concepción, de San Pedro Sula, y el otro es de 25 años, quien dice que es guardia de seguridad y era el acompañante del motorista.

Según el informe que brindó la Policía Nacional, se mantenía un fuerte operativo en la posta de la colonia López Bonito, salida a San Pedro Sula, cuando los ocupantes de un camión blanco, con placas HAU-4385, pretendieron burlar el retén que se había montado en ese lugar.

Esto despertó las fuertes sospechas de los elementos militares, quienes procedieron a hacerle una revisión exhaustiva al automotor y en medio de unas cajas en las venían pañales desechables encontraron la cantidad exacta de un millón 37

mil 450 lempiras. El camión venía procedente de la ciudad de Tocoa e iban con destino a la Capital Industrial, San Pedro Sula. Los detenidos fueron remitidos al Ministerio Público donde deberán comparecer por el delito de lavado de activos.

De la misma manera está en investigación si el salvoconducto con el cual se trasladaban y que les permitía movilizarse por el país en estos tiempos de pandemia es legítimo o si ha sido falsificado como ha sucedido con muchos documentos.

## Asesinan a mujer en la sala de su casa

**EL PORVENIR, ATLÁNTIDA.**

Un sangriento hecho se registró el pasado sábado en horas de la noche en la aldea El Gancho, cuando fue asesinada una mujer en la sala de su casa.

Según información preliminar, el hecho se habría registrado cuando un individuo entró en la casa de habitación de Dunia Melissa Obando Sánchez (37), quien se encontraba acostada en el sofá de su casa. El

sicario le disparó en varias oportunidades de forma que le dio muerte inmediata. La occisa era soltera y sus familiares se negaron a que las autoridades y elementos de medicina forense se llevaran el cadáver para hacerle la autopsia respectiva. Sus parientes desconocen quién pudo haberle arrebatado la vida a Obando Sánchez, pero, supuestamente, el crimen fue producto de enemistades personales.



## LO MÁS COMENTADO

Dos menores de 17 años fueron capturados en posesión de varias bolsas de drogas en la colonia Gracias a Dios, del municipio de Santa Rita, Yoro. De acuerdo con información policial, los infractores son miembros de la Mara Salvatrucha-13 (MS-13).



Francisco Cruz Gonzales Oseguera fue detenido por agentes de la FNAMP.

## Arrestan a presunto marero por extorsión

**SAN MANUEL, COR-**

**TÉS.** La Fuerza Nacional Anti Maras y Pandillas (FNAMP), en una operación de vigilancia en la residencial Real del Campo, de este municipio, le dio detención un presunto miembro de la Mara Salvatrucha 12 (MS-13). El detenido fue identificado como Francisco Cruz Gonzales Oseguera (alias "El Burra"), de 29 años de edad quien, según las investigaciones, tiene aproximadamente ocho años de ser miembro activo de dicha estructura.

Al momento de su detención se le decomisó dinero producto del cobro de extorsión y un teléfono celular, por lo que fue remitido por el delito de extorsión.

Las investigaciones de la FNAMP detallaron que este individuo es uno de los jefes del programa de extorsión de ese sector y tiene antecedentes penales ya que fue detenido el 20 de diciembre del 2015, por el delito de posesión para el tráfico ilícito de drogas y el 28 de mayo del 2016 por cometer el delito de portación ilegal de armas.



Miembros de la Policía Nacional se hicieron presentes en la zona para asegurar la escena del crimen y realizar las indagaciones pertinentes.

## Desconocidos ultimán a balazos a padre e hijo

**TEGUCIGALPA.** Dos hombres fueron ultimados a balazos la noche del sábado en el sector tres de la colonia Flor del Campo, de Comayagüela.

Se trata de un padre y su hijo, identificados como Edas Segundo Flores (50) y Denis Ariel Flores (29).

Informes preliminares detallan que las víctimas fueron atacadas a balazos por desconocidos que se introdujeron por la fuer-

za a su vivienda. Familiares relataron que ambos hombres habían escapado de un atentado hace unos dos años, en donde resultaron heridos de bala.

Ante el temor, Denis Ariel Flores decidió salir del país de forma irregular hacia los Estados Unidos, de donde fue deportado.

Los dolientes detallaron que el joven permanecía en la vivienda todo el tiempo, haciéndole compañía a su abuela.

# EL PAÍS

## DEPORTIVO



### Para el DT escualo se debe reiniciar

Las opiniones siguen divididas en la Liga Nacional. Ahora el técnico del equipo Platense, John Jairo López, opina que el torneo Clausura debe de reanudarse, siempre y cuando el sistema de salud del país lo apruebe. "Pienso que lo más sensato, lo más coherente es terminar lo que ya se inició. Para qué tener prisa en volver a iniciar, cuando salud de la orden comenzamos, y los clubes este bien jugamos".



### El "Choco" se siente bien en Cádiz y recuerda la sele

**SAN PEDRO SULA.** Anthony Lozano, habló para el programa Cinco Deportivo y dejó claro que su gran objetivo este año es lograr el ascenso a la primera división. "Mi objetivo este año es llegar a primera división con Cádiz, quiero jugar muchos años más, cuando pasan cosas como el Covid-19 uno se da cuenta lo feliz que es haciendo lo que le gusta".

"Cádiz tiene una obligación de compra si subimos a primera división, si nos quedamos en segunda es un opción y el equipo deberá tomar la decisión final". También se refirió a la admiración que le tienen en el club por el salvadoreño Jorge "Mágico" González, quien destacó como futbolista en los años 80. "Al "Mágico" González lo tienen como un ídolo, lo adoran, no hay partido en que no lo recuerden, lo aman". Agregó que la selección nacional es muy importante en su carrera y recordó que lloró la primera vez que lo convocaron. "La selección de Honduras para mí es muy importante, formar parte del equipo de todos siempre fue un sueño, cuando me llegó el primer llamado lloré, le doy gracias a Dios por haberlo logrado".

La entidad tendrá el miércoles una reunión virtual para encontrar la mejor solución sobre el torneo Clausura 2020

**SAN PEDRO SULA.** Decidir la continuidad o no del Torneo Clausura, es el principal punto de agenda en la sesión virtual que sostendrá este miércoles la junta directiva de la Liga Nacional.

Después de varias semanas de espera, la dirigencia de la profesional decidió convocar a sus miembros para plantear el tema y en base a información de salud sobre la pandemia del Covid-19, tomar una determinación.

"Ya queremos que se dé una decisión al respeto", dijo Rolin Peña, dirigente del Marathón. Agregó "no podemos seguir en esta incertidumbre por los jugadores y entrenadores, los extranjeros".

Por lo pronto la Liga ha trabajado en un protocolo de bioseguridad para presentarlo al Mi-

nisterio de Salud y Sinager, si los clubes deciden esperar durante el mes de mayo para reanudar el campeonato.

"Tenemos todo listo como también se ha buscado alternativas económicas", dijo el titular de la profesional Wilfredo Guzmán.

Los representantes del Motagua, uno de los clubes que más ha insistido en la convocatoria de la reunión, dejaron claro que su intención no es para pedir una declaración de campeón.

La entidad no tiene claro cuál será la determinación, primero se va a escuchar a los clubes y luego se analizará.

De acuerdo a la ley, la junta directiva de la Liga no tiene facultad legal para declarar nulo el campeonato, solo una asamblea de equipos.

### LAS OPCIONES QUE SE MANEJAN

Una de las alternativas es clausurar el campeonato sin declarar un ganador del torneo ni tampoco descenso. Lo otro sería dar por finalizada las dos vueltas y solo disputar la pentagonal en junio.

Finalmente declarar nulo el campeonato.



La directiva de la Liga tiene una papa caliente. El futuro del campeonato está en juego.

# EL DI STÉFANO ACOGERÍA JUEGOS DEL REAL MADRID

**MADRID.** En el Real Madrid están preparados para encarar una nueva etapa del fútbol para cerrar la actual temporada de fútbol.

El club blanco ya tiene los permisos necesarios para jugar en Valdebebas si el fútbol vuelve a puerta cerrada, pero el Club no moverá pieza hasta que el Gobierno lo autorice de forma oficial, más allá de los calendarios que preparen tanto La Liga como la Federación (RFEF). De momento, el Real Madrid se ciñe a las palabras del ministro de Sanidad, Salvador Illa, que ha dicho que "sería una

imprudencia decir si el fútbol podrá volver antes del verano".

Ha sido la RFEF la que ha tramitado los permisos, ya que es la entidad intermediaria ante la UEFA. El Madrid tan sólo deberá realizar obras menores para mejorar la luz artificial del estadio Alfredo Di Stéfano ya que hay instalaciones de VAR que son móviles y se pueden alquilar en un paquete técnico, que era el otro problema a resolver. Según fuentes del Real Madrid "aún es pronto para decidir nada, porque todo es hablar por no callar". El Club espera la de-

misión del Gobierno según el consejo del Comité de Expertos que le asesora en la pandemia. Pero lo que sí tiene decidido el Madrid, si se cumplen los planes de La Liga para reiniciar los entrenamientos en mayo y la competición en junio, siempre previa autorización formal del Gobierno, es jugar en el estadio Alfredo Di Stéfano, donde además quedaría concentrado el equipo durante la fase de desescalada prevista en el protocolo enviado a Sanidad. La decisión de jugar en Valdebebas es firme siempre que sea a puerta cerrada.



## Piden ayuda para salir de El Salvador

**SAN SALVADOR.** El Covid-19 sigue dejando secuelas en el fútbol mundial y en El Salvador jugadores extranjeros claman por ayuda para volver a su país.

Tras terminar el torneo de la Liga Mayor, Elkin Mosquera y Wilson Palacio, exjugadores de Chalatenango han pedido ayuda al Gobierno local y su país pues según argumentan los futbolistas, ya no cuentan con el dinero suficiente para poder continuar guardando la cuarentena, además de que desean pasar junto a su familia esto complicados momentos.

Según información de El Gráfico, ambos tienen que salir del país el 30 de abril, ya que ese día se acaba su alquiler y, a pesar de que recibieron su pago al finalizar el Clausura 2020, el dinero no es suficiente para mantenerse en El Salvador. "Enviamos mensajes a la cancillería de Colombia en este país, pero estos son temas políticos y deben haber mediadores; los aeropuertos de El Salvador y de Colombia están cerrados, por ende, deben de haber acuerdos en las dos partes para que podamos irnos", dijo el jugador.

## LA CÁBALA DEPORTIVA DE ZAVALETA

Quiero dejar de pagar el veintitres, porque me tiene sin dinero en las bolsas del pantalón... así que águila Zas Zas



El sueño de hoy:

Soniar carro fúnebre: 56.

Síguenos en: daniel.zavaleta.jr

Llama al \*7500 desde tu celular Tigo.

### DOS MESES SIN TRABAJOS

## La parte física les pasará factura

**BARCELONA.** El problema principal que se están encontrando es que los jugadores están realizando un trabajo de mantenimiento con ejercicios inespecíficos, es decir, un trabajo muy general, que no se adapta a las necesidades de un futbolista. Primero porque se han elaborado la mayoría de pautas de trabajo sin balón y segundo porque son en solitario y en el propio domicilio.



## En Holanda molestos por fin al torneo

**LA HAYA.** La decisión de la NVB de dar por finalizada el campeonato de la Eredivisie sigue provocando multitud de reacciones en los Países Bajos.

A parte de los clubes de la segunda división holandesa involucrados SC Cambuur y De Graafschap, que ya no subirán, y que están costernados. Hay más voces críticas.

Los aficionados de SC Cambuur y De Graafschap se han movido para intentar dar marcha atrás a la decisión y han creado una página para recoger firmas. Ya han conseguido que firmen 15.000 personas.

Pero hay otro club, que se siente desfavorecido: el Utrecht.

La KNVB repartió las plazas europeas siguiendo la clasificación actual, como recomendó la UEFA en su reunión con las federaciones.

Ajax y AZ irían a la Champions, mientras, Feyenoord tendrá su puesto en la fase de grupos de la Europa League, al igual que PSV y Willem II, que jugarían la ronda preliminar.



**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.