

#TODOS  
con  
MASCARILLA  
NUNCA FUE MÁS  
FÁCIL SALVAR VIDAS  
¡Tú puedes hacer  
la diferencia!

#SI NOS CUIDAMOS, JUNTOS  
#AVANZAMOS



PAISANITO



NO IMPORTA DÓNDE  
TENGAS EL CORAZÓN, CON  
TAL QUE ESTÉ LLENO DE  
BONDAD...

LUNES

1 DE JUNIO DE 2020

# EL PAÍS

LA TRIBUNA DE HONDURAS

San Pedro Sula, Año 3• N° 873• L. 8.00 [www.elpais.hn](http://www.elpais.hn) • Facebook: @honduraselpais @elpaishonduras\_



**PIDEN AYUDA**  
BEBÉ NACE CON  
EL CORAZÓN AL  
LADO DERECHO /4

SEGÚN DENSIDAD POBLACIONAL Y RIESGO DE CONTAGIOS

## CON FASE CERO ARRANCA HOY REAPERTURA DE ECONOMÍA

ESTA SEMANA SERÁ SOLO PARA ACTIVIDADES PREPARATORIAS /10



## “AMANDA” PROVOCA DAÑOS EN C.A.

LA TORMENTA TROPICAL AMANDA HA DEJADO VARIOS MUERTOS EN EL SALVADOR Y CUANTIOSOS DAÑOS EN ESE PAÍS Y EN GUATEMALA /31



**Pto. Cortés /8**  
VIENE EL MAYOR  
BUQUE GRANELERO  
A LLEVAR 64,000  
TONELADAS DE GRAVÍN



**TRANSPORTE /10**  
LOGRAN ACUERDO  
PARA DESBLOQUEAR  
EL COMERCIO  
REGIONAL

**ESPECIALISTA /8**  
ECONOMÍA NO PUEDE  
DETENERSE, CON LA  
CUARENTENA ES  
SUFICIENTE



Tu acceso al Banco  
sin salir de casa



Atlántida  
Online



Atlántida  
Móvil

400 transacciones



Asesora Bancaria  
Interactiva  
2280-1010

# DigitalDondeEstés

# TEMA DEL DÍA



## LO MÁS COMENTADO

El Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager) aprobó los programas piloto para el reinicio del sector taxi en varias ciudades del país, pero no en Tegucigalpa y San Pedro Sula, informó la comisionada del Instituto Hondureño del Transporte Terrestre (IHTT) Piubany Williams.

A NIVEL NACIONAL

# EXTIENDEN EL TOQUE DE QUEDA HASTA EL DOMINGO 7 DE JUNIO

**TEGUCIGALPA.** La Policía Nacional de Honduras y en el marco del Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (SINAGER), decidió anoche ampliar el toque de queda absoluto, el cual está vigente, desde ayer a partir de las 11:00 p.m., hasta el próximo domingo 07 de junio de 2020, a las 11:00 p.m.

Yaír Meza, vocero de la institución policial, manifestó, a través de cadena nacional, que siempre han segmentado a la población conforme a la terminación del último dígito de su tarjeta de identidad, pasaporte o carné de residentes para extranjeros, para que puedan circular conforme a la región a la reapertura progresiva y ordenada de la economía con enfoque territorial realizando sus trámites de manera ordenada durante los días lunes, martes, miércoles, jueves y viernes, con horario de 07:00 a.m. a 5:00 p.m., quedando de la siguiente manera:

Las autoridades detallaron que “esta medida es apli-

Día	Transitar		Terminaciones de identidad, pasaporte ó carné de residente (extranjeros)	Sector autorizados
	Desde	Hasta		
Lunes 1 de junio	9:00 a.m.	5:00 p.m.	1	Supermercados Farmacias
Martes 2 de junio	9:00 a.m.	5:00 p.m.	2	Gasolineras
Miércoles 3 de junio	9:00 a.m.	5:00 p.m.	3	Ferreterías
Jueves 4 de junio	9:00 a.m.	5:00 p.m.	4	Bancos
Viernes 5 de junio	9:00 a.m.	5:00 p.m.	5	Centros de abasto

Sábado y domingo (6 y 7 junio) nadie circula	
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):	
Supermercados y farmacias	07:00 a.m. a 09:00 a.m.
Sistema bancario	09:00 a.m. a 10:00 a.m.

Se les recuerda que también serán atendidos durante el resto del día

**Medidas de bioseguridad OBLIGATORIAS en todos los establecimientos.**

- Mascarillas
- Gel
- Distanciamiento
- Toma de temperatura

cable conforme a la reapertura progresiva y ordenada de la economía con enfoque territorial,

los cuales permanecerán abiertos únicamente durante los días programados, dotando de manera

obligatoria a sus empleados de mascarillas, gel de manos y en las entradas uso de termómetros para

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

Los días sábado y domingo, queda prohibida la circulación de vehículos, salida de personas a nivel nacional, salvo las excepciones ya establecidas en el decreto ejecutivo No. PCM-045-2020, quienes deben justificar ante la autoridad competente su movilización; portando su identificación y respectivo salvoconducto (vigentes durante la emergencia).

Aclaran que los fines de semana, los comercios autorizados, supermercados, farmacias y restaurantes, solo pueden atender a domicilio; quienes incumplan la disposición serán sancionados y cerrados sus negocios.

“El transporte pesado, sector agroalimentario y el personal de la salud (incluyendo laboratorios médicos privados) transitan de manera normal, y reiteramos que los salvoconductos otorgados por el Comité de Excepciones siguen vigentes y que únicamente la Policía Nacional otorga nuevas solicitudes, ingresando al siguiente portal: [www.serviciospoliciales.gob.hn/salvoconductos](http://www.serviciospoliciales.gob.hn/salvoconductos)”.

## Muere anciano por COVID-19 en asilo de Tegucigalpa

**TEGUCIGALPA.** La directora del Asilo de Ancianos del Hospital San Felipe, de Tegucigalpa, Roxana Araujo, confirmó ayer que un anciano interno en ese recinto murió por COVID-19.

Se trata de un hombre de 78 años quien comenzó a presentar su primer síntoma la semana antepasada y falleció la madrugada del pasado lunes, siendo sepultado de paso inmediata bajo los protocolos de bioseguridad. “La semana antepasada nosotros tuvimos a esta persona del sexo masculino de 78 años con un solo síntoma no característico de un cuadro respiratorio, pero sí dentro de una de las patologías del virus”, dijo. La doctora añadió que la única patología relacionada con la COVID-19 en el paciente ‘fue un cuadro de diarrea, sin fiebre, sin dolor de cabeza, sin malestar general, incluso no hubo tos o estornudos’. “El día viernes comenzamos a sospechar de una enfermedad pulmonar, porque empezó a bajar su saturación de oxígeno y se solicitó una radiografía de tórax, había un patrón de neumonía, pero no las características de COVID-19, sino una bacteriana, pero se mantuvo bajo sospecha hasta obtener los resultados de las pruebas PCR”, explicó.

## 212 hondureños han muerto a causa del coronavirus que ya deja 5,202 infectados

**TEGUCIGALPA.** La COVID-19 ha arrebatado la vida de once nuevos compatriotas haciendo que la cantidad de decesos se incrementa a 212 en todo el territorio nacional.

Francis Contreras, vocero del Sistema Nacional de Gestión de

Riesgos (Sinager), dijo anoche en cadena nacional que los nuevos fallecidos corresponden en su mayoría a Francisco Morazán que registra 8 y Cortés suma 3 muertos por la pandemia.

Además, Contreras mencionó que el laboratorio Nacional de Vi-

rología realizó 404 pruebas para detectar el coronavirus, de las cuales 108 salieron positivas.

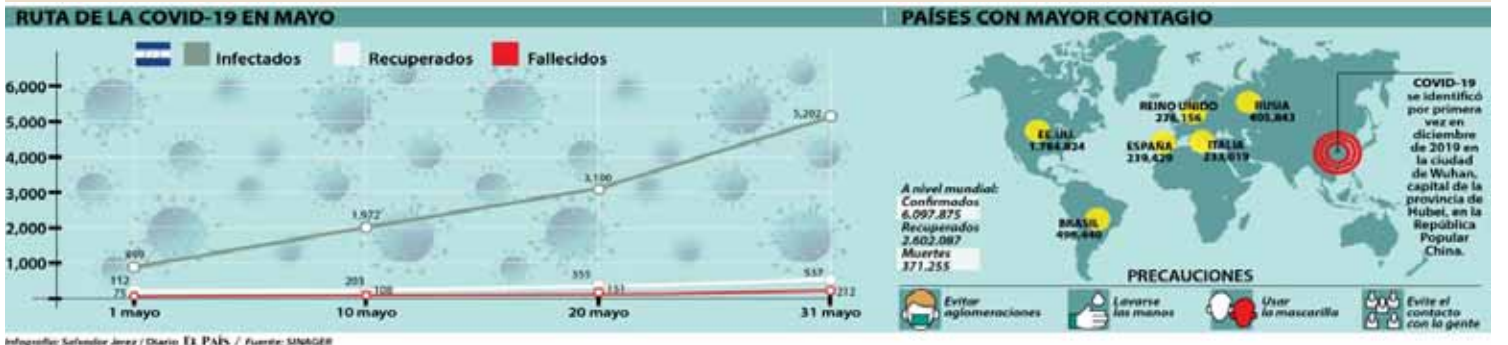
El vocero de Sinager detalló que los nuevos contagios se registran en Cortés que tiene 65, Francisco Morazán contabiliza 30 nuevos infectados y el resto de casos

corresponden a Copán, Ocotepeque, Lempira, Intibucá, La Paz, Comayagua y Olancho con 1 caso, mientras que El Paraíso registra 4 casos nuevos y Atlántida suma 2.

Los pacientes hospitalizados suman 550 de los cuales 22 están

en condición grave, 40 en cuidados intensivos y 488 se encuentran estables. Sinager reportó a un paciente recuperado lo que suma a 537 personas que han vencido la enfermedad.

El total de casos de coronavirus asciende a nivel nacional a 5,202.





# ALCALDÍA LE INVITA A INVERTIR EN EL PROGRESO

LA MEJOR ALTERNATIVA PARA RECUPERAR LA ECONOMÍA PROGRESSEÑA  
QUE HA SIDO GOLPEADA POR LA PANDEMIA DEL COVID-19

CONOZCA LOS ATRACTIVOS BENEFICIOS QUE OTORGA LA MUNICIPALIDAD DE EL PROGRESO,  
SIENDO LOS ÚNICOS APLICADOS POR UNA ALCALDÍA EN TODO HONDURAS:

1

CERO AUMENTOS A LOS IMPUESTOS POR BIENES INMUEBLES Y TASAS POR SERVICIOS, AÚN CON LAS FACULTADES QUE LA LEY LES PERMITE DE APROBAR AUMENTOS EN LOS AÑOS TERMINADOS EN 0 (CERO) Y EN 5 (CINCO), (ARTÍCULO 76 DE LA LEY DE MUNICIPALIDADES VIGENTE).

2

LOS PERMISOS DE OPERACIÓN PARA APERTURA DE NUEVOS NEGOCIOS TIENEN UN COSTO GENERAL DE UN (1) LEMPIRA. TODO NUEVO NEGOCIO QUE INVIERTA EN EL 2020 EN EL MUNICIPIO DE EL PROGRESO PAGA UN (1) LEMPIRA POR EL COSTO DE SU PERMISO DE OPERACIÓN.

3

TODOS LOS NEGOCIOS QUE YA OPERAN EN EL MUNICIPIO DE EL PROGRESO TIENEN DERECHO A UNA REDUCCIÓN DEL 10% EN LA RENOVACIÓN DE SUS PERMISOS DE OPERACIÓN EN EL AÑO 2020.

4

AMPLIACIÓN DE USO DE SUELO DEL MUNICIPIO, CON EL OBJETIVO DE FACILITAR LAS INVERSIONES LOCALES, NACIONALES E INTERNACIONALES, COMO PARTE DE LA PROMOCIÓN A LA INVERSIÓN Y EN CONSECUENCIA A LA GENERACIÓN DE EMPLEO.

5

LAS NUEVAS CONSTRUCCIONES QUE SE REALICEN EN EL AÑO 2020 PAGAN EN CONCEPTO POR PERMISO DE CONSTRUCCIÓN ÚNICAMENTE EL 0.2% DEL TOTAL DE SU INVERSIÓN.

6

LAS CONSTRUCCIONES DE VIVIENDA POPULAR PAGAN EN EL AÑO 2020, UN (1) LEMPIRA POR PERMISO DE CONSTRUCCIÓN.

7

QUEDA ELIMINADO EL COBRO POR LA EMISIÓN DE PLANOS PARA NUEVOS PERMISOS DE OPERACIÓN Y DE CONSTRUCCIÓN.

8

ELIMINACIÓN DE SOLICITUDES DE CONSTANCIAS EN LAS RENOVACIONES Y EN LAS SOLICITUDES DE NUEVOS PERMISOS DE OPERACIÓN.

9

APERTURA DE UNA OFICINA ADSCRITA A LA UNIDAD DE MIPYME PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN EL PROCESO DE INSCRIPCIÓN Y CERTIFICACIÓN DE MI EMPRESA EN LINEA DANDO CUMPLIMIENTO AL DECRETO LEGISLATIVO DE APOYO A LA MIPYME.

10

CERO INCREMENTO EN LAS TASAS POR SERVICIOS PÚBLICOS EN EL MUNICIPIO DE EL PROGRESO PARA EL AÑO 2020.

**Abg. Alexander López**  
Alcalde de El Progreso, Yoro

# CIUDAD SPS



## LO MÁS COMENTADO

Obed Cardona, coordinador de la Unidad Estabilizadora para Pacientes con Covid-19, en el Gimnasio Municipal, informó que a la fecha se ha dado el alta médica a 21 pacientes. Actualmente tienen un total de 31 y esperan que sigan evolucionado favorablemente.

CON EL EXAMEN SE SABRÁ SI REQUIERE CIRUGÍA

# NIÑO NACE CON EL CORAZÓN AL LADO DERECHO, PADRES NECESITAN L7,000 PARA UN ELECTROCARDIOGRAMA

“En los ultrasonidos no me detectaron nada, después de que el niño nació me lo entregaron normal, me fui a mi casa y al tercer día presentó fiebre, le di acetaminofén y se le quitó, pero al cuarto día respiraba muy rápido que hasta se quedaba, solo pensé en un paro respiratorio, luego lo llevé a que lo examinaran, le hicieron rayos X y fue en ese momento que descubrieron que el corazón está al lado derecho”, relató Cindy Romero, madre del menor.

La madre dijo que viven en Villanueva y tuvieron que traer al menor en ambulancia porque estaba muy mal de salud, “la respiración se le cortaba y se ponía moradito, luego se me quedaba en los brazos, venía una enfermera con nosotros y ella nos ayudó en el trayecto”.

El niño está internado desde hace nueve días en el Hospital Mario Catarino Rivas y tiene 11 de haber nacido, movilizarlo del centro hospitalario es imposible por su estado delicado, según información brindada por los médicos a su progenitora. “Necesitamos ayuda pa-



**Tiene 11 días de nacido y primero Dios lo vamos a llamar Josué Javier Rivera, le han dado tres infartos, pero estamos confiando en que todo va a salir bien. Pedimos apoyo para que nos colaboren porque necesitamos el dinero para el electrocardiograma”.**

**Cindy Romero.**

ra hacerle el electrocardiograma, el médico me dijo que cuesta entre seis a siete mil lempiras, porque el hospital no cuenta con el equipo para hacerle el examen, entonces debe de ser a través de una clínica privada”, comentó Romero.

La madre del pequeño dijo que los médicos le informaron que el costo del examen es porque se tendría que mover el equipo de la clínica privada hacia el Rivas porque la condición del niño no le permite movilizarlo.

Saber más sobre la situación de salud del menor depende del electrocardiograma, la madre aseguró que en estos momentos es prioridad hacerle ese examen porque solo así sabrán si va a necesitar cirugía y otros exámenes.

Los médicos del Rivas informaron que, si el niño necesitara una cirugía, ésta podría realizarse en el Hospital María, de Tegucigalpa, pero también existe la posibilidad de quedarse en San Pedro Sula porque acá también cuentan con especialistas y que todo depende de cómo continúe la situación de salud del menor.

El Rivas cuenta con un cardiólogo que llega cada dos semanas, pero existe la posibilidad de que llegue este día para revisar al niño y ver la evolución que ha tenido.

“Me dijo la doctora que el cardiólogo llega al hospital cada dos semanas, ojalá venga antes para que lo revise porque hace una semana ya estuvo en el hospital”, comentó Romero.

Afirmó que es madre de otro niño quien nació sano y el problema de su segundo hijo según



El pequeño se encuentra en la sala de Pediatría del Rivas, su estado es delicado y no lo pueden movilizar del lugar.

los médicos es genético.

“Los doctores me dijeron que pudo haber nacido así porque tenía problemas en el ADN y es algo genético, yo me cuidé en el embarazo y llevé el control en el Rivas, aunque el niño nació a las 37 semanas, pero no es tan prematuro”, manifestó Romero.

**Para apoyarlo puede comunicarse con Cindy Romero 3157-9572**

## Sector textil anuncia 5 mil nuevos empleos entre junio y septiembre

La Asociación Hondureña de Maquiladores (AHM) tiene previsto abrir 5,000 nuevos puestos de trabajo en la zona norte del país, cada empresa del sector textil trabajará con todas las medidas de bioseguridad para evitar la propagación de COVID-19.

Abrir más empleos es una gran oportunidad para los sampegranos, ya que la crisis generada por la pandemia del coronavirus a desempleado a muchas personas, otras fueron suspendidas de sus labores por varios

meses. Mario Canahuati, presidente de la AHM manifestó que son 4,000 nuevos empleos que serán efectivos a partir del próximo trimestre que será entre junio a septiembre. También agregó que la empresa Lear Corporation tendrá mil nuevos puestos más, haciendo un total de 5,000. Esta nueva contratación de personal forma parte de la expansión e inversión que se mantiene firme en el país.

Óscar Díaz, director de operaciones de Lear, dijo que pensaban que se iban a perder cien-

tos o miles de empleos, pero ya están llamando a todos los empleados para que retornen a sus labores, además enfatizó que van a tener más de mil contrataciones adicionales.

Las empresas de este rubro han tenido que reinventar los procesos de reclutamiento tomando en cuenta que el país atraviesa la pandemia del coronavirus.

La selección del personal para los nuevos puestos de trabajo informaron que será en línea y por referencia de los mismos trabajadores.



# Tus dólares al instante



## Personas Naturales

- Ingresa en la opción de **solicitudes**
- Selecciona **compra de divisas**
- Completa la solicitud y transfíralo de **inmediato\*** a tu cuenta en dólares

## Empresas

- Ingresa en el menú **internacional**
- Elige la opción **compra de divisas**
- Completa la solicitud y transfíralo de **inmediato\*** a tu cuenta en dólares

Para montos mayores, hasta US\$1,200,000 diarios, deberá presentar solicitud para participar en la Subasta de Divisas de el Banco Central de Honduras (BCH). Las solicitudes ingresadas antes de las 9:00 a.m. serán adjudicadas el mismo día.

\*Compras sujetas a disponibilidades del Banco.

Más información:

**2280-0000**

Ext: 1227, 2158, 2363

servicecentre@bancatlan.hn

 **Banco  
Atlántida**  
Imagina. Cree. Triunfa

## CIUDAD SPS

## EL MIÉRCOLES COMIENZA LA DISTRIBUCIÓN A ONCE COORDINADORES DE MUNICIPIO PRIORIZARÁN ENTREGA DE TRATAMIENTOS “MAÍZ”

Los tratamientos “Maíz” y “Cachacho” están compuestos de varios medicamentos que actualmente son recetados a pacientes de COVID-19 en su etapa inicial y que, según expresan los galenos que atienden en las salas de los diferentes centros hospitalarios, han traído efectos positivos a quienes los ingieren.

Sin embargo, por la alta demanda de los mismos, algunos centros se han quedado sin parte de estos insumos por lo que han solicitado a la Secretaría de Salud que se les abastezca de ellos a fin de empezar a distribuirlos en los centros hospitalarios de todo el departamento de Cortés y disminuir los riesgos de complicaciones en los pacientes detectados de manera oportuna.

Diógenes Chávez, subdirector de la Región Departamental de Salud de Cortés, dijo que esta es una situación que terminará este próximo miércoles, pues, según expresó, ese día recibirán el lote de medicamentos y además comenzarán a dis-

tribuirlos. “El miércoles estaremos recibiendo de parte de la Secretaría el resto de los medicamentos que componen el tratamiento Maíz, en este caso, los únicos medicamentos que nos faltan son la ivermectina y el microdacyn que junto a la azitromicina y al zinc conforman el compuesto Maíz. Estos serán distribuidos en primera instancia a los coordinadores de los principales municipios que se han visto más afectados para que sean ellos quienes las distribuyan a los centros de salud y de triaje”, dijo.

El funcionario destacó que serán los coordinadores los encargados de hacer las distribuciones y mencionó centros de triaje como el de la López Arellano, Choloma, San Pedro Sula, Pimienta, Villanueva y Santa Cruz de Yojoa, entre los priorizados para la entrega.

“Comenzaremos dándole prioridad a estos lugares para que la población de Cortés comience a contar con estos medicamentos que son importantes para completar el



Los hospitales y centros de salud contarán con los tratamientos que, según los médicos, hasta el momento han sido efectivos.

esquema del protocolo maíz”, refirió el galeno al mismo tiempo de afirmar que “en las personas que se ha iniciado el uso, ha sido con muy buenos resultados. Es importante que el paciente sepa que, si el trata-

miento se toma a inicio de la sintomatología de la enfermedad, el resultado es oportuno y lo mejor es que perfectamente el paciente lo puede comenzar a tomar desde su casa en un aislamiento domiciliario.

### ACCESIBILIDAD

Por su parte, Chávez cuestionó el hecho de que muchas personas

no son accesibles con los Equipos de Respuesta Rápida (ERR), imposibilitando de esta forma una captación oportuna de los casos.

“Es importante hacer énfasis en el sentido de que es necesario que la población le abra las puertas a los ERR; estos son equipos multidisciplinarios y son integrados por muchos especialistas como epidemiólogos, microbiólogos, médicos generales, licenciadas en enfermería, técnicos en salud ambiental, que lo único que buscan es cuidar la salud de ellos y sus familiares”, acotó.

De igual forma, mencionó que del total de personas que visitan, aproximadamente el 20% no acepta los equipos, limitando de esta forma la captación oportuna de pacientes positivos.

“Es necesario que entiendan la importancia de ser diagnosticados rápidamente, pues al hacerlo, se les extiende el tratamiento para una buena evolución desde casa y no tengan la necesidad de visitar un centro hospitalario. Si hay tardanza en iniciar el tratamiento se tendrán complicaciones y el hecho de estar en un hospital aislado, empeora la situación”, recalcó.

### Solicite atención médica

**Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar. Llame al 911.**

EL PAÍS

### Periodista Jorge Oseguera confirma ser positivo de COVID-19

El reconocido periodista sampedrano Jorge Oseguera confirmó recientemente que resultó positivo a la COVID-19 en una prueba que se hizo.

“A mí me salió positiva esa papada del coronavirus”, dijo el conductor del programa radial “Buenos Días San Pedro”, quien recomendó, aparte de tomarse los medicamentos recetados por los médicos, una mezcla de productos naturales que, según explicó, han favorecido a su salud.

“Aparte de los medicamentos que dicen los médicos, ustedes tienen que hacer lo siguiente; poner a hervir cáscaras de piña, clavo de olor, jengibre, limón y le agregan una o dos aspirinas de 100 miligramos; a mí me salió positivo la semana pasada y derroté al virus con eso, no se



me escucha una tos y nada de moqueras en mi nariz”, explicó.

Asimismo, instó a sus colegas a mantenerse con ánimos “quiero que mi gente se levante, que se sientan fuertes con esa bebida” dijo, al mismo tiempo de referir que “a la enfermedad la han satanizado y no es cierto que a todo mundo lo va a matar”.

# LA MANIPULACION DE LA VERDAD.

La desinformación es un arma muy peligrosa.  
Para saber lo que realmente pasa hay que ir  
a la fuente de información veraz.



# www.elpais.hn

**Diario El País 100% credibilidad**  
Síguenos en todas las **plataformas digitales.**

Descarga la App

f @honduraselpais | t @elpaishn | @elpaishn



DIARIO  
**EL PAÍS**

## PRESIDENTA DE MÉDICOS EN ACCIÓN

# “ECONOMÍA NO PUEDE DETENERSE, CON LA CUARENTENA DE DOS MESES Y MEDIO HA SIDO SUFICIENTE”

**TEGUCIGALPA.** La presidenta de la Coalición de Médicos en Acción de Honduras (COMAH) Monserrat Arita, dijo que la economía del país no puede seguirse deteniendo y con la cuarentena de dos meses y medio, ha sido más que suficiente.

“Eso ha sido más que suficiente para evitar que los servicios de salud se saturaran desde un inicio y se propagara la COVID-19”, admitió. Se ha anunciado que hoy 1 de junio el 30% de la actividad económica se reactivará de una forma inteligente y escalonada bajo estrictos protocolos de bioseguridad, mediante programas pilotos.

El Gobierno de la República -a través de la Secretaría de Trabajo y expertos- ha elaborado los protocolos de bioseguridad con la asistencia técnica y financiera de la Unión Europea. Arita recordó que la empresa privada es el motor y el corazón de la economía del país, “aunado al sector informal de la economía”. “Pero, ¿qué sucede si nosotros seguimos más días con este paro?, repercutirá de una forma completamente negativa en el país”, advirtió.

## MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD

La dirigente señaló que unas empresas ya tendrían que empezar a



Arita expresó que la apertura es acertada, pero debe hacerse de una manera inteligente.

“Cuarentena de dos meses y medio ha sido más que suficiente”.

Monserrat Arita, presidenta de Médicos en Acción.

cerrar operaciones y “eso significa pérdidas de empleos, con lo que el núcleo familiar quedaría sin un sostén”.

“La apertura es acertada, pero debe hacerse de una manera inteligente y respetar esa forma escalonada al reactivar la economía”, enfatizó la doctora en Medicina.

Arita sugirió que es necesario

hacer conciencia a todos los negocios y comercios que se reactiven, que sea bajo estrictas medidas de bioseguridad “tanto para el personal como para los clientes que harán uso de esos servicios”.

El problema es que algunos supermercados y empresas no están invirtiendo lo suficiente en las medidas de bioseguridad y “tampoco están capacitando a sus empleados en el uso de la mascarilla”, cuestionó.

“Las tres cosas fundamentales contra esta pandemia, es el uso de la mascarilla, lavarse las manos y el distanciamiento social”, sentenció la dirigente.



## LO MÁS COMENTADO

La seguridad social está lista para la reapertura inteligente y gradual de algunos sectores económicos, anunciada para hoy. Así lo expresó la directora médica del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS) Bessy Alvarado, luego que este 1 de junio, algunos talleres y negocios de autorepuestos reanudarán operaciones.



Los municipios que están cercanos a las cuencas de los ríos en el sector sur occidental deben mantenerse alertas.

## Depresión se convierte en tormenta tropical “Amanda”

**TEGUCIGALPA.** La Comisión Permanente de Contingencias (Copeco) informó que alrededor de las 3:00 de la mañana de ayer, la depresión tropical 2E, se volvió a fortalecer cerca de la frontera entre Guatemala y El Salvador y ahora se ha convertido en la tormenta tropical “Amanda”.

Carlos Cordero, titular de Copeco, dijo que, como se había previsto, la tormenta “Amanda” “se estaba movilizandose entre El Salvador y Guatemala a una velocidad entre cinco y diez kilómetros por hora”.

No obstante, esa baja velocidad le ayudó más bien a fortalecer su capacidad de captación de humedad procedente del Caribe, explicó.

## LLUVIAS

“Esperamos que las comunidades estén atentas, porque siempre se mantendrán lluvias entre 125 a 250 milímetros de agua”, advirtió.

Sin embargo, estamos viendo que por esa trayectoria que ha tomado “Amanda” hacia Guatemala la cantidad de milímetros está bajando a 225, detalló.

## DATO

Hay alerta amarilla en diez departamentos y verde en seis departamentos por 72 horas.

“Eso no quiere decir que no vamos a tener lluvias fuertes, aunque serán menos intensas, por lo que los municipios que están cercanos a las cuencas de los ríos en el sector sur occidental deben mantenerse alertas”, según el experto.

Sugirió que se van a registrar fuertes vientos y se esperan copiosas lluvias en El Paraíso y Olancho “por eso hay que estar atentos a lo que pueda suceder”.

Por otra parte, informó que desde que se emitieron las alertas entre el pasado sábado y ayer se han atendido unas 100 familias que han sido afectadas por las lluvias.

Todas las personas han recibido el apoyo respectivo y “esperamos que en el transcurso de las horas poder entrar a otros lugares de Copán, Ocotepeque, Lempira y La Paz, los departamentos más afectados”, concluyó.



Según las autoridades portuarias, con la llegada de este buque granelero tipo Panamax se probó que el muelle 2-A.

## Llega al puerto el mayor buque granelero a traer grava de Sapadril

**PUERTO CORTÉS.** Con una carga de 64,000 toneladas métricas de gravín, extraídas de la cantera del cerro Sapadril en esta zona, zarpó ayer el buque granelero HA Sklenar, rumbo al mercado norteamericano de la construcción después de permanecer dos días y medio en el nuevo muelle de graneles que aún no se inaugura. El buque HA Sklenar, abandonado en Bahamas, es del tipo Panamax es la más grande nave granelera que ha llegado a Puerto Cortés y mide

unos 800 pies de largo es decir unos 243 metros y la carga que transporta le dejará en Convent, en el estado de Luisiana, en Estados Unidos.

El exportador de esta grava es la firma nacional Alanza que hace algunos meses desarrolló una moderna instalación granelera conocida como Muelle 2-A por su vía logística Avanza que también servirá para el manejo de carga inorgánica como estos agregados pétreos, óxido de hierro, carbón y petcoke de petróleo

HA SKLENAR (IMO: 8007793) es un granelero de autodescarga que fue construido en 1981 (hace 39 años) y navega bajo la bandera de Bahamas siendo su capacidad de carga 73,609 toneladas métricas y esta vez cargó en el Muelle 2 a razón de 25 mil toneladas métricas diarias.

Según las autoridades portuarias, con la llegada de este buque granelero tipo Panamax se probó que el muelle 2-A es el más profundo de la región y con mayor capacidad de carga

y descarga, pues se logró certificar en esta oportunidad una profundidad o calado de unos 14 metros.

Este nuevo muelle granelero, que ya ha estado en operaciones recibiendo y despachando naves desde que fue terminado, no ha sido inaugurado por la situación de la emergencia sanitaria, pero se espera que esto ocurra dentro de poco con lo que se espera mejorar las condiciones y eficiencia en la operatividad de este tipo de carga.

# ¿Cuáles son las funciones de una firma electrónica?



Procesos 100% seguros con su firma electrónica

1

Evita la suplantación de identidad y el fraude, identificando de manera inequívoca al firmante.

2

Asegurar la integridad del documento firmado, garantizando que no ha sido manipulado.

3

Garantiza el no repudio del documento firmado, ya que solo quien la posee puede usarla.



TGU (504) 9809-0081 SPS (504) 9778-4456

[www.tecnisign.com](http://www.tecnisign.com)

**tecnisign**  
CERTIFICADO DIGITAL

HOY INICIA LA FASE CERO O PREPARATORIA

# EL OTRO LUNES SE REACTIVA LA ECONOMÍA DE FORMA GRADUAL

**TEGUCIGALPA.** La mesa multisectorial para la reactivación de la economía acordó que el 8 de junio abrirán las empresas con el 20% de sus empleados.

Lo anterior, después de una paralización de dos meses y medio debido al confinamiento decretado por el Gobierno para contener la pandemia de la COVID-19.

El anuncio fue realizado ayer por los participantes en la mesa, tanto del Gobierno como de la empresa privada. Por parte del Gobierno estuvieron el canciller Lisandro Rosales; el ministro de la presidencia Ebal Díaz y el embajador de Honduras en México, Al-den Rivera.

Los compromisos alcanzados establecen que la reapertura será gradual; el 8 de junio abrirán las empresas con el 20 por ciento de empleados.

Luego, paulatinamente las empresas irán aumentando el número de empleados y para el 15 de agosto se espera que la reapertura económica esté normalizada en un 100%.

Según informaron, esta semana será de preparación para todas las empresas, previo a poner en marcha el plan. El plan de reactivación económica tendrá una duración de 75 días hasta volver a la normalidad en el sector laboral.

Las autoridades también informaron que, aunque haya una reactivación económica, se mantiene el confinamiento y la restricción para las personas de circular con el último dígito de la tarjeta de identidad.

Asimismo, indicaron que la decisión de una reapertura de las actividades económicas y sociales, en el marco de la pandemia del coronavirus, se hace sobre la base de informes presentados por la Unidad de Vigilan-

cia de la Secretaría de Salud y la Unidad de Epidemiología del Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (SINAGER), quienes manifiestan que es posible el reinicio de dichas actividades, con el estricto apego a las respectivas medidas de seguridad. Además garantizan el abastecimiento de tratamientos de carácter ambulatorio y hospitalario.

## A CONTINUACIÓN LOS ACUERDOS A LOS QUE LLEGARON:

**1.** Reconocer como válida la conformación de tres Regiones claramente diferenciadas denominadas como Región 1, Región 2 y Región 3, caracterizadas en base a los siguientes criterios: Región 1, con baja incidencia positiva y baja densidad poblacional; Región 2, con mediana incidencia positiva y mediana densidad poblacional; y Región 3, con alta incidencia positiva y alta densidad poblacional. Los mapas y listados de municipios anexos a esta Declaración deben ser consideradas como parte inseparable de la misma;

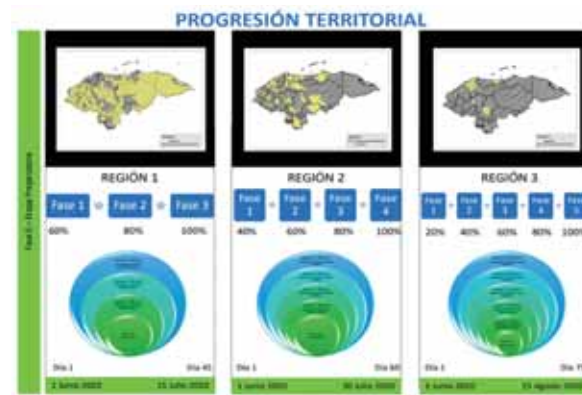
**2.** Recomendar que la reapertura económica y de las actividades sociales se realice de manera progresiva, utilizando como mecanismo de control el número de colaboradores que podrán incorporarse al trabajo siguiendo las siguientes directrices: i) 5 fases de progresión en la Región 3, comenzando con la incorporación del 20% de los colaboradores de las unidades productivas, comerciales y de servicios y avances de 20% en períodos de 14 días, llegando al 100 por ciento en un período total de 75 días; ii) 4 fases de progresión en la Región 2, comenzando con la incorporación del 40% de los colaboradores y avances de 20% hasta llegar a 100, en un período total de 60 días

y; iii) 3 fases de progresión en la Región 1, comenzando con la incorporación del 60% de los colaboradores y avances de 20% hasta llegar a 100, en un período total de 45 días.

**3.** Recomendar el uso de salvoconductos emitidos por la Secretaría de Seguridad como el mecanismo de control de las personas que, de manera progresiva, se integren a las actividades económicas y sociales a nivel nacional.

**4.** Declarar el suficiente abastecimiento de equipo de protección personal y de tratamientos de carácter ambulatorio y hospitalario, así como la implementación de un sistema de relevo para el personal del sistema de salud, todo debidamente certificado por el Gobierno de la República, como factores fundamentales y condicionantes de la reapertura económica y social. Este abastecimiento debe ser coherente con las proyecciones de personas expuestas oficializadas por la vía de la Unidad de Vigilancia de la Secretaría de Salud (SESAL).

**5.** Proponer al SINAGER la adopción de la propuesta de reapertura económica y social del país, indicando el 1 de junio de 2020 como la fecha de inicio de las fases progresivas de reapertura, quedando autorizadas las empresas del sector privado a realizar del 1 al 7 de junio de 2020, únicamente actividades de carácter preparatorio relacionadas con el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad por sector aprobados por la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS), la adquisición de Equipo de Protección Personal para sus colaboradores y la gestión de salvoconductos ante la Secretaría de Seguridad, teniendo el 8 de junio como fecha efectiva para la realización de sus actividades bajo los parámetros de progre-



sividad establecidos en el numeral 2 de esta Declaración.

**6.** Las empresas medianas y grandes, de acuerdo con la categorización vigente establecida por la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS) que progresivamente se incorporen a la actividad económica, actuarán como centros de TRIAJE para sus colaboradores y clientes, comprometiéndose a actuar en completa coordinación con el SINAGER a efectos de ampliar la capacidad del país para la identificación de personas sospechosas, a quienes se les aplicará el protocolo respectivo relativo al régimen de aislamiento y tratamiento de carácter ambulatorio. Todo lo anterior en la búsqueda permanente de reducir la necesidad de atención hospitalaria para los ciudadanos expuestos.

**7.** Promover el fortalecimiento de la Unidad de Fiscalización creada por el Gobierno de la República, para asegurar el estricto cumplimiento y apego de las empresas y las organizaciones sociales, a los protocolos de bioseguridad aprobados por la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS).

**8.** Proponer la integración de un Comité Nacional de Vigilancia, con la participación de los sectores representados en esta Mesa Multisectorial, que asuma la responsabilidad de dar seguimiento, monitoreo y evaluación al proceso de reapertura en sus diferentes regiones y fases, con facultades suficientes para dejar en suspenso o acelerar el proceso de reapertura, en función del comportamiento de la pandemia en cada uno de los municipios del país. El Comité Nacional de Vigilancia debe contar, a juicio de esta mesa multisectorial, con Comités Departamentales que pueden estar incorporados en las ya existentes representaciones

del SINAGER a nivel de departamentos, desde donde se atenderán las necesidades de vigilancia en sus respectivos ámbitos territoriales a efectos de trasladarlos de manera periódica al Comité Nacional. Toda la información derivada de la vigilancia de este Comité debe ser publicada y difundida a la población en general.

**9.** Siendo parte del Comité Nacional de Vigilancia, la Unidad de Epidemiología del SINAGER, facilitará el análisis epidemiológico necesario para realizar la auditoría de la tendencia de casos confirmados, recuperados y fallecidos en cada municipio del país y para ello hará uso de los datos que aportará cada semana la Unidad de Vigilancia de la Salud de la SESAL. Es acordado, que los análisis de la Unidad de Epidemiología serán insumos fundamentales para la toma de decisiones hacia lo interno del Comité Nacional de Vigilancia.

**10.** Que el Comité Nacional de Vigilancia verifique, de manera permanente, el debido y suficiente abastecimiento de tratamientos ambulatorios, tratamientos hospitalarios y equipo de protección personal, en el sistema de salud del país.

**11.** Instar a la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social (STSS) a vigilar de manera permanente el respeto a los derechos de los trabajadores del país, reconociendo que la reapertura de la economía y las actividades sociales en Honduras lleva implícito el deseo de proteger los empleos y dinamizar el mercado de trabajo. Con sentido de Unidad Nacional, de Solidaridad, Responsabilidad y Coherencia con el presente y futuro de Honduras, suscribimos esta primera Declaración en la ciudad de Tegucigalpa, a los 29 días del mes de mayo de 2020.

## Liberan y descongestionan paso por la frontera Nicaragua-Costa Rica

**TEGUCIGALPA.** Autoridades económicas y el gremio del transporte de carga de Centroamérica acordaron la liberación y descongestión de la frontera Nicaragua-Costa Rica para que los transportistas puedan realizar su trayecto y retornen a sus países luego de estar retenidos por restricciones del Gobierno costarricense.

Costa Rica aplicó las medidas restrictivas hace varias semanas como parte de sus acciones contra la pandemia de coronavirus, pero al final

afectaron el transporte de carga regional. Honduras lideró el acuerdo regional a través de la Secretaría de Desarrollo Económico (SDE), ya que ocupa la presidencia pro tunc del Sistema de la Integración Centroamericana (Sica). “En reunión virtual entre Comieco y Fecatrans se logró un acuerdo inmediato para desbloquear las fronteras y restablecer el flujo comercial en la región. El acuerdo plasma las necesidades del sector transporte de ampliar la permanencia en Costa Rica a cinco días”, dijo

la designada presidencial y ministra encargada de la Secretaría de Desarrollo Económico (SDE), María Antonia Rivera. “Estos resultados se suman a los lineamientos de bioseguridad para el sector transporte de carga que fueron aprobados esta semana en videoconferencia entre el Consejo de Ministros Integración Económica (Comieco) y el Consejo de Ministros de Salud de Centroamérica”, explicó Rivera. Añadió que dicho acuerdo “permite descargar mercancías en bodega para productos perece-

deros y peligrosos. Al mismo tiempo, salvaguarda los intereses de salud de los transportistas de carga ante la pandemia coronavirus”. Rivera agregó que se creó un grupo de trabajo entre la Comieco, Fecatrans, Sica y Sieca para el fortalecimiento del sector transporte; mismo que deberá reunirse en cinco días. Sobre los principales acuerdos, precisó: “Uno: Después de siete horas logramos llegar a un consenso de que la carga perecedera, producto aduanero o carga peligrosa sí se vaya al depósito del im-

portador”. “Dos: Que es la carga normal tendría que irse a un depósito fiscal”, agregó. “Tres: Primero que eran 48 horas que tenían que estar y eso era demasiado poco, luego 72 y lo subieron a cinco días y ahí sí llegamos al acuerdo con los transportistas de que es un tiempo apto para entrar y salir” de Costa Rica, indicó.

“Luego por parte de Fecatrans se comprometieron en despejar la toma que tenían en la aduana de Peña Blanca, que es la frontera con Nicaragua y Costa Rica”, apuntó Rivera.

## OPINAN

## EDITORIAL

## ÁRBOLES Y FRUTAS DE HONDURAS, RIQUEZAS QUE NO APRECIAMOS

**H**onduras es un país privilegiado que, posiblemente, muchos en nuestro país no conocen las frutas y riqueza forestal, perdimos el mercado mundial de nuestras maderas preciosas gracias al abandono, explotación y tristes historias que es mejor no recordar. No obstante, a pesar de la plaga del pino, gozamos de una riqueza forestal diversa y por explotar. La agroindustria es desconocida, no obstante, empresas extranjeras usan nuestro maíz, nuestro café, aunque este último podía industrializarse en gran escala, dada su calidad. Una simple mirada a la naturaleza que nos rodea da la idea de que muchas de ellas, están allí por obra del Creador, en varias ciudades y montañas se encuentran árboles y frutas de más de 300 años, refiriéndonos al cacao que, últimamente, revistas de prestigio mundial han afirmado que su origen está en Honduras, no es Brasil o México como se ha afirmado los antiguos mayas, olmecas y aztecas que lo consumieron le llamaban "el manjar de los dioses". El Día del Árbol, el pasado treinta de mayo, ha pasado casi desapercibido para la mayoría, solamente unos programas de resiembra a cargo de empresas y de la TV, y el Ejército Nacional, se hicieron notar. También debimos acordarnos de nuestros mercados llenos de verduras, de frutas, aunque si se cultivaran en grandes cantidades como el melón, la sandía, la caña, los cítricos y los bananos, podrían

exportarse e industrializarse. Para recordarle a la población, a los maestros y jóvenes, y a los lectores de EL PAÍS, e innovadores, nos dimos a la tarea de recordar algunos de ellos, destacando nuestros deliciosos frijoles que, a propósito, ¿sabía usted que eran endémicos de Honduras? Crecían como cualquier planta silvestre, hasta que nuestros antepasados los usaron como alimento, ahora indispensable en nuestra dieta. Para recordar una muestra y poner a trabajar a nuestros emprendedores, les presentamos una fiesta de frutas y verduras que consumimos, esta vez es para estudiarlas y ver qué podemos hacer con mangos y cítricos de diferentes variedades, mazapán, tamarindo, mamones, negrito, pitayes, guanábanas, plátanos, bananos chatos, melones, ciruelas, marañones, manzanas, cacahuates fresas, mangostán, matasano, lachas, nances, anonas, zapotes, aguacates, papayas, piña, izote de montaña, pacayas, carao, capuchas, chiles de numerosas variedades igual que verduras, coyoles, cocos, y usted sume los que no aparecen, sin contar la riqueza forestal de flores y plantas medicinales que tiene Honduras. ¿Los hemos sabido consumir y comercializar? Emprendedores, ahora es tiempo de innovar para no depender de una sola actividad económica. La riqueza está allí, no sigamos creyendo que somos pobres. Son un don del Creador, denle gracias.

## 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.*

## SIN RODEOS

## Imposible parar la actividad política



**Edgardo Rodríguez**  
Político y periodista

**N**o sé si son muchos o pocos los que opinan que debería haber cero actividades políticas partidistas en este momento de crisis sanitaria. Solo en parte me sumo a esa opinión, porque considero que la vida debe continuar, obviamente algunas o muchas actividades de forma limitada. Porque es imposible la inmovilidad total, no se puede pedir a los políticos que dejen de hacer política, es como pedirles que dejen de respirar.

Como les relataba hace varias semanas atrás, en uno de mis comentarios, en muchos países del mundo la actividad política ha continuado, de forma limitada sí, pero ha continuado. Hay países donde se han realizado elecciones municipales, como Francia y, en otros, elecciones parlamentarias, como en Corea del Sur. Sí creo que los partidos y los políticos deberían sumarse, en la medida de sus posibilidades, a colaborar con los más golpeados con la crisis económica, en eso sí estoy de acuerdo.

Aquí la actividad política no se ha detenido del todo. Del lado de la oposición se ha visto a precandidatos presidenciales, como el abogado Méndez, de LIBRE, repartiendo gallinas, así como diputados actuales en plena labor social, también se sabe de ciertos pre candidatos a las alcaldías o a diputaciones que, en Tegucigalpa, San Pedro Sula, o en el interior del país, realizan constantes acciones de solidaridad, a todos se les aplaude.

Del lado de la oposición también ya aparecen algunas figuras que abiertamente se han postulado como precan-

didatos presidenciales, tal es el caso del sampebrano empresario de la comida, Roberto Contreras, que en un vídeo de redes sociales anuncia que deja al precandidato de las gallinas y se lanza en busca de la gran guayaba presidencial, le deseamos mucha suerte. Y qué decir de la doctora del Hospital Escuela y del Colegio Médico, que en una entrevista ya marcó la cancha, al decir que sí buscará la candidatura presidencial sería por el glorioso partido rojo blanco rojo. ¿Ven?, es imposible amarrear a los políticos.

Y en el partido de Gobierno las cosas están más que definidas. Por un lado, el doctor Oliva suma cada vez más movimientos a su favor y se fortalece, por eso dicen que el gallo viejo con el ala mata, vea, y el presidente del legislativo le roba el mandado al alcalde, quien tiene gran simpatía por su forma de ser humilde y trabajador, pero que su bajo perfil como precandidato ya está preocupando a líderes de alto o medio rango de su movimiento, porque sienten que Oliva le puede ahumar el ayote.

En política, al igual que en otras áreas, no hay que confiarse, las cosas cambian de un momento a otro. La historia política del mundo está llena de ejemplos de muchos candidatos, en las elecciones primarias o en las generales, que partieron como grandes favoritos, pero que se durmieron en los suaves pétalos de laurel, se confiaron pues, y fueron terriblemente sorprendidos por la derrota. Desde ya se aprecia que en el partido de la estrella solitaria habrá una apretada competencia interna por la candidatura.

## 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

COMPRA Y VENDE **iRAPIDITO!**

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

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



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.

**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 \$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 vras. 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 \$30,000 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 kiosco. Valor Lps. 3 millones.

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

**CONSÚLTENOS, PUEDE CONFIAR EN NOSOTROS**

**Le brindamos los siguientes servicios:**

- Venta o alquiler su bien inmueble o propiedad.
  - La renta con opción a compra si usted así lo desea.
  - Compra y venta de propiedades dentro y fuera de la ciudad y del país en calidad de inversión.
  - Administraciones de bienes inmuebles.
  - Asesoría de precios y valores catastrales.
- Entre otros servicios.
- TELÉFONOS**  
9658-7869  
9978-5136  
9959-7400

*Más fácil*

**COMPRA Y VENDE iRAPIDITO!**

Anúnciate en nuestros clasificados de línea y automáticamente te anuncias

**GRATIS EN NUESTRA WEB**

**elpais.masclasificados.hn**

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

# Bienes Raíces

MÁS Clasificados



## D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces  
Llama al 9964-9686



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

Inscríbete al [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 al [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



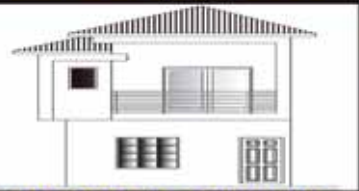
**CASA MAYA #2  
534 VARAS, 380 MTS  
DE CONSTRUCCION**

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 al [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 al [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.

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



**Los Portales**

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

## D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



**Se vende casa  
en la Ideal**

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

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



**Casa en Jardines  
del Valle**

Lps. 3,000,000 millones,  
negociable, 3 habitaciones,  
cuarto de empleada, garaje  
para dos carros, 523 varas.

## D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



**Las Mesetas**

Construya su casa con nos-  
otros, de 3 habitaciones, dos y  
medio baños, tenemos ter-  
reno de 280 varas 2,750,000.  
Dc brokers constructores y  
desarrolladores de hogares  
llamar 99649686 INSCRIBETE  
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  
garage 2 vehiculos nueva  
en \$260,000 finos acaba-  
dos llamar al 99649686.  
INSCRIBETE A: WWW.DC-  
BROKERS.CLUB Y CON-  
VIERTETE EN SOCIO.

## D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



**Villa Mónaco se  
vende casa**

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

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



**Residencial  
Salamanca, casa  
en pre venta**

La cual consta de 300 mts2,  
área de construcción 144.76  
mts2, sala, comedor, cocin-  
a, 3 dormitorios, 2 baños,  
área de lavandería, garaje,  
puertas de madera de color e  
interiores termoformadas con  
marco de cedro, ventanas  
cortizolas, 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.

# 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 Milla 4, 800 varas, 4 habitaciones.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### Se venden 1,650 varas Barrio La Guardia

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

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### Se vende casa La Trejo

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

### 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 L.2,850,000, son 5 habitaciones, PARA CITAS 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### Se vende casa Colonia El Roble

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

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces

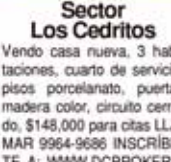


#### Villa Mónaco vendo casa circuito cerrado

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

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### Se vende casa 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



#### Vendo Casa 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

Masajes Domicilio S.P.S.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### 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 Figueroa

8800 Varas contiguo a Torres Terravista cercadas a \$250 la vara, negociable ideal para condominios LLAMAR A 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

### D.C. Brokers

Constructora y Bienes Raíces



#### Se vende casa

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.



**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 ferreteria, centro comercial, otros.



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

**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.



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

**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.



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

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



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

**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 inundable, el valor por manzana es de Lps. 248,000.00, zona agroindustrial, extensión 40.5 hectáreas, 58.0867, especial para cultivos de palma, caña o cacao.



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

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



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

**Se venden 680**  
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

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



**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

**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



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

**52 manzanas en**  
Santa Cruz  
con casa de campo y casa de mayordomo, y árboles frutales litchas, naranjas, limones, café y 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 TRAIGO AL SER AMADO**  
rendido a tus pies!!

Privacidad y confianza absoluta!!

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



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

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



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

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

**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.

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

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

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

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

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

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

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

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400**  
**46 manzanas a Lps 230,000.00**  
 Por manzana planas no inundables, casa en El Barrial 2100 varas, 500 metros de construcción, 5 habitaciones completa, área de cine. \$500,000.00 negociable.

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**Sitratel se vende solar 430 varas**  
 En 1,350,000 llamar A 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y ONVIERTETE EN SOCIO.

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400**  
**Bella Vista 9,500 V<sup>2</sup>**  
 ¡¡¡GANGA!!!, \$185,000.00 negociable.

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

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**ALQUILER DE EDIFICIOS**  
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**Se alquila bodega de 300 metros**  
 Barrio La Guardia contiguo a Boroñsa en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**Se venden edificios en Bo. El Centro**  
 4 avenida en 6,500,000 y otro en 6 calle El Centro a 13,000,000 también se vende propiedad de 800 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 venden 10 manzanas, Valles de Quimistán**  
 Planas, cerca de carretera occidente a L. 300,000 cada manzana. Cel. 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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

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

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**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 alquilan 2 edificios en colonia Aurora**  
 De 5 y 4 niveles conectados entre sí cada piso tiene 200 metros todo por L. 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.

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

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**En Barandillas**  
 2100 mts, tres pisos, el primero en parque en sotano con autoservicio 4 \$ el metro, 850 mil \$ todo el edificio.

**D.C. Brokers**  
 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 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 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 bodega en el bulevar del Sur**  
 1390 metros cuadrados con 3 mil varas cuadradas. El precio de la bodega es 700 mil dólares.

**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces  
**TELEFONOS 9658-7869 9978-5136 9959-7400**  
**Se vende edificio**  
 3 niveles y sotano en barrio El Centro frente a Hondutel, 4 ave, una cuadra al este de Davivienda a tan solo L.5,000,000.00, LLAMAR 9964-9686, SAN PEDRO SULA INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



# ¿CÓMO AFECTA EL CAMBIO CLIMÁTICO A LA SALUD?

El cambio climático ya no es un problema para futuras generaciones: está aquí y estamos empezando a observar sus claros efectos con nuestros propios ojos.

Tormentas más intensas, olas de calor más fuertes, derretimiento de los glaciales y cambios en los ecosistemas son algunos de ellos.

Pero, por desgracia, el cambio climático no altera únicamente el bienestar de los ecosistemas y las especies salvajes que los habitan, sino que también presenta diversos efectos en la salud humana. Aquí te presentamos unos cuantos, listados por los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades o CDC (Centers for Disease Control and Prevention).

## **POLUCIÓN Y SALUD HUMANA**

El cambio climático se traduce, en parte, en un aumento de ozono a nivel del suelo. Este es un agente de contaminación secundaria, ya que se forma a partir de otros dos gases. Es uno de los componentes principales del smog o niebla tóxica, conocida por muchos.

Este fenómeno, a largo plazo, afecta a la salud de diversas formas:

Un mayor número de ingresos hospitalarios de pacientes con asma. Genera una disminución de la capacidad pulmonar.

Incluso puede llegar a ser la causa de muertes prematuras.

Algunos de los factores que promueven la formación de ozono al nivel del suelo son el calor, alta concentración de aerosoles químicos y las emisiones de metano. Algunos estudios estiman que, si no se toman medidas con respecto a la contaminación, se producirán de 1 000 a 4 300 muertes prematuras por esta causa antes del año 2050.

## **AUMENTO DE ENFERMEDADES POR VECTORES**

Los vectores animales son aquellos seres vivos capaces de



transmitir una enfermedad al ser humano al entrar en contacto con él. Nos vienen rápidamente a la mente mosquitos, moscas, garrapatas y otros insectos.

Debido al cambio climático y a la expansión irreversible del ser humano en terrenos naturales, se producen variaciones en las dinámicas biológicas normales de estos vectores. Esto puede tener diversos efectos:

Los patógenos pueden conquistar nuevos nichos por un ambiente modificado más propicio para ellos, aumentando su rango geográfico.

Puede aumentar la incidencia en ciertas poblaciones nuevas, ya que estas están menos preparadas,

no presentan vacunas tan eficaces o no han desarrollado inmunidad.

Una mayor infestación podría traducirse en una mejor capacidad evolutiva y adaptativa del patógeno.

## **EL EFECTO NEGATIVO DE LAS TEMPERATURAS EXTREMAS**

Las temperaturas extremas son uno de los efectos más claros del cambio climático, junto a otros muchos.

Todos conocemos los efectos negativos de las olas de calor en la población, sobre todo en los grupos de riesgo. Las olas de calor también causan un aumento en el número de ingresos de personas

con problemas cardiovasculares y respiratorios, entre otros.

## **OTROS EFECTOS**

El aumento de temperaturas puede producir un desequilibrio en las épocas de floración de las distintas especies vegetales.

El propio incremento del CO<sub>2</sub>, por distintas razones, puede desembocar en una intensificación de la producción de polen. Esto, combinado con el punto anterior, puede causar un aumento de alergias en la población general.

Variaciones en las temperaturas, tanto del agua como del aire, así como episodios de inundaciones o lluvias extremas, pueden

promover la contaminación de las aguas potables, sobre todo en países subdesarrollados. Esto se traduce en un incremento de enfermedades bacterianas y diarreas severas.

El aumento de incendios forestales también es un grave problema, no solo para los ecosistemas, sino para la salud humana, por su peligrosidad y porque generan una elevada concentración de partículas nocivas en el aire.

Eso sí: aún estamos a tiempo de actuar. Con una serie de sencillos pasos y concesiones podemos convertir el mundo en un lugar más habitable para nosotros y para las futuras generaciones.

**MEJOR CON SALUD**



## DEFICIENCIA DE VITAMINA A: POSIBLES RIESGOS

La deficiencia de vitamina A puede acarrear problemas en la salud. Este nutriente se incluye en las vitaminas categorizadas como liposolubles, es decir, que se disuelve en grasa, y se necesita una cantidad mínima de tejido adiposo para poder ser almacenada en el organismo.

En el cuerpo humano desempeña funciones esenciales, ya que interviene en el desarrollo de la vista y asegura su correcta salud. Por otra parte, actúa como antioxidante. Su ingesta habitual reduce el riesgo de desarrollar enfermedades complejas

a medio y largo plazo.

La buena noticia es que se trata de un micronutriente bastante habitual en la dieta. Los alimentos de color rojo o anaranjado suelen contenerlo en su composición. Por este motivo, consumir verduras con asiduidad asegura un correcto nivel de esta vitamina en el organismo.

A pesar de todo, pueden darse casos de un déficit de vitamina A. Esto se suele producir en dietas muy bajas en grasa, o en aquellos individuos que no llevan una alimentación variada. La vitamina A desempeña un papel neuro

proteccionador. De este modo, niveles bajos de la misma se han asociado con una mayor prevalencia de patologías asociadas a la tercera edad, como puede ser el Alzheimer.

La deficiencia de este micronutriente se vincula con una mayor producción de beta-amiloideos, compuestos relacionados con el desarrollo de enfermedades neurodegenerativas.

Uno de los primeros síntomas que alertan de una carencia de vitamina A es la aparición de problemas de tipo visuales. El más común es conocido como cegue-

ra nocturna y se manifiesta como una dificultad para adaptarse a la oscuridad.

En los casos más agresivos de deficiencia de este micronutriente, pueden llegar a desarrollarse lesiones de tipo ocular. No obstante, estos casos son poco frecuentes.

Son más típicas las alteraciones gastrointestinales producidas por la falta de esta vitamina. Así, la diarrea es una manifestación habitual en individuos que padecen este problema dietético.

**MEJOR CON SALUD**



### Valor nutricional del licuado de fresa

Es un magnífico ejemplo de una bebida que nos puede ayudar a mantener la salud de nuestro cuerpo. Uno de los principales nutrientes que contiene la fresa es la vitamina C. De hecho, se posiciona entre las frutas que más aportan en esta vitamina.

Como sabemos, un consumo adecuado de vitaminas le proporciona al sistema inmunitario el compuesto necesario para llevar a cabo sus funciones. Así, se fortalecen las defensas del cuerpo contra agentes infecciosos.

Asimismo, la vitamina C es un importante antioxidante. En este sentido, la alta concentración de flavonoides de la fresa le da propiedades que podrían estar ligadas con la prevención del cáncer y con el combate de diversos virus.

Además resulta muy beneficiosa para la salud digestiva, ya que es una fuente importante de fibra dietética, alimenta las bacterias saludables del intestino y optimiza la digestión. **MEJOR CON SALUD**

## Beneficios del ejercicio físico entre los 45 y los 55 años

Adoptar un plan de entrenamiento específico entre los 45 y los 55 años no sólo es clave para tener una buena calidad de vida a largo plazo, sino que también nos ayudará a prevenir los peligros del sedentarismo para la salud, ya que suele ser una época propicia para abandonarse a la inactividad física.

Sin embargo, es muy importante mantenerse activo durante la madurez, y si no lo haces ya, continuar haciendo ejercicio, ya que aporta numerosos beneficios tanto a nivel físico, como emocional y psicológico. Las principales ventajas son:

Aumenta la autoestima y favorece las relaciones sociales: la ac-

tividad física mejora el estado de ánimo, y permite relacionarse más y mejor, utilizando el deporte como elemento socializador. De este modo, se pueden establecer relaciones con gente nueva basadas en el deporte.

Mejoras a nivel físico: el deporte en la edad madura también conlleva muchas ventajas físicas, que complementan a las psicológicas. Así, ayuda a mejorar la capacidad respiratoria y a una distribución del oxígeno a los músculos más eficiente, lo que repercute en un mejor estado de estos y de los diferentes órganos. Esto reduce el riesgo de padecer enfermedades, tanto pulmo-

nares, como renales, hepáticas, endocrinas...

Favorece la circulación: la aparición de varices o tromboflebitis en la madurez se limita manteniéndose activo, ya que durante el ejercicio la sangre circula más rápidamente, y esto reduce las probabilidades de desarrollar problemas circulatorios.

Cuidar el peso: la práctica deportiva ayuda a quemar grasas en una edad en la que es frecuente que tanto hombres como mujeres presenten la mal llamada "curva de la felicidad", ayudando a controlar el peso, y a adelgazar en caso necesario. **WEBCONSULTAS**



# LAS BONDADADES DEL BANANO PARA DEPORTISTAS

El banano es una de las frutas más populares entre los deportistas. Debido a su contenido de nutrientes, resulta beneficioso para quienes mantienen una rutina de ejercicio o practican algún deporte. En general, es una fuente de carbohidratos, fibra, vitaminas y minerales. ¿Cuáles son sus principales beneficios?

En primer lugar, es un alimento muy versátil, ya que se puede consumir al natural, añadido en batidos o incluido en el desayuno. Por otro lado, por su composición, es idóneo para mejorar la calidad de la dieta. A continuación, te contamos más al respecto.

## ES UNA FUENTE DE CARBOHIDRATOS

Contiene azúcares en su composición, debido a esto, puede ser una fuente de energía. En función de su nivel de maduración, dichos azúcares presentan mayor o menor índice glucémico. Por lo tanto,

se puede ingerir uno poco maduro antes de un entreno, o bien, uno más maduro en medio del mismo.

Los carbohidratos que contiene esta fruta permiten reponer los depósitos de glucógeno una vez que ya ha comenzado el evento deportivo.

Recargar el glucógeno muscular durante el ejercicio permite, entre otras cosas, retrasar la aparición de la fatiga. Además, podría ayudar a disminuir el riesgo de lesión muscular.

## CONTIENE POTASIO

Los deportistas acostumbran a llevar una dieta rica en sodio. El motivo por el cual esto sucede es que una hiponatremia resulta fatal, y es necesario reponer los niveles de sales una vez terminado el entreno. Sin embargo, una dieta alta en este mineral puede repercutir de forma negativa sobre la presión arterial, elevando sus



niveles. Para moderar este efecto, es necesario aumentar el aporte de potasio y esta es una fruta que se caracteriza por su aporte de este mineral.

Además de conseguir equi-

brar la presión sanguínea, el potasio presente en el banano contribuye a evitar un desequilibrio electrolítico durante la práctica de ejercicio. Por si todo esto fuese poco, contribuye a reducir el

riesgo de calambres musculares.

Para obtener los beneficios del banano para deportistas es conveniente ingerirlo antes y durante el ejercicio.

**MEJOR CON SALU**

## Algunos beneficios de la soya

La soya contiene altos niveles de proteína de origen vegetal, grasas poliinsaturadas, fibra, vitaminas y minerales.

La Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) reconoció que 25 gramos por día de proteína de soya puede reducir el riesgo de una cardiopatía y los niveles de colesterol.

Además, el gran valor de proteína de la legumbre, la hace un gran sustituto de la carne que combinada con un cereal (arroz) forma una buena calidad de proteína.

Los alimentos a base de soya son recomendados para pacientes obesos y diabéticos, debido a que presentan un bajo índice glucémico.

**MUY INTERESANTE**



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

**SERVICIO A DOMICILIO**

Reino Botánico | @reino\_botanico

# COVID-19 Y TU SALUD MENTAL

Las preocupaciones y la ansiedad sobre COVID-19 y su impacto pueden ser abrumadoras. El distanciamiento social hace que todo sea aún más complejo. Aprende maneras de afrontar la situación durante esta pandemia.

La pandemia de la COVID-19 probablemente ha cambiado mucho la manera en que vives tu vida, y con esto ha traído incertidumbre, rutinas diarias alteradas, presiones económicas, y aislamiento social. Quizás te preocupes por enfermarte, por cuánto tiempo durará la pandemia, y qué nos traerá el futuro. El exceso de información, los rumores y la información errónea pueden hacer que te sientas sin control y que no tengas claro qué hacer.

Durante la pandemia de la COVID-19 quizás sientas estrés, ansiedad, miedo, tristeza, y soledad. Es posible que empeoren los trastornos de salud mental, incluyendo la ansiedad y la depresión.

Aprende estrategias para autocuidado y busca el cuidado que necesitas para ayudarte a afrontar esta situación.

## MEDIDAS DE AUTOCUIDADO

Las medidas de autocuidado son buenas para tu salud física y mental, y pueden ayudarte a tomar control de tu vida. Cuida tu cuerpo y tu mente, y conéctate con otros para beneficio de tu salud mental.

### CUIDA TU CUERPO

Presta atención a tu salud física:

- Duerme lo suficiente. Acuéstate y levántate a la misma hora todos los días.
- Practica tu horario normal, aun si estás quedándote en casa.

- Participa regularmente en actividad física. La actividad física regular y el ejercicio pueden ayudar a reducir la ansiedad y mejorar el estado de ánimo. Encuentra una actividad que incluya movimiento, como danza, o aplicaciones para ejercicio. Sal al aire libre en un área en que sea fácil mantener la distancia de otras personas — como lo recomiendan los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) o el gobierno — como un sendero en la naturaleza o el patio de tu casa.

- Come de manera saludable. Elige una dieta bien balanceada. Evita comer comida basura y azúcar refinada. Limita la cafeína, ya que puede agravar el estrés y la ansiedad.

- Evita el tabaco, el alcohol y las dro-



Los juegos en familia pueden ayudar a bajar el estrés.



Una alimentación adecuada es fundamental.



La actividad física durante la cuarentena ayuda a liberarte.

gas. Si fumas tabaco o si vapeas ya estás a un riesgo mayor de enfermedades pulmonares. Como la COVID-19 afecta los pulmones, tu riesgo aumenta aún más. Beber alcohol para hacer frente a la situación puede empeorar las cosas y reducir tu capacidad de afrontamiento. Evita tomar drogas como medio de afrontamiento a no ser que tu médico te haya recetado medicación.

- Limita el tiempo frente a las pantallas. Apaga los dispositivos electrónicos por algún tiempo todos los días, y hazlo también 30 minutos antes de dormir. Haz un esfuerzo para pasar menos tiempo frente a una pantalla

- ya sea televisión, tableta, computadora o teléfono.

- Relájate y recarga las pilas. Reserva tiempo para ti mismo. Aun unos pocos minutos de tranquilidad pueden refrescarte y ayudarte a calmar tu mente y reducir la ansiedad. Muchas personas se benefician con prácticas como respiración profunda, tai chi, yoga, o meditación. Date un baño de espuma, escucha música, o lee o escucha un libro narrado — haz lo que sea que te ayude a relajarte. Elige una técnica que funcione para ti, y practícala con regularidad.

### CUIDA TUMENTE

Reduce los desencadenantes de estrés:

- Mantén tu rutina normal. Mantener un horario regular es importante para tu salud mental. Además de mantener una rutina regular para el momento de irte a la cama, ten horarios consistentes para las comidas, bañarte y vestirse, horarios de trabajo o de estudio, y ejercicio. También toma algún tiempo para actividades que disfrutes. Este procedimiento puede ayudarte a sentir que tienes más control.

- Limita tu exposición a los medios de comunicación. Las noticias cons-

tantes sobre la COVID-19 en todos los tipos de medios de comunicación quizás contribuyan al miedo sobre esta enfermedad. También limita el uso de medios sociales que puedan exponerte a rumores e información falsa. Limita leer, escuchar, o mirar otras noticias, pero infórmate frecuentemente sobre las recomendaciones nacionales y locales. Busca fuentes de información fiables.

- Mantente ocupado. Una distracción puede alejarte del ciclo de pensamientos negativos que alimentan la ansiedad y la depresión. Disfruta de pasatiempos que puedas hacer en casa, identifica un nuevo proyecto u organiza ese armario como te prometiste hacer algún día. Hacer algo positivo para controlar la ansiedad es una estrategia sana de afrontamiento.

Puedes esperar que tus sentimientos tan fuertes actuales desaparezcan cuando la pandemia termine, pero el estrés no va a desaparecer de tu vida cuando termine COVID-19. Continúa con estas prácticas de autocuidado para cuidar tu salud mental y aumentar tu capacidad para afrontar los continuos desafíos de la vida. **MAYO CLINIC**



JUGANDO Y EDUCANDO

# Ahorremos energía

Gracias a ella por las noches podemos iluminar nuestras casas o usar muchos aparatos que nos facilitan nuestro diario vivir como una licuadora, un celular o la televisión. Pero como la electricidad es un recurso caro de producir, es importante que aprendamos a ahorrarla lo más que podamos y así de paso ayudamos a nuestros papás a ahorrar dinero.

Desconecta el cargador del celular cuando no lo estés usando.

En el día utiliza la luz natural para leer.

Apaga el equipo de sonido si no lo estás escuchando.

Si nadie está viendo la tele, apágala o desconéctala.



Peques @el.pais.hn

# Seamos ahorradores

**Peques** @el.pais.hn



Cada vez que hacemos uso desmedido de la electricidad, el planeta sufre el ataque de su enemigo: el efecto invernadero.

Este enemigo del medio ambiente tiene un arma que amenaza con destruir el planeta, son unos gases que se dispersan por todo el mundo causando que el planeta se caliente cada vez más.

Si quieres vencer a este enemigo estas son las armas que debes usar para vencerlo:

**1** Si tú no estás viendo televisión, corre y apágalo.

**2** Siempre debes estar atento de que no hayan luces encendidas innecesariamente.

**3** Dile a tus papis que cambien los focos de luz amarilla por los de bajo consumo o de luz blanca.

**4** A la hora de dormir apaga la luz de la lamparita de noche.

**5** No dejes encendido tus videojuegos si no los estás utilizando.

**6** Si tienes celular, no lo dejes cargando toda la noche, bastan una o dos horas para que la batería de tu celular esté completamente llena.



## Sílabas perdidas

Ya te convertiste en un gran ahorrador que te parece si ahora completas la frase con las sílabas que faltan y encontrarás una interesante rima sobre como ayudar a este mundo.



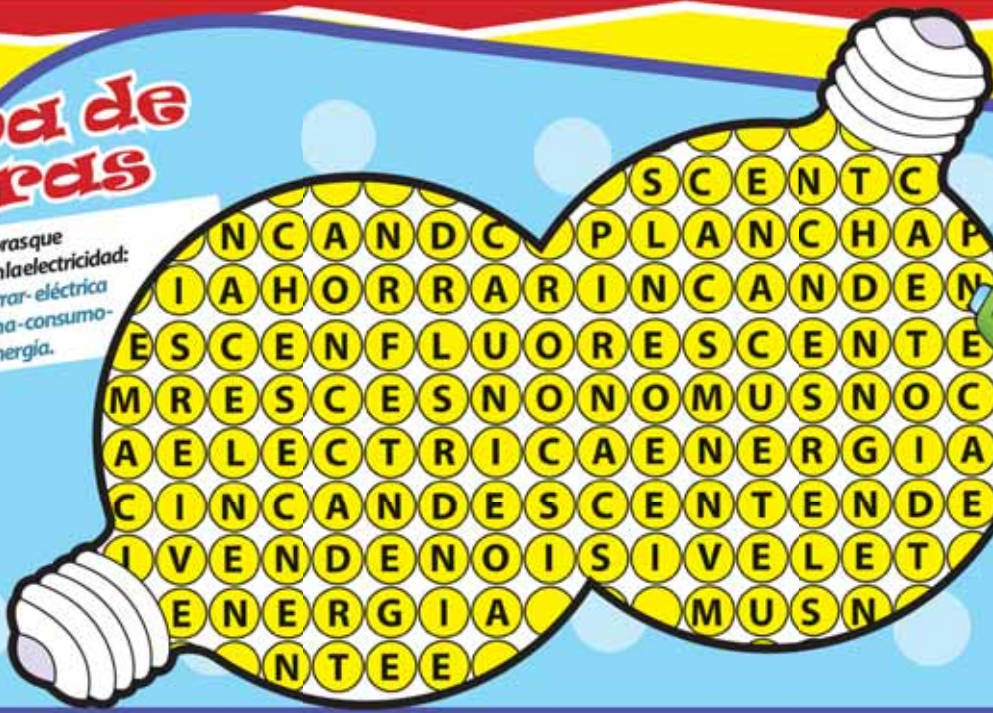
Si \_\_\_ te \_\_\_ do \_\_\_ res  
con \_\_\_ var la luz \_\_\_ no u \_\_\_ \_\_\_ bes  
apa \_\_\_

Sílabas  
gar - que - sas - quie - es - mun - ser - de

Si este mundo quieres conservar la luz que no usas debes pagar

# Sopa de letras

Encuentra las palabras que tengan relación con la electricidad:  
fluorescente - ahorrar - eléctrica - televisión - plancha - consumo - incandescente - energía.



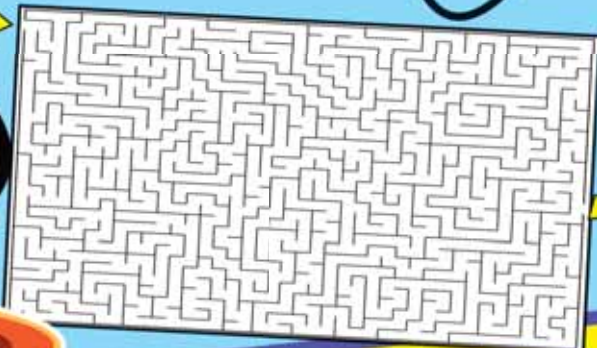
# ¿Quién consume menos electricidad?

Sigue la línea y descubre cuáles aparatos consumen más energía y cuáles consumen menos.



# Conéctate

Hey, está desconectada la compu. ¿Podés encontrar en este laberinto el camino al enchufe? Elige el más fácil.





# Juguemos con Peces

## Cabeza loca

Utilizando la **lógica y el sentido del humor** resuelve estos acertijos de don Grillo, si no entiendes algo pregúntale a tus papás.

**1** ¿Qué se necesita para encender una vela?



**2** ¿Cuál es el océano más tranquilo?



**3** ¿Cuál es el día más largo de la semana?



## Crucigrama

Escribe en el número respectivo el nombre de las imágenes que ves.

## Cuidemos nuestros dientes



Adela y su amiga Lupita te invitan a que disfrutes de esta sopa de letras encontrando palabras relacionadas con la **higiene dental**.

Palabras: **Pasta, caries, encías, dentista, cepillo, bacteria**



@el.pais.hn

# MUNDO SOCIAL

## Athleisure: Outfits que reinventarán la ropa deportiva para estar en casa

No lo vamos a negar, cuando la comodidad llama, los pijamas aparecen en primer plano. Pero últimamente, un nuevo protagonista entra a la ecuación: el athleisure (que es una tendencia de moda que consiste en armar un mix de piezas deportivas con otras más sofisticadas, dentro de un mismo outfit).

Y es que, gracias a esta tendencia es posible combinar lo mejor de dos mundos: el confort y movimiento de la ropa deportiva, con la sofisticación que aportan las prendas casuales y hasta formales! Sin duda, un acertado híbrido, que ha llegado para favorecernos por completo...



**Shorts + sudadera**

Y si ruegas por un día al aire libre en el jardín o terraza, unos shorts veraniegos y una sudadera serán el outfit ideal que te sacará de apuros. Serán la mezcla perfecta de confort y estilo.



**Pantalón ancho + hoodie**

Los pantalones anchos son los nuevos joggers, pues su amplitud los hace ser de lo más cómodo para estar en casa. La mejor forma de hacerlos lucir al combinarlos con una sudadera, es creando un look monocromático o haciendo variaciones de color sutiles.



**Falda midi + sudadera**

Si hay una prenda que siempre reina en primavera, son las faldas midi. Dale un toque de comodidad combinándola con tu sudadera favorita y unos tenis a juego. ¡Opción triunfadora al mil, dejándose llevar por la versión más femenina del athleisure!



**Falda statement + sudadera**

Las faldas statement también pueden lucir increíbles con esa cómoda sudadera que tanto te gusta. Asegúrate de elegir combinaciones de colores interesantes, para crear un look tan cómodo como sofisticado.



**Hoodie + pantalones de vestir**

¿Quién dijo que los pantalones de vestir debían quedar descartados cuando se trata de comodidad? De hecho, vienen geniales si los eliges en una silueta sluchy o paper bag y los combinas con tu hoodie mini favorita.



**Pants + blazer estructurado**

Y para esos momentos en los que solo requieres salir brevemente, ¿qué tal un blazer estructurado en colores neutro para añadirle seriedad al asunto? Se convertirá en tu mejor aliado para darle un twist rápido a esos pants sencillos monocromáticos.



**Biker short + camisa de botones**

Los famosos bikers que durante el 2019 reinaron como parte de los estilismos más audaces entre celebs e influencers, hacen un breve retorno para hacerte sentir ultra cómoda y con estilo, estando en casa. ¿La combinación ganadora para hacerlos lucir increíbles? Sin duda, se trata de una camisa de botones que le añadirá un toque casual.

# ¡YA!

CELEBRIDADES Y MUCHO MÁS

## Se confirma el romance secreto entre Rihanna y Travis Scott

Años después de los rumores de una posible relación entre Rihanna y Travis Scott, finalmente sale a la luz la verdad; pues, de acuerdo a Lawrence Schlossman, ex-editor de la revista Complex, las celebridades mantuvieron un romance secreto entre el 2015 y el 2016, justo antes de que Travis diera a conocer su relación con la menor del clan Kardashian-Jenner, Kylie.

Esto se dio a conocer a través del

podcast Throwing Fits, en donde Lawrence, en compañía de un par de colegas más, estuvieron hablando sobre artículos escritos por estos que ocasionaron la molestia de algunas celebridades, sacando a flote la experiencia con Travis Scott, pues, de acuerdo a Lawrence, este se enteró del romance del intérprete con Rihanna a través de una entrevista que le estaba realizando al rapero.



Y es que, en aquel entonces, el rapero interrumpió la entrevista porque tenía que “encontrarse en privado con Rihanna”, sin embargo, ante los deseos de Lawrence por hacer pública la historia, tanto Travis como la revista le pidieron que no escribiera sobre ello, pues esto afectaría la relación de los intérpretes con Complex para futuras colaboraciones.

Asimismo, durante el podcast

se reveló que fue la intérprete de Barbados quien tomó las riendas de la relación y obligó a Travis Scott a mantenerla en privado, “No fue como que él dijera, ‘No le digas a nadie que estoy con con Rihanna’, más bien era Rihanna diciendo ‘No le digas a nadie que estoy con Travis Scott, por favor’, porque vamos, obviamente eso era realmente vergonzoso”, señaló Lawrence en el transcurso de la

plática.

Cabe mencionar que en el aquel entonces Travis Scott había colaborado con Rihanna para la canción “Bitch, Better have my money”, y desde aquel momento, fueron captados juntos en diversas ocasiones, sin embargo, Rihanna y Scott nunca confirmaron una relación y tiempo después el rapero ya se encontraba con la socialité, Kylie Jenner. **Us.as.com**

LADY GAGA VISTE UNA SUDADERA DEL DISEÑADOR MEXICANO JONATHAN MORALES EN LANZAMIENTO DE SU ÁLBUM.

A Gaga estrenó su disco “Chromatica”, un material musical que regresa a sus raíces dance pop que la catapultaron a la fama en 2008 con el disco The Fame y después con The Fame Monster. Para este estreno, Gaga llevó un atuendo inspirado en la cantante virtual Hatsune Miku, en una sudadera oversized creación de Jonathan Morales de la marca mexicana No Name Studio. **Eluniversal.com**



KENSINGTON DESMIENTE QUE KATE MIDDLETON SE ENCUENTRE ESTRESADA POR LA SALIDA DE MEGHAN Y HARRY.



Hace unos días ha ocurrido lo que pocas veces: el palacio de Kensington ha salido a defender a Kate Middleton, duquesa de Cambridge, ante la publicación de un artículo que según insisten, está plagado de “falsas representaciones” e “inconsistencias” sobre la esposa del príncipe William.

El artículo en cuestión fue publicado por la revista británica Tatler bajo el título de Catherine the Great. Por dicho medio se cita a diversos integrantes de la familia de la duquesa, así como a amistades suyas que aseguran que Kate vive estresada tras la salida de Meghan Markle y su cuñado, el príncipe Harry, de la familia real,

y que esto ha la ha dejado a ella y a su marido con una carga extra en sus funciones reales.

“Esta historia contiene una sarta de inexactitudes y falsas representaciones que no fueron consultadas con el palacio de Kensington previas a su publicación”, asegura un portavoz a People. **Peopleespañol.com**

# FINANCIERO

MATEO YIBRÍN:

## AGROEXPORTADORES VISUALIZAN BUENAS OPORTUNIDADES EN NUEVOS MERCADOS

**TEGUCIGALPA** - La cadena agroindustrial en Honduras augura oportunidades en medio de la crisis generada por la pandemia de la COVID-19 que ha causado daños a la salud y a la economía en el mundo y en el país, dijo el líder agroempresarial Mateo Yibrín al hacer una radiografía del panorama del sector, de cara a la nueva normalidad.

El empresario del norte hondureño manifestó que, aparte de suplir la demanda nacional, rubros importantes en torno a las exportaciones como el café, azúcar, banano y palma africana muestran fluidez en torno a sus programaciones anuales, en gran medida, gracias a la dinámica regular con la que ha operado Puerto Cortés, pilar de los embarques de salida.

Yibrín valoró que el sector agroindustrial ha podido funcionar con fluidez desde el inicio de la pandemia y hasta la actualidad, lo que ha permitido la certidumbre de que hay alimentos y que el fantasma de la escasez no agobie a la población.

La agroindustria únicamente se vio obstaculizada los primeros días de la llegada de la pandemia, cuando algunos gobiernos locales impedían el paso de productores y sus envíos de comestibles, pero la situación pronto logró ser superada.

“Como es un rubro básico no se podía frenar, a raíz de eso la agroindustria del arroz, maíz, frijol, azúcar han seguido operando, tal vez no normalmente, pero han podido trabajar y garantizar el suministro de todos los granos y productos de la canasta básica a nivel nacional, así que en ese sentido hemos pasado tres meses difíciles, pero gracias a Dios sin escasez de ningún producto vital en la canasta básica”, apostilló.

### LA AGROINDUSTRIA LISTA PARA ENFRENTAR LA NUEVA NORMALIDAD

De cara a la inminente reapertura de la economía, dijo que la agroindustria ha cumplido con las normas de bioseguridad internacionales y nacionales. “Cumpli-



Las exportaciones esenciales para Honduras en rubros como el café, banano, palma africana y azúcar.

mos con los protocolos de la Organización Panamericana de la Salud, (OPS) y del ministerio de Trabajo, además de otros requerimientos de ley para garantizar una apertura responsable”, afirmó Mateo Yibrín.

“La industria y especialmente la agroindustria nacional ya tienen sus protocolos de bioseguridad aprobados de acuerdo con la Ley y todas las empresas estamos en un proceso de transición para adoptar todos estos protocolos ya autorizados de una manera disciplinada y estricta para continuar trabajando en esta nueva normalidad”.

Auguró que las empresas del sector han previsto hacer frente a este panorama en una temporalidad hasta de un año o “hasta que al menos tengamos una vacuna accesible para toda la población”.

### CAFÉ

En el caso de la industria agroexportadora, citó los ejemplos de rubros como el café que ha estado exportando normalmente y que, de acuerdo con los reportes, se estima que el actual año cafetero cerrará con cifras de 6.5 millones de sacos exportados.

Detalló que en las entregas de café únicamente ha habido retrasos en los ejes carreteros, pero esos contratiempos han sido superables lo que les ha permitido cumplir con sus calendarios de entrega.

Dijo que un incentivo para la caficultura ha sido el bono que ha distribuido el Gobierno, lo que, según sus estimaciones, permitirá que las exportaciones de la cosecha próxima, que iniciará en octubre de este año, puedan ser superiores a los 9 millones de sacos.

### AZÚCAR

En cuanto a la industria azucarera manifestó que durante la presente zafra se produjo 12 millones de quintales, de los cuales el país consume siete, lo que permitirá, además, cumplir con los contratos de exportación.

“Los pronósticos de exportación de azúcar se van a cumplir”, remarcó.

### PALMA AFRICANA

En el caso de la palma africana, otro rubro fundamental para la agroindustria en cuanto a exportaciones cuenta con siembras de 190 mil hectáreas, lo cual -aseveró Yibrín- garantiza un mantenimiento fluido y normal de la cadena.

### BANANO

En referencia a la producción bananera, el dirigente agroindustrial dijo que para este 2020 se prevé exportar 29 millones de cajas de banano, un millón por encima del año anterior.

Yibrín señaló que, en el banano, se augura la estabilidad del sector.

### MELÓN Y OTROS

En cuanto a las exportaciones de melón, indicó que ese producto sí ha tenido dificultades para de acceso al mercado europeo lo que les ha afectado, pero, indicó que algunos de sus productores no se han quedado de brazos cruzados y han utilizado sus tierras para cultivos alternativos, de uso fundamental en épocas de necesidad como la actual.

Apuntó que en las exportaciones de camarón y los vegetales hay limitaciones en el acceso



## LO MÁS COMENTADO

La Secretaría de Energía, a través de la Dirección de Comercialización de Hidrocarburos y Biocombustibles, confirmó este sábado que las gasolinas subirán más de un lempira, a partir de hoy 1 de junio a las 6:00 de la mañana.



**Es importante que la gente entienda que no se trata de salir a la calle como si no hubiera virus. Vamos a salir con un dígito, el 90% de la gente no podrá circular, solo un 10% lo hará. Entonces, ese 10% podrá ir a consumir o a trabajar. En las empresas, solo el 20% de los empleados podrá llegar, pero solo las empresas que tengan los protocolos de bioseguridad aprobados y que los empleados puedan trabajar de forma segura; con mascarillas y a dos metros de distancia. Habrá riesgo, pero no será tan alto”;**

Mateo Yibrín

a mercados.

Agregó en términos generales la industria agroexportadora está bajando y los problemas de estabilidad para el sector, en torno al acceso de algunos de ellos al mercado europeo, se espera sean solventados paulatinamente.

### OPORTUNIDADES

En relación con las oportunidades que puedan derivarse de las controversias comerciales entre Estados Unidos y China, a su juicio, “es el momento para que nuestra región aproveche. Hay sectores que piensan que no es el momento de abrir las pláticas con EE.UU., sobre el Tratado de Libre Comercio (TLC), pero yo pienso diferente, creo que es una oportunidad”, estableció Yibrín.

Detalló que, “en las actuales circunstancias, los EE.UU. están viendo que ya no pueden depender de China para insumos médicos, agroindustriales, así que yo creo que es el momento de que ellos puedan diversificar sus riesgos geográficos y esta región debe hacer un esfuerzo centroamericano, conjunto”.

En el tema valoró que EE. UU. podría también ver la oportunidad

12

**MILLONES DE QUINTALES**  
de azúcar se produjeron en la zafra.

de generar empleos en Centroamérica, como un espacio válido para contener la migración.

Reapertura prudente, gradual y ordenada

El empresario del sector agroindustrial, y miembro de la mesa multisectorial, dijo que desde esa plataforma se ha evaluado la necesidad de abrir la economía con responsabilidad y de forma gradual.

“Honduras debe ser prudente, hacerlo en etapas y en orden. Se ha presentado una propuesta para que se abra en fases a partir del 8 de junio donde desde esa fecha y por dos semanas, todas las empresas que tengan salvoconductos y protocolos aprobados puedan abrir en San Pedro Sula y Tegucigalpa, con el 20 por ciento de sus empleados, -por ejemplo-, si una empresa tiene 50 colaboradores solo podrán asistir 10 de ellos a trabajar (bajo sistemas de turno) indicó.

Continuó detallando que, ya en una etapa dos, y tras observar los resultados de la primera fase, se prevé que el aumento de trabajadores podría incrementarse al 40 por ciento y así seguir paulatinamente, de acuerdo con los resultados, siempre poniendo en primer lugar la salud y la vida de las personas.

“Hay regiones que podrían tener hasta cinco etapas y esto sería una manera ordenada y prudente de hacerlo y al mismo tiempo durante la fase uno y dos seguiríamos en cuarentena, es decir las empresas van a atender a una población que solo saldrá en 10 por ciento cada día, bajo el mecanismo de un dígito”, según la propuesta que deberá ser aprobada, en última instancia por el Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (Sinager), máximo organismo que atiende la emergencia ocasionada por la COVID-19.

# EL PAÍS / DIGITAL

**TECH**  
News

## HUAWEI P20 PRO Y MATE 10 AHORA CUENTAN CON ANDROID 10 Y EMUI 10

Lo que muchos esperaban, un salto adelante: ahora Huawei P20 Pro y Mate 10 cuentan con Android 10 y EMUI 10. Aunque el anuncio de la compañía china se había lanzado en noviembre de 2017, tomó casi tres años para poderlo ejecutar. Finalmente, Huawei cumplió con esto. El portal especializado GSM Arena ironiza sobre el tema.

Apunta que Google está por difundir la primera versión pública del Android 11. Y mientras, muchísimos teléfonos inteligentes aún no tienen siquiera el 10.

### CARACTERÍSTICAS DE LAS ACTUALIZACIONES DE HUAWEI

La actualización para el P20 Pro llega con el EMUI 10.0.0.161, mientras que el Mate 10 contará con EMUI 10.0.0.158. El peso de descarga para el Mate 10 es de 4.39 GB, mientras que el del P20 Pro es de 4.59 GB.

La serie Huawei P20 tiene como característica principal aprovechar las innovaciones en fotografía e inteligencia artificial.

El P20 Pro es el primer Smartphone de la compañía china con cámara triple. Cuenta con lentes de 40 MP, 20 MP y 8 MP. Su sistema operativo era de Android 8.0 Oreo con interfaz EMUI 8.0. Más



de 10 millones de unidades se vendieron de esta serie.

Mientras, el Mate es elogiado por su combinación única de tecnología y diseño.

Cuenta con una cámara dual

de 12 MP más 20 MP, provista por Leica. Su sistema operativo era de Android 8.0 Oreo con interfaz EMUI 8.0.

[FAYERWAYER.COM](http://FAYERWAYER.COM)

**Gmail por fin renueva su interfaz y es más fácil de personalizar que nunca antes**



En pleno 2020 prácticamente todo mundo cuenta con una cuenta de correo electrónico en Gmail y por consecuencia todos nos hemos topado con lo complicado que puede ser a veces navegar por su menú de configuración. Con el paso de los años las opciones y menús se han robustecido, para terminar dando esta impresión de que todo está apilado conforme se ha ido creando. Gmail cambia: Google anuncia modificaciones importantes para este febrero.

A veces encontrar una entrada de configuración se vuelve un verdadero dolor de cabeza por el laberinto en que se había convertido ese apartado de la plataforma. Pero esos días por fin han quedado atrás. A través de una publicación en su blog oficial la G Suite de Gmail ha anunciado la implementación de

una seria renovación en su interfaz de usuario. Específicamente en su menú de configuración, agregando opciones que permiten hacer cambios rápidos en un par de clics sin obligarnos a perdernos entre todas las lista de sus apartados. Así lo muestra este video: Como sería de esperarse con este tipo de cambios las cuentas alojadas como parte de la G Suite serán las primeras en integrar este cambio de interfaz. Mientras que las cuentas comunes de Gmail usadas por simples mortales tendremos que esperar un poco más para ver esta renovación en acción. Pero también se implementará todo ahí. El menú de configuración rápida es el mayor atractivo en este punto pero toda la lista de mejoras es igual de interesante.

[FAYERWAYER.COMS](http://FAYERWAYER.COMS).

 **Banco Atlántida**

Imagina.  
Cree.  
Triunfa.



## Qualcomm ya tiene listos sus chips Wi-Fi 6E para smartphones y routers

El Wi-Fi 6E es el próximo estándar de la conexión inalámbrica que se está desplegando a lo largo y ancho del mundo. Como extensión de Wi-Fi 6 (de ahí la E en su nombre), busca ofrecer conexiones menos congestionadas y más rápidas. Pero para eso también se requieren dispositivos compatibles, por lo que Qualcomm ya tiene listos sus chips para smartphones y routers con los que hacer uso de este nuevo estándar.

Recién anunciados, los chips de

Qualcomm compatibles con Wi-Fi 6E llegarán a finales de año a los fabricantes de smartphones. Sin embargo los fabricantes de routers ya pueden disponer de ellos de forma inmediata.

Qualcomm FastConnect 6700 y FastConnect 6900 son las dos opciones que ofrece el fabricante para la conectividad Wi-Fi 6E. Con el primero de ellos se aseguran que se pueden alcanzar velocidades teóricas de hasta 3 Gbps mientras que el segundo permite llegar a 3,6 Gbps. En

ambos casos hay compatibilidad con el tamaño máximo de canales Wi-Fi de 160 MHz. Si bien Qualcomm anima a los fabricantes de smartphones apostar por los chips FastConnect 6700 o 6900, es probable que estos decidan esperar a verlo implementado en los Snapdragon directamente. Actualmente los últimos Snapdragon vienen con FastConnect 6800, que no incluye soporte para las redes 6 GHz. [Xakata.com](http://Xakata.com)

[GHZ.XAKATA.COM](http://GHZ.XAKATA.COM)

## TikTok: Google elimina malas calificaciones de la aplicación y aumentan sus estrellas

Es obvio que TikTok no es del agrado de todas las personas, principalmente porque es algo nuevo que se ha hecho viral y que se puede ver hasta en la sopa y no todos "le entienden" y ese extraño rechazo a algo que no hace daño a nadie ha hecho que las calificaciones de esta aplicación.



### YOUTUBE VS TIKTOK

Ponerse de un lado de esta absurda guerra de plataformas de video es, básicamente, una pérdida de tiempo. Cada plataforma ofrece cosas distintas y están dirigidas a audiencias diferentes. Pero parece que hay gente que no entiende que el mercado de aplicaciones se enriquece con la competencia ya comenzaron a calificar negativamente la aplicación en la

Google Play Store. Y parece que ahora, gracias a Google, la calificación de esta app ha subido un poco. Pues eliminó alrededor de 5 millones de calificaciones negativas de la tienda.

Actualmente, TikTok tiene una calificación de 1.6 estrellas de 5 posibles, pero antes de que Google borrara aquellas calificaciones negativas, la

aplicación tenía 1.2 estrellas solamente. Al parecer estos reviews fueron eliminados porque las personas solamente descargaban la aplicación para poder calificarla y después la desinstalaban de inmediato. Lo cual podría demostrar que solamente la bajaron para afectar la calificación sin siquiera haberla usado.

[FAYERWAYER.COM](http://FAYERWAYER.COM)



# 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 Tábor
- 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



## LO MÁS COMENTADO

Las autoridades han decretado el toque de queda nocturno en un total de 25 ciudades de 16 estados de EE.UU., entre ellas Minneapolis, epicentro de las protestas raciales y de los disturbios, donde el gobernador de Minesota, Tim Walz, anunció que se ha ampliado por un día más.

SE DIRIGE A MÉXICO

# LA TORMENTA TROPICAL AMANDA DEJA UNOS 10 MUERTOS E INUNDACIONES EN EL SALVADOR

**SAN SALVADOR.** Las intensas lluvias generadas por la tormenta tropical Amanda en El Salvador causaron ayer la muerte de al menos 10 personas, inundaciones y la destrucción de 50 viviendas en la capital del país, informaron las autoridades.

El ministro de Gobernación, Mario Durán, dijo en una conferencia de prensa que entre los fallecidos se encuentra un niño de 8 años de edad en la localidad central de Ciudad Delgado y una persona que fue arrastrada por un río desbordado en un barrio popular de San Salvador.

El director de la Policía Nacional Civil (PNC), Mauricio Arriaza, añadió que otros dos fallecidos también se registraron en el departamento de San Salvador.

“El número de fallecidos va sumando”, sostuvo Durán, quien más de una hora después de la referida conferencia actualizó los datos y elevó a 10 la cifra de fallecidos.

La Comisión Nacional de Protección Civil declaró ayer alerta roja a nivel nacional, por lo que el presidente Nayib Bukele decretó estado de emergencia.

“El estado de emergencia ha sido decretado, por este servidor, para un período de 15 días, prorrogables”, publicó el mandatario en sus redes sociales y anunció que notificará a la Asamblea Legislativa como establece la Ley de Protección Civil.

De acuerdo con Durán, se han registrado cortes de energía eléctrica, situación que constató Efe, que afecta el suministro de agua potable por daños en la red de distribución y derrumbes en carreteras.

En al menos dos barrios populares del centro de San Salvador se reportaron inundaciones, luego del desbordamiento del río Acelhuate, que recorre toda la capital.

En otra zona cercana a la capital el sistema de cañerías colapsó y el nivel del agua se acercó al metro y medio, por lo que las autoridades tuvieron que utilizar una balsa para rescatar a personas atrapadas.

El Gobierno salvadoreño había declarado alerta preventiva y de vigilancia el viernes pasado ante la formación de una depresión tropical frente a las costas del Pacífico salvadoreño y guatemalteco, la cual fue denominada 2-E.

La tormenta tropical Amanda se formó ayer y avanza en tierra sobre Guatemala con dirección a México, informó el mexicano Servicio Meteorológico Nacional (SMN).

Amanda se ubicó 210 kilómetros al este de la desembocadura del río Suchiate, frontera entre México y Guatemala, y a 25 kilómetros al este-noreste de la Ciudad de Guatemala, señaló el SMN en su reporte de las 10:15 hora local (16:15 GMT).

Medios locales reportan peque-



La Comisión Nacional de Protección Civil declaró ayer alerta roja a nivel nacional. FOTO AFP



Se han registrado cortes de energía eléctrica, que afecta el suministro de agua potable por daños en la red de distribución y derrumbes en carreteras.



En una zona cercana a la capital el sistema de cañerías colapsó y el nivel del agua se acercó al metro y medio. Foto afp

ños derrumbes en carreteras y el desbordamiento de un río en una zona conocida como La Málaga, en la que un autobús fue arrastrado en 2008 y dejó 32 personas fallecidas en San Salvador. **EFE**

## EMERGENCIA

Esta emergencia se da en medio de la pandemia por la COVID-19 que ya ha sobrepasado la capacidad del sistema sanitario salvadoreño para atender a los pacientes y que se ha cobrado la vida de 46 personas.

## Primer vuelo comercial tripulado llega a la Estación Espacial Internacional

**MIAMI.** Los astronautas de la NASA Robert Behnken y Douglas Hurley abrieron ayer un “nuevo capítulo en la exploración espacial” al llegar a la Estación Espacial Internacional (EEI) a bordo de una cápsula de la compañía aeroespacial SpaceX, en el que fue el primer vuelo comercial tripulado con humanos al laboratorio en la órbita terrestre.

“Aquí Houston, Bobby Doug, bienvenidos a la EEI”, fueron las primeras palabras que escucharon los dos astronautas tras atracar con éxito en el módulo Harmony, a las 14:17 GMT.

La nave de la compañía estadou-

nidense es la primera en llegar a la órbita terrestre desde EE.UU. después de que la agencia aeroespacial estadounidense cancelara su programa de transbordadores en 2011, lo que obligó a la NASA a enviar a sus astronautas al espacio mediante la nave rusa Soyuz durante casi una década.

Este viaje es además la última prueba antes de que comiencen las misiones de la NASA operadas por compañías privadas como la de Elon Musk, que en 2014 obtuvo un contrato junto a Boeing para iniciar la comercialización de la órbita terrestre con la vista puesta en volver a poner

al ser humano en la Luna y, posteriormente, llegar a Marte.

“Es un momento increíble para estar en la NASA. Nuevos vehículos que volarán, continuarán con las misiones en la órbita baja, y después a la Luna y a Marte. Gracias y enhorabuena”, dijo Behnken a su llegada a la EEI. Diecinueve horas después de despegar desde Cabo Cañaveral (Florida) acoplados a la punta del cohete Falcon 9 ante la atenta mirada del presidente estadounidense, Donald Trump, la cápsula bautizada como “Dragon Endeavour” fue recibida por la tripulación de la EEI. **EFE**



## INTERNACIONAL

LA MUERTE DE GEORGE FLOYD HA CAUSADO INDIGNACIÓN

## TROPAS OCUPAN LAS CALLES DE EE.UU. TRAS VIOLENTAS PROTESTAS CONTRA EL RACISMO

**MINNEAPOLIS, ESTADOS UNIDOS.** Miles de soldados patrullaban ayer las principales ciudades de Estados Unidos, tras cinco noches consecutivas de protestas contra el racismo y la brutalidad policial que desembocaron en disturbios, una violencia que el presidente Donald Trump atribuye a radicales de izquierda.

La rabia desatada en el país tras la muerte el lunes en Minneapolis de un hombre negro de 46 años, George Floyd, a manos de un policía blanco, provocó disturbios acompañados de saqueos e incendios provocados en esta ciudad del norte del país.

Trump, señalado de enardecer la violencia por sus calificativos en Twitter, donde calificó de "matones" a los manifestantes, prometió poner fin a "la violencia colectiva" y responsabilizó de los desmanes a la "izquierda radical" y al grupo antifascista Antifa.

En la noche del sábado la violencia también ganó las calles en Nueva York, Filadelfia, Dallas, Las Vegas,

Seattle, Des Moines, Memphis, Los Ángeles, Atlanta, Miami, Portland, Chicago, e incluso la capital Washington. Los gobernadores de los estados involucrados convocaron a la Guardia Nacional y, en algunos, decretaron un toque de queda.

Rutas fueron cortadas, autos y comercios incendiados, mientras las fuerzas del orden, desplegadas en gran número, respondieron con gas lacrimógeno y en algunos casos con balas de goma.

Según Tim Walz, el gobernador de Minnesota, epicentro de las manifestaciones, los responsables de la caótica situación podrían ser anarquistas, supremacistas blancos o narcotraficantes. Una nueva manifestación está prevista a mitad de la jornada en Saint Paul, ciudad lindera a Minneapolis, frente al Congreso de Minnesota, desafiando el toque de queda vigente hasta la tarde del domingo. Alrededor del Capitolio estatal se ha desplegado un importante contingente de efectivos policiales.



La muerte de Floyd se ha convertido en el último símbolo de la violencia policial contra los ciudadanos negros.

La víspera, Trump dijo a los manifestantes que se aproximaban demasiado cerca de la Casa Blanca que los recibiría con "los perros más feroces y las armas más peligrosas", una amenaza que fue denunciada por la oposición demócrata.

"Él debe unir a nuestro país (...), no atizar el fuego", dijo el domingo Nancy Pelosi, la presidenta demócrata de la Cámara de Representantes, a la cadena ABC.

El candidato demócrata para las elecciones presidenciales de noviembre, Joe Biden, condenó la violencia, pero dijo que los estadounidenses tenían derecho a manifestarse. "Protestar contra tal brutalidad es correcto y necesario. Es una respuesta totalmente estadounidense", afirmó Biden en un comunicado.

"Pero no lo es quemar bienes comunitarios y destruir innecesariamente. La violencia que pone en pe-

## DATO

Unos 5,000 soldados de la Guardia Nacional fueron desplegados en 15 estados y en Washington, y otros 2,000 estaban listos para intervenir de ser necesario.

ligo vidas no lo es. La violencia que destruye y cierra negocios que sirven a la comunidad no lo es", agregó.

## HALLAN CUERPO

El cuerpo de un hombre fue encontrado en la madrugada de ayer cerca de un vehículo incendiado en Minneapolis, informó la policía de esa ciudad. El cadáver, por el momento no identificado, presentaba señales claras de traumatismos, dijo John Elder, vocero de la policía, quien agregó que la unidad de homicidios de la ciudad investiga el caso. Se desconoce aún si la muerte está relacionada con el estallido de violencia que siguió a la muerte de Floyd. **AFP**

## Sánchez espera que España culmine el desconfinamiento para el 1 de julio

**MADRID, ESPAÑA.** El presidente del gobierno español, Pedro Sánchez, dijo ayer que espera que el país concluya su proceso de desconfinamiento el 1 de julio, al anunciar una última prórroga del estado de alarma, que permite limitar la movilidad, hasta el 21 de junio.

"El 1 de julio espero que, si no hay una desviación en la evolución de la epidemia, que todo el territorio español pueda recuperar la libertad de movimiento", señaló el socialista Sánchez en rueda de prensa.

Hasta que culmine la desescalada del confinamiento por fases, los españoles no tienen permitido desplazarse de una provincia a otra dentro de España, ya que la epidemia del coronavirus se ha ido controlado a diferentes velocidades en las diversas regiones. "Estamos a punto de llegar a buen puerto (...) y acabar con esta emergencia sanitaria", pero "volvemos a necesitar una última y defi-



nitiva prórroga de 15 días del estado de alarma" que culminaba el 7 de junio, dijo Sánchez. Precisamente para el 1 de julio, el gobierno de España anunció la reapertura de sus fronteras a los turistas extranjeros y el levantamiento de la cuarentena de 15 días actualmente vigente para toda persona que ingrese al país.

España, uno de los países más golpeados por la pandemia del coronavirus con más de 27 mil muertos, lleva a cabo desde hace unas semanas un desconfinamiento por fases, a las que van avanzando las diferentes regiones en función de su situación epidemiológica. **AFP**

Solicite atención médica

**Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar. Llame al 911.**

# SUCESOS

LOS VÍDEOS MUESTRAN EL FUERTE IMPACTO DE LA VOLQUETA

## UN MUERTO Y VARIOS HERIDOS DEJA ACCIDENTE VIAL

**CHOLUTECA, CHOLUTECA.** Un hombre muerto y varios heridos fue el resultado de un accidente de tránsito ocurrido la mañana de ayer en el bulevar Mauricio Oliva, de esta ciudad.

Se trata de Santos Danilo García Martínez (35), un labrador originario y residente en la misma jurisdicción donde perdió la vida.

El hecho se registró a tempranas horas de la mañana de ayer, en el lugar mencionado, frente a la entrada principal de la residencial Providencia, cuando el ahora fallecido se transportaba en una volqueta, color rojo, con placa AAS 8014, recolectando basura.

En ese momento, el conductor del pesado automóvil, luego de intentar rebasar a otro vehículo, color gris, con placas PED2523, se percató que en la otra vía iba una pareja a bordo de una bicicleta, por lo que al tratar de esquivarlos perdió el control, según unos videos que circulan en redes sociales.

La volqueta impactó con la parte frontal del vehículo al que intentó rebasar y posteriormente con un poste del tendido eléctrico, derribándolo y finalmente volcándose sobre el pavimento, cayéndole encima a uno de los colaboradores que iba a bordo.

Las autoridades del Ministerio Público se trasladaron hasta el lugar mencionado donde rea-



En la secuencia se imágenes se observa cómo la volqueta quiso rebasar a otro vehículo, perdiendo el control y volcando en la calle.

lizaron el levantamiento de ley y luego fue trasladado a la morgue de la jurisdicción para luego ser entregado a sus familiares.

Según el informe forense, el ahora fallecido fue aplastado de la cabeza, el tórax y el abdomen,

lo que le causó la muerte de forma instantánea.

En el hecho resultaron al menos tres personas heridas, debido al fuerte impacto, quienes fueron trasladadas a un centro médico en patrullas policiales.

## Capturan a un presunto extorsionador de la MS-13

**PIMIENTA, CORTÉS.** La Fuerza Nacional Anti Maras y Pandillas (FNAMP) tras varios días de trabajos de inteligencia, vigilancia y seguimiento, logró la detención de un presunto marero en la aldea de Santiago.

El detenido fue identificado como Nelson Esteban Mencía Del Cid (alias "El Cable"), de 25 años, y tiene aproximadamente dos años de

pertenecer a esta organización delictiva.

Según información de la FNAMP, alias "El Cable" es considerado uno de los principales recolectores del cobro de la extorsión a comerciantes y dueños de negocios, en el lugar donde se ejecutó la captura.

Al momento de su captura se le decomisó dinero en efectivo producto del cobro de la extorsión y dos teléfonos celulares.



El detenido fue remitido al juzgado correspondiente por el delito de extorsión.

## ! LO MÁS COMENTADO

El Juzgado de Letras Penal con Competencia Territorial Nacional en Materia de Extorsión en audiencia de declaraciones de imputados impuso detención judicial Odeyda Aracely Zavala Euceda y Elliot Abrahan Estrada Linares por el delito de extorsión en perjuicio de un testigo protegido.

## Envían a prisión a conductor del MP por tráfico ilícito de personas

**PUERTO CORTÉS, CORTÉS.** El Juzgado de Letras Seccional Área Penal, en audiencia de declaración de imputado, resolvió imponer detención judicial a José Félix Enamorado Bardales, Orlando Posada Umaña y Jorge David Gómez Sánchez, a quienes se les supone responsables del delito de tráfico ilícito de personas en perjuicio de la libertad y la seguridad de las personas.

Ante la naturaleza del delito, la gravedad de la pena y la imposibilidad de otorgar medidas alternas a la detención judicial, el Juez de Letras Seccional los remitió al Centro Penitenciario de la localidad.

La audiencia inicial se programó para el jueves cuatro de junio del presente año, a las 9:00 de la mañana. La detención de los acusados se ejecutó el viernes por agentes asignados en la posta de la aldea Tulián Río, de



Omoa, Cortés. Los capturados se transportaban a en un "pickup" color gris polarizado, que circulaba sin placas en la carretera CA-13 y le hicieron señal de parada; al estacionarse dicho vehículo, el conductor se identificó como José Félix Enamorado Bardales, motorista del Ministerio Público (MP) y le acompañaban los otros dos individuos.

Estos llevaban como pasajeros a cuatro adultos y tres menores, los que serían llevados hasta el punto fronterizo de Corinto, con Guatemala, pero su destino final era llegar a los Estados Unidos de América.



El hecho se registró en una humilde vivienda de la colonia Azcona, de La Ceiba.

## Ultiman a un hombre de al menos 20 balazos

**LA CEIBA, ATLÁNTIDA.** Un hombre perdió la vida producto de, al menos, 20 impactos de balas en diferentes partes del cuerpo, la medianoche del sábado anterior en una de las colonias ubicadas al sur de la ciudad.

El fallecido respondía al nombre de Franklin Saíd Ramírez Santos de 26 años y de oficio jornalero y residente en la colonia Azcona, mismo lugar donde ocurrió el trágico crimen.

Según los hechos relatados en el informe policial, una patrulla fue alertada en horas de la medianoche de una fuerte cantidad de disparos y producto de

ella, una persona había perdido la vida.

El hecho tuvo lugar dentro de una humilde vivienda, mientras los vecinos dijeron solo escuchar los balazos, pero no lograron ver a nadie salir del lugar. Los familiares de Ramírez Santos llegaron pronto a recogerlo y se lo llevaron para su casa de habitación en la misma colonia.

El móvil que se maneja por parte de los familiares son enemistades personales. En el detalle señalado por Medicina Forense, la víctima presentaba disparos en el cuello, los brazos, la mandíbula y el tórax.

## SUCESOS

AL INDIVIDUO SE LE DECOMISÓ UNA PISTOLA DE JUGUETE Y TRES MIL LEMPIRAS

## DETIENEN A PRESUNTO ASALTANTE QUE INTENTÓ SOBORNAR A LA POLICÍA

**LA LIMA, CORTÉS.** Funcionarios policiales reportaron la detención de un supuesto asaltante, quien intentó sobornarlos al momento de ser requerido en la terminal de buses de la colonia Planeta.

Según información policial, un equipo conformado por agentes de la Unidad Nacional Antisequestros de la Dirección Policial de Investigaciones (DPI) y miembros de la Policía Militar del Orden Público, mientras realizaban un seguimiento, fueron alertados de que un sujeto en motocicleta se encontraba asaltando en los alrededores de la terminal de buses.

Inmediatamente, los funcionarios se hicieron presentes al lugar, verificando la presencia del sospechoso, por lo que procedieron a requerirlo.

Al momento de hacerle un registro, se le encontró en su cintura una pistola de juguete y tres mil lempiras en efectivo; mismo dinero que ofreció a cambio de que le permitieran irse.

En consecuencia, los agentes realizaron el decomiso del juguete



El detenido junto con la evidencia fue remitido al juzgado correspondiente para que responda por lo que se le imputa.

plástico tipo pistola, una motocicleta color negro y tres mil lempiras, asimismo, efectuaron el traslado del sospechoso a la oficina de investigación.

El detenido es un hombre de 24

años de edad, originario del municipio de La Lima, y se le preparó remisión a la Fiscalía correspondiente por suponerlo responsable de la comisión del ilícito de soborno doméstico.

## Por el asesinato de un fisicoculturista arrestan a supuesto gatillero de la MS-13

**EL PROGRESO, YORO.** Un supuesto integrante activo de la Mara Salvatrucha (MS-13) fue arrestado ayer por miembros de la Policía Nacional por suponerlo responsable del asesinato de un fisicoculturista.

La detención se llevó a cabo en la colonia Centro América, del municipio en mención, luego de varias horas de seguimiento y vigilancia por los agentes de la Dirección Policial de Investigaciones (DPI).

El acusado, de 25 años de edad, es conocido en el mundo criminal como "Cartucho" quien es residente en la colonia Williams Hall, del municipio de El Progreso.

"El motivo del arresto obedece a un orden de detención preventiva girada por las autoridades de la zona noroccidental, al suponerlo responsable del ase-



La DPI presentará al detenido ante las autoridades correspondientes para que se continúe con el debido proceso conforme a ley.

sinato de José Geovany García Rodríguez", dijeron los policías que participaron en el arresto. La víctima era un reconocido fisicoculturista a nivel nacional e internacional; cuya muerte fue reportada el pasado 29 de mayo del presente año en el barrio El Pénjamo.

De acuerdo al expediente investigativo, el crimen fue moti-

vado por la supuesta negativa de la víctima de pagar extorsión a la estructura criminal. Cabe mencionar que el ahora arrestado fue individualizado como uno de los gatilleros que tiene la MS-13 en el sector de El Progreso, por lo que se le complementan otros expedientes por el ilícito de asesinato.

## De un certero machetazo en el cuello matan a un hombre

**JUTIAPA, ATLÁNTIDA.**

Elementos de la Policía Nacional además de Medicina Forense realizaron el levantamiento de un ciudadano que perdió la vida como producto de un solo machetazo que le propinaron dejándolo sin vida casi de forma instantánea.

El sangriento suceso tuvo lugar la madrugada de este domingo en la aldea de Nueva Armenia, de este municipio. Hasta la tarde de ayer se desconocía la identidad del fallecido, ya que fue ingresado como desconocido a la morgue del Ministerio Público de La Ceiba.

Al momento del levantamiento no se le encontró documentos que determinaran su nombre, pero se constató que vestía con camisa color gris y calzoneta roja.

El golpe letal que le quitó la vida se lo insertaron con



El cuerpo quedó tirado en el suelo, en la aldea Nueva Armenia, de esta jurisdicción.

un machete por el lado derecho del cuello donde le causó la muerte inmediatamente. El fallecido no era conocido por las personas que estuvieron presentes durante el levantamiento.

## Capturan a presunto extorsionador independiente

**SAN PEDRO SULA.** La Fuerza Nacional Anti Maras y Pandillas (FNAMP), mediante una operación de vigilancia y seguimiento en la colonia Las Palmas, detuvo a un presunto extorsionador que operaba de forma independiente.

El detenido fue identificado como David Abraham Valle Pineda (alias "El Bibi"), de 18 años quien, según las informaciones, intimidaba a los dueños de negocios ubicados en ese sector al exigir sumas de dinero como pago de extorsión.

"El Bibi" se hacía pasar por miembro de una estructura criminal y amenazaba a sus víctimas.

Al momento de ser requerido se le decomisó dinero en efectivo producto del cobro de la extorsión, por lo que fue remitido al juzgado correspondiente por suponerlo responsable de cometer el delito de extorsión en perjuicio de testigos protegidos, por lo que fue en-



viado a la Penitenciaría Nacional de Máxima Seguridad, conocida como La Tolva, en Morocelí, El Paraíso.

La audiencia inicial se programó para el jueves cuatro de junio de este año, a las 8:00 de la mañana.

# EL PAÍS

## DEPORTIVO



### “Choco Lozano” con gran deseo de jugar

Esta semana los clubes españoles vuelven a entrenar en grupo y el hondureño Anthony Lozano se encuentra entusiasmado. “Con ansias, con ganas de arrancar. Las piernas están cansadas después de dos meses y ahora entrenando fuerte. El equipo tiene ganas y expectativas por empezar la liga. Esas mismas ganas da aliento a los demás”.



### Héctor Vargas propone un torneo corto

La Liga Nacional no tiene claro el panorama de cara al próximo torneo, por lo que hay voces que recomiendan un torneo corto para bajar costos y manejar las medidas de bioseguridad. “Deben sentarse a analizar el tema del protocolo de bioseguridad. Después arrancar con el torneo de la Liga Nacional”, propuso Vargas,



### En la Liga Nacional están en crisis

Pasan los días y se desconoce el futuro del fútbol profesional. “Esta complicado, más de lo que uno puede pensar, desde la parte médica no hay un panorama optimista, después está lo económico, es complicado para los equipos, nos ha golpeado mucho, los equipos todos han sentido ese golpe, estamos en la peor crisis del fútbol nacional”, dijo Roque Pascua.



## PALACIOS TRAS SU RETIRO, AHORA ES AGENTE DE JUGADORES

**SAN PEDRO SULA.** Con 35 años, el volante Wilson Roberto Palacios hizo oficial su retiro del fútbol profesional y su nueva actividad será representar jugadores hondureños en Europa.

Nacido en La Ceiba, Palacios jugó su último torneo con la Real Sociedad de Tocoa. El mediocampista anunció sobre su decisión en el programa Cinco Deportivo.

“Ya no volveré a jugar más, hablé con la gente de la Real Sociedad, mi último equipo y les agradecí porque me trataron muy bien, fue una bonita experiencia, pero yo tomé la decisión de no jugar más profesionalmente”, dijo Wilson Roberto desde Miami, en donde se encuentra con su familia.

El volante catracho con una exitosa carrera en Inglaterra en el Wigan y luego en el Tottenham donde compartió con figuras como Luka Modric y Gareth Bale.

Manifestó que la idea es tener una oficina en nuestro país, Miami e Inglaterra, por ello en los últimos meses asistió a varias actividades para comenzar a conocer como se mueve el mundo de los agentes de jugadores. Lamentó que en los últimos años varios jugadores catrachos han renunciado a jugar en Europa y prefieren la MLS en Estados Unidos o México. “Hay talento para jugar en Europa y eso queremos hacer”, insistió. Considera importante que el futbolista catracho no pierde la ambición de

dar el salto a las mejores ligas del mundo, tal como en su momento lo hicieron ellos.

De su paso por los “Spurs” destacó: “Aprendí mucho de Luka, es un jugador completo, tiene un gran pase y control orientado, siempre nos comunicamos por mensaje, se merecía ganar el Balón de Oro porque tuvo un gran año”.

Consultado sobre por qué no se retiró en Olimpia respondió que le hubiese gustado, pero no estaba en sus manos. “Soy Olimpia de corazón, siempre lo seré y me quería retirar ahí, sin embargo por circunstancias ajenas a mi voluntad no lo pude hacer, no me arrepiento de haber ido a Real Sociedad me trataron muy bien”.



### Coito no descarta en un futuro a Yustin

El seleccionador de Honduras, Fabián Coito admitió que si en un futuro los jugadores el colombiano Yustin Arboleda como al argentino Jonathan Rougier, tienen su documentación como nacionales, pueden ser llamados a la Bicolor. Pero por el momento no están en lista ya que juegan como extranjeros en nuestro país.



### CONCACAF analiza todavía calendarios

A la espera de las decisiones de la FIFA en el tema de calendarios como un panorama mejor en el tema de salud, espera la CONCACAF para tomar decisiones en los próximos meses, informó Víctor Montagliani, presidente de la confederación.

En el calendario existe cierta incertidumbre si podemos jugar en septiembre.

**LA CÁBALA DEPORTIVA DE ZAVALETA**

Ya no sé qué día es hoy, solo sé que tiene que jugar el ochenta y dos... pares que no me corten la luz zas zas

**El sueño de hoy: Soñar que entras a un hospital: 63**

Llámanos al \*7500 desde tu celular Tigo



# SI NOS CUIDAMOS, JUNTOS  
**AVANZAMOS**

**#TODOS  
con  
MASCARILLA**

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

