

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

#SI NOS CUIDAMOS, JUNTOS  
#AVANZAMOS



PAISANITO



CON ESOS ANÁLISIS,  
NOS PODREMOS AYUDAR...

LUNES

15 DE JUNIO DE 2020

# EL PAÍS

LA TRIBUNA DE HONDURAS

San Pedro Sula, Año 3• N° 885• L. 8.00 [www.elpais.hn](http://www.elpais.hn) • Facebook: @honduraselpais @elpaishonduras\_



SALUD /8

CONFINAMIENTO  
EVITÓ COLAPSO  
DEL SISTEMA  
HOSPITALARIO

PARA DETECTAR CASOS DE CORONAVIRUS /6

## SALUD REALIZARÁ DOS MIL PRUEBAS PCR DIARIAS



**EMPIEZA A LLEGAR OXÍGENO A LOS HOSPITALES**

LOS HOSPITALES DEL PAÍS EMPEZARON A SER ABASTECIDOS DE OXÍGENO, ELEMENTO VITAL PARA TRATAR A PACIENTES CON COVID-19. PARA EL CASO, EL SAN FELIPE RECIBIÓ EL FIN DE SEMANA CASI 300 CILINDROS DE ESE PRODUCTO /8

EN LA ROSA /28

ACRIBILLAN A TRES PERSONAS



UN HOMBRE, UNA MUJER EMBARAZADA Y UNA TRANSGÉNERO FUERON ASESINADOS LA MADRUGADA DE AYER EN UN CALLEJÓN DE LA COLONIA LA ROSA

OPERATIVO /29

INCAUTAN ARSENAL Y UN MILLÓN DE LEMPIRAS A LA MS-13



Gracias a tu confianza

Somos #1 en depósitos

¡Abre tu cuenta hoy en el Banco en el que Honduras confía!

Banco Atlántida

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

# TEMA DEL DÍA



## LO MÁS COMENTADO

Desde que se inició la cuarentena por el COVID-19, la Policía Nacional ha detenido a 33,266 personas por incumplir las medidas de bioseguridad y el toque de queda establecido por las autoridades respectivas.

TAMBIÉN EXTENDIERON LA ALERTA ROJA

# AMPLÍAN TOQUE DE QUEDA HASTA EL 28 DE JUNIO

**TEGUCIGALPA.** La Secretaría de Seguridad, en el marco del Sistema Nacional de Gestión de Riesgo (Sinager), determinó ampliar el toque de queda absoluto el cual está vigente desde ayer a las 11:00 p.m., hasta el próximo domingo 28 de junio de 2020, a las 11:00 p.m.

Las autoridades detallaron 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 realizar sus actividades económicas conforme a las disposiciones publicadas por el Comité de Excepciones en la primera fase de 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.

Jaír Meza, vocero de la Policía Nacional, expresó que “esta medida es aplicable para los negocios, comercios y empresas autorizados en la primera fase de reapertura económica, los cuales permanecerán abiertos únicamente du-

Día	Trámites		Terminación de identidad, pasaporte o carné de residente (extranjeros)
	Desde	Hasta	
Lunes 15 junio	7:00 AM	5:00 PM	1
Martes 16 junio	7:00 AM	5:00 PM	2
Miércoles 17 junio	7:00 AM	5:00 PM	3
Jueves 18 junio	7:00 AM	5:00 PM	4
Viernes 19 junio	7:00 AM	5:00 PM	5
Sábado y Domingo (20-21 junio)			NADIE CIRCULA
Lunes 22 junio	7:00 AM	5:00 PM	6
Martes 23 junio	7:00 AM	5:00 PM	7
Miércoles 24 junio	7:00 AM	5:00 PM	8
Jueves 25 junio	7:00 AM	5:00 PM	9
Viernes 26 junio	7:00 AM	5:00 PM	0
Sábado y Domingo (27-28 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):  
 • Todos los comercios autorizados: 07:00 am a 09:00 am  
 • Sistema bancario: 09:00 am a 10:00 am  
**Se le recuerda que también serán atendidos durante el resto del día**

Medidas de bioseguridad OBLIGATORIAS en todos los sectores autorizados:  
 Mascarilla  
 Gel  
 Distanciamiento  
 Temperatura



Las empresas u organizaciones que necesiten apertura deberán de solicitar obligatoriamente salvoconducto al portal [www.serviciospoliciales.gob.hn](http://www.serviciospoliciales.gob.hn).

rante 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; para ser atendidos, los clientes deberán portar mascarillas de manera obligatoria y atendiendo únicamente a la persona autorizada conforme al último dígito de acuerdo al calend-

rio de circulación nacional”. Recordó que los fines de semana únicamente podrán hacer entregas a domicilio las farmacias, supermercados y los restaurantes incluidos en el pilotaje inicial (entre ellos los que están dentro de los hoteles), el resto de los comercios deben permanecer cerrados. “El Comité de excepciones de-

terminó que están exceptos de la reapertura el transporte público urbano e interurbano, bares, discotecas, cines, gimnasios, teatros, eventos deportivos, centro de convenciones, aeropuerto, centros educativos en sus niveles de primaria, secundaria y superior; así como reuniones en casas particulares de más de 10 personas”.

## Honduras ya contabiliza 8,858 casos de COVID-19 y 312 fallecidos

**TEGUCIGALPA.** Las autoridades del Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager) dijeron anoche que en el Laboratorio Nacional de Virología realizaron 1,187 pruebas para detectar la COVID-19, de las cuales 403 dieron resultado positivo.

Los casos nuevos son de Cortés con 97, Francisco Morazán registra 297, Santa Bárbara con 4, Atlántida tiene 10, Colón, Choluteca, La Paz y Ocotepeque contabilizan un caso y Yoro tiene 9. Los casos de coronavirus se incrementan a 8,858.

Lamentablemente, Sinager reportó dos nuevos fallecidos que eran originarios de Francisco Morazán, por lo que el total de decesos a ni-



vel nacional es de 312.

En los diferentes hospitales del país hay 740 hondureños de los cuales 252 están graves, 52 en cuidados intensivos, y 436 se encuentran estables. Además, las autoridades anunciaron que hay 73 nuevas personas que han vencido la enfermedad y el total de recuperados asciende a 967.

## Muere el cantautor nacional Delio Mejía

**TEGUCIGALPA.** El expresidente de la República y coordinador del partido Libertad y Refundación (Libre), Manuel Zelaya, en su cuenta de Twitter confirmó la muerte de Delio Mejía, hermano de Macario, quienes constituyeron un popular dúo de música popular que han dejado un legado de canciones de tipo político y deportivo. Los Hermanos Mejía fueron reconocidos simpatizantes del Partido Liberal, sin embargo, tras el derrocamiento del expresidente Zelaya, se unieron a la militancia en el partido Libertad y Refundación, Libre. Los hermanos Mejía siempre se hacían acompañar de una gui-



tarra y un acordeón, para tocar éxitos como “Ganaron los Liberales”, “Homenaje a Modesto Rodas Alvarado”, “Historia de los Liberales”, la canción “JOH es pa’ fuera que vas”, que se convirtió en una de las más famosas que interpretaban. En el ámbito deportivo le dedicaron la canción al Club Deportivo Olimpia, “Llegó el Olimpia, nuestro futuro campeón” le hicieron un arreglo a “El Motagua es la oncena invencible”. También compusieron una canción especial a las madres hondureñas, su título “Florecitas a mi madre”.

## Honduras aplica medidas de reciprocidad a transportistas de carga costarricenses

**TEGUCIGALPA.** La designada presidencial y ministra encargada de la Secretaría de Desarrollo Económico, María Antonia Rivera, anunció ayer que Honduras aplicará medidas de reciprocidad al transporte de carga de mercancías procedente de Costa Rica, las que entrarán en vigencia hoy lunes.

Las medidas están contempladas en el Acuerdo Ministerial número 098-2020 que establece, entre otras disposiciones, que las cargas con destino a Costa Rica solo se podrán realizar en los almacenes generales y depósitos aduaneros y deben ser autorizadas por la Administración Aduanera de Honduras.

Además, se solicita al Instituto Nacional de Migración que conceda a los transportistas costarricenses un plazo máximo de permanencia en territorio hondureño de 120 horas.

La funcionaria dijo que estas medidas “se han tomado en consenso con el Consejo Hondureño de la Empresa Privada (Cohep) y líderes del sector transporte, y en aras de apoyar a los transportistas hondureños”.

El empresario del transporte de carga Carlos Fonseca, al reaccionar ante esta determinación, dijo que “damos las gracias al Gobierno de Honduras en este momento porque ha sido acertada la respuesta en relación a lo que Costa Rica ha estado implementando en función a lo que significa el comercio y que nos afecta directamente como transporte de carga”.



# Tutoriales Atlántida

## #DigitalDondeEstés

Ingresa a [www.bancatlan.hn](http://www.bancatlan.hn) y descubre en nuestros tutoriales todo lo que puedes realizar en Atlántida Online y Móvil **sin necesidad de ir al Banco**



Crear tu usuario de Atlántida Online



Abrir una cuenta de ahorros



Pagos de servicios



Pagos de tarjetas

**¡Y muchas transacciones más!**

Escanea este código con tu celular



**Banco Atlántida**

Imagina. Cree. Triunfa.

# CIUDAD SPS

HOY INICIA LA PRE MATRÍCULA PARA EL II PAC

## DE MÁS DE MIL SECCIONES VIRTUALES DISPONEN ESTUDIANTES DE UNAH-VS

La Universidad Nacional Autónoma de Honduras en el Valle de Sula (Unah-VS) abrirá cerca más de mil secciones de modo virtual para los estudiantes que cursan su carrera en la modalidad trimestral, lo cual corresponde principalmente a las carreras de Ingeniería.

“Actualmente, la Universidad tiene establecidas 951 secciones con maestros asignados que durante este tiempo han sido capacitados para poder brindar de forma virtual sus clases y seguir avanzando en el compromiso educativo”, comentó Jacobo Paredes, director de la máxima casa de estudios en la ciudad.

Paredes también comentó que la capacitación ha sido un proceso fácil para algunos, sobre todo para el personal más joven, y un poco difícil para el personal de mayor edad, “por eso es necesario que se tome en cuenta el esfuerzo que han hecho la universidad y el personal docente para que los estudiantes puedan seguir avanzando en su malla curricular”, expresó.

Asimismo, dijo que solo se estarán impartiendo clases de contenidos teóricos porque las prácticas presentan alta dificultad al momento de ser evaluadas, sin embargo, se espera que con ello los estudiantes



Normalmente son unos 22 mil alumnos los que se matriculan en Unah-VS, pero por la pandemia solo unos 12 mil lo harán dijeron autoridades.

podan continuar en este proceso de transición a lo virtual que da inicio al segundo periodo el 29 de julio.

El director aseguró que se han hecho cambios, pero con esto no quiere decir que se esté descartando a ningún docente, sin embargo, sí se les ha dado prioridad a los docentes de planta, quienes solo estarán impartiendo dos asignaturas, una o

dos menos de las que dan durante el periodo normal.

Por otra parte, dijo que en esta modalidad también hay contratados maestros por hora, tanto en Unah-VS como en otros telecentros como el de El Progreso, que en su mayoría se encuentran bajo este tipo de contrato.

“Las clases generales siempre



### LO MÁS COMENTADO

El hospital móvil en el Catarino Rivas avanza y es que hasta el momento se construye el cerco perimetral con una longitud de 110 metros en el cual dentro se encuentra ya con los avances de la construcción del nuevo hospital móvil que tendrá una capacidad de 91 camas disponibles.

### DATO

El inicio de clases del II PAC Intensivo 2020 está programado para el próximo 29 de junio en la modalidad virtual, esta misma fecha comienzan las adiciones y cancelaciones de asignaturas.

son las que tienen mayor demanda, y si se necesita abrir más secciones, lo haremos conforme a la capacidad”, dijo Paredes. Se estima que, para este periodo, la matrícula sea aproximadamente de entre 12 mil a 13 mil estudiantes, ya que por la situación no se podrán impartir todas las asignaturas.

### PREMATRÍCULA

Este día dio inicio el proceso de pre matrícula del II periodo académico intensivo a nivel nacional. “Del lunes 15 al domingo 21 de junio estará habilitado el periodo de pre matrícula, correspondiente al II Periodo Académico intensivo de 2020” dijo Suyapa Rivera, titular de la Dirección de Ingreso, Permanencia y Promoción (DIIPP). Recordemos que desde hace 10 años la matrícula en la UNAH es totalmente en línea, por lo tanto, los pa-

ses que deben hacer los estudiantes son los mismos que han realizado en periodos anteriores”, detalló la funcionaria

Asimismo, invitó a los interesados a estar pendientes de la cuenta de Facebook: Registro DIPP-UNAH o ingresar a la página de Registro [www.registro.unah.edu.hn](http://www.registro.unah.edu.hn) para conocer el calendario de pre matrícula y así conocer en qué fecha le tocará su turno, de acuerdo con su índice académico.

### MATRÍCULA

La matrícula se realizará del 24 al 28 de junio, y está dirigida a aquellos estudiantes que cursan carreras de tres periodos al año, es un proceso a nivel nacional, a excepción de aquellos jóvenes que pertenecen a los Telecentros y Centros de Recursos de Aprendizaje de Educación a Distancia (CRAED), ya que ellos iniciaron de manera normal su proceso de clases de acuerdo con su programación. Por otra parte, ya existe también una reprogramación para las carreras que se imparten en semestres (Medicina, Enfermería, Arquitectura) y que está próximo a publicarse el calendario de matrícula en la página de la UNAH.

## Valle de Sula sigue ampliando capacidad para combatir la COVID-19

Las ciudades del Valle de Sula, la zona más golpeada por la pandemia, se han fortalecido con la habilitación de centros de atenciones en Villanueva y Choloma, lo que permite un alivio al Leonardo Martínez (hospital COVID-19), el Mario Catarino Rivas y el Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS), de esta ciudad, pero además se cuenta con el Gimnasio Municipal con 69 camas y también Expocentro con capacidad para atender 402 pacientes.

En este último, dará inicio este día el segundo centro de triaje que vendrá a darle un empuje a la detección de casos pues se tiene previsto realizar unas 200 pruebas diarias. El mis-

mo, está acondicionado con seis consultorios médicos, unidades estabilizadoras, área de enfermería, bodegas y laboratorio y también contará con una ambulancia permanente para movilizar pacientes en estado crítico.

El subsecretario de Salud, Roberto Cosenza, dijo que “este centro asistirá toda la población en las primeras fases del virus y además le podamos dar su tratamiento Maíz; de esta manera evitaremos que los pacientes se compliquen y requieran de un tratamiento intrahospitalario. Eso es lo que estamos apuntando, atacar la COVID-19 en su fase inicial”. Con la habilitación de esta sala de triaje se busca descongestionar el centro de

atención del Colegio de Ingenieros situado en San Pedro Sula. Asimismo, el Leonardo Martínez también se ha fortalecido con 20 ventiladores mecánicos por lo que ahora, el centro asistencial cuenta con 63 ventiladores mecánicos. Por otra parte, en Choloma, Cortés, donde el coronavirus golpea fuertemente a la población, se revisó el abastecimiento de la clínica de triaje, donde diariamente se atienden a unas 40 personas.

De igual forma, mientras se identifica a los nuevos pacientes de COVID-19, en el IHSS se están ampliando las salas de atención. La directora médica Bessy Alvarado, anunció que la entidad ampliará su capacidad



de atención hasta llegar a contar con 150 camas y una sala más de cuidados intensivos para alojar a 21 pacientes.

Así también, se ha estado trabajando en el abastecimiento de los centros de triaje de Choloma, Villanueva y Puerto Cortés. En Choloma funcionan dos salas ubicadas en el centro cívico Emma Romero de Callejas

y la guardería infantil de la colonia López Arellano. El hospital móvil de Villanueva se encuentra ubicado en el campo de la Iglesia Reformada de la colonia Orquídea. En los centros de triaje se atienden pacientes que presentan dos o más síntomas de coronavirus, que produce la enfermedad COVID-19.



**Pisto + Pisto**

**Destapa, toma y gana dinero al instante**

**¡GANASTE!**  
**L25,000**  
Busca tu premio dentro

**Busca dentro del empaque el sticker ganador**

**L 20 L 100  
L 500 L 1,000  
L 5,000**

**Y hasta L 25,000**



Participa Jugo de Naranja (litro e medio litro)

Los premios de L20, L100, L500 y L1,000 se canjearan en los camiones repartidores y los de L5,000 y L25,000 en las agencias de Lactosa (Sula) en todo el país. Promoción Válida hasta agotar existencias. Restricciones aplican.

## CIUDAD SPS

VARIAS ENFERMEDADES EN HUMANOS SON PRODUCIDAS POR AVES

# AUMENTA EL COMERCIO ILEGAL DE ESPECIES SILVESTRES, LAS MÁS VENDIDAS SON GUACAMAYAS, LOROS Y TUCANCILLOS

Honduras posee una gran diversidad de aves, según registros el país cuenta con más de 770 especies de aves. Esto se debe al clima y los distintos ecosistemas desde bosque seco, tropical, nublado, manglares, lagunas y lago, así como fincas, entre otros espacios.

Lamentablemente el tráfico de especies silvestre va en aumento y muchas de ellas se encuentran en peligro de extinción, la mayor afluencia de vendedores se da en la CA-13, se incrementa desde el Lago de Yojoa hasta San Pedro Sula, luego desde Tela hasta La Ceiba.

La Asociación Hondureña de Ornitología (ASHO) realizó la charla sobre “El tráfico ilegal de especies silvestres en Honduras” para informar lo que constituye un delito contra la fauna silvestre, el proceso de denuncia que se debe seguir, entre otros elementos relacionados con este acto ilícito.

“Una de las maneras de parar el tráfico de especies silvestres es que las personas no las compren. Al no haber demanda, no habrá ventas, por lo tanto, nosotros como (ASHO) procuramos educar a la población con campañas informativas a través de nuestras redes sociales y en alianza con el ICF. Es por ello que hemos coordinado con la Fiscalía de Medio Ambiente y acompañado por el ICF para que nos orienten a todos a través de actividades como estas que son muy importantes”, manifestó Isis Castro, vicepresidente de ASHO.

La mayoría son niños quienes se ubican en la orilla de la carretera para ofrecer las especies.



Informó que las especies que más están comercializando son toda la familia de psitácidos que hay en el país y son 17, es decir los pericos, guaras y loros, así como ranfástidos (5 especies distintas) entre ellos, los tucanes y tucancillos. Otras especies silvestres que son comunes en el tráfico son los monos, osos perezosos, tortugas, mapaches, venados, también los felinos, entre otros.

## PENAS POR COMERCIALIZAR ESTAS ESPECIES

Según la Ley Forestal Áreas Protegidas y Vida Silvestre, en su artículo 187 hay una sanción de 4 a 7 años de prisión.

Pero según el nuevo Código Penal (que aún no entra en vigencia) en los siguientes artículos se encuentran los delitos contra el medio ambiente, por ejemplo; en el 328, por in-

roducción de especies exóticas será de 2 a 4 años, en el artículo 330 por daños a especies amenazadas, de 6 meses a 3 años y en el artículo 331 por captura ilegal de especímenes, de 6 meses a 2 años.

Los artículos 53 y 54 se refiere a las multas por cometer este tipo de delitos y obliga a la persona a pagar una cantidad de dinero al Estado y se impone por el sistema de los días multa que pueden ser desde 10 a dos mil días y cada día tiene un valor no menor de 20 lempiras ni mayor a cinco mil.

## ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR AVES

Castro expresó que en un reciente artículo publicado por Begoña Iñárritu, bióloga especialista en murciélagos y Kevin Navarrete, biólogo y con Maestría en Bioquímica, informaron sobre la transmisión de

enfermedades por animales silvestres, y esa es la razón por la que en la naturaleza hay muchísimos virus con el potencial de generar pandemias como la que se está viviendo actualmente llamada COVID-19.

Según el artículo, los humanos no serán infectados por ellos mientras no se esté en contacto directo con organismos que los porten y con la expansión de las actividades humanas se invaden hábitats vírgenes e incrementando la probabilidad de contraer patógenos que circulan.

La influenza aviar es la enfermedad causada por la infección del virus de la influenza (gripe) aviar tipo A. Este virus se encuentra de forma natural entre las aves acuáticas y puede infectar a las aves de corral domésticas y a otras, también se han dado casos esporádicos en humanos.

La psitacosis, también conocida



**“Estamos trabajando en educar a la población a que no compren mascotas. Es decir, animales silvestres, tenemos esa mala práctica que viene de tiempos atrás, dentro de las especies que más trafican también está el búho y aquí sí se da otro problema porque la gente piensa que son brujas y a raíz de esa creencia los golpean o les cortan las alas”.** Isis Castro.

como “fiebre del loro”, se trata de una enfermedad de origen bacteriano que se puede contraer al entrar en contacto con heces aviarias infectadas o con el polvo que se acumula en las jaulas de los pájaros.

## Secretaría de Salud realizará dos mil pruebas PCR diarias

En el departamento de Cortés se ha fomentado la prescripción del tratamiento MAÍZ desde los primeros síntomas de la enfermedad, lo que ha evitado que los pacientes con COVID-19 lleguen en condición crítica a los hospitales. El viceministro de Salud, Roberto Cosenza, manifestó que esta semana prevén realizar dos mil pruebas PCR diarias para la detección de casos de COVID-19. “Creo que vamos a hacer las dos mil pruebas diarias a partir de esta semana, conforme se vaya

adquiriendo más equipo y se capacite a más personal”, expresó el funcionario. En el departamento de Cortés, según Cosenza, no se tiene mora en cuanto a la toma de muestras, y que los datos de la zona norte brindados por Sinaiger corresponden a esta semana. También informó que es normal que haya aumentado el número de casos de COVID-19, ya que al realizarse más pruebas ascenderá la cifra de personas con esta enfermedad. Asimismo, detalló que se va a ha-

cer un análisis de lo que suceda del 8 al 22 de junio, y en base a ello tomar decisiones, a nivel nacional.

### Fase cinco

El galeno, explicó que se ha entrado a la fase cinco de la pandemia, por lo que es necesario que los hondureños hagan uso de las medidas de prevención y contención.

De igual forma, enfatizó que no hay un tratamiento específico para la cura de COVID-19, para

prevenirla se debe hacer uso de mascarilla, lavado frecuente de manos, guardar la distancia y no salir de casa sino tiene algo urgente que hacer en la calle.

Según Cosenza es muy importante atacar el virus en las primeras fases de la enfermedad, no esperar a que la persona se complique.

“Hay pacientes que están llegando con 10 días de síntomas a los hospitales, ya complicados donde requieren de una Unidad de Cuidados Intensivos”, expresó.



# ¿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**  
CERTIFICACIÓN DIGITAL

# EL PAÍS

EXMINISTRA DE SALUD:

## “CONFINAMIENTO EVITÓ EL COLAPSO DEL SISTEMA SANITARIO”

**TEGUCIGALPA.** La exministra de Salud, Roxana Araujo, reconoció ayer que el confinamiento de casi tres meses en el que ha vivido el pueblo hondureño “fue positivo, pues evitó el colapso del sistema sanitario por casos de COVID-19 en ese período”.

“Hace un mes lo dije que cuando se llegara a reabrir la economía, el balón quedaba en manos de la población”, afirmó.

“Es decir, que en estos tres meses teníamos que aprender de alguna forma a usar las medidas de bioseguridad y de cómo mantenerlas, a fin de evitar la propagación del contagio de la enfermedad y saber el número de los asintomáticos”, afirmó.

La reapertura gradual y progresiva inició el lunes anterior, durante la cual todas las empresas, industrias e instituciones públicas, deben cumplir los protocolos de bioseguridad elaborados por la Secretaría de Trabajo con la contribución de la Unión Europea.

### ASINTOMÁTICOS

“Algunos expertos consideran que los asintomáticos no contagian, pero cuando éstos hablan, pueden transmitir la enfermedad a través de esas microgotas de saliva que expulsan”, advirtió.

Indicó que “todas esas cosas se han ido aprendiendo, países como Italia nos dieron una gran lección al examinar las autopsias”.



El sistema sanitario nacional tiene en suma unas 7 mil camas o quizás tendrá un poco más para este año, aseguró Araujo.

Asimismo, “en un principio se pensaba que todo enfermo de COVID-19 tenía que estar conectado a un ventilador y al final de cuentas se constató que la coagulación extravascular diseminada también puede causar la muerte de las personas y eso únicamente lo pudieron demostrar las autopsias”, aseguró.

Admitió que “no se puede saber a ciencia cierta cuándo será el pico más alto de la COVID-19, pero llama la atención las proyecciones de la Organización Panamericana de la Salud” (OPS).

En ese sentido, detalló que “la OPS, que fue la primera en hacer esos cálculos, estimaba que a estas alturas se registrarían en Honduras unas 46 mil personas contagiadas de coronavirus”.

También “advertía la OPS que unas 6 mil personas iban a presentar una salud más delicada, es decir

entre un cuadro moderado a grave, pero no ha sucedido así”, señaló la experta.

El Sistema Nacional de Gestión de Riesgos (Sinager) registra 8,455 contagiados por COVID-19 al 13 de junio en el país.

“El sistema sanitario nacional tiene en suma unas 7 mil camas o quizás tendrá un poco más para este año”, agregó Araujo.

Por eso se dice que “el sistema puede colapsar, pero eso puede suceder únicamente para los pacientes de coronavirus, pero no para el resto de las personas con diferentes patologías crónicas, ya que éstas tienen que estar hospitalizando a través de las emergencias”, razonó.

“Esas personas hipertensas, diabéticas y adultos mayores, no se han dejado de recibir a pesar de la cuarentena en que hemos vivido en estos casi tres meses”, concluyó.



## LO MÁS COMENTADO

El presidente de la Asociación de Empresarios de Comayagüela, Eliseo Castro, sugirió que “debemos ser optimistas en que vamos a sacar al país adelante pese a la pandemia del COVID-19”. “Eso se logrará si todos estamos unidos junto con nuestras autoridades, ojalá Dios nos ayude para ir superando esta situación”, afirmó.



Los tanques de oxígeno serán usados en pacientes que sufren de COVID-19.

## El hospital San Felipe se abastece de más de 100 tanques de oxígeno

**TEGUCIGALPA.** Las autoridades del hospital de especialidades San Felipe recibieron ayer más de 100 tanques de oxígeno los cuales serán utilizados en pacientes internos que batallan para vencer al coronavirus.

Según informaciones de los expertos, cada paciente con síntomas de COVID-19 consume al menos tres tanques de oxígeno diarios para poder seguir con vida.

Las autoridades calcularon que un promedio de 300 cilindros de oxígeno está siendo descargado a diario para dar una atención digna a los enfermos.

Recientemente, dicho centro asistencial recibió 49 manómetros para poner a funcionar en condiciones óptimas los tanques de oxígeno que son utilizados en el tratamiento de las personas hospitalizadas por tener la COVID-19.

La semana anterior, el director de este sanatorio, Edwin Cruz, dijo que “la situación está preocupante, la población tiene que tomar conciencia porque esto se ha complicado”.

### DATO



El hospital capitalino tiene una planta de oxígeno que produce 75 chimbos diarios.

También lamentó que la ciudadanía esté llegando demasiado tarde a los hospitales y detalló que algunos solo llegan a morir porque están entrando en etapa 3 de inflamación, algunos saturando a 70% y con falla de órganos.

Hace tres días el galeno expresó que tenían hospitalizados a 91 personas y el centro asistencial estaba casi lleno.

Recordó que, de los 91 pacientes hospitalizados hasta ese momento, al menos 65 necesitan oxígeno a 15 litros por minuto, “hablamos de un chimbo de oxígeno cada 8 o 12 horas, por lo que estamos gastando un promedio de 140 chimbos de oxígeno cada día”.

Afirmó que en el caso que se complique la situación, el Hospital San Felipe estaría usando 200 chimbos diarios.



Todos esos marinos ya han sido revisados y se encuentran en buen estado de salud para poder reincorporarse a sus labores.

## 6,500 marinos listos para volver a embarcarse

**TEGUCIGALPA.** Unos 6,500 marinos hondureños están listos para volver a embarcarse y retornar a sus puestos de trabajo “luego que poco a poco la actividad naviera reanuda operaciones tras el paso de la COVID-19”.

Así lo confirmó el capitán de navío José Domingo Meza, vocero de la Dirección de la Marina Mercante, tras considerar que esa es una “buena

noticia para todos nosotros y los familiares de esos compatriotas”.

Todos esos marinos ya han sido revisados y se encuentran en buen estado de salud para poder reincorporarse a sus labores, dijo.

Muchos de los marinos fueron sometidos a cuarentena aquí, a pesar que en los cruceros que trabajan también pasaron por un estricto proceso de verificación a fin de descartar

la presencia de COVID-19, afirmó.

De igual manera, “se constató que ellos han cumplido con todas las medidas de bioseguridad establecidas por las autoridades”.

Meza sostuvo que “con motivo de la pandemia, los marinos habían sido repatriados a sus países de origen, en virtud del paro registrado en la industria naviera”.

“Pero ya hemos recibido notifi-

caciones de muchas empresas navieras en el sentido que en los próximos días o meses van a reactivar las operaciones en los océanos del mundo”, señaló.

“Honduras ocupa el primer lugar en Latinoamérica en cuanto al número de marinos embarcados, alrededor de unos 20 mil, y hay oportunidad para que más connacionales se sumen a esa actividad”, destacó.

HUGO MALDONADO, DEFENSOR DE DERECHOS HUMANOS

## UNOS 7,500 REOS EN TÁMARA PODRÍAN CONTAGIARSE POR COVID-19

**TEGUCIGALPA.** El presidente del Comité de Derechos Humanos en Honduras (Cohed), Hugo Maldonado, señaló que unos 7,500 internos reclusos en la Penitenciaría Nacional de Támara, “están en un peligro inminente a contagiarse por COVID-19”.

Según dio a conocer, los privados de libertad se encuentran acostados en colchonetas en el suelo y sin respiradores, éstos están ubicados en una de las dos áreas de aislamiento instaladas en el Módulo denominado “Casa Blanca” de la cárcel de Támara que presentan sintomatología similar a la COVID-19.

De acuerdo con el último recuento proporcionado por las autoridades de salud, se reportan al menos 122 privados de libertad contagiados.

### MUERTES

Mientras tanto, las autoridades carcelarias confirmaron el sábado que la semana pasada fallecieron



Autoridades carcelarias confirmaron el sábado que la semana pasada fallecieron cinco privados de libertad.

cinco privados de libertad que se encontraban reclusos en Támara, sin darse a conocer las causas de sus decesos.

Lo anterior fue informado por la vocera Digna Aguilar, quien detalló que una de las víctimas es un privado de libertad de 61 años de edad quien falleció en Hospital del Tórax, en donde permanecía hospitalizado, así como otro, de 58 años de edad, que fue atendido en la clínica penitenciaria, donde murió.

De igual forma, a las 11:00 de

la noche del martes se reportó en la clínica penitenciaria el fallecimiento de un interno de 44 años; el jueves a las 12:20 meridiano, en ese mismo centro, se produjo la muerte de un privado de libertad de 63 años de edad y en el Hospital Escuela pereció un reo de 58 años de edad.

“Hasta el momento se desconoce la causa de la muerte y serán los estudios que realicen los especialistas de Medicina Forense los que determinen la causa de los fallecimientos”, indicó.

## Habilitan laboratorio para realizar hemogramas a privados de libertad

**TEGUCIGALPA.** Con la finalidad de fortalecer el acceso a la salud de las personas privadas de libertad, las autoridades del Instituto Nacional Penitenciario (INP) coordinaron la instalación del equipo Cell-Dyn-1700, especial para el procesamiento de análisis de laboratorio, específicamente de hemogramas. Las autoridades indicaron que, con la instalación del equipo, se permitirá procesar las muestras sanguíneas en el mismo establecimiento y tener los resultados en tiempo real, lo que representa que al detectar una anemia u otros niveles bajos que pueden comprometer el sistema inmunológico de la persona, se brinde la atención y tratamiento oportuno. La Penitenciaría Nacional de Támara (PNT) cuenta con un equipo de médicos comprometidos



en brindar la atención requerida por la población penitenciaria que ahí convive, entre ellos se encuentran médicos generales, farmacólogos, microbiólogos, odontólogos y personal de enfermería, entre otros. Trabajo en equipo El INP, en coordinación con la Secretaría de Salud (Sesal), trabaja de manera permanente con el propósito de brindar la atención y tratamiento adecuado a las personas privadas de libertad, es así que se ha nombrado un equipo de médicos que permanecen en las instala-

ciones trabajando en conjunto con los doctores asignados al establecimiento. El equipo interinstitucional ha realizado visitas en los diferentes módulos, habilitando áreas para aislar a personas de la tercera edad, así como privados de libertad que presentan diferentes sintomatologías, a los cuales también se les ha realizado pruebas para diagnosticar si padecen dengue, tuberculosis, VIH o COVID-19. Asimismo, y en cumplimiento del convenio de cooperación con el INP, la Sesal, a través de las Regionales Sanitarias, se ha encargado del suministro de medicamentos a los diferentes centros penitenciarios del país, mientras que los ubicados en el departamento de Francisco Morazán la encargada es la Región Metropolitana.



La reunión llevará a cabo a las cuatro de la tarde por la plataforma de ZOOM y será con el consultor internacional el Dr. David Balbuena.

## CN tendrá conversatorio con catedráticos de la carrera de Derecho sobre el nuevo Código Penal

**TEGUCIGALPA.** El Congreso Nacional, tendrá mañana un importante conversatorio sobre el nuevo Código Penal con todos aquellos catedráticos de la carrera de derecho que deseen participar.

Dicho espacio se llevará a cabo a las cuatro de la tarde por la plataforma de ZOOM y será con el consultor internacional el Dr. David Balbuena, experto internacional en materia penal.

Para poder ingresar a dicha reunión, los interesados deberán de enviar un correo electrónico a la dirección [nuevocodigo-penalhonduras@hotmail.com](mailto:nuevocodigo-penalhonduras@hotmail.com), en donde se le brindará el código y clave de acceso, solo a los catedráticos universitarios.

Cabe señalar que esta reunión no será transmitida en vivo por ninguna plataforma por lo que los interesados deberán

enviar su solicitud lo más pronto posible.

Este conversatorio es una más de las jornadas de socialización que el Congreso Nacional ha abierto para la población en general sobre distintos puntos del nuevo Código Penal, tras haber mantenido amplios foros con más de 500 jóvenes, foros con organizaciones defensoras de derechos de niños y mujeres, estudiantes universitarios y ahora los catedráticos de derecho.

Este nuevo código Penal estaba previsto entrara en vigencia en noviembre del 2019, pero el Congreso Nacional, a iniciativa del presidente Mauricio Oliva, ha extendido la vacatio legis del mismo, con el fin de ampliar el debate, la socialización y abrir las puertas de este Poder del Estado para que se presenten proyectos de reforma.

### AVISO

El Infrascrito Notario de la ciudad de San Pedro Sula, Departamento de Cortes, al público en general y para efectos de Ley HACE SABER: Que con fecha 13 de marzo del año 2020, esta Notaria, DECLARO: A la señora MARIA de los ANGELES GONZALES MILLA, Heredera Ab-Intestato de su difunto esposo el señor CALIXTO MARIN de todos los bienes, derechos, acciones y obligaciones y le concede la posesión efectiva de la herencia, sin perjuicio de otros herederos Testamentarios o Ab-Intestato de igual o mejor derecho.-

San Pedro Sula, Departamento de Cortes, 13 de marzo del año 2020.

ABOG. JORGE LUIS CHINCHILLA RODRÍGUEZ  
NOTARIO PÚBLICO

## EL PAÍS

LLEGANDO AL LIMITE

# HABILITARÁN 10 CAMAS MÁS PARA PACIENTES DE COVID-19 EN EL HOSPITAL PORTEÑO

**PUERTO CORTÉS.** A mediados de la próxima semana podrán ser entregados debidamente acondicionados dos contenedores enviados por la Secretaría de Salud Pública para ampliar a 10 camas más la capacidad de atención a eventuales pacientes de COVID-19, como parte de la respuesta a la población porteña en esta emergencia sanitaria.

El hospital ha contado desde inicios de esta pandemia con una sala con capacidad para 25 personas, pero ya el viernes anterior los internos relacionados con coronavirus sumaban 19, restaban apenas 6 camas disponibles, con lo que la incorporación de estos dos contenedores los cupos totalizarán 35 camas, dijo el director Orlando Ríos.

Ríos informó que las mencionadas salas contarán con 10 camas, baños privados, aire acondicionado y ventanas para realizar el mantenimiento y la limpieza, pero también con la instalación de los contenedores-salas, se garantiza a la población que “se hace todo lo posible para brindarles los medicamentos y los servicios de salud que se requiere”.

Señaló que cada contenedor cuesta unos 6 mil dólares donados por la Secretaría de Salud y las camas tienen un costo indivi-



Las camas y demás insumos ya están listos para instalarlos en el hospital porteño.

dual de 7 mil lempiras donadas por la organización Cepudo, por lo que el monto asciende al millón de lempiras, todo esto gracias a las gestiones que se han hecho y a la credibilidad que hay en esta administración.

En ese sentido, estimó que las salas podrían estar listas en ocho o diez días más, ya que en el hospital tiene espacio para 25 pacientes, pero solo quedan cuatro cupos, por lo que es necesario pasar a la tercera etapa, con la habilitación de los contenedores y con ello se daría respuesta al menos un mes más en el municipio “siempre a la espera que podamos controlar la pandemia y no tener que pasar a la cuarta etapa”.

“Estamos muy agradecidos y

esto es un esfuerzo realizado a través de un plan activado desde febrero en su tercera etapa, pero no queremos entrar a la cuarta, porque será muy complicado y un reto muy grande, y para eso la Secretaría de Salud donó estos contenedores y la municipalidad logró la remodelación de los mismos”, dijo el galeno.

El director del hospital porteño dijo que los pacientes con COVID-19 estarán en un solo espacio para tener un mejor manejo e inmediatez en el servicio donde el personal hasta ahora contagiado suma unas 19 personas, pero después de 4 meses es poco gracias al plan de retención del virus que realizó en este mismo centro asistencial.

## Mascarillas y más baratillas para protegerse del coronavirus en Honduras

En medio de la pandemia por la COVID-19, con tres meses de confinamiento, los hondureños no han perdido el sentido del humor, al definir los tapabocas de protección entre “mascarillas”, que usan los que pueden comprarlas, y “más baratillas”, aquellas para los pobres y más golpeados por el coronavirus SARS-CoV-2.

Hasta antes de la pandemia por la COVID-19 que, según fuentes médicas estaría a punto de llevar a los hospitales públicos al colapso, por muchos enfermos, las mascarillas por lo general solo eran asociadas con los médicos y enfermeras atendiendo pacientes en los hospitales.

Pero en tres meses de pandemia, en el país, de hecho, ha surgido una nueva cultura, la del uso de la mascarilla, que ahora es obligatorio por decreto, para reducir las cifras de contagios y muertes, aunque quizá por negligencia, rechazo natural a algo impuesto por el Gobierno, o indiferencia, hay personas que salen a las calles sin llevarla puesta.

Muchas personas, entre hombres, mujeres y niños, deambulan en mercados populares y calles, pidiendo dinero o comida, sin llevar puesta la mascarilla, aunque algunos aducen que por ser muy pobres no pueden comprar una, y otros que “aquí, o te mueres por el coronavirus o te mata el hambre”, porque no tienen dinero.

Honduras tiene una población de 9.3 millones de habitantes, de los que más del 60% son pobres y muchos subsisten con menos de un dólar

diario, según fuentes de organismos de derechos humanos.

Corrupción con las mascarillas

Con la llegada de la COVID-19, no tardaron en aprovecharse comerciantes, incluso dueños de farmacias, que comenzaron a acaparar las mascarillas existentes en el mercado y a elevar su costo, en algunos casos hasta casi el triple, lo que constató Efe con una N95.

En una de las farmacias de una cadena, una de esas mascarillas era vendida en marzo a 250 lempiras (diez dólares), cuando su costo normal rondaba los 90 lempiras (3.6 dólares).

Esta semana, en la misma farmacia, Efe comprobó que la misma mascarilla la vendían de nuevo a 3.6 dólares. Ante la necesidad de protegerse, muchos hondureños igual pagaron 50 lempiras (dos dólares) por un tapabocas quirúrgico de 17 lempiras (0.68 dólares), costo al que han vuelto, lo que también constató Efe.

Mientras entre la población surgían reclamos por el alto costo de las mascarillas en las primeras semanas de la pandemia, sectores de la sociedad civil denunciaban presuntos actos de corrupción en la compra oficial de mascarillas y otros materiales y equipo para hospitales a precios muy elevados, dentro y fuera del país.

También afloraron en las calles vendedores de mascarillas artesanales, baratas, que no le garantizaban a nadie la mínima protección, según la opinión de fuentes médicas.

### Renuncia director del Laboratorio Nacional de Virología en Honduras

El director del Laboratorio Nacional de Virología de la Secretaría de Salud, Engels Benegas, presentó su renuncia de su cargo a la jefa de la Unidad de Vigilancia de la Salud, Karla Pavón, mediante oficio número 173 JLNv 2020. Benegas desempeñaba esa función desde mayo del 2016 y hasta los momentos se desconocen los motivos que los llevaron a tomar la decisión. Según oficio presentado, “en las últimas semanas situaciones externas de la Secretaría de Salud (SESAL) están afectando mi trabajo con el laboratorio, por lo que por medio de la presente le presento mi renuncia al cargo”.



### Adultos mayores, los que más acuden a vacunarse

Los adultos mayores son los que más han llegado a los puestos de vacunación que se instalan en este municipio. Cientos de personas, adultos mayores, han llegado a distintos barrios y colonias de esta ciudad donde personal del Ministerio de Salud realiza la campaña de vacunación para niños de 0 a 5 años, niños de 11 años y adolescentes de 21 años, mujeres embarazadas y adultos mayores. El fin de semana anterior se instalaron



en el parque central donde, por dos días, la mayoría de personas que llegaron son de la tercera edad.

Jonatan Cruz, técnico en salud de esta ciudad, expresó que “la gente ha escuchado

el llamado, gracias a Dios estamos cumpliendo con las expectativas, al final de esta jornada de trabajo daremos a conocer el informe general mediante una conferencia de prensa”.

ECONOMÍA PERCIBE \$17.2 MILLONES DIARIOS

# JUNIO ARRANCA CON NOTABLE RECUPERACIÓN EN REMESAS

**TEGUCIGALPA.** La primera semana de junio arrancó con una notable recuperación en el ingreso de remesas familiares provenientes en su mayoría de los Estados Unidos donde trabajan más de un millón de hondureños, según el Sistema Electrónico de Negociación de Divisas (Sendi) del Banco Central de Honduras (BCH).

En los primeros ocho días de junio la economía hondureña recibió 137.8 millones de dólares, superior a los 114.2 millones captados en el mismo periodo de junio del 2019 y por encima de los 111.4 millones de dólares que ingresaron en esos ocho días de junio del 2018.

Solo en esa semana del sexto mes del año ingresó el 33 por ciento de la suma registrada en mayo por el orden de 415.8 millones de dólares. El reporte del Sendi refiere que en febrero entró el flujo más alto del 2020 (\$430.9 millones), pero en marzo, con el impacto de la pandemia bajó a 368.3 millones, mientras en abril hubo un desplome a 332.7 millones de dólares.

La tendencia mejoró en mayo cuando Honduras captó 415.8

millones de dólares, atribuido a la celebración del Día de las Madres que históricamente tiene una relación importante para los envíos por parte de los migrantes hondureños, ya que las madres son los principales receptores de esos giros monetarios.

## PREOCUPACIÓN Y MEJORÍA

Con relación al repunte en junio, economistas suponen que los migrantes estarían preocupados por enviar dólares a sus familiares para sufragar el consumo en hogares con miembros desempleados y posibles gastos para prevenir la COVID-19.

La mayoría de beneficiarios destinan esos ingresos esencialmente para necesidades básicas o de consumo corriente como alimentación, medicinas y educación, entre otros.

El mayor flujo de divisas enviado a partir de mayo, estaría relacionado también con el mercado laboral en los Estados Unidos que se recuperó de fuertes pérdidas en abril, cuando desaparecieron 20.7 millones de empleos. La tasa de desempleo el



En lo que va del mes de junio, Honduras ha recibido al menos 138.8 millones de dólares en remesas.

mes pasado se elevó a 14.7 por ciento cuando las empresas cerraron durante el confinamiento.

Economistas esperaban que el desempleo fuera aún peor en mayo, llegando a casi el 20 por ciento, pero la reapertura gradual de la economía agregó nue-

vo trabajo en lugar de eliminar más puestos.

Honduras recibió 5,523.6 millones de dólares en remesas en el 2019 (\$4,884.5 millones en el 2018). En función del Producto Interno Bruto de Honduras (PIB), representaron el 22 por ciento en 2019. (WH).

## DATO

Además de los Estados Unidos, a Honduras ingresan remesas provenientes de 1, España, Costa Rica, México, Canadá, Panamá, República Dominicana, Chile, Colombia, Puerto Rico y Alemania.

## Banco de Occidente realiza donación de 25 mil mascarillas a hospital occidental

**SANTAROSADE COPÁN, COPÁN.** La demostración de responsabilidad social ante la alerta roja que vive el país por la pandemia del COVID-19 quedó demostrada con la entrega de 25 mil mascarillas quirúrgicas que recibió el Hospital Regional de Occidente para el uso de enfermeras y médicos quienes trabajan en la primera línea atendiendo a los contagiados del virus.

Juan Miguel Alvarenga, gerente de la oficina principal de Banco de Occidente, anunció la donación que aprobó esa institución bancaria para el hospital de la zona, cantidad que hace a tres millones

de lempiras y los cuales serán entregados en insumos y medicinas para atender la pandemia.

En una primera entrega, que asciende a trescientos cuarenta y dos mil lempiras, se donaron 25 mil mascarillas de las cuales 500 son N-95 y las restantes son KN-95 garantizando ese escudo de protección para quienes les toca atender a los que se contagian con el virus que ha matado a mucha gente en todo el mundo.

“Nos hemos puesto de acuerdo con las autoridades hospitalarias para conocer de las necesidades prioritarias y con los fondos autorizados por la junta directiva del

banco poder obtenerlas de acuerdo con las necesidades primordiales”, dijo Alvarenga.

Por su parte, el director del Hospital de Occidente, doctor Juan Carlos Cardona, dijo que la entrega hecha por el Banco de Occidente viene a ser un alivio en las necesidades del centro hospitalario en equipo de bioseguridad lo cual es una prioridad en este momento. “Los tres millones de lempiras son un paliativo enorme para cubrir algunas necesidades que tenemos, si bien es cierto la Secretaría de Salud no ha entregado lo necesario, nunca será malo tener alternativas para combatir la pandemia”, dijo Cardona.



Son tres millones de lempiras los donados en mascarillas para la protección de los equipos médicos.

## OPINAN

## EDITORIAL

NUESTRA NIÑEZ  
EXPLOTADA

En estos tiempos donde se acusan y se contra acusan distintos sectores ávidos de protagonismo intelectual o académico por la manera en que se manejan las cuestiones con respecto a la pandemia, nuestros niños siguen sufriendo y no se llega hacia donde se debe. No podemos ser indiferentes ante la impotencia de una madre que no tiene cómo ofrecer un pedazo de tortilla a un niño que se acuesta con hambre o quizá un medicamento para un dolor o un mal menor, cosa que está ocurriendo en nuestras periferias e incluso en nuestras vecindades. Los niños son vistos por muchos malos como “carne de explotación”, donde son enviados a los semáforos a pedir dinero supervisados por adultos inescrupulosos quienes les quitan lo que logren recaudar.

El trabajo infantil es un tema importante en la política global moderna, pero no es tan fácil de resolver como la gente piensa. En esta lección, vamos a analizar la relación entre el trabajo infantil y los países en desarrollo como el nuestro y con la esperanza que algún día salgamos de esa “categoría” y ya seamos un país desarrollado, y ver qué significa esto para la comunidad global. La pregunta que surge inmediatamente en una discusión sobre el trabajo infantil es esta: ¿qué tan grande es este problema? Desafortunadamente, es bastante grande. Las estadísticas recientes estiman que aproximadamente 210 millones de niños entre 5 y 14 años trabajan actualmente casi a tiempo completo. Eso es aproximadamente el 18% de los niños del mundo. El traba-

jo infantil generalmente implica trabajo agrícola o industrial, a menudo colocando a niños pequeños en condiciones de trabajo muy peligrosas. Lo que es aún más preocupante es que una gran cantidad de estos niños están empleados en algún tipo de comercio sexual, que a menudo implica el tráfico de personas.

Llama poderosamente la atención que este fenómeno maligno no sea objeto de mayor profundización de los llamados organismos de derechos humanos, si bien es cierto que algo se hace pero no es suficiente, pareciera que es más para justificar la existencia de organismos inoperantes que asumir los liderazgos debidos y solucionar en gran medida este flagelo en donde la paternidad responsable juega un papel clave, ya que los mismos padres de familia fomentan esta manera de esclavitud con el argumento de la necesidad que se tiene. Y justo allí, en el seno de la “familia” en donde a manera de cooperativa, ya sea en coherterías, vertederos o labores agrícolas donde se les dice a los menores que se debe hacer a manera de “ayuda” a la olla familiar y los menores no pueden disfrutar de ningún tipo de remuneración.

Con todas las lecciones aprendidas, donde se han desnudado todas las miserias mentales de nuestros dirigentes, se debe dar solución a esta realidad fomentando la unión familiar, leyes más severas y radicales contra la paternidad irresponsable y la explotación y trabajo infantil. Esos espacios que les negamos a los niños de hoy, ellos mismos mañana los arrebatarán de la manera que menos deseáramos. Respetémosles y atendamos sus necesidades.

## 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.

## 2020: ¿Listos para el segundo round?

Estamos a las puertas de llegar a mediados de junio. Lo que podríamos decir el mismísimo ombligo del año. Y para todos aquellos que conocen algo del boxeo o del fútbol existen muchas similitudes en la manera que podemos ver este año.

Tanto los partidos, como las peleas, dependen mucho del rival que tenemos al frente. En muchos de ellos el rival es pequeño y sabemos que va a ser cuestión de tiempo para que le peguemos una buena bailada. Cuando el rival es igual, es cuestión de estar alerta y saber que al menor descuido, la menor grieta, debemos aprovechar para dar una estocada que lo debilite.

¿Pero qué pasa cuando el rival es inmensamente grande? ¿Qué tal si nuestro Goliat es mucho más grande en persona o en la cancha de lo que más imaginamos? Eso nos ha pasado con la COVID-19. Y estamos entrando al segundo round.

¿Qué hacen los equipos cuando el rival les ha pegado una enorme zarandeada?, o los ha goleado de entrada en un abrir y cerrar de ojos. De esas cosas que uno se pregunta ¿cómo pasó?, ¿anotaron el número de placa? Para todo ello debemos estar conscientes en la etapa en que estamos y es en la etapa que sonó la campana y estamos preparándonos para el segundo round.

Los boxeadores, una vez que suena la campana, ivan al banquillo!, van donde su coach, su mentor, su técnico, al mismo tiempo que personal médico le toma el pulso, intenta remendar las heridas y lo preparan para que siga aguantando un par de toques más. El coach usualmente lo prepara mentalmente para el asalto final. ¡Te ha dado buenos golpes, pero lo tienes debilitado! Aguanta un poco más y dale el gancho mortal. ¡Acaba



Enrique Zaldívar  
2050 Comunicaciones

con él y no te dejes golpear más! O le sustra los puntos débiles del rival ¡Es lento que tú! ¡Golpea con más fuerza en el abdomen!

¿Y qué decir de los equipos de fútbol? Cuando entran al medio tiempo a los camerinos con caras largas cuando de repente el rival los ha goleado por tres goles de diferencia y pareciera literalmente una goleada firmada. El técnico les habla de táctica. De hacer cambios. De mover piezas y tener actitud. De la esperanza de saber que aún queda mucho partido por jugar y que muchas cosas pueden pasar en un minuto.

¿Lo importante de todo esto? La actitud. Hemos sido golpeados en la salud. En lo económico. Y en lo anímico. ¿Con qué actitud saldremos al segundo round? En los meses venideros y hasta el cierre de año o Navidad debemos replantear nuestra táctica para ir por el empate o ¿por qué no...?, ¡el game!

He visto muchos deportistas salir como leones al segundo tiempo. Al segundo round. Con una chispa única convencidos de poder lograrlo. Y que, aunque el rival no lo crea, por su perseverancia termina convencido que algo pasó en el medio tiempo. ¿Qué va a hacer usted que me lee?

Muchos hablan de que en la cuarentena debimos haber leído libros, crecido espiritualmente, valorar las cosas, ser más optimistas, amar más a la persona, reconciliar relaciones, valorar los cafés y las tardes. ¿Para qué? ¿Para dejar guardado lo aprendido?

El 2020 puede ser el año en que recalibremos nuestro enfoque y nuestros valores. ¡Y los pongamos en práctica! Todo se queda en palabras. ¡Si no salimos a darlo todo y a poner en práctica lo aprendido! Es hora de pasar de la teoría a los hechos. ¡Demostramos un gancho al hígado, haciendo de este un gran año!

## EL PAÍS

LA TRIBUNA DE HONDURAS

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

GERENTE GENERAL  
HUGO 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

COMPRAY 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 salas 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.DCBROK.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



**D.C. Brokers**  
Constructora y Bienes Raíces  
**Barrio Los Andes vendo casa**  
840 varas y 440 metros. 5 habitaciones 4 baños dos salas a \$429,000 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



**D.C. Brokers**  
Constructora y Bienes Raíces  
**Villas del sol VENDO CASA**  
3 habitaciones circuito privado sector autónoma L2,500,000 llamar 99649686 INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



**D.C. Brokers**  
Constructora y Bienes Raíces  
**El pedregal 1400 vras.**  
500 metros de construcción más la piscina y BBQ finos acabados \$490,000 dólares. 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



**D.C. Brokers**  
Constructora y Bienes Raíces  
**Se vende hermosa casa**  
La foresta 4 habitaciones con baño, dos salas baño visitas. Garaje L7,000,000 negociable llamar al 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DC-BROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



**D.C. Brokers**  
Constructora y Bienes Raíces  
**Residencial Puerta del Sol venta o renta**  
Tera. planta consta de: sala, comedor, cocina, estudio, baño de visita, área lavandería, 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 casi mide 502 vrs. 330 metros de construcción. Venta \$275,000 negociable Renta \$1,400. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

**PUBLIQUE SUS AVISOS LEGALES**  
Contáctenos:  
PBX (504) 2556-5750  
clasificados@elpais.hn  
marivel.maradiaga@elpais.hn




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



**El Pedregal 630 v2**  
320 Mts de construcción, consta 4 habitaciones completas, 2 salas, cocina, desayunador, cuarto de empleada, piscina, techado para 2 vehículos. \$350,000.00 NEGOCIABLE.



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



**El Pedregal 536 V2**  
4 habitaciones completas, 2 salas, cocina, desayunador, cuarto de empleada, lavandería, jardín, techado para 2 vehículos. \$255,000.00 NEGOCIABLE.



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




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

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



**Se venden 3000 varas en Masca**  
A \$-90.00 LA VARA. CERCAO FRENTE AL MAR. llamar 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



**D.C. Brokers**  
Constructora y Bienes Raíces  
**Vendo casa Col. Universidad**  
380 metros más piscina 4 habitaciones estudio acabados en madera de color 960 varas de terreno a \$365,000 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 Omas, las casas constan de tres habitaciones con baño cada una y un balcón, una sala arriba, la parte de abajo tiene baño de visita, sala, cocina, corredor, estacionamiento, área social con piscina y kiosco. Valor Lps. 3 millones.



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

**CONSULTE NOS, PUEDE CONFIAR EN NOSOTROS**

**Le brindamos los siguientes servicios:**

- Venda o alquile 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*



**COMPRAY 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

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



**Los Alpes**  
 Se vende hermosa casa

L. 4,150,000 con 4 habitaciones, un estudio, dos salas, cuarto servicio, garaje, puertas de madera color, área de BBQ, bodega. Llamar para citas al 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



**Colonia Moderna**  
 vendo casa

200 metros construcción y 7 apartamentos (producen renta) con 1570 varas de terreno precio de venta panga L8,900,000 (precio avasúo L15,000,000) 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE 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



**Lomas del Pedregal**

En San Pedro Sula, se venden lotes de 1500 varas, circuito cerrado a tan solo \$190 dólares la vara, sector Foresta y Merendón Hills. Llamar 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



**Barrio El Benque**

Se vende 830 varas, con oficinas y apartamento, 130 metros de construcción, ubicado en la 9 ave, 5 y 6 calle barrio Benque a tan solo L. 5,500,000. Llamar 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN 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 granito, finos acabados a tan solo L. 8,500,000.00 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 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



**Casa Maya #2**

534 varas, 380 mts de construcción, 3 habitaciones completa, sala, cocina, desayunoador, lavandería, cuarto de empleada, techado 2 vehículos, \$260,000 negociables.

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



**Residencial Salamanca, casa en pre venta**

La cual consta de 300 mts2, área de construcción 144.78 mts2, sala, comedor, cocina, 3 dormitorios, 2 baños, área de lavandería, garaje, puertas de madera de color e interiores termofomadas con marco de cedro, ventanas comedizas, piso de cerámica, aceras perimetrales. Precio \$95,000.00

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



**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 nosotros, de 3 habitaciones, dos y medio baños, tenemos terreno de 290 varas 2,750,000. Dc brokers constructores y desarrolladores de hogares llamar 9964-9686 INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



**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



**Villa Mónica se vende casa**

Con 3 dormitorios nueva a \$160,000 con 185 metros de construcción llamar al 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



**Sector Los Cedritos**

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

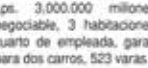
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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.

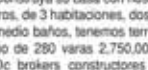
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**Casa de 563 varas**

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

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



**El Pedregal**

1200 varas, 850 mts de construcción, 5 habitaciones completa, 2 salas, cocina desayunoador, bodega, cuarto de empleada, piscina, techado 4 vehículos \$750,000.00 negociables.

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



**Villa Mónica circuito cerrado**

Contiguo a villas del sol se vende bella casa con 4 habitaciones dos salas comedor cocina 350 metros garage 2 vehículos nueva en \$260,000 finos acabados llamar al 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

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



**Sector Andiax**

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.

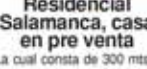
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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



**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.

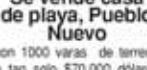
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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



**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



**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



**Casa de playa**

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

**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



**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



**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



**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



**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.

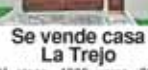
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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.

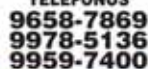
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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



**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



**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



**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



**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



**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.

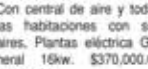
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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.

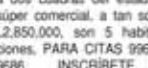
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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



**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



**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.

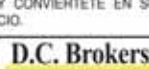
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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.

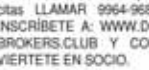
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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.

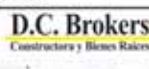
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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.

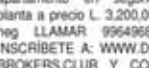
**D.C. Brokers**  
 Constructora y Bienes Raíces



**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



**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



**Sector Los Cedritos**</

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



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

**ALQUILER DE CASAS**



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



**Consta de 300 vrs y 100 mts**

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

**ALQUILER DE TERRENOS**

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces

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

**VENTA DE TERRENOS**

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se venden en La Figueroa**

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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**San Roberto de Sula se vende solar**  
745 varas con muro y plantel sector industrial a L.2,500,000. LLAMAR 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



**Santa Cruz de Yojoa 13.5 manzanas**

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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces

**Se vende terreno en Choloma**

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



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

**100 manzanas Lago de Yojoa**

Con 100 cabezas de ganado todas con sus gabetadas.

**PUBLIQUE SUS AVISOS LEGALES**

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



**Masajes Domicilio S.P.S.**



**INFORMACIÓN AL 9930-1294**



**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.



**1 Manzana en Rio Blanco**

\$75.00 c/ vara, negociable, frente al Boulevard hacia El Zapotal.

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se vende 10,000 varas en Jucutuma**  
contigo a laguna a L.250 cada vara LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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



**Se vende predio**

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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**San Roberto de Sula sector industrial se vende plantel**

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



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



**7 manzanas**

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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



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

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se vende Terreno 280 Varas Villaflorencia**

L.800,000 negociable. LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



**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 para hacer condominios a 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



**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



**2 Casas 31 manzanas de tierra**

completas y alumbradas, tarificadas, 1 granja de pollo, 1 laguna de tilapia, venados, 10 cabezas de ganado, 2 caballos, patos, gallinas, ganzos, 4 vacas, tremendo PRECIO LPS. 7,300,000.00 NEGOCIABLE.

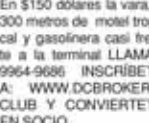
**17 Manzanas**

6.5 millones en Santa Cruz, con finca de naranja.



**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se venden 6800 varas Campsia**

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



**ASTROLOGA Y Consejera ESPIRITUAL**

**CONSULTA DEL TAROT GRATIS!!**

**\*SUERTE \*DINERO \*AMOR**

**QUITA DE TU VIDA ESA ENFERMEDAD desconocida que no te deja vivir en paz!!**

Te diré quiénes son tus enemigos y que tipo de daño o mal te han hecho

**DEJA DE SUFRIR**

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

**ACTIVA TU SUERTE**

Te ayudare 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



**17 Manzanas**

6.5 millones en Santa Cruz, con finca de naranja.

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces



**Se venden 6800 varas Campsia**

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!!!**

Ofrece 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.

**D.C. Brokers**

Constructora y Bienes Raíces

**Vendo terreno en Omoa**

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

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





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



**52 manzanas en Santa Cruz**

con casa de campo y casa de mayordomo, y árboles frutales: litchis, naranjas, limones, café y ganados 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 Tejo \$160.



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



**2 Manzanas**

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



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



**Terreno en Trujillo**

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



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



**Bosques del Merendón**

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



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

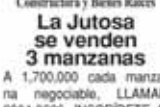


**Bosques del Merendón**

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



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



**8 Manzanas**

cercada, con luz y agua, \$45 v. Sector Norte.



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



**Te ofrezco 18 manzanas**

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



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



**Finca de café**

Aguacate Hass, Limón Per. Arboles de Liquidámbar.



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



**25 Manzanas**

frente recta de Santa Cruz 13 millones.



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



**12 Manzanas**

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



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



**18 Manzanas**

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



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



**4 Manzanas**

La Vuelta del Cura \$50 la vara.



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



**46 manzanas**

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



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



**5 mil varas**

Frente playa \$60 negociable.



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



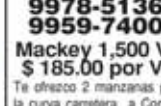
**Bella Vista**

9,500 V<sup>2</sup>

¡¡¡GANGA!!!, \$185,000.00 negociable.



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



**Juan Lindo**

6,600 V<sup>2</sup>

Lps.18,500,000.00/ 1000 V<sup>2</sup> a Lps.160,000.00.



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



**Mackey 1,500 V<sup>2</sup>**

\$ 185,000 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.



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



**ALQUILER DE EDIFICIOS**

D.C. Brokers Constructora y Bienes Raíces



**VENTA DE EDIFICIOS**  
D.C. Brokers Constructora y Bienes Raíces



**Se venden 1,038 varas**

Barrio Concepción, 7 y 6 calle contiguo a Cofisa, tiene locales, apartamentos, locales para restaurantes 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.



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



**Se vende bodega en Paz Barahona**

500 metros. Lps.6,500,000. LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



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

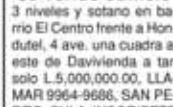


**Se venden edificios en Bo. El Centro**

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



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



**Se alquila bodega de 300 metros**

Barrio La Guardia contiguo a Bomboña en 900 dólares. LLAMAR AL 9964-9686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.



**TELÉFONOS**  
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.

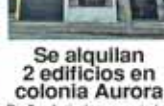


**TELÉFONOS**  
9658-7869  
9978-5136  
9959-7400



**Barrio Los Andes**

Se venden 670.51 varas con construcción en segundo nivel de esquina bulvar los caminantes precio \$ 201,500 dólares negociables LLAMAR 99649686. INSCRIBETE A: WWW.DCBROKERS.CLUB Y CONVIERTETE EN SOCIO.

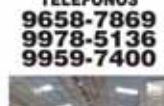


**TELÉFONOS**  
9658-7869  
9978-5136  
9959-7400



**Se alquilan 2 edificios en colonia Aurora**

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



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



**Se vende bodega en el bulevard del Sur**

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



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



**En Barandillas**

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



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



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

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



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



**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.



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



**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.



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



**EL MEJOR PRECIO Y ATENCIÓN GARANTIZADA**

PUBLIQUE SUS AVISOS LEGALES

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



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



# PREDIABETES, CÓMO ANTICIPARSE PARA EVITAR LA DIABETES

La prediabetes es una situación en la que el nivel de glucosa en sangre está por encima de lo normal, pero no tan alto como para considerarlo diabetes mellitus tipo 2. Un aviso al que conviene prestar atención.

El concepto 'prediabetes' incluye la presencia de una glucemia basal alterada en ayunas – es el valor de la glucosa en sangre por la mañana antes de romper el ayuno–, de una intolerancia a la glucosa –tener valores elevados de glucosa en sangre tras dar una sobrecarga de glucosa oral– o de ambas condiciones a la vez.

Todas son situaciones que implican un riesgo muy alto de desarrollar diabetes tipo 2 y de sufrir complicaciones cardiovasculares, como el infarto de miocardio o el ictus cerebral. Está estrechamente relacionado con la resistencia a la insulina.

Tanto la prediabetes como la diabetes mellitus tipo 2 en la que desemboca si no se toman medidas, como la resistencia a la insulina, la obesidad o la hipertensión, son enfermedades

muy relacionadas con el estilo de vida en las sociedades modernas, en las que el sedentarismo y unos hábitos de alimentación inadecuados han hecho que muchas personas sufran de este tipo de problemas.

Afortunadamente la prediabetes se puede evitar, y en caso de que aparezca se puede llegar a revertir sin llegar a desarrollar diabetes mellitus. ¿Cómo? Con el ajuste del estilo de vida, especialmente comiendo más sano y moviéndonos más.

## CAUSAS

La resistencia a la insulina y la prediabetes se producen de forma multifactorial. Las causas más importantes que favorecen su aparición son:

Prediabetes: obesidad

El exceso de peso: la obesidad, sobre todo si es por acumulo de grasa abdominal, es

una causa primordial de resistencia a la insulina y prediabetes. El tejido adiposo –la grasa– produce hormonas y otras sustancias que pueden causar resistencia a la insulina, elevación de la tensión arterial, alteraciones del colesterol y los triglicéridos y enfermedades cardiovasculares. Además, se produce un estado inflamatorio crónico del organismo.

Prediabetes: sedentarismo

Sedentarismo: la ausencia de actividad física hace que los músculos no gasten el exceso de glucosa y además favorece el exceso de peso.

Prediabetes: apnea del sueño

Otras causas de prediabetes y resistencia a la insulina son: el tabaquismo, el uso de medicamentos con corticoides, el envejecimiento, el síndrome de la apnea obstructiva del sueño, los antecedentes familiares y el síndrome

de ovario poliquístico.

## SÍNTOMAS

La prediabetes en realidad no produce síntomas. Una persona puede tener prediabetes durante muchos años y no ser consciente del problema. Sin embargo, sí que hay una serie de condiciones que pueden alertar sobre el riesgo de padecer prediabetes, haciendo aconsejable realizar una sencilla determinación analítica para descartarlo. Los siguientes grupos poblacionales están en riesgo de tener prediabetes: mayores de 45 años, hijos o hermanos de diabéticos, en el caso de las mujeres, el hecho de haber dado a luz a un bebé de más de 4500 g o haber padecido diabetes gestacional. También en aquellas que tengan síndrome de ovario poliquístico. Las personas que tienen exceso de peso, los in-

dividuos con hipertensión arterial, aumento del colesterol y triglicéridos o hígado graso.

## TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN

El objetivo del tratamiento de la prediabetes es revertirla y evitar que llegue a progresar a diabetes mellitus. Para ello, las personas con prediabetes o en riesgo de padecerla deben conseguir reducir inicialmente al menos un 5-10% de su peso corporal, aunque según el grado de obesidad puede ser necesario perder más kilos. Esto se consigue con la dieta y el aumento de la actividad física, que son beneficiosos incluso aunque no se consiga una gran pérdida de peso. Por otro lado, como objetivo adicional, abandonar el tabaco en caso de ser fumador sería prioritario.

**WEBCONSULTAS**



## Beneficios de consumir ayote

Por su composición nutricional, le ayote es aconsejable en todas las etapas de la vida, especialmente en la infancia, pues contribuye al buen estado de la piel, los huesos y los dientes, así como del sistema nervioso y el aparato digestivo.

Resulta muy recomendable durante el embarazo y la lactancia. Es, además, un alimento conveniente en caso de diabetes, pues aunque sea dulce, sus azúcares se absorben lentamente y no sobrecargan el páncreas. Consumida habitualmente puede resultar beneficioso en muchos otros trastornos de salud:

Aparato urinario: cistitis, prevención de cálculos renales, retención de líquidos, insuficiencia renal. Sistema cardiovascular: hipertensión arterial, prevención de la angina de pecho, mantenimiento de nivel adecuado de colesterol y anemia.

Sistema inmunitario: infecciones crónicas, gripe, prevención de enfermedades degenerativas.

Aparato digestivo: gastritis, úlcera gástrica, estreñimiento, parásitos intestinales.

Sistema nervioso: ansiedad, estrés, depresión, insomnio.

### CUERPOMENTE

# COSAS QUE NO DEBES HACER ESTANDO EMBARAZADA

Estar embarazada no impide llevar una vida normal. Sin embargo hacer una vida normal no es sinónimo de hacer cualquier cosa. Te contamos cuáles son los “prohibidos” del embarazo.

**1. FUMAR:** Los tres principales químicos del cigarrillo son la nicotina, el monóxido de carbono y el ácido ciánico. Y algunos de sus efectos nocivos son: infertilidad, aborto, parto prematuro, alteraciones inflamatorias, desprendimiento prematuro de la placenta, mayor incidencia de desnutrición fetal, bajo peso al nacer y muerte súbita del recién nacido.

**2. TOMAR ALCOHOL:** El alcohol es una de las sustancias responsables de malformaciones fetales, por lo tanto el consejo es no tomar ni una copa, ya desde el momento en que empiezas a planificar el embarazo. Al igual que con el cigarrillo, el impacto negativo depende de la dosis ingerida: a mayor consumo, peores serán los efectos sobre tu hijo.

**3. BEBER CAFÉ EN EXCESO:** La cafeína (que no sólo está presente en el café sino también en el cacao, el chocolate, el té y algunas bebidas colas) es un estimulante del sistema nervioso que incrementa



la frecuencia cardíaca y el metabolismo. En altas dosis, puede provocar excitación, palpitaciones e irritación del tracto digestivo. Por lo tanto, lo ideal es no consumir más de dos tazas de café por día.

**4. AGOTARTE:** Un descanso adecuado ideal se logra con 8 horas de sueño durante la noche y 2 horas por la tarde.

**5. AUTOMEDICARTE:** Es bueno saber que muchos remedios pueden tener efectos verdaderamente nocivos para tu bebé si los tomas sin prescripción médica.

**6. NO ALIMENTARTE BIEN:** Aliméntate correctamente: elige los alimentos adecuados, en cantidades moderadas, privilegiando la variedad y la calidad.

**7. REALIZAR EJERCICIOS FÍSICOS RIESGOSOS:** El ejercicio es fuente de buena salud, y si el embarazo se desarrolla de manera normal, no hay motivo para no practicarlo. Sin embargo, hay deportes más recomendables que otros. Algunos no representan riesgo alguno, otros pueden practicarse con moderación, y otros están contraindicados.

### AHORA MAMÁ

## Beber jugos en la infancia ayuda a mejorar la dieta en la adolescencia

Existe una gran controversia acerca de si es saludable o no dar jugos de frutas a los niños, especialmente si se opta por los envasados. Aunque algunos estudios han demostrado que estos tienen grandes cantidades de azúcar y la Asociación Americana de Pediatría ha recomendado a los padres no dar estas bebidas a menores de un año, incluso si son naturales y caseros, la Universidad de Boston (EE.UU.) ha llevado a cabo un estudio en el que ha encontrado una asociación entre tomar jugos 100% fruta durante la niñez y una mayor ingesta de frutas y una

mejor calidad de la dieta durante la adolescencia.

La investigación, ha encontrado beneficios en la ingesta de estos jugos naturales durante la primera infancia y la etapa preescolar, y sin que afecte negativamente al peso de los niños, ha explicado Lynn L. Moore, principal autora del estudio.

En el estudio se analizaron los datos de 100 niños que participaron en el Framingham Children's Study –con edades entre 3 y 6 años–. Los resultados mostraron que aquellos que tomaron 1,5 tazas de jugo de fruta 100% al día durante

la etapa preescolar, tuvieron dietas más saludables que los que tomaron media taza a las mismas edades, y consumieron más fruta entera tanto durante la infancia como entre los 14 y los 17 años. La investigación realizó un seguimiento a los menores durante un periodo superior a 10 años para poder comprobar los efectos a largo plazo de la ingesta de estas bebidas.

Además, el consumo de estas bebidas no se asoció a un cambio en el índice de masa corporal (IMC) de los niños durante la infancia y la adolescencia. **WEBCONSULTAS**



# CÓMO INCLUIR EL EJERCICIO EN EL CRONOGRAMA DEL TRABAJO DESDE CASA

Samantha Clayton, OLY, ISSA-CPT, Vicepresidenta, Rendimiento Deportivo y Educación Física Mundial, nos comparte esta valiosa información.

Como muchos gobiernos implementaron políticas respecto de que es “más seguro quedarse en casa”, incluidas las disposiciones para trabajar desde casa, es comprensible que estos nuevos cambios en nuestra rutina diaria provoquen estrés o ansiedad. Para muchos, trabajar desde casa es una nueva experiencia y quizás, por estar más conectados durante el día, pierdan tiempo valioso que deberían dedicar a su bienestar. Por eso es importante encontrar formas creativas de continuar con la actividad física mientras está obligado a trabajar desde casa.

## MANTENGA UNA RUTINA

Así como es importante tener un régimen de entrenamiento consistente para evitar o retrasar el amesetamiento en el rendimiento físico, también es importante desarrollar o mantener la “rutina laboral” para evitar incorporar malos hábitos que afectarán la motivación.

Aunque parezca tentador levantarse y trabajar en pijama, sin darse cuenta, su espacio de trabajo también se desordenará y sus hábitos cambiarán. En medio de tantos cambios, ¿por qué agregar otro más? Mantenga la coherencia y cumpla un horario. Todas las mañanas, levántese a la misma hora que se levantaría si fuera a la oficina, dúchese, vístase, desayune, prepare la estación de trabajo y trabaje como lo haría habitualmente. Mantener esta sensación de normalidad le ayudará a enfocarse en sus tareas.

Aquí presentamos algunas formas de incluir el ejercicio físico en su cronograma de trabajo desde casa:

Priorice el movimiento para generar un ambiente de trabajo positivo

Si bien quizás le preocupe más terminar el trabajo que hacer ejercicio, la verdad es que siempre debe intentar tomarse un tiempo para alcanzar a un total de 30 minutos de ejercicio al día. Si lo incluye en el cronograma y lo incorpora a la agenda diaria, será un momento esperado dentro de la monotonía de la jor-

nada laboral.

Además, algunas investigaciones asocian estar sentado durante períodos prolongados a una serie de problemas de salud, como diabetes tipo 2, enfermedad cardiovascular y dolor de espalda.

Aunque ‘mantenerse en forma’ no sea una prioridad para usted, durante la actividad física el cuerpo aumenta la liberación natural de endorfinas que, como mínimo, mejoran el humor. Y en momentos estresantes como éste, uno de los mayores beneficios de realizar ejercicio con regularidad es la capacidad para facilitar las actividades de la vida cotidiana.

## EJERCITE MIENTRAS TRABAJA

Aquí presentamos cinco ejercicios fáciles de hacer mientras trabaja desde casa y para algunos ni siquiera debe alejarse de su estación de trabajo:

- Programe una alarma. Programe una alarma en el teléfono para realizar unos minutos de actividad al comienzo, a la mitad y al final de cada hora. No importa si decide hacer abdominales, 60 sentadillas o 20 flexiones de brazos durante 1 minuto: establecer un horario para hacer una pausa en el trabajo y poner el cuerpo en movimiento no solo le ayudará a sentirse más fuerte con el tiempo, sino que también mantendrá alta su energía durante todo el día.

- Estire la parte superior del cuerpo. Precaliente los músculos estirando la parte superior del cuerpo: levante los brazos por encima de la cabeza y estire hasta sentirlo en el pecho y los bíceps. El estiramiento ayuda a aliviar el estrés y la tensión muscular.

- Hable por teléfono de pie. Aproveche las llamadas para ponerse los auriculares y moverse, caminando o haciendo sentadillas. Con las estocadas también puede trabajar glúteos y muslos. Haga estocadas hacia adelante bajando la cadera hacia el piso, una vez con cada pierna.

- Abdominales sentado. Trabaje los abdominales sentado. Mantenga la espalda recta y las manos detrás de la cabeza; luego, eleve las rodillas hacia los codos, una vez con cada pierna.



- Círculos con los tobillos. Mantenga buena circulación de la sangre simplemente trazando círculos con los tobillos para favorecer una circulación saludable.

## NO OLVIDE LLEVAR UNA DIETA EQUILIBRADA.

Algunas de las mejores formas

para obtener excelentes resultados físicos y emocionales es manejar la rutina de ejercicios, tener una dieta saludable y dormir la cantidad de horas suficientes. Durante el día, los refrigerios saludables, como frutas enteras, tiritas de queso y yogur, no solo lo saciarán, sino que también son fáciles de comer cuando perdió

la noción del tiempo por estar todo el día conectado. Además, se sentirá satisfecho con una dieta equilibrada rica en proteínas y así evitará ir una y otra vez a la nevera. No olvide que trabajar desde casa no significa que no se deban mantener los límites: durante estos días, asegúrese de dedicar un tiempo para relajarse.



**Reino Botánico**

FORTALEZCA EL SISTEMA INMUNE CON **VITAMINA C**

**VITAMINA C-1000 mg** con bioflavonoides y rosas silvestres.

ÚNICA TIENDA ABIERTA

PARA MÁS INFORMACIÓN PUEDE LLAMAR AL: + (504) 3275-8682

SERVICIO A DOMICILIO

CENTRO S.P.S.: Bo. El Benque 7 ave. entre 4 y 5 calle S.O. 2550-7890

Reino Botánico | reino\_botanico

# LOS CINCO NUTRIENTES QUE TU CUERPO NECESITA PARA MANTENERSE SANO

Sabemos que la buena alimentación es esencial para la salud, pero ¿sabemos cómo el cuerpo obtiene los nutrientes que necesita? ¿o cuáles de ellos son prioritarios?

El primer paso para tener una alimentación saludable es conocer los grupos de alimentos y cómo combinarlos para cubrir con ellos las demandas energéticas del organismo.

Estos son algunos de los nutrientes esenciales para el buen funcionamiento del cuerpo y en qué alimentos puedes encontrarlos.

## 1. LAS PROTEÍNAS

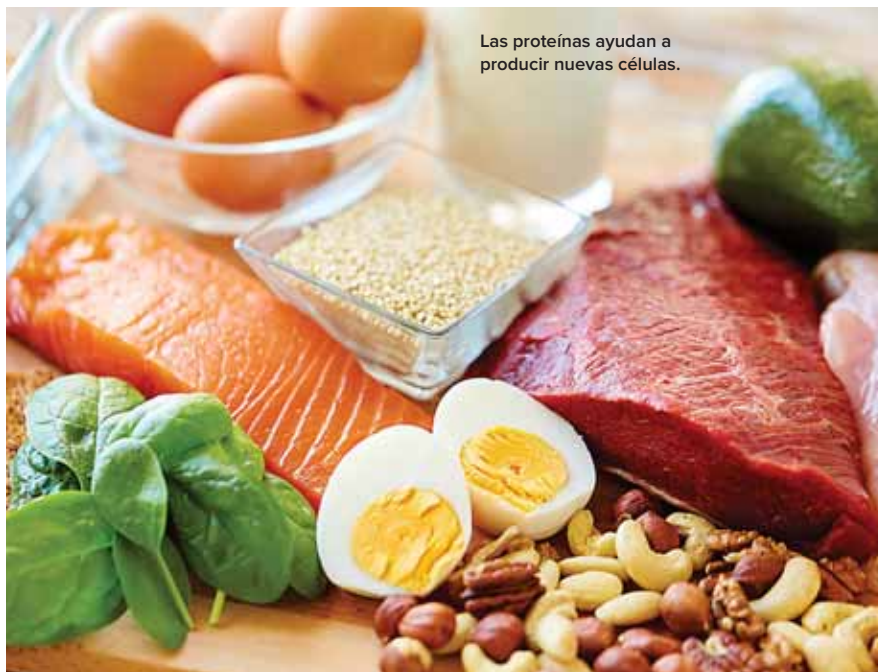
Son las encargadas de apoyar a las células a cumplir su labor diaria para regular la función de los tejidos. También ayudan a producir nuevas células, reparar las viejas, crear hormonas y enzimas, así como mantener el buen funcionamiento del sistema inmune. Todas tareas esenciales para la prevención del cáncer.

¿De dónde obtienes las proteínas? Deben estar presentes en todas tus comidas a través de los huevos, las carnes, rojas o blancas, los pescados y mariscos, también hay proteínas vegetales que provienen de los granos y los frutos secos.

## 2. LOS CARBOHIDRATOS

Son la gasolina del cuerpo, aportan energía que dota a las células, el cerebro y la sangre del combustible suficiente para funcionar correctamente. Sin carbohidratos, el cuerpo se siente débil, sin fuerza.

Puedes obtenerlos del pan, las pastas, el arroz, las frutas y verdu-



Las proteínas ayudan a producir nuevas células.

ras. Como los carbohidratos se convierten en glucosa, asegúrate de escoger los más saludables y descartar aquellos que tengan azúcares refinados.

## 3. EL AGUA

Sin ella, la mayoría de los procesos del organismo colapsarían. Apoya en el transporte de nutrientes, en

la circulación, la digestión, la eliminación de toxinas y regula la temperatura corporal, lo cual es vital para mantener saludable. Ocho vasos de agua al día mantienen a las enfermedades a distancia.

## 4. LAS GRASAS

Las grandes incomprendidas de la cadena alimenticia, las grasas son

necesarias para la producción de células y hormonas, además de ayudar a las vitaminas a moverse por el cuerpo.

Su mala fama proviene de los excesos de concentración de grasa, ya que el cuerpo convierte el exceso de calorías en grasa. Sin embargo, un nivel saludable de grasa ayuda a absorber las vitami-

nas A, D, E y K, todas solubles en grasas.

Solo asegúrate de consumir las grasas “buenas” o monoinsaturadas, presentes en los frutos secos, aguacate y pescados como el salmón o la caballa, en lugar de saturar tus niveles de colesterol o triglicéridos con frituras y comida procesada.

## 5. LAS VITAMINAS Y MINERALES

Son los reyes de la nutrición. Las vitaminas son esenciales para el metabolismo del cuerpo, lo cual hace que participen en diferentes procesos, como los que permiten tener una buena visión, los huesos fuertes, el crecimiento del cabello.

Por su parte, los minerales ayudan a regular el funcionamiento adecuado de tejidos y sistemas. El potasio, por ejemplo, ayuda al funcionamiento de los músculos, mientras el calcio se encarga de huesos y dientes. El cuerpo humano funciona como una gran orquesta armónica. Cada nutriente tiene una función específica que cumplir para garantizar la vida. La manera más sencilla y eficaz de obtenerlos es a través de la alimentación. Incorpóralos conscientemente en tu dieta y prepárate para recibir todos sus beneficios.

**ONCOSALUD**



Los carbohidratos son la gasolina del cuerpo.



El agua es fundamental para tener buena salud.



Asegúrate de consumir las grasas “buenas” o monoinsaturadas.

# MUNDO SOCIAL

Hugo Díaz

Fotografías

## Vestidos largos: Todo lo que debes saber para llevarlos cada temporada

La majestuosidad de los vestidos largos es una caricia al alma de una fashionista. Y aunque quizás exista una pequeña resistencia en relación a esta silueta, que suele cubrirnos del cuello a los pies, es porque aún no se han atrevido a explorar el abanico de posibilidades que ofrecen las firmas y los diseños actuales.



### ¿Cuáles son las tendencias en vestidos largos para 2020?

Una de las más notables son los vestidos largos holgados, con cinturas bajas, como se ha visto en las colecciones primavera verano 2020 de Valentino, Jil Sander, Jonathan Simkhai, Erdem y Nina Ricci. Los sesenta también están de regreso, con estampados eclécticos y gráficos, voluminosos vestidos, tallados con pliegues o en una versión de líneas limpias en su máxima expresión. Y la década de los setenta sintió cierto recelo al mostrar aires bohemios, en compo- sé con accesorios retro.



### ¿Cuál es la tendencia en vestidos largos para el otoño?

La firma latinoamericana Carolina Herrera es sinónimo de opulencia y en su propuesta encontraremos vestidos largos elegantes con un vuelo que deja al albedrío la figura, voluminosos vestidos de cuello cerrado en negro, blanco y azul también invadieron su pasarela otoño/invierno 2020. Por su parte, Givenchy se encargó de trasladarnos a los años sesenta, con plumas, estampados gráficos y en una paleta similar a Carolina Herrera, con adhesión del marrón.



### ¿Cuál es la tendencia en vestidos largos para verano?

Chloé propone vestidos largos para usar en el día con unas sandalias en un tono marrón oscuro, aretes pequeños y pulseras. Por otro lado, Christopher John Rogers posee la opción ideal en cuello halter verde agua, con una tela que acaricia la silueta, aros del mismo color y stiletos blancos. Asimismo, Dennis Basso es el precursor de los vestidos radiantes de la temporada y enamora con diseños blancos resplandecientes, a la vez que Loewe lo hace en un tono celeste con botones en la parte central.



### ¿Cuál es la tendencia en vestidos largos para el invierno?

La nueva temporada otoño/invierno 2020 de Elie Saab despliega majestuosos vestidos de fiesta largos. No son simples, lejos están de serlo, por el contrario, vienen recargados, con lazos, transparencias y rebosan de lentejuelas en armoniosas creaciones de ensueño. Oscar de la Renta añade plumas en la parte superior y muchos brillos, como lo ha hecho Marc Jacobs en el diseño que llevó Bella Hadid en el cierre de la Semana de la Moda de Nueva York.



### ¿Cuál es la tendencia en vestidos largos para primavera?

Los tonos pasteles, líneas minimalistas, rectas y los escotes profundos se cuelan en la pasarela primavera/verano 2020 de la firma alemana, Boss. Una figura simple que carece de toda ornamentación innecesaria para cederle total protagonismo al traje principal, aunque no son los únicos. Helmut Lang también apuesta la delicadeza del color, mientras que Ryan Roche elige añadir pliegues mientras que Missoni decanta por la ostentación floral y por los tejidos.

# ¡YA!

CELEBRIDADES Y MUCHO MÁS

## KYLIE JENNER ES ACUSADA DE IGNORAR LAS NORMAS DE DISTANCIAMIENTO SOCIAL

El pasado fin de semana, la estrella de reality show fue fotografiada durante una salida nocturna con el amigo de su hermana Kendall Jenner, Fai Khadra. Se les vio llegar al popular Bootsy Bellows, que se dice que se abrió solo para ellos y un grupo de amigos, informa el Daily Mail. El lugar, propiedad del actor David Arquette, fue cerrado debido a COVID-19. Ahora, parece que está reabriéndolo para su clientela de celebridades. En las imágenes, se ve a Kylie ignorando las pautas de distancia-



miento social mientras sostiene el brazo de Khadra mientras caminan juntos en el club. Se dice que se quedaron hasta la 1:20 de la mañana. [Labotana.com](http://Labotana.com)

# Sienna Miller

## “ansiosa” por casarse

Sienna Miller “no puede esperar” para casarse con Lucas Zwirner. Se creía que la actriz de ‘21 Bridges’ se había comprometido con Zwirner a principios de este año después de que su romance comenzó en diciembre de 2018, y las fuentes ahora han dicho que ya está planeando sus nupcias y está “ansiosa” por casarse.

Una fuente dijo a la revista Us Weekly: “Sienna no puede esperar para convertirlo en su esposo. Ambos están ansiosos por la boda. “A Lucas le encanta cuán orientada a la familia es Sienna, y le encanta que Lucas sea joven y divertido”.

Sienna, que tiene a su hija Marlowe, de siete años, con su ex com-

pañero Tom Sturridge, “también tiene una relación agradable y cercana con Lucas. Están emocionados por este nuevo capítulo”.

La actriz de 38 años también había provocado especulaciones de compromiso el mes anterior cuando fue vista usando un diamante en su dedo anular en la ciudad de Nueva York. En las fotografías obtenidas por MailOnline, Sienna hizo alarde de sus joyas con orgullo mientras sostenía su abrigo con la mano izquierda.

Su compromiso no fue una gran sorpresa para sus amigos, ya que Sienna ya había dicho que “ama” a Lucas y que estaría dispuesta a casarse con él en el futuro cercano. [LABOTANA.COM](http://LABOTANA.COM)



## LOS DUQUES DE SUSSEX SON SEÑALADOS COMO ‘LOS PEORES VECINOS DEL MUNDO’

Meghan Markle y el príncipe Harry son los ‘peores vecinos del mundo’ en su nueva comunidad de Los Angeles. Al menos eso es lo que garantiza la nueva edición de la revista estadounidense Star.

Según la última publicación del tabloide, el duque y la duquesa de Sussex ‘son los peores vecinos de la historia’ en el condominio privado donde viven con su hijo de 13

meses, Archie Harrison.

“La gente paga millones para vivir allí porque es hermoso, privado y pacífico, pero con Harry y Meghan alrededor, todo se convirtió en un caos total, con paparazzi, helicópteros, drones no tripulados volando por encima de sus cabezas”, revela un testigo.

La revista agrega que Markle y el Príncipe Harry han sido ‘absoluta-

mente fríos’ con los vecinos, además de crear incomodidad entre ellos con su presencia allí: “No son amigables en absoluto”, dijo un supuesto residente. “Cuando sacan a pasear a sus perros, no hacen contacto visual con nadie”, revela. “Además, sus guardias de seguridad no permiten que nadie se les acerque.”, afirma la fuente. [Labotana.com](http://Labotana.com)



# FINANCIERO

REGÍSTRATE EN EMPRENDEGUIA.SENPREDE.HN

## HOY INICIA PRIMERA FERIA VIRTUAL "HONDURAS CONSUME LOCAL"

**TEGUCIGALPA.** El paulatino regreso a la actividad de la micro, pequeña y mediana empresa hondureña encontrará un apoyo clave esta semana con el desarrollo de la primera feria virtual "Honduras consume local", una especie de plaza digital que se desarrollará del 15 al 19 de junio.

En Honduras, el sector Mipymes genera el 70 por ciento de los empleos directos del país, alrededor de un millón de puestos de trabajo, al tiempo que la agencia de seguimiento global "We Are Social USA", reveló este año que el 42 por ciento de la población hondureña tiene acceso a Internet y el 83 por ciento posee celulares con conexiones móviles.

Ha sido uno de los sectores más golpeados por la pandemia del coronavirus, por lo que "Honduras consume local" le cae como anillo al dedo.

"Los pequeños negocios se destacan por su tesón, por su creatividad, porque nunca se dan por vencidos, así que debemos darle mayor prioridad a este sector que ha padecido un enorme golpe económico", enfatizó el mandatario Juan Orlando Hernández durante una reunión con representantes del Sector Social de la Economía (SSE).

El propio presidente escuchó con atención el testimonio de dos emprendedores que coincidieron en participar de la exposición para ganar terreno en sus rubros.

Dennis Rodríguez agradeció al Gobierno "porque durante esta pandemia me ayudó a darle marcha a mi negocio Tortillería Sultana", de Cholulteca, y María José Canales confirmó que "con mi negocio de modas MYO Honduras hemos decidido ser parte de esta digitalización, por lo que motivo a los pequeños comerciantes a que trascendamos y rompamos barreras".

### ¿CÓMO FUNCIONARÁ LA FERIA?

Durante los cinco días que durará el mercado cibernético, las empresas que se inscriban de forma gratuita tendrán acceso a una variedad de salas para exponer y vender sus productos; tomar seminarios y examinar los diversos servi-



600 micros, pequeñas y medianas empresa tendrán un quiosco digital para ofrecer sus productos en línea; los consumidores podrán comprar sin salir de sus casas.

cios financieros que pondrá a disposición el Estado.

"El proceso es a costo cero e inicia con el registro del negocio en el sitio emprendeguiya.senprede.hn, una plataforma que contiene la guía completa del emprendedor", explicó el director ejecutivo del Servicio Nacional de Emprendimiento y Pequeños Negocios (Senprende), Luis Colindres.

Colindres, quien enseguida puso un ejemplo práctico del alcance que puede tener una Mipyme: "Cada organización tendrá su quiosco virtual a donde cualquier persona podrá ingresar, ver en la sala de ventas los productos que ofrece y comprar con tarjeta de crédito o débito".

Pero, además, existirá la opción de participar en conferencias en línea, charlas de capacitación pregrabadas y consultar procesos financieros como el Crédito Solidario, la billetera electrónica del Banco Hondureño para la Producción y la Vivienda (Banhprovi) o las Brigadas Mipyme encabezadas por la Secretaría de Desarrollo Económico.

### A CONSUMIR LO NUESTRO

"Tenemos un convenio con el Consejo Hondureño del Sector Social de la Economía (Cohdesse) para atender a mil productores y facilitar acceso a financiamientos, reactivando a más de 100 mil emprendedores que ya estaban dentro del sistema, con una inversión de 460 millones de lempiras", in-

# 15

### MIL LICENCIAS

de comercio electrónico donadas por la OEA estarán a disposición de los comerciantes durante la primera feria virtual "Honduras consume local".

formó Carlos Gunther, director del programa presidencial Crédito Solidario.

En ese orden, el presidente Hernández puso de nuevo el dedo sobre la llaga: "Tenemos que darle preferencia a lo nuestro, a lo producción local, para ayudarnos todos, esta es la cultura que debemos privilegiar para enfrentar esta nueva realidad".

Hernández es el principal promotor de la reingeniería de país desde una visión sistemática moderna.

Además, Hernández aclaró que este esquema no solo va destinado a quienes ya tienen un emprendimiento en manos sino "para todos aquellos que deseen iniciar uno en esta nueva realidad: vamos a facilitar los mecanismos para crear nuevos emprendimientos".

De esta forma, la exposición virtual va amarrada con la estructura del Gobierno Digital encabezada por Marco Antonio Midence, quien aplaudió la iniciativa y dejó claro que este es el camino que debe seguir el país para aprovechar las novedosas herramientas de Tecnología y Comunicación Digital.



## LO MÁS COMENTADO

El presidente de la Asociación para la Defensa de la Canasta Básica de Honduras (Adecabah), Adalid Irías, aseguró que será importante la reapertura de las Ahorros - Ferias "El Lempirita", pues con ello se estabilizarán más los precios.



El uso de la tecnología puede ayudar en importantes áreas afectadas por la pandemia del COVID-19, como son las remesas y las finanzas públicas, expone el estudio.

## BID plantea mayor eficiencia del gasto y remesas en Centroamérica

**TEGUCIGALPA.** Un estudio del Banco Interamericano de Desarrollo (BID) explora oportunidades tecnológicas para la economía de Centroamérica, orientadas a lograr mayor eficiencia del gasto y provisión de servicios públicos, el potencial recaudatorio de la economía digital y maximizar el beneficio de las remesas.

El uso de la tecnología puede ayudar áreas afectadas por la pandemia de la COVID-19, como son las remesas y las finanzas públicas, expone la publicación "Economía digital y tecnología al servicio del desarrollo de la región: informe económico de Centroamérica y República Dominicana".

En un momento en que las remesas se reducen, la tecnología en la transferencia internacional de divisas puede generar eficiencias para maximizar montos que reciben los beneficiarios.

En las finanzas públicas, la pandemia ha puesto de manifiesto la necesidad de contar con la capacidad de identificar a los más necesitados con el fin de fo-

calizar los apoyos públicos, para lo cual la tecnología puede ser de gran utilidad.

Por otra parte, en la medida que la economía digital cobra mayor relevancia en la vida cotidiana y existe la necesidad de fortalecer las finanzas públicas, la tributación digital será más relevante.

Maximizar el beneficio de las remesas para sus receptores, es un asunto muy relevante en una región donde estos recursos representan en países como Honduras y El Salvador alrededor del 20 por ciento de su PIB en 2018 y en otros como Guatemala, Nicaragua y República Dominicana entre el 8 y el 12 por ciento, y podrían en la coyuntura verse reducidas.

Para ello se presenta la experiencia de un sistema de transferencias internacionales entre bancos centrales como herramienta para maximizar el monto de recursos para los beneficiarios y contribuir al buen funcionamiento del mercado cambiario.

## Cerca de dos lempiras subirán los combustibles a partir de hoy

**TEGUCIGALPA.** La Secretaría de Energía, a través de la Dirección de Comercialización de Hidrocarburos y Biocombustibles, reveló este sábado la nueva estructura de precios de los combustibles en la que se aplicará una nueva alza en todos los derivados del petróleo a partir de hoy.

El galón de gasolina superior que se compra a 75.85 lempiras

tendrá un incremento de 1.74 lempiras por lo que su nuevo precio será de 77.59 lempiras.

De igual manera, se espera un aumento de 1.55 lempiras en la gasolina regular por lo que su nuevo precio será de 69.41 lempiras.

Mientras tanto, el galón de diésel registrará un incremento de 1.67 lempiras por lo que su nuevo precio será de 59.31 lempiras.

# EL PAÍS / DIGITAL

**TECH**  
News

## APPLE ANUNCIARÁ LA TRANSICIÓN A SUS PROCESADORES ARM EN LA WWDC 2020



Mark Gurman, un reputado analista especializado en los productos de Apple, asegura que los de Cupertino anunciarán la transición a sus propios procesadores ARM en la WWDC 2020.

La web Axios ya anunció estos posibles planes en febrero de 2019, y en febrero de este año Ming-Chi Kuo respaldó esta información, apuntando que el primer ordenador de Apple con los nuevos chips ARM propios llegará al mercado hacia la primera mitad de 2021.

Ahora, los de la manzana mordida podrían estar a punto de anunciar esta transición.

Así lo afirma el informe que Gurman ha publicado en Bloomberg, donde señala que fuentes familiarizadas con los planes de Apple le aseguran que la corporación anunciará el paso de Intel a ARM en la Conferencia Mundial de Desarrolladores WWDC 2020.

Según el analista, la iniciativa recibe el nombre interno de Kalamata, y se hará oficial ahora con la finalidad de dar tiempo a los desarrolladores externos para que se preparen. Y es que, al tratarse de procesadores con arquitecturas diferentes, los desarrolladores deberán adaptar sus aplicaciones antes de que

lleguen los ordenadores Mac y MacBook con chips ARM a partir de 2021.

Los nuevos chips se basarán en la misma tecnología utilizada en los procesadores de iPhone y iPad diseñados por Apple. Bloomberg recalca que el sistema operativo de los ordenadores continuará siendo macOS. Por el momento Apple no se ha pronunciado al respecto, así que tendremos que esperar a la WWDC 2020, que este año será un evento totalmente virtual y se celebrará a partir del próximo día 22 de junio.

COMPUTERHOY.COM

## Samsung se traerá la carga inalámbrica a sus móviles más asequibles



Samsung quiere que la carga inalámbrica se implemente al mayor número de móviles posible y espera que pronto esté en la próxima serie Galaxy A y todos los dispositivos asequibles que salgan al mercado para así llamar la atención de los usuarios. Según informa Android Authority, de esa serie por el momento solo el Galaxy A90 tiene carga inalámbrica, pero es muy probable que también llegue a los

próximos modelos de las series Galaxy A50 y Galaxy A70. Esta implementación irá con la intención de mejorar las ventas y frenar las caídas que están sufriendo en algunos de sus buques insignia. Pero no estamos hablando de una apuesta para un futuro lejano, según The Elec, podría llegar a los modelos del último trimestre de 2020.

COMPUTERHOY.COM

 **Banco Atlántida**

Imagina.  
Cree.  
Triunfa.

## La verificación vuelve a Twitter: así será el nuevo método para solicitarla



Parece que después de tres años donde se han frenado las verificaciones de cuentas, en Twitter están trabajando en reactivar la posibilidad de obtener el emblema azul que muchos ansían. Tener una cuenta verificada es un signo de confianza que te otorga Twitter que demuestra que eres quien dices, por lo que va acompañado de un posterior aumento de seguidores y de la importancia que te dan otros usuarios.

En 2017 la red social se vio en la circunstancia de frenar las verificaciones por los problemas que estaban surgiendo con supremacistas. Tres años después se ha descubierto que trabajan en un botón cuyo nombre no engaña: Solicitar verificación. Este ha sido descubierto por unos analistas y adelanta su implementación. Para llegar a ese botón hay que entrar en la futura sección Información personal que es-

tará en Cuenta. En este tuit se puede ver dónde se situarían las nuevas opciones. Este descubrimiento ha sido reconocido como cierto por parte de Twitter, según The Verge, pero todavía no estará disponible para los usuarios y desde la red social no han querido adelantar información sobre cuáles serán los datos que se solicitarán para realizar la verificación.

COMPUTERHOY.COM

## La nueva aplicación y sistema operativo Sonos S2 ya está disponible

El pasado mes de marzo, la marca de altavoces y reproductores de sonido presentó su nueva aplicación y sistema operativo, Sonos S2. Esta nueva plataforma será la que permitirá controlar los nuevos dispositivos de la marca (Sonos Arc, Sonos Five y Sonos Sub Gen 3) que llegarán al mercado este miércoles 10 de junio.

Ahora, antes del lanzamiento oficial de sus nuevos altavoces y barra de sonido, la corporación ha puesto a disposición de los usuarios la nueva aplicación Sonos S2, que está disponible para iOS y Android. Aparte de controlar los nuevos dispositivos que llegarán a mediados de esta semana, la nueva app de Sonos también es compatible con los productos modernos de la compañía que hasta ahora se controlaban con la app anterior, Sonos



S1. En este caso, puedes decidir si deseas seguir utilizando S1 o si das el salto a la nueva S2.

Si tu altavoz o barra de sonido no tiene suficiente memoria o capacidad de procesamiento para ser compatible con la nueva app, podrás seguir usando el dispositivo como hasta ahora con la aplicación Sonos S1. Si decides

instalar la nueva aplicación y actualizar tu dispositivo al nuevo sistema operativo Sonos S2, lo único que tienes que hacer es eliminar la app anterior y descargar la nueva. Una vez hecho esto, el sistema se actualizará a la nueva versión de manera automática.

COMPUTERHOY.COM



# Tu acceso al Banco sin salir de casa



Atlántida Online



Atlántida Móvil

400 transacciones



Asesora Bancaria Interactiva  
2280-1010

# DigitalDondeEstés

# INTERNACIONAL

PODRÍAN CAUSAR UN REPUNTE EN CASOS

## NUEVA YORK ADVIERTE VIOLACIONES PUEDEN LLEVAR A REVERTIR REAPERTURA POR ZONAS

**NUEVA YORK.** El gobernador del estado estadounidense de Nueva York, Andrew Cuomo, dijo que se han recibido miles de querrelas sobre violaciones al distanciamiento social y uso de mascarillas en bares y restaurantes, lo que podría llevar a un repunte de los casos del coronavirus SARS-CoV-2, y advirtió que, de seguir ocurriendo, podría revertir la reapertura económica en las zonas donde ocurren.

Cuomo recordó que en Nueva York los casos de la pandemia siguen en descenso, lo que les ha permitido una reapertura económica sin que haya habido aumentos en la incidencia de la enfermedad, como ha ocurrido en 22 estados de la nación, pese a que tienen una densidad poblacional menor. El gobernador hizo la advertencia durante su conferencia diaria sobre la COVID-19 en la que dijo tener “muy buenas noticias” sobre la pandemia y fue claro al señalar que no permitirá un retroceso por incumplimiento de la ley que exige el uso de mascarillas y distanciamiento social para evitar la propagación del virus.

“Esto ha costado mucho dolor a los neoyorquinos”, afirmó Cuomo y su advertencia surgió luego de dar a conocer que se han recibido 25,000 querrelas de violaciones en bares y restaurantes, la mayoría de ellas en Manhattan y los Hamptons, en Long Island. “Es una situación muy seria y quiero que sepan las consecuencias: pueden perder la licencia”, reiteró.

Fue enfático al señalar que es responsabilidad de los gobiernos locales de esas zonas vigilar por el cum-



El gobernador hizo la advertencia durante su conferencia diaria sobre la COVID-19, en la que dijo tener “muy buenas noticias” sobre la pandemia.

plimiento de esa ley y que de ser necesario retrocederá la reapertura para evitar caer nuevamente “en la zona oscura” donde estuvo Nueva York con las muertes por la pandemia, que llegó a registrar 800 al día.

“Si los gobiernos locales no pueden contener que la gente haga lo que quiera, entonces retrocederé en la reapertura”, sostuvo en la conferencia en la que destacó que hubo 23 muertes el sábado, por debajo de las 32 del viernes. Las hospitalizaciones, con 1,600, están también en su nivel más bajo “desde que empezamos este horrible viaje” por lo que, aseguró, hay que ser cautelosos en mantener esa tendencia. Recordó que entre los estados que han tenido que retroceder en su reapertura está el estado de Washington y Carolina del Sur.

Aseguró que Nueva York está liderando la reapertura en el país, con el nivel más bajo de transmisión, lo que dijo se debe a la fortaleza y la capacidad de recuperación de los neoyorquinos.

La advertencia surge luego de que se hicieran virales videos y fotos de decenas de jóvenes bebiendo y compartiendo en la calle el viernes frente a negocios en el Village, en Manhattan, sin guardar el distanciamiento social ni el uso de mascarillas.

Destacó además que está prohibido ingerir bebidas alcohólicas en la calle.

“Las querrelas muestran la conciencia de muchos neoyorquinos de cómo evitar que el virus siga expandiéndose”, señaló y explicó que se han enviado inspectores para investigar las querrelas y que él llamó a varios negocios.

Manhattan, centro de la epidemia en Nueva York, y Long Island han entrado recientemente a la primera fase de reapertura económica.

“Debido a la arrogancia de estas personas en no seguir la ley se puede volver a cerrar donde no se está cumpliendo”, reiteró Cuomo que hizo un llamado a que se respete la vida y la salud de otros. **EFE**



## LO MÁS COMENTADO

Las autoridades sanitarias contabilizaron 2,016 nuevos casos de COVID-19 en las últimas 24 horas en Florida, 565 menos que los 2,581 del sábado pero todavía muy por encima de la cifra de crecimiento diario registrado antes de la desescalada.

## Fiscalía extradita a EE.UU. a presunto operador de “El Chapo”

**MÉXICO.** La Fiscalía General de la República (FGR) de México entregó en extradición al mexicano “Felipe C”, requerido por el Gobierno de Estados Unidos, informó ayer la institución.

En un comunicado, la FGR señaló que el hombre, de nacionalidad mexicana, fue requerido por la Corte Federal de Distrito para el Distrito Norte de Illinois, “para ser procesado por su probable responsabilidad en los delitos de asociación delictuosa y contra la salud”.

El nombre del extraditado apunta a Felipe Cabrera Sarabia, un presunto operador del Cártel de Sinaloa que encabezaba el capo Joaquín “El Chapo” Guzmán, actualmente preso en Estados Unidos.

Cabrera Sarabia fue detenido en diciembre de 2011 en la ciudad de Culiacán y, según investigaciones, se distinguió por un alto índice de violencia ya que dirigió inhumaciones clandestinas, secuestros y extorsiones, entre otros delitos.

Tras su detención, las autoridades mexicanas acusaron a Cabrera Sarabia de ser “lugar teniente” de “El Chapo” y de liderar las actividades delictivas del Cártel de Sinaloa en el estado de Durango y en el sur del estado de Chihuahua.

El ahora extraditado tenía como alias “El Inge” y era también conocido con los alias de “el Ingeniero”, “El 1”, “El Santa Ana”, “El Leo” y “El señor de la Sierra”.



Cabrera Sarabia fue detenido en diciembre de 2011 en la ciudad de Culiacán.

En la nota, la Fiscalía indicó que la entrega de Cabrera Sarabia se llevó a cabo en el aeropuerto internacional de la ciudad de Toluca, en el estado de México, a los agentes estadounidenses designados para su traslado final hacia EE.UU.

De acuerdo con las autoridades de dicho país, el individuo “es probable responsable de actividades de importación de sustancias ilícitas a los Estados Unidos, dentro de un grupo delictivo”.

La Fiscalía explicó que la entrega del sindicado se dio en cumplimiento al Tratado de Extradición firmado entre México y Estados Unidos.

El acuerdo de extradición entre ambos países fue firmado en 1978, sin embargo, las primeras extradiciones ocurrieron hasta 1995. **EFE**



## Muere por coronavirus “el doctor del pueblo” en Nicaragua

**MANAGUA.** El médico nicaragüense Adán Augusto Alonso Flores, quien se dedicaba a atender pacientes con síntomas de COVID-19, falleció ayer a la edad de 62 años a causa del coronavirus SARS-CoV-2, informaron sus familiares.

“Con dolor en el alma comunicamos que nuestro padre, el Dr. Adán Augusto Alonso, el doctor del pueblo, ha fallecido”, indicó su hija, la también doctora Magda Alonso, en un tuit.

El médico falleció tras 18 días de permanecer en estado crítico en la Unidad de Cuidados Intensivos del hospital-escuela “Oscar Danilo Rosales”, de la ciudad de León, 90 kilómetros al noroeste de Managua, precisó su hija. La familia presume que el doctor Alonso Flores se contagiado dando consultas a la ciudadanía que presentaba síntomas de COVID-19.

Su hija explicó que su padre presentó los primeros síntomas el 19 de

mayo pasado, por lo que decidió irse a cuarentena, aunque siguió atendiendo gratuitamente a los pacientes vía telefónica y de redes sociales.

Su salud desmejoró el 28 de mayo pasado y tuvo que ser hospitalizado.

“Descansa papito lindo. Tu valor, tu dignidad, tu fuerza y tu convicción vivirá en cada nicaragüense que luche por la paz, la verdad y la justicia. Descansa en paz”, escribió su hija, que transmitió en vivo el entierro de su pa-

dre, que fue hecho de inmediato a como establece el protocolo por la pandemia. Alonso Flores es el segundo de su familia que fallece a causa del coronavirus. El 8 de junio murió su hermano, el también Máximo Guillermo Alonso Flores. El independiente Observatorio Ciudadano COVID-19 ha recibido reportes de 536 trabajadores de salud con sintomatología asociada o presuntiva de COVID-19, entre ellos 61 que han perdido la vida. **EFE**

EL DESEMPLEO HA CRECIDO EN EUA

# CAÍDA DE REMESAS POR PANDEMIA GOLPEA A EL SALVADOR, GUATEMALA Y HONDURAS

**SAN ISIDRO, EL SALVADOR.** Damaris Majano subsistía en El Salvador con remesas que le enviaba su padre desde Miami. Pero la ayuda quedó interrumpida desde que la empresa donde el hombre trabajaba como repartidor de flores cerró por la crisis derivada de las restricciones para frenar el coronavirus en Estados Unidos.

La historia de esta joven residente de San Isidro, un poblado a 70 km al noreste de San Salvador, no solo se repite entre otros salvadoreños, sino también en Guatemala y Honduras, que también han visto reducidos los ingresos de dinero que envían migrantes desde Estados Unidos y otros países.

“Vamos pasando con la ayuda de la alcaldía”, dice Majano, que se las rebusca con una bolsa de víveres que recibió de las autoridades locales.

“La comunidad está con bastante necesidad”, agrega la joven de 25 años. San Isidro, una localidad de

15,000 habitantes rodeada de cerros, perdió más de la mitad de su población en la década de 1980, cuando muchos migraron huyendo de la pobreza y la violencia.

En Estados Unidos viven 2.5 millones de salvadoreños, 2.7 millones de guatemaltecos y un millón de hondureños, que mes a mes envían remesas a sus familias.

Pero la pandemia global provocó una explosión en la tasa de desempleo en Estados Unidos, que alcanzó 13.3% en mayo, una cifra que aumenta a 17.2% entre la población de origen latinoamericano, según cifras oficiales.

De enero a abril El Salvador recibió 1,600.7 millones de dólares en remesas familiares, lo que marca una caída del 9.8% contra igual periodo de 2019. El mayor descenso en los envíos fue en abril, cuando el total se redujo a 287.3 millones de dólares, es decir, un 40% menos en comparación con el mismo mes del año pasado, según un informe del



En 2019, El Salvador había recibido remesas familiares por 5,650.2 millones de dólares.

Banco Central de Reserva (BCR).

Antonio Iraheta, un agricultor de 64 años de la comunidad rural de Potrero Cubías, en la periferia de San Isidro, pasó de recibir 800 a 400 dólares de sus cuatro hijos que viven en Estados Unidos y “se fueron abajo” al perder sus empleos por la COVID-19, cuenta.

En 2019, El Salvador había recibido remesas familiares por 5,650.2 millones de dólares, lo que había representado un crecimiento del 4.8% sobre el año previo, equivalente a 16% del Producto Interno Bruto (PIB).

“Mi gente ha sido afectada”, dice a la AFP el alcalde de San Isidro,

Ernesto Romero, quien reparte alimentos a la población para aliviar la caída de remesas, pero también por la pérdida de cultivos de hortalizas y maíz tras el reciente impacto de la tormenta Amanda, que dejó más de 30 muertos en El Salvador.

Centenares de salvadoreños salen a diario por las carreteras del país agitando paños blancos para pedir alimentos.

El descenso de los envíos de dinero, que ayudan a mantener a flote a este país centroamericano, y el cierre de las fuentes de empleo en medio del aislamiento por la pandemia genera “un panorama perturbador” en una economía estancada, dice Roberto Cañas, profesor de la jesuita Universidad Centroamericana (UCA).

El país de 6.6 millones de habitantes, que se mantiene paralizado por una cuarentena domiciliar obligatoria por la COVID-19 desde el 21 de marzo, se asoma a cifras problemáticas. **AFP**

## Iglesia salvadoreña lamenta falta de ley de emergencia para enfrentar la pandemia

**SAN SALVADOR, EL SALVADOR.** La Iglesia católica de El Salvador lamentó la falta de una ley de emergencia para hacer frente a la pandemia de coronavirus, tras vencer una cuarentena obligatoria dictada por la Corte Suprema, en momentos en que el país pasa por una fase de fuerte contagio.

“Es muy lamentable que no tengamos una ley de emergencia nacional que proteja a nuestro pueblo, pues nos encontramos posiblemente en el punto más crítico de la pandemia”, aseguró el arzobispo de San Salvador, José Luis Escobar, luego de officiar la misa dominical.

El Salvador acumulaba ayer 3,720 casos de COVID-19, con 74 fallecidos. La cuarentena, que había sido prolongada por la Corte Suprema de Justicia a la espera de la aprobación de una nueva ley de emergencia, venció la noche del sábado.

A la espera de un nuevo decreto que entre en vigencia el martes, el presidente, Nayib Bukele, instó a los salvadoreños durante una cadena



nacional de radio y televisión la noche del sábado a mantener mientras tanto una cuarentena “voluntaria”.

La falta de diálogo entre el Gobierno de Bukele y los diputados de la Asamblea Legislativa impide la votación de una ley de emergencia para hacer frente a la crisis sanitaria.

Bukele anunció el pasado sábado que El Salvador iniciará el próximo martes la apertura progresiva de la actividad económica con rigurosos protocolos, pese a los temores de un alza en los contagios.

Y vaticinó que “por más controlada que sea (la apertura de la economía) va a generar contagio”. **AFP**

Solicite atención médica

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

# SUCESOS

“MADRUGÓN SANGRIENTO”

## ACRIBILLAN A TRES PERSONAS EN LA ROSA

Un hombre, una mujer en estado de embarazo y otra mujer transgénero fueron asesinados a balazos ayer en la madrugada al momento en que se encontraban juntos en la colonia La Rosa, colindante con la colonia Las Torres, de Comayagüela, informó La Policía Nacional.

El hecho criminal fue reportado a eso de las 4:40 de la madrugada, cuando se escuchó una fuerte balacera en la zona.

Específicamente, el crimen se dio en uno de los callejones que conecta con la colonia Flor del Campo y que se conoce como “El Aserradero”, hasta donde llegaron desconocidos con armas de fuego de grueso calibre y comenzaron a dispararles en reiteradas ocasiones hasta dejarlos sin vida.

Una de las víctimas se encuentra plenamente identificada como Óscar Manuel Rodríguez Cruz (28), y a la espera de ser retirado por sus familiares.

Asimismo, se identificó a la joven trans como Fergie Alejandra Herrera, residente en la colonia Flor del Campo, colindante con la zona del crimen.

Lo anterior, sobre Herrera fue confirmado por la presidenta de la Asociación de Derechos Humanos Cozumel Trans, Rihana Ferrera.

Mientras tanto, la otra mujer que murió de forma violenta se encuentra en carácter de desconocida en los depósitos de la morgue de Medicina Forense.

Según los datos que maneja el Movimiento de Mujeres Vi-



Los cadáveres fueron trasladados a la sede de Medicina Forense.



Las tres personas quedaron tendidas atrás de un vehículo que se encontraba estacionado en la zona.

situación Padilla, en lo que va del 2020 se registran más de 120 femicidios en el país de los cuales con el ocurrido ayer se suman más de 51 crímenes contra mujeres que se han producido durante la cuarentena.

Y de acuerdo con estadísticas del Observatorio de la Vio-

lencia de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras (OV-UNAH), en Honduras, a la fecha, se reportan 18 masacres que han acabado con la vida de 65 personas, siendo los departamentos de Cortés, Francisco Morazán y Olancho los más afectados.

## En distintas acciones caen cuatro extorsionadores de la 18

**TEGUCIGALPA.** En distintas operaciones desarrolladas por la Fuerza Nacional Anti Maras y Pandillas (FNAMP), se logró la detención de cuatro miembros de la Pandilla 18 por delito de extorsión, en diferentes lugares de la capital.

La primera operación se llevó a cabo en la colonia Las Brisas, donde se capturó a Saúl Alexan-

der Lozano Mejía (alias “Saulo”), de 44 años, y un menor infractor, de 17 años, conocido únicamente con el alias de “Chele”, según las investigaciones, ambos eran los encargados del cobro de extorsión.

Al momento de su captura se les decomisó dinero producto del cobro de extorsión y dos celulares.

En la segunda acción ejecutada en la colonia América de Comayagüela, se detuvo a Tito Alatiel Sierra López (alias “El TN”), de 20 años quien, según las investigaciones, integra los programas de extorsión y sicariato, además de que se le considera uno de los ranfleros.

También se le investiga por su presunta participación en el robo de vehículos y motocicletas, los



## LO MÁS COMENTADO

Un accidente de tránsito ocurrido la tarde de ayer en la colonia Bendeck, de El Progreso, dejó como resultado un motociclista muerto y otra persona lesionada. Según información preliminar, el motociclista impactó contra un pickup.

### Capturan a tres presuntos miembros de la Pandilla 18



**TEGUCIGALPA.** La Fuerza Nacional Anti Maras y Pandilla (FNAMP), en una operación de vigilancia, seguimiento e inteligencia en la colonia Ciudad España, logró la captura de tres presuntos miembros Pandilla 18 implicados en el cobro de extorsión.

Según información de la FNAMP, los ahora detenidos mantenían amenazados de muerte a los pequeños comerciantes, propietarios de pulperías y mercaditos, además de los conductores de carros repartidores a quienes

les exigían sumas de dinero semanalmente por concepto de extorsión.

Los capturados fueron identificados como Allan Manuel Espinal Oliva, de 22 años, y dos menores infractores de 15 y 17 años, quienes fueron identificados únicamente con los alias se “Fugón” y “Peludo” quienes, según las investigaciones, eran los encargados de cobrar extorsión en la zona en nombre de la Pandilla 18.

Al momento de su captura se les decomisó dinero producto del cobro de extorsión.

### Matan a balazos a un taxista en un carwash

**TOCOA, COLÓN.** Un taxista fue ultimado a balazos, la tarde de ayer, cuando se encontraba en el interior de un negocio de lavado de carros.

La víctima respondía al nombre de Orlin Díaz, quien desde hace un tiempo laboraba como taxista en la zona.

De acuerdo con información brindada por testigos, un individuo llegó al establecimiento, se dirigió hacia el ahora occiso y sin mediar palabra le disparó hasta



dejarlo sin vida.

El cuerpo quedó en una silla, con múltiples heridas de arma de fuego. Hasta ese lugar llegaron las autoridades del Ministerio Público para hacer el respectivo levantamiento y posteriormente trasladarlo a la morgue de la jurisdicción.

cuales eran utilizados para cometer actos criminales en la ciudad.

A él se le decomisó dinero en efectivo producto del cobro de extorsión y un celular.

Y finalmente se logró requerir a un menor infractor de tan solo 17 años, identificado únicamente con el alias de “Chinito”, en el barrio Lempira, de Comayagüela, donde se le decomisó una pistola calibre

40 mm, con su respectivo cargador y municiones. Además de dinero en efectivo producto del cobro de extorsión y un teléfono celular.

Según investigaciones de la FNAMP, algunos de los capturados le exigían más de 25 lempiras por extorsión a sus víctimas, de lo contrario amenazaban con quitarles la vida, quemar sus negocios o carros repartidores.



Luego del enfrentamiento, en el lugar se encontró un almacén donde se halló más de un millón de lempiras. Entre lo decomisado hay fusiles AK 47, UZI, FAL, AR-15 y fusil de asalto G3.

MEDIANTE EL ENFRENTAMIENTO TAMBIÉN SE ENCONTRÓ UN ARSENAL

## DECOMISAN ARSENAL Y UN MILLÓN A LA MS-13

**SAN PEDRO SULA.** Un enfrentamiento entre miembros de la Mara Salvatrucha 13 (MS-13) y elementos de las fuerzas de seguridad dio como resultado el decomiso de más de un millón de lempiras en efectivo, armas de grueso calibre, municiones, droga e indumentaria militar.

La acción se ejecutó en la colonia Suazo Córdoba, la noche del sábado, por miembros de la Fuerza Nacional Anti Maras y Pandillas (FNAMP) en coordinación con la Fiscalía Especial Contra el Crimen Organizado (FESCCO), la Policía Nacional y las Fuerzas Armadas de Honduras, a través de la Policía Militar del Orden Público (PMOP).

De acuerdo con información de la FNAMP, el operativo se montó luego que se recibiera una llamada anónima en la que se indicaba que en el mencionado sector se estaba movilizandoun grupo de miembros de estructuras criminales.

Las fuerzas de seguridad se des-

plazaron hasta el lugar, encontrando a los criminales, por lo que se inició un enfrentamiento entre los dos grupos y luego de un intercambio de balas, los mareros lograron darse a la fuga.

### DECOMISOS

Sin embargo, en el lugar se encontró un almacén con más de un millón de lempiras, cuatro fusiles AR-15; dos fusiles UZI; ocho fusiles de asalto AK 47; dos fusiles de asalto FAL; un fusil de asalto G3; dos lanzagranadas; siete pistolas; dos aros de presión y tres silenciadores.

Además, los agentes hallaron cuatro miras telescópicas; tres visores nocturnos; una máscara de gas; cinco cargadores de UZI; cuatro cargadores de FAL; tres cargadores de M16; 13 cargadores de pistola; 28 cargadores de plástico de AK-47; 62 cargadores de metal Ak-47; y 15 cargadores tipo caracol.

También decomisaron 177 cartuchos calibre 7.62 milímetros; 38

cartuchos de Ak-47; nueve pantalones de fatiga; nueve camisas de fatiga; tres gorras militares; 11 granadas de fragmentación; 10 granadas de gas; tres granadas de gas de 40mm; tres dispositivos de alerta temprana; seis granadas explosivas de 40mm; una granada de iluminación de 40mm; 567 bolsas de marihuana; 150 bolsitas de piedras de crack; cuatro barras de explosivo C-4 y 11 barras de explosivo TNT.

El informe de la FNAMP detalla que también se encontró cinco libras de explosivo Flex X; 10 yardas de mecha lenta; cinco yardas de cordón detonante; 11 cajas de munición calibre 40 mm; nueve cajas de munición calibre 38 mm; 10 cajas de munición calibre 45 mm; cuatro cajas de munición calibre 3.57 mm; seis cajas de munición calibre 3.80 mm; 774 cartuchos de 5.56 mm; 765 cartuchos de 7.62 mm; 268 cartuchos de 7.62 mm de ametralladora y 964 cartuchos de 5.7 mm.

## Tiroteo en la Kennedy dejó un muerto y tres heridos

**TEGUCIGALPA.** Un tiroteo registrado la noche del viernes, en la colonia Kennedy, dejó como resultado una persona fallecida y tres heridos. El fallecido en este hecho criminal fue identificado como Gerardo Antonio Coello Flores (31), quien aún con vida fue ingresado al Hospital Escuela, pero falleció al poco tiempo. Las autoridades del Ministerio Público hicieron el levantamiento e ingresaron el cuerpo

a eso de las 3:20 de la madrugada del sábado, a la morgue capitalina. El atentado criminal también dejó al menos tres personas heridas. El hecho ocurrió en la colonia Kennedy de la capital, específicamente al final de la Calle del Comercio, donde se encuentran las canchas deportivas, sitio hasta donde un grupo de hombres armados atacó a los jóvenes, dejándolos gravemente heridos.



Los nombres que se manejan de los demás jóvenes son Henry Boquín, José Córdoba, así como una mujer de nombre Rosa.



## A balazos ultiman a dos menores de edad

**PUERTO CORTÉS, CORTÉS.** A balazos fueron ultimados dos menores de edad la noche del viernes, en el sector comunidad de Baracoa, de esta jurisdicción.

Los victimados fueron identificados como Elmer Jonathan García Fuentes (alias "El Pollo") de 16 años, quien ya había sido detenido por las autoridades por la infracción penal de posesión para el tráfico ilícito de droga y Vanessa Gutiérrez (16), ambos residían en la colonia La Unión del mismo muni-

cipio. El hecho en el que fallecieron los dos menores, ocurrió en las cercanías de la aldea El Puentón, en Baracoa.

Información preliminar indica que los ahora fallecidos fueron encontrados con múltiples heridas de arma de fuego.

Las autoridades investigan como posible móvil la pelea de territorio por la venta de droga y se encuentran tras la pista de los hechore de este doble crimen.



## Incendio consume dos viviendas

**TEGUCIGALPA.** Un incendio de grandes proporciones arrasó la tarde del viernes con dos viviendas, en el sector 6 de la colonia "Abraham Lincoln", de Comayagüela.

El fuego consumió totalmente las estructuras y los enseres de ambas casas, por lo que, en cuestión de minutos, dos familias quedaron "en la calle".

Al lugar del siniestro se desplazaron dos unidades contra incendios del Cuerpo de Bomberos, al mando del teniente Moisés Aguirre.

Llorando por las pérdidas, uno de los dueños de las casas quemadas explicó que él andaba trabajando y recibió una llamada telefónica donde le avisa-

ban que su vivienda estaba en llamas.

Agregó que, con mucho sacrificio, junto a su esposa, había logrado hacerse de su casita, porque anteriormente alquilaban para vivir y gracias a Dios, una tía que era presidenta del patronato les ayudó a conseguir la vivienda que era de madera y la habían logrado mejorar con otros materiales.

El afectado lamentó la desgracia en momentos en que atraviesa una difícil situación junto a su familia, producto de la emergencia por la COVID-19, por lo que le hizo un llamado a las autoridades y personas particulares para que les ayuden a levantarse de las cenizas.

# EL PAÍS

## DEPORTIVO



Ramiro Martínez dijo que necesita al menos 45 días para poner bien a los jugadores.

### Ramiro confirmó su regreso e inician 29 de junio

**SAN PEDRO SULA.** El entrenador del Real España, Ramiro Martínez ratificó que regresa al club y negó que su continuidad haya estado en duda. “Tenemos el visto bueno de regresar, lo único que nos puede detener es una decisión deportiva, en lo económico no hay problema. No hemos hablado de bajas en el club”, dijo. Martínez señaló que entienden la debilidad financiera de los clubes por las secuelas que está dejando el Covid-19. “Le pedimos a la directiva que no de baja a ningún jugador porque estamos sumamente complacidos con todos. Pero si hay recorte hablamos que el equipo se debilite lo menos posible, sin perder poderío deportivo. Mi cabeza está puesta para regresar al Real España, en ningún momento me he planteado la posibilidad de no volver”. La Máquina inicia pretemporada el lunes 29 de junio.



## EMILIO SIN CONTRATO, REAL SOCIEDAD LE ABRE LAS PUERTAS

**SAN PEDRO SULA.** Luego que el lateral izquierdo Emilio Izaguirre dijo que no tiene contrato con Motagua, comenzaron las reacciones y el presidente de la Real Sociedad le abrió las puertas del equipo.

“No tengo contrato con Motagua, desconozco mi futuro, no me han llamado. Espero que mi situación se resuelva lo antes posible, no sé nada”, señaló el exjugador del Celtic de Escocia.

Tras escuchar esas palabras, en las redes sociales escribió Ricardo

Elencoff: “Un grande sin contrato, si no lo renueva un club de los grades del país. Aquí nos gustaría tenerlo para que venga a enseñar a nuestros jóvenes y alegrar nuestra gente. Grande Emilio”.

El jugador zurdo manifestó que “mis hijos están muy felices aquí, y es complicado para ellos cambiar de escuela y amistades, quiero radicar en el país. Quiero seguir en el equipo y jugar, sino cuentan conmigo tendré que buscar otro equipo”.

Agregó que considera muy importante la reanudación del fútbol



### Elis: Ni yo sé dónde voy a jugar en el 2021

“Jugar en Europa es un sueño a cumplir, nunca lo he ocultado, todavía pienso en hacer un buen torno al fin de para tomar la mejor decisión, ni yo mismo sé dónde voy jugar en 2021”, dijo Albert Elis. El delantero del Dynamo Houston, manifestó de momento su misión es tener una buena participación con el club en el torneo que inician el 8 de julio pues quieren tener la oportunidad de salir campeones.

## BREVES



### Los jóvenes tendrán prioridad en el Marathón

Con renovaciones pendientes de jugadores, el Marathón tiene claro cuál será su meta de cara al próximo campeonato y es darle oportunidad a los jóvenes. “Nosotros le daremos continuidad al grupo, es un trabajo que el cuerpo técnico ha venido haciendo hace dos años, hay varios jóvenes, ya han tenido minutos y ahora los vamos a utilizar más, son cerca de ocho a nueve jugadores.



### Maidana aceptó rebaja y renovó con el Olimpia

El argentino Cristian Maidana manifestó que aceptó quedarse en el Olimpia a pesar de la rebaja salarial, pues su familia y él se sienten bien tanto en la ciudad como en el club. Añadió que entienden como jugadores la situación económica del fútbol, provocada por la pandemia del Covid-19. Por otro lado, informó que fueron notificados por el club que inician pretemporada el 1 de julio.

### Ya hay comisión médica para apoyar a los clubes

La Liga Nacional decidió conformar una comisión médica para atender el protocolo de bioseguridad de cara a los próximos torneos de la profesional debido a la pandemia del Covid-19. La misma está conformada por el pleno de los médicos registrados por cada uno de los diez equipos y se les suman expertos de ingeniería, administración y seguridad. La comisión queda presidida por Jorge Ardón (Olimpia), su vicepresidente es Gilberto Reyes (Real España), el secretario es Norman Martínez (Marathón) y siete vocales.



# REAL MADRID: UN REGRESO CON GOLEADA PERO SIN CONVENCER

**MADRID.** Real Madrid goleó 3-1 al Eibar para seguir a la caza del líder, el Barcelona, en la Jornada 28 de LaLiga española, la primera tras el parón de la competición por la pandemia.

El alemán Tony Kroos abrió pronto el marcador (4'), Sergio Ramos hizo el 2-0 (30') y Marcelo cerró la cuenta blanca (37'), mientras Pedro Bigas hizo el gol armero (60).

La victoria vuelve a poner a los merengues a dos puntos del Barça, que el sábado goleó 4-0 al Mallorca, en su particular carrera por el título liguero con diez jornadas más por delante.

El Real Madrid salió con mucha intensidad al césped del Alfredo Di Stéfano, el pequeño estadio de su ciudad deportiva, donde el Real Madrid jugará hasta final de temporada, mientras avanzan las obras en el Santiago Bernabéu.

Apenas había empezado a rodar la pelota cuando Kroos cazó en balón en el límite del área para poner el 1-0 por la escuadra (4).

Los merengues acabaron buscando en largo a sus hombres de delante como Eden Hazard, que regresaba tras su operación de tobillo en marzo. El internacional belga estuvo muy activo en la delantera, asociándose con Karim Benzema y asistiendo a Sergio Ramos en el segundo gol.

El segundo tanto cayó como un jarro de agua fría en el Eibar, que poco después veía como Marcelo aprovechaba un rechace para hacer el 3-0 (37') después de otra buena combinación entre Benzema y Hazard. Nada más marcar, el brasileño echó rodilla a tierra y levantó el puño al cielo en apoyo al movimiento antirracista que recorre el mundo.

La victoria permite a los blancos seguir en carrera por la Liga, mien-

tras el Eibar pierde la ocasión de sumar para seguir alejándose de los puestos de descenso.

## Jornada

ESPAÑA	
Granada-Getafe	2-1
Valencia-Levante	0-0
Espanyol-Alavés	2-0
Celta-Villarreal	0-1
Leganes-Valladolid	1-2
Mallorca-Barcelona	0-4
Bilbao-Atlético	1-1
Eibar-Real Madrid	3-1

## Tabla

1.Barcelona	61 puntos
2.Real Madrid	59
3.Sevilla	50
4.Real Sociedad	47
5.Getafe	46
6.A. Madrid	46



## Empezamos bien, en la segunda parte costó

“Es una cosa completamente diferente a lo que vivimos antes, hay que adaptarse. Empezamos muy bien el partido, pero en la segunda parte nos ha costado. A nivel físico no creo, porque estamos bien preparados. Un poco de todo”, dijo Zidane, técnico del Real Madrid.

“No estuvimos acertados. Me quedo con la primera parte, fue contundente. Es una victoria importante, tres puntos importantísimos”, agregó tras vencer al Eibar.

## El Bayern aun no se puede coronar

**BERLÍN.** El líder Bayern Múnich quedó a un solo triunfo de coronarse campeón de la Bundesliga alemana de fútbol por octava temporada consecutiva tras vencer como local a Borussia Moenchengladbach 2 a 1 en un partido de la 31ra. fecha.

El defensor del título parecía darle una oportunidad a su escolta Borussia Dortmund, que previamente le había ganado a Fortuna Dusseldorf 1-0, hasta que el mediocampista Leon Goretzka rompió la igualdad en el desolado Allianz Arena y estableció la victoria a los 41 minutos del segundo tiempo. Con otras tres jornadas por delante, Bayern Múnich (73) lleva una ventaja de siete unidades y necesita apenas una nueva victoria para consagrarse campeón de liga por octava temporada consecutiva y 30ma. vez en su historia.



## Uruguay Muslera sufrió grave lesión

El portero uruguayo Fernando Muslera se retiró lesionado de gravedad en su pierna derecha tras un choque con un rival en un balón dividido durante el transcurso del partido de la liga turca que su equipo, el Galatasaray, disputaba ante el Rizespor. La acción llegó en el minuto 14, cuando un balón enviado por Tunay Torun al área fue disputado por el meta internacional de Uruguay y el marfileño Ismael Diomande, que cayó encima del rival. El portero fue trasladado a un centro hospitalario para precisar el alcance de la lesión. Todo apunta a que se podría haber fracturado tibia y peroné.

**LA CÁBALA DEPORTIVA DE ZAVALETA**

¡Hoy espero mi trece! Ese número que pago desde el año pasado y lo mantengo bien cargado para ganar zas zas

El sueño de hoy: **34**

Sonar que tomas agua en vaso quebrado: **34**

Llama al \*7550 desde tu celular Tigo



# FERIA VIRTUAL

Primera Edición

Del 15 al 19 de junio 2020

Ingresa a:  
[emprendeguiya.senprende.hn](http://emprendeguiya.senprende.hn)

## Podrás encontrar:

- Webinars.
- Más de 500 stands de venta de productos y servicios 100% Catrachos.
- Stands informativos del sector Público y Privado que apoyan a la MIPYME.
- Servicios de Financiamiento.
- Asistencia Técnica.
- Brigada MIPYME (Trámites online para formalizar empresas).

## ¡Honduras Consume Local, Honduras se levanta!



Organiza la Mesa de Trabajo MIPYME

