



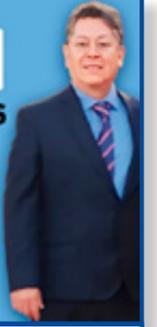
Juan Gim

**celebra a Isabella Gómez Uribe
como Deportista del Año 2024**

**La arquera nogalense recibe el Premio
Mérito Deportivo tras obtener 8,674
votos y consolidarse como una de las
mejores tiradoras del país.**



**Juan Gim celebra a Isabella
Gómez Uribe como Deportista
del Año 2024**



Un Nogales que apuesta por el deporte

El reconocimiento a Isabella Gómez Uribe como Deportista del Año 2024 no es solo un premio a su esfuerzo individual, sino un reflejo de la importancia del deporte en Nogales. Su trayectoria como arquera la ha convertido en una referente del talento local y una inspiración para las nuevas generaciones.

La administración de Juan Gim ha dado señales claras de su compromiso con el deporte, desde la inversión en infraestructura deportiva hasta la implementación de becas para atletas jóvenes. Estas acciones no solo fortalecen el desarrollo deportivo, sino que generan espacios de formación y disciplina para niños y jóvenes de la ciudad.

El reto ahora es dar continuidad a estos proyectos y consolidar a Nogales como un semillero de talento deportivo. Apoyar a los atletas locales no solo en momentos de éxito, sino en su preparación y crecimiento, será clave para que más jóvenes puedan alcanzar su máximo potencial y representar a la ciudad con orgullo.



La arquera nogalense recibe el Premio Mérito Deportivo tras obtener 8,674 votos y consolidarse como una de las mejores tiradoras del país.

El presidente municipal de Noga-

les, Juan Gim, encabezó la ceremonia de premiación del Mérito Deportivo 2024, en la que Isabella Gómez Uribe fue reconocida como Deportista del Año, tras recibir 8,674 votos de la comunidad.

La joven arquera nogalense ha destacado en competencias nacionales e internacionales, consolidándose como una de las mejores tiradoras del país.





"Este reconocimiento es una gran motivación para seguir entrenando y superándome cada día"



Durante la ceremonia, Juan Gim resaltó el esfuerzo, disciplina y dedicación de Isabella, señalando que su logro es un ejemplo para las nuevas generaciones de deportistas en Nogales.

El evento contó con la presencia de autoridades deportivas y familiares de la atleta, quienes celebraron este reconocimiento. La premiación es parte de las acciones del gobierno muni-

cipal para impulsar el talento deportivo local y fortalecer la cultura del deporte en Nogales.

Isabella Gómez Uribe agradeció el apoyo de la comunidad y reafirmó su compromiso de seguir

representando a la ciudad en las próximas competencias. "Este reconocimiento es una gran motivación para seguir entrenando y superándome cada día", expresó la deportista.





Invitan a los padres a solucionar inconvenientes en el proceso de cobro de Becas Municipales.

La Dirección conjunta para encontrar una solución a estos inconvenientes. El maestro Edgar Valdés Valadez, titular de la dependencia, informó que se han presentado varios casos dentro de sus hijos. El objetivo es trabajar de manera

Estos casos han generado dificultades para acceder a los recursos destinados a apoyar la educación de los estudiantes. Ante esta situación, la Dirección de Educación busca ofrecer alternativas para resolver los problemas que

enfrentan las familias y garantizar que los beneficios lleguen a quienes más lo necesitan.





Ímuris acogerá el Festival Internacional 'Danzantes del Sol'.

El municipio de Ímuris será sede del Festival Internacional "Danzantes del Sol", que se llevará a cabo del 17 al 28 de mayo. Este evento contará con la participación de invitados especiales de Paraguay, Colombia, Polonia y México, con una suma regional que incluirá a Ures, Magdalena de Kino, Hermosillo

y Nogales como subse-
de. El festival se celebra en el marco del 13° aniversario del Grupo de Danza Municipal A'al e Wailadam. La maestra Laura Elena Gómez Coronado, directora del grupo y Delegada de la Asociación Internacional de Folclor Latinoamericano en Sonora, expresó su entusiasmo

por la realización de este evento, que busca fortalecer la danza como una estrategia educativa. Destacó que el grupo se ha enfocado en guiar a la niñez y juventud, promoviendo valores, trabajo en equipo y salud, y preparándolos física y emocionalmente para disfrutar, practicar y difundir el folclore mexicano.





Se aprueba nueva modalidad de servicio social en Sonora.

El Congreso de Sonora aprobó reformas para establecer una nueva modalidad de servicio social, en la cual los estudiantes podrán contribuir activamente al bienestar de sus comunidades. Esta medida busca fortalecer la formación de los jóvenes de educación media superior, permitiéndoles cumplir con su servicio social a través de activida-

des comunitarias supervisadas por los ayuntamientos y las autoridades educativas. El diputado César Adalberto Salazar López, presidente de la Comisión de Educación y Cultura, presentó ante el Pleno el decreto que reforma la Ley de Educación y la Ley de Profesiones del Estado de Sonora. Además, el Congreso turnó a comisiones diversas iniciativas

en temas de salud, parlamento abierto y la creación de un sistema integral de cuidados. Esta reforma busca generar un impacto positivo tan-

to en los estudiantes como en las comunidades, promoviendo la responsabilidad social y el compromiso cívico entre los jóvenes de Sonora.





Convocan a participar en parlamentos indígenas, afroamericanos y de mujeres en Sonora.

El presidente del Congreso de Sonora, diputado Omar Del Valle Colosio, hizo un llamado a la ciudadanía para que participe en los parlamentos abiertos dirigidos a comunidades indígenas, afroamericanas y mujeres. Durante una rueda de prensa, el legislador destacó la importancia de estos parlamentos, cuyo objetivo es fortalecer el marco jurídico que garantice el respeto a los usos y costumbres de estas comunidades, así como asegurar su acceso a medios de comunicación propios, la protección de sus bienes comunitarios y el derecho a una asistencia jurídica con enfoque cultural y de género. Además, Del Valle Colosio informó sobre el avance en el proceso de selección de personas juzgadoras del Poder Judicial del Estado.



La convocatoria está abierta a todos los interesados en contribuir al fortalecimiento de estos derechos.



Vuelve la Jornada Visual 'Mirada Clara' para beneficiar a 2,500 personas en Sonora.

Con el objetivo de garantizar la salud visual de la población más vulnerable, el Gobierno de Sonora, a través de la Secretaría de Bienestar, anunció el regreso de la Jornada Visual "Mirada Clara" 2025. Esta iniciativa es posible gracias a la colaboración de organizaciones como Volunteer Optometric Services to Humanity (VOSH) y el Club Rotario Pitic, quienes trabajan junto al Gobierno Estatal y la Sociedad Civil. Durante el evento, se ofrecerán servicios gratuitos de salud visual a aproximadamente 2,500 personas, con un enfoque especial en los habitantes de comunidades rurales y poblaciones indígenas de Hermosillo, como Poblado Miguel Alemán, Punta Chueca, Desemboque de los Seris, y la ciudad de Hermosillo. La jornada se llevará a cabo en la Casa Hogar Don Juan Navarrete y Guerrero, ubicada en el Poblado Miguel Alemán, del 3 al 11 de marzo, en un horario de 7:30 a 14:00 horas.





Azalia Guevara presenta iniciativa para la salud mental perinatal.

Con el propósito de establecer un marco jurídico que proteja la salud mental perinatal, especialmente en lo relacionado con la depresión posparto, la diputada local Azalia Guevara presentó una iniciativa en el pleno del Congreso de Sonora. Esta propuesta incluye un proyecto de decreto que reforma y adiciona diversas disposiciones de la Ley de Salud y la Ley de Salud Mental del estado. La iniciativa, promovida por la diputada de Nogales y Santa Cruz, quien

pertenece al Grupo Parlamentario del Partido Verde Ecologista de México (PVEM), propone reformas en el artículo 52 de la Ley de Salud y la adición de una nueva fracción en el artículo 50, es-

pecíficamente en materia de salud mental perinatal. Azalia Guevara destacó en su intervención que es urgente abordar el bienestar emocional y psicológico de las mujeres durante

el embarazo y el primer año después del parto, tema que ya ha sido sometido a análisis y dictamen en la Comisión de Salud.





Progreso en el proceso de selección de aspirantes a candidaturas de jueces y magistrados.

De las 257 personas que se registraron en la convocatoria del Poder Legislativo como aspirantes a las candidaturas de jueces y magistrados del Poder Judicial de Sonora, solo 160 fueron avaladas al cumplir con todos los requisitos establecidos. René Luna Sugich, vocero del Comité de Evaluación del Poder Legislativo, informó que de los aspirantes aprobados, 99 son hombres y 61 son mujeres. Estos candidatos avanzan ahora a la siguiente etapa del proceso, que consiste en entrevistas presenciales, programadas del 25 de febrero al 11 de marzo. Luna Sugich destacó la importancia de este proceso de selección, que busca garantizar la idoneidad y calidad de los aspirantes para ocupar estos cargos tan relevantes en el ámbito judicial del estado. El Comité de Evaluación continuará supervisando el proceso para asegurar su transparencia y objetividad.





Convocan a unirse al 'Pañatón' para beneficiar a adultos mayores en situación vulnerable.

Las autoridades municipales de Nogales, Sonora, hacen un llamado a la colaboración de la sociedad en general y de los empresarios locales para apoyar el "Pañatón" que se llevará a cabo en la Plaza Miguel Hidalgo. Esta campaña tiene como objetivo recolectar pañales para adultos mayores en situación vulnerable. Araceli García Ramírez, directora de Bienestar Social, invitó a la comunidad a sumarse a esta noble causa, donando pañales que serán entregados en las oficinas del Ayuntamiento de Nogales, así como en los Centros Comunitarios ubicados en diversas colonias de la ciudad. La campaña busca aliviar las necesidades de los adultos mayores que enfrentan dificultades económicas y garantizarles un mejor bienestar. Las autoridades hacen un llamado a la solidaridad de los ciudadanos para hacer de este evento un éxito y brindar apoyo a quienes más lo necesitan en la comunidad.





Tesorería obtiene una respuesta histórica de la ciudadanía en el pago del impuesto predial.

La tesorera de Nogales, Julia Patricia Huerta Rivera, informó que, en los primeros dos meses del año, la ciudad ha logrado una recaudación histórica en el impuesto predial, alcanzando los 77 millones de pesos. Esta cifra está muy cerca de la meta anual de 90 millones de pesos proyectada para 2025. La titular de las finanzas municipales destacó que este notable resultado es un reflejo de la confianza de los ciudadanos en la administración municipal encabezada por el alcalde Juan Francisco Gim Nogales. Huerta Rivera explicó que la buena respuesta se debe a la transparencia en el manejo de los recursos públicos y al compromiso de la administración por ofrecer un uso eficiente y responsable de los fondos. Esta sólida recaudación permitirá seguir impulsando proyectos y servicios que beneficien a la comunidad de Nogales.

Esta sólida recaudación permitirá seguir impulsando proyectos y servicios que beneficien a la comunidad de Nogales.



MÉXICO HOY



El costo de los aranceles de Trump

MÉXICO HOY



GRUPO MÉXICO PÚBLICA

Por: Adolfo Ramos

La historia se repite. Donald Trump vuelve a jugar con el proteccionismo como carta política, pero esta vez el mercado reaccionó de inmediato: caídas en Wall Street, incertidumbre empresarial y advertencias de impacto en la manufactura y exportaciones. Lo que parece una estrategia de fortalecimiento económico para EE.UU. es, en realidad, una bomba de tiempo para la competitividad global. Las tarifas adicionales a las importaciones clave no solo afectan a México y Chi-

na, sino que también encarecen los costos para las propias empresas y consumidores estadounidenses. México, como principal socio comercial de EE.UU., enfrentará un desafío mayor. Sectores como el automotriz y el

tecnológico dependen de la integración entre ambas economías. Cualquier obstáculo en la cadena de suministros afectará empleos, inversiones y crecimiento. Si bien Trump busca capitalizar esta medida políticamen-

te, el costo económico podría ser más alto de lo que su discurso promete. A la larga, los mercados siempre ajustan las cuentas, y este tipo de políticas proteccionistas rara vez terminan beneficiando a quienes se supone que protegen.





Nublado
15°

Precip.:30 %
Humedad:43 %
Viento:31 km/h



1 Dólar =
20.3746 MXN

Compra
19.9853

↓ -0.0232 -0.11%

Venta
20.7555



Finanzas Globales y México

Recientemente, el presidente de Estados Unidos, Donald Trump, anunció la imposición de aranceles del 25% a las importaciones provenientes de México y Canadá a partir del 1 de febrero, argumentando preocupaciones relacionadas con la inmigración y el tráfico de fentanilo en las fronteras. Este anuncio ha generado ner-

viosismo en los mercados, provocando una depreciación del peso mexicano frente al dólar.

En respuesta a estas medidas y a las tensiones comerciales, el Banco de México (Banxico) ha recortado su tasa de interés de referencia en 25 puntos base, situándola en 10%. Esta decisión busca estimular la economía

nacional y mitigar los posibles efectos adversos derivados de las políticas comerciales estadounidenses.

A nivel global, los mercados financieros están experimentando una volatilidad significativa. La reelección de Trump ha intensificado las tensiones geopolíticas y comerciales, especialmente

en su confrontación con China. Además, la influencia de figuras como Elon Musk y la proliferación de criptomonedas han añadido capas de complejidad e incertidumbre en el panorama financiero actual.

Tema Ambiental: Avances y Medidas para Mejorar

En el ámbito ambiental, México ha presentado el "Plan México" en el Foro Económico Mundial de Davos, una iniciativa que contempla inversiones por 277,000 millones de dólares en 2,000 proyectos con enfoque ambiental y social. Este plan busca impulsar el desarrollo sostenible y posicionar al país como líder en la lucha contra el cambio climático.





El Sazón de mi Madre

Sopa de Fideo de la Abuela: un abrazo en cada cucharada

Ay, mi niño, si hay algo que reconforta el alma es una buena sopa de fideo, de esas que huelen a hogar y saben a cariño. No importa el día ni la hora, siempre cae bien. Así que ponte el mandil, que hoy te voy a enseñar cómo hacerla como Dios manda.

Ingredientes:

1 taza de fideo dorado (si no viene doradito, lo doras tú, mi amor)

mejor, pero si andas con prisas, no pasa nada, hijito)

1 jitomate bien rojo y maduro, que tenga sabor de verdad

1 ramita de epazote, porque la tradición no se negocia

1/4 de cebolla, porque todo empieza con buen sazón

Sal y pimienta al gusto

1 diente de ajo, no más, no menos

Un chorrito de aceite, del bueno

4 tazas de caldo de pollo (si es casero,

Y si te gusta, un poquito de queso fresco para espolvorear al final

Preparación:

1. Primero lo primero, mi cielo: licúa el jitomate con la cebolla y el ajo hasta que quede una salsita suavcita. Si tienes tiempo, cuélala, pero si no, ni te preocupes, que aquí todo se aprovecha.

4. Ahora sí, el caldo. Añádelo poco a poco y mezcla con amor. Ponle el epazote, un poquito de sal y pimienta, y deja que hierva a fuego bajito, para que todo se abrace bien y la sopa espese lo justo.

2. En una ollita bonita, calienta un chorrito de aceite y dora el fideo hasta que esté bien doradito, pero sin que se te queme, ¿eh? No me lo descuides.

5. En unos 10 minutitos, tu sopita estará lista. No olvides probarla, porque el sazón siempre se ajusta con el corazón.

3. Cuando el fideo esté en su punto, vierte la salsita de jitomate y deja que se fría bien, unos 5 minutitos, para que se quite el sabor a crudo y agarre más sabor.

6. Sirve calientita, con un poco de queso desmoronado si te gusta, y acompáñala con unas tortillas bien calientitas o un pedacito de bolillo.

Ya verás, mi amor, que cada cucharada te recordará a casa, a tardes de lluvia y a los abrazos de la abuela. Disfrútala y compártela, que la comida hecha con amor siempre sabe mejor.

**GRACIAS A NUESTROS
SUSCRIPTORES
Y LECTORES YA ESTAMOS
ESTADOS UNIDOS
DE NORTEAMÉRICA.**

**El periodismo que
conecta dos naciones
llega a Estados Unidos.**

USA Publica GMP es el nuevo espacio informativo que te trae análisis profundo, noticias relevantes y una cobertura sin filtros, con la calidad que caracteriza a México Publica Diario.



**ADOLFO
RAMOS**

DIRICION GENERAL DE
GRUPO MEXICO PUBLICA



**Este proyecto une fronteras
con un compromiso claro:
mantenerte informado
con la verdad y lo que realmente
importa, tanto a nivel nacional
como internacional.**

WWW.MEXICOPUBLICA.MX

SÍGUENOS EN REDES



¿DÓNDE COMER?



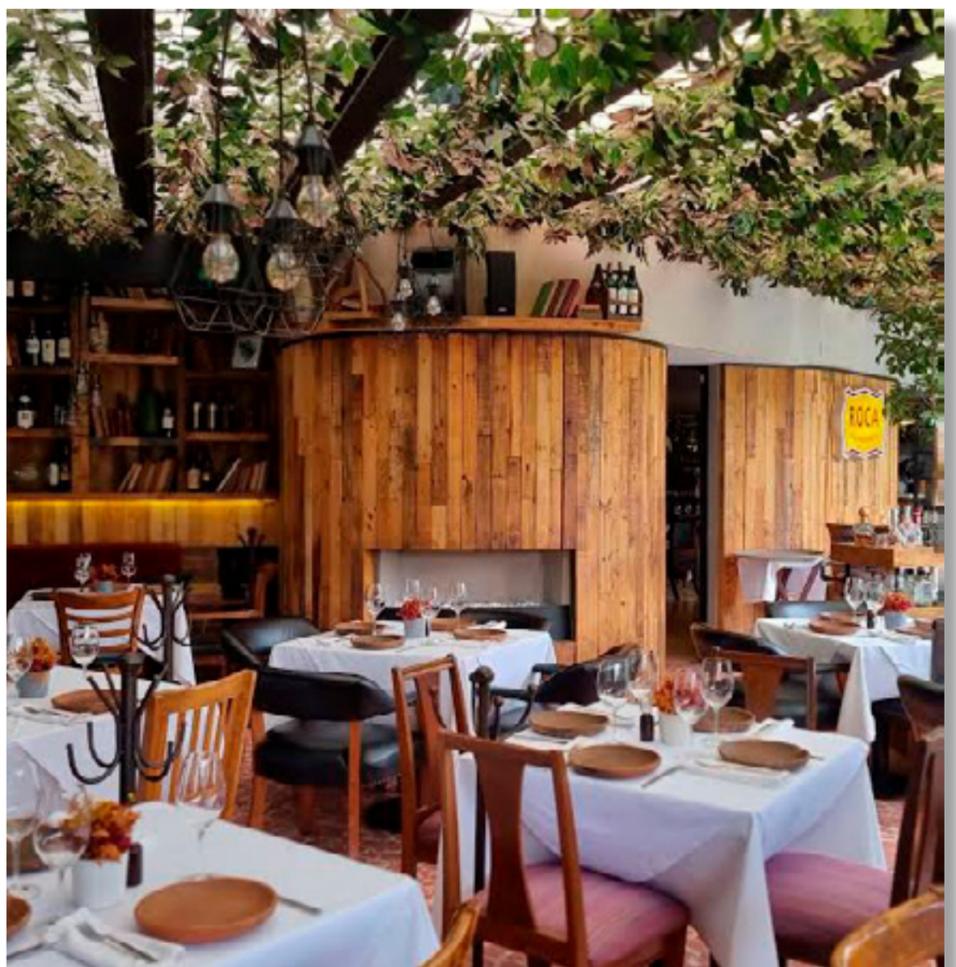
Restaurante La Roca.

En este restaurante podrás disfrutar de la clásica comida sonorenses en una casa del siglo XIX conocida como Casa Margot. En sus diferentes secciones, goza de la sazón mexicana a través de platillos como camarones al coco, una tampiqueña, mochomos y mucho más.

Entre la historia del lugar y la sazón, tendrás regresar.

H o r a r i o :
Lunes a Miércoles 11:00 a 24:00 hrs,
Jueves a Domingo 8:00 a 24:00 hrs.

Ubicación:
Calle Elias Nogales, Sonora.



MANTÉN TUS MANOS FRESCAS Y PROTEGIDAS CON EVA SANITIZANTE

**DESINFECTANTE SPRAY - ALCOHOL AL 70% | 38ML
PURE BLISS: UN TOQUE DE BIENESTAR
CON UN AROMA 100% NATURAL.**

Con las fragancias relajantes de Lavanda, Sándalo, YlangYlang y Manzanilla, tu bolsillo siempre tendrá la protección y frescura que necesitas.

Ideal para usar en cualquier momento, garantizando una desinfección efectiva y un suave toque de bienestar.

¡Cuida tus manos y disfruta de la pureza en cada spray!



\$220.00
+ ENVIO
DE VENTA EN:
amazon

DISPONIBLE
EN TODO MÉXICO



Cruelty Free



Vegan

PRODUCTO DE BOLSILLO

CARACTERÍSTICAS:

Tamaño de viaje, Antimicrobiano,
Secado rápido, Hidratante

70% de alcohol etílico:
mata hasta el 99 por ciento
de los gérmenes y bacterias más comunes.



Refuerzan campañas de esterilización, vacunación y adopción de mascotas.

La actual administración de Nogales, Sonora, ha puesto como prioridad intensificar los esfuerzos en esterilización, vacunación y adopción responsable de mascotas. Aline Rodríguez, Directora de Salud Municipal, destacó que actualmente se ofrece el servicio gratuito de castración directamente en el Centro de Control Animal de la ciudad, todos los días. Además, se aplican vacunas antirrábicas de lunes a viernes, en un horario de 08:00 a 15:00 horas. Este servicio no solo busca mejorar la sa-

lud de las mascotas, sino también controlar la sobrepoblación animal y prevenir enfermedades. En el mismo centro, los ciudadanos también tienen la oportunidad de adoptar

mascotas que se encuentran disponibles para adopción responsable. Con estas acciones, la administración local busca promover una convivencia más armónica entre los habitan-

tes de la ciudad y los animales, asegurando el bienestar tanto de las mascotas como de la comunidad en general.





El Gobierno Municipal confirma que el flujo de repatriados en Nogales se mantiene estable.

Ante los recientes rumores sobre la posible deportación aérea de migrantes hacia el sur de México, el secretario del Ayuntamiento de Nogales, Hipólito Sedano Ruiz, aseguró que, hasta el momento, no se ha recibido información oficial sobre este tema. Indicó que el flujo de repatriados por Nogales, Sonora, se ha mantenido estable, sin aumentos significativos. Según los informes del operativo de recepción "México te Abraza", los connacionales que llegan a la ciudad son resguardados en los albergues ubicados en la unidad

deportiva "Estrellas Nogalenses". En estos albergues, se reciben diariamente entre 100 y 120 personas, quienes cuentan con servicios básicos como alimentación, áreas de aseo y un lugar seguro para descansar. Estos servicios les brindan la oportunidad de reflexionar sobre sus siguientes pasos mientras

permanecen en un entorno seguro y protegido. La administración local sigue comprometida con la

atención humanitaria a los migrantes que transitan por la ciudad.





SSP Sonora refuerza estrategias de prevención de adicciones y violencia en las escuelas.

La Secretaría de Seguridad Pública (SSP) de Sonora ha intensificado sus esfuerzos para informar a los estudiantes sobre la prevención de adicciones y violencia en sus diversas formas. A través del personal del Centro Estatal de Prevención del Delito y Participación Ciudadana, se han impartido sesiones en municipios prioritarios como Caborca, Cajeme, Cananea, Empalme, Guaymas, Hermosillo, Huatabampo, Navojoa, Nogales y San Luis Río Colorado. En lo que va del año, se han visitado 66 escuelas

las preescolares, 183 primarias, 107 secundarias y 16 preparatorias, alcanzando a más de 15 mil alumnos. El objetivo de estas visitas es orientarlos sobre cómo identificar los diferentes tipos de violencia, promover valores, y enseñarles a utilizar la línea de

emergencias 9-1-1 para reportar situaciones de riesgo. Esta iniciativa busca brindarles herramientas

para protegerse y contribuir a la seguridad en sus comunidades.





¡Vive el Festival Vikingo en Nogales: una experiencia de acción, diversión y cultura!

Este domingo 16 de marzo, el parque Francisco Avila, ubicado en la parte trasera de la Biblioteca Pública Municipal de Nogales, Sonora, será el escenario del Festival Vikingo, un evento temático inspirado en la cultura vikinga. El festival comenzará a las 13:00 horas y tiene como objetivo ofrecer a los habitantes de Nogales un espacio para disfrutar y convivir en torno a esta fascinante época de la historia. Durante una conferencia de prensa,

el subdirector del IMFOCULTA, Jorge Juvenal Arreola, acompañado de los organizadores Guillermo Puebla y Francisco Ozuna, detallaron las actividades que formarán

parte del evento. Este festival será una oportunidad única para sumergirse en la cultura vikinga, disfrutar de diversas presentaciones y participar en actividades recreati-

vas, fomentando la convivencia y el esparcimiento en un ambiente familiar. Todos los interesados están invitados a unirse a esta experiencia llena de historia y diversión.



MEJORANDO LA CALIDAD DE VIDA DE PACIENTES CON ARTROSIS CON CÉLULAS MADRE MESENQUIMALES

XELLE ✦ DOMAIN

La artrosis es una enfermedad degenerativa de las articulaciones que afecta a un gran número de personas en México, causando dolor, rigidez y disminución de la movilidad. Según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSA-NUT), se estima que aproximadamente el 17% de la población mexicana adulta vive con artrosis.



La aplicación de células madre mesenquimales ha surgido como una opción terapéutica prometedora para este padecimiento. Estudios científicos han demostrado que estas células tienen la capacidad de modular la respuesta inflamatoria en las articulaciones afectadas, reducir el daño en el cartilago y promover la regeneración del tejido. La terapia con células madre mesenquimales ofrece una alternativa a los tratamientos convencionales, como los antiinflamatorios y los analgésicos, que a menudo solo brindan alivio temporal y no abordan la causa subyacente de la enfermedad.

Un estudio publicado en la revista "Stem Cell Research & Therapy" encontró que la inyección de células madre mesenquimales en pacientes con artrosis de rodilla resultó en una

mejora significativa en el dolor y la función de la articulación, con efectos beneficiosos que persistieron a largo plazo. Otro estudio publicado en "Journal of Translational Medicine" informó que la terapia con células madre mesenquimales redujo la inflamación y promovió la regeneración del cartilago en pacientes con artrosis de cadera.

La aplicación de células madre mesenquimales en pacientes con artrosis ofrece la posibilidad de mejorar la calidad de vida al reducir el dolor, mejorar la movilidad y ralentizar la progresión de la enfermedad. Al abordar la causa subyacente de la artrosis y promover la regeneración del tejido dañado, estas terapias ofrecen nuevas esperanzas para aquellos que viven con esta enfermedad crónica y debilitante en México.



En conclusión, la terapia con células madre mesenquimales representa un avance emocionante en el tratamiento de la artrosis. Con el respaldo de evidencia científica sólida, estas terapias ofrecen una opción prometedora para mejorar la calidad de vida de los pacientes afectados, brindándoles alivio del dolor y la esperanza de una mayor movilidad y funcionalidad articular.

PARA MÁS INFORMACIÓN ¡CONTÁCTANOS!

-   @xelledomain
-  33 3264 1266
-  xelledomain@gmail.com



MUY IMPORTANTE PARA ADULTOS MAYORES

¿QUÉ ES LA NICTURIA? En general:

La nicturia significa que “**orinar durante la noche**” es un síntoma de insuficiencia cardíaca, no de la vejiga.

El Dr. Abdul Nasir explica que la nicturia es en realidad un síntoma de bloqueo del flujo sanguíneo al corazón y al cerebro. Los adultos y las personas mayores son los que más sufren porque tienen que levantarse con frecuencia por la noche para orinar.

Los ancianos evitan beber agua antes de acostarse por la noche por miedo a perturbar el sueño. Piensan que si beben agua, tendrán que levantarse una y otra vez para orinar.

Lo que no saben es que NO beber agua antes de acostarse o después de orinar por la noche es una causa importante de ataques cardíacos o accidentes cerebrovasculares frecuentes a primera hora de la mañana en adultos y personas mayores. De hecho, la nicturia significa que la micción frecuente no es un problema de disfunción de la vejiga.

Esto se debe a la disminución de la función cardíaca en los ancianos con la edad, ya que el corazón ya no puede succionar sangre de la parte inferior del cuerpo. En este caso, durante el día, cuando estamos de pie, el flujo de sangre es más descendente. Si el corazón está débil, la cantidad de sangre en el corazón se vuelve insuficiente y la presión en la parte inferior del cuerpo aumenta.

Por eso, los adultos y las personas mayores sufren hinchazón en la parte inferior del cuerpo durante el día. Cuando se acuestan por la noche, la parte inferior del cuerpo se alivia y, por lo tanto, se almacena mucha agua en los tejidos. Esta agua vuelve a la sangre. Si hay demasiada agua, los riñones tienen que trabajar más para separarla y expulsarla de la vejiga.

Esta es una de las principales causas de la nicturia.

Por lo general, pasan unas tres o cuatro horas desde que nos acostamos para dormir hasta la primera vez que vamos al baño.

Después de eso, cuando la cantidad de agua en

la sangre comienza a aumentar de nuevo, al cabo de tres horas tenemos que ir al baño de nuevo. Ahora surge la pregunta de por qué es una causa importante de accidente cerebrovascular o ataque cardíaco. La respuesta es que después de orinar dos o tres veces, hay muy poca agua en la sangre. El agua del cuerpo también se reduce con la respiración

Esto hace que la sangre se vuelva espesa y pegajosa y que el ritmo cardíaco se ralentice durante el sueño. Debido a la espesa sangre y a lento flujo sanguíneo, el vaso sanguíneo estrechado se obstruye fácilmente. Esta es la razón por la que los adultos y las personas mayores siempre sufren un ataque cardíaco o parálisis alrededor de las 5-6 a.m. en la mañana.

En esta condición mueren durante el sueño. Lo primero que hay que decir a todos es que la nicturia no es un mal funcionamiento de la vejiga, es un problema del envejecimiento.

Otra cosa que hay que decir a todos es que deben beber agua tibia antes de acostarse y de nuevo después de levantarse para orinar por la noche. No tengan miedo de la nicturia. Beban mucha agua, porque no beber agua puede matarlos.

La tercera cosa es que para aumentar la eficiencia del corazón, deben hacer más ejercicio en un tiempo normal. El cuerpo humano no es una máquina que se deteriorará si se usa demasiado. Al contrario, cuanto más se usa, más fuerte será. No coma alimentos poco saludables, especialmente alimentos fritos y con alto contenido de almidón. Le pido que comparta este artículo con sus amigos adultos y mayores.

Muy importante para las personas mayores.



-¿Pablo Lemus va por más?

El gobernador de Jalisco, Pablo Lemus, sigue marcando territorio con su estrategia de salud. El programa "Médicas y Médicos de Jalisco en tu Hogar", lanzado junto a Verónica Delgadillo, es solo una de las acciones que lo posicionan como un líder con visión social. Dicen que en su equipo ya piensan en los próximos comicios... ¿será que busca trascender más allá del estado?

- Gerardo Quirino y la movilidad en Tlajomulco

El alcalde de Tlajomulco, Gerardo Quirino Velázquez, no quiere que su municipio sea solo una "ciudad dormitorio" y apuesta fuerte por la infraestructura. La modernización de Avenida La Tijera es solo el inicio, pero se dice que tiene en mente otros proyectos que podrían cambiar la movilidad en la región. ¿Será que busca un sello distintivo antes de futuras aspiraciones?

- Juan José Frangie y su apuesta por la eficiencia

Zapopan sigue creciendo y Juan José Frangie lo sabe. La expansión del parque vehicular no solo refuerza los servicios, sino que también es un mensaje claro de que la ciudad necesita estar bien equipada para el futuro. Algunos en su equipo dicen que su modelo de gestión es un referente estatal... ¿Habrá planes más allá de Zapopan?

- Hugo García Bombín y Salvador Zamora:

¿alianza clave?

El alcalde de Jocotepec, Hugo García Bombín, busca fortalecer la cooperación con Salvador Zamora en Tlajomulco. La reciente reunión entre ambos no fue casualidad, pues dicen que hay varios proyectos en la mesa que podrían transformar la región. ¿Un pacto que trasciende administraciones?

- Américo Villarreal y su respaldo a Sheinbaum

El gobernador de Tamaulipas, Américo Villarreal, ha cerrado filas con Claudia Sheinbaum tras el anuncio de aranceles de Donald Trump. Más que un simple respaldo, parece que Villarreal busca consolidarse como un actor clave en la defensa de la economía regional. ¿Se perfila para un papel más grande en la política nacional?

- Rocío Nahle y la salud en Veracruz

La gobernadora de Veracruz, Rocío Nahle, ha puesto el foco en la infraestructura hospitalaria con la rehabilitación de 60 cocinas hospitalarias. Su equipo dice que busca diferenciarse con un enfoque de gobierno práctico, pero ¿será suficiente para consolidar su liderazgo en la entidad?

- Nogales impulsa a sus atletas

El presidente municipal Juan Gim no solo quiere mejorar la infraestructura, sino que apuesta fuerte por el deporte. La celebración de Isabella Gómez Uribe como Deportista del Año 2024 es parte de una estrategia para proyectar a Nogales como semillero de talento. ¿Será esta la base para una política de impulso a los jóvenes en su administración?

- José Ramón Enríquez y su rol en Durango

El candidato a la alcaldía de Durango, José Ramón Enríquez, sigue moviendo piezas en el sector jurídico con la toma de protesta en el Colegio Interamericano de Estudios Jurídicos. Se dice que busca reforzar su imagen con un enfoque de profesionalismo y compromiso social, pero ¿será suficiente para posicionarse como favorito en la contienda electoral?



¡Real Madrid da primer golpe al Atlético en octavos de Champions!



LeBron James alcanza los 50,000 puntos y refuerza su legado en la NBA



LeBron James alcanza los 50,000 puntos y refuerza su legado en la NBA

LeBron James continúa haciendo historia en la NBA. El astro de Los Angeles Lakers alcanzó un hito impresionante al superar los 50,000 puntos en su carrera, convirtiéndose en el primer jugador en la historia de la liga en lograr esta cifra. Con este récord, LeBron reafirma su estatus como uno de los más grandes de todos los tiempos en el baloncesto mundial. El logro se dio durante un enfrentamiento crucial en el que LeBron, fiel a su estilo, mantuvo un alto nivel de rendimiento, liderando a su equipo con una actuación dominante.





La marca de 50,000 puntos es un testamento a su longevidad, consistencia y capacidad para mantenerse en la cima durante más de dos décadas en la NBA. "Es un honor al-

canzar este récord, pero lo más importante para mí es el legado que quiero dejar, tanto dentro como fuera de la cancha. Estoy agradecido con mis compañeros, entrena-

dores y, por supuesto, con los fanáticos que siempre me han apoyado", expresó LeBron tras el histórico partido. Con este nuevo récord, LeBron James sigue demostrando que

su legado en la NBA no tiene comparación, consolidándose aún más como una leyenda del baloncesto.





Mundial del 2026 tendrá un show de medio tiempo, así como el Super Bowl; Coldplay trabajará con la FIFA

Por primera vez en la historia de la Copa del Mundo, el Mundial de Fútbol 2026 contará con un espectáculo de medio tiempo de gran magnitud, similar a los emblemáticos shows del Super Bowl. La FIFA ha confirmado que el evento se celebrará el 19 de julio de 2026, coincidiendo con la final del torneo, en un escenario lleno de emoción, música y sorpresas para los millones de aficionados que seguirán la Copa del Mundo en to-

do el mundo. La banda británica Coldplay ha sido elegida como la estrella principal del show de medio tiempo, y trabajará de manera exclusiva con la FIFA para llevar a cabo una experiencia única que combine fútbol

bol y música en un espectáculo inolvidable. La agrupación, conocida por sus imponentes conciertos y producciones innovadoras, ha expresado su entusiasmo por ser parte de este histórico evento. "E s t a m o s

emocionados de ser parte del Mundial 2026. Será una experiencia única y un honor compartir el escenario con la vibrante energía de los aficionados al fútbol. Queremos crear un show que celebre la unión

de la música y el deporte", declaró Chris Martin, líder de Coldplay, quien ya ha comenzado a trabajar en la producción del evento junto con los organizadores del Mundial.





Rodrigo Pacheco participará en Mexico City Open 2025

El tenista mexicano Rodrigo Pacheco ha confirmado su participación en el México City Open 2025, un torneo que se celebrará del 6 al 13 de abril en la Ciudad de México. Esta edición del evento contará con una bolsa de premios de 200 mil dólares, la más alta en la historia

del torneo, lo que lo convierte en uno de los certámenes más atractivos del calendario de tenis en América Latina. Pacheco, quien ha mostrado un notable crecimiento en el circuito profesional, buscará aprovechar la oportunidad de jugar en casa y dar un paso im-

portante en su carrera. "Es un honor para mí competir en el México City Open, especialmente con el apoyo de mi gente. Estoy emocionado por la oportunidad de medirse contra algunos de los mejores jugadores del mundo en este torneo tan prestigioso", comentó el tenista.

Con la mayor bolsa en la historia del torneo, la edición 2025 promete ser una de las más emocionantes y disputadas, y la participación de Pacheco es sin duda uno de los puntos más esperados por los aficionados al tenis en México.





Manny Bañuelos regresa a Sultanes de Monterrey como refuerzo para la MLB 2025

El lanzador mexicano Manny Bañuelos ha confirmado su regreso a los Sultanes de Monterrey como refuerzo para la temporada 2025 de las Grandes Ligas. Tras una exitosa trayectoria en el béisbol internacional, Bañuelos regresa al equipo de su tierra natal con la misión de consolidarse como uno de los pilares del bullpen de los Sultanes, además de brindar su ex-

periencia al roster en su objetivo de reforzarse con miras a la MLB. "Es un honor regresar a Monterrey, donde todo comenzó para mí. Estoy

emocionado por tener la oportunidad de ponerme nuevamente el uniforme de los Sultanes y aportar mi experiencia para ayudar al equipo a lograr grandes

cosas", declaró Bañuelos al ser anunciado como refuerzo. El regreso de Bañuelos genera gran expectativa entre los fanáticos de los Sultanes,

quienes esperan que su experiencia en la MLB sea clave para la temporada 2025.





Recital de pitcheo japonés en Spring Training; Sasaki debuta con cinco ponches

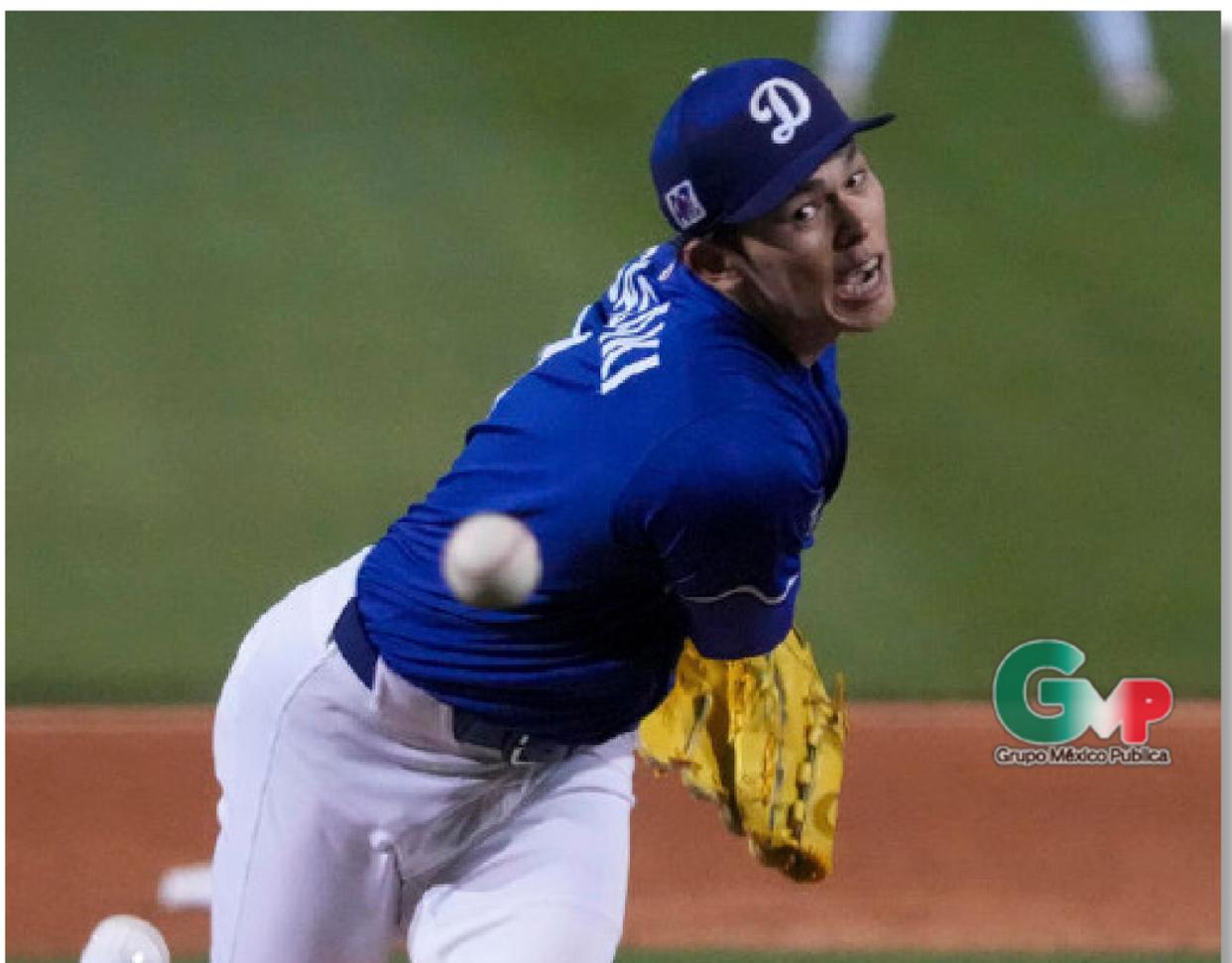
El joven prospecto japonés, Roki Sasaki, hizo su esperado debut en el Spring Training 2025 con los Los Angeles Dodgers, dejando una impresionante impresión en su primera aparición en un partido oficial. En un recital de pitcheo que deslumbró a los aficionados, Sasaki dominó la lomita con un total de cinco ponches, destacando su potente recta y su efectividad en su debut con

el equipo de Los Ángeles. El lanzador derecho, conocido como el "fénix japonés" por su destacada carrera en la Liga Nipona de Béisbol (NPB), mostró su potencial para brillar en las Grandes Ligas

desde el inicio, con una actuación que dejó a todos los observadores emocionados por lo que podría venir en su primera temporada en la MLB. Sasaki, quien es considerado el prospecto número

uno en todas las Grandes Ligas, mostró una impresionante velocidad de pelota que superó las 100 millas por hora (161 km/h) y dejó a varios bateadores sin respuesta. A lo largo

de tres entradas, el japonés permitió solo un par de hits, no otorgó bases por bolas y mostró un control impecable en su primer partido con los Dodgers.

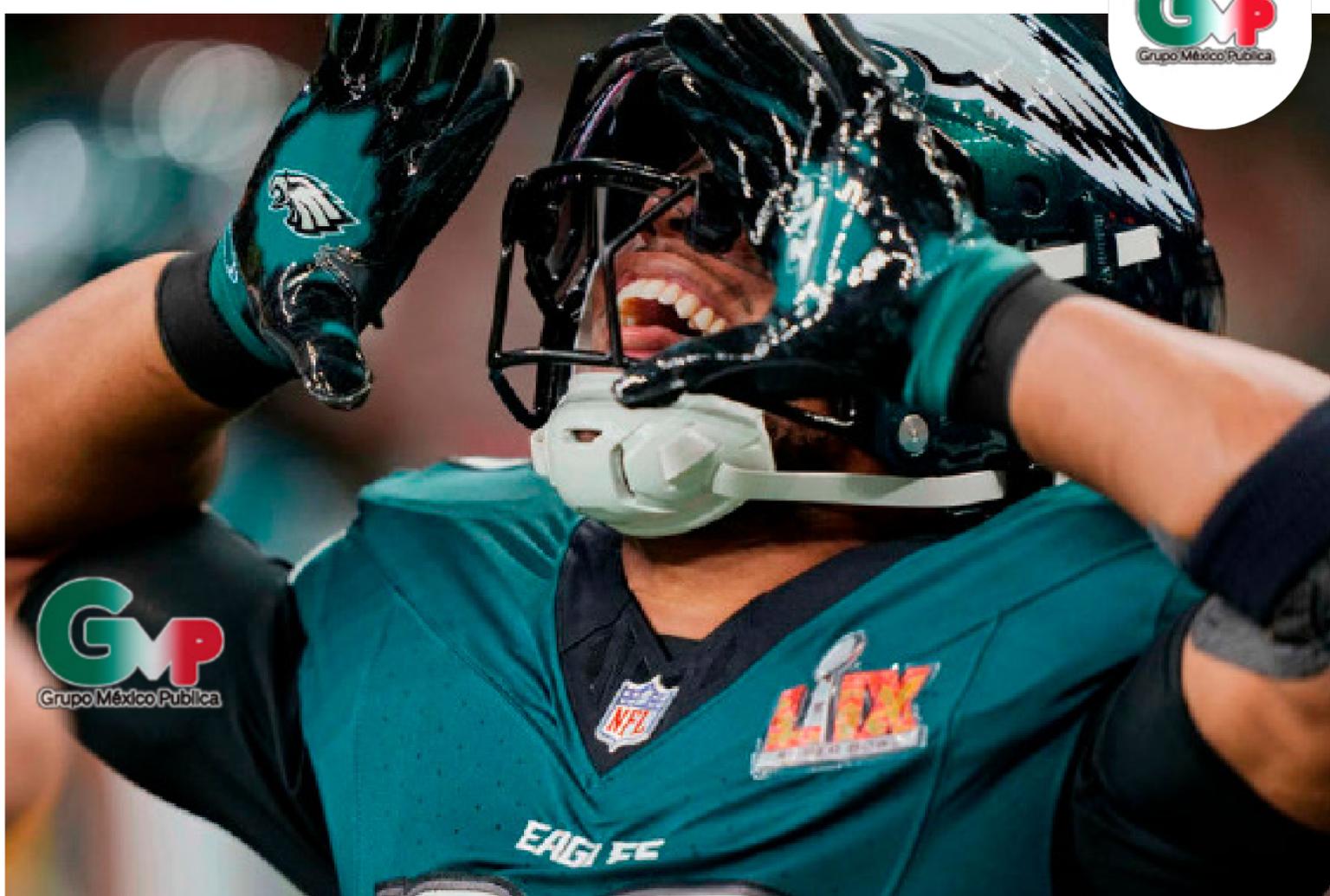




Alentina Vázquez hará su regreso a la selección nacional de tiro con arco

La destacada arquera mexicana, Alentina Vázquez, ha anunciado su regreso a la selección nacional de tiro con arco, una noticia que ha emocionado a los aficionados del deporte en México. Vázquez, quien ha sido una de las figuras más sobresalientes en el tiro con arco mexicano, regresa para representar al país en próximos compromisos internacionales, con el objetivo de continuar sumando logros y consolidarse en la élite mundial. "Estoy muy contenta de regresar a la selección y volver a competir por México. He trabajado duro para este momento, y estoy lista para dar lo mejor de mí en cada competencia. Mi objetivo es seguir demostrando que el tiro con arco en México tiene un gran nivel", comentó Vázquez al confirmar su regreso. Alentina Vázquez ha sido una de las principales embajadoras del tiro con arco en México, con una destacada trayectoria que incluye medallas y participaciones en competiciones internacionales. Su regreso es un paso clave para el equipo nacional, que busca seguir posicionándose como una de las potencias en el tiro con arco mundial.





Renovación millonaria: reconocen al astro Saquon Barkley

El running back de los New York Giants, Saquon Barkley, ha asegurado su futuro con el equipo luego de una renovación millonaria de contrato. El astro de la NFL firmó una extensión por un valor de 45 millones de dólares durante cuatro años, con un bono por firmar que supera los 12 millones de dólares.

Esta nueva firma refleja la confianza que los Giants tienen en Barkley como pieza clave para el futuro del equipo. Barkley, quien ha sido una de las estrellas más brillantes en la liga desde su llegada a la NFL en 2018, se ha ganado el respeto de entrenadores, compañeros y fanáticos por su velocidad,

potencia y capacidad para cambiar el rumbo de un partido. A pesar de algunas lesiones que lo han limitado en temporadas pasadas, su regreso en 2024 fue impresionante, mostrando que sigue siendo uno de los mejores corredores en la liga. "Este contrato es un reconocimiento a su ar-

duo trabajo, su dedicación y su impacto en el equipo", declaró el general manager de los Giants, Joe Schoen. "Saquon ha sido una parte fundamental de nuestro éxito y estamos emocionados de continuar este viaje con él en el centro de nuestra ofensiva".





Alonso, entre los 20 mejores de la historia para la F1: "Es una de las grandes leyendas"

El piloto español Fernando Alonso ha sido incluido en el exclusivo grupo de los 20 mejores corredores de la historia de la Fórmula 1, según un reciente ranking publicado por la misma F1. Con su impresionante trayectoria y habilidades al volante, Alonso ha sido reconocido como una de las grandes leyendas del automovilismo. "Es un honor estar entre los mejores de la historia. La Fórmula 1 ha sido mi vida, y siempre he trabajado con pasión para dar lo mejor de mí en cada carrera. Ser reconocido de esta manera es un

reflejo de todo lo que hemos logrado juntos, con mi equipo y mis seguidores", expresó Alonso tras conocer el anuncio. Con dos campeonatos mundiales en su haber y una

carrera marcada por su consistencia, agudeza táctica y resiliencia, Alonso ha dejado una huella imborrable en el deporte. A lo largo de su carrera, ha corrido para

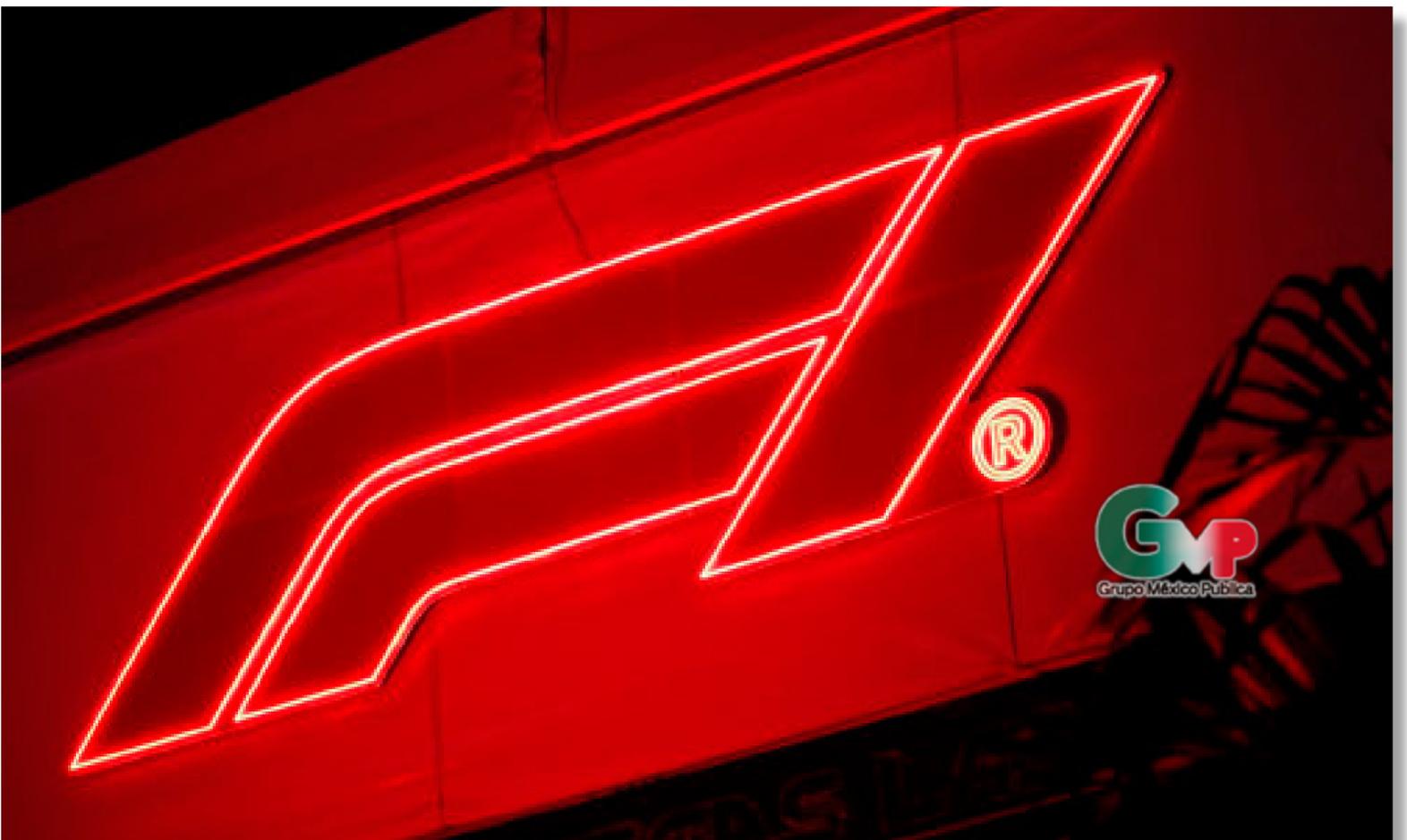
equipos como Renault, Ferrari y McLaren, consolidándose como uno de los pilotos más admirados y respetados en la historia de la F1.





F1 lanza nuevo servicio TV Premium en México

La Fórmula 1 ha anunciado el lanzamiento de su nuevo servicio F1 TV Premium en México, con una serie de mejoras que ofrecen una experiencia única para los aficionados al automovilismo. Este nuevo nivel de streaming permitirá a los usuarios disfrutar de las carreras y contenido exclusivo en calidad 4K, una opción multipantalla, y acceso a un menú interactivo que transformará la forma en que los fanáticos viven cada Gran Premio. El nuevo F1 TV Premium no solo ofrecerá las transmisiones en vivo de cada Gran Premio en alta definición, sino que también incluirá un seguimiento en tiempo real de las estadísticas de los pilotos y los equipos, repeticiones instantáneas y una cobertura completa desde el pit lane. La opción multipantalla permitirá a los usuarios ver diversas cámaras y perspectivas durante la carrera, brindando una experiencia más inmersiva. Sin embargo, con todas estas mejoras, el precio del servicio será superior al de su predecesor. Mientras que el paquete básico F1 TV Pro ya estaba disponible en el mercado mexicano, el nuevo F1 TV Premium tendrá un costo mayor debido a las nuevas funcionalidades, alcanzando los \$999 pesos mensuales.





Carlos Alcaraz busca igualar récord de Federer y Djokovic

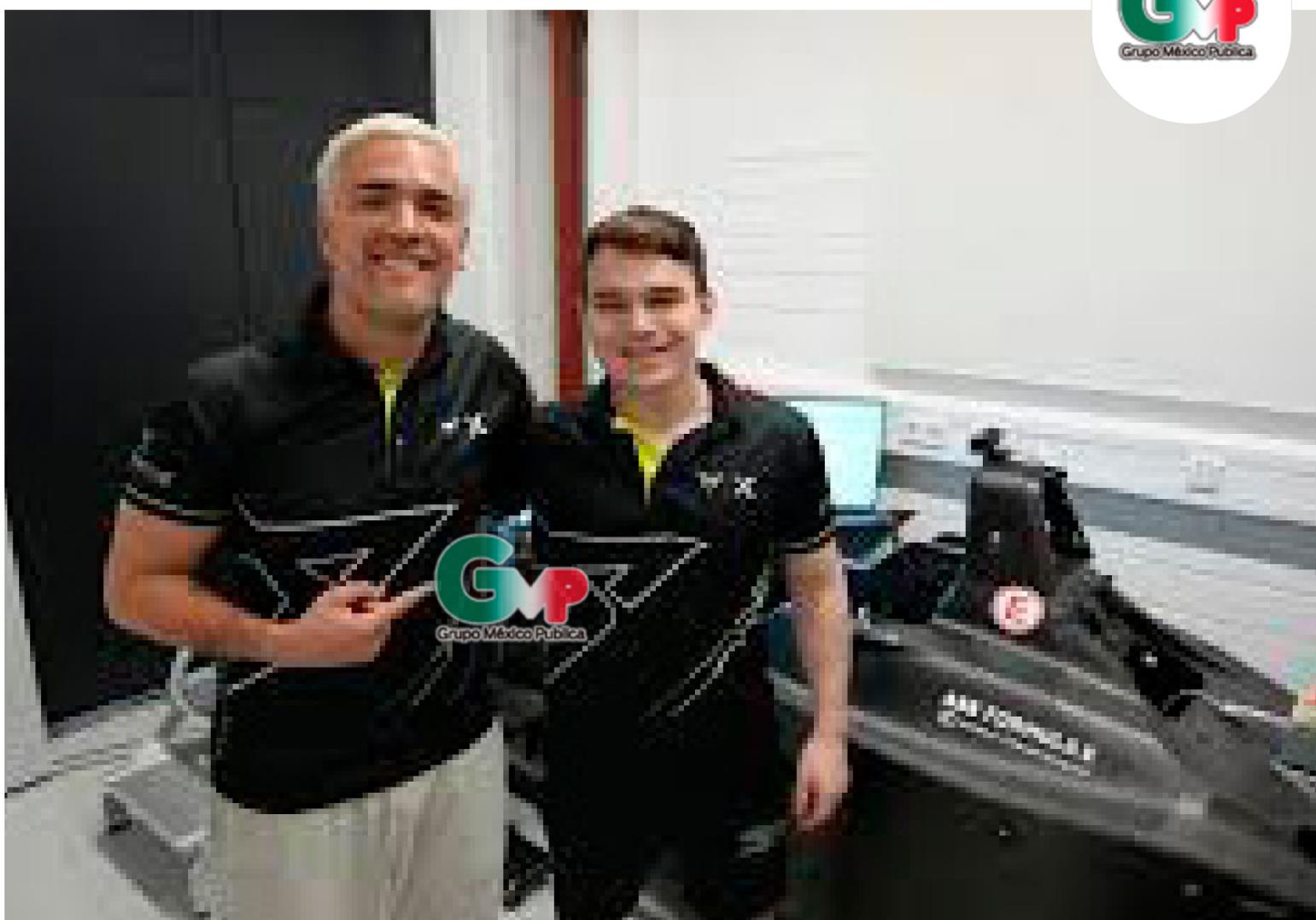
Indian Wells podría ser el escenario perfecto para que Carlos Alcaraz marque un hito en su carrera. El joven tenista español tiene en mente un objetivo ambicioso: consagrarse campeón por tercera vez consecutiva en este prestigioso torneo y unirse al exclusivo club de Roger Federer y Novak Djokovic,

quienes han logrado esta hazaña en el pasado. Alcaraz, quien ha demostrado un rendimiento excepcional en los últimos años, se encuentra en una fase crucial de su carrera. Con dos títulos seguidos en Indian Wells, el número uno del mundo busca extender su dominio y seguir consolidándose

se como uno de los grandes del tenis moderno. El récord de Federer y Djokovic en este torneo es un testamento a su consistencia y calidad, algo que Alcaraz aspira a replicar. "Indian Wells siempre ha sido un lugar especial para mí, y quiero seguir demostrando que puedo competir al más

alto nivel", comentó Alcaraz. Con su tenacidad y habilidades, el joven español está decidido a continuar escribiendo su nombre en la historia del tenis, sumándose a la élite que ha dejado una marca imborrable en este deporte.





Juca Viapri, famoso influencer, representará a México en el evento de 'Fórmula E'

El influencer mexicano Juca Viapri ha sido confirmada como la representante de México en el próximo evento de la 'Fórmula E', la emocionante serie de automovilismo eléctrico que se celebra en diversas ciudades del mundo. Viapri, conocida por su carisma y presencia en redes sociales, será la embajadora del evento en el país, marcando un hito en su carrera al incursionar en el mun-

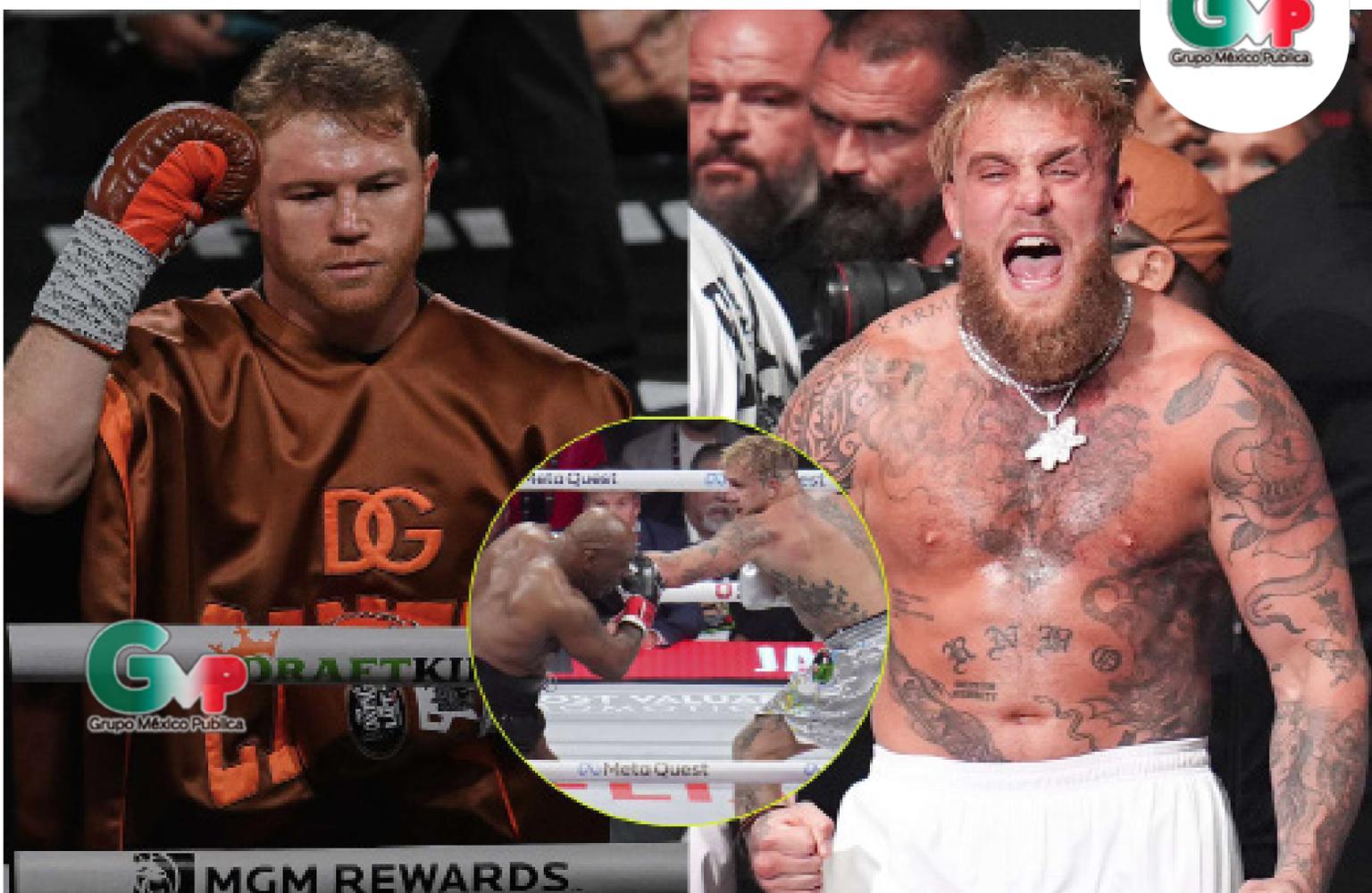
do del automovilismo. "Es un honor ser parte de la Fórmula E y representar a mi país en un evento de esta magnitud. Estoy emocionada por vivir la experiencia de cerca

y mostrarle al mundo lo que México tiene para ofrecer en el automovilismo eléctrico", comentó Viapri, quien se ha ganado una gran cantidad de seguidores gracias a su

contenido sobre estilo de vida, deportes y tecnología. El evento de la 'Fórmula E' en México promete ser uno de los más esperados del año, y la participación de Juca Viapri

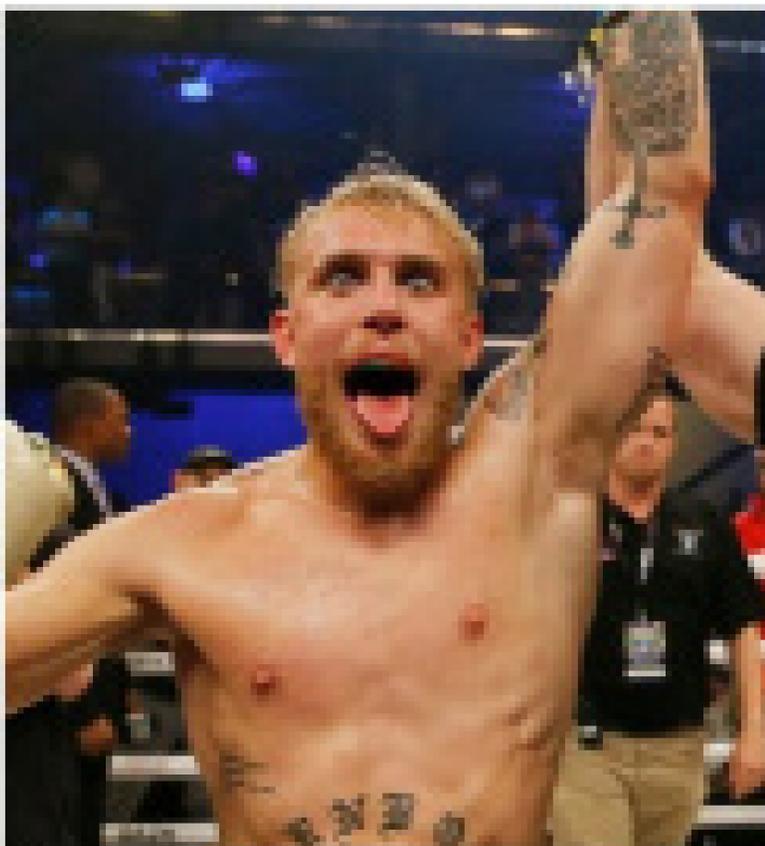
aportará un toque especial, conectando a sus seguidores con el apasionante mundo de las competencias de automóviles eléctricos.





Jake Paul lanza reto a Canelo Álvarez: "Quiero exponer sus debilidades en el ring"

El youtuber convertido en boxeador profesional, Jake Paul, ha vuelto a encender las redes sociales con sus comentarios sobre Saúl 'Canelo' Álvarez, el campeón mundial mexicano. Paul reveló recientemente que intentó organizar una pelea contra el Canelo, pero que no estaba a su nivel. Sin embargo, el joven boxeador no se desanima y asegura que la razón por la que quiere enfrentarse a Álvarez no es solo para ganar, sino para "exponer sus debilidades". "Intenté pelear con él, pero no quería la pelea. Yo no solo le ganaría, lo exhibiría en el ring", afirmó Paul. A pesar de sus declaraciones, Canelo Álvarez se ha mantenido distante de los comentarios de Paul, destacando en varias ocasiones que prefiere enfrentarse a boxeadores de mayor experiencia y trayectoria en el mundo del boxeo. Para muchos, esta rivalidad se ha convertido en uno de los mayores desafíos mediáticos, con Jake Paul buscando cada vez más llamar la atención y desafiar a los grandes nombres del boxeo mundial.





Aston Villa se mantiene como 'caballo negro' en Champions League

Aston Villa continúa sorprendiendo en la UEFA Champions League, demostrando que no es un equipo para subestimar en esta edición del torneo. En un partido de alto voltaje jugado en Bélgica, el conjunto inglés derrotó por 1-3 a Brujas en la ida de los Octavos de Final. Con una actuación sólida y contundente, Villa se llevó una ventaja significativa de cara al par-

tido de vuelta en casa. Desde el inicio, Aston Villa mostró su calidad y determinación, con un primer gol temprano que dio la pauta a un partido lleno de emociones. El equipo se mostró efectivo en

sus transiciones y supo aprovechar las debilidades defensivas de Brujas. Los goles de Villa llegaron gracias a un esfuerzo colectivo donde sus estrellas brillaron, consolidando su papel como el “caballo

negro” de la competición. Apesardelgol de descuento de Brujas, que encendió la esperanza en los locales, Aston Villa logró mantener el control del juego y selló una victoria importante que les da una ventaja clara

para el partido de vuelta. Con este resultado, el equipo inglés sigue mostrando que tiene lo necesario para ser una de las sorpresas de la Champions League 2025.





INVIERTE EN USA, ¡PONTE EN BUENAS MANOS!

TEXAS REALTORS
 Certified Agent
Sabrina Ramos
 has successfully
 completed 30 qualifying classroom hours
 in TACS 3: Commercial Real Estate Marketing & Negotiation
 #581

Gary Long
 Traditionally Licensed Broker
 State Title

License Number	0411111111	Issue Date	01/01/2018
Expiration Date	12/31/2020	Renewal Date	12/31/2020
Commission	5%	Commission	5%
Broker Name	RE/MAX	Broker Name	RE/MAX
Broker Address	1234 Main St, Dallas, TX 75201	Broker Address	1234 Main St, Dallas, TX 75201
Broker Phone	(214) 555-1234	Broker Phone	(214) 555-1234
Broker Email	sramos@remax.com	Broker Email	sramos@remax.com

NO PONGAS LOS HUEVOS EN UNA SOLA CANASTA

**CONTACTO:
SABRINA RAMOS
CEL: 210-382-8291**





Javier Aguirre no se compromete a ser campeón con el Tri

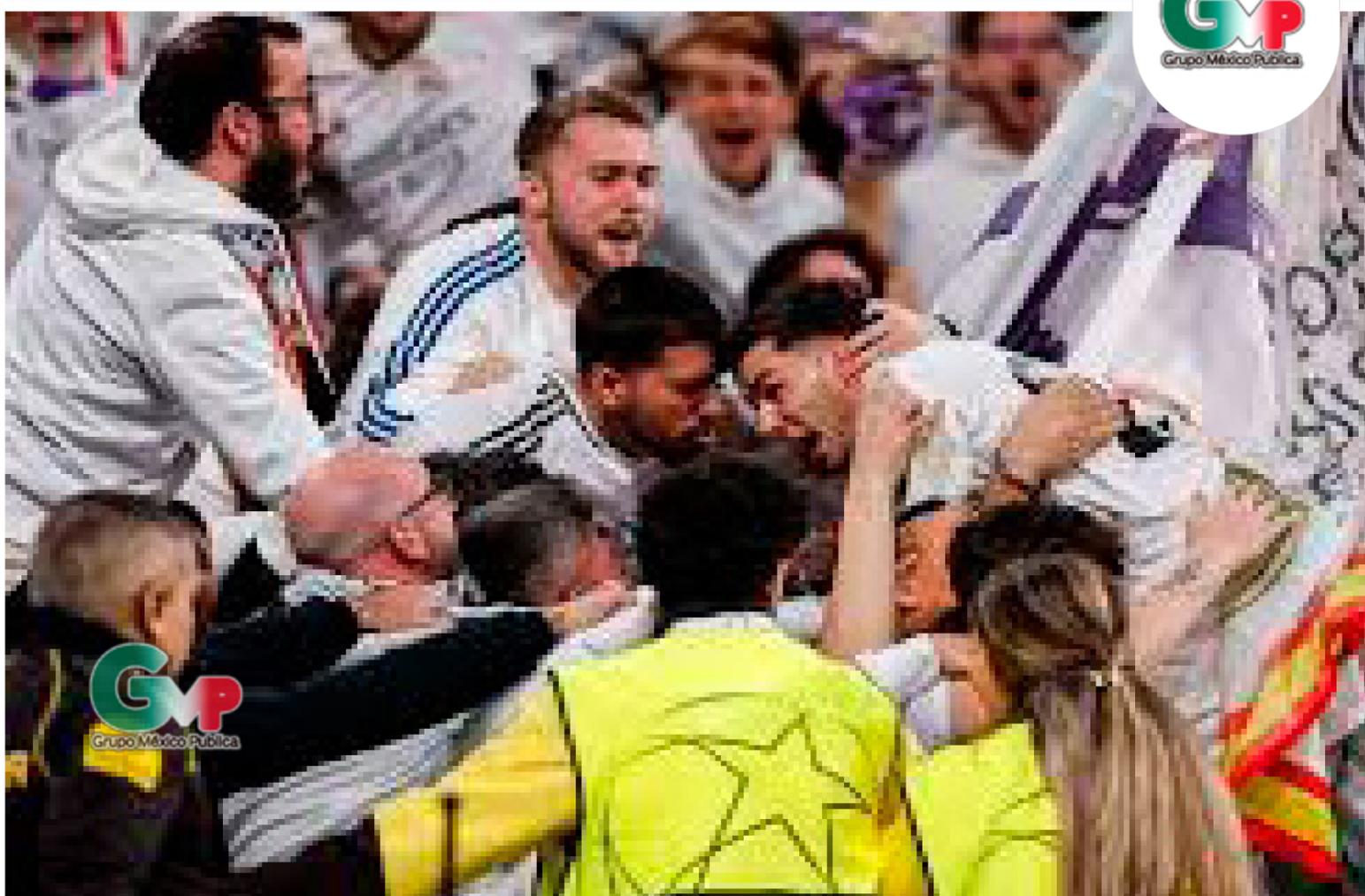
El entrenador de la Selección Mexicana, Javier Aguirre, dejó claro que, aunque su objetivo es mejorar el rendimiento del equipo, no se comprometió a conquistar el título en la Liga de Naciones de Concacaf ni en la Copa Oro 2025. En conferencia de prensa, el "Vas-

co" destacó la importancia de trabajar en conjunto con los jugadores para fortalecer el equipo, pero subrayó que los resultados no siempre dependen únicamente de los esfuerzos del cuerpo técnico. A pesar de las expectativas de los aficionados, Aguirre insistió

en que el camino hacia el campeonato es incierto y que el trabajo diario será clave para alcanzar el máximo nivel. "No puedo prometer que seremos campeones, pero sí puedo asegurar que lucharemos por estar a la altura de lo que la afición espera", afirmó el entrenador.

El "Vasco" también mencionó la relevancia de integrar a los jóvenes talentos y de continuar con un proceso de renovación que le permita a la Selección Mexicana ser competitiva en torneos internacionales.





¡Real Madrid da primer golpe al Atlético en octavos de Champions!

Real Madrid ganó el primer gol en los Octavos de Final de la UEFA Champions League tras vencer 2-1 al Atlético de Madrid en un partido cargado de intensidad y emoción. Los goles de Rodrygo y Brahim Díaz fueron suficientes para que el conjunto blanco se llevase una ventaja valiosa en el derbi madrileño, dejando a los "Colchoneros" con la necesidad de remontar en el partido de vuelta. El encuentro comenzó con una gran tensión en el Wanda Metropolitano, donde ambos equipos lucharon por el control del balón. Sin embargo, fue Rodrygo quien abrió el marcador al minuto 23, tras una jugada rápida que dejó al arquero atlé-

tico sin opciones. El Atlético de Madrid reaccionó rápidamente, y en el minuto 38, Antoine Griezmann logró igualar el marcador con un potente disparo desde fuera del área. Pero el Real Madrid no tardó en recuperar la ventaja. Brahim Díaz, en una jugada individual que combinó habilidad y precisión, anotó el segundo gol al minuto 57, dejando a los dirigidos por Diego Simeone con pocas opciones.





Apagón en Buenos Aires deja a más de medio millón de usuarios sin luz

Un masivo apagón afectó a más de medio millón de usuarios en Buenos Aires este lunes por la tarde, dejando a numerosos barrios de la capital argentina sin suministro eléctrico durante varias horas. El corte de energía, que comenzó alrededor de las 16:00 horas locales, afectó tanto a áreas residenciales como comerciales en distintos puntos de la ciudad y sus alrededores. Las autoridades de la empresa distribuidora de electricidad, Edesur, informaron que la causa del apagón fue una falla en una de las principales subestaciones de la red eléctrica. A pesar de los esfuerzos por restablecer el servicio, muchos residentes quedaron sin luz durante más de cuatro horas, lo que generó caos en el tráfico, interrupción de servicios esenciales y descontento entre la población. El Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires y representantes de Edesur han prometido investigar a fondo las causas del incidente y han asegurado que tomarán medidas para evitar que situaciones similares ocurran en el futuro. Mientras tanto, los habitantes afectados han expresado su frustración por la falta de información y la prolongada duración del corte.

Las autoridades de la empresa dis-





Casa Blanca confirma que dialoga con Hamas para poner fin a la guerra en Gaza

La Casa Blanca ha confirmado que está llevando a cabo conversaciones directas con representantes de Hamas como parte de los esfuerzos para alcanzar un alto al fuego y poner fin a la violencia en Gaza. La noticia fue revelada por el portavoz de la administración en una rueda de prensa, destacando que el objetivo principal de las negociaciones es lograr una solución pacífica que permita el cese de las hostilidades y la estabilización de la región. "Estamos comprometidos a encontrar una vía para restaurar la paz y la seguridad en Gaza. Las conversaciones con Hamas son una parte crucial de esos esfuerzos, pero también estamos trabajando estrechamente con nuestros aliados internacionales para asegurar que el alto al fuego se respete", dijo el portavoz de la Casa Blanca. Este movimiento ha generado una respuesta mixta tanto en el ámbito político como en el público, con algunos líderes criticando la decisión de dialogar con un grupo considerado como organización terrorista por varios países, incluidos Estados Unidos e Israel. No obstante, la administración de Biden ha enfatizado que el diálogo es una herramienta necesaria para reducir la violencia y proteger a los civiles en la región.





Secretario de Defensa de EU dice que el país está preparado para una guerra con China

El Secretario de Defensa de Estados Unidos, Lloyd Austin, afirmó recientemente que el país está preparado para enfrentar cualquier desafío militar, incluida una posible guerra con China. En declaraciones durante una audiencia ante el Comité de Servicios Armados del Senado, Austin subrayó que las Fuerzas Armadas estadounidenses han estado fortaleciendo sus capacidades para hacer frente a cualquier amenaza potencial, con un enfoque particular

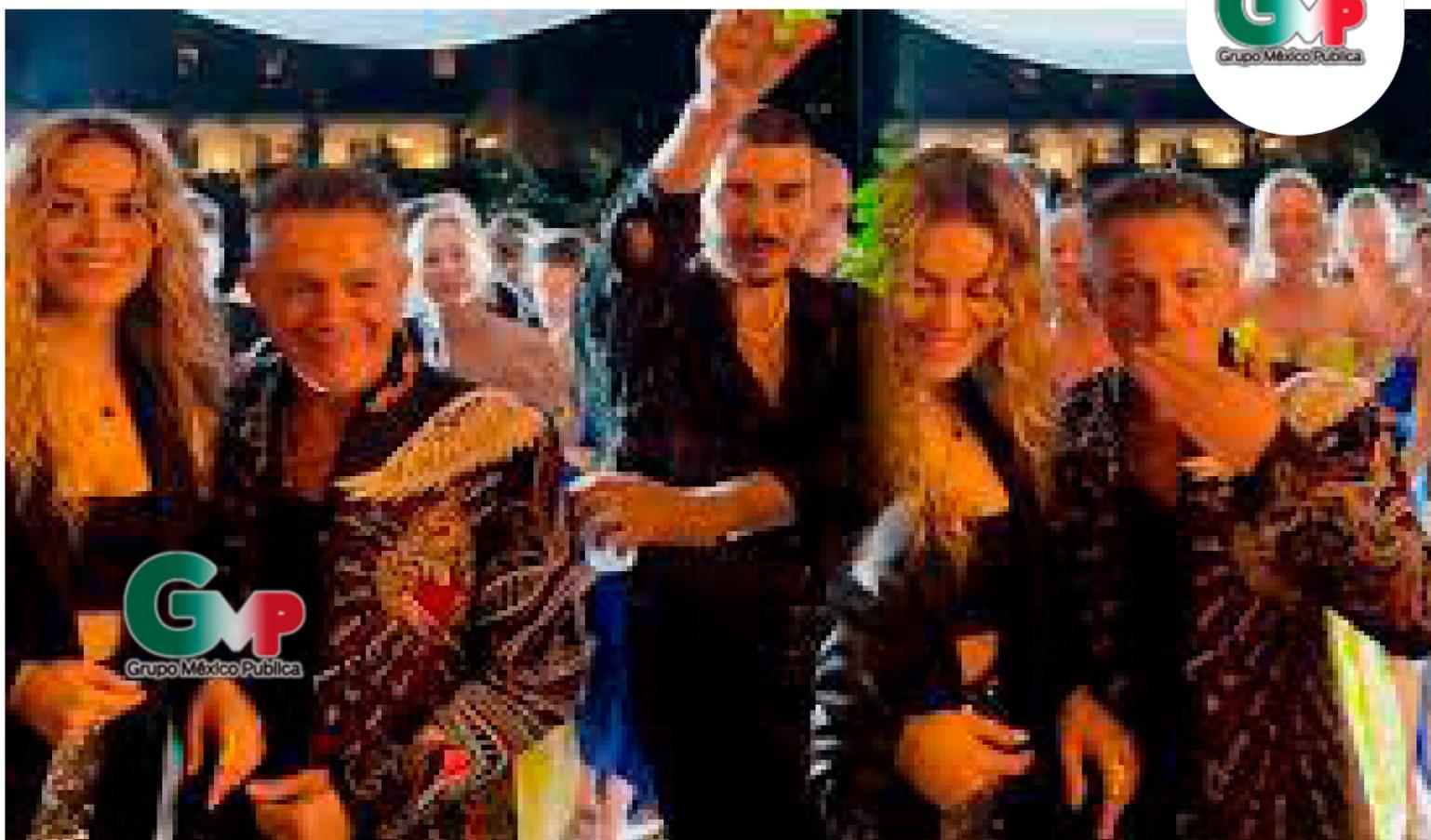
en la región del Indo-Pacífico, donde las tensiones con China han aumentado en los últimos años. "Estados Unidos se mantiene comprometido con la defensa de sus intereses globales y está

trabajando incansablemente para asegurar que nuestras fuerzas estén listas para cualquier escenario, incluyendo un conflicto directo con China", señaló Austin. Además, destacó la importancia

de las alianzas internacionales y la cooperación con otras naciones para contrarrestar la creciente influencia de China en la región. La declaración se produce en medio de crecientes preocupaciones sobre

la expansión militar de China, especialmente en áreas como el Mar de China Meridional y Taiwán, donde el país ha intensificado sus esfuerzos para consolidar su control territorial.





Alejandro Sanz celebra el cumpleaños de Candela Márquez con una fiesta mexicana

El reconocido cantante Alejandro Sanz celebró el cumpleaños de su hija Candela Márquez con una fiesta temática mexicana, en la que no faltaron los colores vibrantes, la música tradicional y la gastronomía típica del país. La celebración, que se llevó a cabo en un ambiente íntimo y lleno de alegría, contó con la presencia de familiares y amigos cercanos. El evento estuvo decorado con elementos representativos de la cultura mexicana, desde piñatas hasta mesas llenas de flores de cempasúchil, todo acompañado de una auténtica cena mexicana con platos tradicionales como tacos, guacamole, mole y horchata. La música, especialmente la de mariachi, fue una de las partes fundamentales de la fiesta, creando una atmósfera festiva que reflejaba el amor por las tradiciones de Sanz y su familia. “Me siento muy afortunado de poder celebrar un día tan especial rodeado de amor y alegría, y qué mejor manera de hacerlo que con una fiesta mexicana, que siempre ha sido una de mis grandes inspiraciones”, comentó el cantante. Candela, visiblemente emocionada, disfrutó de una fiesta llena de sorpresas, risas y momentos emotivos, agradeciendo a su padre y a los invitados por hacer de su cumpleaños un evento inolvidable.





Los Aguilar rompen el silencio sobre el supuesto embarazo de Ángela Aguilar

La familia Aguilar ha decidido aclarar los rumores sobre el supuesto embarazo de Ángela Aguilar, los cuales habían circulado en las últimas semanas. En una reciente declaración, tanto Ángela como su padre, el famoso cantante Pepe Aguilar, desmintieron los rumores y confirmaron que no hay ninguna verdad detrás de las especulaciones. "Es muy importante para nosotros aclarar esta situación. Ángela está enfocada en su carrera musical y en su crecimiento personal. Los rumores sobre un embarazo son completamente falsos", expresó Pepe Aguilar durante una entrevista. Ángela, por su parte, también utilizó sus redes sociales para aclarar la situación, agradeciendo el apoyo de sus seguidores y pidiendo respeto a su privacidad. La joven cantante, que ha sido una de las artistas más destacadas en la música regional mexicana, ha mantenido su vida privada alejada del foco público, lo que hizo que los rumores se expandieran rápidamente. Sin embargo, la familia Aguilar ha dejado claro que las especulaciones no afectan su trabajo ni su bienestar personal.





Venden por más de 5 millones de dólares una pintura de Banksy en Londres

Una pintura del famoso artista británico Banksy ha sido vendida por más de 5 millones de dólares en una subasta celebrada en Londres, batiendo récords para una de sus obras. La pieza, titulada "Love Is in the Bin", se convirtió en un fenómeno mundial cuando fue parcialmente destruida por su propia enmarcación durante una subasta en 2018, lo que generó una ola de atención mediática. Sin embargo, esta vez la obra fue presentada en su estado completo y alcanzó una cifra inesperada en la sala de subastas. El cuadro, que originalmente mostraba una pintura de una niña con un globo rojo, fue parcialmente destruido por una trituradora oculta en el marco al ser subastado hace tres años. El acto, que Banksy describió como un "ataque de arte", aumentó aún más el valor de la obra, transformándola en una pieza aún más codiciada por coleccionistas y aficionados al arte contemporáneo. "Love Is in the Bin" ha sido considerada una obra icónica que desafía las convenciones del arte tradicional y cuestiona el mercado del arte mismo. Su venta por más de 5 millones de dólares subraya el creciente valor de las obras de Banksy, quien sigue siendo uno de los artistas más relevantes y enigmáticos de la actualidad.





El Jaecoo 8 llegará a España con casi 600 caballos en su versión híbrida enchufable

El esperado Jaecoo 8, el SUV de lujo, ha confirmado su llegada a España con una impresionante versión híbrida enchufable que promete revolucionar el mercado automovilístico del país. Con casi 600 caballos de potencia, el Jaecoo 8 se posiciona como una de las opciones más potentes y avanzadas tecnológicamente en su segmento. La versión híbrida enchufable del Jaecoo 8 combina un motor de combustión interna con un potente motor eléctrico, lo que no solo garantiza un rendimiento excepcional, sino también una eficiencia energética destacable. Este modelo ha sido diseñado para ofrecer lo mejor de ambos mundos, brindando a los conductores la posibilidad de disfrutar de la potencia y la autonomía de un motor tradicional, junto con la sostenibilidad de la tecnología eléctrica. "El Jaecoo 8 llega a España para ofrecer una experiencia de conducción única, sin comprometer el lujo, la potencia ni la sostenibilidad. Estamos seguros de que será una de las opciones preferidas para aquellos que buscan lo mejor en rendimiento y tecnología", comentó el portavoz de la marca.





El Renault 4 eléctrico se pone por fin a la venta: ya conocemos sus precios

El esperado Renault 4 eléctrico, una de las versiones más icónicas y modernas de este clásico automovilístico, ya está disponible para la venta. Renault ha confirmado los precios de este modelo totalmente renovado y electrificado, el cual promete conquistar a los amantes de los vehículos eléctricos y a los fanáticos del clásico Renault 4. El nuevo Renault 4 eléctrico combina el diseño nostálgico de su antecesor con la última tecnología en movilidad sostenible. Con un motor eléctrico de última generación, ofrece una experiencia de conducción suave, eficiente y silenciosa, mientras que mantiene su carácter práctico y versátil que lo hizo famoso. Con una autonomía que se ajusta a las necesidades diarias, el modelo es ideal tanto para la ciudad como para trayectos más largos. Los precios del Renault 4 eléctrico parten desde los 25,000 euros, lo que lo convierte en una opción accesible dentro del mercado de los coches eléctricos. Este precio varía dependiendo de la versión y las características adicionales, como el sistema de asistencia al conductor y los acabados interiores.



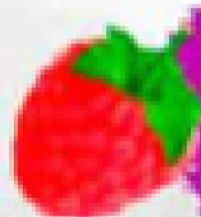


COMERCIALIZACIÓN
de **Berries**



naturalar

www.naturalarfresh.com



CONTACTANOS:



351 280 4736

Info@naturalarftesh.com - Best@milliesberries.com

www.naturalarfresh.com