

PROVINCIAL

MONTECRISTI AVANZA EN LA PROTECCIÓN DE DERECHOS

Consejo Cantonal de Protección de Derechos de Montecristi Realiza Sesión Ordinaria Exitosa para Garantizar el Bienestar de la Comunidad



ECUADOR

URCUQUÍ ABRE SUS PUERTAS AL MUNDO CON EL PRESS TRIP

Urcuquí deslumbra a periodistas nacionales e internacionales con su belleza natural, cultura y gastronomía única”



● FARÁNDULA

CHITO VERA DESFILA EN PARÍS

El ecuatoriano brilla en la pasarela del Paris Men Fashion Show y causa sensación en la pasarela.



CRÓNICA ROJA

“HOMBRE ASESINADO EN MONTECRISTI IDENTIFICADO COMO KEVIN MACÍAS”



CONEXIÓN CIUDADANA: BARRIO DIVINO NIÑO, CALLE 404

VECINOS CLAMAN POR MEJORAS URGENTES

TVD. - El equipo de Conexión Ciudadana de Triple Vía visitó el barrio Divino Niño, específicamente en la calle 404 y las avenidas 412, 413, 414 y 415. Los moradores manifestaron su preocupación ante las condiciones de abandono en las que se encuentran estas zonas.



Poste de energía eléctrica en mal estado

Historias de esfuerzo en medio de la adversidad



Henry Suárez y Steven en los exteriores de Barberia Street.

En medio de las dificultades del barrio, Conexión Ciudadana también resalta el esfuerzo de emprendedores que luchan por salir adelante. Uno de ellos es Steven Calle, propietario de una barbería que lleva tres años en el sector. Bajo el nombre Street Barber, este negocio ha logrado consolidarse gracias a la dedicación de Steven y su socio, quien comparte el mismo apellido que inspiró el nombre del local.

Steven nos relató que el inicio fue complicado. "Cuando empecé, la gente se reía porque no sabía cortar bien. Aprendí viendo videos y con la práctica. Mis primos y amigos se burlaban, pero

ahora me piden turnos", comentó con orgullo. Además, señaló que la barbería trabaja de lunes a domingo, cobrando \$4 por cortes normales y un dólar adicional por servicios extra.

Steven también motivó a los jóvenes a perseguir sus sueños. "Cuando uno le mete ñeque, se logra salir adelante", aseguró. Resaltó que siempre hay nuevas tendencias en cortes y que en este oficio "nunca se termina de aprender".



Steven barbero y propietario de Barberia Street.



Jenny López dando declaraciones a Triple Vía en el segmento Conexión Ciudadana.

Servicios básicos en crisis

La calle 404 es una de las principales preocupaciones de los moradores. Jenny López, otra residente del barrio, denunció que lleva años en mal estado. "Solo aparecen cuando hay campaña electoral", expresó con molestia. También hizo un llamado a la Empresa Pública Municipal de Agua Potable y Alcantarillado (EPAM) para que el servicio de agua potable sea constante, ya que las interrupciones son frecuentes.

Por su parte, Jimmy Pinargote, comerciante de la zona, afirmó que el mal estado de las calles afecta directamente sus ventas. Además, sumó su voz al pedido para que la Corporación Nacional de Electricidad (CNEL) repare las lámparas dañadas del sector. Según Jimmy, la falta de alumbrado público convierte las noches en un peligro, agravado por las fallas en los transformadores que se sobrecargan y hacen saltar los breakers.



Jimmy Pinargote, comerciante del Barrio Divino Niño

Un clamor por calles dignas

Víctor Vélez, residente del barrio, expresó su frustración al señalar que las calles están "desastrosas". Según sus palabras, los vehículos y peatones deben hacer "malabares" para circular, muchas veces subiendo a las veredas, lo que representa un riesgo para todos. "Esto lleva años así", comentó, pidiendo a las autoridades correspondientes que intervengan para reparar la calle principal y evitar accidentes de tránsito o atropellos.



Víctor Vélez morador del Barrio Divino Niño del cantón Manta.



Por otro lado, Kimberly Alonso, quien caminaba con su hijo de cinco años tras retirarlo de la escuela cercana, solicitó la construcción de aceras y bordillos. "Es importante que las familias podamos caminar con seguridad", afirmó.

Kimberly Alonso moradora del sector

Un llamado a las autoridades

Los moradores del barrio Divino Niño han alzado su voz en un clamor conjunto: calles dignas, un servicio de agua potable eficiente y alumbrado público funcional. Su mensaje a las autoridades es claro: se necesita acción inmediata para mejorar la calidad de vida en este sector.

Desde Triple Vía y su segmento Conexión Ciudadana, seguiremos acompañando a los barrios para visibilizar sus problemas y buscar soluciones en conjunto con las entidades responsables.



Calle 404 y avenida 412.

Contáctanos al N° 0988677274

Concejo Municipal de Manta aprueba ordenanza para evaluar infraestructuras de alta concurrencia



Ing. Marciana Valdivia
Alcaldesa de Manta

El Gobierno Autónomo Descentralizado (GAD) del cantón Manta marcó un paso importante hacia la seguridad estructural al aprobar este jueves 23 de enero de 2025 la ordenanza que establece los parámetros para la evaluación de infraestructuras, edificaciones y construcciones de alta concurrencia de personas en el cantón. La resolución fue adoptada con 12 votos a favor durante la sesión ordinaria



Cantón Manta, capital atunera del mundo.

del Concejo Municipal. Esta normativa tiene como objetivo garantizar que los espacios frecuentados por grandes grupos de personas cumplan con estándares de seguridad adecuados, reduciendo riesgos en caso de emergencias como sismos, incendios o accidentes. La medida incluye inspecciones técnicas periódicas y obligaciones para los propietarios de realizar mejoras estructurales cuando se identifiquen incumplimientos.

Galápagos

DEJA DE SER

EXTRANJERO EN TU TIERRA



Infraestructura del Cantón Manta.

*En Ecuador, cada fiesta es un viaje al corazón de nuestras raíces.
Desde la Sierra hasta la Costa, nuestras tradiciones están llenas de vida y color,
¡como esta celebración en Chimborazo!
Chimborazo: Donde la tradición se mezcla con paisajes imponentes.*



Patricia Castillo Briceño marcando un hito en la ciencia mundial.



recolección de muestras cerca de la Base Científica Pedro Vicente Maldonado, ubicada en la Antártida.

¡MANTA HACE HISTORIA EN LA ANTÁRTIDA!

TVD. - La doctora Patricia Castillo Briceño, una investigadora manabita, está marcando un hito en la ciencia mundial al desarrollar la etapa final de un importante proyecto de investigación en la Antártida. El estudio, liderado por Castillo, tiene como objetivo explorar los factores del océano y cómo los cambios en su composición afectan a organismos esenciales de este frágil ecosistema.

La investigación se lleva a cabo en el marco de la Expedición Antártica Ecuatoriana, coordinada por el Instituto Oceanográfico de la Armada del Ecuador (INOCAR).

La doctora Castillo, quien representa a la Universidad Eloy Alfaro de Manta, ha estado realizando la recolección de muestras cerca de la Base Científica Pedro Vicente Maldonado, ubicada en la Antártida. Este

punto estratégico es ideal para estudiar las respuestas de los organismos calificadores, como moluscos y corales, frente a los efectos de la acidificación oceánica. Estos organismos son cruciales para el equilibrio ecológico, y su respuesta ante los cambios en el océano podría tener implicaciones globales.

El proyecto tiene una enorme relevancia, ya que los resul-

tados permitirán comprender mejor los desafíos ambientales que enfrenta la región antártica, uno de los ecosistemas más vulnerables del planeta. Esta investigación no solo aporta al conocimiento científico, sino que también será clave para tomar decisiones fundamentadas en la protección de la biodiversidad y el futuro de la Antártida.

La participación de la doctora Patricia Castillo en esta

expedición pone en alto el nombre de Manta y el trabajo de la Universidad Eloy Alfaro de Manta, reafirmando el compromiso de Ecuador con la investigación científica a nivel global. Los avances obtenidos servirán para mejorar las políticas ambientales y fortalecer la conservación de los ecosistemas marinos, un tema cada vez más urgente para la humanidad.

ANDREA GONZÁLEZ PLANTEA PROPUESTAS PARA EL DESARROLLO SOCIAL Y LA LUCHA CONTRA LAS ADICCIONES EN ECUADOR

TVD. -En su intervención durante un reciente debate, Andrea González, líder política y defensora de los derechos de las mujeres emprendedoras, presentó un panorama de sus propuestas en caso de llegar a la presidencia de Ecuador. En un emotivo discurso, González destacó el potencial del país y la importancia de trabajar en conjunto para transformar a Ecuador en una potencia mundial en los próximos 20 años.

González subrayó la relevancia del Plan Papa, un programa de apoyo a los productores agrícolas y pesqueros, y destacó el crecimiento de las mujeres emprendedoras en el país, que actualmente representan el 33% de la fuerza emprendedora nacional. “No pedimos que nos regalen nada, pero sí

necesitamos apoyo”, afirmó, haciendo un llamado a la unidad y al trabajo conjunto de todos los sectores de la sociedad, especialmente el de las mujeres, quienes, según ella, están marcando el paso en la construcción del futuro de Ecuador.

En cuanto a sus propuestas sociales, González fue contundente al abordar el tema de las adicciones, uno de los problemas más graves que enfrenta el país. En respuesta a una pregunta de Henry Suárez, representante de Triple Vía Digital, sobre su visión para combatir las adicciones, la líder política expresó su preocupación por la falta de recursos para enfrentar esta crisis. “Si recorres este país, no encuentras una sola clínica de rehabilitación visible al

paso, pero sí muchas clínicas de diálisis”, lamentó González, quien enfatizó la necesidad de un enfoque integral para tratar a las personas afectadas por las adicciones y las mafias que operan detrás de este flagelo.

González resaltó que un gobierno debe anteponer el bienestar de su gente a los intereses políticos y económicos, y abogó por la creación de espacios de rehabilitación y apoyo para quienes luchan contra las adicciones. “Este no es un tema solo de seguridad, es un tema de humanidad”, afirmó, instando a la creación de políticas públicas orientadas a rehabilitar a las personas afectadas por las drogas y a desmantelar las redes criminales que se benefician de este grave problema.

El mensaje de González resonó entre muchos de los asistentes, quienes la vieron como una figura capaz de liderar una transformación social profunda en el país. “La política es de mujeres con ñeque, no de títeres”, dijo, subrayando su compromiso con un liderazgo firme y decidido para avanzar hacia un futuro más justo y próspero para todos los ecuatorianos.

Las propuestas de Andrea González, especialmente en lo relacionado a las adicciones, apuntan a una visión de país en la que el bienestar social y el desarrollo integral sean las prioridades de un gobierno inclusivo y comprometido con las necesidades más urgentes de la población.

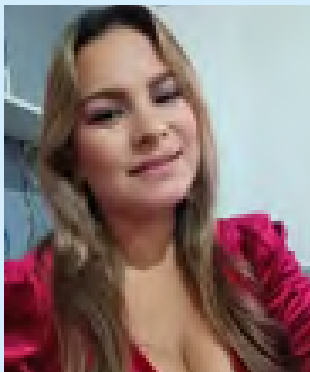


Andrea González candidata en las elecciones presidenciales de Ecuador de 2025.

LA VOZ EN LA CALLE

CONSIDERANDO LA IMPORTANCIA DE CONOCER EL CRITERIO DE LA CIUDADANÍA SOBRE TEMAS RELACIONADOS CON EL DESARROLLO DE LA COMUNIDAD, CONSULTAMOS:

¿QUÉ PIENSAN DE LA ECONOMÍA EN ECUADOR?



Jennifer Reyes

Actualmente la Economía en nuestro país se ve afectada por los altos índices de delincuencia sumado al alto costo de la canasta básica...los pequeños negocios que son los que trabajan día a día son los más afectados

Verónica Cobeña

Lamentablemente hoy la economía de nuestro Ecuador ha decaído muchísimo producto de la mala administración política y económica y principalmente la crisis social que estamos viviendo uno de los peores momentos de la historia donde el vandalismo se ha tomado las calles destruyendo la economía aún más por el temor ya los negocios an cerrados otros an quebrado por q ya todos temen por su vida dejando una estabilidad emocional quebrantada.



Jade Burgos

Ecuador está en una situación económica desafiante, pero no sin oportunidades de crecimiento, sobre todo si se logran reformas estructurales que permitan mayor estabilidad y desarrollo en sectores clave.



Tommy Carranza

La economía de Ecuador ha sufrido por la volatilidad de los precios del petróleo y la inestabilidad política. Sin embargo, se observa un crecimiento en sectores como la tecnología y la agricultura, lo que podría ser clave para una recuperación si se gestionan adecuadamente los recursos.



¡ACOLITAME HENRY!

Don Simón, el heladero de la tradición y esfuerzo

TVD.- En la popular Parroquia de Tarquí, donde el aroma del mar se mezcla con las voces de sus habitantes, recorre diariamente un triciclo celeste con campanillas que anuncian la llegada de Don Simón Villafuerte, un ícono de la zona conocido simplemente como el heladero. Con 72 años de edad y 42 años dedicados a la venta de helados de paila de coco, Don Simón es un ejemplo vivo de esfuerzo, dedicación y amor por su oficio.

Su historia, contada desde su lugar de trabajo en Playita Mía, refleja los cambios económicos y sociales que han marcado la vida de muchos emprendedores. “Antes se vendía un tacho diario, pero ahora la cosa está más difícil. Un tarro lleno lo vendo en una semana”, nos comenta con una sonrisa resignada. Cada tarro tiene un costo de 80 dólares y representa días de recorrer las calles, especialmente en el sector de Tarquí, donde los vecinos ya lo conocen y lo esperan con cariño.

El menú que ofrece Don Simón mantiene viva una tradición que se resiste a desaparecer. Pan con helado, barquillos,

vasos y conos son sus especialidades, los mismos que han alegrado a varias generaciones en esta comunidad. Sin embargo, para él, no se trata solo de vender helados, sino de mantener una conexión con las personas. “Me encanta lo que hago. La gente me llama ‘el heladero’, y eso es muy agradable. Saber que soy parte de sus días me motiva a seguir”.

Don Simón también tiene un mensaje para los jóvenes, a quienes invita a ver en la venta de helados una oportunidad laboral. “Siempre les digo que pueden trabajar vendiendo helados, pero ellos me responden que no les gusta”, comenta con cierta nostalgia. Su consejo no solo busca animar, sino también recordarles que cualquier trabajo digno es una manera de salir adelante.

Padre de siete hijos y residente del barrio Jipijapa, Don Simón es un claro ejemplo de cómo la perseverancia puede vencer cualquier adversidad. Aunque las ventas ya no son como antes, sigue recorriendo las calles con la misma pasión que lo caracteriza. Para él, el trabajo no es solo un medio de sustento, sino una



Henry Suárez junto a Don Simón Villafuerte.

forma de vida que le ha permitido dejar huella en su comunidad.

El esfuerzo de Don Simón nos recuerda que no importa la actividad que desempeñemos, lo importante es hacerlo con orgullo y dedicación. En un mundo donde muchas veces el éxito se mide por estándares superficiales, su historia es un recordatorio de que los valores más profundos, como el compromiso y el amor por lo que hace-

mos, son los que realmente nos definen.

Desde “Acolítame Henry”, celebramos el legado de emprendedores como Don Simón, quienes nos inspiran con su autenticidad y nos enseñan que, más allá de las dificultades, siempre hay un camino para seguir adelante.

Si deseas que visitemos tu emprendimiento escríbenos o llámanos al 0988677274.



Henry Suárez demostrando sus cualidades como heladero.



Fátima cliente de Don Simón Villafuerte



Don Simón Villafuerte demostrando sus dotes en la venta de helado.

¡COMUNA EL JUNCO CELEBRA LA INAUGURACIÓN DE SU NUEVO PARQUE COMUNITARIO!

TVD. - Con gran entusiasmo y emoción, la comuna El Junco inauguró su nuevo parque comunitario, convirtiéndose en el tercer parque construido para la ruralidad de Tosagua. Este nuevo espacio de integración y recreación es un paso importante para mejorar la calidad de vida de los habitantes, especialmente de los niños y jóvenes de la zona.

Durante la inauguración, el niño Adonis Vera expresó su gratitud en nombre de los más pequeños de la comunidad: "Usted, señor alcalde, fijó la mirada en esta obra para nuestra comunidad, y todos los

niños estamos agradecidos". En un emotivo gesto, Adonis hizo entrega de un reconocimiento al alcalde, resaltando su compromiso con el bienestar de la comunidad a través de obras que dignifican la vida de los tosagüenses.

La niña Jasly Pin también compartió su entusiasmo, destacando que el parque se convierte en un lugar para disfrutar en familia: "Este hermoso parque nos permitirá reír, jugar y compartir momentos felices con nuestras familias y amigos, creciendo sanamente. ¡Este es un sueño hecho realidad!" Sus palabras reflejan el impacto posi-

tivo que este nuevo espacio tendrá en la vida de la comunidad, especialmente para los más jóvenes.

Por su parte, la presidenta de la comuna, Marilú Intriago, expresó su agradecimiento al alcalde por su dedicación y trabajo: "Más que nuestro alcalde, es mi ahijado, y lo felicito por todo el trabajo que está realizando, no solo para nuestra comunidad, sino para muchas otras. Eso es digno de reconocer". Este acto no solo simboliza la inauguración de un parque, sino también el fortalecimiento de los lazos de apoyo mutuo entre las autoridades lo-



cales y la comunidad.

El nuevo parque comunitario en El Junco representa una importante inversión en el bienestar de los habitantes de To-

sagua, brindando un espacio seguro y adecuado para el esparcimiento y la convivencia familiar. Este proyecto es parte del esfuerzo continuo

para mejorar la infraestructura en la zona rural y garantizar un futuro más saludable y lleno de oportunidades para todos.

MONTECRISTI REALIZA EXITOSA SESIÓN ORDINARIA DEL CONSEJO CANTONAL DE PROTECCIÓN DE DERECHOS



TVD. - El Consejo Cantonal de Protección de Derechos de Montecristi celebró con éxito su sesión ordinaria correspondiente a enero de 2025, en la que se abordaron diversos temas de importancia para el bienestar de la comunidad. Durante esta reunión, se revisaron y aprobaron documentos clave, como el Presupuesto Operativo Anual (POA) y el Programa Anual de Obras (PAO), que guiarán las actividades y proyectos en el cantón a lo largo del presente año.

Los miembros del consejo discutieron temas fundamentales que fortalecerán la protección de los derechos en Montecristi, con el objetivo de garantizar la seguridad y el bienestar de todos los ciudadanos. Las decisiones tomadas en esta sesión marcarán el rumbo de las iniciativas que se imple-

mentarán para promover el respeto y la defensa de los derechos humanos dentro de la comunidad. Entre las propuestas destacadas se encuentran acciones para mejorar la calidad de vida de los grupos más vulnerables, así como programas educativos y de sensibilización.

Durante la jornada, se destacó la participación de los miembros del consejo y las diversas instituciones presentes, quienes reafirmaron su compromiso con la promoción de los derechos humanos en la región. La Alcaldía de Montecristi expresó su gratitud por la colaboración y el apoyo continuo de todos los actores involucrados, subrayando la importancia de trabajar de manera conjunta para alcanzar un desarrollo integral y justo para la ciudadanía.

Con esta sesión, el Consejo Cantonal de Protección de Derechos de Montecristi da inicio a un año lleno de proyectos y acciones que buscan garantizar el cumplimiento de los derechos fundamentales de cada habitante del cantón, asegurando un ambiente más justo, inclusivo y respetuoso para todos.

Chone elabora PLAN PARA REVITALIZAR EL CORREDOR DEL RÍO CHONE

TVD. - La ciudad de Chone está dando un paso trascendental en la recuperación y revitalización de su río Chone, un elemento clave en la historia y el desarrollo de la ciudad. Con el apoyo de la Cooperación Técnica Alemana (GIZ), se ha diseñado el plan maestro para el Proyecto Corredor del Río Chone, que se implementará bajo un enfoque de gestión integral de riesgos y soluciones basadas en la naturaleza.

El proyecto busca no solo embellecer y aprovechar el río como un atractivo turístico y recreativo, sino también mejorar la infraestructura y mitigar los riesgos asociados con las inundaciones en la zona. La metodología de trabajo ya ha sido presentada, y el levantamiento de información ha comenzado, con una estrecha socialización con los sectores involucrados. Se espera que en el mes de junio de 2025, el plan esté completamente listo para su ejecución.

El corredor del río transformará radicalmente la zona, beneficiando a 20.000 personas que visitarán el área diariamente. El plan contempla la construcción de puentes peatonales, accesos al río, estacionamientos, canchas deportivas, ci-

clovías, y amplias áreas verdes. Estas mejoras contribuirán a la mitigación de inundaciones, al mismo tiempo que ofrecerán a la comunidad un espacio recreativo y sostenible.

Este proyecto se suma al ambicioso Proyecto Ciudad del Conocimiento, lo que lo convierte en una arteria de movilidad sostenible para la ciudad. Además, permitirá completar la cantidad de áreas verdes necesarias por habitante, conforme a las directrices de la Organización Mundial de la Salud (OMS), lo que incrementará la calidad de vida en Chone.

Con la creación de este corredor del río, la ciudad no solo recupera un espacio histórico, sino que también apuesta por un futuro más sostenible y resiliente, donde el río se convierta en un símbolo de desarrollo, inclusión y bienestar para toda la comunidad.



URCUQUÍ REVELA SU ESPLENDOR CON EL PRESS TRIP “DESCUBRIENDO URCUQUÍ”



TVD: El cantón de Urcuquí, conocido por su belleza natural, su rica cultura y su gastronomía única, fue el escenario de un evento sin precedentes este 17 y 18 de enero. La Alcaldía de Urcuquí, con el respaldo de la Asociación de Municipalidades Ecuatorianas (AME), organizó el press trip “Descubriendo Urcuquí”, una iniciativa que permitió a periodistas nacionales e in-

ternacionales explorar los rincones más emblemáticos de este encantador destino. Durante dos días de inmersión, los periodistas tuvieron la oportunidad de descubrir las maravillas que ofrece Urcuquí. Entre las actividades destacadas se incluyó una visita a la Cascada de Conyaro, un impresionante paraje natural que invita a la conexión con la naturaleza. Los asis-

tentes también tuvieron la oportunidad de recorrer la Bodega Orgánica Cahuasquí, donde pudieron conocer el proceso de elaboración de productos locales sostenibles, elaborados a partir de plantas naturales cultivadas en la región. El Mirador de Pablo Arenas fue otro de los puntos clave de la experiencia, desde donde los visitantes disfrutaron de impresionantes

vistas panorámicas del cantón. Además, pudieron explorar los acogedores hospedajes locales como Montaña de Luz y la Hostería y Spa Pataví, que ofrecen una experiencia única para aquellos que buscan relajarse en contacto con la naturaleza. Una de las experiencias más destacadas fue el recorrido por la Ruta Termal, que incluyó una visita a los balnearios de aguas termales conocidas por sus propiedades relajantes y medicinales, proporcionando una sensación de bienestar a todos los presentes. La jornada culminó con una noche urcuquireña, una velada especial en la que se celebró la cultura local a través de música, danza y sabores tradicionales. El alcalde de Urcuquí, Jorge Manrique, expresó su satisfacción por la realización de este evento, que tiene como objetivo dar a conocer el encanto del cantón al mundo. “Queremos que los visitantes descubran un Urcuquí lleno de vida, con paisajes impresionantes, cultura vibrante y una gastronomía que despierta los sentidos. Este press trip es una ventana abierta al mundo para mostrar todo lo que somos”, comentó Manrique. Esta actividad forma parte de la estrategia VisítAMEcuador, 221 destinos, impulsada por la AME, cuyo objetivo es dar visibilidad a los 221 municipios de Ecuador y posicionarlos como destinos turísticos únicos. Con esta iniciativa, se busca fomentar el turismo en cada rincón del país, resaltando su riqueza cultural, histórica y natural, y promoviendo el desarrollo local y el bienestar de las comunidades. La Alcaldía de Urcuquí y la AME invitan a todos los ecuatorianos a explorar las maravillas que este cantón imbabureño tiene para ofrecer, y a recorrer otros destinos de Ecuador, cada uno con su propia historia y encanto. La AME reafirma su compromiso con el desarrollo del turismo sostenible y la promoción de los atractivos locales, como una herramienta clave para el crecimiento económico y cultural del país.

DEJA DE SER
EXTRANJERO EN TU TIERRA

Chimborazo

CUADOR

EL NUEVO ECUADOR RESUELVE

Ministerio de Turismo

*En Ecuador, cada fiesta es un viaje al corazón de nuestras raíces.
Desde la Sierra hasta la Costa, nuestras tradiciones están llenas de vida y color,
¡como esta celebración en Chimborazo!
Chimborazo: Donde la tradición se mezcla con paisajes imponentes.*

Tras 523 días y 331 casos, las sospechas de corrupción alcanzan a los jueces anticorrupción



TVD: Después de 523 días y 331 casos, las sospechas de corrupción han comenzado a involucrar a los propios jueces anticorrupción. La situación ha generado alarma, ya que se pensaba que estos jueces, encargados de combatir la corrupción, eran figuras clave en la lucha contra el crimen en el sistema judicial. Las investigaciones apuntan a posibles vínculos con redes de corrupción, lo que ha desatado una serie de revisiones internas y presiones sobre la independencia judicial. Las autoridades están tomando medidas para esclarecer los hechos y garantizar la transparencia en los procesos



Diana Salazar, al Presentar Informe de Labores: “Que la Asamblea Nacional No Sea Más una Palestra de Sentenciados y Prófugos”

TVD: Al presentar su informe de labores, la fiscal general de Ecuador, Diana Salazar, hizo un enérgico llamado a la Asamblea Nacional para que no se convierta nuevamente en un “palestra de sentenciados y prófugos”. Salazar enfatizó la importancia de la integridad de las instituciones y el compromiso con la justicia, pidiendo que se evite que personas con antecedentes penales ocupen cargos públicos. Su declaración surge en un contexto de creciente preocupación sobre la corrupción y el respeto al estado de derecho en el país.

TCE Acumula dos denuncias contra Daniel Noboa por supuestas infracciones electorales

TVD: El Tribunal Contencioso Electoral (TCE) ha dispuesto la acumulación de dos denuncias presentadas contra Daniel Noboa por presuntas infracciones durante el proceso electoral. Las denuncias alegan irregularidades en la campaña del actual presidente, relacionadas con la difusión de propaganda y posibles violaciones a la normativa electoral. El TCE analizará los casos de manera conjunta para determinar si hubo alguna vulneración a las leyes electorales y tomar las decisiones correspondientes.



¿Cómo obtener el pasaporte en Ecuador con el nuevo método del Registro Civil?

TVD: Para sacar el pasaporte en Ecuador con el nuevo sistema del Registro Civil, primero debes agendar una cita en línea a través de la página oficial del Registro Civil. Luego, debes presentar tu cédula de identidad original y un comprobante de pago por los derechos del trámite. A continuación, asistirás a la cita para la toma de fotografía, huellas dactilares y firma digital. El pasaporte estará listo en un plazo estimado de entre 5 a 7 días hábiles, y podrás recogerlo en la oficina indicada o recibirlo en tu domicilio, según el servicio que elijas.



Amenaza de asesinatos impulsan a los Alcaldes a actualizar su perfil

TVD: Los alcaldes de Ecuador han solicitado una actualización de su perfil de riesgo debido al aumento de amenazas y asesinatos en diversas ciudades del país. Ante la creciente violencia, especialmente en zonas donde las autoridades locales enfrentan ataques directos, los alcaldes buscan medidas de seguridad más robustas para proteger su integridad y continuar con su labor. Esta solicitud se da en el marco de un clima de inseguridad generalizada que afecta a varios funcionarios públicos en diferentes niveles del gobierno.



Arresto para dos Líderes Talibanes por Persecución de Género en Afganistán

TVD: El Fiscal de la Corte Penal Internacional ha solicitado la emisión de órdenes de arresto contra dos altos líderes talibanes, acusados de ser responsables de crímenes de persecución de género en Afganistán. Según el fiscal, estos líderes han participado activamente en la implementación de

políticas que atacan y someten a las mujeres, violando gravemente los derechos humanos. La solicitud refleja el compromiso de la Corte con la justicia internacional, al tiempo que subraya la creciente preocupación por la situación de las mujeres en el país bajo el régimen talibán.

Chile evaluará recurrir a la Corte de Participación Internacional

El gobierno de Chile ha señalado que recurrirá a la Corte Penal Internacional (CPI) si se confirma la implicación de Diosdado Cabello, vicepresidente de Venezuela, en la comisión de un crimen de relevancia internacional. Las autoridades chilenas han expresado su firme compromiso con la justicia y el respeto a los derechos humanos, asegurando

que, en caso de que se verifiquen las acusaciones, buscarán que se tomen medidas legales a nivel internacional. La posible participación de Cabello en actividades criminales ha generado preocupación en la región, lo que ha llevado a Chile a considerar esta vía como una opción para garantizar la rendición de cuentas.



Colorado Busca Defender los Derechos de 160,000 Inmigrantes en Riesgo de Deportación

TVD: En Colorado, alrededor de 160,000 inmigrantes se encuentran en riesgo de deportación, lo que ha generado una creciente preocupación en la comunidad local. En respuesta, defensores de los derechos de los inmigrantes están intensificando sus esfuerzos para proteger a estas personas, a través de iniciativas legales y campañas de concientización. El estado ha co-

menzado a implementar medidas para ofrecer asistencia legal y recursos a aquellos que enfrentan la amenaza de la deportación, asegurando que se respeten sus derechos fundamentales. Activistas y autoridades locales siguen trabajando para abogar por políticas más inclusivas y justas, en un contexto de incertidumbre y desafíos legales para la población inmigrante.



Petro Anuncia Negociaciones con Maduro para "Erradicar" Grupos Armados en la Frontera

TVD: El presidente de Colombia, Gustavo Petro, ha revelado que está en conversaciones con su homólogo venezolano, Nicolás Maduro, para desarrollar un plan conjunto destinado a erradicar los grupos armados ilegales que operan en la frontera entre ambos países. Según Petro, la colaboración entre Colombia y Venezuela busca dismantlar estas organizaciones que afectan la seguridad y la estabilidad de la región. El mandatario colombiano destacó la

importancia de una cooperación bilateral para garantizar la paz y la seguridad, subrayando que solo a través del trabajo conjunto se podrá enfrentar eficazmente la amenaza de estos grupos armados.



ALERTA POR FUERTES VIENTOS EN EL INCENDIO EN LOS ÁNGELES



El incendio Hughes continúa extendiéndose sin control en Los Ángeles, justo en medio de una alerta por fuertes vientos que están complicando los esfuerzos para contener las llamas. Las autoridades locales han emitido avisos de evacuación para las áreas más cercanas al fuego, mientras los equipos de bomberos luchan por frenar su avance. Los vientos intensos están avivando el fuego, dificultando la tarea de los equipos de emergencia y aumentando los riesgos para las comunidades cercanas. En este contexto, los residentes y las autoridades están tomando medidas preventivas, mientras las condiciones climáticas adversas siguen siendo un factor clave en la propagación del incendio.

El Líder Opositor Venezolano González Urrutia realizará un mitin en Miami

TVD: El líder opositor venezolano, González Urrutia, llevará a cabo un mitin en Miami este sábado, como parte de su esfuerzo por fortalecer el apoyo internacional a la causa democrática en Venezuela. Durante el evento, González Urrutia presentará su visión para el futuro del país y abordará la situación política actual, destacando la necesidad de una transición hacia un gobierno democrático. El mitin también será una oportunidad para reunir a la diáspora venezolana en Estados Unidos, buscando consolidar el respaldo y la unidad de los venezolanos en el exterior frente a la crisis política y económica que atraviesa su nación.



La Fiscalía de Bolivia Insistirá en la Captura del Expresidente Evo Morales

TVD: La Fiscalía de Bolivia ha anunciado que insistirá a la Policía para que lleve a cabo la captura del expresidente Evo Morales, tras la emisión de una orden de arresto en su contra. La solicitud se basa en acusaciones de presunta sedición y terrorismo relacionadas con eventos ocurridos durante la crisis política en 2019. A pesar de la controversia que rodea la situación, las autoridades bolivianas han reafirmado su compromiso con la aplicación de la ley, subrayando la importancia de que se cumpla con el mandato judicial. Mientras tanto, el entorno político sigue siendo tenso, con seguidores de Morales y diversos sectores del país reaccionando ante las acciones legales en su contra.



Marco Rubio Inicia su Primera Gira Internacional con Visitas a Panamá, Guatemala y El Salvador

TVD: El senador estadounidense Marco Rubio emprenderá su primera gira internacional, que lo llevará a Panamá, Guatemala y El Salvador, con el objetivo de fortalecer las relaciones diplomáticas y abordar temas clave de seguridad y cooperación regional. Durante su visita, Rubio se reunirá con líderes gubernamentales y discutirán estrategias para combatir el crimen organizado, promover la estabilidad económica y avanzar en los esfuerzos de migración en la región. Esta gira marca un paso importante en su enfoque hacia América Latina, subrayando la importancia de la colaboración entre los países para enfrentar los desafíos comunes.



CONSEJO DEL DIA

“Confía en tu intuición, pero también en la paciencia.” A veces, las respuestas están dentro de nosotros, pero también es importante permitir que las cosas se desarrollen a su propio ritmo. Si actúas con calma y equilibrio, las oportunidades se mostrarán de manera clara.



- CARTA ASTRAL
- REVOLUCIÓN LUNAR
- REVOLUCIÓN SOLAR
- COMPATIBILIDAD
- PROGRESIÓN DE LA EDAD
- ASTROLOGIA ELECTIVA Y TRANSITOS FAVORABLES.

Facebook: MiliOrdenezAjna
Instagram : @miliordonez_oficial



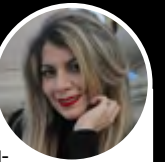
Milly Ordóñez

+ 5 9 3 99982226 (WhatsApps) | + 3 4 604984506 (Llamadas)

Horóscopo de Milly

Instagram: @MILIORDONEZ_OFICIAL

Por: Mi Alma, Milly Ordóñez tu maestra de luz.



Aries (21 marzo - 19 abril):
Hoy puede ser un buen día para tomar decisiones importantes, Aries. Tu energía está alta y tienes la capacidad de liderar con confianza. Sin embargo, no olvides escuchar las opiniones de los demás para tomar las mejores decisiones.

Libra (23 septiembre - 22 octubre):
El amor y la diversión están en el aire. Si tienes una relación, es un buen momento para fortalecerla y disfrutar de momentos especiales juntos. Si estás soltero, podrías conocer a alguien que te haga sentir mariposas.

Tauro (20 abril - 20 mayo):
La paciencia será clave para ti hoy. Si bien puede haber algo de frustración en tu camino, recuerda que todo llega a su tiempo. Mantén una actitud tranquila y verás cómo las cosas se resuelven de la mejor manera.

Escorpio (23 octubre - 21 noviembre):
Hoy es un día excelente para enfocarte en tu hogar y en lo que te da seguridad. Dedicar tiempo a tu familia o a tu espacio personal, ya que esto te proporcionará una gran paz mental.

Géminis (21 mayo - 20 junio):
Este es un buen momento para poner en práctica tus ideas creativas. Si tienes un proyecto en mente, hoy es ideal para avanzar y buscar la manera de materializarlo. Tu comunicación estará especialmente fluida.

Sagitario (22 noviembre - 21 diciembre):
La comunicación será clave hoy. Es posible que surjan conversaciones importantes o que necesites transmitir ideas con claridad. Estar atento a los detalles y ser directo te ayudará a evitar malentendidos.

Cáncer (21 junio - 22 julio):
Es un día para enfocarte en tu bienestar emocional. Si sientes que necesitas un tiempo para ti, no dudes en tomarlo. Reconectar con tus sentimientos te ayudará a tomar decisiones más claras y equilibradas.

Capricornio (22 diciembre - 19 enero):
Tus finanzas podrían estar en tu mente hoy. Es un buen momento para hacer un balance de tus gastos e ingresos, y si tienes proyectos financieros en mente, puedes empezar a planificarlos.

Leo (23 julio - 22 agosto):
Las relaciones personales estarán en el centro de tu atención hoy. Puede que surjan conversaciones profundas, y es importante que te muestres abierto y dispuesto a escuchar, tanto como a hablar.

Acuario (20 enero - 18 febrero):
Este es un día en el que te sentirás especialmente motivado para avanzar en tus metas personales. Confía en tu intuición y no temas hacer cambios que puedan ayudarte a crecer.

Virgo (23 agosto - 22 septiembre):
Puede que hoy se presenten algunos desafíos en el trabajo o en tu entorno diario. No te preocupes, tu capacidad de organización y tu atención al detalle te permitirán superarlos sin problemas.

Piscis (19 febrero - 20 marzo):
Es posible que te sientas un poco introspectivo hoy. Está bien tomarte un tiempo para reflexionar y conectar con tu interior. Esto te ayudará a tomar decisiones más alineadas con lo que realmente deseas.



iWOW!
**NOS VOLVIMOS
LOCOS!!!**

**BLACK
NOVEMBER**



\$999.99

**2 COLCHONES
1.5 PLAZAS
CHAIDE ALTERNATIVA**



 AV. 108 FRENTE CALLES 105 Y 106
DIAGONAL AL COLEGIO SAN JOSÉ

 098 443 3117



EL FUTURO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL: NUEVAS FRONTERAS EN LA AUTOMATIZACIÓN

La inteligencia artificial (IA) continúa avanzando a pasos agigantados, y este 2025 promete ser un año clave para la automatización de procesos en distintos sectores. Desde la salud hasta el transporte, las empresas están invirtiendo en tecnologías de IA que prometen revolucionar el mercado laboral y mejorar la calidad de vida. Expertos aseguran que la IA no solo mejorará la eficiencia en la producción, sino que también brindará soluciones personalizadas para el consumidor. Sin embargo, también surgen preocupaciones sobre el impacto que estos avances pueden tener en el empleo y la ética de su implementación. ¿Estamos preparados para los cambios que la IA traerá consigo?



5G: EL DESPLIEGUE GLOBAL Y SUS IMPLICACIONES PARA EL INTERNET DE LAS COSAS

El despliegue de la tecnología 5G está acelerando el crecimiento del Internet de las Cosas (IoT). Con velocidades de conexión ultrarrápidas y latencia mínima, 5G está allanando el camino para una nueva era en la que los dispositivos estén más conectados que nunca. Esto promete transformar sectores como la agricultura, la salud, la manufactura y el hogar inteligente. Sin embargo, la infraestructura para soportar esta tecnología es aún un desafío en muchas regiones del mundo, lo que plantea interrogantes sobre la desigualdad en el acceso y las preocupaciones de seguridad.



TCL REVOLUCIONA EL HOGAR CON UN ROBOT PERSONALIZADO EN CES 2025

El robot "AI ME" presentado en la feria de tecnología CES 2025 por la compañía TCL suena bastante prometedor. Parece que se trata de una innovación en el ámbito de los robots domésticos, diseñado para adaptarse a los hábitos y necesidades de las familias. Este tipo de tecnología busca mejorar la interacción diaria, ofreciendo experiencias personalizadas e interactivas.

Aunque los detalles específicos del robot de TCL presentado en CES 2025 no se han revelado completamente, basándonos en las tendencias actuales de robots domésticos y las capacidades que muchas de estas innovaciones incluyen, podríamos esperar algunas de las siguientes funciones:

1. Asistencia en tareas domésticas: El robot podría realizar actividades como limpieza (aspirar, fregar, etc.) o incluso organizar objetos en la casa, adaptándose a los hábitos de la familia para optimizar el tiempo y la eficiencia.

2. Interacción y comunicación personalizada: Gracias a la inteligencia artificial, el robot probablemente podrá aprender las preferencias y necesidades de los miembros de la familia, ofreciendo una experiencia personalizada, como recomendaciones de contenido o recordatorios.

3. Reconocimiento de voz y comandos: Con la integración de sistemas avanzados de reconocimiento de voz, el robot probablemente permitirá controlar dispositivos inteligentes en el hogar (luces, termostatos, etc.), responder preguntas y realizar tareas simples como poner música o controlar otros electrodomésticos.

4. Entretenimiento interactivo: El robot podría ser capaz de interactuar de manera lúdica, proporcionando entretenimiento para niños o adultos, ya

sea a través de juegos, conversaciones o incluso actividades educativas.

5. Seguridad y vigilancia: Es probable que el robot tenga capacidades de monitoreo de seguridad, como cámaras de vigilancia o sensores de movimiento para alertar a la familia en caso de situaciones inusuales.

6. Conexión con otros dispositivos inteligentes: El robot podría ser el centro de un sistema de hogar inteligente, coordinando y controlando otros dispositivos, desde sistemas de entretenimiento hasta electrodomésticos.

7. Soporte para personas mayores o con discapacidades: Con capacidades como recordatorios de medicamentos, seguimiento de actividad física o asistencia con movilidad, este tipo de robot podría ser muy útil para mejorar la calidad de vida de personas mayores o con necesidades especiales.






CURSO DE PRACTICO DE UNAS

→ INICIO 3 DE FEBRERO DE 2025

INFORMACIÓN
099 076 4565




Curso de Extensiones DE PESTAÑAS PELO A PELO

→ INICIO 3 DE FEBRERO DE 2025

INFORMACIÓN
099 076 4565

GRUPO DE RECUPERACIÓN
Renueva
NARCÓTICOS ANÓNIMOS



LA RECUPERACIÓN ES POSIBLE
¡ESPERAMOS VERTE PRONTO!

DÍAS DE REUNIONES
MARTES, JUEVES Y SABADOS
DE 20H00 A 22H00

*El deseo de dejar
de consumir"*

Dirección: Ciudadela El Palmar, diagonal a las
canchas de uso múltiple

¡ES GRATIS!

MANTA – MANABÍ - ECUADOR

JORGE CÉLICO: DE VENDER FLORES A SER DT DE EMELEC



Jorge Céllico, nuevo técnico de Emelec.

TVD. - Jorge Céllico, el nuevo director técnico de Emelec, ha recorrido un camino impresionante en el fútbol. Nacido en Argentina, comenzó su carrera futbolística, pero fue como entrenador donde realmente destacó. Después de vender flores en las calles de su país, Céllico comenzó a dirigir en divisiones menores y eventualmente llegó a la selección Sub-20 de Ecuador, donde alcanzó su mayor logro: el Campeonato Sudamericano Sub-20 2019, un título histórico para Ecuador y el primero bajo su mando. Este éxito catapultó a Céllico en el fútbol ecuatoriano, y a lo largo de su carrera se consolidó como un entre-

nador con una gran visión de juego y un enfoque en el desarrollo de jóvenes talentos. Además de dirigir la selección Sub20, ha trabajado con varios equipos nacionales, pero ahora ha tomado las riendas de Emelec, uno de los clubes más grandes del país. Con una filosofía centrada en la disciplina, el trabajo en equipo y el crecimiento de los jugadores, Céllico asume el reto de llevar a Emelec a la cima del fútbol ecuatoriano. Su experiencia y sus logros previos generan altas expectativas para el club, que confía en su capacidad para conseguir nuevos títulos y seguir formando una cantera de futbolistas exitosos.

MAICON SOLÍS ASEGURA QUE LOS CAMBIOS EN EMELEC SERÁN PARA BIEN: "HAY ARMONÍA"

TVD. -Maicon Solís, uno de los jugadores más destacados de Emelec, se mostró optimista sobre los cambios que se están produciendo en el club para la temporada 2025. Tras haber sido renovado para el próximo año, el delantero ofensivo expresó su confianza en el futuro cercano del equipo y aseguró que estos ajustes traerán beneficios tanto en el rendimiento como en el ambiente dentro del plantel. "Los cambios vienen para bien; hay armonía", afirmó Solís, quien resaltó que el ambiente dentro del equipo es positivo y motivador. El jugador, conocido por su habilidad en el campo y su capacidad para generar jugadas de peligro, compartió que la renovación de su contrato es una muestra de la confianza que tanto el club como el cuerpo técnico han depositado en él para seguir siendo una pieza clave en el ataque de Emelec. "Es un honor seguir en este gran club. Estoy comprometido con la causa y sé que con el esfuerzo de todos, podemos lograr grandes cosas", añadió Solís. Los cambios que se han implementado en el equipo buscan fortalecer la estructura y mejorar los resultados, y el delantero confía en que este proceso será exitoso para lograr los objetivos de la temporada.

DEJA DE SER
**EXTRANJERO
EN TU TIERRA**

Pastaza

EL NUEVO
**ECUADOR
RESUELVE**

Ministerio
de Turismo

ECUADOR

Navega por los misteriosos ríos de Pastaza y conéctate con la naturaleza en su estado más puro. Comparte momentos únicos y descubre la majestuosidad de la Amazonía ecuatoriana.

Pastaza te espera para vivir aventuras que te llenarán de orgullo y emoción. ¡Es momento de redescubrir Ecuador!
Pastaza: Donde la selva cobra vida.





'Chito' Vera apuntando en nuevas facetas

Marlon 'Chito' Vera brilla en el mundo de la moda en París

El nombre de Marlon 'Chito' Vera, la estrella ecuatoriana de la UFC, está resonando más allá del octágono. El atleta ha dado un salto al mundo de la moda al anunciar su participación en la pasarela del Paris Men Fashion Show, de la mano del diseñador Willy Chavarria.

Conocido por su fortaleza y determinación en el octágono, Chito Vera ha demostrado poseer una versatilidad única. "Es un honor representar a mi

país en un escenario tan importante. La moda es una forma de expresarme más allá del deporte, y poder ser parte de este evento, junto a grandes nombres de la industria, es un sueño hecho realidad," comentó.

Por otra parte, muchos de sus seguidores han mostrado su apoyo al debut de Vera en la pasarela, aunque algunos han señalado que debería enfocarse más en su carrera en las artes marciales mixtas.

Tras la llegada de su tercera hija

Karin Barreiro regresa a BLN

La famosa animadora de BLN ha regresado a casa, llena de emoción y agradecimiento tras el nacimiento de su tercera hija, Keyri. El sábado pasado, Karin compartió con sus seguidores cada detalle de este momento tan especial a través de sus historias en Instagram.

Por ahora, Julián Campos y Ángela Orellana seguirán al frente de BLN, mientras Karin se recupera y se alista para su regreso en febrero. Su vuelta será en Manta, ciudad donde se graba el programa y donde reside actualmente.



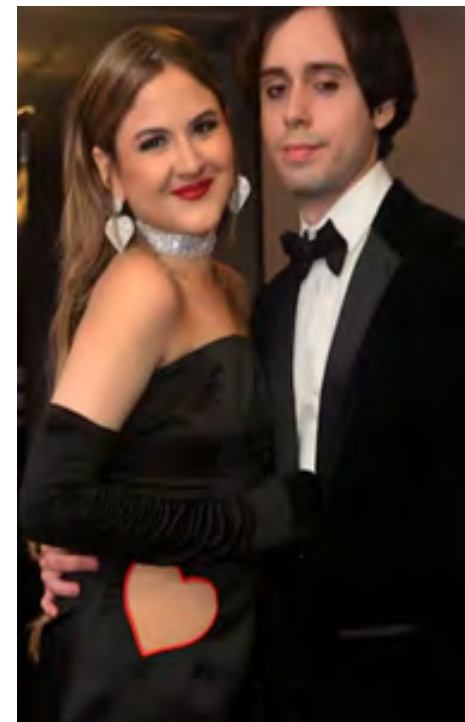
Karin Barreiro y su esposo, Jonak.

La ruptura de Mar Rendón y Oskar Van Der Moon vuelve a ser noticia

Los artistas acordaron no referirse al asunto. Un programa sugirió que la razón era su comportamiento, lo cual le incomodó, ya que no fue de esa manera. En el dinámico universo de la farándula, donde cualquier rumor puede convertirse en noticia, la separación de los artistas Mar Rendón y Oskar Van Der Moon vuelve a ser objeto de debate. Cabe mencionar que su ruptura ocurrió en septiembre del año pasado, cuando fue ella quien lo confirmó.

El cantante dejó claro que la decisión de terminar la relación fue mutua. "Hemos decidido no hablar de nuestra relación y poner la excusa fácil de la distancia, pero esa no fue la razón. Yo vivía aquí y la veía todos los días. No es que porque soy el varón y por ser como soy la cagué. No, señores, las relaciones son de dos, y nadie está exonerado de cometer errores. Y cuando digo 'cagarla', no me refiero a cachos, para nada, antes de que piensen eso", afirmó Oskar, revelando que también fue un momento doloroso para él. "A mí también me dolió la situación, pero

yo subo memes", agregó con una nota de optimismo.



Mar Rendón y Oskar Van cuando aun estaban en relación.

Naomi V sigue brillando como cantante urbana con 'Acelerao'



Después de conquistar los certámenes de belleza, Naomi V continúa su ascenso en la música urbana.

Recientemente, la cantante ecuatoriana presentó 'Acelerao', una colaboración vibrante con la estrella Nacho, que está captando la atención de los fanáticos de la música.

El tema de Naomi V junto a Nacho ya está disponible en todas las plataformas digitales y su videoclip oficial está en YouTube.

'Acelerao', la nueva apuesta de la ecuatoriana con Nacho

Peores películas del año

"Joker: Folie à Deux" lidera las nominaciones

Las noticias de minuto a minuto en Hollywood incluyen que Joker: Folie à Deux lidera las nominaciones a las peores películas del año, mientras que Paramount ha anunciado que Sonic the Hedgehog 4 llegará a los cines en 2027.



Película Joker.

Envejecimiento sano, adultos mayores y en balance en la salud mental

Envejecer se considera un proceso natural que se presenta en todas las personas, pero no todos los aspectos del envejecimiento son inevitables. Si bien es cierto que algunas capacidades físicas y cognitivas tienden a disminuir con la edad, la salud mental es un área en la que las personas mayores pueden experimentar una gran variabilidad.

Mantener una buena salud mental en la vejez es esencial no solo para el bienestar emocional, sino también para la calidad de vida general, a través de estrategias adecuadas, es posible que las personas mayores disfruten de una vida plena y saludable a nivel psicológico, incluso en las etapas más avanzadas de la vida.

El envejecimiento conlleva una serie de cambios tanto físicos como psicológicos, estos incluyen la disminución de la memoria, la velocidad de procesamiento cognitivo más lenta, dificultades con la motricidad o el equilibrio; Sin embargo, a pesar de estos cambios, muchas personas mayores continúan llevando una vida activa y satisfactoria, gracias en gran medida a los recursos psicológicos y sociales que tienen a su disposición.

Uno de los mayores desafíos psicológicos en la vejez es la adaptación a la pérdida, las personas mayores a menudo enfrentan la pérdida de seres queridos, el retiro del trabajo y en muchos casos, un declive en la independencia física, así estas pérdidas pueden generar sentimientos de soledad, tristeza y depresión.

Estudios han muestra-

do que los adultos mayores son vulnerables a trastornos como la depresión y la ansiedad, especialmente aquellos que experimentan aislamiento social o que atraviesan situaciones de salud graves.

A pesar de estos desafíos, hay numerosas formas en las que los adultos mayores pueden proteger y mantener su salud mental.

Mantener conexiones sociales

El aislamiento social es uno de los principales factores de riesgo para la salud mental en la vejez, sin embargo la interacción con amigos, familiares y la participación en actividades comunitarias son fundamentales para el bienestar emocional.

Estudios han demostrado que las personas mayores que mantienen relaciones sociales saludables tienen menos probabilidades de sufrir depresión y ansiedad. Además, la interacción social puede aumentar los niveles de oxitocina, una hormona que favorece la sensación de bienestar y vinculación afectiva.

Ejercicio físico y mental

El ejercicio regular no solo beneficia el cuerpo, sino que también tiene un impacto significativo en la mente. El ejercicio físico ha demostrado mejorar la memoria, reducir la ansiedad y la depresión, aumentar la sensación de energía y vitalidad, mantener el cerebro activo con actividades como la lectura, los juegos mentales (como los crucigramas o las actividades de memoria) o aprender nuevas habilidades puede ayudar a



prevenir el deterioro cognitivo asociado con el envejecimiento.

Adaptación al cambio

La capacidad de adaptarse a los cambios es clave para la salud mental en la vejez, los adultos mayores que son flexibles y que encuentran formas de aceptar los cambios en sus vidas, como el envejecimiento físico o la muerte de seres queridos, suelen tener una mejor salud psicológica. El uso de técnicas de afrontamiento adaptativas, como la reestructuración cognitiva, puede ser útil en este proceso.

Mantener un propósito de vida

Tener un propósito claro en la vida, ya sea

a través de la familia, el voluntariado o una actividad que genere satisfacción, es esencial para la salud mental, es por el sentimiento de ser útil y valioso, independientemente de la edad, contribuye a la autoestima y a una visión positiva de la vida. Las investigaciones sugieren que las personas mayores que continúan con actividades significativas, como el voluntariado o el mentorazgo, tienen una mejor salud mental y física.

Intervenciones psicológicas adecuadas

La psicoterapia también puede jugar un papel crucial en el mantenimiento de la salud mental en la vejez. La terapia cognitivo-conductual (TCC) y otros

enfoques terapéuticos pueden ayudar a las personas mayores a manejar la depresión, la ansiedad y el duelo. Además, las intervenciones psicológicas también pueden ser efectivas para tratar el estrés relacionado con las enfermedades crónicas, los problemas de movilidad o las preocupaciones sobre la muerte.

El autocuidado es otro componente clave para una vida mentalmente saludable. Practicar la autorreflexión, el mindfulness y otras formas de relajación, meditación, pueden ser muy beneficiosas para las personas mayores. Estas prácticas ayudan a reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un estado emocional equilibrado.

El mindfulness, es una práctica que fomenta la conciencia del momento presente. Esta técnica ha demostrado ser eficaz en la reducción del estrés y la mejora de la salud mental en diversas edades, y especialmente en la vejez. A través de la meditación, los adultos mayores pueden aprender a manejar mejor la

ansiedad y a mejorar su bienestar general.

La autocompasión, que implica ser amable y comprensivo con uno mismo frente a las dificultades, es una habilidad importante en la vejez, aprender a aceptar los cambios en el cuerpo y la mente, sin juzgarse ni castigarse, puede reducir el riesgo de trastornos emocionales y fomentar un envejecimiento más positivo.

El envejecimiento no tiene que significar una disminución inevitable en la salud mental. Al adoptar estrategias adecuadas, como mantener relaciones sociales, participar en actividades físicas y mentales, o aceptar los cambios con una actitud positiva, las personas mayores pueden disfrutar de una buena salud mental y una calidad de vida elevada. Es fundamental que tanto los profesionales de la salud como las propias personas mayores se concentren en estos factores protectores para que el proceso de envejecimiento sea lo más saludable y satisfactorio posible.

ATENCIÓN MÉDICA

SERVICIO GRATUITO

Atención previa cita

- Medicina general
- Consulta
- Evaluación
- Prevención

Mayor información
099 076 4565

Dirección:
Cda. El Palmar, diagonal a las canchas múltiples

Pareja es atacada en Santa Marianita, Manta

SUJETOS DESCONOCIDOS AGREDEN A JOVEN PAREJA EN LA MADRUGADA; VÍCTIMAS ESTÁN ESTABLES

TVD. - Una pareja de jóvenes fue atacada por sujetos desconocidos en la parroquia de Santa Marianita, en la ciudad de Manta, durante la madrugada de hoy.

Según informes preliminares, el hecho ocurrió alrededor de las 3:00 am, cuando la pareja, identificada como Luis M. de 23 años y Karla T. de 25 años, se encontraba en un vehículo particular. Los agresores, cuyas identidades aún no han sido reveladas, atacaron a la pa-

reja, quien logró trasladarse a una casa de salud para recibir atención médica.

Agentes de la Policía Nacional y personal de la DINASEC llegaron al lugar para verificar las novedades y tomar declaraciones. Según fuentes policiales, ambos jóvenes se encuentran en estado estable y fuera de peligro.

La investigación sobre el caso continúa, y las autoridades buscan identificar y capturar a los responsables del ataque.



Auto atacado por sujetos armados en la calle Necochea, en el centro de Quito.

Balacera en el centro de Quito

HOMBRE ASESINADO Y DOS HERIDOS

TVD. - Un hombre de 38 años fue asesinado ayer en la calle Necochea, en el centro de Quito, luego de que sujetos a bordo de motocicletas abrieron fuego contra el auto en el que se encontraba.

Según testigos, el hecho ocurrió en la intersección de la calle Necochea con los sectores de San Diego y Los Dos Puentes. La víctima estaba en un auto junto a otras personas cuando fue blanco del ataque armado.

“Escuchamos varios disparos y luego vimos a un joven pidiendo ayuda en media vía”, relató un morador del sector.

Los videos difundidos por Ecuavisa muestran a un joven solicitando ayuda mientras se encuentra herido en la calle. Otros ocupantes del auto también resultaron heridos.

La Policía Nacional y personal de emergencia llegaron rápidamente al lugar para atender a los heridos y tomar declaraciones. La investigación sobre el caso continúa, y las autoridades buscan identificar y capturar a los responsables del ataque.

Este hecho ha generado conmoción en la comunidad y ha puesto en alerta a las autoridades sobre la necesidad de reforzar la seguridad en el sector.

En Loja

SINIESTRO DE TRÁNSITO DEJA DOS MUERTOS Y TRES HERIDOS

TVD. -Un trágico siniestro de tránsito ocurrido en la vía a Jimbilla dejó como saldo dos personas muertas y tres heridas. El incidente fue reportado por el Servicio Integrado de Seguridad ECU 911, que informó sobre el accidente ocurrido la tarde de este lunes.

De acuerdo con las imágenes compartidas por el ECU 911, un vehículo liviano cayó por una pendiente, quedando completamente destrozado tras el impacto. El personal del Cuerpo de Bomberos de Loja acudió rápidamente al lugar del accidente para atender la emergencia y proceder con el rescate de los cuerpos.

Los medios locales señalaron que el conductor del vehículo aparentemente perdió el control del automotor, lo que causó que se precipitara al abismo. En el siniestro también resultaron heridas tres personas, quienes fueron trasladadas a hospitales cercanos para recibir atención médica.

Las autoridades locales y el ECU 911 continúan con las investigaciones para determinar las causas exactas del accidente. Este suceso ha conmocionado a la comunidad local, que se encuentra en luto por las víctimas fatales y preocupada por la seguridad en las carreteras de la región. Se hace un llamado a la prudencia y al respeto de las normas de tránsito para evitar más tragedias en las vías.



Un trágico siniestro de tránsito ocurrido en la vía a Jimbilla

En Machala

CAPTURAN A PRESUNTO SICARIO MENOR DE EDAD POR TRIPLE ASESINATO

Un triple asesinato ocurrido el pasado 20 de enero en una chifa de la ciudad de Machala ha conmocionado a la comunidad local. El ataque, registrado por cámaras de seguridad del restaurante, mostró cómo un sicario disparó a quemarropa contra tres jóvenes que se encontraban en el interior del local, rematándolos en el suelo antes de huir en una motocicleta.

El miércoles 22 de enero, la Policía Nacional logró la captura de un menor de 16 años, quien, según sus propias palabras, cometió el crimen debido a una situación desesperante: “Lo hice porque mi mujer está embarazada”, expresó el presunto sicario al ser detenido. Esta declaración ha generado gran indignación, ya que evidencia la precariedad y desesperación que orillaron a un joven a involucrarse en un acto tan violento.

Junto al menor de edad, fueron capturados otros dos adultos implicados en el crimen. Las autoridades continúan con las investigaciones para esclarecer

todos los detalles del caso y determinar las responsabilidades de cada uno de los involucrados en este asesinato múltiple.

El hecho ha generado un debate sobre la violencia juvenil y la creciente participación de menores de edad en actos criminales. La confesión del menor ha puesto en evidencia la realidad de muchos jóvenes que, debido a diversas circunstancias sociales y económicas, terminan involucrándose en delitos graves. Las autoridades locales instan a la comunidad a unirse en esfuerzos para prevenir la violencia y ofrecer alternativas a los jóvenes en situaciones de vulnerabilidad.

El caso sigue bajo investigación para determinar el móvil completo del crimen y asegurar que todos los responsables enfrenten la justicia. La Policía Nacional refuerza su compromiso con la seguridad ciudadana, mientras se aguarda más información sobre el desarrollo del caso.



Otra víctima de la violencia en Santa Elena

XIMENA CHOEZ ASESINADA A TIROS

TVD.- La violencia sigue azotando la provincia de Santa Elena. Ximena Chóez, de 27 años, fue asesinada a tiros en el barrio Abdón Calderón del cantón La Libertad. Los sicarios, que se movilizaban en una motocicleta, le dispararon en la cabeza, terminando con su vida de manera instantánea. Este es el 17° asesinato bajo la modalidad de sicariato en Santa Elena en lo que va del mes de enero. La ciudadanía vive con temor y exige respuestas y acciones contundentes contra la inseguridad.

En Manta

Joven de 18 años asesinada

TVD.- Una joven de 18 años, identificada como Keyla Pilay, perdió la vida en un ataque armado en el barrio Los Geranios de Manta. El hecho ocurrió en la tarde de hoy, y según informes preliminares, la víctima recibió disparos que le causaron la muerte de forma instantánea.

La Policía Nacional y personal de emergencia llegaron rápidamente al lugar para atender la situación y tomar declaraciones. La investigación sobre el caso continúa, y las autoridades buscan identificar y capturar a los responsables del atentado. La noticia sigue en desarrollo y se proporcionarán más detalles a medida que estén disponibles.



En Manta

MUERE WILSON DESPUÉS DEL ATENTADO EN CIUDADELA EL DIVINO NIÑO

TVD. - En la noche del martes 21 de enero, un atentado violento dejó un saldo trágico de tres personas fallecidas en la ciudadela Divino Niño, situada sobre la calle 405 y avenida 408. El ataque cobró la vida de Franklin Miguel Vera Santos, de 38 años, y Elvis Stalin Solórzano Zambrano, también de 38 años, quienes no sobrevivieron a los impactos de bala. El tercer fallecido, Wilson Javier Alvarado Álava, de 33 años, se encontraba ingresado desde ese mismo día en el hospital Rodríguez Zambrano, donde lamentablemente se reportó su deceso en la tarde de este jueves.

Hasta el momento, la cifra de víctimas mortales relacionadas con hechos de violencia asciende a 38 personas, reflejando la creciente preocupación por la inseguridad en la zona. Sin embargo, entre los involucrados en este atentado, el único sobreviviente es Ángel S., de 63 años, quien milagrosamente se encuentra con vida.

La comunidad local se encuentra en shock ante este nuevo episodio de violencia, mientras las autoridades investigan las causas y responsables del ataque. Se espera que en las próximas horas se den más detalles sobre este suceso y se tomen acciones para garantizar la



Wilson Javier Alvarado Álava, de 33 años

seguridad en la región.

La ciudadanía exige respuestas y medidas contundentes para frenar la ola de violencia que afecta a la ciudad, así como una mayor presencia de las fuerzas de seguridad en las calles para proteger a la población.

Ataque a tiros en Manta

Héctor C. resulta herido en intento de robo de motocicleta

TVD._ Un hombre identificado como Héctor C. resultó herido de gravedad después de recibir varios impactos de arma de fuego en el tórax en el barrio Jipijajapa de Manta. Según testigos, el ataque ocurrió cuando unos delincuentes intentaron robar su motocicleta.

Héctor C. fue trasladado rápidamente a una casa de salud, donde se encuentra en estado estable. La Policía Nacional ha iniciado una investigación para capturar a los responsables del ataque. La comunidad local se encuen-

tra en estado de alerta después de este incidente.



En Montecristi, sector Santa Cecilia de Leónidas Proaño

HOMBRE ASESINADO IDENTIFICADO COMO KEVIN MACIAS

TVD.- Un hombre fue asesinado a tiros en el sector Santa Cecilia de Leónidas Proaño, perteneciente al cantón Montecristi. La víctima, identificada como Kevin Macías, caminaba por el sector cuando fue interceptado por sujetos desconocidos que le dispararon repetidamente, quitándole la vida de forma instantánea.

Además, su esposa e hijas resultaron heridas en el ataque. La Policía Nacional y personal de emergencia llegaron rápidamente al lugar para atender a las víctimas y tomar declaraciones.

La investigación sobre el caso continúa, y las autoridades buscan identificar y capturar a los responsables del atentado. La noticia sigue en desarrollo y se proporcionarán más detalles a medida que estén disponibles.