

● INTERNACIONALES

**EL PAPA FRANCISCO SUFRE EPISODIOS DE INSUFICIENCIA RESPIRATORIA**



**Pág. 7**

● ECUADOR

**LLUVIAS AFECTAN MÁS DE 29 KM DE VÍAS EN ECUADOR Y CAUSAN DAÑOS EN PUENTES**



**Pág. 6**

● MANABÍ

**PRIMERA DAMA, LAVINIA VALBONESI REALIZA VISITA HISTÓRICA A TOSAGUA**



**Pág. 5**

## TARQUI, LA PLAYA PARTE DEL FERIADO DE LOS MANTENSES Y TURISTAS



*Niños jugando en la playa de Tarqui para disfrutar del último día de Carnaval. (Fuente: Archivo)*

**Pág. 4**



**La intervención inmediata en Santa Maríanita permitió restaurar la normalidad en la parroquia y permitir el acceso a los turistas. (Fuente: Archivo)**



**La maquinaria de la Alcaldía de Manta trabajó arduamente para despejar toneladas de material desplazado en la vía que conecta Santa Maríanita con Pacoche. (Fuente: Archivo)**

## Intervención inmediata en Santa Maríanita

TVD.- Este martes 4 de marzo, último día de carnaval, fuertes lluvias provocaron el deslizamiento de lodo y piedras sobre la vía que conecta la cabecera parroquial de Santa Maríanita con Pacoche. La situación se tornó crítica, ya que el material desplazado llegó hasta el malecón de esta parroquia rural, muy visitado por turistas. La asistencia inmediata de

personal y maquinarias de la Alcaldía de Manta fue fundamental para despejar la vía y permitir el paso regular de vehículos. Gracias a esta oportuna acción, se logró el desarrollo normal de las actividades previstas en esta área turística. La maquinaria de la Alcaldía de Manta trabajó arduamente para despejar toneladas de material desplazado. La labor

no fue fácil, pero gracias a la coordinación y el esfuerzo de los trabajadores, se logró restaurar la vía y permitir el acceso a la parroquia. Aunque la situación en la vía ha sido controlada, hacia las montañas sigue lloviendo, por lo que la maquinaria continuará su labor en estos días. La tarea consiste en limpiar los 15 badenes en la vía, que funcio-

nan como vados en un cauce, permitiendo el paso de vehículos sobre el caudal de agua. La presidenta de la Junta Parroquial de Santa Maríanita, Leonela Zambrano, expresó su agradecimiento a la Alcaldía de Manta por su rápida respuesta ante la emergencia<sup>1</sup>. La coordinación entre las autoridades locales y la Alcaldía de Manta fue fundamental para resolver la

situación de manera eficiente. La intervención inmediata en Santa Maríanita es un ejemplo de la importancia de la coordinación y la rápida respuesta ante situaciones de emergencia. Gracias a la labor de la Alcaldía de Manta y las autoridades locales, se logró restaurar la normalidad en la parroquia y permitir el acceso a los turistas.

## Manta, el destino favorito del Carnaval

TVD.- Miles de personas se dieron cita en la ciudad de Manta para disfrutar de una fiesta cargada de energía y buena música en el Mariana Fest. La playa de El Murciélago se convirtió en el punto de encuentro de quienes buscaban

sentir la diversión de este feriado. La fiesta contó con la participación de 6 DJs nacionales y 3 extranjeros, quienes hicieron que la multitud bailara y disfrutara de la música durante todo el día. Turistas de Santo Do-

mingo, Quito, Guayaquil y también de otros países llegaron a Manta para ser parte de este espectáculo. La organización del evento aseguró que todo estuviera listo para que los asistentes disfrutaran de una fiesta segu-

ra y divertida. La playa de El Murciélago se llenó de colores y sonidos, creando un ambiente festivo que hizo que todos se sintieran parte de la celebración. La fiesta del Carnaval en Manta fue un éxito rotundo,

y la ciudad demostró una vez más por qué es el destino favorito de muchos para disfrutar de este feriado. La música, la diversión y la belleza de la playa de El Murciélago hicieron que este Carnaval sea inolvidable.



**Los DJs nacionales y extranjeros hicieron que la multitud bailara y disfrutara de la música durante todo el día. (Fuente: Archivo)**



**La playa de El Murciélago se convirtió en el punto de encuentro de quienes buscaban sentir la diversión del Carnaval. (Fuente: Archivo)**

## Carnaval 2025

# Un feriado de diversión y celebración en Ecuador

TVD.- El fin de semana del carnaval en Ecuador fue un momento de gran diversión y celebración en todo el país, y Manta se convirtió en el epicentro de la fiesta. La ciudad portuaria se llenó de música, color y alegría, y miles de personas se reunieron para disfrutar del feriado.

El Mariana Fest, celebrado en la playa de El Murciélagu, fue uno de los eventos más destacados del carnaval en Manta. La fiesta electrónica contó con la presencia de DJs nacionales y extranjeros, y miles de personas bailaron y disfrutaron de la música hasta altas horas de la madrugada.

La DJ española BJones fue una de las artistas que se presentó en el Mariana Fest, y deleitó al público con sus mezclas y ritmos contagiosos. La artista se quedó enamorada de la buena vibra de los mantenses y sus turistas, y aseguró

que Manta es uno de los lugares más divertidos y acogedores que ha visitado.

Además del Mariana Fest, otros eventos como El Carnavalazo y el Festival Extremo de Motores también se celebraron en Manta durante el fin de semana del carnaval. El Carnavalazo contó con la presencia de varios artistas y grupos musicales, y el Festival Extremo de Motores reunió a más de 90 competidores que corrieron sus motos y carros 4x4 en un circuito especialmente diseñado para la ocasión.

La celebración del carnaval en Manta también contó con la presencia de turistas de todo el país y del extranjero. La ciudad portuaria se convirtió en el destino favorito de muchos durante el fin de semana del carnaval, y los hoteles y restaurantes de la zona se llenaron de personas que buscaban disfrutar de la fiesta.



**Los ecuatorianos disfrutaron de la música y el ambiente en la Playa del Murciélagu.**

La Alcaldía de Manta y varias empresas locales se unieron para organizar los eventos del carnaval en la ciudad, y aseguraron que la celebración fue un éxito

rotundo. La seguridad y el orden público fueron garantizados en todo momento, y los turistas y locales pudieron disfrutar de la fiesta sin incidentes.

La celebración del carnaval en Manta también contó con la presencia de varios grupos de danza y música que se presentaron en la playa de El Murciélagu y en otros lugares de la ciudad. Los grupos de danza y música deleitaron al público con sus coreografías y ritmos contagiosos, y contribuyeron a crear un ambiente de alegría y diversión en la ciudad.

La celebración del carnaval en Manta fue un éxito rotundo, y la ciudad portuaria se convirtió en el epicentro de la fiesta en Ecuador. La música, la danza y la diversión

fueron los ingredientes principales de una celebración que será recordada por mucho tiempo.



**Niños celebran el carnaval con espuma en el barrio Perpetuo Socorro.**



**Miles de personas se reunieron en Manta para disfrutar del carnaval. (Fuente: Archivo)**

# Tarqui, la playa parte del feriado de los Mantenses y turistas



**Familias se reunieron en la playa de Tarqui para disfrutar del último día de Carnaval. (Fuente: Archivo)**

TVD.- La playa de Tarqui sigue siendo una de las favoritas de los mantenses y turistas que visitan la ciudad de Manta. Este martes 4 de marzo, último día de Carnaval, la playa se llenó de miles de personas que buscaron disfrutar del sol, la arena y el mar.

La familia Intriago, del barrio San Pedro, fue una de las muchas familias mantenses que eligió Tarqui para disfrutar del último

día de Carnaval. “No cambiamos nuestras playas por nada”, aseguraron los Intriago, quienes se unieron a los turistas que llegaron a la ciudad para disfrutar de la fiesta.

La gran afluencia de personas a la playa de Tarqui ha sido una gran oportunidad para los trabajadores autónomos de la zona, quienes han podido fortalecer sus economías gracias a la venta de comida, bebidas y souvenirs. La playa

se convirtió en un lugar de encuentro y diversión para todos.

La celebración del Carnaval en la playa de Tarqui ha sido un éxito rotundo, y los mantenses y turistas que la visitaron se llevaron recuerdos inolvidables de la fiesta. La playa de Tarqui sigue siendo una de las favoritas de la ciudad de Manta, y es un lugar que no puede faltar en la agenda de cualquier turista que visite la zona.

## La espuma y el agua, protagonistas del Carnaval en Manta

TVD.- La espuma ha sido la sensación en este feriado de Carnaval en Manta. Niños y adultos han disfrutado de la diversión imparable en El Espigón y en el Mega-

parque, donde la espuma ha sido el elemento principal de la celebración.

En el último día de Carnaval, la diversión continuó en el sector

de la pileta del Megaparque, donde la agua también fue aprovechada para pasarla bien. Los calores no fueron un obstáculo para que los mantenses y turistas se divirtieran en la pileta, que se convirtió en un lugar de encuentro y diversión para todos.

La celebración del Carnaval en Manta ha sido un éxito rotundo, y la espuma y el agua han sido los protagonistas de la fiesta. Los niños y adultos han disfrutado de la diversión imparable en los diferentes lugares de la ciudad, y se han llevado recuerdos inolvidables de la celebración.

La diversión y la alegría han sido las características principales del Carnaval en Manta, y la espuma y el agua han sido los elementos que han hecho posible la celebración. Los mantenses y turistas se han unido para disfrutar de la fiesta, y han creado un ambiente de diversión y alegría que será recordado por mucho tiempo.



**Familiares en el Megaparque, en el último día de Carnaval. (Fuente: Archivo)**



**Niños y adultos se divirtieron con la espuma y el agua en el Megaparque, en el último día de Carnaval. (Fuente: Archivo)**

## Alcaldía de Rocafuerte actúa frente a crecidas de ríos

Ante el aumento del nivel de los ríos en el cantón Rocafuerte, el equipo de camiones de la alcaldía ha realizado una intervención urgente entre los puentes de Lulú y Sacon, retirando la palizada que bloqueaba el paso del agua. En la Quebrada San Marcos, ya se han limpiado 250 metros, y se conti-

nuará avanzando para reducir riesgos y mejorar el cauce.

Estas acciones son fundamentales para mitigar los efectos de la temporada invernal y prevenir mayores afectaciones en el cantón. Continuamos en alerta y comprometidos con la seguridad de todos.



Como cada año, la temporada invernal obstruye los caudales de la provincia



Maquinaria interviniendo en la limpieza de los ríos.

## Primera dama visita el cantón Tosagua y brinda apoyo

La primera dama, Lavinia Valbonesi A., visitó la parroquia Ángel Pedro Giler durante el reciente feriado, acompañada de su brigada médica, que está recorriendo diversas localidades del país. En esta ocasión, la comitiva llegó al cantón Tosagua y sus alrededores, con el objetivo de llevar apoyo a las comunidades más necesitadas.

Durante su visita, la esposa del actual presidente, se desplazó hasta las comunidades de La Pastora y Las Cañitas, donde entregó kits de asistencia a los habitantes de estos sec-

tores, como parte de su compromiso con el bienestar de los pobladores. Este gesto marca un hito en la historia, ya que es la primera vez que una primera dama visita esta parroquia, subrayando el enfoque de su gestión en brindar apoyo a todas las zonas del país, especialmente a las más vulnerables.

Visita de Lavinia y el contacto con pobladores del cantón. (TeveTosagua)



Gad de Tosagua

## En Tosagua

### Plan emergente invernal garantiza abastecimiento de agua

En el cantón Tosagua, como parte del Plan Emergente Invernal, se ha implementado el suministro de agua potable mediante el uso de tanqueros en varias áreas afectadas. Esta acción busca atender de manera inmediata las necesidades de los habitantes del

cantón, garantizando que las familias cuenten con el vital líquido durante la temporada invernal. El plan continúa en ejecución para cubrir todos los sectores y asegurar el bienestar de la comunidad frente a los retos que presenta esta época del año.





## Gobierno celebra sentencia en el caso Purga: 'La era de los intocables ha terminado'

TVD.- El Ministerio de Gobierno de Ecuador se congratuló por la sentencia dictada el 3 de marzo de 2025, que condenó a 13 años y cuatro meses de prisión a Pablo Muentes, Fabiola Gallardo y Johann Marfetán por delincuencia organizada en el caso Purga. El Gobierno destacó que esta sentencia es un paso hacia la liberación de la justicia de la injerencia política y las mafias que la manipulan para obtener favores.

El tribunal consideró a los condenados como cabecillas de una

estructura delictiva que perjudicó la seguridad pública y agravó su pena por desempeñar funciones públicas. El Gobierno señaló que Ecuador no debe repetir casos de corrupción como los de Muentes, Terán o Glas, que simbolizan una política decadente.

Además, la Corte también dictó penas a otros jueces involucrados y exoneró a tres procesados. El Ministerio de Gobierno enfatizó que esta sentencia marca el fin de la impunidad en el país.

## Gobierno ajusta acuerdo sobre campo Sacha, pero sigue generando críticas

TVD.- El gobierno de Ecuador ajustó la participación del Estado en el campo Sacha, tras críticas por su adjudicación directa al consorcio Sinopetrol. El Estado recibirá un 19% de la producción si el precio del petróleo es de hasta USD 30 por barril, y hasta un 26,5% si el precio supera los USD 120. La

Asociación de Trabajadores de la Energía criticó la medida, considerándola una apropiación disfrazada de desarrollo. El Ministerio de Energía defendió el acuerdo, destacando la necesidad de modernizar el campo, y anunció un bono de USD 1.500 millones para emergencias y gasto social.



## Riesgo país de Ecuador: 16 años marcados por inestabilidad política y protestas sociales

TVD.- El riesgo país de Ecuador alcanzó los 1.370 puntos el 27 de febrero de 2025, reflejando la incertidumbre económica tras las elecciones de febrero. Este indicador mide la capacidad del país para cumplir con sus deudas. En los últimos 16 años, Ecuador ha enfrentado crisis económicas, incluido un default en 2008, lo que disparó el

riesgo país a más de 5.000 puntos. La inestabilidad política y los levantamientos sociales han aumentado el riesgo, ya que la falta de continuidad en políticas y cambios de gobierno afectan la confianza de los inversionistas. Esto eleva las tasas de interés a niveles altos, complicando el acceso a financiamiento internacional.



## Lluvias afectan más de 29 km de vías en Ecuador y causan daños en puentes

TVD.- Las intensas lluvias en Ecuador han afectado más de 29 kilómetros de vías, especialmente en Guayas, Manabí y Los Ríos. En estas provincias, se están realizando trabajos de limpieza de alcantarillas, cunetas y despeje de derrumbes en varias carreteras. Además, 15 puentes presentan daños, y tres están destruidos. El Ministerio de Trans-

porte y Obras Públicas (MTO) y las autoridades locales están trabajando para habilitar las rutas afectadas, mientras la Secretaría Nacional de Gestión de Riesgos mantiene alerta roja en varias provincias y naranja en otras. La situación es crítica, pero las principales vías en Pichincha, Napo y Orellana están habilitadas para circulación.



## El Caribe ante la oportunidad histórica de liderar la integración regional

TVD.- El Caribe tiene una oportunidad histórica para liderar

el espacio de integración regional, destacó. Actualmente, cinco

países suramericanos están gobernados por líderes progresistas:

Lula da Silva (Brasil), Luis Arce (Bolivia), Gabriel Boric (Chile), Gustavo Petro (Colombia) y Yamandú Orsi (Uruguay).

### Venezuela en el centro del debate

Ramdin y Lezcano difieren sobre la crisis venezolana. Ramdin aboga por un «diálogo» con Maduro, mientras que Lula y Petro también defienden esta vía. Ramírez, en cambio, pide que la OEA trabaje para que Venezuela, Cuba y Nicaragua «regresen a la democracia».



## Pedro Castillo inicia juicio sin abogado, rechazando el proceso como 'farsa'

TVD.- Pedro Castillo comenzó este martes su juicio oral por el intento de golpe de Estado de 2022, pese a rechazarlo como una «farsa» y presentarse sin abogado. En su carta, publicada en redes sociales, negó los delitos que se le imputan, afirmando que su discurso no fue un mensaje a la nación y que no hubo levantamiento armado. Castillo pidió que su mensaje fuera leído en la audiencia y rechazó la defensa pública. La jueza asignó un defensor público debido a su negativa a tener abogado. Castillo enfrenta 34 años de cárcel por rebelión, abuso de autoridad y perturbación a la tranquilidad pública.

## El papa Francisco sufre episodios de insuficiencia respiratoria

TVD.- El papa Francisco ha sufrido dos episodios de insuficiencia respiratoria aguda debido a la acumulación de mucosidad en sus pulmones. A pesar de esto, se mantiene «lúcido y orientado». Los médicos han tenido que realizar broncoscopias

y retomar la ventilación mecánica «no invasiva» para ayudarlo a respirar.

Francisco, de 88 años, está hospitalizado desde el 14 de febrero por una bronquitis con infección polimicrobiana y neumonía bilateral. Su estado sigue siendo «re-

servado», aunque los médicos informan que la crisis actual ha sido controlada.

El pontífice ha cancelado la presidencia de los ritos del Miércoles de Ceniza y se desconoce cómo se llevarán a cabo los ejercicios espirituales de Cuaresma. Por ter-

cer domingo consecutivo, no pronunció el mensaje del Ángelus, pero agradeció a los médicos y a las personas que rezan por su recuperación.



## Canadá responde a los aranceles de EE.UU. con represalias y amenaza con medidas no arancelarias

TVD.- El primer ministro de Canadá, Justin Trudeau, calificó como «injustificada» la decisión de Donald Trump de imponer aranceles a los productos canadienses y anunció represalias inmediatas. Canadá aplicará un 25% de aranceles a productos estadounidenses por un valor de USD 30.000 millones y, si EE.UU. mantiene los aranceles del 10% a la energía y del 25% al resto de productos canadienses, su gobierno impondrá gravámenes adicionales a USD 125.000 millones en 21 días.

Trudeau advirtió que Canadá también está considerando medidas no arancelarias, como la interrupción de las exportaciones de energía, lo que afectaría a millones de hogares en

el norte de EE.UU. Además, subrayó que los aranceles estadounidenses violan un acuerdo previamente negociado por Trump. Canadá ha reforzado la seguridad fronteriza y ha logrado frenar casi por completo el tráfico de fentanilo hacia EE.UU.





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

Facebook: MiliOrdonezAjna  
Instagram : @miliordonez\_oficial



**Milly Ordóñez**

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

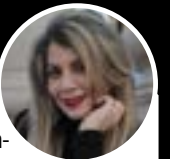
## Energía de Urano y su Influencia en Cada Signo Zodiacal

Soy Milly

## Horóscopo de Milly

Instagram: @MILIORDONEZ\_OFICIAL

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



**Aries (21 de marzo - 19 de abril):**  
Hoy es un día para enfocarte en tus metas personales. Puede que te sientas más impulsivo de lo habitual, pero recuerda que la paciencia también es una virtud. Tómate un tiempo para evaluar tus próximos pasos antes de actuar.



**Libra (23 de septiembre - 22 de octubre):**  
Las relaciones sociales estarán en el centro de atención. Podrías hacer nuevas conexiones que te ayuden en el futuro, o fortalecer las relaciones existentes. Aprovecha para compartir tus ideas y proyectos con los demás.



**Tauro (20 de abril - 20 de mayo):**  
Este miércoles trae una energía de introspección. Puedes sentirte más conectado con tu ser interior y con lo que realmente deseas en la vida. Aprovecha este momento para reflexionar sobre tu bienestar emocional.



**Escorpio (23 de octubre - 21 de noviembre):**  
La energía de hoy te invita a tomar responsabilidad en el ámbito profesional. Tu enfoque y determinación serán la clave para avanzar en tus metas. No dudes en dar ese paso firme hacia el futuro.



**Géminis (21 de mayo - 20 de junio):**  
La comunicación será clave hoy. Es posible que tengas una conversación importante que pueda abrir nuevas puertas o resolver malentendidos. Confía en tus palabras, pero también escucha con atención.



**Sagitario (22 de noviembre - 21 de diciembre):**  
Hoy es un buen día para aprender algo nuevo o expandir tus horizontes. Ya sea a través de un viaje, un curso o una nueva actividad, tu mente estará especialmente receptiva a nuevas ideas y perspectivas.



**Cáncer (21 de junio - 22 de julio):**  
Este es un buen momento para revisar tus finanzas y asegurarte de que estás en el camino correcto. Si tienes algún proyecto en mente, podría ser el momento adecuado para dar ese primer paso, pero hazlo de forma estructurada.



**Capricornio (22 de diciembre - 19 de enero):**  
Los asuntos emocionales podrían demandar tu atención hoy. La clave será encontrar el equilibrio entre lo que sientes y lo que piensas. Puede que debas dejar atrás una situación del pasado para avanzar.



**Leo (23 de julio - 22 de agosto):**  
Hoy es un día para brillar. Las personas a tu alrededor podrían verte con nuevos ojos y se te ofrecerán oportunidades para destacar en lo que haces. Aprovecha tu energía positiva y sé el líder natural que eres.



**Acuario (20 de enero - 18 de febrero):**  
Hoy, tus relaciones con los demás serán cruciales. Estarás más en sintonía con tus seres queridos y colegas, lo que te permitirá hacer conexiones más profundas. Sé auténtico y no temas compartir lo que piensas.



**Virgo (23 de agosto - 22 de septiembre):**  
Puede que te sientas un poco nostálgico o reflexivo hoy. Es un buen momento para dejar ir viejos patrones y hacer espacio para lo nuevo. La autocompasión y el autocuidado serán esenciales para tu bienestar.



**Piscis (19 de febrero - 20 de marzo):**  
Tu salud física y mental podría estar en el centro de tu atención hoy. Es un buen día para enfocarte en tus hábitos y asegurarte de que te estás cuidando bien. Si te sientes agotado, no dudes en tomarte un descanso.

**¡Que tengas un día lleno de luz y buenas energías!**





# ¡WOW! 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 Brighton de Pervis Estupiñán enfrentará al Nottingham Forest en cuartos de final de la FA Cup

TVD.- El Brighton de Pervis Estupiñán ya conoce a su rival para los cuartos de final de la FA Cup: se medirá contra el Nottingham Forest el sábado 29 de marzo. Las gaviotas avanzaron a esta instancia tras vencer al Newcastle 2-1 en tiempo extra, mientras que el Nottingham superó al Ipswich Town por penales.

En la Premier League, Brighton se mantiene en la mitad de la tabla, lejos de los puestos de clasificación a torneos internacionales, pero busca su primer trofeo de la temporada. Otros partidos de los cuartos de final incluyen: Fulham vs. Crystal Palace, Preston North End vs. Aston Villa y Bournemouth vs. Manchester City.

## Emelec busca acuerdo con Leonel Álvarez para evitar demanda ante la FIFA

TVD.- La directiva de Emelec, encabezada por Jorge Guzmán, inició conversaciones con Leonel Álvarez para evitar una demanda ante la FIFA por el despido unilateral del entrenador colombiano. Álvarez aún tiene deudas pendientes con el club, derivadas de su salida al inicio de temporada por incumplimiento de contrato.

A pesar de que la propuesta de la anterior directiva fue rechazada por ser insuficiente, Álvarez está dispuesto a llegar a un acuerdo para no demandar a Emelec. La rescisión de su contrato fue por USD 600,000. Después de su salida, el club contrató a Jorge Célico.



## Óscar Zambrano tiene fecha para su audiencia en el TAS para reducir su sanción

TVD.- Óscar Zambrano ya conoce la fecha de su audiencia ante el Tribunal de Arbitraje Deportivo (TAS) para intentar reducir su sanción de 16 meses por dar positivo en clortalidona. La audiencia será el 13 de marzo, según confirmó Eduardo Álvarez, director deportivo de Liga de Quito.

Zambrano fue sancionado por la Conmebol en noviembre de 2024 tras dar positivo en un control an-

tidopaje durante la Recopa Sudamericana, pero su defensa asegura que el positivo fue por el consumo de un diurético tras una reacción alérgica. El volante ecuatoriano espera que el TAS reduzca su sanción para poder volver a jugar en 2025. Actualmente, Zambrano se encuentra cedido en el Hull City de Inglaterra, pero no juega desde noviembre debido a la suspensión.



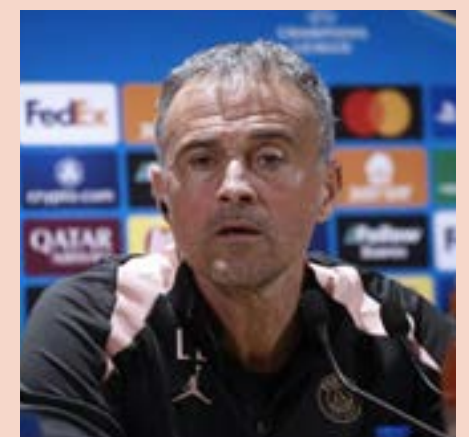
## Luis Enrique: 'Es una oportunidad de demostrar que tenemos un alto nivel en la Champions League'

TVD.- Luis Enrique, entrenador del PSG, analizó el difícil reto que representa el Liverpool en los octavos de final de la Champions League. Reconoció que el equipo inglés ha sido el mejor de Europa esta temporada, pero destacó que esto motiva aún más a su equipo para demostrar su calidad.

"Es una oportunidad de demostrar que también tenemos un alto nivel", dijo Luis Enrique, quien se mostró emocionado por el desafío. A pesar de la dificultad del rival, el entrenador español aseguró que PSG tiene estadísticas que están a la altura de los mejores equipos.

El partido de ida, que se jugará en el Parque de los Príncipes,

será clave, aunque Luis Enrique considera que la eliminatoria se decidirá en Anfield la próxima semana. También subrayó la importancia de la confianza en su equipo tras meses sin derrotas y el impacto que la afición puede tener en este duelo.






# CURSO DE PRACTICO DE UÑAS

→ INICIO 3 DE FEBRERO DE 2025

INFORMACIÓN  
**099 076 4565**




# Cursa de Extensiones DE PESTAÑAS PELO A PELO

→ INICIO 3 DE FEBRERO DE 2025

INFORMACIÓN  
**099 076 4565**

## Clave para el Bienestar Emocional

# La Importancia del Autocuidado en la Salud Mental

TVD.- El autocuidado es un concepto fundamental en la psicología moderna, particularmente en la prevención y tratamiento de trastornos emocionales y psicológicos. En la sociedad actual, donde las presiones laborales, familiares y sociales son constantes, se ha vuelto esencial encontrar momentos para cuidar de nuestra salud mental. Muchas veces se asume que el bienestar emocional depende únicamente de factores externos, pero la realidad es que gran parte de nuestra estabilidad emocional depende de cómo manejamos nuestro estrés,

nuestras emociones y nuestras relaciones.

Los expertos en psicología han enfatizado que el autocuidado no solo involucra el cuidado físico, como hacer ejercicio o comer saludablemente, sino también la atención a nuestras necesidades emocionales y psicológicas. Técnicas como la meditación, la escritura reflexiva y la práctica de la gratitud son herramientas poderosas que pueden ayudarnos a reducir el estrés y mejorar nuestra conexión con nosotros mismos. Este tipo de prácticas permite que las personas se desconecten



de las preocupaciones diarias y se centren en lo que realmente importa: su bienestar emocional.

Además, el autocuidado implica reconocer nuestros límites. En una cultura que a menudo valora el trabajo excesivo y la multitarea, es fácil sobrecargarse de responsabilidades. La psicología muestra que no saber poner límites puede llevar al agotamiento, a la ansiedad e incluso a la depresión. Aprender a decir "no" y a priorizar nuestras necesidades es esencial para mantener un equilibrio saludable en la vida. El autocuidado también se relaciona con la creación de hábitos saludables, como dormir lo suficiente, descansar y participar en actividades que nos generen placer y satisfacción.

La conexión social es otro aspecto clave del autocuidado. Las interacciones sociales positivas

son fundamentales para nuestra salud mental, ya que fomentan un sentido de pertenencia y apoyo. La psicología señala que las personas que mantienen relaciones saludables y de apoyo son más resilientes frente a las dificultades emocionales. Por ello, buscar espacios donde podamos compartir experiencias y sentimientos con amigos y seres queridos es un acto de autocuidado que fortalece nuestra estabilidad emocional.

El autocuidado también juega un papel preventivo en el tratamiento de enfermedades mentales. Diversos estudios psicológicos han demostrado que las personas que practican regularmente el autocuidado tienen menos probabilidades de desarrollar trastornos como la ansiedad o la depresión. Estas prácticas permi-

ten manejar de manera más efectiva los factores estresantes de la vida, evitando que se acumulen y se conviertan en problemas serios. Sin embargo, es importante destacar que el autocuidado no debe ser visto como un sustituto de la atención profesional en caso de ser necesario.

En conclusión, el autocuidado no es solo una moda, sino una herramienta poderosa para mantener nuestra salud mental. Al incorporar hábitos de autocuidado en nuestra rutina diaria, no solo mejoramos nuestra calidad de vida, sino que también fortalecemos nuestra capacidad para enfrentar los desafíos emocionales que se presentan. Cuidarnos a nosotros mismos no es un acto de egoísmo, sino una necesidad vital para vivir de manera plena y equilibrada.

**SERVICIO  
GRATUITO**

Atención previa cita

## ATENCIÓN MÉDICA

- ✓ Medicina general
- ✓ Consulta
- ✓ Evaluación
- ✓ Prevención

Mayor información

**099 076 4565**

Dirección

**Cdla. El Palmar, diagonal a las canchas múltiples**

En río Chico de Portoviejo

# Hallan cadáver de joven que murió

TVD.- Tras una búsqueda exhaustiva, los bomberos de Portoviejo encontraron el cadáver de un joven que murió en las aguas del río Chico en la provincia de Manabí. La tragedia ocurrió en una zona rural de la capital manabita, específicamente en el sector El Guasmo de la parroquia Alhajúela.

Según testigos, la víctima estaba en el río Chico cuando fue arrastrada por la corriente hasta el sector Pata de Pá-

jaro, del sector Bijagual de la parroquia Calderón. El suceso se reportó el domingo 2 de marzo, y desde entonces, los bomberos y moradores de la zona rural trabajaron juntos para localizar el cuerpo.

La búsqueda culminó este martes 4 de marzo, cuando los bomberos encontraron el cadáver del joven. Las autoridades están investigando las circunstancias que rodearon la tragedia.



Los bomberos de Portoviejo encontraron el cadáver del joven en el río Chico. (Fuente: Archivo)

En Yaguachi, Guayas

# Hallan cuerpo decapitado

TVD.- Un hecho violento ha conmocionado a la provincia del Guayas. En las últimas horas, fue hallado el cuerpo sin vida de un hombre decapitado en la Vía Panamericana, a la altura del redondel Los Bancos, en Yaguachi.

Según reportes preliminares, el hallazgo se realizó durante un operativo de la Policía Nacional, quienes acudieron al lugar tras alertas de transeúntes. El cuerpo presentaba severas lesiones y fue encontrado en una zona cercana a

vías de alto tránsito, lo que ha generado alarma entre los vecinos.

Las autoridades han acordonado la zona para realizar peritajes forenses y la Fiscalía ha iniciado indagaciones para esclarecer el crimen. Hasta el momento, no se ha revelado la identidad de la víctima ni posibles motivos del crimen.

**La Policía Nacional y la Fiscalía investigan el hallazgo de un cuerpo decapitado en Yaguachi, Guayas. (Fuente: Archivo)**



El presidente Daniel Noboa anunció la extensión del estado de excepción en varias provincias y cantones del país. (Fuente: Archivo)

En Ecuador

# Estado de Excepción se extiende por 30 días más

TVD.- El presidente Daniel Noboa emitió el Decreto Ejecutivo 552, mediante el cual se extiende por 30 días más el estado de excepción en varias provincias y cantones del país. Esta medida se tomó debido a la "grave conmoción interna" causada por grupos armados organizados.

Las provincias que seguirán bajo estado de excepción son Guayas, Los Ríos, Manabí, Orellana, Santa Elena, El Oro y Sucumbíos. Además, también se incluyen el Distrito Metropolitano

de Quito y el cantón Camilo Ponce Enríquez. El objetivo principal de esta medida es garantizar el orden público, la paz social y la convivencia pacífica de los ciudadanos.

La extensión del estado de excepción ha generado reacciones diversas en la población. Algunos consideran que es necesaria para garantizar la seguridad, mientras que otros critican la medida por considerar que afecta los derechos fundamentales de los ciudadanos.



En puerto de Guayaquil

## Decomisan más de 24 toneladas de ropa de contrabando

TVD.- En un operativo de control portuario, las Fuerzas Armadas del Ecuador y el Comando de Guardacostas descubrieron un cargamento de ropa de contrabando en Guayaquil. El hallazgo se produjo dentro de un contenedor que transportaba 522 pacas de mercadería, con un peso total de 24.012 kilogramos. Esta cantidad de ropa

iba a ser comercializada durante el carnaval.

La incautación es un golpe significativo contra el contrabando en el país. Las autoridades han estado trabajando arduamente para combatir este problema y garantizar la seguridad en el comercio marítimo. El operativo es parte de los esfuerzos continuos para pro-

teger la economía y los ciudadanos ecuatorianos.

Tras la incautación, la evidencia fue puesta a órdenes de la autoridad competente para su respectiva judicialización. Las autoridades seguirán ejecutando patrullajes en los puertos y fronteras del país para prevenir futuras actividades de contrabando.



El cargamento de ropa de contrabando incautado en el puerto de Guayaquil. (Fuente: Archivo)



Hasta el Centro Forense fueron trasladados los cuerpos de ambas mujeres a la espera que los familiares los reconozcan y retiren.

En Tungurahua

## Dos mujeres halladas sin vida en menos de 24 horas

TVD.- La provincia de Tungurahua se encuentra en estado de conmoción después de que dos mujeres fueran encontradas sin vida en menos de un día. El primer caso se registró en Quero, donde el cuerpo de una joven en estado de descomposición fue encontrado en una quebrada. La víctima, que aún no ha sido identificada, presentaba signos de violencia y tenía varios tatuajes que podrían ayudar a determinar su identidad.

El segundo caso se registró en Ambato, donde una mujer fue hallada suspendida de una puerta en pleno centro de la ciudad. La investigación sobre ambos casos está en curso, y las autoridades están trabajando para determinar las circunstancias que rodearon las muertes. La comunidad se encuentra alarmada por lo sucedido y espera que las autoridades puedan esclarecer los hechos lo antes posible.

La comunidad de Quero se encuentra especialmente conmovida por el hallazgo del cuerpo de la joven. Rodrigo Perugachi, morador del sector, expresó su preocupación sobre lo sucedido. Las autoridades continúan investigando ambos casos y piden a la ciudadanía que se mantenga atenta y colaboradora.

En Puerto El Carmen

## Enfrentamiento armado deja dos heridos durante evento de carnaval

TVD.- Un enfrentamiento armado se registró la noche del 2 de marzo de 2025, durante un evento por carnaval en Puerto El Carmen, provincia de Sucumbios. Según informes de la Policía, los disparos provenían desde el río Putumayo y habrían sido detonados por el grupo irregular Comandos de la Frontera.

El enfrentamiento armado dejó dos personas heridas, una con un disparo en la cabeza en la calle Simón Bolívar y otra cerca de la prevención de la Capitanía de

Puerto El Carmen, ubicada en la avenida Malecón. La Policía está investigando los hechos y busca identificar a los responsables del ataque.

La seguridad en la zona ha sido reforzada después del incidente, y las autoridades están trabajando para garantizar la seguridad de los ciudadanos y visitantes en la región. El evento de carnaval se suspendió temporalmente después del enfrentamiento, pero se reanudó posteriormente con medidas de seguridad adicionales.



La Policía y las autoridades están investigando el enfrentamiento armado en Puerto El Carmen. (Fuente: Archivo)