

## ¡CONGRESO AMPLÍA POR DOS MESES EL SUBSIDIO AL PRECIO DEL COMBUSTIBLE!

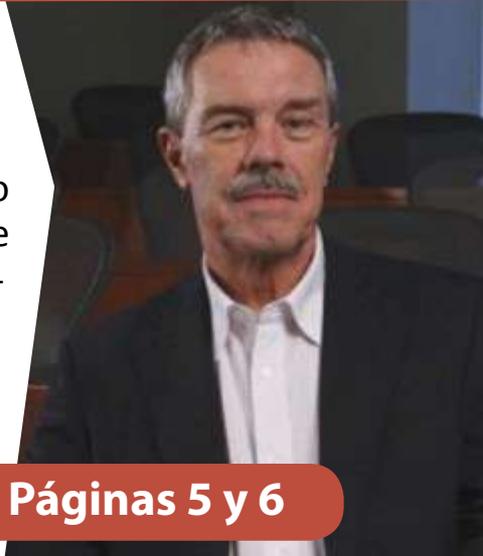
Los legisladores debatieron sobre: si ampliar el subsidio directo al precio o exonerar los impuestos. Al final, se decidieron por aprobar el decreto legislativo 28-2022, reformas a la Ley de Apoyo Temporal a los consumidores, que amplía por dos meses más el subsidio directo al precio de la gasolina diésel, regular y ahora se incluyó la superior.



Páginas 2 y 3

## LA JUNTA MONETARIA TARDE O TEMPRANO VA A SUBIR LA TASA DE INTERÉS: FRITZ THOMAS

En la entrevista Fritz Thomas dijo que La Junta Monetaria de Guatemala no querrá subir las Tasas de Interés, porque quieren que siga la fiesta...lo hará cuando vean que los índices de inflación real son peligrosos. Y no continúen basándose en los índices que ellos manejan, a los cuales no les da mucho crédito; porque no coinciden con la realidad de los precios de los productos en el mercado..



Páginas 5 y 6

## LEA HOY

**IMPORTANTE LLAMADO PARA FOMENTAR EL USO DEL CASCO ENTRE LOS MOTOCICLISTAS GUATEMALTECOS**

**ESTAMOS EN PROCESO DEL DESLUCIMIENTO DE LOS LOGROS ECONÓMICOS ALCANZADOS EN EL 2021**

**RUSIA REPORTA RENDICIÓN DE MILITARES ATRINCHERADOS EN MARIÚPOL**

**ASEGURADO EL ASCENSO...MIXCO VA POR EL TROFEO DE LA PRIMERA DIVISIÓN**

# ¡CONGRESO AMPLÍA POR DOS MESES EL SUBSIDIO AL PRECIO DEL COMBUSTIBLE!

En medio de un largo debate la mayoría de diputados se manifestó sobre el tema que tiene entre la espada y la pared a todos los guatemaltecos. El alto costo de los combustibles y sus derivados.

Los legisladores debatieron sobre: si ampliar el subsidio directo al precio o exonerar los impuestos. Al final, se decidieron por aprobar el decreto legislativo 28-2022, reformas a la Ley de Apoyo Temporal a los consumidores, que amplía por dos meses más el subsidio directo al precio de la gasolina diésel, regular y ahora se incluyó la superior.

Dicho apoyo beneficiará a los consumidores a partir del 31 de mayo con un descuento de Q.7.00 al galón de diésel, y de Q.5.00 al galón de gasolina regular y superior. Finalizará en el mes de julio.



## LEY DE APOYO TEMPORAL A LOS CONSUMIDORES DE DIÉSEL Y GASOLINAS REGULAR Y SUPERIOR

DECRETO 28-2022

Descuento por galón



## OPINIONES Y PROPUESTAS

Los legisladores enfatizaron que los altos costos son resultado de la variación de los precios internacionales y de los conflictos que afectan la economía del mundo.

## PARTIDO SEMILLA

Al respecto, el diputado Samuel Pérez, indicó la menor manera de ayudar era entregar directamente el subsidio a los consumidores.

*“La disminución de la oferta, lo que hace es aumentar el precio. Un subsidio aumenta la demanda, pero también aumenta el precio, por eso no está funcionando aquí”.* Aseguró.

Continúa en página 3

## ¡CONGRESO AMPLÍA POR DOS MESES EL SUBSIDIO AL PRECIO DEL COMBUSTIBLE!

### PARTIDO CREO

El diputado Cristian Álvarez dijo que no se pueden cerrar los ojos ante el incremento al costo de los combustibles, y que tiene severas formas de fiscalizarse.

*“Hay que exonerar los impuestos a los combustibles, de esta forma no habrá corrupción. No se vale que los guatemaltecos ahorren, mientras la clase política no se aprieta el cincho”, aseveró.*

### GRUPO PARLAMENTARIO DE OPOSICIÓN

El diputado Orlando Blanco expresó que *“no es descabellada la exoneración de impuestos al IVA, así como a los hidrocarburos. Agregó que la iniciativa presentada por el Ejecutivo únicamente beneficia a importadoras de gas propano e importadoras de combustibles”*.

### PARTIDO UNE

La parlamentaria Thelma Ramírez, aseguró que la población del departamento que ella representa le ha pedido que deben de aprobar el subsidio.

### BANCADA WINAQ

El legislador Adam Pérez y Pérez explicó que Guatemala está vendiendo el combustible a mayor precio en Centroamérica, y llamó a la responsabilidad social a los empresarios debido a que han señalado que el subsidio se queda en los bolsillos de los mismos y ellos siguen aumentando el precio.



### PILOTOS DEL TRANSPORTE DE MIXCO

Este miércoles, un grupo de pilotos que presta servicio de bus en Mixco, afirmó que ya no es posible circular cobrando Q5.00 por los altos costos del combustible y para manifestar su molestia realizaron un paro de labores y un bloqueo en el km. 14.5 de la calzada Roosevelt.

Por ello, el alcalde Neto Bran, entabló una mesa de diálogo con los pilotos para revisar la tarifa, esto a cambio de que ellos retomaran sus labores, pues los más afectados serían los vecinos, que, de acuerdo con el jefe edil, hoy pagaron diez veces más que lo que pagan en los buses Express.

*“Este no es un tema municipal, es a través del Gobierno que se deben realizar acciones como que el subsidio llegue directamente a los pilotos o que se exoneren los impuestos al combustible. Desde hoy iniciamos el diálogo con los transportistas, para revisar la tarifa”,* aseguró Bran.

Explicó que una de las propuestas de los pilotos fue que, si el precio del combustible subía, el precio del pasaje también y si bajaba, sería lo mismo.

Agregaron que desde el 2015, los empresarios mixqueños de transporte público no reciben subsidio del Estado.

*“No hemos tenido una respuesta favorable, creemos que al Gobierno Central no le interesa. Agradecemos la atención brindada por su administración y nos comprometemos a reestablecer de inmediato el servicio de transporte”,* dijo uno de los conductores.



f PIZZA VESUVIO  
@ vesuviogt

PBX: 2323-2323  
SERVICIO A DOMICILIO



1 BOTELLA DE  
VINO ROSADO

+

1 BOTELLA DE  
VINO SEMI SWEET  
*sauvignon blanc*

A Q100



\*Válido durante todo  
el mes de mayo

# IMPORTANTE LLAMADO PARA FOMENTAR EL USO DEL CASCO ENTRE LOS MOTOCICLISTAS GUATEMALTECOS

Esta campaña hace un llamado de concientización a los guatemaltecos acerca de los beneficios del uso correcto del casco con el fin de lograr una circulación más segura para los motociclistas. Informes de siniestralidad reflejan que en Guatemala más del 50% de los fallecidos en accidentes



viales viajaban en moto, dejando a Guatemala como el quinto país en Latinoamérica con mayor índice de mortalidad y lesiones graves entre motoristas, después de Brasil, Colombia, Venezuela y México, hechos alarmantes que pueden ser reducidos con tan solo lograr una circulación responsable. ! Urge que los guatemaltecos tomemos conciencia de esta situación, no sólo por la seguridad de quienes conducen una moto, sino de todos los que compartimos la vía pública. No queremos más víctimas fatales en entornos que pueden ser evitados. Tenemos un desafío: Reducir las alarmantes cifras de siniestros fatales y lesiones graves que existen en el país por no utilizar un casco apropiado o no colocárselo correctamente, así que le pedimos a los motociclistas que tomen conciencia y le den la importancia que merece a viajar protegidos”, dijo Juan Carlos Botrán, Director de Seguridad Vial del Automóvil Club Guatemala. Quien se sube a una motocicleta debe saber que los principales implementos de seguridad son indispensables para evitar accidentes y minimizar la severidad de estos. Un chaleco reflectivo y el uso de luces de día y de noche contribuyen para hacer al motorista más visible y la utilización de un casco adecuadamente, será la ayuda perfecta para disminuir la gravedad de una lesión al momento de un accidente. El pasajero también debe utilizar casco y equipo de protección. Dentro de los principales factores de riesgo en los motoristas, además de la falta del uso de implementos de seguridad, se encuentra también el exceso de velocidad y la invasión de carril, factores que incrementan la posibilidad de accidentes de tránsito y es fundamental que se tomen en cuenta a la hora de conducir una moto.

# LA JUNTA MONETARIA TARDE O TEMPRANO VA A SUBIR LA TASA DE INTERÉS: FRITZ THOMAS



## INTRODUCCIÓN

En la primera parte de esta entrevista con el destacado economista guatemalteco Fritz Thomas, hablamos sobre la aguda inflación por la que está atravesando Estados Unidos, que es de un 8.5%, y citó entre las causas que: la FED o sea el banco central estadounidense compró bonos a los bancos, emitió dinero y además brindó por medio de préstamos mucho dinero a los bancos, e introdujo mucho dinero a la economía, por lo que era predecible que iba a suceder este fenómeno de la inflación. Para explicar cómo afecta el bolsillo de los ciudadanos la inflación, puso como ejemplo: **que si usted amigo lector, hubiera dejado cien quetzales guardados, cuando regresa a buscarlos; ya no hay cien, sino noventa y cuatro quetzales con noventa y un centavos.**

Como medida tendiente a detener o neutralizar la inflación, el banco central estadounidense, lo que se conoce como FED, tomó la decisión de subir la tasa de interés. Sin embargo, Fritz Thomas, es de la opinión que: El banco central no es que determine bajar o subir la tasa de interés, sino toma acciones que hace que suba o baje la tasa. Por ejemplo, dijo, emitir más dinero, meterle más dinero a la economía; es una forma de bajar la tasa de interés. Y lo contrario, sacar dinero de circulación, sube la tasa de interés.

Luego de esta introducción continuamos con la segunda parte y final de la entrevista.

**Pepe Estrada:** En Guatemala ¿porqué la Junta Monetaria está tan confiada en la fortaleza de la economía guatemalteca que no siguió el ejemplo de los Estados Unidos y no ha subido la tasa de interés?

**Fritz Thomas:** Yo diría que la van a terminar subiendo, aunque como repito los bancos centrales no determinan la tasa de interés. Pero hablando respecto a tu pregunta, lo que le da fortaleza al Banco de Guatemala en estos momentos, es que tiene en Reservas Monetarias más de Veinte Mil Millones de dólares, o sea tiene para responder.



**Pepe Estrada:** En parte por las Remesas Familiares que mandan los “mojados” en Estados Unidos.

**Fritz Thomas:** Cuando el Banco de Guatemala compra dólares mete quetzales al sistema, y cuando el Banco de Guatemala vende dólares, retira quetzales del sistema. Entonces cuando el Banco de Guatemala vende dólares, qué sucede, nos pasa sus reservas. Ahora el Banco de Guatemala tiene dos mecanismos principales que utiliza para tratar de controlar la cantidad de dinero en circulación, y el

## LA JUNTA MONETARIA TARDE O TEMPRANO VA A SUBIR LA TASA DE INTERÉS: FRITZ THOMAS

tipo de cambio que quiere mantener: Uno es la compra y venta de dólares; otra vez te repito...si sale el banco de Guatemala al mercado guatemalteco y compra un millón de dólares, paga en quetzales, es decir está metiendo quetzales; si el cambio está a Q.7.70, mete Siete Millones setecientos mil quetzales al sistema nacional. Si se los compra a los bancos les deposita los siete millones setecientos mil quetzales a los bancos. Y cuando vende dólares, lo hace al revés, da los dólares y recibe quetzales, y cuando los quetzales están en las bóvedas del Banco de Guatemala, no están en circulación.

Pero esa no es la principal herramienta que utiliza el Banco de Guatemala, la principal herramienta es que: todos los bancos del sistema tienen que tener 11% de sus depósitos, depositados en el banco de Guatemala. Entonces esos quetzales no están en circulación, los tiene entre comillas congelados el banco de Guatemala. No los cambia, no los mueve, ese porcentaje se mantiene constante...La otra herramienta que utiliza es **Operaciones de Mercado Abierto**. El banco de Guatemala no le puede prestar dinero al gobierno, entonces utiliza una especie de bono, pero que no se llama así; que emite el propio banco de Guatemala; y se llaman **Certificados de Depósito a Plazo**. Entonces el Banco de Guatemala subasta todas las semanas, mil millones de quetzales o más, en Certificados de Depósito a Plazo, y se los vende principalmente a los bancos y ahí es donde logra fijar la Tasa Líder. Los plazos generalmente son a plazos cortos, y quienes compran en su mayoría estos certificados de depósito a plazo, son los bancos. Ahorita el Banco de Guatemala tiene en pasivo, o sea que debe más de Cincuenta Mil Millones de quetzales, principalmente a los bancos. ¿Esto qué significa? Significa que el Banco de Guatemala hace una subasta y entonces dice, te vendo un Certificado de Depósito a plazo de seis meses o a un año, a una tasa de interés de 1.8% al año...entonces el banco le da un millón de quetzales y el Banco de Guatemala le da un papel, que dice le voy a devolver el millón dentro de un año más su interés. La forma en que puede atraer la venta de quetzales el Banco



de Guatemala, es ofreciendo un interés atractivo. Esa se vuelve una tasa de referencia. Entonces viene el banco privado y presta a la gente, tres o cuatro puntos o mucho más, arriba de la tasa de referencia, con la que le vendió el Banco de Guatemala.

El Banco de Guatemala usa esta herramienta, para tratar de controlar la cantidad de dinero que hay en circulación. Y para tratar de mantener el tipo

de cambio del dólar en una franja, que no se mueva mucho. Entonces el Banco de Guatemala es por eso suficientemente fuerte en la economía, que puede hacer estas operaciones de neutralización de liquidez. Es decir, tiene la capacidad de retirar dinero del sistema, a través de retirar dinero en los bancos, por medio de la venta de estos Certificados de Depósito a Plazo. Pero esto tiene su límite, porque el Banco de Guatemala está pagando dinero por tener esos fondos parquados; y por eso incurre en pérdida. De acuerdo a un artículo de la Constitución de la República, el Banco de Guatemala no puede monetizar esa pérdida, Es decir los intereses que el Banco de Guatemala está pagando, por esos miles de millones que tiene parquados, no puede imprimir moneda para pagarlos; le tiene que pasar la cuenta al Ministerio de Finanzas para que se pague por parte de la Tesorería Nacional, para no crear más dinero...pero, esta cuenta que tiene el gobierno con el Banco de Guatemala, es más o menos como la deuda que tiene con el Iqss: ¡Nunca la va a pagar!. Entonces hoy por hoy el gobierno le debe al Banco de Guatemala, por esa cuenta, como VEINTISIETE MIL MILLONES DE QUETZALES. Entonces lo que tiene el Banco de Guatemala, es una cuenta incobrable, que es como tres veces su capital. Un banco normal, comercial no puede tener eso, porque ya hubiera dejado de operar, pero el Banco Central si puede. Es un juego complicado, delicado, funciona mientras funciona,

***Por cuestiones de espacio vamos a cortar aquí, solo comentar que Fritz dijo que La Junta Monetaria de Guatemala no querrá subir las Tasas de Interés, porque quieren que siga la fiesta...lo hará cuando vean que los índices de inflación real son peligrosos... y no continúen basándose en las cifras que ellos manejan, a las cuales no le da mucho crédito; porque no coinciden con la realidad de los precios de los productos en el mercado; hasta entonces subirán la tasa de interés.***

# WUME

## Ventanilla Única Municipal de Empleo



Encargada de la ayuda  
en la búsqueda de empleo



· Envía tu CV a:

**vume@munimixco.gob.gt**



· Más información

**2307-7358**



# RUSIA REPORTA RENDICIÓN DE MILITARES ATRINCHERADOS EN MARIÚPOL



El Ministerio de Defensa informó que 959 combatientes ucranianos atrincherados en la planta siderúrgica de Azovstal, entre ellos 80 heridos, se han rendido.

El **Ministerio de Defensa de Rusia** anunció este miércoles que desde el lunes se han rendido 959 militares ucranianos atrincherados en la planta siderúrgica de Azovstal, en la ciudad portuaria de Mariúpol, en el sureste de Ucrania.



**En las últimas 24 horas, 694 combatientes, entre ellos 29 heridos, se han convertido en prisioneros. Desde el 16 de mayo, 959 combatientes, entre ellos 80 heridos, se han rendido", precisó el ministerio en un comunicado.**

Según la misma fuente, 51 de ellos fueron hospitalizados en Novoazovsk, una localidad bajo control de los rusos y sus aliados separatistas en la región de Donetsk (este).

El ministerio no precisó qué destino tendrán estos prisioneros. Las autoridades rusas han indicado en repetidas ocasiones que, a al menos una parte de ellos, no los consideran soldados, sino combatientes neonazis.

Las autoridades ucranianas quieren organizar por su parte un intercambio de prisioneros de guerra. En un mensaje publica-

do en Facebook, el lunes por la noche, el Estado Mayor de Ucrania llamó a las tropas "héroes de nuestro tiempo" y dijo que sus esfuerzos ayudaron a Kiev a organizar la defensa de su flanco sur.

Estos militares estaban atrincherados en el laberinto de galerías subterráneas de la enorme acería de Azovstal, que se convirtió en un símbolo internacional de la resistencia ucraniana ante la ofensiva lanzada por Rusia el 24 de febrero.

La estratégica ciudad de Mariúpol, donde se ubica este complejo industrial, fue gravemente dañada por los combates.

# ASEGURADO EL ASCENSO; MIXCO VA POR EL TROFEO DE LA PRIMERA DIVISIÓN



Luego de haber ganado en el estadio Santo Domingo de Guzmán a Marquense el pasado sábado, en un partido por demás electrizante, y haber conseguido el ascenso directo a la liga mayor; ahora le toca colocar la guinda en el pastel, y coronarse campeón de la primera división. Para ello tiene que enfrentarse en partido de ida el 22 de mayo como visitante en el estadio de Huehuetenango, contra Xinabajul, y culminar la jornada triunfal, en el partido de vuelta como local en el estadio Santo Domingo de Guzmán, el domingo 29 a partir de las 18:00 horas.

Como lo venimos diciendo, Deportivo Mixco está para más, porque su cuerpo técnico encabezado por el Tiburón Gómez, y la junta directiva, liderada por Neto Bran; y los jugadores, que han mostrado capacidad y coraje; merecen estar en liga mayor, y llevarse el trofeo de la primera división, que por lo que sabemos es un trofeo de corte moderno, artístico, con un diseño innovador, realizado por una empresa mexicana,

que ha trabajado galardones para la Liga MX, y otras competiciones deportivas.

Es decir, Deportivo Mixco tiene la oportunidad de conseguir el objetivo principal, como era ascender a liga mayor; ahora lucir en su vitrina el trofeo de ganador del campeonato de clausura de la primera división 2021-2022. Y creemos lo conseguirá.



PASIÓN POR GUATEMALA



# Suscríbete

[www.cdag.com.gt/prensa/suscribete/](http://www.cdag.com.gt/prensa/suscribete/)

a nuestro boletín **Pasión por Guatemala** y descubre la acción del deporte guatemalteco

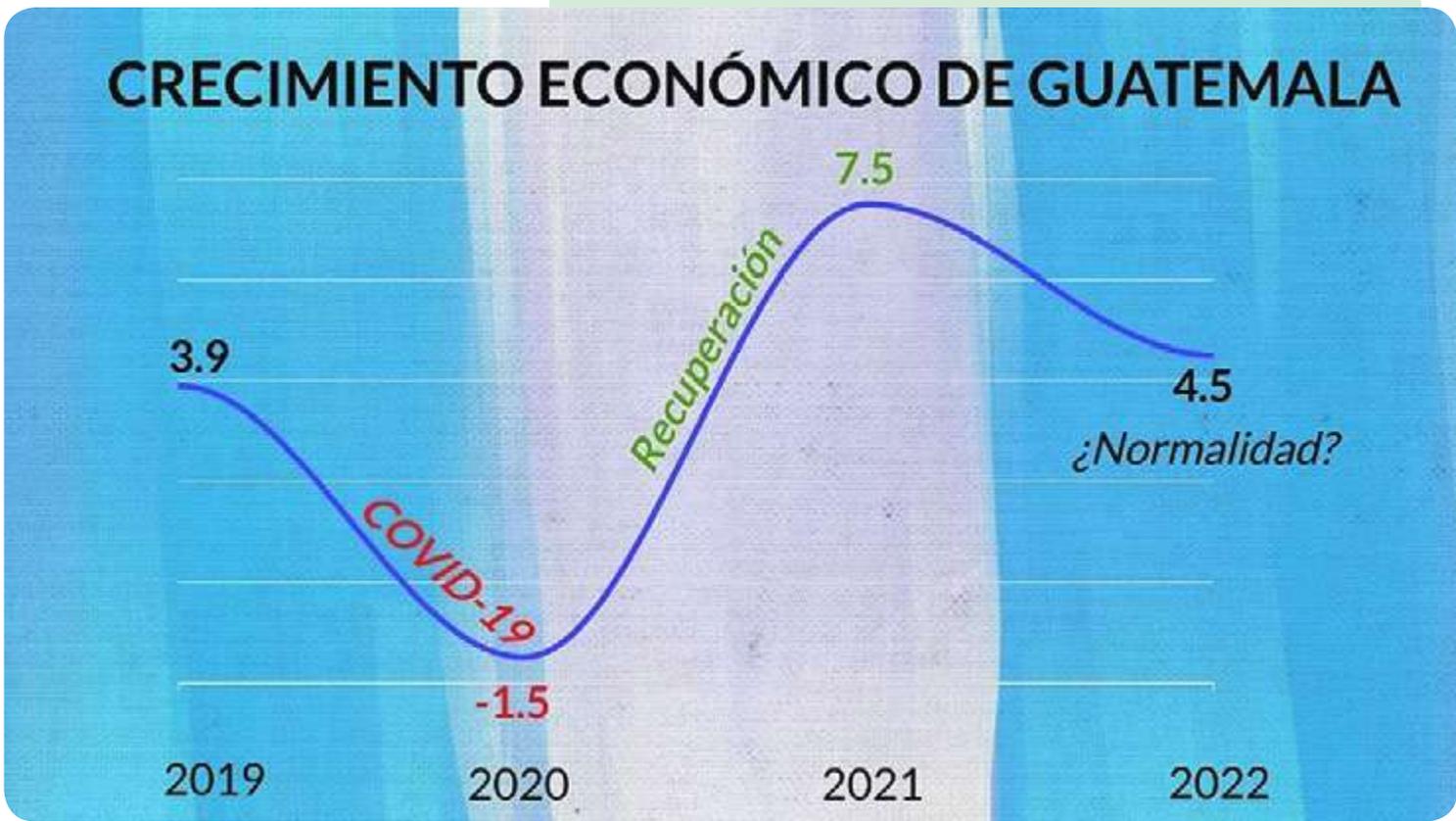


# ESTAMOS EN PROCESO DEL DESLUCIMIENTO DE LOS LOGROS ECONÓMICOS ALCANZADOS EN EL 2021

Ante hechos inesperados o que no se midieron en su justa dimensión, tales como interrupción de producción y distribución internacional, sequías, pandemia, aumento de demanda, presión al alza de precios, tensiones geopolíticas, entre otras de menor escala o locales, pero todas entramadas. En su reciente informe, el FMI ajusta el crecimiento de las economías de América Latina, reduciéndolo en 4.3 puntos porcentuales, estimando que será de un 2.5%, enorme contracción para una región que aún no se recupera

del todo de sus diversos problemas económicos y donde están los principales socios comerciales e inversionistas del país. La OCDE estima que el impacto de las tensiones geopolíticas alcanzaría hasta un 1.4% de reducción en el crecimiento de sus miembros. Además, el FMI reporta sobre el aumento del riesgo global de la estabilidad financiera. Los mercados emergentes y pre-emergentes están enfrentándose a condiciones financieras más restrictivas y mayores riesgos de salidas de capital. El aumento de los rendimientos en Estados Unidos ha elevado los costos de financiamiento bastante más allá de los niveles prepandémicos para muchos prestatarios. Los flujos en bonos y acciones en moneda local están soportando presiones, y el número semanal de rescates es el mayor desde marzo de 2020. La Organización Mundial de Comercio –OMC– ha ajustado sus estimaciones del comercio mundial reduciendo en 1.7 puntos porcentuales,

para un estimado de 3% del intercambio de mercancías, y señala eventos que hacen más incierto el desarrollo del comercio en los próximos meses. Es evidente que las condiciones económica, comercial y financiera internacionales están en un punto crítico y merecen la atención de los organismos internacionales y autoridades nacionales, para evitar una propagación de los riesgos y efectos en la economía, en particular la de Gua-



temala. Por lo anterior y siendo Guatemala un país relativamente vinculado a la economía mundial, las autoridades nacionales seguramente revisarán las medidas económicas necesarias para mitigar los efectos externos en la economía nacional. Las empresas y corporaciones también deben de tomar sus medidas, ya que en las grandes plazas financieras se susurran palabras preocupantes como recesión o estanflación. ¿Qué esperar?

# ES MUY IMPORTANTE RESPIRAR BIEN

## 5 Ejercicios simples para hacerlo correctamente

Respirar es un acto reflejo vital que puede realizarse de forma voluntaria o involuntaria.

**La respiración es uno de los actos más importantes que hacemos y también uno de los pocos procesos corporales que puede realizarse de forma voluntaria o involuntaria.**

Uno puede respirar sin tener que pensar en ello o alterar la forma en que lo hace a voluntad.

Es por esta curiosa relación entre nuestra mente y el proceso de nuestro cuerpo que nuestra respiración puede jugar un papel decisivo, especialmente en momentos de estrés.

Quedarse sin aliento o tener dificultad para respirar es una de las razones más comunes para acudir al hospital, según el servicio de salud público británico, el NHS.

Nuestra respiración cambia en forma y ritmo en diferentes momentos del día y con distintas emociones y estados. Por ejemplo, suspirando en desesperación, jadeando con agotamiento, conteniendo la respiración con miedo y terror.



mientras realizamos ejercicio o en situaciones de emergencia. Si abusamos de esta forma de respirar podemos tensar nuestro cuerpo, activando los músculos del pecho incrementamos la sensación de ansiedad.

### • Respiración abdominal o diafragmática:

Cuando respiramos, el diafragma se tensa, se aplana y se mueve hacia abajo, llevando aire a los pulmones. A medida que el diafragma se mueve empuja el abdomen, forzando la pared abdominal.

Al exhalar, el diafragma se relaja, el aire sale de los pulmones y la pared abdominal se aplana. Cuando respiramos usando el diafragma estamos relajados y es la forma natural en que se produce la regeneración de nuestro cuerpo. Ocurre cuando duermes, comes o te relajas.

### EJERCICIOS

Aprender a respirar mejor hará que nuestra respiración sea más efectiva y relajada.

Para respirar mejor uno debe aprender a hacerlo usando el diafragma, es la manera en la que la respiración es más efectiva y relajada, según el NHS, que recomienda estos ejercicios y posiciones para mejorarla.



**PARA REALIZAR UNA RESPIRACIÓN CORRECTA. EXISTEN DOS TIPOS DE RESPIRACIÓN:**

### • Respiración de pecho:

Nuestro torso se mueve para dentro y para fuera y es la respiración más frecuente que hacemos

**Continúa en página 13**

## ES MUY IMPORTANTE RESPIRAR BIEN. 5 EJERCICIOS SIMPLES PARA HACERLO CORRECTAMENTE

- **Sentado en una silla**, con la espalda recostada y relajado con una mano en el abdomen. Inhala por la nariz y exhala por la boca de forma profunda, que puedas sentir tus costillas y tu pecho expandirse y contraerse.
- **Sentado, inclinado con la cabeza hacia delante** y los brazos en los muslos. Inhala y exhala de forma profunda sintiendo como se hincha y se relaja tu abdomen.
- **Subiendo escaleras**. Marca un ritmo para tu respiración. Inspira para subir un peldaño y expira en el siguiente. Conseguirás tener una respiración rítmica y con un patrón.
- **Tumbado de lado**, en la cama, en posición cuchara, ligeramente inclinado hacia delante y con las piernas un poco dobladas una sobre la otra. Practica respiraciones profundas sintiendo como el abdomen se expande.
- **Cabeza apoyada en la mesa sobre varias almohadas y sentado en una silla**. Con la cara girada hacia un lado, deja la parte de tu barriga libre para entender y contraer el abdomen lo máximo posible, haciendo trabajar al diafragma al máximo rendimiento.



Hay varias razones que pueden hacer que te quedes fácilmente sin aliento y te cueste respirar. Las principales, según el servicio sanitario de Reino Unido son:

- Constipados y resfríos con bloqueo de las vías respiratorias.
- Obesidad o falta de ejercicio físico.
- Asma.
- Anemia.
- Problemas cardiovasculares.

Si las dificultades para respirar se prolongan en el tiempo, el NHS recomienda que vayas a visitar a un doctor.

Estas son las enfermedades asociadas a la falta de respiración prolongada.

- **Bronquiectasia:** afección pulmonar donde las vías respiratorias están anormalmente ensanchadas y tienes una tos flemosa persistente.
- **Embolia pulmonar:** un bloqueo recurrente en un vaso sanguíneo del pulmón.
- **Cáncer de pulmón:** donde parte o la totalidad del órgano se vuelve disfuncional.
- **Derrame pleural:** acumulación de líquido al lado del pulmón.
- **Ataques de pánico:** pueden llevarte a hiperventilar, hacer respiraciones profundas y muy frecuentes.

## PROBLEMAS

Si las dificultades para respirar se prolongan en el tiempo, hay que visitar a un doctor.





REFLEXIÓN DEL PADRE HUGO ESTRADA

# LA PUERTA DE ENTRADA

Para ingresar en una casa hay que hacerlo por la puerta. Entrar por la ventana o saltando la pared no es la manera adecuada de ingresar en una casa. Para ingresar a Jesús, conocerlo y amarlo, también hay una puerta: la conversión cristiana. Mientras una persona no haya pasado por esa puerta, no puede llamarse seguidor de Jesús, cristiano. Este es un serio problema en la Iglesia. Muchos desde niños han sido llamados cristianos porque fueron bautizados. Son cristianos en potencia. Pero auténticos cristianos comenzarán a ser cuando hayan pasado a través de la puerta de la conversión cristiana. Son muchas las personas que, porque son practicantes de determinados ritos religiosos, creen que por eso mismo ya son cristianos. No es así. Y esto se puede comprobar plenamente en el Evangelio de San Marcos. Las primeras palabras que Jesús pronuncia, al iniciar su evangelización son: *"El tiempo se ha cumplido: el reino se ha acercado a ustedes. Arrepiéntanse y crean en el Evangelio"* (Mc 1, 15). Jesús, con toda claridad, expone que para que Dios pueda reinar en nosotros son necesarias dos condiciones: arrepentirse y creer en el Evangelio. Estas dos condiciones engloban lo que se llama la *"conversión cristiana"*. La falta de gozo espiritual, la carencia de *"vida abundante"*, el no sentir la urgencia de evangelizar a otros, son señales de que la persona no ha pasado todavía por la crisis de la conversión. Su conocimiento de Jesús es más intelectual que de corazón. Muchos son religiosos, pero todavía no son cristianos porque no han ingresado al cristianismo por la puerta de la conversión. Juan Bautista para prepararle el camino a Jesús no hizo otra cosa que predicar con fuego el cambio de vida. Enderezar lo torcido. Hundirse en el Jordán como señal de arrepentimiento después de haber confesado sus pecados. Pedro, después de haber presentado la figura de Jesús, el día de Pentecostés, les hizo notar a sus oyentes que si querían recibir el Espíritu Santo, debían, primero, arrepentirse y bautizarse para que así estuvieran preparados para que Jesús morará en ellos por medio del Espíritu Santo (Hch 2,38).



**¿Conoces el potencial de alcance para tu marca?**

**Con nuestra plataforma web podrás llegar a clientes potenciales de manera efectiva.**

**Para más información contáctanos a los teléfonos: 4769-8633 o 5397-3731.**

**Para anunciarse en nuestra edición semanal: 5397-3731 y 5092-4507.**

**o al correo: [www.elsoldemixco.com](http://www.elsoldemixco.com)**



**¡AHORA LLEGAMOS A MÁS PERSONAS!**



**Eres capaz de conseguir grandes cosas.**

Más información en [www.sankrisgymnastics.com](http://www.sankrisgymnastics.com) y Whatsapp +50230788314




- ➔ Consulta ➔ Cirugía
- ➔ Rayos X ➔ Ultrasonido
- ➔ Hospitalización
- ➔ Farmacia Veterinaria
- ➔ Alimentos
- ➔ Trámites de exportación

3ra. calle 6-31, Gasolinera Don Arturo, Z. 8 de Mixco, Ciudad San Cristóbal, Local 3-4.  
**Tel. 2443-1207**

**TELÉFONOS DEL EMERGENCIA**

PNC Llamar al 120  
Denuncias Confidenciales Llamar al 110

Bomberos Voluntarios Llamar AL 122

Bomberos Municipales Llamar al 123

Cruz Roja Llamar al 125

Emergencias Guatemala Llamar al 911

PMT Llamar al 1551  
PDH Llamar al 1555

**PREVENTA DISPONIBLE**

PREESTRENO: 21, 22 Y 25 DE MAYO  
ESTRENO: 26 DE MAYO

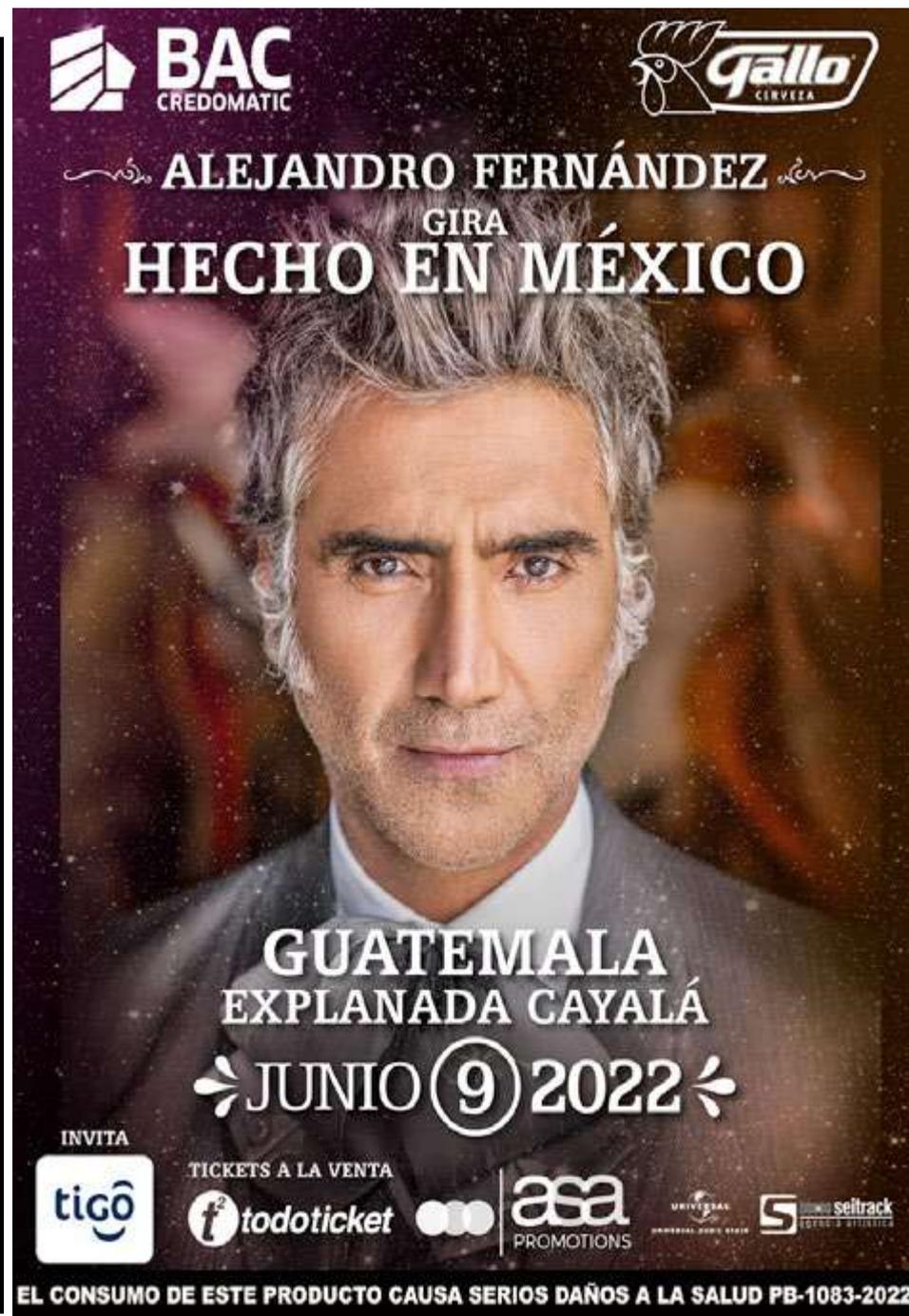


TOM CRUISE  
**TOP GUN MAVERICK**

COMPRA TUS BOLETOS EN LA WEB O LA APP  
[WWW.CINEMARKCA.COM](http://WWW.CINEMARKCA.COM)

**CINEMARK**

Consulta disponibilidad y horarios de tu Cinemark más cercano



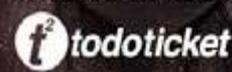
**BAC CREDOMATIC** 

ALEJANDRO FERNÁNDEZ  
GIRA  
**HECHO EN MÉXICO**

GUATEMALA  
EXPLANADA CAYALÁ  
**JUNIO 9 2022**

INVITA

TICKETS A LA VENTA

EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO CAUSA SERIOS DAÑOS A LA SALUD PB-1083-2022



# REALIZA TUS PAGOS EN **PAGOS EN LINEA.**

Ingresando desde cualquier dispositivo a:

 [www.munimixco.gob.gt](http://www.munimixco.gob.gt)

## LOS SERVICIOS DE:



**Multas de Tránsito**



**IUSI**



**Agua**



**Boleto de Ornato**

