

¿Y si esta edición pudiera cambiar tu semana?

Información confiable. Historias que inspiran. Oportunidades para crecer juntos.

Las noticias, eventos y oportunidades que toda familia hispana debería conocer.



En esta edición

COMUNIDAD.....	03
¿Que acontece esta semana en nuestra comunidad?	
Eventos y oportunidades que pueden ayudarte a crecer junto a tu familia.	
EDUCACIÓN.....	04
El regreso a clases: una oportunidad para aprender, crecer y acompañar a tus hijos en cada paso de su educación.	
Salud.....	05
La enfermedad silenciosa que puede afectar tu corazón sin que lo notes.	
SALUD MENTAL.....	07
¿Por qué me siento diferente si sigo siendo la misma mujer?	
Comprender los cambios de tu cuerpo también es una forma de cuidar tu bienestar.	
HISTORIAS QUE INSPIRAN.....	09
El fascinante viaje a casa de la mariposa Monarca.	
EMPRENEDORES.....	14
Oportunidades para hacer crecer tu negocio.	

Un Café con Ailín

La paz también es una decisión



Ailin Gutierrez
Directora y editora

"Las palabras informan.
Las historias inspiran.
Las acciones transforman."



Queridos lectores:

Bienvenidos a la edición número 14 de El Hispanohablante.

Como cada semana, me llena de alegría saber que este periódico llega a sus manos con el propósito de informar, inspirar y servir a nuestra comunidad. Detrás de cada una de estas páginas hay horas de trabajo, investigación y un profundo deseo de compartir información que pueda aportar algo valioso a sus vidas. Hoy, antes de invitarlos a recorrer una nueva edición, quiero compartirles una experiencia muy personal que viví hace apenas unos días y que me dejó una importante reflexión.

A veces, las lecciones más valiosas llegan cuando menos las esperamos. En ocasiones aparecen en una conversación, en un encuentro inesperado o incluso detrás de la pantalla de un teléfono celular. Lo importante no es lo que sucede, sino la decisión que tomamos frente a aquello que nos ocurre. Esta semana alguien decidió utilizar las redes sociales para intentar ofenderme. Durante unos instantes sentí el impulso de responder. Es una reacción natural. Cuando alguien nos ataca, creemos que defendernos significa responder de la misma manera. Sin embargo, después recordé algo que la vida me ha enseñado una y otra vez: no todas las batallas merecen ser peleadas. Elegí guardar silencio.No porque me faltaran argumentos, sino porque comprendí que mi paz vale mucho más que cualquier discusión en internet.Vivimos en una época en la que un comentario puede recorrer el mundo en cuestión de segundos. Las palabras tienen un enorme poder. Pueden levantar el ánimo de una persona o hierirla profundamente. Pueden construir puentes o levantar muros.Por eso creo que todos tenemos una responsabilidad cada vez que escribimos un mensaje, compartimos una publicación o dejamos un comentario. Detrás de cada pantalla hay un ser humano con una historia, una familia, sueños, preocupaciones y sentimientos. En El Hispanohablante creemos que la comunicación debe servir para informar, educar, inspirar y unir a nuestra comunidad. Ese será siempre el propósito de este periódico. Hoy quiero invitarte a hacer una pausa antes de responder con enojo. A elegir el respeto por encima de la ofensa, la empatía por encima del juicio y la paz por encima del conflicto. Porque la verdadera fortaleza no siempre está en tener la última palabra. Muchas veces está en saber cuándo el silencio también es una respuesta. Con cariño, Ailín

Nuestro compromiso contigo en esta edición

Cada semana nuestro equipo tiene una misión muy clara: seleccionar información que realmente aporte valor a tu vida y a la de tu familia. Vivimos rodeados de noticias, publicaciones y contenido que aparece a toda velocidad en nuestras pantallas. Sin embargo, creemos que la información más valiosa no siempre es la que llega primero, sino la que nos ayuda a comprender mejor el mundo, tomar mejores decisiones y descubrir nuevas oportunidades. Por eso, cada artículo que encontrarás en esta edición fue elegido con un propósito. No buscamos llenar páginas; buscamos ofrecer contenido que pueda ayudarte a cuidar tu salud, fortalecer tus finanzas, acompañar el desarrollo de tus hijos, comprender los cambios de la vida, inspirarte con historias extraordinarias y mantenerte conectado con todo lo que sucede en nuestra comunidad. Esperamos que, al terminar esta edición, encuentres al menos una idea que te acompañe durante la semana y haga una diferencia, por pequeña que sea, en tu vida.

📖 LO QUE HEMOS PREPARADO PARA TI

🏠 Comunidad.....03

Las elecciones y la Feria del Condado nos recuerdan que una comunidad fuerte se construye cuando participamos en ella.

🎒 Educación.....04

El regreso a clases representa una nueva oportunidad para aprender, crecer y acompañar a nuestros hijos en cada paso de su educación.

❤️ Salud.....05

Descubre por qué la ateromatosis es considerada uno de los enemigos silenciosos del corazón y cómo prevenirla.

💰 Finanzas.....06

En tiempos de aumento del costo de vida, los buenos hábitos financieros pueden marcar una gran diferencia para toda la familia.

🧠 Salud Mental.....07

Comprender los cambios emocionales durante la menopausia también es una forma de cuidar la salud integral de la mujer.

💻 Tecnología.....08

La innovación avanza cada día.

🦋 Maravillas de Nuestro Mundo.....09

La extraordinaria migración de la mariposa monarca nos recuerda que, sin importar la distancia, siempre buscamos un lugar al que llamar hogar.

🏛️ Arqueología.....10

Un recorrido por el pasado para comprender mejor la historia de nuestra humanidad.

✝️ Fe.....11

Un espacio para la reflexión, la esperanza y el crecimiento espiritual.

⚽ Deportes.....12

Las historias que inspiran dentro y fuera de las canchas.

🌟 Belleza, Bienestar y Plenitud.....13

Porque sentirnos bien también forma parte de una vida saludable y equilibrada.

💼 Expo de Negocios.....14

Conoce iniciativas, oportunidades y proyectos que impulsan el crecimiento de nuestra comunidad empresarial.

📈 Marketing y Estrategia de Negocios.....15

Ideas prácticas para fortalecer tu marca, conectar con más clientes y hacer crecer tu negocio.

🌀 Reflexión del Alma 16

Antes de despedirnos, te invitamos a hacer una pausa, reflexionar y llevar contigo un mensaje de esperanza para comenzar una nueva semana.

"Gracias por compartir este café conmigo. Nos encontramos la próxima semana, porque siempre habrá una nueva historia, una nueva lección... y un nuevo motivo para seguir creyendo."

La tradición que cada verano reúne a nuestra comunidad



Por Ailín María Gutiérrez
Centro Informativo El Hispanohablante

Fotografía: – Archivo El Hispanohablante (2024).

La Feria del Condado de Ottawa reúne cada verano a miles de familias en un ambiente donde la tradición, la diversión y la comunidad se encuentran.

Las luces comienzan a encenderse cuando el sol empieza a ocultarse. El aroma de las palomitas de maíz recién hechas se mezcla con el de los tradicionales corn dogs y el algodón de azúcar. A lo lejos se escucha la música de los juegos mecánicos, mientras niños, jóvenes y adultos caminan entre las atracciones con una sonrisa que solo las ferias de verano parecen despertar.

Así comienza, una vez más, una de las tradiciones más queridas de Ottawa County.

Del 27 de julio al 1 de agosto, la Ottawa County Fair abrirá nuevamente sus puertas para recibir a miles de visitantes en una semana llena de diversión, entretenimiento y actividades para toda la familia. Más que una feria, este evento representa un punto de encuentro donde vecinos, amigos y visitantes comparten momentos que, con el paso del tiempo, terminan convirtiéndose en recuerdos inolvidables.

Sin embargo, la Feria del Condado es mucho más que juegos mecánicos.

Su historia está profundamente ligada a las raíces agrícolas de nuestra región. Cada año, jóvenes participantes de programas como 4-H exhiben con orgullo los animales que han criado durante meses, mostrando el resultado de su esfuerzo, disciplina y dedicación. Vacas, ovejas, caballos, conejos y aves forman parte de una tradición que acerca a las nuevas generaciones al mundo agrícola y recuerda la importancia del campo en la historia de Michigan.

Además de las exhibiciones ganaderas, los asistentes podrán disfrutar de una gran variedad de atracciones, puestos de comida, juegos de destreza, conciertos, competencias y espectáculos en el Grandstand, incluyendo Demolition Derby, Bump & Run, Monster Truck Throwdown y rodeo, entre otras actividades que forman parte del programa de este año.

En una época donde gran parte de nuestro tiempo transcurre frente a una pantalla, espacios como este nos recuerdan el valor de compartir tiempo de calidad con quienes más queremos. Una caminata entre las luces de la feria, una conversación mientras se disfruta un helado o la emoción de subir juntos a un juego mecánico pueden convertirse en recuerdos que perduren toda la vida.

Porque, al final, las mejores tradiciones no son las que simplemente se celebran... son las que se comparten.

Información útil

 Fechas: 27 de julio al 1 de agosto de 2026.

 Lugar: Ottawa County Fairgrounds, 1286 Ottawa Beach Road, Holland, Michigan.

 Actividades: Juegos mecánicos, exhibiciones de 4-H, gastronomía, música en vivo, competencias, rodeo, Monster Trucks y entretenimiento para toda la familia.

¿Te has fijado en esos letreros que aparecen en los jardines?

Durante las últimas semanas es muy probable que hayas notado pequeños letreros colocados en jardines, esquinas y frente a algunos negocios. Algunos muestran el nombre de un candidato; otros promueven una propuesta o un cargo público. Con la llegada del verano también comienza una nueva temporada electoral en muchas comunidades de Estados Unidos.

Pero ¿por qué aparecen tantos anuncios? ¿Cada cuánto hay elecciones? ¿Quiénes pueden participar?

En Estados Unidos las elecciones forman parte del funcionamiento normal de la democracia. Dependiendo del cargo que se elija, pueden celebrarse elecciones locales, estatales o federales. Mientras que las elecciones presidenciales se realizan cada cuatro años, también existen elecciones para gobernadores, alcaldes, jueces, miembros de juntas escolares, comisionados y otros representantes públicos, muchas de ellas en años distintos.

La Constitución de los Estados Unidos estableció un sistema democrático en el que los ciudadanos eligen periódicamente a sus representantes mediante el voto. Este proceso busca garantizar que quienes ocupan cargos públicos respondan ante la población y que exista una renovación constante del liderazgo cuando así lo decidan los electores.

En términos generales, pueden votar los ciudadanos estadounidenses que tengan al menos 18 años de edad y estén registrados para votar conforme a las leyes de su estado. Los residentes permanentes (titulares de una Green Card), las personas con visas y otros estatus migratorios no pueden votar en las elecciones federales. Para conocer los requisitos específicos y las fechas de registro, es recomendable consultar la información oficial de la Secretaría de Estado de Michigan.

Más allá de las preferencias políticas de cada persona, conocer cómo funciona el sistema electoral ayuda a comprender mejor la comunidad en la que vivimos y la manera en que se toman muchas de las decisiones que afectan nuestra vida cotidiana.

💡 ¿Sabías que...?

En Estados Unidos prácticamente todos los años se celebran elecciones de algún tipo. Aunque las elecciones presidenciales ocurren cada cuatro años, las elecciones locales y estatales suelen tener un impacto directo en temas como las escuelas, la seguridad pública, las carreteras, los parques y otros servicios que utilizamos todos los días.

Porque el hogar también puede elegirse.

Muchos llegamos desde diferentes países con sueños, esperanzas y el deseo de construir una vida mejor. Con el tiempo descubrimos que el hogar no es solamente el lugar donde nacimos, sino también aquel donde encontramos oportunidades, amistades, tradiciones y una comunidad que nos hace sentir parte de ella.





Cómo ayudar a que este sea el mejor año escolar de tus hijos

Por Ailín María Gutiérrez

Cada verano, María comienza a hacer cuentas. Sobre la mesa de la cocina coloca una libreta, una calculadora y la lista de útiles escolares que su hijo necesitará para el nuevo ciclo escolar. Mientras suma el costo de los cuadernos, los lápices, la mochila, los zapatos y la ropa, vuelve a hacerse la misma pregunta de cada año: ¿Cómo voy a lograrlo? María es una madre inmigrante, trabajadora y dedicada. Aunque este personaje es ficticio, representa la realidad de muchas familias de nuestra comunidad. Para ellas, el regreso a clases no solo marca el inicio de un nuevo año escolar; también significa reorganizar el presupuesto familiar, ajustar gastos y hacer todo lo posible para que sus hijos comiencen esta nueva etapa con las mismas oportunidades que cualquier otro estudiante. Pero hay algo que muchas veces olvidamos. El mejor año escolar no empieza cuando un niño estrena una mochila. Empieza mucho antes.

Comienza cuando un padre escucha a su hijo, cuando una madre le transmite confianza, cuando la familia establece nuevas rutinas y cuando toda una comunidad decide apoyar a quienes más lo necesitan. Con esa realidad en mente, Latin Americans United for Progress (LAUP) ha preparado una serie de iniciativas para acompañar a las familias durante este importante momento del año. Del 27 al 30 de julio, la organización llevará a cabo una campaña de recolección de zapatos, abrigos, chaquetas, accesorios y ropa limpia para estudiantes desde kindergarten hasta el grado 12. Cada donación representa mucho más que una prenda de vestir; representa la oportunidad de que otro niño llegue a la escuela con seguridad, dignidad y entusiasmo. El esfuerzo culminará con la Celebración Comunitaria de Regreso a Clases, que se realizará el viernes 14 de agosto, de 5:30 p.m. a 7:30 p.m., en el campus de LAUP, ubicado en 512 S. Waverly Road, Holland. Durante el evento, las familias podrán acceder gratuitamente, (mientras duren las existencias), a mochilas y útiles escolares, además de disfrutar de actividades para niños, helado, recursos comunitarios y la oportunidad de conocer organizaciones que trabajan diariamente para fortalecer nuestra comunidad. Más allá de entregar materiales escolares, estas iniciativas envían un mensaje muy claro: ningún niño debería comenzar el año sintiéndose solo o sin apoyo. Porque cuando una comunidad invierte en la educación de sus niños, también está invirtiendo en su propio futuro.

📖 Cuatro formas sencillas de acompañar a tus hijos este nuevo año escolar

📖 1. Escucha antes de aconsejar

El regreso a clases puede generar emoción, pero también nervios. Pregúntales a tus hijos cómo se sienten, qué esperan del nuevo año y qué les preocupa. Sentirse escuchados fortalece su confianza desde el primer día.

🌙 2. Crea rutinas antes del primer día

Comenzar a dormir más temprano, preparar la mochila la noche anterior y establecer horarios para las comidas ayuda a que la transición sea mucho más tranquila para toda la familia.

👉 3. Aprovecha los recursos de la comunidad

Existen organizaciones como LAUP que trabajan para apoyar a las familias durante el regreso a clases. Pedir ayuda cuando se necesita no es una señal de debilidad; es una oportunidad para aprovechar los recursos que nuestra comunidad pone a disposición de todos.

🌟 4. Recuérdales que cada año es una nueva oportunidad

Las calificaciones del año pasado no definen el futuro de un estudiante. Cada ciclo escolar representa una nueva oportunidad para aprender, hacer amigos, descubrir talentos y crecer como persona.



¡Toda la comunidad está invitada!

📅 Agenda Comunitaria 📅 Campaña de Donación "Pop-Up Shop"

Del 27 al 30 de julio
🕒 9:00 a.m. – 4:00 p.m.
📍 Oficinas de LAUP

Se reciben:

- Zapatos
- Abrigos y chaquetas
- Accesorios
- Ropa limpia para estudiantes de K-12

🎉 Regreso a Clases: Celebración Comunitaria

📅 Viernes 14 de agosto
🕒 5:30 p.m. – 7:30 p.m.
📍 512 S. Waverly Road, Holland

Las primeras familias en llegar podrán recibir mochilas y útiles escolares (hasta agotar existencias), además de disfrutar de actividades infantiles, helado gratuito y conocer los servicios que diferentes organizaciones comunitarias ofrecen para apoyar a las familias durante el nuevo ciclo escolar.

💡 ¿Sabías que...?

Los niños que sienten el apoyo constante de su familia suelen desarrollar mayor confianza, una actitud más positiva hacia el aprendizaje y mejores habilidades para enfrentar nuevos desafíos. A veces, una conversación al final del día puede ser tan importante como una buena calificación.

🌱 Reflexión

El mejor regalo para este nuevo ciclo escolar.

Dentro de algunos años, tus hijos probablemente no recordarán el diseño de su mochila ni el color de sus cuadernos.

Lo que sí recordarán será quién estuvo a su lado cuando tuvieron miedo, quién celebró sus logros y quién creyó en ellos incluso cuando ellos mismos dudaban. Porque el mejor año escolar no se mide únicamente por las calificaciones.

Se construye con amor, confianza y una comunidad que camina unida para que cada niño tenga la oportunidad de aprender, crecer y creer en sí mismo.

El corazón de nuestros hijos comienza a cuidarse desde la infancia



Por Ailín María Gutiérrez
Doctora de formación y directora de El Hispanohablante

El día que comprendí que la prevención puede cambiar una vida

Todavía recuerdo la emoción de presentar una investigación durante un evento científico cuando era estudiante de Medicina. Había dedicado meses a estudiar un tema que, en aquel momento, pocas personas relacionaban con la infancia: la ateromatosis en edades pediátricas como condición predisponente para la hipertensión arterial y la diabetes mellitus. Al finalizar la exposición recibí un reconocimiento por ese trabajo. Sin embargo, el verdadero premio no fue el diploma. Fue comprender que muchas enfermedades que aparecen en la edad adulta no comienzan de un día para otro. En realidad, pueden empezar a desarrollarse silenciosamente desde la infancia. Aquella investigación cambió para siempre mi manera de entender la medicina. Y hoy quiero compartir ese aprendizaje con todas las familias de nuestra comunidad.

¿Qué es la ateromatosis?

La palabra puede sonar complicada, pero entenderla es mucho más sencillo de lo que parece. Imagina que las arterias son como las tuberías que llevan agua a una casa. En nuestro cuerpo, esas "tuberías" transportan la sangre, que lleva oxígeno y nutrientes a cada órgano. Cuando en las paredes de las arterias comienzan a acumularse grasa, colesterol y otras sustancias, el espacio por donde circula la sangre se hace cada vez más estrecho. Ese proceso recibe el nombre de ateromatosis. Al principio no produce dolor ni síntomas. De hecho, una persona puede sentirse completamente sana mientras la enfermedad avanza lentamente. Con el paso de los años, esa estrechez dificulta el paso de la sangre y obliga al corazón a trabajar con mayor esfuerzo para bombearla hacia todo el cuerpo. Como consecuencia, aumenta el riesgo de desarrollar hipertensión arterial, infartos y accidentes cerebrovasculares.

¿Sabías que...?

La ateromatosis puede desarrollarse durante años sin causar síntomas. Por eso, fomentar hábitos saludables desde la infancia y acudir a revisiones médicas periódicas son herramientas fundamentales para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares en la vida adulta.

Reflexión

Como médica aprendí que muchas enfermedades pueden prevenirse mucho antes de que aparezcan los primeros síntomas. Como madre, comprendí que cada desayuno preparado con amor, cada tarde jugando en el parque y cada hábito saludable que enseñamos a nuestros hijos también son una forma de proteger su futuro. La verdadera prevención NO comienza en un consultorio médico. Comienza en casa.

¿Qué tiene que ver esto con nuestros hijos?

Durante muchos años se creyó que la ateromatosis era un problema exclusivo de los adultos. Hoy sabemos que no es así. Aunque las complicaciones suelen aparecer muchos años después, los factores que favorecen su desarrollo pueden comenzar desde la infancia. Y aquí es donde debemos prestar atención. Todo está conectado. Nuestro organismo funciona como un equipo en el que todos los órganos trabajan juntos. Cuando un niño mantiene hábitos poco saludables durante mucho tiempo, pueden comenzar a producirse cambios silenciosos en diferentes partes de su cuerpo. Por ejemplo:

- El exceso de grasa corporal puede favorecer la aparición de resistencia a la insulina, una condición en la que el organismo deja de responder adecuadamente a esta hormona.
- Para compensarlo, el páncreas debe trabajar más y producir mayor cantidad de insulina.
- Con el paso del tiempo aumenta el riesgo de desarrollar diabetes mellitus tipo 2.
- Ese mismo exceso de grasa también puede acumularse en el hígado y provocar hígado graso, una enfermedad que hoy vemos con mayor frecuencia incluso en niños y adolescentes.
- Además, los niveles elevados de colesterol y otras grasas en la sangre favorecen la formación de placas dentro de las arterias, iniciando el proceso de ateromatosis.
- Conforme las arterias se vuelven más estrechas y menos flexibles, el corazón necesita ejercer mayor presión para mover la sangre, favoreciendo la aparición de hipertensión arterial.

Es como una fila de fichas de dominó. Si no intervenimos a tiempo, una condición puede facilitar la aparición de la siguiente. La buena noticia es que también podemos detener esa cadena.

Un mito que debemos cambiar

Existe una frase que todavía escuchamos con frecuencia: "¡Qué gordito está ese niño... qué sano se ve!" Como médica, entiendo que esa expresión nace del cariño. Durante generaciones, muchas familias asociaron un niño con sobrepeso con un niño fuerte y bien alimentado. Sin embargo, hoy la evidencia científica nos muestra otra realidad. El objetivo no es que nuestros hijos sean delgados. El objetivo es que sean saludables. Un niño saludable juega, corre, duerme bien, se alimenta de forma equilibrada y desarrolla hábitos que lo protegerán durante toda su vida.

Cinco decisiones que protegen el corazón de nuestros hijos

- ♥ Ofrecer una alimentación rica en frutas, verduras, legumbres y alimentos frescos.
- 🏃 Promover la actividad física todos los días, limitando el tiempo frente a pantallas.
- 🗑️ Reducir el consumo de bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados.
- 😴 Favorecer un sueño adecuado según la edad.
- 🩺 Acudir a los controles médicos periódicos para detectar oportunamente factores de riesgo como el sobrepeso, la hipertensión o alteraciones en los niveles de glucosa y colesterol.

Cuando la desesperación toma decisiones por nosotros

Una promesa demasiado buena para ser verdad

María revisaba las cuentas del hogar una vez más. La renta había aumentado. El supermercado costaba más que el año anterior. La gasolina seguía subiendo. Y el dinero parecía rendir cada vez menos. Aquella noche, mientras terminaban de cenar, José comenzó a ver videos en su teléfono. Uno tras otro aparecían mensajes muy parecidos. "Multiplica tu dinero invirtiendo en la bolsa." "Miles de personas están ganando dinero desde casa." "No necesitas experiencia." "Empieza hoy mismo."

Después de unos minutos levantó la vista y dijo: —¿Y si usamos el dinero que tenemos guardado para emergencias? Si funciona, podríamos resolver muchos de nuestros problemas. María permaneció en silencio. La propuesta sonaba tentadora. Pero también significaba arriesgar el único respaldo económico que protegía a su familia. La desesperación es una mala consejera. Cuando las finanzas familiares atraviesan momentos difíciles, es completamente normal buscar soluciones rápidas. La inflación, el aumento del costo de la vivienda, los alimentos y los servicios hacen que muchas familias sientan la necesidad de encontrar una salida inmediata. Precisamente por eso debemos ser más cuidadosos. Las decisiones financieras más importantes rara vez deben tomarse desde la preocupación, el miedo o la desesperación.

El verdadero riesgo no está en la bolsa
Muchas personas creen que invertir en acciones es peligroso. En realidad, el mayor riesgo suele aparecer cuando invertimos sin entender lo que estamos haciendo.

- Por ejemplo:
- Comprar acciones porque alguien las recomendó en redes sociales.
 - Invertir dinero destinado a pagar la renta o la hipoteca.
 - Utilizar el fondo de emergencia para buscar ganancias rápidas.
 - Pedir préstamos para invertir.
 - Creer que toda inversión siempre genera ganancias.

En todos estos casos, el problema no es la bolsa de valores. El problema es la falta de educación financiera. Todo comienza con hábitos saludables. Así como una buena salud se construye con pequeños hábitos diarios, la estabilidad financiera también. Antes de pensar en invertir, una familia debería fortalecer primero las bases de sus finanzas.

Cinco hábitos que ayudan a construir patrimonio

- 📊 **Elaborar un presupuesto familiar.**
- 🔥 **Contar con un fondo de emergencia para gastos inesperados.**
- 🏠 **Evitar deudas de alto interés siempre que sea posible.**
- 📖 **Aprender antes de invertir.**
- 📈 **Pensar en el largo plazo y no en ganancias rápidas.**



Antes de invertir, invierte en ti

La mejor inversión no siempre consiste en comprar acciones. Muchas veces consiste en comprar un buen libro. Tomar un curso. Aprender cómo funciona el mercado. Entender el riesgo. Hacer preguntas. Mientras mayor sea nuestro conocimiento, mejores serán nuestras decisiones. La educación financiera produce beneficios que pueden acompañarnos durante toda la vida.

¿Sabías que...?

La mayoría de las personas que construyen patrimonio a largo plazo no lo hacen persiguiendo inversiones milagrosas. Lo consiguen ahorrando de manera constante, invirtiendo con disciplina, diversificando sus inversiones y tomando decisiones informadas a lo largo de muchos años.



⚠️ Alerta: Cuando la búsqueda de dinero rápido se convierte en un riesgo

Las casas de apuestas deportivas, los casinos y algunas plataformas de juego en línea han crecido considerablemente durante los últimos años. Para muchas personas representan una forma de entretenimiento; sin embargo, cuando se convierten en la esperanza para resolver problemas económicos, pueden transformarse en un serio riesgo para la salud financiera y emocional de una familia. La ludopatía —la adicción al juego— puede provocar pérdidas económicas, endeudamiento, conflictos familiares e incluso afectar la salud mental. Del mismo modo, invertir en la bolsa sin preparación, buscando "hacerse rico" en pocos días o siguiendo consejos de desconocidos en redes sociales, puede llevar a decisiones igualmente perjudiciales. La diferencia está en el propósito y en la preparación. Las apuestas dependen principalmente del azar o de resultados inciertos. La inversión responsable se basa en el estudio, la planificación, la diversificación y la paciencia. Cuando una decisión financiera nace de la desesperación y no del conocimiento, el riesgo aumenta, sin importar cuál sea la herramienta utilizada.

Reflexión

Vivimos en una época en la que abundan las promesas de riqueza rápida y resultados inmediatos. Sin embargo, el verdadero patrimonio rara vez se construye de esa manera. Cada dólar que una familia ahorra representa horas de trabajo, esfuerzo, sacrificio y sueños. Por eso merece ser administrado con responsabilidad. La mejor inversión no siempre será la que ofrezca la mayor rentabilidad. Muchas veces será aquella que proteja la tranquilidad de quienes más amamos. Porque la verdadera libertad financiera no consiste en hacerse rico de la noche a la mañana. Consiste en tener la tranquilidad de saber que nuestras decisiones de hoy están construyendo un futuro más seguro para nuestra familia.

De nuestra familia a la tuya

CARROS DE CALIDAD

A BUEN PRECIO

HABLAMOS ESPAÑOL

FINANCIAMIENTO DISPONIBLE

PRECIOS BAJOS

HABLAMOS ESPAÑOL

FINANCIAMIENTO FÁCIL

TRATO HONESTO Y PERSONALIZADO

"Apoyamos a nuestra comunidad"

Y ESTAMOS AQUÍ PARA SERVIRTE

179 E 19th ST,
Holland,MI 49423

616-300-1580

jjautosalesholland.com

4.8

★★★★★

SEGURO

CONFIANZA

GARANTÍA

www.centroinformativoelhispanohablante.com

Página 6



¿Y si no eres tú... sino una etapa que nadie te explicó?

Por Ailín María Gutiérrez

Hay mujeres que un día despiertan sintiendo que algo cambió.

No saben exactamente cuándo ocurrió.
Solo sienten que ya no reaccionan igual.
Que la paciencia se acorta.
Que el sueño desaparece.
Que la ansiedad aparece sin avisar.
Que una tristeza inexplicable las acompaña durante días.
Es como si la vida perdiera parte de sus colores.
Como si el cuerpo y la mente dejaran de reconocerse.
Y mientras intentan comprender lo que está pasando, muchas escuchan frases como:
"Es la edad."
"Estás exagerando."
"Ya se te pasará."
"Pon de tu parte."
Pero pocas personas se detienen a preguntar:
¿Cómo te sientes realmente?

Cuando las hormonas cambian, también cambian muchas emociones

La menopausia no es una enfermedad.
Es una etapa natural en la vida de la mujer.
Sin embargo, natural no significa sencilla.
Durante la perimenopausia y la menopausia disminuyen hormonas como los estrógenos y la progesterona. Estos cambios pueden influir en el sueño, el estado de ánimo, la memoria, la concentración y la forma en que el cerebro regula las emociones.
Por eso algunas mujeres experimentan ansiedad, irritabilidad, tristeza, dificultad para dormir, sensación de agotamiento o una pérdida del interés por actividades que antes disfrutaban.
No todas vivirán estos cambios de la misma manera, pero cuando los síntomas afectan la calidad de vida, merecen ser escuchados y atendidos.

Que sea una etapa natural no significa que debas sufrirla en silencio

Durante muchos años, la cultura enseñó a las mujeres a soportarlo todo.
A callar.
A seguir adelante.
A cuidar de todos antes que de ellas mismas.
Pero pedir ayuda no es una señal de debilidad.
Es una muestra de amor propio.
Buscar orientación médica, apoyo psicológico cuando sea necesario o simplemente conversar con alguien de confianza puede marcar una enorme diferencia.

Lo que muchas mujeres necesitan escuchar

En lugar de decir:

- ❌ "Son cosas de la edad."
Podemos decir:
❤️ "Estoy aquí para escucharte."
- En lugar de decir:
❌ "Estás exagerando."
Podemos decir:
❤️ "Debe ser difícil. Cuéntame cómo te sientes."
- En lugar de decir:
❌ "Ya se te pasará."
Podemos decir:
❤️ "No tienes que enfrentar esta etapa sola."

¿Qué ocurre realmente durante la menopausia?

La menopausia marca el final de los ciclos menstruales y suele presentarse entre los 45 y los 55 años, aunque cada mujer la vive de manera diferente.
Antes de llegar a esta etapa existe un período llamado perimenopausia, durante el cual los ovarios comienzan a producir menos estrógenos y progesterona.
Estas hormonas no solo participan en la reproducción. También influyen en el funcionamiento del cerebro, el corazón, los huesos, la piel, los músculos y el metabolismo.
Por eso la menopausia no debe entenderse únicamente como el fin de la menstruación.
Es una transformación biológica que puede afectar distintos aspectos de la salud física y emocional.

Mucho más que los sofocos

Cuando se habla de menopausia, la mayoría de las personas piensa únicamente en los bochornos o sofocos.
Sin embargo, existen muchos otros síntomas que pueden afectar la calidad de vida.
Entre los más frecuentes se encuentran:
• Sofocos y sudoración nocturna.
• Insomnio o sueño poco reparador.
• Cambios de humor.
• Ansiedad e irritabilidad.
• Sensación de tristeza o pérdida de motivación.
• Dificultad para concentrarse o "mente nublada".
• Cansancio constante.
• Dolores musculares y articulares.
• Sequedad vaginal y molestias durante las relaciones sexuales.
• Cambios en el metabolismo y aumento de peso.

Señales de que es momento de buscar ayuda profesional

Consulta con un profesional de la salud si:

- ✓ Los síntomas afectan tu trabajo o tus relaciones.
 - ✓ El insomnio se mantiene durante varias semanas.
 - ✓ La ansiedad o la tristeza son constantes.
 - ✓ Has perdido el interés por actividades que antes disfrutabas.
 - ✓ Sientes que ya no puedes afrontar el día a día como antes.
- Pedir ayuda también es una forma de cuidar de ti.

Reflexión

Muchas mujeres a lo largo de los años han cuidado de sus hijos, de la pareja, de los padres, del trabajo y del hogar.
Ahora ha llegado el momento de recordarles algo que con frecuencia olvidan:
Ellas también merecen ser cuidadas. La menopausia no representa el final de una etapa de valor. Representa el comienzo de una nueva etapa que también puede vivirse con plenitud, salud y bienestar. Ninguna mujer debería sentir que pierde su identidad por atravesar un cambio natural de su cuerpo, porque la experiencia, la fortaleza y la capacidad de amar no desaparecen con los años.
Una mujer nunca deja de florecer; simplemente cambia la estación en la que lo hace.



Por Ailín María Gutiérrez

Corría el año 1796.

En la campiña inglesa, el médico Edward Jenner llevaba años observando el sufrimiento causado por la viruela. Era una enfermedad temida por familias enteras: se propagaba con facilidad, cobraba numerosas vidas y podía dejar graves secuelas en quienes lograban sobrevivir.

Jenner era médico, investigador y padre de familia. Como tantos hombres de ciencia de su época, buscaba una manera de proteger a las personas de una enfermedad que parecía imposible de detener. Durante sus visitas a las comunidades rurales había escuchado una creencia repetida entre los habitantes del lugar: las mujeres que ordeñaban vacas y habían contraído la llamada viruela vacuna, una infección generalmente más leve, parecían no enfermarse después de la peligrosa viruela humana.

Aquella observación despertó en él una pregunta:

¿Podría una enfermedad menos peligrosa proteger al cuerpo contra otra mucho más mortal?

Muchos habrían ignorado aquella posibilidad. Jenner decidió investigarla.

En mayo de 1796 utilizó material procedente de una lesión de viruela vacuna de una ordeñadora llamada Sarah Nelmes y lo inoculó a James Phipps, un niño de ocho años, hijo de su jardinero. Tiempo después comprobó que el niño había desarrollado protección frente a la viruela. Aquel procedimiento no cumpliría con las normas éticas y científicas que existen en la actualidad, pero se convirtió en un momento decisivo para la historia de la medicina. Jenner dio un paso rodeado de incertidumbre. Hizo falta observación, conocimiento y una enorme valentía para defender una idea que todavía no había sido aceptada por la comunidad científica.

Sin embargo, aquel descubrimiento no produjo por sí solo la erradicación de la enfermedad. Fueron necesarios casi dos siglos de investigación, fabricación de vacunas, campañas de inmunización, vigilancia epidemiológica y colaboración internacional. Finalmente, en 1980, la Organización Mundial de la Salud declaró oficialmente erradicada la viruela, convirtiéndola en la primera enfermedad humana eliminada mediante un esfuerzo mundial de vacunación.

Lo que comenzó con una observación en una comunidad rural terminó protegiendo a generaciones enteras.

¿Los grandes descubrimientos quedaron en el pasado?

¿Acaso los avances capaces de transformar la vida humana ocurrieron solamente en los siglos XVIII y XIX?

La respuesta es no.

La ciencia nunca ha dejado de avanzar.

Cada generación recibió el conocimiento de quienes la precedieron, lo cuestionó, lo perfeccionó y lo convirtió en el punto de partida para nuevos descubrimientos.

La anestesia transformó la cirugía.

Los antibióticos hicieron tratables infecciones que antes podían resultar mortales.

Los rayos X permitieron observar el interior del cuerpo humano sin necesidad de una operación.

Después llegaron la tomografía, la resonancia magnética, los trasplantes de órganos, los marcapasos, las incubadoras, las prótesis avanzadas y las cirugías asistidas por robots.

Ninguno de esos logros apareció de un día para otro.

Detrás de cada uno hubo hombres y mujeres que estudiaron durante años, enfrentaron dudas, cometieron errores y volvieron a intentarlo.

La ciencia moderna continúa haciendo posible lo extraordinario

Hoy los médicos pueden observar estructuras diminutas del organismo, analizar información genética y detectar enfermedades con una precisión que habría parecido imposible hace apenas unas décadas.

La cirugía robótica permite realizar algunos procedimientos mediante movimientos extremadamente precisos. Las prótesis modernas pueden interpretar señales musculares, mientras que distintas herramientas de inteligencia artificial ayudan a estudiar imágenes médicas y reconocer patrones que apoyan el trabajo de los profesionales. La tecnología no sustituye la experiencia, el juicio ni la sensibilidad del médico. Los complementa. Permite reunir más información, reducir ciertos márgenes de error y desarrollar tratamientos cada vez más adaptados a las características de cada paciente.

Cuando un pequeño dispositivo ayuda a controlar la diabetes

Uno de los ejemplos más claros del avance tecnológico se encuentra en el tratamiento de la diabetes. Durante muchos años, las personas dependieron principalmente de mediciones realizadas mediante pequeñas muestras de sangre y debían calcular cuidadosamente la cantidad de insulina necesaria. Hoy existen monitores continuos de glucosa: pequeños sensores colocados sobre la piel que miden los niveles de glucosa durante el día y la noche. La información puede enviarse a un lector, a un teléfono o a una bomba de insulina. Algunos sistemas automatizados conectan el sensor con la bomba. Mediante algoritmos, analizan los cambios en la glucosa y ajustan la administración de insulina de acuerdo con las necesidades del organismo. Estos dispositivos todavía requieren supervisión, educación y seguimiento médico.

Un ensayo clínico aleatorizado publicado en The New England Journal of Medicine (NEJM) en 2025 evaluó estos sistemas automatizados en adultos con diabetes tratada con insulina. Los investigadores encontraron que los pacientes que utilizaron la tecnología lograron una reducción significativamente mayor de la hemoglobina A1c y pasaron más tiempo con sus niveles de glucosa dentro del rango recomendado, en comparación con quienes continuaron utilizando los métodos convencionales de administración de insulina. Además, la frecuencia de episodios de hipoglucemia fue baja en ambos grupos. Estos resultados demuestran cómo la combinación de sensores, algoritmos e ingeniería biomédica está transformando el tratamiento de enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida de millones de personas.

El futuro ya está ocurriendo

La medicina moderna investiga terapias genéticas para determinadas enfermedades hereditarias, órganos y tejidos desarrollados mediante bioingeniería, métodos de detección cada vez más tempranos y tratamientos personalizados según las características biológicas de cada persona. Algunas ideas todavía están en etapas experimentales. Otras ya comenzaron a incorporarse a la atención médica.

Probablemente, muchos de los tratamientos que parecerán normales para las próximas generaciones hoy se encuentran dentro de un laboratorio, en el cuaderno de un investigador o en la mente de alguien que se hizo una pregunta aparentemente imposible.

La perseverancia detrás del progreso

Cuando contemplamos una vacuna, un equipo de resonancia magnética, un robot quirúrgico o un sensor capaz de medir la glucosa, solemos admirar la tecnología.

Pero pocas veces pensamos en todas las personas que hicieron posible su existencia.

Detrás de cada avance hubo alguien que observó algo que otros no habían visto.

Alguien que se atrevió a preguntar. Alguien que continuó investigando después de un resultado negativo. Y alguien que decidió no rendirse porque comprendió que su trabajo podía mejorar la vida de otras personas.

La ciencia no ha avanzado porque el camino haya sido sencillo.

Ha avanzado gracias a la curiosidad, la valentía y la constancia de hombres y mujeres que se negaron a aceptar que el sufrimiento humano no tenía solución.

Gracias a ellos hoy vivimos más años.

Quizás el mayor avance tecnológico no sea una máquina, sino la decisión humana de seguir buscando respuestas mientras exista una vida que pueda ser protegida.



Por Ailín María Gutiérrez

La mariposa monarca recorre miles de kilómetros guiada por un instinto que la lleva de vuelta a su hogar.
Una historia que toca el corazón de los que sueñan con volver a casa.

Hay algo que une a millones de inmigrantes con una pequeña mariposa de apenas unos centímetros de longitud.

No es el tamaño.

No son las alas.

Es el corazón.

Cada otoño, millones de mariposas monarca emprenden uno de los viajes más extraordinarios de la naturaleza. Recorren miles de kilómetros desde Canadá y Estados Unidos hasta los bosques montañosos del centro de México.

Nadie les entrega un mapa.

Nadie les explica el camino.

Sin embargo, vuelan con una certeza que parece imposible de comprender.

Saben que existe un lugar al que deben regresar.

Y, de alguna manera, siempre encuentran el camino.

Quizás por eso su historia emociona tanto a quienes un día también hicieron las maletas, dejaron atrás a su familia, abrazaron a sus padres sin saber cuándo volverían a verlos y emprendieron el viaje hacia un país desconocido con la esperanza de construir un futuro mejor.

Porque, aunque aprendemos un nuevo idioma, construimos una nueva vida y llamamos hogar a otro lugar...

Hay una parte del corazón que nunca deja de mirar hacia la tierra donde comenzó nuestra historia.

Un viaje que desafía toda lógica

La mariposa monarca puede recorrer hasta 4,000 kilómetros durante su migración anual.

Es una de las migraciones más largas del reino de los insectos.

Lo más sorprendente es que la mariposa que llega a México nunca había realizado ese viaje antes.

Se guía por la posición del sol, por un reloj biológico interno y, según las investigaciones, también por la capacidad de detectar el campo magnético de la Tierra.

La ciencia sigue estudiando este extraordinario fenómeno.

Pero hay algo que todavía resulta difícil de explicar.

¿Cómo un ser tan pequeño sabe exactamente hacia dónde debe volar?

El hogar nunca desaparece

Cada invierno, millones de mariposas cubren los bosques de oyamel en Michoacán y el Estado de México.

Cuando el sol toca sus alas, los árboles parecen llenarse de flores naranjas que cobran vida.

Ese bosque representa mucho más que un destino.

Es refugio.

Es seguridad.

Es el lugar donde recuperan fuerzas para continuar su ciclo.

Y quizás esa palabra, hogar, tenga un significado muy parecido para millones de inmigrantes.

Porque emigrar no significa olvidar.

Significa aprender a vivir con dos hogares.

Uno donde construyes tu presente.

Y otro que sigue viviendo en los recuerdos.

Una lección para quienes vivimos lejos de casa

Quienes hemos emigrado sabemos que hay fechas que pesan más que otras.

Un cumpleaños.

Una Navidad.

Una llamada inesperada.

Una fotografía antigua.

El olor de una comida.

Una canción.

De repente, sin buscarlo, el corazón viaja miles de kilómetros en un solo instante.

Exactamente igual que la mariposa monarca.

Porque hay viajes que primero ocurren en el alma.

La ciencia detrás del milagro

Los científicos han descubierto que las mariposas monarca utilizan una combinación de señales solares, ritmos biológicos internos y el campo magnético terrestre para orientarse durante su migración.

Cada generación continúa el viaje iniciado por la anterior.

Ninguna completa por sí sola todo el recorrido.

Es un esfuerzo colectivo que atraviesa generaciones.

Y quizá ahí también exista otra hermosa enseñanza.

Nosotros tampoco llegamos solos.

Nuestros padres hicieron sacrificios para abrir caminos.

Nosotros continuamos ese esfuerzo.

Y algún día serán nuestros hijos quienes escriban el siguiente capítulo de esa historia.

Cuando el hogar también cambia

Curiosamente, muchas mariposas regresan al mismo bosque donde generaciones anteriores encontraron refugio.

Los inmigrantes vivimos algo parecido.

Con el paso de los años descubrimos que el hogar ya no es solamente el lugar donde nacimos.

También es donde nacen nuestros hijos.

Donde construimos amistades.

Donde encontramos oportunidades.

Donde aprendemos a empezar de nuevo.

Nuestro corazón aprende a amar dos tierras al mismo tiempo.

Y eso no significa dividirse.

Significa crecer.

¿Sabías que...?

1. Un bosque que se vuelve naranja

Cada invierno, millones de mariposas monarca llegan a los bosques de oyamel de Michoacán. Cuando se agrupan sobre los árboles, el peso de sus cuerpos puede hacer que las ramas se inclinen, mientras el bosque parece transformarse en un inmenso manto naranja y negro. Este fenómeno es tan extraordinario que la Reserva de la Biosfera Mariposa Monarca fue declarada Patrimonio Mundial por la UNESCO en 2008.

♥ Reflexión

Quizás por eso la historia de la mariposa monarca nos conmueve tanto.

Porque, en el fondo, todos llevamos una brújula invisible.

Una que siempre recuerda de dónde venimos, que nos hace sonreír cuando escuchamos el acento de nuestra tierra. Que se emociona con una receta de la abuela. Que guarda intactos los recuerdos de la infancia.

La mariposa monarca nos enseña que nunca olvidamos nuestras raíces.

Pero también nos recuerda algo igual de importante. Que es posible recorrer miles de kilómetros...

Construir una nueva vida... Encontrar nuevos sueños...

Y aun así conservar intacto el amor por el lugar donde comenzó nuestra historia. Porque el verdadero hogar no siempre es un punto en el mapa. A veces...

es el lugar donde descansa nuestro corazón.

El Dorado: el mito que hizo soñar al mundo



Por Ailín María Gutiérrez

Durante siglos, exploradores cruzaron selvas, ríos y montañas en busca de una legendaria ciudad de oro. Pero ¿existió realmente?

Corría el siglo XVI.

Las historias que llegaban desde el Nuevo Mundo hablaban de riquezas inimaginables. Los conquistadores regresaban a Europa con oro, plata y relatos sobre civilizaciones desconocidas que habían levantado ciudades monumentales mucho antes de la llegada de los europeos.

Pero entre todas aquellas historias hubo una que despertó una fascinación sin precedentes.

Se decía que, en algún lugar del continente americano, existía una ciudad donde el oro no era un tesoro, sino parte de la vida cotidiana. Un lugar cuyas calles, templos y palacios brillaban bajo el sol.

La llamaban El Dorado.

Durante más de tres siglos, cientos de expediciones atravesaron montañas, navegaron ríos caudalosos y se internaron en selvas prácticamente inexploradas con un mismo objetivo: encontrar aquella ciudad legendaria.

Muchos nunca regresaron.

Y quienes lo hicieron, volvieron con más preguntas que respuestas.

Pero...

¿Y si la historia de El Dorado nunca hubiera hablado de una ciudad?

Un hombre cubierto de oro

La mayoría de los historiadores coincide en que la leyenda nació en el territorio que hoy ocupa Colombia, entre el pueblo muisca, una de las civilizaciones más importantes de la región andina antes de la llegada de los españoles.

Cuando un nuevo cacique asumía el poder, participaba en una ceremonia profundamente simbólica en la laguna de Guatavita.

Su cuerpo era cubierto con un fino polvo de oro hasta quedar completamente resplandeciente.

Luego abordaba una balsa acompañado por sacerdotes y navegaba hacia el centro de la laguna, donde ofrecía piezas de oro y esmeraldas como ofrenda a sus dioses.

Para los muisca, el oro no representaba riqueza económica.

Era un elemento espiritual y ceremonial.

Sin embargo, cuando los conquistadores escucharon aquellas historias, las interpretaron de una manera muy distinta.

El hombre dorado comenzó a transformarse en un reino.

Después en una ciudad.

Y finalmente en un imperio repleto de riquezas.

Así nació uno de los mitos más famosos de la historia.

La búsqueda que obsesionó al mundo

La leyenda de El Dorado impulsó algunas de las expediciones más arriesgadas de la época.

Exploradores españoles, alemanes e ingleses recorrieron enormes extensiones del continente convencidos de que la ciudad existía.

Uno de los nombres más conocidos es el del explorador inglés Sir Walter Raleigh, quien organizó varias expediciones hacia la región de Guayana en busca del supuesto reino dorado.

Las dificultades eran enormes.

Selvas impenetrables.

Ríos desconocidos.

Enfermedades tropicales.

Escasez de alimentos.

Muchos exploradores perdieron la vida persiguiendo un lugar que nunca apareció en los mapas.

¿Qué dice la arqueología?

Con el paso de los siglos, la arqueología permitió comprender mejor el origen de la leyenda.

Las investigaciones realizadas alrededor de la laguna de Guatavita confirmaron que los muisca realizaban ceremonias rituales en las que depositaban objetos de oro y otros materiales preciosos como ofrendas.

También se han descubierto extraordinarias piezas de orfebrería elaboradas por esta civilización, que demuestran su impresionante dominio de la metalurgia y el profundo significado espiritual que otorgaban al oro.

Sin embargo, hasta la fecha no existe evidencia arqueológica que confirme la existencia de una ciudad construida completamente con oro.

Para la mayoría de los especialistas, El Dorado fue una interpretación exagerada de un ritual real, alimentada por la imaginación, la ambición y el deseo de encontrar riquezas extraordinarias.

Cuando la realidad supera al mito

Aunque la ciudad de oro probablemente nunca existió, los descubrimientos arqueológicos realizados en Colombia han demostrado que la cultura muisca poseía un extraordinario desarrollo artístico, social y tecnológico.

Sus trabajos en oro continúan siendo considerados entre los más sofisticados de América prehispánica.

Cada pieza encontrada ayuda a comprender mejor una civilización cuya riqueza no se medía únicamente por los metales preciosos, sino también por sus conocimientos, sus tradiciones y su organización.

Paradójicamente, mientras muchos exploradores buscaban una ciudad imaginaria, el verdadero tesoro siempre estuvo frente a ellos: una cultura fascinante que merecía ser comprendida y preservada.

♥ Reflexión

Durante siglos, miles de personas arriesgaron su vida persiguiendo una ciudad hecha de oro.

Nunca la encontraron.

Quizás porque buscaban el tesoro en el lugar equivocado.

Con el tiempo, la arqueología nos enseñó que el verdadero valor de una civilización no se encuentra en la cantidad de oro que acumuló, sino en las huellas que dejó para la humanidad.

En su conocimiento.

En su arte.

En su capacidad para comprender la naturaleza.

En las historias que aún hoy siguen despertando nuestra imaginación.

El Dorado continúa existiendo.

No como una ciudad escondida entre la selva.

Sino como un recordatorio de que la mayor riqueza de América siempre ha sido su historia, la diversidad de sus pueblos y el legado cultural que continúa inspirando al mundo.

Porque el oro puede deslumbrar por un momento.

Pero el conocimiento y la memoria de una civilización pueden iluminar generaciones enteras.

Arqueología



La vida de William Carey nos recuerda que, incluso en medio del dolor y cuando todo parece salir mal, Dios puede estar escribiendo una historia mucho más grande de la que alcanzamos a comprender.

Hay momentos en los que la vida deja de tener sentido...

Momentos en los que las oraciones parecen no encontrar respuesta.
Momentos en los que el dolor es tan profundo que resulta imposible entender qué propósito puede existir detrás de tanto sufrimiento.
William Carey conoció muy bien esa sensación.
Cuando dejó Inglaterra para viajar a la India en 1793, estaba convencido de que Dios lo llamaba a predicar el Evangelio.
Imaginaba una vida dedicada al servicio.
Nunca imaginó el precio que tendría que pagar.

El desierto

Poco tiempo después de llegar a la India comenzaron las dificultades.
La pobreza. las enfermedades, el aislamiento, la barrera del idioma, la falta de apoyo económico.
Y luego llegaron pérdidas mucho más dolorosas.
Su pequeño hijo Peter enfermó gravemente y murió.
La tragedia destrozó a toda la familia.Su esposa, Dorothy, profundamente afectada por el duelo, sufrió una grave enfermedad mental de la que nunca logró recuperarse completamente.
Mientras intentaba sostener a su familia, Carey también enfrentaba el rechazo, la soledad y la sensación de que su ministerio no estaba dando frutos.
Después de años de esfuerzo, parecía que todo había sido un fracaso.
¿Cuántas veces nosotros también hemos sentido que Dios guarda silencio precisamente cuando más lo necesitamos?
Cuando Dios estaba obrando en silencio
Sin embargo, mientras William Carey pensaba que su misión era predicar, Dios estaba preparando algo mucho más grande.Comprendió que millones de personas jamás podrían conocer el Evangelio si no podían leer la Biblia en su propio idioma.Entonces comenzó una tarea inmensa.

- Aprender lenguas.
- Traducir las Escrituras.
- Imprimir libros.
- Formar maestros.
- Fundar escuelas.

Lo que parecía un cambio de rumbo terminó convirtiéndose en el legado de toda una vida.

Participó en la traducción de la Biblia a numerosos idiomas y dialectos del sur de Asia, ayudando a que generaciones enteras pudieran leer por primera vez las Escrituras en una lengua que comprendían.
Una fe que también transformó la sociedad
Pero William Carey entendía que compartir el Evangelio también significaba defender la dignidad humana.

Durante años denunció prácticas que atentaban contra la vida y la justicia.

Una de ellas fue el sati, una antigua tradición en la que algunas viudas eran obligadas o presionadas a morir en la pira funeraria de sus esposos.
Carey documentó estos casos, trabajó junto con otros líderes y colaboró para que esta práctica fuera conocida por las autoridades británicas.
En 1829, el sati fue oficialmente prohibido en gran parte de la India bajo dominio británico.Además, impulsó la creación de escuelas, promovió la educación para distintos sectores de la población y participó en la fundación de instituciones académicas.
Su legado continúa vivo hasta nuestros días.
El Serampore College, fundado en 1818, sigue funcionando y es una de las instituciones educativas más antiguas de Asia.

El propósito que nunca imaginó

Quizá William Carey pensó que sería recordado por sus sermones.
La historia decidió otra cosa.
Hoy es recordado por haber abierto las puertas del conocimiento, por traducir la Biblia, por defender la dignidad de las personas y por sembrar oportunidades educativas que siguen dando fruto más de dos siglos después.
Su propósito era mucho más grande de lo que él podía imaginar.

📖 ¿Sabías que...?

1. Un zapatero cambió la historia

Antes de convertirse en misionero, William Carey trabajaba como zapatero. Mientras reparaba zapatos, aprovechaba cada momento libre para estudiar idiomas, geografía y la Biblia. Su historia demuestra que el propósito de una persona no depende de su profesión, sino de su disposición para aprender y servir.

2. Hablaba numerosos idiomas

A lo largo de su vida, William Carey aprendió bengalí, sánscrito, maratí y otros idiomas de la India, participando en la traducción total o parcial de la Biblia a decenas de lenguas y dialectos para que millones de personas pudieran leer las Escrituras en su propio idioma.

3. Una imprenta que cambió generaciones

Carey ayudó a establecer una de las imprentas más importantes de la India de su época. Desde allí se imprimieron Biblias, diccionarios, libros escolares y materiales educativos que transformaron el acceso al conocimiento para miles de personas.

4.El "padre de las misiones modernas"

Hoy, historiadores y teólogos lo conocen como el padre de las misiones modernas, no solo por viajar a la India, sino por demostrar que el trabajo misionero también implica educar, traducir, servir, defender la dignidad humana y transformar comunidades enteras.

Una frase que marcó la historia

William Carey es recordado por una frase que sigue inspirando a millones de personas:

"Espera grandes cosas de Dios; intenta grandes cosas para Dios."

Reflexión

Vivimos en una sociedad que nos enseña a medir el éxito por los resultados visibles.Pero Dios muchas veces trabaja de una manera completamente distinta.Hay personas que pasan años sintiendo que sus esfuerzos no producen frutos.Que sus oraciones no son respondidas.Que sus sueños quedaron atrás.

La historia de William Carey nos recuerda que el silencio de Dios no siempre significa ausencia.A veces significa preparación.

Quizá hoy no comprendemos por qué algunas puertas se cerraron.Por qué hubo pérdidas.Por qué el camino fue tan difícil.

Pero eso no significa que Dios haya dejado de escribir nuestra historia. Los dones que Él deposita en cada persona tienen un propósito.

Y ese propósito rara vez consiste únicamente en nuestro propio éxito. Consiste en servir.

En transformar vidas.

En dejar un legado que continúe hablando cuando nosotros ya no estemos. Porque muchas veces el mayor propósito de nuestra vida no nace en los momentos de triunfo.

Nace precisamente en aquellos momentos en los que, aun sin entender el dolor, decidimos seguir caminando por fe.



Cada vez que un atleta mexicano viste el uniforme nacional, carga mucho más que una camiseta. Representa a su familia, a su comunidad y a millones de personas que encuentran en el deporte un motivo para creer que los sueños pueden hacerse realidad.

⚽ EL FUTURO VISTE DE VERDE

La nueva generación que sueña con hacer historia

Para miles de niños mexicanos, vestir algún día la camiseta de la Selección Nacional representa uno de sus mayores sueños. Para los integrantes de la Selección Mexicana Sub-20, ese sueño ya se convirtió en una responsabilidad.

México comenzó su participación en el Campeonato Sub-20 de la Concacaf 2026 con una contundente victoria de 3-0 frente a Antigua y Barbuda, en el Estadio Cuauhtémoc de Puebla. El conjunto mexicano dominó desde la primera mitad y confirmó su superioridad con las anotaciones de Hugo Camberos, Francisco Valenzuela y Santiago Sandoval.

La selección, dirigida por Alex Diego, compite no solamente por defender el título regional obtenido en 2024, sino también por conseguir la clasificación a la Copa Mundial Sub-20 de 2027 y a los Juegos Olímpicos de 2028.



🏆 DOS HERMANAS, UN MISMO SUEÑO

Las gemelas que hicieron historia en los clavados

Desde pequeñas, Mía y Lía Cueva Lobato, originarias de Guadalajara, aprendieron que el éxito en los clavados depende de algo más que la técnica.

Depende de la confianza. De la disciplina. Y de la capacidad de moverse como si fueran una sola persona.

Con apenas 14 años sorprendieron al conquistar el primer lugar en una competencia internacional, venciendo por primera vez a una pareja china en la prueba sincronizada de trampolín de tres metros, una disciplina históricamente dominada por ese país.

Su logro representa el surgimiento de una nueva generación de clavadistas mexicanos que continúa colocando a México entre las grandes potencias mundiales de este deporte.

Más allá de las medallas, las gemelas demuestran que los sueños compartidos también pueden convertirse en grandes victorias.



🏃 LOS GUARDIANES DE UNA TRADICIÓN

Cuando correr forma parte de la identidad

Mientras muchos corredores entrenan en modernas pistas de atletismo, los rarámuri, también conocidos como "el pueblo de los pies ligeros", crecieron recorriendo las montañas de la Sierra Tarahumara.

Para ellos, correr nunca fue solamente un deporte. Ha sido, durante siglos, una forma de comunicarse entre comunidades, transportar alimentos y mantener vivas sus tradiciones.

Esa extraordinaria resistencia continúa sorprendiendo al mundo.

En distintas competencias internacionales, atletas indígenas mexicanos han demostrado que la fortaleza física también puede nacer de la conexión con la naturaleza, la disciplina y el profundo respeto por sus raíces culturales.

Cada paso que dan representa mucho más que una carrera. Representa una herencia que ha pasado de generación en generación.



El campeón que corrió por su pueblo

Para Juan Herrera, cruzar la meta nunca fue el verdadero objetivo. Su mayor victoria era regresar a casa con esperanza para su comunidad. Mientras miles de corredores entrenaban con la mejor tecnología, zapatillas de última generación y suplementos deportivos, un hombre llegaba a las competencias vestido con ropa tradicional, huaraches hechos con suelas de llanta y una pequeña bolsa de pinole para alimentarse durante la carrera. Su nombre era Juan Herrera, un corredor rarámuri originario de Choguita, en la Sierra Tarahumara de Chihuahua. En 1994 sorprendió al mundo al conquistar el Leadville Trail 100, una de las ultramaratones más exigentes de Estados Unidos. Competía a más de 3,000 metros de altitud, recorriendo 100 millas (160 kilómetros) por las montañas de Colorado, enfrentándose a atletas profesionales que contaban con equipos de apoyo, tecnología y preparación especializada. Juan ganó confiando únicamente en la fortaleza que había desarrollado desde niño recorriendo las montañas de su tierra. Pero la verdadera historia comenzaba después de cruzar la meta. En aquellos años, una fuerte sequía golpeaba a la Sierra Tarahumara. Muchas familias vivían sin electricidad, con escasez de agua y alimentos. Para Juan y otros corredores rarámuri, competir en Estados Unidos era una oportunidad para que el mundo conociera la difícil realidad de su pueblo. Ellos mismos explicaban que corrían porque en su comunidad había hambre y necesitaban ayuda. Su triunfo despertó la solidaridad de muchas personas. Gracias a esa visibilidad se organizaron campañas para enviar toneladas de maíz, frijoles, medicinas y cobijas a Choguita, además de impulsar proyectos comunitarios que buscaban mejorar las condiciones de vida de sus habitantes. Para Juan Herrera, el trofeo más importante nunca fue una medalla. Fue saber que cada kilómetro recorrido podía significar alimento, esperanza y un mejor futuro para las familias de su comunidad.

♥ Reflexión

En el deporte solemos recordar quién ganó una carrera. Pero pocas veces nos preguntamos por qué corría. Juan Herrera nos enseñó que existen victorias que no caben en un podio. Hay triunfos que se miden en un plato de comida, en una comunidad que recibe ayuda o en la esperanza que nace cuando el mundo decide mirar a quienes más lo necesitan. Porque el verdadero campeón no siempre es quien llega primero a la meta. Es quien convierte su victoria en esperanza para los demás

El día que Amalia volvió a mirarse al espejo



Son las seis de la mañana.

Amalia apenas ha dormido unas horas.

Hace apenas unos meses nació su tercer hijo y, desde entonces, los días parecen repetirse una y otra vez: preparar el desayuno, vestir a los niños, llevarlos a la escuela, atender el trabajo, hacer las compras, cocinar, lavar ropa y procurar que todo en casa funcione.

Cuando finalmente termina la jornada, el cansancio suele vencerla antes de llegar a la cama. Una mañana, mientras se cepillaba el cabello, levantó la mirada hacia el espejo.

Se quedó en silencio.

Por primera vez en mucho tiempo no vio únicamente a la mamá de tres niños. Vio a una mujer que apenas reconocía.

Su piel ya no tenía la misma luminosidad. Las líneas de expresión alrededor de los ojos parecían más profundas.

Las manchas que aparecieron durante sus embarazos seguían ahí. Y la firmeza de su rostro ya no era la misma.

Entonces se hizo una pregunta que muchas mujeres han pensado alguna vez, aunque pocas se atreven a decir en voz alta.

¿En qué momento dejé de cuidarme?

Cuidar de todos... menos de una misma

La historia de Amalia no es única.

Miles de mujeres dedican gran parte de su vida a cuidar de quienes aman. Se convierten en el apoyo de su familia, en el motor del hogar y en quienes siempre encuentran tiempo para los demás. Pero, casi sin darse cuenta, comienzan a posponer su propio bienestar.

"Después compro esa crema."

"Después voy al dermatólogo."

"Después descanso."

"Después me arreglo."

Y ese "después" muchas veces tarda años en llegar.

La piel también cuenta nuestra historia

Con el paso del tiempo, la piel cambia de manera natural.

Los embarazos, las hormonas, la exposición al sol, el estrés, la falta de descanso y el paso de los años pueden provocar pérdida de elasticidad, manchas, sequedad y líneas de expresión.

Nada de eso significa que una mujer haya perdido su belleza.

Significa simplemente que su piel necesita cuidados diferentes a los que necesitaba hace diez años.

Así como cambiamos nuestra alimentación o nuestra rutina con el tiempo, también nuestra piel merece atención, hidratación y protección.

La verdadera belleza se construye todos los días

Cuando Amalia comenzó a investigar cómo recuperar la salud de su piel, descubrió algo que muchas personas desconocen: ninguna crema puede sustituir los hábitos saludables.

Nuestra piel refleja lo que sucede dentro del organismo. Es como un espejo que muestra si estamos descansando lo suficiente, si nos alimentamos bien, si estamos hidratados o si el estrés se ha convertido en parte de nuestra rutina diaria. Por eso, antes de pensar en cualquier tratamiento, vale la pena fortalecer los pilares que sostienen una piel sana y un cuerpo saludable.

Una alimentación que también nutre la piel

Los alimentos ricos en vitaminas A, C y E, así como las frutas, verduras, nueces, pescado y grasas saludables, ayudan a proteger la piel del envejecimiento prematuro y favorecen la producción natural de colágeno. Reducir el consumo excesivo de azúcares y alimentos ultraprocesados también puede contribuir a una piel con mejor apariencia y luminosidad. Cada comida es una oportunidad para cuidar nuestro cuerpo desde el interior.

El agua: el mejor aliado de tu piel

Muchas veces buscamos productos costosos para hidratar nuestra piel, pero olvidamos el hábito más sencillo de todos. Beber suficiente agua ayuda a mantener la hidratación del organismo y favorece el buen funcionamiento de la piel. Aunque no elimina las arrugas ni reemplaza una rutina de cuidado facial, sí contribuye a que la piel luzca más saludable cuando forma parte de un estilo de vida equilibrado.

Un pequeño cambio diario puede hacer una gran diferencia con el paso del tiempo.

El ejercicio también embellece

Mover el cuerpo no solo fortalece los músculos y el corazón.

La actividad física mejora la circulación sanguínea, favorece la oxigenación de los tejidos y ayuda a disminuir los niveles de estrés. No es necesario pasar horas en un gimnasio.

Una caminata de 30 minutos, bailar, practicar yoga o salir a andar en bicicleta también cuentan. Lo importante es encontrar una actividad que disfrutes y puedas mantener en el tiempo.

Respirar también es cuidarse

Vivimos tan deprisa que muchas veces olvidamos algo tan esencial como respirar profundamente. El estrés constante puede influir en la salud de la piel y en nuestro bienestar general. Dedicar unos minutos al día para respirar de forma consciente, practicar ejercicios de relajación, orar, meditar o simplemente permanecer en silencio puede ayudar a disminuir la tensión y recuperar el equilibrio emocional.

A veces, el mejor tratamiento comienza con una respiración lenta y profunda.

El descanso también deja huella

Mientras dormimos, nuestro cuerpo pone en marcha procesos naturales de reparación y regeneración.

Dormir entre siete y nueve horas por noche no solo beneficia nuestra energía y concentración; también favorece la recuperación de la piel y del organismo.

El descanso no es tiempo perdido.

Es una inversión en nuestra salud.

Una rutina de cuidado para cada etapa de la vida

Así como nuestro cuerpo necesita una alimentación equilibrada, ejercicio y descanso para mantenerse saludable, nuestra piel también necesita una rutina diaria de cuidado.

No se trata de utilizar muchos productos, sino de elegir los adecuados para las necesidades de cada persona.

Una rutina básica de cuidado facial suele incluir estos pasos:

✨ **Limpieza:** elimina las impurezas, el exceso de grasa y los residuos acumulados durante el día.

✨ **Exfoliación:** ayuda a retirar las células muertas de la piel y favorece una apariencia más suave y luminosa. Se recomienda realizarla según el tipo de piel y las indicaciones del producto.

✨ **Tonificación:** ayuda a equilibrar la piel y prepararla para recibir los siguientes productos.

✨ **Hidratación:** aporta la humedad necesaria para mantener la piel flexible y saludable.

✨ **Protección solar:** el protector solar es uno de los hábitos más importantes para prevenir el envejecimiento prematuro y proteger la piel de los daños causados por los rayos UV.

Cada piel es diferente. La edad, el clima, los cambios hormonales y el estilo de vida influyen en sus necesidades, por lo que no existe una rutina universal que funcione para todas las mujeres.

Porque cuidar tu piel no significa buscar la perfección. Significa regalarte unos minutos al día para cuidar de ti, con productos y hábitos que te ayuden a sentirte saludable, segura y bien contigo misma.

🌸 **Descubre la rutina ideal para tu piel.**

Si después de leer este artículo te gustaría aprender cómo cuidar tu piel y complementar hábitos saludables con una rutina personalizada de cuidado de la piel, te invito a escanear el código QR, agenda tu asesoría personalizada y descubrir los mejores productos cosméticos de Mary Kay para una piel hermosa y saludable.



The Michigan Crown Expo 2026

Un espacio para impulsar los negocios hispanos.

Los emprendedores y pequeños negocios de West Michigan tendrán una nueva oportunidad para darse a conocer durante The Michigan Crown Expo 2026, un evento que reunirá a empresas, emprendedores y proveedores de servicios en un mismo lugar.

La expo busca crear un espacio donde los asistentes puedan descubrir nuevos negocios, establecer contactos, conocer productos y servicios, y fortalecer la economía local mediante el apoyo a emprendedores de la comunidad.

Además de los diferentes expositores, los asistentes podrán participar en el Pasaporte de Regalos, una dinámica especial en la que los primeros 500 invitados tendrán acceso a una rifa con premios como una cadena de oro, créditos para remodelación de viviendas, limpieza dental, inspección para la compra de una propiedad, perfumes, productos orgánicos, artículos personalizados y muchos otros obsequios.

Como parte del evento también se entregarán reconocimientos a empresas destacadas en diferentes categorías, resaltando el esfuerzo y la contribución de negocios que fortalecen la comunidad hispana de Michigan.

- 📍 **Fecha:** Domingo 9 de agosto
- 🕒 **Hora:** 2:00 p. m.
- 📍 **Lugar:** Holland Civic Center, 150 W. Eighth St., Holland, MI

PASAPORTE DE REGALOS

Solo los primeros 500 invitados tendrán acceso al pasaporte para participar en la gran rifa de regalos gratis

PREMIOS

- Cadena de oro real
- Credito para remodelacion de casas
- Limpieza dental gratis
- Inspeccion para compra de propiedad
- Perfumes
- Productos organicos
- Productos personalizados
- Y muchas otros productos y servicios mas

CORONA DE MICHIGAN

PATROCINADORES OFICIALES
KB Gold Jewelry | Camy Events | Gomez Granite Countertops

INVITADOS ESPECIALES
Dime Loco - Podcast Oficial
El Hispanohablante - Prensa Oficial
DJ Killer - DJ Oficial

THE MICHIGAN CROWN EXPO 2026

invitacion exclusiva

Domingo 9 de Agosto
2:00 pm
Holland Civic Center
150 W Eighth St
Holland, MI 49423

se puntual



USCIS reanuda algunos procesos migratorios para cubanos y venezolanos

El Servicio de Ciudadanía e Inmigración de Estados Unidos (USCIS) reanudó la tramitación de algunos beneficios migratorios para ciudadanos cubanos y venezolanos que habían permanecido suspendidos mientras se realizaban revisiones administrativas.

La reanudación de estos procesos representa una noticia importante para muchas familias que esperan avanzar en sus trámites. Sin embargo, es importante recordar que cada caso es diferente y que la reactivación de los procedimientos no significa una aprobación automática de las solicitudes. Las autoridades continuarán evaluando cada expediente conforme a la legislación vigente.

Ante cualquier duda sobre el estado de un caso o las opciones disponibles, la recomendación es buscar orientación legal antes de presentar documentos o tomar decisiones que puedan afectar un proceso migratorio.

⚖️ ¿Necesitas orientación sobre tu caso?

Las leyes de inmigración cambian con frecuencia y cada situación tiene características particulares. Contar con el apoyo de un profesional puede ayudarte a comprender mejor tus opciones y evitar errores durante el proceso.

En esta edición encontrarás el anuncio de The Law Office of Michael K. Gardiner, una firma con más de 30 años de experiencia que ofrece servicios en peticiones familiares, residencia, permisos de trabajo, ciudadanía, acción diferida y otros trámites migratorios.



Servicios *legales* de inmigración

MÁS DE 30 AÑOS DE EXPERIENCIA

 PETICIONES DE FAMILIA

 ACCIÓN DIFERIDA

 RESIDENCIA

 PERMISOS DE TRABAJO

 CIUDADANÍA

 Y MÁS

The Law Office of Michael K. Gardiner

CENTRO DE SERVICIOS LEGALES

 **616 459-9256** **1052 BRIDGE STREET NW, GRAND RAPIDS MI 49504**



El mejor negocio de la ciudad...que nadie conocía.

"Porque un excelente producto no sirve de nada si las personas no saben que existe."

Todo comenzó con un sueño

Hace algunos años, un emprendedor hispano decidió abrir el negocio con el que siempre había soñado. Trabajó durante meses para reunir el dinero. Buscó el mejor local. Compró equipos nuevos. Decoró cada rincón con entusiasmo. Se aseguró de ofrecer un excelente producto y un servicio de calidad. Estaba convencido de que, si hacía bien su trabajo, los clientes llegarían solos. Pero las semanas pasaban y el negocio seguía casi vacío. Cada noche cerraba la puerta preguntándose la misma cosa. ¿Qué estoy haciendo mal?

El problema no era el negocio

Con el tiempo comprendió algo que miles de emprendedores descubren demasiado tarde.

No era la calidad. No era el servicio. No eran los precios.

El verdadero problema era que muy pocas personas sabían que su negocio existía.

Puedes tener el mejor restaurante. La mejor clínica. La mejor aseguradora. El mejor abogado. La mejor tienda.

Pero si nadie te conoce... difícilmente podrán convertirse en tus clientes.

Si nadie conoce tu negocio, nadie podrá comprarte.

Tres cosas que necesita todo negocio

- ✓ Excelente producto
- ✓ Confianza
- ✓ Visibilidad

Tu negocio merece ser visto.

Miles de personas buscan diariamente productos y servicios dentro de la comunidad hispana.

Permítenos ayudarte a contar tu historia y conectar tu negocio con quienes realmente necesitan lo que ofreces.

La publicidad no es un gasto

Muchos pequeños negocios consideran la publicidad un lujo.

Sin embargo, cuando se realiza de manera estratégica, la publicidad se convierte en una inversión que ayuda a atraer nuevos clientes, fortalecer la confianza del público y posicionar una marca en la mente de los consumidores.

No se trata de anunciarse en todas partes. Se trata de aparecer donde realmente se encuentra tu público.

Una buena estrategia de comunicación puede marcar la diferencia entre un negocio que permanece invisible y uno que logra crecer de forma constante.

¿Cómo puede ayudarte El Hispanohablante?

En El Hispanohablante creemos que cada pequeño negocio merece la oportunidad de ser conocido.

Nuestra misión es conectar empresas, emprendedores y organizaciones con miles de lectores hispanohablantes en West Michigan mediante estrategias de comunicación que generan confianza y visibilidad.

Ofrecemos mucho más que espacios publicitarios. Creamos oportunidades para que tu historia llegue a las personas correctas.

¿Cómo podemos ayudarte?

- ✓ Publicidad impresa
- ✓ Redes sociales
- ✓ Artículos patrocinados
- ✓ Marketing
- ✓ Entrevistas
- ✓ Video marketing
- ✓ Publicidad digital
- ✓ Cobertura de eventos
- ✓ Diseño gráfico
- ✓ Producción audiovisual
- ✓ Podcast
- ✓ Branding

Agenda una reunión con nosotros

Conversemos sobre tu negocio.

Descubramos juntos cómo llegar a más clientes.

Porque cada empresa tiene una historia que merece ser conocida.



REFLEXIONES DEL ALMA

"Un espacio para detenernos, respirar y recordar lo que realmente importa."



A veces, el silencio también responde

Vivimos en un mundo que parece no detenerse nunca. Las responsabilidades se acumulan. Los días pasan con rapidez. Las preocupaciones ocupan nuestra mente y, sin darnos cuenta, olvidamos regalarle unos minutos de calma a nuestra alma. Sin embargo, la naturaleza nos recuerda una verdad sencilla. Los lagos no reflejan la belleza del cielo cuando sus aguas están agitadas. Solo cuando recuperan la calma pueden reflejar con claridad todo lo que tienen delante. Lo mismo ocurre con nuestra vida. Cuando vivimos apresurados, llenos de ruido y preocupaciones, es difícil escuchar nuestra propia voz, tomar buenas decisiones o disfrutar las pequeñas bendiciones que nos rodean.

Quizá hoy no puedas resolver todos tus problemas. Quizá aún haya preguntas sin respuesta. Pero siempre puedes regalarte un momento para respirar profundamente, contemplar el camino recorrido y recordar que cada amanecer trae consigo una nueva oportunidad. La paz no siempre aparece cuando desaparecen las dificultades. Muchas veces llega cuando aprendemos a confiar, incluso antes de comprender. Y es precisamente en esos momentos de silencio donde descubrimos que nunca hemos estado solos.

"Así como un lago necesita calma para reflejar el cielo, el alma necesita silencio para encontrar claridad."

Hasta la próxima edición...

Esperamos que cada una de estas páginas haya informado, inspirado y sembrado una nueva idea, una nueva oportunidad o una nueva esperanza en tu vida. Gracias por permitirnos entrar en tu hogar, en tu negocio y en tu familia. Gracias por confiar en nuestro trabajo y por formar parte de esta comunidad que, edición tras edición, continúa creciendo. Recuerda que El Hispanohablante no termina cuando cierras este periódico. Seguimos conectados a través de nuestro sitio web, nuestras redes sociales y, sobre todo, a través del compromiso que compartimos de construir una comunidad más informada, más unida y con más oportunidades para todos. "Nos volveremos a encontrar en la próxima edición, con nuevas historias, nuevas oportunidades y el mismo compromiso de servir a nuestra comunidad." Hasta la próxima. Con cariño y gratitud, **Ailín María Gutiérrez** Fundadora y Directora General

EL HISPANOABLANTE

centroinformativoelhispanohablante.com · infoelhispanohablante@gmail.com
(616) 251-4718 · Facebook · Instagram · YouTube