GRATIS

El Hispanohablante

EL HISPANOHABLANTE

Hecho para informar, conectar y servir a nuestra comunidad hispana

EDICIÓN 27 | SEMANARIO DE LA COMUNIDAD HISPANA | VIERNES, 30 DE OCTUBRE DE 2026

PERIODISMO Y COMUNIDAD

HOLLAND, MICHIGAN

Jorge y Paola Ramos entrevistan a Abdul El-Sayed en Holland

Los periodistas conversaron con el candidato demócrata al Senado de EE. UU. por Michigan durante un encuentro público organizado por la campaña de Abdul El-Sayed, celebrado el 25 de octubre de 2026.



LA ENTREVISTA | 25 OCT.

Jorge y Paola Ramos durante su conversación con Abdul El-Sayed.



Encuentro con Paola Ramos: Ailín, Edilverto y la periodista.

LA COBERTURA DE EL HISPANOHABLANTE

La visita de Jorge y Paola Ramos a Holland puso en primer plano una entrevista pública con Abdul El-Sayed, candidato demócrata al Senado federal por Michigan. El encuentro abrió un espacio de conversación sobre temas que afectan a las familias del estado.

El Hispanohablante estuvo presente en el evento y también compartió un momento con Paola Ramos, documentado en la fotografía.

> *«Entiendan su poder, entiendan su dignidad, y entiendan que el futuro depende de ustedes».*
> *— Paola Ramos, entrevista con El Hispanohablante, 25 de octubre de 2026.*

EN ESTA EDICIÓN

TRES TEMAS QUE IMPACTAN A NUESTRA COMUNIDAD

EDUCACIÓN PÁG. 4



IMAGEN ILUSTRATIVA

Holland reorganiza sus escuelas primarias

Jefferson Elementary cambiará de función y habrá nuevas asignaciones escolares.

TECNOLOGÍA PÁG. 8



IMAGEN ILUSTRATIVA

Centros de datos: proyectos y preguntas en Michigan

Agua, electricidad y territorio: las comunidades analizan posibles impactos.

EMPRENDEDORES PÁG. 14

START GARDEN
100 IDEAS 2026
DEMO DAY • GRAND RAPIDS

Start Garden reconoce a los ganadores de 100 Ideas 2026

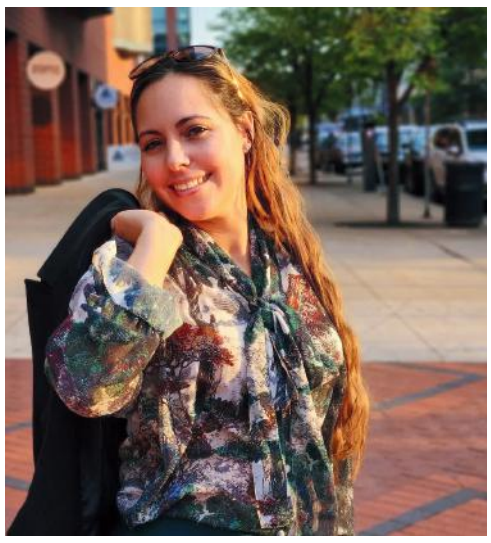
Cincuenta finalistas presentaron proyectos y se anunciaron premios y oportunidades.

El Hispanohablante

Un Café con Ailín

El Hispanohablante
30 de octubre de 2026

LA COMUNICACIÓN ES TU MAYOR ACTIVO



Ailín Gutiérrez
Directora y editora

EN ESTA EDICIÓN
PÁG. 3 | COMUNIDAD
Jorge y Paola Ramos entrevistan a Abdul El-Sayed en Holland.
PÁG. 4 | EDUCACIÓN
Holland reorganiza sus escuelas primarias.
PÁG. 5 | PANORAMA INTERNACIONAL
Actualidad de Venezuela y Brasil.
PÁG. 6 | FINANZAS
Cinco decisiones para proteger tu presupuesto familiar.
PÁG. 7 | SALUD FÍSICA Y EMOCIONAL
Cuando el estrés afecta el cuerpo.
PÁG. 8 | TECNOLOGÍA
Centros de datos en Michigan: proyectos y preocupaciones.
PÁG. 9 | CURIOSIDADES
Los nidos más asombrosos del mundo. ¡Con realidad aumentada!
PÁG. 10 | ARQUEOLOGÍA
El mar revela vestigios de un naufragio de 4.700 años.
PÁG. 11 | FE Y ESPIRITUALIDAD
La importancia de los consejos.
PÁG. 12 | DEPORTES
Liga MX, Detroit Lions y Checo Pérez.
PÁG. 13 | BIENESTAR
Jóvenes en la era digital: cómo proteger su bienestar.
PÁG. 14 | EMPRENDEDORES
Inteligencia artificial para tu negocio y Start Garden 2026.
PÁG. 15 | MARKETING
PÁG. 16 | REFLEXIÓN
Gracias por lo simple.

NOTA DE TRANSPARENCIA EDITORIAL
En El Hispanohablante utilizamos herramientas de inteligencia artificial como apoyo en la redacción, el diseño y la creación de experiencias visuales e interactivas. Todo nuestro contenido es revisado, verificado y aprobado por nuestro equipo editorial antes de su publicación.

Cuando descubres el poder de tu voz, comienzas a construir tus propias oportunidades

Hace unos días tuve el honor de participar como conferencista en el encuentro Mujeres Imparables, celebrado en Detroit. Fue una oportunidad para compartir experiencias, conectar con personas extraordinarias y reflexionar sobre una herramienta que todos poseemos, pero que no siempre sabemos aprovechar: nuestra capacidad de comunicar.

Mi conferencia se tituló «La comunicación es tu mayor activo». Y aunque hablé de emprendimiento, liderazgo y marca personal, el mensaje nació de una historia mucho más profunda: la mía.

Cuando una puerta se cierra, podemos construir otra

A los 13 años soñaba con un micrófono. Quería dedicar mi vida a contar historias, comunicar y llegar a las personas a través de mi voz.

En Cuba aprobé con excelencia las pruebas de aptitud para estudiar Periodismo. Sin embargo, no me otorgaron la carrera.

La vida me llevó por otro camino: estudié Medicina y me gradué como doctora, también con excelencia. Aquella experiencia me enseñó disciplina, perseverancia y algo que años después comprendería como una de las herramientas más importantes de la comunicación: la capacidad de escuchar.

Pero mi deseo de comunicar nunca desapareció.

Con el tiempo llegué a Estados Unidos, enfrenté nuevos desafíos y encontré nuevamente oportunidades para acercarme al mundo de los medios.

Hasta que comprendí algo fundamental: no tenía que seguir esperando que alguien me abriera una puerta.

Podía construir mi propia oportunidad. Podía crear mi propio medio de comunicación.

Así nació El Hispanohablante, un proyecto que busca informar, educar y dar visibilidad a las historias de nuestra comunidad.

Todos tenemos una luz roja encendida

Durante mi conferencia utilicé una imagen que me acompaña desde mis primeras experiencias en la radio: la luz roja de ON AIR, que anuncia que estamos al aire.

Pero esa luz no se enciende solamente dentro de un estudio.

Se enciende cuando presentamos nuestro negocio, hablamos con un cliente, participamos en una reunión, escribimos un mensaje o compartimos nuestras ideas.

Estamos comunicando incluso cuando guardamos silencio.

Muchas veces creemos que necesitamos grandes escenarios, títulos o miles de seguidores para que nuestra voz tenga valor. Sin embargo, comunicar comienza con algo mucho más sencillo: saber quiénes somos, qué podemos aportar y a quién queremos servir.

La comunicación también es saber escuchar

Una de las lecciones que aprendí estudiando Medicina es que un buen médico escucha antes de recetar.

Lo mismo ocurre en los negocios y en nuestras relaciones.

No podemos ofrecer soluciones si primero no comprendemos las necesidades de las personas.

Cuando comencé a desarrollar El Hispanohablante, entendí que nuestra comunidad necesitaba un espacio donde pudiera verse reflejada, encontrar información útil y conocer las historias de quienes forman parte de ella.

Escuchar esa necesidad fue el punto de partida.

Porque comunicar no consiste únicamente en hablar bien. Consiste en conectar, comprender y generar confianza.

Y la confianza se construye con coherencia: nuestras palabras deben estar respaldadas por nuestras acciones.

Tres preguntas que pueden transformar tu manera de comunicar

Durante la conferencia invité a los asistentes a reflexionar sobre tres preguntas que también quiero compartir con nuestros lectores:

¿A quién sirves? ¿Qué problema resuelves? ¿Cómo lo haces?

Si tienes un negocio, un proyecto, una idea o simplemente deseas comunicar mejor quién eres, intenta responderlas en veinte segundos.

Tal vez descubras que el primer paso para dar a conocer tu valor no es hablar más, sino expresar con claridad aquello que te hace diferente.

Tu voz también tiene valor

Quiero cerrar esta reflexión con el mismo mensaje que compartí durante mi conferencia.

No necesitas tener una historia perfecta para inspirar a otros. Tampoco necesitas esperar a que todas las circunstancias sean favorables para comenzar.

A veces las oportunidades no llegan como las imaginamos. Otras veces tenemos que atrevernos a crearlas.

Pero cada experiencia, cada dificultad y cada aprendizaje pueden convertirse en parte de nuestra voz.

Porque la comunicación no es un privilegio de unos pocos. Es una herramienta que todos podemos desarrollar.

Y recuerda algo:

Tu luz roja está encendida. ¡Estás en el aire!

Esta columna recoge reflexiones de la conferencia «La comunicación es tu mayor activo», presentada por Ailín María Gutiérrez durante el encuentro Mujeres Imparables en Detroit, Michigan.



Fotografía del Congreso Mujeres Imparables

JORGE Y PAOLA RAMOS CUESTIONAN A ABDUL EL-SAYED SOBRE INMIGRACIÓN Y SALUD EN HOLLAND

Durante una entrevista pública, el candidato demócrata al Senado respondió preguntas sobre el voto latino, las políticas de ICE, las promesas de reforma migratoria y el acceso a la atención médica.

Por Ailín Gutiérrez | El Hispanohablante

HOLLAND, MICHIGAN. — Los periodistas Jorge y Paola Ramos entrevistaron al candidato demócrata al Senado de Estados Unidos por Michigan, Abdul El-Sayed, durante el encuentro The Interview: Live and Uncut, celebrado el 25 de octubre en Holland.

La conversación, realizada durante una actividad organizada por la campaña del candidato, estuvo marcada por preguntas directas sobre las preocupaciones de la comunidad latina y las posibilidades reales de implementar sus propuestas.

EL VOTO LATINO: ¿CÓMO RECUPERAR LA CONFIANZA?

Los periodistas preguntaron cómo El-Sayed buscaría conectar con los votantes latinos, incluidos quienes apoyaron a Donald Trump en 2024.

El candidato respondió que su estrategia consiste en presentar un mismo mensaje a todas las comunidades, independientemente de su origen o religión. Señaló que el empleo, los salarios, la atención médica y el costo de vida son preocupaciones compartidas que deben abordarse sin dividir a los ciudadanos por su identidad.

ICE: ¿QUÉ PROPONE REALMENTE?

Una de las preguntas centrales fue qué significaría eliminar el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE), una propuesta que El-Sayed ha defendido públicamente.

El candidato explicó que no plantea eliminar el control fronterizo, sino sustituir el actual modelo de aplicación interna de las leyes migratorias por una estructura similar al antiguo Servicio de Inmigración y Naturalización (INS).

Según afirmó, las leyes migratorias deben aplicarse respetando las protecciones constitucionales. También defendió establecer vías más claras hacia la ciudadanía para inmigrantes que permanecen en situaciones de incertidumbre legal.

REFORMA MIGRATORIA: ¿PROMESAS O RESULTADOS?

Los entrevistadores cuestionaron las promesas incumplidas de reforma migratoria y recordaron las deportaciones realizadas durante la administración del expresidente Barack Obama.

La pregunta fue directa: ¿qué podría conseguir realmente El-Sayed como senador después de décadas de intentos fallidos?

El candidato reconoció que un senador no puede transformar unilateralmente el sistema migratorio, pero sostuvo que trabajaría para impulsar cambios legislativos y promover el respaldo público a sus propuestas.

Ante la insistencia de los periodistas sobre cómo convertiría esas promesas en resultados, defendió su disposición a mantener sus posiciones incluso frente a la oposición política. No presentó un calendario específico para lograr la reforma.

¿ATENCIÓN MÉDICA PARA INMIGRANTES INDOCUMENTADOS?

Otra pregunta abordó si las personas indocumentadas deberían poder acceder a programas federales de cobertura médica.

El-Sayed respondió que quienes contribuyen económicamente a un sistema deberían poder beneficiarse de él. Reiteró su apoyo a la cobertura sanitaria universal y a establecer vías de regularización migratoria, aunque no detalló un mecanismo legislativo específico para determinar la elegibilidad.

La conversación también incluyó preguntas sobre identidad, discriminación y las experiencias del candidato como estadounidense de ascendencia inmigrante y miembro de la comunidad musulmana.

PAOLA RAMOS: UN MENSAJE PARA NUESTRA COMUNIDAD

Durante el encuentro, El Hispanohablante entrevistó en exclusiva a Paola Ramos, quien reflexionó sobre los desafíos que enfrentan los latinos en Estados Unidos.

Ramos señaló que las preocupaciones de la comunidad abarcan tanto las políticas migratorias como el costo de los alimentos, la gasolina y otras necesidades familiares.

Al preguntarle qué mensaje enviaría a los hispanos que sienten que su voz no está siendo escuchada, respondió:

«Entiendan su poder, entiendan su dignidad, y entiendan que el futuro depende de ustedes».

La periodista destacó la importancia de reconocer el peso de la participación hispana en Michigan, donde algunas elecciones se deciden por márgenes estrechos. También recordó que la comunidad latina reúne diversas perspectivas políticas que merecen ser escuchadas y comprendidas.

LA COMUNIDAD TAMBIÉN HABLÓ

Edgar Mandujano, hijo de inmigrantes y líder comunitario vinculado a Latin Americans United for Progress (LAUP), preguntó cómo fortalecer la representación de la creciente comunidad latina del condado de Ottawa y construir una colaboración más efectiva entre residentes y funcionarios electos.

Conrado Riquelme, inmigrante chileno y ciudadano estadounidense, planteó sus inquietudes sobre las políticas de ICE, el uso excesivo de la fuerza, los perfiles raciales y la protección de los derechos civiles de los inmigrantes y sus familias.

Ambos participantes formularon sus preguntas directamente al candidato, dando voz a preocupaciones presentes en nuestra región.

COMPROMISO EDITORIAL

El Hispanohablante es un medio periodístico comprometido con la verdad, la verificación de los hechos y nuestra comunidad. Informamos con independencia, respeto y responsabilidad, sin favorecer a candidatos ni partidos políticos.



Jorge y Paola Ramos entrevistan a Abdul El-Sayed en Holland.



Jorge y Paola Ramos hablan con líderes de la comunidad en Holland.



Asistentes a la entrevista en el Holland Civic Center



EN SUS PROPIAS PALABRAS
SOBRE ICE: «QUISIERA ABOLIR ICE Y REEMPLAZARLA POR ALGO SIMILAR AL INS».
SOBRE ECONOMÍA: «NECESITAS UN BUEN EMPLEO, UN SALARIO DIGNO Y ATENCIÓN MÉDICA».
SOBRE SALUD: «SI CONTRIBUYES AL SISTEMA, EL PROGRAMA ESTÁ AHÍ PARA TI».
ABDUL EL-SAYED | TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL DE SUS DECLARACIONES DURANTE LA ENTREVISTA.

Crédito fotográfico: El Hispanohablante.



Imagen ilustrativa CANVA.

HOLLAND REORGANIZA SUS ESCUELAS PRIMARIAS: ¿QUÉ CAMBIARÁ PARA LAS FAMILIAS?

Por Ailín María Gutiérrez

Jefferson Elementary dejará de funcionar como escuela primaria de vecindario al finalizar el curso 2026-2027. Sus estudiantes serán reasignados a otros centros, mientras el edificio se prepara para convertirse en la nueva sede de Holland Language Academy.

HOLLAND, MICHIGAN. — Las Escuelas Públicas de Holland (Holland Public Schools) avanzan en una reorganización de sus centros de educación primaria que modificará la distribución de estudiantes y las zonas de asistencia escolar a partir del otoño de 2027.

Uno de los cambios más importantes será el cierre de Jefferson Elementary como escuela primaria de vecindario al finalizar el presente año escolar. Según el distrito, sus estudiantes serán redistribuidos entre West Elementary y Holland Heights Elementary, de acuerdo con nuevos límites geográficos de asistencia.

La medida forma parte del plan de instalaciones a cinco años impulsado por el distrito, que contempla modernizar edificios, reorganizar espacios y reducir gastos operativos para destinar mayores recursos a la enseñanza.

¿Por qué se reorganizan las escuelas?

El superintendente Nick Cassidy ha explicado que mantener escuelas con pocos grupos por grado puede representar mayores dificultades administrativas y financieras.

Según el distrito, concentrar a los estudiantes en centros con mayor capacidad permitirá utilizar los recursos de manera más eficiente.

Como parte de las renovaciones, West Elementary y Holland Heights incorporaron capacidad adicional equivalente a un salón por grado escolar para recibir alumnos procedentes de Jefferson.

Holland Heights continuará atendiendo a familias del sector este de la ciudad, mientras West Elementary recibirá estudiantes de acuerdo con los nuevos límites de asistencia. No obstante, la reorganización también supone una transición para niños que deberán adaptarse a otras instalaciones, compañeros y rutinas escolares.

Jefferson tendrá una nueva función

Aunque Jefferson Elementary dejará de funcionar como escuela primaria de vecindario, el edificio no será abandonado.

El plan contempla su remodelación para convertirse en la futura sede de Holland Language Academy (HLA), el programa de inmersión bilingüe del distrito.

Según la actualización más reciente publicada por Holland Public Schools, se prevé que esta nueva sede esté preparada para recibir estudiantes en el otoño de 2029.

El cambio permitirá trasladar el programa a instalaciones con mayor capacidad y espacios adecuados para sus actividades educativas.

Las preguntas de las familias

La reorganización plantea interrogantes importantes: ¿a qué escuela asistirá cada estudiante?, ¿cómo cambiarán las rutas de transporte?, ¿podrán las familias solicitar un traslado dentro del distrito? y ¿cómo se garantizará la continuidad de los apoyos educativos?

Holland Public Schools convocó una reunión informativa para el 28 de octubre en Jefferson Elementary, con el propósito de presentar las nuevas zonas escolares, explicar el proceso de traslados y responder preguntas.

El distrito prevé comunicar a las familias la asignación escolar correspondiente al curso 2027-2028 durante la primavera de 2027.

Para las familias hispanohablantes, la comunicación en su idioma será especialmente importante. Holland Public Schools dispone de servicios de interpretación y apoyo para estudiantes multilingües.

Las familias pueden solicitar un intérprete al comunicarse con la escuela o contactar a Lucio Lozano, enlace de familias multilingües, al 616-494-2212.

La transición representa uno de los cambios más importantes en la estructura educativa local de los próximos años. Su implementación requerirá información clara y comunicación constante entre las autoridades escolares y las familias.

MICHIGAN REFUERZA LA ENSEÑANZA DE LA LECTURA EN LAS ESCUELAS PRIMARIAS

El estado avanza en la capacitación docente basada en métodos científicos para mejorar la comprensión lectora de los estudiantes.

El Departamento de Educación de Michigan anunció el 22 de octubre un nuevo plan de implementación para capacitar a los educadores de kindergarten a quinto grado en métodos de enseñanza respaldados por investigaciones científicas.

La iniciativa forma parte de una ley aprobada en julio de 2026 que establece requisitos de formación profesional para docentes y personal encargado de apoyar la enseñanza de la lectura.

El enfoque, conocido como Science of Reading o Ciencia de la Lectura, comprende habilidades fundamentales como el reconocimiento de sonidos, la relación entre letras y sonidos, la fluidez, el vocabulario y la comprensión.

La implementación será gradual y deberá completarse para el año escolar 2031-2032.

¿Qué significa para las familias?

El objetivo es fortalecer la capacidad de las escuelas para enseñar a leer e identificar dificultades de aprendizaje. Los padres pueden consultar con los maestros sobre el progreso lector de sus hijos y los apoyos disponibles cuando aparecen dificultades.

HOLLAND AMPLÍA LAS OPORTUNIDADES DE EDUCACIÓN PREESCOLAR

Las Escuelas Públicas de Holland anunciaron nuevas oportunidades de educación preescolar de jornada completa para niños de tres años en West Elementary.

El programa está dirigido a menores que hayan cumplido tres años antes del 1 de septiembre de 2026. Las clases se imparten de lunes a viernes, incluyen desayuno y almuerzo gratuitos y están sujetas a disponibilidad de cupos.

La matrícula mensual se calcula según los ingresos familiares. Para una familia de cuatro integrantes, las tarifas publicadas oscilan entre 412 y 824 dólares mensuales.

Por separado, el distrito también ofrece programas preescolares financiados por el estado para niños de cuatro años, gratuitos para la mayoría de las familias elegibles.

Fuentes: Holland Public Schools y Departamento de Educación de Michigan. Información consultada el 26 de octubre de 2026.

«**La educación no se construye solamente dentro de las aulas, sino también cuando las familias son escuchadas, las comunidades participan y cada decisión pone el bienestar de los estudiantes en primer lugar».**

— Reflexión editorial | El Hispanohablante

América Latina y el mundo

VENEZUELA

MARÍA CORINA MACHADO REGRESA A VENEZUELA TRAS DIEZ MESES EN EL EXTRANJERO



María Corina Machado: SantanaZ / Wikimedia Commons (CC0)

La dirigente opositora y premio Nobel de la Paz fue recibida por miles de simpatizantes. Su regreso ocurre en medio de negociaciones sobre reformas institucionales y la celebración de futuras elecciones.

CARACAS, VENEZUELA. — María Corina Machado, una de las principales figuras de la oposición venezolana y ganadora del Premio Nobel de la Paz 2025, regresó a Venezuela el domingo 25 de octubre de 2026, después de permanecer aproximadamente diez meses fuera del país.

Su llegada fue anunciada mediante un mensaje en sus redes sociales: «Estoy aquí. Con ustedes».

La dirigente reapareció públicamente en el estado Lara, donde visitó el santuario de la Divina Pastora. Posteriormente emprendió un recorrido por carretera hacia Caracas, durante el cual fue recibida por multitudes de simpatizantes.

Según la agencia Reuters, el trayecto hasta la capital se prolongó durante aproximadamente ocho horas debido a las concentraciones de personas que salieron a su encuentro.

Un regreso en un momento decisivo

Machado había salido de Venezuela a finales de 2025 para recibir el Premio Nobel de la Paz, después de pasar un prolongado período en la clandestinidad tras las controvertidas elecciones presidenciales de 2024.

Su regreso ocurre en un escenario político diferente. Nicolás Maduro fue capturado por fuerzas estadounidenses en enero de 2026, y desde entonces Delcy Rodríguez ejerce la presidencia interina.

Actualmente se desarrollan conversaciones entre el Gobierno interino y algunos sectores de la oposición para reformar las instituciones judiciales y electorales, con el objetivo declarado de preparar futuras elecciones.

Sin embargo, el movimiento político Vente Venezuela, encabezado por Machado, no participa en esas negociaciones.

¿Qué ocurrirá ahora?

Machado ha solicitado que se celebren elecciones presidenciales durante 2027 y ha expresado su intención de mantener el contacto con diferentes sectores de la sociedad venezolana.

Por su parte, la administración estadounidense ha señalado que considera necesario avanzar en reformas institucionales que permitan celebrar elecciones con garantías.

Hasta el 26 de octubre no se había anunciado una fecha oficial para los comicios.

El retorno de Machado representa un nuevo acontecimiento en la vida política venezolana, mientras continúan los debates sobre las condiciones electorales, la participación de los distintos sectores políticos y el futuro institucional del país.

BRASIL

LULA DA SILVA ES REELEGIDO PRESIDENTE DE BRASIL



Lula da Silva: Nelson Vasconcelos / Defensoria Pública da União (CC0). Fotografías de archivo.

El mandatario obtuvo el 51,79 % de los votos válidos frente al 48,21 % de Flávio Bolsonaro, según los resultados oficiales del Tribunal Superior Electoral de Brasil.

BRASILIA, BRASIL. — Luiz Inácio Lula da Silva, del Partido de los Trabajadores (PT), fue reelegido presidente de Brasil tras imponerse en la segunda vuelta electoral celebrada el domingo 25 de octubre de 2026.

De acuerdo con el Tribunal Superior Electoral (TSE), Lula obtuvo 64.256.232 votos, equivalentes al 51,79 % de los votos válidos, mientras que su adversario, Flávio Bolsonaro, del Partido Liberal (PL), recibió 59.826.041 votos, correspondientes al 48,21 %.

La diferencia entre ambos candidatos fue de 4.430.191 votos.

Una elección de alta participación

Más de 158 millones de brasileños estaban habilitados para participar en la segunda vuelta. Según el TSE, aproximadamente 128,2 millones acudieron a votar, lo que representa una participación cercana al 81 % del electorado.

El resultado permitirá a Lula iniciar su cuarto mandato presidencial en enero de 2027. Anteriormente gobernó Brasil entre 2003 y 2010 y regresó al poder en 2023. La elección estuvo marcada por una fuerte competencia política y debates sobre economía, políticas sociales y el rumbo del país.

Los desafíos del nuevo Gobierno

La victoria electoral garantiza la continuidad de Lula en la Presidencia, mientras que el porcentaje obtenido por Flávio Bolsonaro refleja el respaldo de una parte considerable de los votantes a una alternativa política diferente.

Entre los principales asuntos que continuarán en la agenda brasileña se encuentran el crecimiento económico, el costo de vida, las políticas sociales, las relaciones comerciales y los acuerdos necesarios para impulsar iniciativas legislativas.

Brasil, la mayor economía de América Latina, desempeña un papel significativo en las relaciones económicas y diplomáticas de la región.

Los resultados de esta elección también formarán parte del contexto político latinoamericano durante los próximos años.

Tras conocerse los resultados, Flávio Bolsonaro anunció que no reconocería su derrota y que solicitaría la anulación de las elecciones, cuestionando una decisión judicial que extendió dos horas el horario de votación. El Tribunal Superior Electoral, por su parte, declaró oficialmente la reelección de Lula da Silva.

FUENTES DE VERIFICACIÓN

Venezuela: Reuters y Associated Press, informaciones del 25 y 26 de octubre de 2026.

Brasil: Tribunal Superior Electoral de Brasil (TSE), resultados oficiales de la segunda vuelta presidencial del 25 de octubre de 2026; Agência Brasil.

ANTES DE LAS OFERTAS: CINCO DECISIONES PARA PROTEGER EL PRESUPUESTO FAMILIAR

La temporada de compras se acerca. Planificar los gastos, comparar precios y comprender las condiciones del crédito puede ayudar a las familias a disfrutar las celebraciones sin comprometer su estabilidad financiera.

Por Ailín María Gutiérrez

HOLLAND, MICHIGAN. — Con la llegada de noviembre comienza una de las temporadas comerciales más activas del año. Las promociones, los descuentos y las celebraciones familiares pueden representar oportunidades para ahorrar, pero también llevar a gastos que superan la capacidad económica del hogar.

La Oficina para la Protección Financiera del Consumidor de Estados Unidos (CFPB) recomienda organizar los gastos con anticipación, establecer límites realistas y evitar que las compras de temporada afecten obligaciones esenciales como la vivienda, los servicios públicos y la alimentación.

1. Conozca cuánto puede gastar realmente

Antes de aprovechar una oferta, revise sus ingresos y compromisos mensuales. Después de cubrir las necesidades básicas y otros pagos previstos, determine cuánto dinero puede destinar a regalos, celebraciones o viajes familiares.

No es necesario gastar una cantidad específica. Lo importante es que el presupuesto responda a la realidad económica de cada hogar.

2. Una oferta no siempre representa un ahorro

Los anuncios de descuentos pueden generar una sensación de urgencia. Sin embargo, comprar algo que no se necesita, aunque tenga un precio reducido, sigue siendo un gasto.

Compare precios entre establecimientos, revise las condiciones de devolución y compruebe el costo final, incluidos impuestos y envío.

3. Cuidado con el «compre ahora y pague después»

Los programas conocidos como Buy Now, Pay Later permiten dividir determinadas compras en varios pagos.

Aunque algunos ofrecen cuotas sin intereses, pueden existir cargos por atrasos y otras condiciones. El CFPB recomienda leer cuidadosamente los contratos y asegurarse de poder cumplir todas las fechas de pago.

Tener varias compras financiadas simultáneamente puede dificultar el control del presupuesto.

4. Proteja su dinero al comprar por internet

La Comisión Federal de Comercio (FTC) advierte sobre anuncios fraudulentos que imitan marcas reconocidas y ofrecen productos a precios extraordinariamente bajos.

Antes de comprar, compruebe la dirección del sitio web, investigue al vendedor y desconfíe de quienes exigen pagos mediante tarjetas de regalo, transferencias o criptomonedas.

En compras por internet, pagar con tarjeta de crédito puede ofrecer protección adicional para disputar determinados cargos.

5. Planifique también los gastos de enero

Las obligaciones financieras no terminan con las celebraciones. Después de diciembre continúan llegando los pagos de vivienda, transporte, seguros y servicios.

Por eso, antes de realizar compras, pregúntese: ¿podré cubrir mis obligaciones habituales cuando llegue enero? Las celebraciones no tienen que medirse por cuánto dinero se gasta. Compartir tiempo, preparar una comida especial o elegir regalos sencillos también puede crear momentos significativos.

La mejor decisión financiera no siempre es aprovechar una oferta, sino reconocer cuándo una compra encaja en nuestras posibilidades.

FUENTES: Consumer Financial Protection Bureau (CFPB), A Five-Step Spending Plan to Avoid Holiday Debt y What Is a Buy Now, Pay Later Loan?; Federal Trade Commission (FTC), recomendaciones para evitar estafas en compras por internet.

Contenido educativo e informativo. No constituye asesoramiento financiero personalizado.



Imagen ilustrativa

¿CUÁNTO PUEDES GASTAR SIN AFECTAR TU ECONOMÍA?

Una pequeña revisión de tus números puede ayudarte a tomar mejores decisiones antes de las compras de fin de año.

La emoción de encontrar una buena oferta puede hacernos olvidar una pregunta fundamental: ¿realmente podemos permitirnos esa compra?

Antes de comenzar la temporada de descuentos, dedica unos minutos a organizar tu dinero.

1. Identifica tus ingresos. Calcula cuánto dinero tendrás disponible durante el período de compras.

2. Resta tus gastos esenciales. Incluye vivienda, alimentación, transporte, servicios y otras obligaciones.

3. Considera los pagos pendientes. Revisa las cuotas de tarjetas, préstamos y compromisos que vencerán próximamente.

4. Establece un límite. Determina cuánto puedes destinar a regalos, celebraciones y compras sin comprometer tus necesidades.

5. Lleva un registro. Anota cada compra y descuéntala del presupuesto disponible.

LA PREGUNTA CLAVE

Antes de pagar, pregúntate:

«¿Lo compraría si no estuviera en oferta?»

Si la respuesta es no, quizá el descuento no represente un ahorro real.

Recuerda que la tranquilidad financiera también forma parte del bienestar familiar. No se trata de renunciar a las celebraciones, sino de disfrutar sin adquirir compromisos que después resulten difíciles de cumplir.

FUENTE: Consumer Financial Protection Bureau (CFPB). Recomendaciones de planificación de gastos y presupuesto familiar.



CUANDO EL ESTRÉS AFECTA EL CUERPO

Dolores de cabeza, molestias digestivas, tensión muscular o dificultades para dormir pueden tener relación con el estrés. Comprender cómo se conectan nuestras emociones y nuestra salud física es fundamental para cuidar nuestro bienestar.

Por Ailín María Gutiérrez

SALUD | Cuando las emociones se manifiestan físicamente

¿Alguna vez has sentido dolor de estómago antes de una conversación difícil? ¿Te ha dolido la cabeza después de una jornada de preocupaciones? ¿O has terminado el día con una sensación de agotamiento físico, aunque aparentemente no hayas realizado grandes esfuerzos?

Estas experiencias pueden estar relacionadas con la respuesta natural del organismo al estrés. Aunque muchas veces pensamos que las emociones pertenecen exclusivamente a nuestra mente, el cuerpo también participa activamente en ellas.

Cuando enfrentamos una situación que interpretamos como amenazante o exigente, el cerebro activa mecanismos de respuesta que preparan al organismo para reaccionar. Aumenta la actividad del sistema nervioso simpático y se liberan hormonas como la adrenalina y el cortisol.

Como consecuencia, el corazón puede latir más rápido, los músculos se tensan y la respiración cambia. En circunstancias puntuales, estas reacciones son normales y pueden ayudarnos a enfrentar desafíos. El problema aparece cuando el organismo permanece sometido a un estado de tensión durante períodos prolongados.

¿Qué es la somatización?

El término somatización se utiliza para describir situaciones en las que el malestar psicológico se expresa o acompaña de síntomas físicos.

La conexión entre emociones y cuerpo no significa que una persona imagine sus molestias. El dolor, el cansancio y las sensaciones corporales son reales, incluso cuando el estrés contribuye a desencadenarlos o intensificarlos.

Sin embargo, es importante distinguir esta relación del trastorno de síntomas somáticos, que constituye un diagnóstico clínico específico y no debe confundirse con las molestias habituales relacionadas con el estrés.

Tampoco significa que todo dolor tenga un origen emocional. Una persona puede experimentar estrés y, al mismo tiempo, padecer una enfermedad física que requiere tratamiento.

Los síntomas que pueden aparecer

El estrés prolongado puede manifestarse de diferentes maneras. Algunas personas experimentan dolores de cabeza frecuentes o tensión en el cuello y los hombros. Otras presentan molestias digestivas, cambios en el apetito o alteraciones en sus hábitos intestinales.

También pueden aparecer dificultades para dormir, cansancio persistente, problemas de concentración o sensación de rigidez muscular.

El aparato digestivo es especialmente sensible a la relación entre el cerebro y el intestino. Durante períodos de tensión emocional pueden producirse cambios en la motilidad intestinal y aumentar la percepción de determinadas molestias abdominales.

Por otra parte, la tensión muscular mantenida puede contribuir a dolores en la espalda, el cuello o la mandíbula. Las alteraciones del sueño, a su vez, pueden aumentar la fatiga y hacer que las actividades cotidianas resulten más difíciles.

Estas manifestaciones no aparecen de la misma manera en todas las personas. La respuesta depende de múltiples factores, entre ellos el estado de salud, las condiciones de vida, los hábitos de descanso y la duración de las situaciones estresantes.

El riesgo de normalizar el agotamiento

Uno de los mayores desafíos es que muchas personas terminan acostumbrándose al malestar.

Expresiones como «siempre me duele la cabeza», «vivo cansado» o «mi estómago se altera cuando tengo problemas» pueden convertirse en parte de la rutina sin que se investiguen sus causas.

Pero acostumbrarse a un síntoma no significa que debamos ignorarlo.

El estrés puede agravar problemas de salud existentes, interferir con el descanso y dificultar el manejo de algunas enfermedades crónicas. Por eso, reconocer las señales del organismo es una parte importante de la prevención.

¿Cuándo consultar al médico?

Si las molestias aparecen por primera vez, son persistentes, aumentan de intensidad o afectan las actividades cotidianas, es importante buscar una evaluación médica.

El profesional puede revisar los antecedentes, explorar los síntomas y determinar si se necesitan estudios o tratamientos específicos.

No debemos atribuir automáticamente las molestias físicas a la ansiedad o al estrés. El dolor intenso en el pecho, la dificultad importante para respirar u otros síntomas graves de aparición repentina requieren atención médica urgente.

Cuidar la salud física también implica reconocer que nuestro organismo responde a las experiencias emocionales, sin dejar de investigar las posibles causas médicas de cada síntoma.

SALUD MENTAL | Lo que sentimos también necesita atención

El estrés forma parte de la vida. En determinadas circunstancias puede ayudarnos a mantenernos alerta, tomar decisiones o responder a situaciones exigentes. Sin embargo, cuando las preocupaciones se acumulan y no encontramos oportunidades suficientes para recuperarnos, esa respuesta puede convertirse en una fuente constante de desgaste emocional.

Las responsabilidades laborales, las dificultades económicas, los conflictos familiares, los problemas de salud y la incertidumbre ante el futuro son algunos de los factores que pueden aumentar la tensión psicológica.

En comunidades inmigrantes, las exigencias relacionadas con la adaptación cultural, las barreras del idioma o la separación de familiares también pueden representar fuentes adicionales de estrés. No todas las personas viven estas experiencias de la misma manera, pero reconocerlas permite comprender mejor su impacto.

Cuando la mente permanece en estado de alerta

Una persona puede estar físicamente en casa, sentada en el sofá o preparándose para dormir, mientras su mente continúa repasando problemas pendientes. Las preocupaciones sobre el trabajo, las cuentas por pagar o las responsabilidades familiares pueden dificultar el descanso incluso después de que termina la jornada. Este estado de alerta puede acompañarse de irritabilidad, dificultad para concentrarse, inquietud, pensamientos repetitivos o una sensación persistente de agotamiento. En ocasiones también aparecen sentimientos de frustración o la impresión de que nunca se está haciendo lo suficiente. Cuando estas experiencias se mantienen durante mucho tiempo, pueden afectar las relaciones personales, la productividad y la capacidad de disfrutar actividades que anteriormente resultaban agradables.

Estrés y ansiedad: ¿son lo mismo?

Aunque suelen mencionarse juntos, no significan exactamente lo mismo.

El estrés es una respuesta física y mental frente a una situación desafiante. Puede surgir ante un examen, una dificultad económica, un conflicto familiar o un cambio importante. La ansiedad, por su parte, puede manifestarse como preocupación o temor persistente, incluso cuando no existe una amenaza inmediata. Ambas experiencias pueden producir síntomas físicos similares, como tensión muscular, alteraciones del sueño y molestias digestivas.

Sentir ansiedad ocasional no implica necesariamente padecer un trastorno. Sin embargo, cuando la preocupación es difícil de controlar, persiste o interfiere con la vida diaria, puede ser necesario solicitar una evaluación profesional.

Aprender a reconocer nuestros límites

Vivimos en una sociedad donde estar constantemente ocupado suele interpretarse como una señal de productividad. Muchas personas intentan cumplir simultáneamente con el trabajo, el hogar, los estudios y las necesidades de sus familiares. Sin embargo, el descanso no es una recompensa que debamos ganar después de completar todas nuestras responsabilidades. Es una necesidad fundamental del organismo. Reconocer nuestros límites significa identificar cuándo una carga de responsabilidades supera temporalmente nuestros recursos y buscar maneras de distribuirla. En ocasiones puede ser necesario reorganizar horarios, pedir colaboración en casa, establecer prioridades o aprender a decir que no a nuevos compromisos. Estas decisiones no eliminan las dificultades externas, pero pueden reducir parte de la presión que sentimos.

¿Cuándo buscar ayuda psicológica?

No es necesario esperar a llegar a un estado de agotamiento extremo para solicitar orientación profesional. Cuando las preocupaciones se vuelven persistentes, el descanso se altera continuamente o el malestar comienza a afectar las relaciones, los estudios, el trabajo o las actividades habituales, hablar con un profesional de salud mental puede ser beneficioso.

La psicoterapia ayuda a comprender las respuestas emocionales, reconocer patrones de pensamiento y desarrollar herramientas para enfrentar situaciones difíciles. En determinados casos, y después de una evaluación médica, pueden considerarse otras opciones de tratamiento. El objetivo no es eliminar todas las emociones difíciles, sino aprender a reconocerlas, comprenderlas y responder a ellas de maneras saludables.

La importancia de cuidar ambas dimensiones

La salud física y la mental no funcionan de manera aislada. Un problema de salud puede generar preocupación emocional, mientras que el estrés persistente puede intensificar molestias corporales y afectar nuestra calidad de vida. Escuchar nuestras emociones, atender los síntomas del cuerpo y buscar ayuda cuando la necesitamos son acciones complementarias para proteger nuestro bienestar.

MENSAJE PARA RECORDAR

El dolor físico no debe ignorarse y el malestar emocional tampoco. Cuidar la mente y el cuerpo no son tareas separadas: ambas forman parte de nuestra salud.

Fuentes consultadas: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH), MedlinePlus y Mayo Clinic.

Contenido educativo. No sustituye la evaluación, el diagnóstico ni el tratamiento de un profesional de la salud.



Por Ailín María Gutiérrez

Imagen ilustrativa. CANVA

CENTROS DE DATOS EN MICHIGAN: CRECEN LOS PROYECTOS Y LAS PREGUNTAS SOBRE AGUA, ELECTRICIDAD Y TERRITORIO

WEST MICHIGAN. — La creciente demanda de inteligencia artificial, almacenamiento digital y servicios en la nube está impulsando la construcción de grandes centros de datos en Estados Unidos. Michigan se ha convertido en uno de los estados donde estos proyectos generan tanto expectativas económicas como inquietudes comunitarias.

Los centros de datos son instalaciones que albergan miles de servidores encargados de procesar y almacenar información. Gracias a ellos funcionan servicios cotidianos como el correo electrónico, las plataformas digitales, los sistemas bancarios y numerosas aplicaciones de inteligencia artificial. Pero estas instalaciones también necesitan electricidad, sistemas de refrigeración, infraestructura y terrenos adecuados para operar. En West Michigan, varias comunidades están estudiando cómo regular su desarrollo antes de autorizar nuevos proyectos.

ZEELAND ADOPTA UNA MEDIDA PREVENTIVA

Zeeland Township, en el condado de Ottawa, aprobó una nueva moratoria de un año relacionada con centros de datos e instalaciones energéticas. La medida busca permitir que las autoridades revisen su plan de desarrollo territorial y establezcan regulaciones apropiadas.

Según declaraciones de la supervisora municipal Kerri Bosma recogidas por FOX 17, el municipio no tenía una solicitud pendiente para construir un centro de datos cuando adoptó las restricciones. Esto significa que la medida tiene un carácter preventivo: no constituye la confirmación de que una empresa construirá una instalación en Zeeland.

MICROSOFT EXAMINA PROYECTOS EN LA REGIÓN

En Gaines Township, al sur de Grand Rapids, Microsoft ha adquirido terrenos y presentado propuestas relacionadas con un posible campus tecnológico. El proceso ha generado participación de residentes preocupados por el uso del suelo, los recursos naturales y las condiciones de vida de las comunidades cercanas. El 12 de octubre, el municipio publicó un estudio de ruido ambiental previo a la construcción en el terreno considerado para el proyecto. Este tipo de estudio permite documentar las condiciones sonoras existentes antes de una posible instalación.

En Dorr Township, condado de Allegan, Microsoft también adquirió terrenos para un posible desarrollo. Las autoridades aprobaron una moratoria temporal mientras revisan las normas aplicables.

Lowell Township y Solon Township son otras comunidades del condado de Kent donde se han debatido propuestas o posibles desarrollos.

Es importante distinguir entre la compra de terrenos, la presentación de una propuesta, una autorización municipal y el inicio efectivo de una construcción. Son etapas diferentes.

AGUA Y ELECTRICIDAD: DOS PREGUNTAS CENTRALES

Los centros de datos utilizan grandes cantidades de energía para alimentar servidores y otros equipos. Algunos también emplean agua para refrigeración, aunque el consumo varía según la tecnología utilizada. Un informe publicado en junio de 2026 por el Laboratorio Nacional Lawrence Berkeley estimó que los centros de datos podrían representar aproximadamente el 11,8 % del consumo eléctrico de Estados Unidos en 2030. Se trata de una proyección nacional, no de una medición específica de Michigan.

SALINE: UN CASO QUE YA ESTÁ EN CONSTRUCCIÓN

En Saline Township, condado de Washtenaw, avanza un gran centro de datos vinculado a OpenAI, Oracle y Related Digital.

El proyecto, conocido como The Barn, comenzó su construcción en 2026 y ha generado debates sobre el uso de terrenos, la electricidad y la protección de los recursos hídricos.

El 21 de octubre, el Departamento de Medio Ambiente, Grandes Lagos y Energía de Michigan (EGLE) celebró una audiencia relacionada con un permiso propuesto para descargar aguas residuales sanitarias tratadas al río Saline.

Es importante aclarar que ese permiso se refiere a las aguas residuales de servicios sanitarios de la instalación, no al agua del sistema industrial de refrigeración.

Residentes y organizaciones ambientales solicitaron mayores garantías de supervisión. La audiencia, por sí sola, no demuestra que el río esté contaminado ni que el permiso haya sido aprobado.

¿QUÉ BENEFICIOS SE ESPERAN?

Las empresas promotoras destacan la inversión privada, los empleos de construcción, las oportunidades tecnológicas y los ingresos fiscales como beneficios potenciales. Oracle estima que el proyecto de Saline generará miles de empleos temporales durante la construcción y centenares de puestos permanentes.

Esas cifras corresponden a proyecciones empresariales y deberán contrastarse con los resultados una vez que la instalación opere.

Michigan también contempla exenciones fiscales para determinados proyectos de centros de datos que cumplan requisitos de inversión y creación de empleo.

Por tanto, el debate económico incluye tanto los beneficios esperados como el valor de los incentivos públicos y el costo de la infraestructura.

EL DERECHO DE LAS COMUNIDADES A ESTAR INFORMADAS

El desarrollo tecnológico no es incompatible con la protección ambiental, pero requiere planificación, controles y participación pública.

Para las familias de Michigan, las preguntas fundamentales son concretas: ¿cuánta electricidad necesitará cada instalación?, ¿de dónde obtendrá el agua?, ¿qué medidas reducirán el ruido?, ¿cuántos empleos permanentes generará y cómo se protegerán los servicios públicos?

Responderlas con documentos verificables y datos específicos es fundamental para evaluar cada propuesta.

La discusión no consiste únicamente en decidir dónde construir la infraestructura del futuro, sino en comprender cómo su desarrollo puede afectar a las comunidades del presente.

El Gobierno de Michigan afirma que existen mecanismos de regulación para proteger a los consumidores y que diversas empresas tecnológicas han asumido compromisos para cubrir los costos asociados a sus instalaciones.

Sin embargo, la efectividad de esas medidas debe evaluarse de acuerdo con los contratos, permisos y características de cada proyecto.

FUENTES DE VERIFICACIÓN: Gobierno de Michigan; Michigan Department of Environment, Great Lakes, and Energy (EGLE); Gaines Charter Township; FOX 17; Microsoft; Oracle; Michigan Advance; Lawrence Berkeley National Laboratory.

Información consultada al 26 de octubre de 2026. El estado de los proyectos y permisos puede cambiar.

CENTROS DE DATOS

5 PREGUNTAS QUE TODA COMUNIDAD DEBE HACER

1. ELECTRICIDAD: ¿Cuánta energía necesitará y quién pagará las mejoras de infraestructura?

2. AGUA: ¿De dónde procederá y qué cantidad utilizará para refrigeración?

3. RUIDO: ¿Cómo se controlará el sonido de los equipos y sistemas de ventilación?

4. ECONOMÍA: ¿Cuántos empleos permanentes generará y qué incentivos fiscales recibirá?

5. TRANSPARENCIA: ¿Dónde pueden los residentes consultar permisos y participar en las audiencias públicas?

LA INFORMACIÓN ES EL PRIMER PASO PARA UNA PARTICIPACIÓN COMUNITARIA RESPONSABLE.

Fuentes de consulta: Michigan EGLE y autoridades municipales.

LOS NIDOS MÁS ASOMBROSOS DEL MUNDO

De bolsas suspendidas en los árboles a increíbles construcciones de barro: descubre tres maravillas de la arquitectura natural.

¿Sabías que existen aves capaces de tejer auténticas bolsas colgantes, construir refugios con fibras vegetales y levantar pequeñas casas de barro sin utilizar herramientas?

En diferentes rincones del planeta, las aves han desarrollado extraordinarias técnicas para proteger sus huevos y criar a sus pequeños. Algunas de estas construcciones son tan sorprendentes que incluso han servido de inspiración para la arquitectura humana.

Hoy conoceremos a tres de estos increíbles arquitectos de la naturaleza.



1. CALANDRIA O BOLSERO DE ALTAMIRA: EL NIDO QUE INSPIRÓ UN HOTEL

En México habita una extraordinaria ave de plumaje naranja y negro conocida como calandria o bolsero de Altamira (Icterus gularis).

Su nido es una verdadera obra de ingeniería natural. La hembra entrelaza cuidadosamente fibras vegetales hasta formar una bolsa alargada que cuelga de las ramas de los árboles y puede alcanzar aproximadamente 65 centímetros de longitud. La entrada se encuentra en la parte superior, mientras que la cámara donde permanecen los huevos está protegida en el interior.

¿Lo más sorprendente? ¡Su arquitectura inspiró un hotel!

En Xilitla, San Luis Potosí, el Hotel Tapasoli desarrolló habitaciones suspendidas entre los árboles inspiradas en los nidos de estas aves. Una muestra de cómo la naturaleza puede inspirar extraordinarias creaciones humanas.



2. EL AVE TEJEDORA: UNA EXPERTA EN CONSTRUCCIÓN

En regiones de África y Asia habitan diversas especies de aves tejedoras, famosas por sus impresionantes habilidades para construir nidos.

Utilizando largas tiras de hierba y otras fibras vegetales, estas aves entrelazan cuidadosamente los materiales hasta conseguir estructuras resistentes y suspendidas de las ramas.

En el caso del tejedor baya (Ploceus philippinus), el macho inicia la construcción y realiza exhibiciones para atraer a una hembra, que puede inspeccionar su trabajo antes de aceptarlo. Todo este extraordinario proceso ocurre sin pegamento, clavos ni herramientas: solamente con el pico, las patas y el comportamiento natural del ave.



3. EL HORNERO: EL AVE QUE CONSTRUYE CASAS DE BARRO

En América del Sur vive el hornero común (Furnarius rufus), un ave de color pardo rojizo que sorprende por sus habilidades de construcción. A diferencia de las aves tejedoras, el hornero utiliza principalmente barro mezclado con materiales vegetales para levantar una estructura sólida y redondeada, muy parecida a un pequeño horno tradicional.

Su nido posee una entrada lateral que conduce a un pasillo y, posteriormente, a una cámara interior donde se desarrolla la crianza. Investigaciones científicas han demostrado que estas estructuras pueden mantener temperaturas más estables que las del ambiente exterior, favoreciendo las condiciones de incubación.

PEQUEÑOS ARQUITECTOS, GRANDES LECCIONES

Estas extraordinarias construcciones nos recuerdan que la naturaleza está llena de soluciones sorprendentes.

Mucho antes de que los seres humanos desarrollaran modernas técnicas de construcción, las aves ya tejían, moldeaban y levantaban refugios adaptados a sus necesidades. Y ahora, gracias a la tecnología, podemos observar estas maravillas de una manera completamente diferente.

Redacción de El Hispanohablante

Fuentes: Cornell Lab of Ornithology; Bird Ecology Study Group; Journal of Field Ornithology; Mexico News Daily.

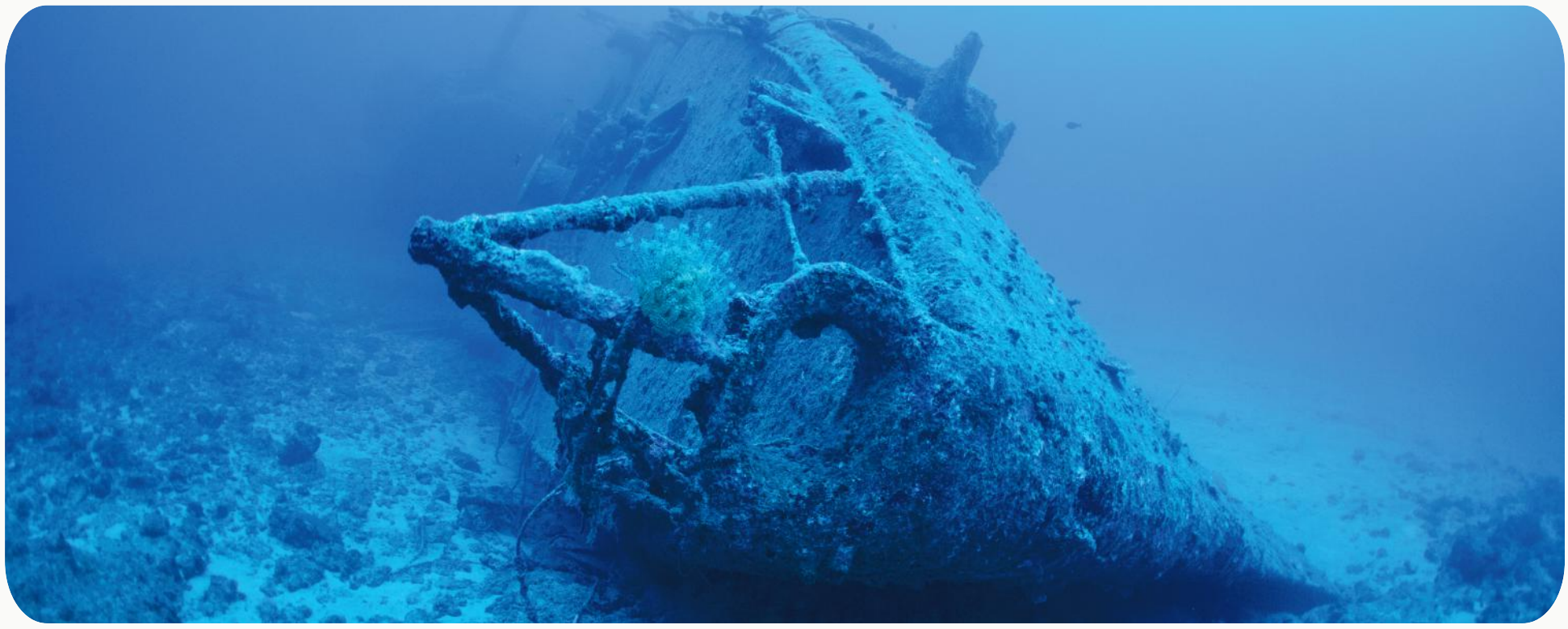
Nota editorial: Imágenes y animaciones generadas con inteligencia artificial como recreaciones educativas, no grabaciones reales de las aves.

¡ESTA PÁGINA COBRA VIDA!

Escanea el código QR, activa tu cámara y acerca tu teléfono a cada una de las tres imágenes para descubrir cómo las aves interactúan con sus extraordinarios nidos.

www.centroinformativoelhispanohablante.com

EL MAR REVELA UN SECRETO DE 4.700 AÑOS: HALLAN VESTIGIOS DE UN ANTIGUO NAUFRAGIO



Por Ailín María Gutiérrez
Directora de El Hispanohablante

Imagen ilustrativas. CANVA

En las profundidades del Mediterráneo, arqueólogos encontraron recipientes y anclas que podrían pertenecer a uno de los barcos mercantes más antiguos conocidos. El hallazgo ofrece nuevas pistas sobre las rutas comerciales de la Edad del Bronce.

ANTALYA, TURQUÍA. — Durante miles de años, el fondo del mar Mediterráneo ha conservado objetos que permiten reconstruir la historia de antiguas civilizaciones. En octubre de 2026, investigadores anunciaron nuevos resultados de una exploración arqueológica cerca de la isla de Kekova, en la costa meridional de Turquía.

El hallazgo corresponde a los restos de un posible naufragio ocurrido hace entre 4.400 y 4.700 años, durante la Edad del Bronce.

Aunque la estructura de madera de la embarcación desapareció con el paso del tiempo, su cargamento permaneció bajo el agua: más de 30 recipientes cerámicos y tres anclas de piedra.

UN BARCO SIN MADERA, PERO CON HISTORIA

Los objetos fueron localizados a aproximadamente 30 metros de profundidad. Su distribución permitió a los investigadores proponer que pertenecían a una embarcación mercante de unos diez metros de longitud.

La expedición fue dirigida por el arqueólogo subacuático Hakan Öniz, de la Universidad de Akdeniz, en Turquía.

La ausencia del casco del barco representa uno de los desafíos de la investigación. Los especialistas deben estudiar la posición de las piezas, sus características y los materiales que las componen para reconstruir lo sucedido.

LAS VASIJAS QUE REVELAN EL PASADO

La arqueóloga Karin Sowada, de la Universidad Macquarie de Australia, participó en el análisis de los recipientes. Los expertos observaron semejanzas entre las cerámicas recuperadas y otras encontradas en Egipto y distintas regiones del Mediterráneo oriental. El estudio de sus formas, decoración y composición permitió situarlas aproximadamente entre 2700 y 2400 antes de Cristo.

Algunos recipientes conservaron residuos que están siendo analizados para identificar las sustancias que transportaban. Los investigadores consideran posible que contuvieran productos como aceite de oliva, vino o resinas, aunque todavía se necesitan resultados científicos para confirmar su contenido. La datación es preliminar y deberá ser evaluada mediante nuevas investigaciones y publicaciones científicas.

UNA RUTA COMERCIAL DE HACE MILES DE AÑOS

El descubrimiento podría aportar información sobre las relaciones entre comunidades antiguas del Mediterráneo.

Los especialistas estudian la posibilidad de que algunas vasijas procedieran de talleres del valle del Jordán y que la embarcación estuviera viajando hacia regiones como Creta o la costa occidental de Anatolia.

Esta interpretación todavía es una hipótesis.

Sin embargo, el hallazgo demuestra cómo objetos aparentemente sencillos pueden convertirse en importantes fuentes de información sobre el intercambio de productos y los contactos entre pueblos distantes.

¿EL NAUFRAGIO MÁS ANTIGUO DEL MUNDO?

Los investigadores consideran que los restos encontrados frente a Kekova podrían corresponder al naufragio marítimo más antiguo identificado hasta ahora. La afirmación se basa principalmente en la antigüedad estimada de su cargamento. No obstante, las investigaciones continúan y será necesario seguir analizando los materiales y el contexto arqueológico.

Más allá de establecer un récord, el valor del descubrimiento consiste en ampliar nuestro conocimiento sobre la navegación y el comercio durante la Edad del Bronce. El mar no conservó el barco, pero protegió suficientes vestigios para que, miles de años después, los arqueólogos puedan comenzar a reconstruir su historia.

FUENTES: Archaeology Magazine, 15 de octubre de 2026; Smithsonian Magazine, 14 de octubre de 2026; ABC News Australia, 15 de octubre de 2026; declaraciones de los arqueólogos Hakan Öniz y Karin Sowada.

Las fechas y características de la embarcación corresponden a estimaciones arqueológicas sujetas a nuevas investigaciones.

«El tiempo puede borrar las huellas de una civilización, pero no todos sus secretos. A veces, la historia permanece en silencio bajo el mar, esperando ser descubierta».
— Reflexión editorial | El Hispanohablante

ARQUEOLOGÍA BAJO EL MAR
¿CÓMO SE RECONSTRUYE UN NAUFRAGIO SI EL BARCO DESAPARECIÓ?

1. LAS PISTAS EN EL FONDO MARINO

Los arqueólogos documentan la ubicación de los objetos encontrados bajo el agua. La distribución de vasijas, anclas y otros materiales puede ayudar a reconstruir la posición de una embarcación y comprender qué pudo ocurrir durante su hundimiento.

2. LOS OBJETOS CUENTAN SU HISTORIA

La forma, los materiales y los estilos de las cerámicas permiten compararlas con piezas de otros yacimientos. Los análisis de residuos también pueden aportar pistas sobre las sustancias que transportaban, aunque no siempre permiten identificarlas.

3. UN ROMPECABEZAS DE MILES DE AÑOS

Los especialistas comparan todas las evidencias para estimar la antigüedad del hallazgo y proponer posibles rutas comerciales. Cada interpretación debe contrastarse con nuevos estudios: una hipótesis arqueológica no es necesariamente una conclusión definitiva.

UNA VASIJA PUEDE SOBREVIVIR DONDE UN BARCO ENTERO DESAPARECIÓ. Y EN ELLA PUEDE CONSERVARSE PARTE DE LA HISTORIA DE UNA CIVILIZACIÓN.

La importancia de los consejos



Imagen Ilustrativa. CANVA

Un consejo es una recomendación que se da a alguien para orientar su forma de actuar. Puede ayudar a una persona a tomar una decisión, resolver un problema o evitar un error. Los consejos son importantes y necesarios.

En la Escritura, específicamente en el libro de Proverbios, nos brinda diferentes consejos y destaca que escuchar, buscar y obedecer los consejos es una marca fundamental de la sabiduría.

Hay un refrán que dice: "Quien no oye consejo, no llega a viejo". Esto nos da entender que no hay larga vida en quienes no escuchan el consejo. Están propensos a vivir desorientados, no serán capaces de resolver problemas o de evitar errores y vivir de esa manera, no le permite a la persona vivir la vida de una manera plena.

Por eso la palabra de Dios está llena de consejos para nuestras vidas. Los consejos nos protegen y nos guían ahora y al futuro. Las decisiones de hoy son el puente por el que caminaremos mañana.

Hay una historia que quiero compartir para poder entender un poco mejor el beneficio de los consejos. Dios permite los escenarios para poner en practica ese consejo que alguien nos dio de manera previa y en ocasiones, preventiva.

LOS TRES CONSEJOS

Una pareja de recién casados, quienes eran muy pobres, vivía de los favores del pueblo. Un día, el marido le hizo una propuesta a su esposa:

"Querida: voy a salir de la casa, voy a viajar bien lejos, buscar un empleo, y trabajar hasta tener condiciones para regresar y darte una vida más cómoda y digna. No sé cuánto tiempo voy a estar lejos, solo te pido una cosa, que me esperes mientras yo esté lejos, sé fiel a mí y yo seré fiel a ti."

Caminó muchos días hasta encontrar un hacendado que estaba necesitado de alguien para ayudarlo con su hacienda. El joven llegó y se ofreció para trabajar y fue aceptado. Pidió hacer un trato con su jefe, quien lo aceptó. El trato fue el siguiente: "Permítame trabajar por el tiempo que yo quiera y cuando encuentre que debo irme, me liberará de mis obligaciones. Yo no quiero recibir mi salario. Le pido que lo coloque en una cuenta de ahorros hasta el día que me vaya. Ese día, usted me dará el dinero que yo haya ganado. Así, el hombre y su patrón llegaron a ese acuerdo.

Trabajó el joven durante 20 años, sin vacaciones y sin descanso. Entonces le dijo a su patrón: "Yo quiero el dinero, pues quiero regresar a mi casa." El patrón le respondió: "Muy bien. Hicimos un pacto y voy a cumplirlo, sólo que antes quiero hacerte una propuesta. Yo te doy el dinero y te vas o te doy tres consejos y no te doy el dinero y te vas. Si yo te doy el dinero, no te doy los consejos. Piénsalo y después me das respuesta. Lo pensó por dos días, busco al patrón y le dijo: Quiero los tres consejos.

El patrón le recordó: Si te doy los tres consejos, no te doy el dinero. Y el empleado dijo: Quiero los consejos. El patrón lo aconsejó:

1. **NUNCA TOMES ATAJOS EN TU VIDA.** Caminos más cortos y desconocidos te pueden costar la vida.
2. **NUNCA SEAS CURIOSO DE AQUELLO QUE REPRESENTE EL MAL**. La curiosidad por el mal puede ser fatal.
3. **NUNCA TOMES DECISIONES EN MOMENTOS DE ODIO Y DOLOR**. Puedes arrepentirte demasiado tarde.

Después de darle los consejos, le entregó tres panes: dos para comer durante el viaje y el último para comer con su esposa cuando llegara a su casa.

El hombre entonces siguió su camino de vuelta, de veinte años lejos de casa. Después del primer día de viaje, encontró una persona que lo saludó y le preguntó: ¿Para dónde vas? El respondió: Voy para un camino muy distante que queda a más de 20 días de caminata por esta carretera. La persona le dijo: Joven, ese camino es muy largo, yo conozco un atajo con el cual llegarás en pocos días. EL joven contento, comenzó a caminar por el atajo cuando se acordó del primer consejo: **NUNCA TOMES ATAJOS EN TU VIDA.** Caminos más cortos y desconocidos te pueden costar la vida. Entonces se alejó de ese atajo. Siguió por el camino normal. Dos días después, se enteró que otro viajero había tomado el atajo y lo asaltaron, golpearon y le quitaron todo. Este atajo llevaba a una emboscada.

Después de algunos días de viaje, y cansado al extremo, encontró una pensión a la orilla de la carretera.

Era muy tarde en la noche, y parecía que todos dormían. Como estaba tan cansado, pagó la tarifa, no preguntó nada y se acostó a dormir. De madrugada, despertó debido a un grito aterrador. Se puso de pie, se dirigió hacia la puerta y se acordó del segundo consejo**: NUNCA SEAS CURIOSO DE AQUELLO QUE REPRESENTE EL MAL.**

La curiosidad por el mal puede ser fatal.

Regresó y se acostó a dormir. Al amanecer, el dueño de la posada le preguntó si había escuchado algo. Le dijo que había escuchado un grito. El dueño preguntó: ¿Y no sintió curiosidad? Él le contestó que no. El dueño le dijo: Usted ha tenido suerte en salir vivo de aquí pues en las noches nos acecha una mujer maleante con crisis de locura, cuando grita, si alguien sale, lo mata y lo entierra y luego se va.

Se fue el hombre de la posada y continuó su camino. Después de muchos días, ya al atardecer, vio entre los árboles que salía humo de la chimenea de su casa y vio la silueta de su esposa. Pudo ver que ella no estaba sola. Anduvo un poco más y vio que en el piso había un hombre sentado a quien ella le acariciaba el cabello. Al ver esa escena, su corazón se llenó de odio y decidió correr y matarlos a los dos. Pero en ese momento, recordó el tercer consejo: **NUNCA TOMES DECISIONES EN MOMENTOS DE ODIO Y DOLOR.** Puedes arrepentirte demasiado tarde.

Entonces reflexionó, y decidió dormir allí mismo aquella noche y al día siguiente tomaría una decisión. Al amanecer, y con la cabeza fría, él dijo: No mataré a mi esposa. Voy a volver con mi patrón y le pediré que me contrate nuevamente. Solo que antes, le diré a mi esposa que siempre le fui fiel a ella. Llegó a su casa, toco la puerta y la esposa al abrir la puerta, lo reconoció y lo abrazo afectuosamente.

El trató de quitársela de encima, pero no lo consiguió. Entonces con lágrimas en los ojos, él le dice: Yo te fui fiel pero tu me traicionaste. Ella, sorprendida, le dijo: ¿Cómo? Nunca te traicioné, te esperé por 20 años. Entonces él le pregunto: ¿Y quién era ese hombre a quien acariciabas ayer? Ella le contestó: Ese hombre es nuestro hijo. Cuando te fuiste, descubrí que estaba embarazada. Hoy él tiene 20 años.

Entonces, el marido conoció a su hijo, le abrazó, les contó toda su historia. Se sentaron a comer juntos luego de la esposa preparar la cena. Se sentaron a comer el último pan juntos (el que el patrón le dijo que comiera cuando llegara a casa). Hicieron una oración de agradecimiento y con lagrimas en sus ojos, el hombre partió el pan y allí encontró todo su dinero. El pago de sus 20 años de trabajo.

¿Cómo hubiese sido el final de este hombre sino hubiese puesto en práctica los consejos que recibió de su patrón? El buen consejo, nos dirige, nos protege, y nos ayuda a llegar donde Dios quiere que lleguemos. El Salmo 32:8 nos muestra la intención de Dios en su relación nosotros: El Señor dice: Te guiaré por el mejor sendero para tu vida; te aconsejaré y velaré por ti. Pero nos toca a nosotros, tomar la decisión de tomar el consejo según Proverbios 13:10 El orgullo lleva a los conflictos, los que siguen el consejo son sabios.

Por: Rvda. Ada Cruz, Iglesia Sinai, A/D – 533 Central Ave, Holland, MI 49423



Imagen ilustrativa recreada con inteligencia artificial.



Imagen ilustrativa. .

Por Edilverto Gutiérrez
Redacción de El Hispanohablante

LIGA MX: AMÉRICA RESISTE EN LA CIMA, PERO CRUZ AZUL Y CHIVAS AMENAZAN SU LIDERATO

La recta final del Apertura 2026 intensifica la lucha por los ocho boletos a la Liguilla.
El fútbol mexicano entra en su etapa decisiva. Tras disputarse la jornada 14 del Apertura 2026, el América conserva el liderato con 27 puntos, aunque su derrota 2-1 frente a Pachuca permitió que sus principales perseguidores recortaran distancias.
Cruz Azul venció 3-1 a Querétaro, mientras Guadalajara consiguió una importante victoria 1-0 como visitante ante Monterrey. Ambos equipos llegaron a 26 unidades, solamente una por debajo de las Águilas.
Atlas protagonizó uno de los encuentros más emocionantes de la jornada al derrotar 4-3 a Puebla, resultado que lo colocó en el cuarto puesto con 24 puntos. Por su parte, Toluca empató 1-1 frente a León y acumula seis partidos consecutivos sin ganar.
La lucha por los últimos boletos también se intensifica. Tijuana goleó 4-1 a Santos Laguna y ocupa provisionalmente el octavo lugar, mientras Querétaro y otros equipos mantienen sus aspiraciones de ingresar a la zona de clasificación.
Una Liguilla sin segunda oportunidad
A diferencia de torneos anteriores, el Apertura 2026 no contempla la fase de Play-In. Únicamente los ocho primeros equipos de la clasificación general avanzarán directamente a los cuartos de final.
Con tres jornadas restantes y algunos encuentros pendientes, cada punto puede marcar la diferencia entre disputar el campeonato o despedirse anticipadamente del torneo.



NFL: DETROIT LIONS DERROTAN A GREEN BAY EN UN FINAL DRAMÁTICO

Los Detroit Lions consiguieron una importante victoria 20-17 frente a los Green Bay Packers el domingo 25 de octubre en Ford Field, en un emocionante encuentro de la División Norte de la Conferencia Nacional.
El partido se decidió en los últimos segundos, cuando Jake Bates convirtió un gol de campo de 22 yardas que aseguró el triunfo para Detroit.
Jameson Williams destacó con dos anotaciones y 91 yardas por recepción, mientras Amon-Ra St. Brown acumuló 153 yardas. El corredor Jahmyr Gibbs también contribuyó con 116 yardas terrestres.
Con este resultado, los Lions mejoraron su registro a cuatro victorias y dos derrotas.
Próximo desafío: Detroit recibirá a los Minnesota Vikings, invictos con marca de 6-0, el domingo 1 de noviembre a la 1:00 p. m., hora de Michigan.

FÓRMULA 1: CHECO PÉREZ CELEBRARÁ 300 GRANDES PREMIOS EN MÉXICO

El automovilismo mexicano se prepara para un fin de semana histórico. Sergio “Checo” Pérez disputará su Gran Premio número 300 de Fórmula 1 ante su público, ahora como piloto de Cadillac.
La carrera se celebrará el domingo 1 de noviembre en el Autódromo Hermanos Rodríguez de la Ciudad de México.
Pérez llega después de finalizar en el puesto 19 en el Gran Premio de Estados Unidos, disputado en Austin, Texas, donde el italiano Kimi Antonelli conquistó la victoria con Mercedes.
Antonelli llegará a México con posibilidades de asegurar su primer campeonato mundial, añadiendo emoción a una competencia que también estará marcada por el regreso del piloto mexicano ante su afición.
Gran Premio de México: domingo 1 de noviembre, 3:00 p. m., hora de Michigan.



Imagen ilustrativa. .

Jóvenes en la Era Digital: Cómo proteger su bienestar

Por Ailín María Gutiérrez
Directora de El Hispanohablante

La tecnología ha transformado la forma en que vivimos, aprendemos y nos comunicamos. Los teléfonos inteligentes, las redes sociales y las plataformas digitales ofrecen oportunidades extraordinarias para la educación, el entretenimiento y la conexión con otras personas. Sin embargo, el uso excesivo de estos recursos también plantea desafíos importantes, especialmente para los jóvenes que están en una etapa crucial de desarrollo emocional, social y psicológico.

Hoy en día, muchos adolescentes pasan varias horas al día frente a una pantalla. Aunque las redes sociales pueden ser una herramienta positiva cuando se utilizan con equilibrio, su uso prolongado puede influir en la conducta, el estado de ánimo y las relaciones personales.

El impacto de las redes sociales en los jóvenes

Las plataformas digitales están diseñadas para captar y mantener la atención de los usuarios. Cada notificación, video o publicación genera estímulos constantes que pueden hacer difícil desconectarse. Con el tiempo, este patrón puede afectar hábitos importantes como el sueño, la concentración y la interacción cara a cara.

Entre los efectos más comunes asociados con el uso excesivo de redes sociales se encuentran:

- Dificultades para mantener la atención en tareas escolares.
- Reducción del tiempo dedicado a actividades físicas.
- Alteraciones en los patrones de sueño.
- Mayor ansiedad por la necesidad de aprobación social.
- Comparaciones constantes con imágenes idealizadas de otras personas.
- Menor interacción familiar y social en el mundo real.

Muchos jóvenes llegan a medir su autoestima por la cantidad de "me gusta", seguidores o comentarios que reciben, lo que puede generar frustración, inseguridad o sentimientos de insuficiencia.

Cuando la conexión digital reemplaza la conexión humana

La adolescencia es una etapa en la que los jóvenes desarrollan habilidades sociales fundamentales. Aprenden a resolver conflictos, interpretar emociones, trabajar en equipo y construir relaciones saludables. Cuando gran parte de su tiempo libre se dedica exclusivamente a las pantallas, estas experiencias pueden verse limitadas.

Algunas recomendaciones para los padres

- Establecer horarios libres de pantallas durante las comidas y antes de dormir.
- Promover actividades deportivas, artísticas y recreativas.
- Mantener conversaciones frecuentes sobre los riesgos y beneficios de internet.
- Dar ejemplo con el propio uso de la tecnología.
- Conocer las plataformas que utilizan sus hijos.
- Fomentar momentos de convivencia familiar sin dispositivos electrónicos.

Los jóvenes aprenden más de lo que observan que de lo que escuchan. Cuando los adultos muestran un uso equilibrado de la tecnología, transmiten un modelo positivo que los adolescentes tienden a imitar.

Construyendo un equilibrio saludable

La solución no consiste en eliminar la tecnología de la vida de los jóvenes, sino en enseñarles a utilizarla de manera responsable. Las herramientas digitales pueden enriquecer el aprendizaje, facilitar la comunicación y abrir nuevas oportunidades cuando se usan con moderación y criterio. El verdadero desafío para las familias modernas es encontrar un equilibrio entre el mundo digital y la vida real. Los jóvenes necesitan tecnología, pero también necesitan tiempo para jugar, leer, conversar, hacer ejercicio, desarrollar amistades auténticas y descubrir quiénes son fuera de una pantalla.

Un mensaje para las familias

La era digital llegó para quedarse, pero el bienestar de nuestros hijos sigue dependiendo de valores que nunca pasan de moda: la comunicación, la presencia de los padres, la educación, el respeto y el amor familiar.

Proteger a los jóvenes no significa alejarlos del mundo moderno, sino enseñarles a navegarlo con sabiduría. Porque detrás de cada pantalla sigue habiendo una persona en crecimiento que necesita orientación, apoyo y oportunidades para desarrollarse plenamente. "La tecnología es una herramienta poderosa, pero el carácter, los valores y las relaciones humanas siguen siendo la mejor guía para el futuro de nuestros jóvenes."

FUENTES : UNICEF — Cómo hablar de ciberacoso con tus hijos; StopBullying.gov — What Is Cyberbullying y Parent Guide to Cyberbullying and Digital Awareness; Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) — Youth Risk Behavior Survey.

NOTA EDITORIAL: Este contenido tiene fines exclusivamente informativos y educativos. No constituye un diagnóstico ni sustituye la evaluación, orientación o tratamiento de un profesional de salud mental debidamente acreditado.

El Ciberbullying: Una Amenaza Silenciosa para Nuestros Jóvenes

Las redes sociales han abierto nuevas formas de comunicación, pero también han dado lugar a un problema que preocupa cada vez más a padres, educadores y profesionales de la salud mental: el ciberbullying.

A diferencia del acoso tradicional, el ciberbullying puede ocurrir las 24 horas del día y seguir a los jóvenes hasta la privacidad de sus hogares. Comentarios ofensivos, burlas, rumores, exclusión de grupos, difusión de fotografías sin consentimiento o mensajes humillantes pueden causar profundas heridas emocionales que no siempre son visibles.

Además, muchos adolescentes enfrentan una presión constante por cumplir con los estándares de belleza, éxito y popularidad que observan en las redes sociales. Las imágenes cuidadosamente editadas y las vidas aparentemente perfectas que se muestran en internet pueden generar comparaciones poco realistas. Como resultado, algunos jóvenes comienzan a sentirse insuficientes, menos atractivos o menos exitosos que sus compañeros.

La búsqueda constante de aprobación mediante "me gusta", comentarios y seguidores puede afectar la autoestima y provocar sentimientos de ansiedad, tristeza o aislamiento. Cuando un joven basa su valor personal en la aceptación digital, corre el riesgo de perder de vista sus verdaderas cualidades y fortalezas.

Por ello, es fundamental que las familias mantengan una comunicación abierta con sus hijos y les recuerden que gran parte de lo que se ve en las redes sociales no refleja la realidad completa. Detrás de muchas publicaciones existe edición, selección cuidadosa de imágenes y la intención de mostrar únicamente los mejores momentos de la vida.

Los jóvenes necesitan comprender que su valor no depende de su apariencia física, de la cantidad de seguidores que tengan ni de la opinión de desconocidos en internet. Su valor está en su carácter, sus talentos, sus esfuerzos y las personas que los quieren por quienes son realmente.

La mejor defensa contra el ciberbullying y la presión de las redes sociales es una autoestima sólida, una familia presente y una comunidad que recuerde a nuestros jóvenes que su identidad vale mucho más que cualquier publicación en internet. Ante el ciberacoso, es fundamental escuchar, conservar evidencias, reportar los incidentes y buscar apoyo. La responsabilidad nunca es de quien sufre el acoso..



Inteligencia artificial para tu pequeño negocio: ¿por dónde empezar?



Tienes mensajes por responder, una publicación pendiente y una propuesta que necesitas enviar. Escuchas que la inteligencia artificial puede ayudarte, pero abrir una herramienta y mirar una pantalla en blanco tampoco resuelve el problema.

¿Qué le preguntas? ¿Qué información le das? ¿Cómo sabes si lo que responde sirve para tu negocio? Comenzar puede ser más sencillo cuando eliges una tarea concreta. Antes de intentar transformar toda tu operación, identifica una actividad que te quite tiempo y cuyo resultado puedas revisar.

La semana pasada hablamos de crear procesos para que el negocio dependa menos de nuestra presencia constante. La inteligencia artificial puede apoyar ese trabajo cuando tenemos claro qué necesitamos resolver.

Empieza con algo que ya conoces

Una buena primera práctica es trabajar en una tarea que sabes hacer, aunque te tome tiempo: redactar una respuesta a una consulta, organizar ideas para una publicación o preparar una lista de preguntas para un cliente nuevo. Tu experiencia te permitirá reconocer si la propuesta es útil, si le falta información o si promete algo que no ofreces.

Por ejemplo, quien tiene un negocio de limpieza podría pedir ayuda para redactar un mensaje que explique qué incluye su servicio. Para obtener una respuesta adecuada, necesitará especificar los servicios reales, las exclusiones y el siguiente paso para solicitar una cotización.

La calidad de tus instrucciones importa

Pedir “hazme publicidad” deja demasiadas decisiones abiertas. Una instrucción más clara sería: “Tengo un negocio de limpieza residencial. Ayudo a familias ocupadas que buscan mantener su casa limpia. Redacta una publicación breve en español, con un tono cercano y profesional. Invita a solicitar una cotización. No inventes precios, promociones ni testimonios”.

Esta petición describe el contexto, el público, el formato y los límites. Puedes usar la misma lógica para otras tareas: describe qué haces, a quién te diriges, qué necesitas y qué información debe respetarse. Si faltan datos, pide que te haga preguntas antes de redactar.

Revisa antes de usar

Una respuesta bien escrita puede contener errores. La inteligencia artificial puede inventar detalles, interpretar mal una instrucción o presentar como cierta información que requiere verificación.

Antes de publicar o enviar algo, revisa nombres, fechas, precios, servicios y compromisos. Pregúntate también: ¿Esto suena como mi negocio? ¿Lo entendería mi cliente? ¿Puedo cumplir lo que dice?

Evita introducir contraseñas, datos de pago o información confidencial de clientes. Para practicar, utiliza ejemplos ficticios o elimina los datos que permitan identificar a una persona.



Imagen ilustrativa

Conserva tu criterio y tu voz

En la arquitectura empresarial de MÉTODO LEGADO®, las herramientas tienen sentido cuando apoyan una operación con dirección. Puedes utilizar la IA para preparar un borrador y después incorporar tu experiencia: una explicación más clara, una pregunta que conoces por tus clientes o una expresión que usas al conversar. Tu conocimiento del negocio sigue siendo necesario. Tú decides qué comunicar, qué corregir y qué merece una conversación personal.

Una acción para esta semana

Elige una tarea pequeña y prepara instrucciones claras. Revisa el resultado y compáralo con tu manera habitual de trabajar: ¿te ahorró tiempo al corregirlo? ¿Mejoró la claridad? ¿Qué información faltó?

Esa prueba te dará una base para decidir si conviene repetirla. Aprender una herramienta nueva requiere práctica. Puedes comenzar con una tarea y ampliar su uso conforme compruebes dónde aporta valor.

¿Qué actividad de tu negocio podrías probar esta semana con ayuda de la inteligencia artificial?

Por María Erazo
Autora de la trilogía MÉTODO LEGADO® y mentora en negocios, liderazgo y marca personal.
Sitio web: www.mariaerazo.com
Redes sociales: @mariaerazoofficial

DESCUBRE LOS LIBROS DE MARÍA ERAZO
Escanea el código QR para conocer sus publicaciones y adquirir sus libros directamente desde su página oficial.

START GARDEN ANUNCIA LOS GANADORES DE SU COMPETENCIA 100 IDEAS 2026

Cincuenta emprendedores presentaron sus proyectos durante Demo Day en Grand Rapids, donde se anunciaron premios, contratos comerciales y nuevas oportunidades de inversión.

GRAND RAPIDS, MICHIGAN. — Start Garden celebró el 22 de octubre su Demo Day 2026, una jornada dedicada a reconocer iniciativas empresariales y conectar a emprendedores de Michigan con recursos para desarrollar sus negocios.

El evento reunió a 50 finalistas que presentaron productos, servicios y propuestas innovadoras ante miembros de la comunidad, empresarios y posibles inversionistas.

Entre los reconocimientos de Start Garden destacaron premios de 10.000 dólares en distintas categorías.

Josh Ross y Gabe Baksa, de Scalable AI, recibieron el premio Best Sprint.

Vanessa Frias, de Willowbrook Farms, obtuvo el reconocimiento Judges’ Choice.

Diala Ajaero y Ziyad Emara, de CRE•ADE Nutrition, fueron seleccionados para Alumni Choice, mientras que Halee Belghouthi y Fedi Naimi, de Wayloom, recibieron el premio People’s Choice.

La jornada también abrió oportunidades comerciales. Meijer anunció contratos para determinados productos de los emprendedores participantes, mientras que Centrepolis Accelerator otorgó servicios de desarrollo tecnológico.

Por su parte, 42 North Partners concedió un reconocimiento de inversión a Jon y Cecilia Covington, de West Michigan Tonight.

La edición de 2026 amplió el modelo de apoyo de Start Garden al combinar premios directos con oportunidades de financiamiento, mentoría e incorporación de productos a canales comerciales.

FUENTE: Start Garden, resultados oficiales de Demo Day 2026, publicados el 23 de octubre.



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 lo mismo: ¿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 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.

Porque cada empresa tiene una historia que merece ser conocida

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
✓ Publicidad digital
✓ Cobertura de eventos
✓ Diseño gráfico
✓ Producción audiovisual
✓ Podcast

Agenda una reunión con nosotros
Conversemos sobre tu negocio.
Descubramos juntos cómo llegar a más clientes.



Imágenes ilustrativas.

EL HISPANOHABLANTE

El Hispanohablante

PUBLICADO POR CENTRO INFORMATIVO EL HISPANOHABLANTE LLC.

EDICIÓN 27 |30 DE OCTUBRE DE 2026 WEST MICHIGAN

Gracias por lo simple

Reflexión de otoño

A veces vivimos tan pendientes de lo que falta,
que olvidamos mirar todo lo que ya tenemos.
El otoño llega y nos recuerda, en silencio,
que la vida también está hecha de pausas, cambios
y pequeños detalles que merecen ser valorados.
Una mesa compartida.
La risa de un hijo.
La llamada de alguien querido.
El trabajo de cada día.
La fe que sostiene.
La oportunidad de comenzar otra vez.
El Día de Acción de Gracias nos invita a detenernos,
a mirar con más calma y a reconocer que,
incluso en medio de los desafíos,
siempre existen razones para agradecer.
Porque agradecer no significa que todo sea perfecto.
Significa reconocer que aún en las temporadas difíciles,
la vida sigue regalándonos motivos para sonreír,
para amar y para seguir adelante.
Tal vez hoy no tengas todo lo que soñaste,
pero seguramente tienes mucho que un día pediste en oración,
esperaste con lágrimas o construiste con esfuerzo.
Y eso también merece ser celebrado.

TRANSPARENCIA Y USO DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL

En El Hispanohablante utilizamos herramientas de inteligencia artificial como apoyo en la investigación y creación de experiencias digitales y de realidad aumentada. Todo nuestro contenido es revisado, verificado y aprobado por nuestro equipo editorial antes de su publicación. La responsabilidad sobre la información publicada corresponde exclusivamente a nuestro medio. Nuestro compromiso es ofrecer un periodismo responsable, transparente y al servicio de la comunidad.