

 **EL MERCURIO**

ABRIL | DOMINGO 14

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 17 - N° 886

CUENCA - ECUADOR

Cremusa



ENTREVISTA | Pag. 3

Cremusa

Helados y postres de autor con productos ecuatorianos

elidas & ellos

VIDA EN FAMILIA

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

2 Audiolibros gratuitos en español

5 Bebederos para colibrís

6 Pioneros de la radiología

Tips para ahorrar la batería de tu celular

Ahorrar batería en tu celular puede extender la duración de la carga y garantizar que esté disponible cuando más lo necesites. Aquí tienes algunos consejos para ahorrar batería:

- Reduce el brillo de la pantalla al nivel más bajo cómodo para ti. La pantalla suele ser una de las mayores consumidoras de batería.

- Si no estás usando Bluetooth o GPS, desactívalos para evitar que consuman batería en segundo plano.

- Limita las notificaciones, la cantidad de notificaciones que recibes, especialmente aquellas de aplicaciones que no son prioritarias. Cada vez que la pantalla se enciende por una notificación, consume batería.

- Cierra las aplicaciones que no estás utilizando para evitar que consuman recursos y batería en segundo plano.



- Utiliza el modo de ahorro de energía. Muchos teléfonos tienen un modo de ahorro de energía que reduce el rendimiento del dispositivo para conservar la batería. Actívalo cuando tu batería esté baja.

- Desactiva la vibración, esta función consume más energía que los tonos de llamada o notificaciones.

- Actualiza tus aplicaciones y sistema operativo pues pueden incluir mejoras de eficiencia energética que ayuden a ahorrar batería.

- Limita el uso de widgets y fondos de pantalla animados. Estos elementos pueden consumir batería incluso cuando no estás usando activamente tu teléfono.

NOVEDADES:



Audiolibros gratuitos en español

* Audiolibros Gratis en Español es una app que ofrece una amplia variedad de audiolibros gratuitos en español, organizados por género y autor. Puedes buscar y reproducir audiolibros fácilmente.

* BajaLibros es una plataforma que ofrece una selección de audiolibros gratuitos en español, así como libros electrónicos. Puedes encontrar desde clásicos hasta obras contemporáneas y escucharlos en línea o descargarlos para escuchar sin conexión.

* Storytel ofrece una prueba gratuita de 14 días que te da acceso a una gran biblioteca de audiolibros en español. Aunque es una plataforma de suscripción, puedes aprovechar la prueba gratuita para escuchar una amplia variedad de libros durante ese periodo.



Tres apps para desayunar rico

- **Tasty:** Esta aplicación ofrece una amplia variedad de recetas de desayuno, desde opciones saludables hasta indulgentes. Puedes filtrar las recetas según tus preferencias dietéticas y habilidades culinarias.

- **Yummly:** es una aplicación que te permite buscar recetas de desayuno personalizadas según tus gustos y restricciones dietéticas. También ofrece funciones para crear listas de compras y planificar comidas.

- **Kitchen Stories:** Esta aplicación combina recetas de desayuno con tutoriales paso a paso en video, lo que la hace ideal para personas que prefieren aprender visualmente. Además, incluye consejos útiles y trucos de cocina.



'Ayúdame, bot, con este juego'

Siempre se ha dicho en el mundo digital que cuanto más complejo sea un sistema, más nos tiene que ayudar. Y la IA está para eso. Según The Verge, Microsoft está probando un nuevo agente animado con IA en Xbox para dar soporte a los jugadores, cosa que hasta hoy se hace con respuestas prehechas o asistencia humana. Dice Haiyan Zhang, gerente general de IA de juegos en Xbox, que el prototipo hará que sea "más fácil y rápido" para los jugadores obtener ayuda con temas de soporte. El prototipo, que aún no tiene nombre, está conectado a los documentos de soporte de Microsoft y podrá dar respuesta a los jugadores en tiempo récord.

Una solución bien inteligente.

INFO

Google Gmail cumplió veinte años



Fue creado por Paul Buchheit y se lanzó el 1 de abril de 2004.



En 2013, Google proporcionó a sus usuarios 15 GB de almacenamiento gratuito.



La interrupción más larga en la historia de Google duró 2.5 horas.

El 90 % de las empresas emergentes en Estados Unidos utilizan cuentas de Gmail.

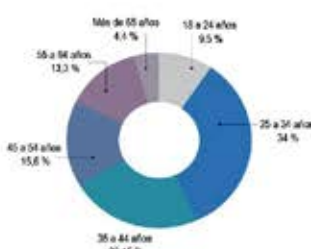
Gmail es responsable del 27 % de todos las visualizaciones de correo electrónico en Internet.

Diariamente se envían más de 121 mil millones de correos electrónicos mediante Gmail.

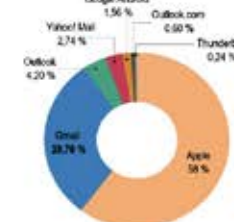
Cantidad de usuarios de Gmail registrados



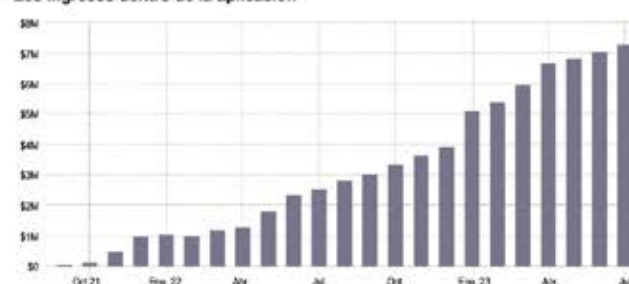
Datos demográficos de los usuarios de Gmail



Cuota de mercado de clientes en todo el mundo



Los ingresos dentro de la aplicación



Los países con el mayor número de usuarios de Gmail



Fuente: Datacovego

Agencia EFE

¡Qué miedito!

Digamos que algún día recibe una llamada de un familiar al que conoce muy bien, y en esa comunicación su pariente le dice que le envíe una determinada cantidad de dinero por una situación urgente. Resulta que para usted esa persona es su familiar, pero en realidad es Inteligencia Artificial donando la voz. Esa sería una 'llamada Millonaria'. Pues ante peligros como este OpenAI ha decidido no lanzar al público su tecnología Voice Engine, que puede clonar voces reproduciendo un sonido natural "emotivo y realista" usando una muestra de quince segundos. Con Voice Engine se puede convertir texto en voz para crear voces sintéticas que pueden permitir que los creadores de contenidos traduzcan su trabajo en otras lenguas sin perder sus acentos nativos. Por ahora, solo unos pocos clientes tienen acceso a Voice Engine y en OpenAI están considerando todas las medidas para una implementación más responsable. ¡Ojo con esto! (EFE)-(I).



Cremusa

Helados y postres de autor con productos ecuatorianos



Disfrutar de un helado de colada morada, canelazo, leche de búfala o deleitarse de una mermelada de capuli es una realidad en Cuenca.

Cremusa es una heladería, pastelería y cafetería ubicada en las calles Larga y Vargas Machuca, que ofrece una variedad de helados de autor. Igualmente, en su carta existe una amplia lista de postres originales, para disfrutar con toda la familia.

Paz Bonilla y Gabriel Murillo impulsan este espacio y aprovechan al máximo los productos ecuatorianos para transformarlos en sus delicias. "Nos enfocamos en los helados de autor, que son fusiones de sabores para disfrutar de una nueva experiencia", explica Paz.

Los nombres de los helados son originales, pero de fácil comprensión para los clientes. "Al leer la carta lo asocian con los productos. De igual manera, existen nombres de bebidas tradicionales que se han transformado en helados", agrega Paz.

En su menú se pueden encontrar los sabores de chai latte (vegano), oreo blast (helado a base de oreo y

cheesecake), coco y almendra (coco y almendra tostada con leche condensada), frutos rojos y hierbabuena, chocomilo (chocolate al 70% con chocolate milo), colada morada, guanábana limón, búfala crunch (leche de búfala y praliné de nuez), vainilla y el cheesecake de fresa.

Además, cuentan con helados con un toque de alcohol como son whisky toffee, piña colada y rosa mentirosa. Se han creado más de 20 helados, algunos de ellos son de temporada y otros están de manera permanente en la carta. En el año 2017 iniciaron con la venta de este producto, pero a partir del año 2021 dieron un giro y empezaron con los helados de autor.

Paz cuenta que en el caso del helado de colada morada es una receta de su abuela y se ofrece al público por más de cuatro años. Lo que se hizo es reformular la receta para que se mantenga las características de un helado, sin perder ninguna propiedad o sabor.

Gabriel se especializa en el tema de los postres y relata que los productos tradicionales son llevados a otro nivel. Las mermeladas también son elaboradas en Cremusa, como frutos rojos, maracuyá, jamaica, capuli

y uvilla.

Uno de los postres que llama la atención es el crêpe brulé de morocho, que es una crema inglesa cuajada al horno, con una fina capa de azúcar. "Nosotros adaptamos a los sabores ecuatorianos", señala Gabriel. En esta receta el ingrediente principal es el morocho y va acompañado de un helado vegano de frutos rojos con hierbabuena, donde no puede faltar la mermelada de capuli.

Desde el mes de septiembre se fusionaron con "Casa Arte" y realizan cursos de pasteles decorados, pintura y más espacios de arte, donde los participantes disfrutaban de una bebida o un brunch de Cremusa.

El horario de atención es de miércoles a sábado, de 10:00 a 20:00 y los domingos de 11:00 a 13:30 y de 16:00 a 19:30. En Facebook, Instagram y TikTok "Cremusa.ecu" se difunden los espacios a realizarse con "Casa Arte", así como su menú con fotografías de todos sus productos.



Cómo limar las uñas con gel o acrílico

Cuando tienes uñas con gel o acrílico, es importante abordar el proceso de limado o corte con cuidado para evitar dañar el material y proteger la salud de tus uñas naturales.

Para limar uñas con gel o acrílico, es recomendable utilizar limas de grano fino o medio. Estas limas son suaves y delicadas, lo que te permite dar forma y ajustar la longitud de tus uñas sin dañar el material ni tus uñas naturales.

El número de la lima generalmente se refiere al grado de abrasión de la lima y puede variar dependiendo del fabricante. En términos generales, para uñas con gel o acrílico, puedes usar limas con un número entre 180 y 240. Estas limas son lo suficientemente suaves para no dañar el gel o acrílico, pero lo suficientemente efectivas para limar suavemente la superficie.

Si deseas limar las uñas, utiliza una lima de uñas suave y lima con movimientos suaves y ligeros. Evita limar con

demasiada fuerza para no dañar el gel o acrílico y para no debilitar tus uñas naturales. Limarás principalmente la superficie para mantener la forma y longitud deseada. Evita cortar el gel o acrílico, puede ser riesgoso y podría dañar tus uñas naturales. En su lugar, es preferible limar para ajustar la longitud.

Usa herramientas adecuadas como un cortaúñas o tijeras de uñas.

Después de limar o cortar, aplica una crema hidratante para uñas y cutículas para mantenerlas saludables y evitar que se sequen.

Si no estás seguro de cómo proceder o prefieres no arriesgarte, es recomendable visitar a un profesional de uñas. Ellos tienen la experiencia y las herramientas adecuadas para manipular el gel o el acrílico sin dañar tus uñas naturales.

CONSEJITOS!



Pestañas rizadas

Rizar las pestañas puede ayudar a abrir la mirada y hacer que tus ojos se vean más grandes y despiertos. Utiliza un rizador de pestañas diseñado específicamente para esta función. Asegúrate de que esté limpio y en buenas condiciones para evitar pellizcar o dañar las pestañas. Es preferible rizarlas antes de aplicar el maquillaje. Coloca el rizador de pestañas lo más cerca posible de la raíz de las pestañas sin pellizcar la piel. Presiona suavemente durante unos segundos y luego suelta. Repite este proceso si es necesario.

Después aplica máscara de pestañas para definir

Aceites para reparar puntas abiertas



El aceite de almendras es ligero y fácilmente absorbido por el cabello, lo que lo hace ideal para reparar las puntas abiertas sin dejar un residuo grasoso. Aplica unas gotas de aceite de almendras en las puntas del cabello y déjalo actuar durante toda la noche para obtener mejores resultados.

También el aceite de oliva es rico en ácidos grasos y antioxidantes, es excelente para nutrir y reparar el cabello dañado. Calienta un poco de aceite de oliva y aplícalo en las puntas del cabello, dejándolo actuar durante al menos 30 minutos antes de lavarlo.

Reduce tus ojeras



Existen varios métodos caseros que puedes probar para ayudar a reducir o prevenir la aparición de ojeras.

Aplica compresas frías sobre los ojos durante unos 10-15 minutos. Puedes usar rodajas de pepino, o de papa cruda, bolsas de té verde frías o incluso cubitos de hielo envueltos en una tela suave. El frío ayuda a reducir la hinchazón y a mejorar la circulación sanguínea en el área.

También prueba con un masaje suave alrededor de los ojos utilizando aceite de coco, almendras o crema hidratante. Esto ayuda a mejorar la circulación y reducir las ojeras.

UN BEBEDERO ADECUADO PARA COLIBRÍES

No es recomendable poner agua con azúcar para alimentar a los colibríes. Aunque los colibríes son atraídos por el néctar dulce, el agua con azúcar puede ser perjudicial para su salud por varias razones:

Falta de nutrientes: El agua con azúcar carece de los nutrientes necesarios que los colibríes obtienen del néctar natural de las flores, como vitaminas, minerales y aminoácidos esenciales.

Desequilibrio de azúcar: El exceso de azúcar en el agua puede provocar desequilibrios en el metabolismo de los colibríes y causar problemas de salud, como obesidad, diabetes o desnutrición.

Fermentación y contaminación: El agua con azúcar puede fermentarse rápidamente en climas cálidos, lo que puede llevar al crecimiento de bacterias y hongos que pueden ser dañinos para los colibríes.

¿Cómo prepararla?

En su lugar, es mejor proporcionar a los colibríes un alimentador de néctar con una solución adecuada de agua y azúcar que imite el néctar natural de las flores.

La proporción recomendada es de aproximadamente 1 parte de azúcar por 4 partes de agua. Es importante cambiar la solución con regularidad (aproximadamente cada 2-3 días) y limpiar bien el alimentador para evitar la acumulación de bacterias y hongos.

Además del néctar, los colibríes obtienen nutrientes de insectos y arañas, por lo que mantener un jardín con flores nativas y plantas que atraigan insectos también puede ser beneficioso para su salud.



LIMPIA LAS OREJAS DE TU PERRO

Necesitarás un limpiador de orejas para perros (disponible en tiendas de mascotas), algodón o gasas, y premios para perros para recompensar su buen comportamiento.

Sostén a tu perro de manera segura y aplica unas gotas de limpiador de orejas en el canal auditivo externo. Masajea suavemente la base de la oreja durante unos 30 segundos para permitir que el limpiador penetre en la suciedad y el cerumen.

Envuelve un trozo de algodón o gasa alrededor de tu dedo y úsalo para limpiar suavemente la superficie interna de la oreja. Evita introducir el dedo o el algodón demasiado profundamente en el canal auditivo para evitar dañar el tímpano.



GERANIOS

Para cuidar los geranios, asegúrate de plantarlos en un suelo bien drenado y ubicarlos en un lugar soleado. Ríégalos regularmente, pero evita el exceso de agua para prevenir el encharcamiento. Durante la temporada de crecimiento, fertiliza los geranios cada 4-6 semanas con un fertilizante equilibrado. Retira las flores marchitas para fomentar una floración continua y poda los tallos muertos o dañados para promover un crecimiento saludable. También es importante revisar regularmente los geranios en busca de signos de plagas o enfermedades, como pulgones o moho, y tratarlos adecuadamente si es necesario.



ADOPCIÓN RESPONSABLE

Si tú deseas ayudarnos con tu tiempo, dinero, alimento, atención veterinaria, etc. Comunícate con nosotros.



FUNDACIÓN ARCA
2835-201 • 4213618

Dirección: Baltazara de Calderón y Miguel Vélez (sector San Sebastián)

PIONEROS EN LA RADIOLOGIA Y EN EL LABORATORIO CLINICO EN CUENCA



Dr. Nicanor Merchán

Algunos progresos ya se habían realizado en el campo de la medicina en Cuenca. La Universidad abría sus puertas a la especialización y el antiguo Hospital "San Vicente de Paúl", lentamente pero pobrementemente, comenzaba el arte de curar, poseía un laboratorio clínico básico y también se comenzaba en el manejo de aparatos y sistemas de investigación. Una generación de jóvenes médicos se aprestaba a dirigir y desarrollar los gabinetes de bacteriología, de Rayos X, entre otras actividades importantes en el campo de la salud.

La química y la farmacología trazaban sendas nuevas y a su vez, sustituían a viejos, lentos y a veces inútiles medicamentos con otros más eficaces. Un joven galeno cuencano, el DR. MANUEL ARIZAGA con una



Dr. Manuel Malo

vocación innata y cultivada, con grandeza de ideales, con sencillez y vocación se trasladó a la capital de la República para desentrañar los secretos del radio-diagnóstico. Fue el pionero de los Rayos X en Cuenca; pues, si bien, algunos intentos anteriores iniciaron al novísimo procedimiento, los Rayos X como especialización y práctica sistemática hospitalaria, principiaba con este recordado profesional.

Se identificó de forma total en esta especialidad de tal manera que decir en Cuenca Rayos X, era decir: MANUEL ARIZAGA. Era una peligrosa labor, aparatos todavía inseguros, de práctica intensa, de familiarización con las peligrosas ondas hertzianas que con el tiempo minaron su organismo sano y trabajador e

incansable en el apoyo diagnóstico. Y sucedió lo que tenía que suceder: la radioactividad le robó el aire, le estrujo los pulmones y un día, en plena labor, del oscuro gabinete de trabajo salió herido de muerte, el pionero de los Rayos X en Cuenca. Nada ni nadie logró detener el mal y este galeno bueno por excelencia, el facultativo de vocación, el profesional desinteresado, se marchó un día al eterno oriente.

De la misma manera, con un claro apostolado en el campo de la medicina, fue el DR. MANUEL MALO CRESPO, dedicó las luces de su espíritu a la incipiente Bacteriología en la primera mitad del siglo XX. Si bien los DRS. NICANOR MERCHAN Y EMILIANO CRESPO son los iniciadores de las arduas disciplinas de la Parasitología y la Bacteriología, a Manuel Malo Crespo le cupo ser el fundador de la moderna investigación de las causas de las enfermedades transmisibles, por el cultivo metódico de las bacterias, por la identificación del morbo en el laboratorio, por la determinación de los caracteres de la enfermedad tanto en el hombre como en el animal de experimento. Profesor de la Universidad de Cuenca, lo fue en altísimo grado. El brindó el principio a la escuela de investigadores que avanza triunfalmente hasta nuestros días.

En el curso de su porfiada lucha por esclarecer el secreto de la enfermedad contagiosa, en el laboratorio que le sirvió de trinchera de vanguardia para la docencia, contrajo la terrible Tifoidea. Pocos días más tarde, este ilustre investigador dejó su vida como holocausto a las puertas de su querido laboratorio. Siempre serán estos distinguidos DRS. MANUEL ARIZAGA, MANUEL MALO, NICANOR MERCHAN Y EMILIANO CRESPO un orgullo cuencano y un ejemplo para quienes aman la sabiduría y caminan por los difíciles senderos de la Ciencia, la investigación y el descubrimiento.

Saúl Chalco Quezada
Felipe Díaz Heredia

SOCIEDAD DE HISTORIA DE LA MEDICINA DEL AZUAY



SUBOKU

Llene los espacios vacios con los números del 1 al 9. No repita los números en su propia fila horizontal o vertical ni en el cuadrado que los contiene

	5	9		8	7	3	1	6
7		8		6			4	
				9				
2			6			4	7	
5	1	6		4				2
			1		8			5
3			9		5		8	
		2						3
1	7			3	2	9		4

LABERINTO



	Corriente artística caracterizada por la ingenuidad y espontaneidad	Siglas de Number Resource Organization	Arboles de madera sapicada de manchas a manera de ojos	Inteligencia Artificial	Nota que suele ponerse en las minutas de documentos oficiales como testimonio de su cumplimiento
Capitán de embarcación árabe o morisca					Parte de la biología que estudia los animales
En Salamanca, España, manga estrecha del jubbón					
Lenguaje de programación	Omar Correa			Simbolo químico del cobalto	
Sufijo aumentativo	Principio o fundamento de algo	Despido			
Ser supremo en las religiones monoteístas		Prefijo que significa huevo		Terminación de alcoholes	Cantidad corta o escasa
Distraído			Cabo africano en la costa NE del golfo de Túnez		Tipo de sangre
Negación		Pérgua usada en las artes marciales			Iniciales de Horacio Noniega
		Sara Acosta			
	Ciudad rusa ubicada entre el Cáucaso y el Mar Negro				
	Provisión de viveres				

crucigrama

SOPA DE LETRAS

B	T	Y	Z	N	P	R	O	T	O	M	I	T	O	L	O	G	I	A
A	O	E	L	K	R	W	J	U	B	S	A	R	U	T	L	U	C	M
F	C	G	M	M	I	T	O	L	O	G	I	A	E	J	R	M	C	L
W	O	Q	R	A	R	F	K	P	G	Y	D	H	V	E	I	S	N	S
B	M	M	T	B	S	E	W	H	G	J	V	O	L	T	A	C	U	R
N	P	I	S	X	E	K	L	L	P	Z	N	A	O	C	A	O	K	W
B	A	M	C	O	H	O	S	I	F	Q	C	S	I	V	I	G	C	Z
V	R	P	Q	L	A	D	I	O	G	I	R	G	E	D	T	I	L	X
N	A	J	S	L	J	V	P	V	O	I	O	G	U	Q	W	F	K	E
D	D	A	U	O	Y	H	C	N	U	L	O	T	K	U	G	L	S	F
P	A	M	W	R	J	I	E	Y	O	L	S	N	R	T	B	D	V	E
J	V	W	U	R	Z	S	R	C	H	E	I	K	E	I	C	O	G	F
A	N	M	P	A	S	B	I	A	Q	O	T	D	L	S	E	F	H	X
S	U	Y	R	S	S	S	D	V	W	M	Z	K	F	D	C	P	E	K
N	E	A	I	E	P	S	O	X	B	W	T	H	R	J	V	U	Z	Y
G	B	O	N	D	C	T	A	Q	U	L	M	X	E	W	P	K	G	Y
J	R	V	R	Z	D	S	A	C	I	T	S	I	U	G	N	I	L	I
N	E	D	V	E	G	S	X	A	S	A	Z	R	E	U	F	V	Z	A
T	C	H	J	Y	H	U	X	N	B	R	I	S	W	G	P	E	L	F

MITOLOGÍA

ENCUENTRE LAS PALABRAS DE LA LISTA

- COMPARADA
- CULTURAS
- DESARROLLO
- DILUVIO
- ESTUDIO
- FUERZAS
- HÉROES
- MITOLOGÍA
- MITOS
- PROTOMITOLOGÍA
- PSICOLÓGICAS
- RELACIONES
- RELIGIONES
- TEMAS



Restaurante Mi Escondite, un lugar para vivir la tradición desde hace 28 años

Por más de dos décadas esta empresa cuencana ha encontrado nuevas formas de conectar a las personas con las tradiciones gastronómicas. Crean experiencias especiales a través de la comida para celebrar lo cotidiano que une a las familias, a las empresas y a los amigos.

Restaurante Mi Escondite ofrece cuyes crocantes y carnes asadas de la brasa a la mesa. La calidad de sus platos y la calidez de su servicio les han llevado a ser reconocidos como uno de los mejores lugares de cuyes asados de la provincia y del Ecuador. Su trayectoria les ha hecho merecedores de varios reconocimientos entre los que se destaca la Presea al Mérito Turístico obtenida en el 2019.

Están ubicados en la parroquia Ricaurte, sector 4 esquinas a solo 20 minutos del centro histórico y cuentan con amplias y acogedoras instalaciones para más de 250 personas.

Han consolidado un equipo que genera empleo para más de 20 familias y atienden cada semana a cientos de clientes nacionales y extranjeros.

Innovación gastronómica con identidad

En Mi Escondite siempre están buscando nuevas propuestas sin perder de vista lo nuestro. En su amplia carta se puede encontrar además de cuyes y carnes, hornado, morcillas, maduros y choclos con queso, etc.

Sus cocteles tienen nombres y sabores únicos: "Piña cholada", "Mijitos", "TurboMicheladas", etc. y apuestan por nuevos postres como su reciente creación: "Trilogía Andina", una combinación que incluye mousse de tomate de árbol, suspiro cuencana con crema batida y fresas frescas y helado artesanal de temporada.

Varios famosos han probado los cuyes crocantes que se preparan aquí: autoridades, artistas, futbolistas, etc. La última personalidad en probar la cascarita crujiente del cuy fue Luciana Guschmer, participante de Master Chef Celebrity Ecuador.

Así, Mi Escondite es parte de la promoción de Cuenca como destino gastronómico de excelencia a nivel nacional e internacional.

