



EL MERCURIO

DOMINGO 28 SEPTIEMBRE

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 18 - N° 962

CUENCA - ECUADOR



ENTREVISTA | Pag. 3

*Támara
Castro*

Hizo suyo el sueño de su abuelo

ellas & ellos

VIDA EN FAMILIA

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

2

FIN DE ACTUALIZACIONES WINDOWS 10

5

SALUD DENTAL Y SU IMPORTANCIA

8

DÍA CONTRA EL TRÁFICO DE MUJERES

¿QUÉ CONSECUENCIAS TIENE EL FIN DE LAS ACTUALIZACIONES DE WINDOWS 10?

El próximo 14 de octubre de 2025, Microsoft pondrá fin a las actualizaciones de Windows 10, sistema operativo lanzado en 2015 y todavía usado por millones de personas en el mundo. Esta decisión ha generado preocupación, ya que los ordenadores dejarán de recibir parches de seguridad que los protegían de ciberataques, volviéndolos más vulnerables.

La compañía aconseja migrar a Windows 11, disponible desde 2021. Sin embargo, no todos los equipos son compatibles con esta versión. Para quienes no puedan actualizar, Microsoft ofrece un paquete de soporte extendido por 30 dólares al año. Esta medida ha sido criticada por asociaciones de consumidores, que denuncian que incluso ordenadores vendidos en 2022 y 2023 no soportan Windows 11, lo que podría hacerlos obsoletos en poco tiempo. En Francia, una coalición de 22 asociaciones exige actualizaciones gratuitas hasta 2030.

Según datos de Consumer Reports, unos 650 millones de personas seguían usando Windows 10 en agosto de 2025, y cerca de 400 millones de ordenadores serían incompatibles con Windows 11. Además del riesgo de ciberataques, las aplicaciones también podrían fallar, ya que dependen de que

el sistema operativo se mantenga actualizado.

Los expertos aclaran que los programas antivirus no sustituyen las actualizaciones, pues solo ofrecen protección parcial y temporal. Como alternativa, los usuarios pueden instalar otros sistemas, como Linux, que permiten seguir utilizando el mismo ordenador, siempre que las aplicaciones sean compatibles.

El fin del soporte de Windows 10 plantea así un dilema global: pagar por actualizaciones limitadas, cambiar de ordenador o migrar a otro sistema, en un debate que toca tanto la seguridad digital como la sostenibilidad tecnológica.



INFORMACIÓN

La nave espacial Orión: primera misión tripulada

La misión Artemis II prevé llevar una tripulación de cuatro personas alrededor de la Luna en Orión a principios de 2026

MÓDULO DE SERVICIO*

Proporciona sistemas de soporte vital, electricidad y propulsión

MÓDULO DE TRIPULACIÓN (cápsula)

Presurizado, cubierto con baldosas de protección

SISTEMA DE ABORTO DE LANZAMIENTO

Transporta a la tripulación de forma segura en caso de emergencia durante el despegue o ascenso



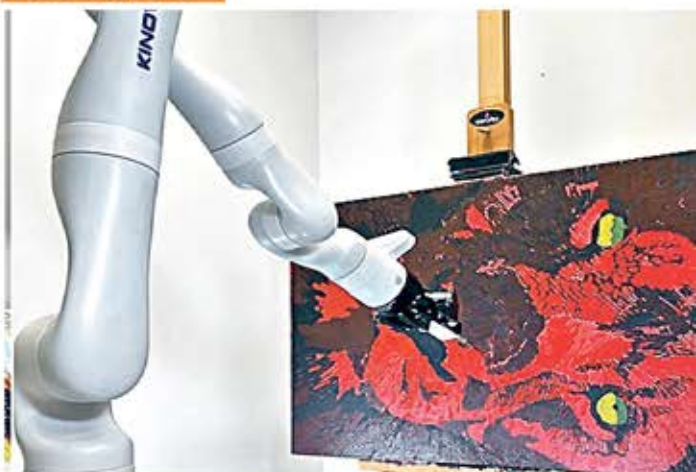
Fuente: NASA

*Proporcionado por la Agencia Espacial Europea

Diagrama esquemático, no a escala

AFP

NOVEDADES



LOS NUEVOS APRENDICES DE PINTOR, LOS ROBOTS DE IA

Acrylic Robotics, fundada en 2021 por Chloë Ryan, ha desarrollado brazos robóticos capaces de pintar lienzos reproduciendo con precisión las obras de artistas. Estos "aurógrafos" buscan conservar la esencia de las pinceladas, algo que una impresión fotográfica no logra. Los artistas primero recrean sus cuadros en tabletas digitales que registran presión, velocidad y tonos; luego, el robot plasma esos datos en el lienzo. El sistema permite a los pintores difundir su arte y vender más copias con su consentimiento, mérito y compensación económica. Los "aurógrafos" se comercializan entre 200 y 1.000 dólares, de los cuales el creador recibe entre el 5% y el 50%. Actualmente, hay una lista de espera de 500 artistas interesados en participar.



META PRESENTA NUEVAS GAFAS CON IA EN UNA APUESTA POR EL FUTURO

Meta presentó sus nuevas gafas inteligentes Ray-Ban Display, con pantallas que permiten ver mensajes, fotos y más, como si fueran un celular. Incorporan bandas neuronales que registran movimientos de los dedos para controlarlas y tienen un precio de 799 dólares. Según Mark Zuckerberg, buscan ofrecer "superinteligencia personal" con hologramas realistas, parte de su visión del metaverso, donde estas gafas podrían reemplazar a los teléfonos inteligentes. Meta ha invertido en realidad virtual desde 2021, cuando cambió su nombre de Facebook a Meta. Sin embargo, Reality Labs, su división de VR y AR, perdió 4.500 millones de dólares en el segundo trimestre de 2025. Analistas consideran que es una apuesta a largo plazo para competir con Apple y Google.

TAMARA CASTRO LÓPEZ

SU VIDA AL SERVICIO DE LA SALUD

Tamara Guadalupe Castro López es médico rural y actualmente se desempeña como coordinadora del Centro de Salud de Pucará, en la provincia del Azuay. Llegó a este cantón hace ocho meses, y desde entonces ha sentido crecer su vocación de servicio, conectada profundamente con las necesidades de la comunidad, especialmente en el ámbito de la salud.

Decidió dejar atrás las comodidades de su casa para hacer de Pucará su nuevo hogar, plenamente consciente de que se trata de una zona de difícil acceso, donde muchas personas carecen de servicios básicos y la atención médica es una de las necesidades más urgentes.

Para tomar esta decisión contó con el respaldo incondicional de su familia, en especial de su padre, Mario Castro, quien estuvo vinculado a la función pública y destacó como miembro de la Policía Nacional. Tamara recuerda con claridad una frase de su padre que la marcó profundamente: "Estás en la edad perfecta para incomodarte, y más aún si es para ayudar a otras personas."

Aunque en un inicio Tamara pensaba seguir sus pasos y convertirse en Policía, un giro en su vida la llevó a elegir la medicina. La enfermedad de sus abuelos fue determinante: su abuelo fue diagnosticado con cáncer y su abuela sufría problemas cardíacos. "Cuando mi abuelo nos contó el diagnóstico, dijo que vio a unas doctoras con mandil blanco y se imaginó que era yo", recuerda con emoción.

Inspirada por esas palabras, decidió estudiar medicina para cumplir el sueño que su abuelo tenía para ella. Lamentablemente, él falleció poco después de iniciar la carrera. "Cada vez que estoy cerca de un adulto mayor o de un niño, siento su presencia en los abrazos que me dan", confiesa.

Desde su llegada a Pucará, Tamara ha



enfocado su trabajo en brindar atención de calidad, priorizando el bienestar integral del paciente. Está convencida de que el ejercicio de la medicina no solo requiere conocimientos, sino también valores, empatía y compromiso. Para ella, la misión es dejar una huella en el corazón de cada persona que atiende.

No descarta quedarse en Pucará una vez que concluya su año rural, pues sabe que la comunidad necesita profe-



sionales comprometidos con la salud y el desarrollo local.

Además de adaptarse a una nueva realidad profesional, Tamara ha aprendido a vivir sola y a enfrentar la distancia



con su familia. En este camino ha contado con una compañía especial: sus dos mascotas, 'Apolo' e 'Igor'. Este último, es un can de apoyo emocional que también se ha ganado el cariño de los pacientes por su sensibilidad y cercanía.

A nivel profesional, Tamara sueña con especializarse en pediatría. En lo personal, tiene como meta superarse cada día, crecer como ser humano, y continuar aprendiendo para servir mejor a quienes más lo necesitan.

Su historia es un testimonio de vocación, entrega y amor por los demás. Tamara es, sin duda, una profesional en la salud que está dejando huella donde más se necesita.

Por: Fernanda Ramón /
Fabián Campoverde



Los jeans barrel están de plena moda

Los jeans barrel son un tipo de vaquero de corte amplio en la cadera y el muslo, que se estrecha ligeramente hacia el tobillo, creando una silueta abombada muy actual y favorecedora. Su estilo relajado aporta comodidad sin perder modernidad, convirtiéndolos en una prenda versátil tanto para el día como para la noche.

Para usarlos de forma adecuada, es importante equilibrar el volumen que generan en la parte inferior del cuerpo. Una opción es combinarlos con prendas superiores ajustadas, como camisetas básicas, tops ceñidos o blusas metidas dentro del pantalón, lo que ayuda a definir la cintura y estilizar la figura. Si prefieres un look más sofisticado, puedes añadir una camisa de corte recto o un blazer estructurado, que aporten contraste y elegancia.

En cuanto al calzado, los barrel jeans funcionan muy bien con zapatillas deportivas para un aire casual, sandalias de tiras para climas cálidos o botines de tacón bajo que estilizan la pierna. Los accesorios juegan un papel clave: cinturones marcando la cintura, bolsos pequeños o de mano y joyería discreta para no sobrecargar el conjunto.

En definitiva, los jeans barrel permiten experimentar con diferentes estilos, desde lo urbano y desenfadado hasta lo chic y elegante, siempre que se busque balancear proporciones y resaltar la silueta.

CONSEJITOS!



ESMALTE DURADERO

Para que el esmalte de uñas dure más tiempo, aplica siempre una base protectora antes del color y un top coat al finalizar. Evita usar las uñas como herramientas, hidrata las cutículas a diario y procura usar guantes al realizar tareas domésticas con agua.

Rímel azul



El rímel azul favorece a quienes desean resaltar la mirada con un toque moderno y llamativo. Queda especialmente bien en ojos claros, como azules o verdes, porque intensifica el color natural, aunque también aporta brillo y frescura a ojos marrones. Es ideal para looks juveniles, veraniegos o nocturnos, y combina mejor con maquillajes sencillos que permitan que las pestañas sean las protagonistas.

Invierte en básicos!



Un buen consejo de moda para caballeros es invertir en prendas básicas de calidad: una camisa blanca bien entallada, un blazer neutro, jeans oscuros y zapatos clásicos. Estos elementos permiten crear looks versátiles y elegantes. Además, cuidar los accesorios marca la diferencia: un reloj sobrio, cinturón de cuero y gafas adecuadas elevan cualquier atuendo. La clave está en la sencillez, el buen ajuste y la confianza personal.

SALUD DENTAL EN MASCOTAS: IMPORTANCIA DE LA LIMPIEZA Y SIGNOS DE PROBLEMAS



La salud dental en mascotas es un aspecto fundamental que muchos dueños pasan por alto, pero que impacta directamente en su bienestar general. Al igual que en los humanos, la acumulación de placa y sarro en dientes y encías puede causar enfermeda-

des periodontales, dolor, pérdida de dientes e incluso afectar órganos vitales como el corazón y los riñones. Por eso, la limpieza dental regular es esencial.

El cepillado diario con pasta específica para mascotas es la

forma más efectiva de mantener la boca sana. Para quienes no pueden hacerlo a diario, existen alternativas como golosinas dentales, juguetes masticables y enjuagues especiales que ayudan a reducir la placa bacteriana. Además, las visitas periódicas al veterinario para

limpiezas profesionales son recomendables, sobre todo en perros y gatos adultos.

Es importante reconocer los signos de problemas dentales: mal aliento persistente, encías rojas o inflamadas, sangrado al masticar, pérdida de apetito, dificultad para comer o cambios de comportamiento por dolor. Detectarlos a tiempo permite prevenir complicaciones mayores y mejorar la calidad de vida de la mascota.

En resumen, cuidar la salud dental no solo protege la boca de nuestra mascota, sino que también contribuye a su salud general. La prevención y la detección temprana son las claves para mantener dientes y encías sanas y fuertes durante toda su vida.



Truquitos:

LEGUMBRES PARA CANARIOS



Los canarios pueden consumir varias legumbres que aportan proteínas y nutrientes esenciales, siempre cocidas y en pequeñas cantidades. Entre las más recomendadas están arvejas, lentejas y habas, evitando legumbres crudas que puedan ser difíciles de digerir o tóxicas. Estas deben ofrecerse ocasionalmente como complemento a su dieta principal de semillas y frutas, para mantener un equilibrio nutricional. Introducir las poco a poco ayuda a prevenir problemas digestivos y favorece que la mascota disfrute de una alimentación variada y saludable.



¿GATOS ESTRESADOS?

Detectar estrés en gatos requiere observar cambios en su comportamiento y rutina. Señales comunes incluyen esconderse con frecuencia, disminuir el apetito, acicalamiento excesivo o insuficiente, maullidos inusuales, agresividad o irritabilidad y cambios en hábitos de eliminación (orinar fuera de la caja). Otros indicios son temblores, pupilas dilatadas o movimientos nerviosos de la cola. Identificar estas señales a tiempo permite intervenir con enriquecimiento ambiental, juegos, rutinas predecibles y, si es necesario, asesoría veterinaria o conductual.

COBRADOR DE NUEVA ESCOCIA

Tiene un tamaño medio y es muy activo. Tiene una cola de pelo largo muy característica y las patas palmeadas. Se presenta en todas las tonalidades de rojo y naranja, aunque el pelaje bajo la cola es de un color más claro. Algunos también tienen zonas blancas en la punta de la cola, en las patas y en el pecho. Los perros adultos miden entre 48 y 51 cm y las hembras entre 45 y 48 cm.



Médicos pioneros en los programas de sanidad e higiene en Cuenca

Fue el 14 de mayo de 1926 cuando se fundó la denominada Dirección de Sanidad y se encargó de su inmediata organización al Dr. Luis Carlos Jaramillo León, cuya primera preocupación fue la de buscar un personal, más o menos competente para ese entonces, que colaborara en sus gestiones.

Se conoce que los primeros que escribieron sobre cuestiones de índole sanitaria fueron: Dr. Luis A. Loyola, quien escribió varios artículos a inicios del siglo XX, sobre: "la importancia del agua verdaderamente potable"; acerca de la necesidad del control médico para el desposte del ganado; sobre el establecimiento de tercenas higiénicas; el impulsar un Sanatorio en Cañar, etc.

El Dr. José Alvear, escribió un texto sobre Higiene, para la enseñanza de esa materia que él iniciaba en la Escuela de Medicina. El Dr. Humberto Ochoa C.; cuya obra: "Nociones elementales de Higiene", se dice que fue la primera obra escrita en libro; también escribió acerca de propaganda higiénica en nuestra comarca.

El Dr. Carlos Aguilar Vazquez, que publicó entre otros importantes artículos sobre estadística demográfica de la ciudad, pero fundamentalmente: "Contribución al estudio de la Historia de la Sanidad en Cuenca", obra que se publicó el 27 de marzo de 1937, en esa publicación puede encontrarse datos históricos sumamente interesantes sobre la Sanidad Pública del Azuay.

A cargo de la Dirección de Sanidad han estado las luchas más silenciosas pero encarnizadas por la implantación de normas elementales de Profilaxis e Higiene en el pueblo. Aunque parezca inverosímil, se debe recordar las intensas dificultades que sus personeros ya en Cuenca, ya en Azogues, ya en Cantones, tuvieron que pasar, por imponer métodos



Histórica fotografía de profesores de la Escuela de Medicina en Cuenca. Se observa al Dr. Luis Carlos Jaramillo León, quien consta en la primera fila en segundo lugar, desde la derecha. / Cortesía del archivo fotográfico del Dr Felipe Díaz Heredia.

de Higiene a personas, a quienes poco o nada les habían interesado tales normas, es decir: campesinos, vivanderas, expendedoras de productos alimenticios en general: en esa lucha merecen citarse los nombres del Dr. Luis Carlos Jaramillo León y del Dr. Carlos Aguilar Vázquez.

Este último a través de la prensa y de sus oportunos folletos científicos y literarios denunció la situación sanitaria de Cuenca y orientó para enrumbarla por senderos civilizadores. Y, no solo hubo esta lucha, dura, cotidiana, dolorosa, sino, más aún, para lograr el control de enfermedades infecto-contagiosas, como la Fiebre Tifoidea y el Tifus, que eran en aquel tiempo, "pan de cada día".

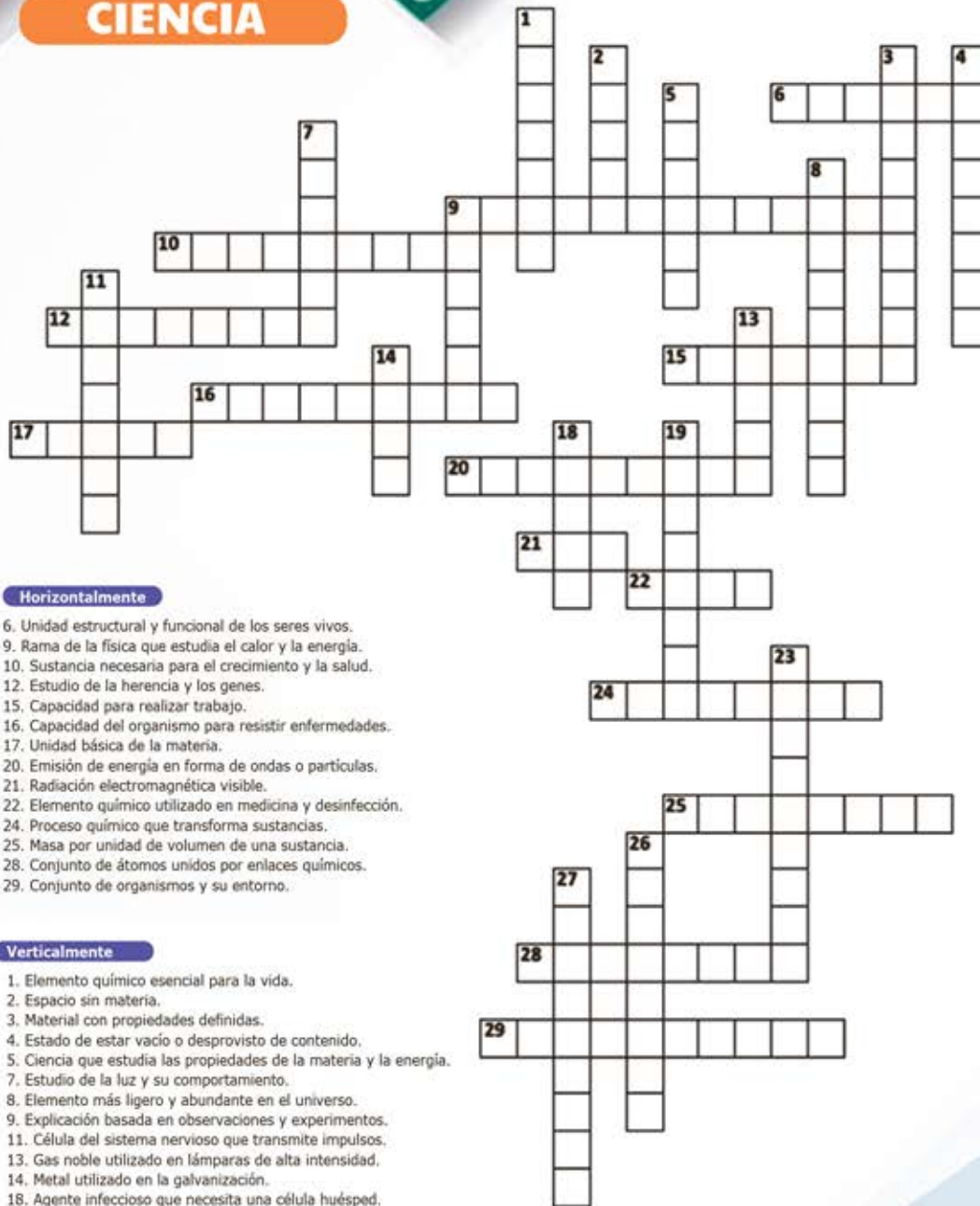
En medio de estas dificultades se sumaban dificultades económicas, lo cual es digno se haga conocer la Historia de la Sanidad en la ciudad de Cuenca y se podrá comprender los sacrificios que pasaron sus dirigentes por higienizar el común modo de vivir de nuestras gentes. Se tiene registrado en los archivos, de cómo reaccionó el público de los mercados cuando se quiso destruir el criadero de ratas que significaban las "barracas del mercado" que funcionaban en ese tiempo, en la Plaza de San Francisco.

Como algo digno de Ripley, hubo un Presidente de la República que se dejó engañar por los informes de sus servidores y partidarios de la Provincia, que

tomaron ese afán de la Sanidad como "una política de oposición", y se atrevió a amenazar con el Panóptico (centro carcelario que existía en esos años en Quito) al Director de Sanidad en caso de continuar "en su empeño por tal innovación". Es muy digno de reconocer las actividades realizadas por esta institución que superando una serie de escollos de toda índole pudieron alcanzar los objetivos los médicos y funcionarios de la Dirección de Sanidad.

CRUCIGRAMA

CIENCIA



Horizontalmente

6. Unidad estructural y funcional de los seres vivos.
9. Rama de la física que estudia el calor y la energía.
10. Sustancia necesaria para el crecimiento y la salud.
12. Estudio de la herencia y los genes.
15. Capacidad para realizar trabajo.
16. Capacidad del organismo para resistir enfermedades.
17. Unidad básica de la materia.
20. Emisión de energía en forma de ondas o partículas.
21. Radiación electromagnética visible.
22. Elemento químico utilizado en medicina y desinfección.
24. Proceso químico que transforma sustancias.
25. Masa por unidad de volumen de una sustancia.
28. Conjunto de átomos unidos por enlaces químicos.
29. Conjunto de organismos y su entorno.

Verticalmente

1. Elemento químico esencial para la vida.
2. Espacio sin materia.
3. Material con propiedades definidas.
4. Estado de estar vacío o desprovisto de contenido.
5. Ciencia que estudia las propiedades de la materia y la energía.
7. Estudio de la luz y su comportamiento.
8. Elemento más ligero y abundante en el universo.
9. Explicación basada en observaciones y experimentos.
11. Célula del sistema nervioso que transmite impulsos.
13. Gas noble utilizado en lámparas de alta intensidad.
14. Metal utilizado en la galvanización.
18. Agente infeccioso que necesita una célula huésped.
19. Ciencia que estudia los seres vivos.
23. Capa externa sólida de la Tierra.
26. Estudio del movimiento de los cuerpos.
27. Pigmento que permite la fotosíntesis en las plantas.

BUSCA palabras

F	O	O	T	N	E	M	R	O	T	C
E	U	Ñ	L	A	V	A	N	D	A	C
I	L	T	A	V	N	I	L	M	Ñ	O
A	S	B	R	R	U	Í	P	G	S	M
L	C	A	A	A	T	A	E	E	A	T
R	D	E	M	L	M	X	P	F	F	S
A	U	L	T	E	C	I	E	E	A	I
H	F	L	N	R	T	I	T	N	V	C
C	N	T	G	B	I	S	C	A	L	F
G	O	M	O	S	O	N	I	E	R	U
S	C	U	R	S	I	V	O	S	R	Ñ

• ALGAS • CAFÉINA • CAMPAMENTOS • CETRINO • CHARLA • CURSIVO • EXTRAÑO
• GOMOSO • ISTMO • LAVANDA • PESO • RECICLABLE • SISTEMAS • TORMENTO

SUDOKU

Llene los espacios vacíos 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.

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



23 de septiembre:

Día Internacional contra la explotación sexual y el tráfico de mujeres niños y niñas



En Bangladesh, país en desarrollo y uno de los más superpoblados del mundo, se llevó a cabo en enero de 1999, en Dhaka, la Conferencia Mundial de la Coalición contra el Tráfico de Mujeres. El propósito de este encuentro fue erradicar la trata y la explotación sexual de niños, niñas y mujeres, constituyéndose en una tarea que convocó a numerosos representantes de los Derechos Humanos a nivel mundial. En aquella ocasión se solicitó la participación activa de los gobiernos, las sociedades civiles y las empresas privadas para luchar de

manera conjunta contra este problema global, que lamentablemente sigue presente en nuestro día a día.

Durante dicha conferencia se eligió el 23 de septiembre como el Día Internacional contra la Explotación y el Tráfico de Mujeres, Niños y Niñas, en recuerdo de la promulgación, en 1913 en Argentina, de la primera norma legal en la materia: la llamada "Ley Palacios", que condenaba la prostitución infantil e introducía leyes de prevención, sanción de la trata de personas y asistencia a sus víctimas.

A pesar de tantas voces y esfuerzos, no se ha logrado frenar de manera significativa estos hechos abominables. Por el contrario, en la era tecnológica el problema se ha extendido, pues internet y las redes sociales se han convertido en un negocio altamente lucrativo para redes de explotación y pederastas.

Cada día vemos cómo niños y niñas engrosan las listas de desaparecidos, muchos de ellos convertidos en nuevas víctimas de este delito. La trata sigue

DESAPARECIDA
TAIPE CEVALLOS SCARLETH AVLIN

Desapareció el 10 de marzo de 2025 | SANAA/ PORTO VIEJO, URBANIZACIÓN ALAMOS 2

AYÚDANOS A ENCONTRARLA

1800 335486
ABSOLUTA CONFIDENCIALIDAD

Ministerio del Interior FGE

siendo el "modus vivendi" de quienes la sostienen, una forma moderna de esclavitud que atraviesa fronteras y continúa explotando vidas en todo el mundo.

Existen numerosos compromisos internacionales, entre ellos el Protocolo de Palermo, que reprime y sanciona la trata de personas. Sin embargo, aunque dichos instrumentos sirven como marco de acción, la aplicación real de la ley en países como el nuestro resulta difícil, especialmente para las familias que buscan justicia. No podemos olvidar que, tras la Constitución de Montecristi, se otorgaron más privilegios a los delincuentes que a las víctimas, pese a que estas fueron declaradas personas de atención prioritaria.

Sonia Salamea Piedra
RED FAVIFE