



EL MERCURIO

DOMINGO 11 ENERO 2026

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - N° 977

CUENCA - ECUADOR

ENTREVISTA | Pag. 3

KOI HOUSE

*Un innovador restaurante
acuario en Cuenca*

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

ellos & ellas

VIDA EN FAMILIA

LOS TAMAGOTCHI CUMPLEN 30 AÑOS

Y SIGUEN CAUSANDO FUROR



Los Tamagotchi, mascotas virtuales que requieren alimento y cuidados constantes para sobrevivir, marcaron a una generación desde su aparición en los años noventa y hoy viven un renovado auge. A casi treinta años de su lanzamiento en 1996, estos juguetes siguen atrayendo tanto a jóvenes de la Generación Z, fascinados por lo retro, como a adultos que los recuerdan con nostalgia.

Su fabricante, Bandai Namco, ha vendido más de 100 millones de unidades en todo el mundo y, para celebrar su trigésimo aniversario, inauguró una exposición en Tokio que recorre la evolución del Tamagotchi, desde los modelos originales de pantalla en blanco y negro hasta las versiones actuales con color y conexión wifi. En los últimos cinco años, sus ventas se han multiplicado por siete, consolidándolo además como un accesorio de moda entre los jóvenes.

El atractivo del Tamagotchi radica en su dinámica simple pero exigente: la mascota digital crece si es bien cuidada, pero puede enfermar o morir si se la descuida. Para algunos adolescentes, representa una alternativa más sana frente al uso excesivo de redes sociales. Reconocido como uno de los mejores juguetes de todos los tiempos por la tienda británica Hamleys, el Tamagotchi mantiene una fuerte presencia en Japón, donde se concentra casi la mitad de sus ventas. Padres y nuevos usuarios coinciden en que el juguete fomenta la responsabilidad y crea vínculos emocionales duraderos, demostrando que su encanto sigue intacto.

NOVEDADES:



VIDEO QUE GENERA MILLONES

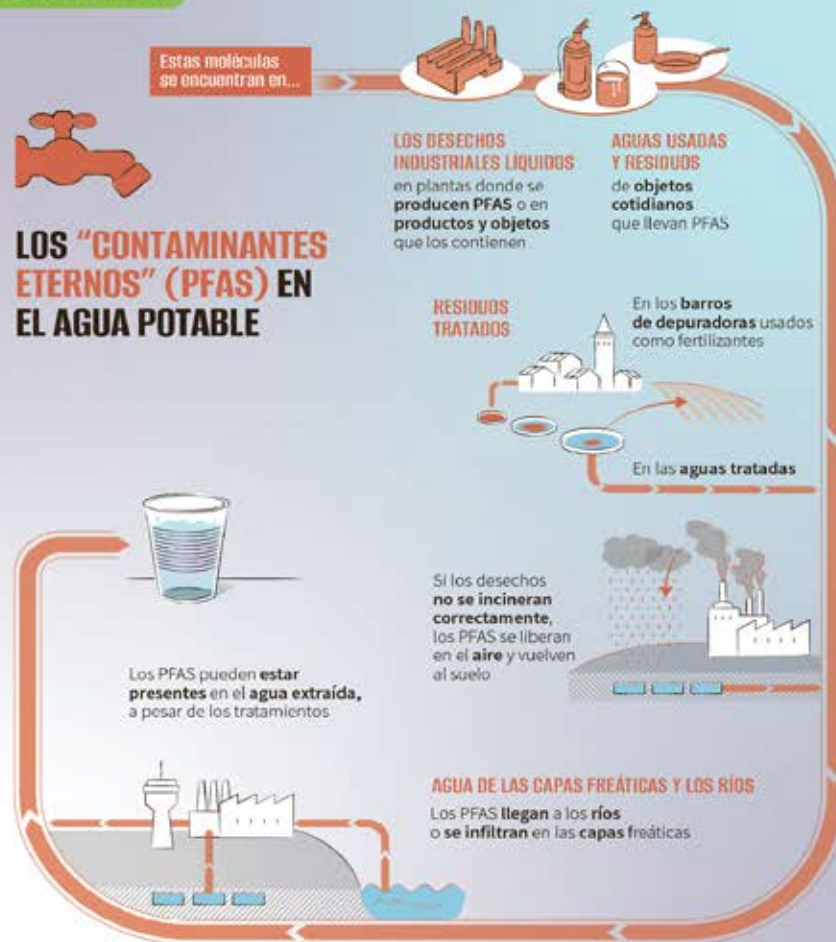
El video "Fireplace 10 Hours Full HD", subido a YouTube en 2016, se volvió viral al mostrar una chimenea encendida durante diez horas sin interrupciones. Actualmente supera los 157 millones de reproducciones. De acuerdo con estimaciones basadas en los ingresos publicitarios promedio de la plataforma y la cantidad de visualizaciones, el video habría generado más de un millón de dólares para su creador. Este tipo de casos suele mencionarse al analizar el potencial de ingresos de videos largos y de consumo pasivo en YouTube, especialmente aquellos que mantienen audiencias durante muchas horas.



SUPERFLUENT, UNA IA DE APRENDIZAJE DE IDIOMAS

Superfluent es una aplicación de aprendizaje de idiomas basada en inteligencia artificial que se enfoca en desarrollar la fluidez a través de la práctica conversacional. A diferencia de métodos tradicionales centrados en la memorización, la app propone escenarios reales, como conversaciones cotidianas, viajes o situaciones laborales, donde el usuario interactúa de forma activa. La inteligencia artificial analiza la pronunciación, el vocabulario y la estructura de las frases, ofreciendo retroalimentación inmediata y personalizada. Además, adapta el nivel de dificultad según el progreso del estudiante, ayudándolo a ganar confianza al hablar. Superfluent incluye ejercicios de comprensión auditiva, expresión oral y refuerzo gramatical contextualizado.

INFORMACIÓN



Fuentes: Agencia de Seguridad alimentaria francesa (Anses), Servicio Geológico francés (BRGM), estudio de S. Kunwadkar et al. (2022, Science of The Total Environment)



KOI HOUSE

UN RESTAURANTE ACUARIO IMPULSADO POR ANTONIO PAREDES

Koi House es un espacio innovador impulsado por Antonio Paredes que, desde hace nueve meses, abrió sus puertas en la ciudad y combina de manera única un restaurante con un acuario. Actualmente está ubicado en el sector Puertas del Sol y se ha convertido en uno de los lugares preferidos para disfrutar en familia.

Antonio se desempeñaba como docente y, al finalizar su contrato, decidió sumarse a la actividad familiar del

criadero de peces. Lo que inició únicamente con la venta de peces creció progresivamente hasta ofrecer también el servicio de elaboración de acuarios y accesorios. “Lo que fue una necesidad se convirtió en una microempresa”, comenta.

Este proceso le permitió entender que en Cuenca existe un gran interés por el mundo de los peces, lo que se convirtió en el impulso para ir más allá. Tras analizar varias opciones para expandir

su negocio y vincularlo con el turismo, decidió crear un restaurante donde las personas puedan disfrutar de la acuarioterapia, fusionada con la gastronomía y la coctelería.

La propuesta dio como resultado un espacio completamente instagramable, ambientado con peces desde el ingreso y en cada rincón del local. Con el tiempo, los peces se fueron familiarizando con los clientes y mostraron una respuesta positiva a la interacción humana. Esta conexión, especialmente con los peces koi, dio paso a una experiencia única: la alimentación con biberón.

Poco a poco, los visitantes ganaron la confianza de los peces, que hoy ya no sienten temor. Los koi son una de las especies más atractivas, no solo por su longevidad –pueden vivir más de 100 años–, sino también por su simbolismo de abundancia y prosperidad.

En sus inicios, el espacio también contaba con algunas especies de langostas, que generaron gran conexión con el público al permitir la interacción y alimentación. Actualmente, Koi House alberga diversas especies como monjitas, escaleras, ranas fantasmas, peces cíclidos, ajolotes y goldfish.

Antonio recalca que los visitantes contribuyen activamente al cuidado de las especies y respetan las indicaciones de alimentación. Además, las mesas y peceras están adecuadamente adaptadas para garantizar el bienestar de los peces, junto con un riguroso control de limpieza.

En su menú destacan los cortes de carne al grill, parrilladas y una de sus especialidades: el krofisch, una langosta de agua dulce que cautiva a quienes la prueban. A esto se suman platos especiales por temporada y una amplia variedad de coctelería.

Koi House se encuentra ubicado en las calles José Astudillo Ortega, en el sector Puertas del Sol. Su horario de atención es de miércoles a domingo, de 13:00 a 21:00; los fines de semana abren desde las 12:00. Los viernes y sábados extienden su atención una



hora más.

Las redes sociales han sido fundamentales para darse a conocer. Para más información, pueden encontrarlos como “Koi House” en Facebook, Instagram y TikTok.

Entre sus proyecciones se contempla la ampliación de las peceras y la implementación de un sistema de adopción simbólica, que permitirá a los visitantes adoptar un pez, visitarlo y alimentarlo. A largo plazo, el objetivo es expandirse mediante franquicias.



Labios difuminados o halo lips, tendencia para el 2026

Los labios difuminados, también conocidos como blurred lips o halo lips, se posicionan como una de las tendencias de maquillaje más fuertes del 2026. Este estilo se caracteriza por bordes suaves, sin delineado marcado, que crean un efecto degradado y natural, como si el color se fundiera delicadamente con la piel. A diferencia del labial clásico perfectamente definido, los labios difuminados apuestan por un acabado relajado, moderno y juvenil.

La técnica consiste en aplicar el color con mayor intensidad en el centro de los labios y difuminarlo hacia afuera con los dedos o una brocha, logrando un efecto etéreo y ligero. Se pueden usar labiales cremosos, tintes o bálsamos con color, lo que además aporta hidratación y comodidad durante el día. Esta tendencia responde al auge del maquillaje natural y de "segunda piel", donde la belleza real toma protagonismo. Los halo lips son ideales para looks diarios, pero también pueden adaptarse a estilos más sofisticados si se usan tonos intensos como rojos cereza, ciruela o terracota.

Además, favorecen a todo tipo de labios, ya que aportan volumen visual y suavizan rasgos. En 2026, los labios difuminados no solo representan una moda, sino una nueva forma de entender el maquillaje: menos rigidez, más libertad y expresión personal.

CONSEJITOS!



OJOS CREATIVOS Y COLORES INTENSOS

Sombras vibrantes, delineados artísticos y tonos llamativos como azul, verde o púrpura se convierten en foco principal del look. También regresan estilos inspirados en las décadas pasadas, como tonos retro o efectos holográficos.⁵⁵

Tonos tierra



Los tonos terrosos serán protagonistas del maquillaje en 2026. Colores como café, bronce, beige, terracota y arena aportan calidez y elegancia al rostro. Estas tonalidades se adaptan a todo tipo de piel y funcionan tanto para looks naturales como sofisticados. Combinados con piel luminosa, resaltan la belleza natural y crean un estilo atemporal y armonioso.

Grooming masculino para 2026



El grooming masculino es el conjunto de hábitos de cuidado personal del hombre, que incluye piel, cabello, barba, manos y presentación general. En 2026 se lleva de forma natural y práctica: rutinas simples, productos multifunción, piel cuidada sin exceso de maquillaje y barbas bien definidas pero relajadas. La tendencia prioriza salud, estilo propio y confianza.

CUIDADO DENTAL EN PERROS Y GATOS:



MÁS IMPORTANTE DE LO QUE CREES

Es importante destacar que el cuidado dental en perros y gatos es un aspecto fundamental de su salud general y, sin embargo, uno de los más descuidados. La acumulación de placa bacteriana y sarro comienza desde edades tempranas y, si no se controla, puede derivar en gingivitis, periodontitis, dolor crónico, pérdida de dientes e infecciones.

Las bacterias presentes en la boca no solo afectan encías y piezas dentales. A través del torrente sanguíneo pueden llegar a órganos vitales como el corazón, el hígado y los riñones, provocando enfermedades sistémicas que reducen la calidad y la expectativa de vida de las mascotas. Por esta razón, el cuidado oral no es un tema estético, sino médico. El cepillado dental regular es la

medida preventiva más eficaz. Idealmente debe realizarse a diario o al menos tres veces por semana, utilizando pastas dentales específicas para mascotas. Complementariamente, existen dietas especiales, snacks dentales y juguetes diseñados para ayudar a reducir el sarro.

Además, las revisiones veterinarias periódicas permiten detectar

problemas dentales de forma temprana. En muchos casos, una limpieza profesional bajo anestesia es necesaria para eliminar el sarro acumulado de manera segura.

Cuidar la salud dental de perros y gatos es invertir en su bienestar, prevenir enfermedades y asegurarles una vida más larga, cómoda y saludable.

Truquitos:

OJO CON LAS JAULAS



La jaula de tus pájaros debe cambiarse cuando queda pequeña, está oxidada, rota o dificulta el movimiento y el vuelo. Si tu ave no puede estirar bien las alas o muestra estrés, es momento de renovarla. También conviene cambiarla al adoptar un ave nueva o al crecer. Mantener una jaula adecuada, limpia y segura mejora su bienestar y salud.



CUIDADOS PARA ORQUÍDEAS

Para cuidar una orquídea, colócala en un lugar con luz indirecta y buena ventilación. Riégala una o dos veces por semana, evitando encharcar las raíces. Usa una maceta con buen drenaje y un sustrato especial para orquídeas. No expongas la planta al sol directo ni al frío extremo. Fertiliza una vez al mes y retira flores secas para estimular nuevos brotes.

BULL TERRIER MINIATURA

El Bull Terrier miniatura es idéntico al Bull Terrier excepto en el tamaño. Los adultos suelen medir como mucho 35,5 cm y pesar entre 11 y 15 kg. Es un animal musculoso y de aspecto imponente, con la cabeza ahuecada. Su corto pelaje se presenta en una gran variedad de combinaciones, incluyendo el blanco, negro, atigrado, rojizo, beige y tricolor.



Dr. Moisés Arteaga Lozano

El médico de los niños cuencanos



El Dr. Moisés Arteaga junto a su esposa la Sra. Lupe Serrano Gonzalez, con quien posee 68 años de matrimonio, tienen 4 hijos, 10 nietos y 9 bisnietos.

Nació en Cuenca un 18 de noviembre del 1932; se graduó de Bachiller en Ciencias Biológicas; Doctor en Medicina y Cirugía por parte de la Facultad de Ciencias Médicas de la U. de Cuenca; realizó los estudios de post grado en Colombia y en Chile en las especialidades de Pediatría y Endocrinología respectivamente.

Entre las importantes actividades desempeñadas fueron las siguientes: Visitador a Médicos tanto en Ecuador como en Colombia; Profesor de Segunda Enseñanza; Médico Residente en el Hospital Infantil de Bogotá- Colombia;

Profesor principal en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca y de la Universidad Católica de Cuenca.
Director del Servicio de Pediatría del Hospital "San Vicente de Paúl".
Médico Tratante del Servicio Pediátrico de la Asistencia Social.
Médico asociado del Hospital de Especialidades "Santa Inés".

Dignidades desempeñadas que se deben mencionar:

Miembro de Número de la Sociedad Colombiana de Endocrinología

Vocal Principal de la Junta de Asistencia Social.
Presidente del Club Rotario de Cuenca.
Asesor de la Organización Panamericana de Salud.
Presidente del Colegio de Médicos del Azuay.
Decano de la Facultad de Medicina de la U. de Cuenca.
Organizador del Congreso Ecuatoriano de Pediatría en Cuenca.
Director Provincial de Salud del Azuay
Consejero Provincial del Azuay.
Director y Presidente de la Clínica "Santa



Dr. Moisés Arteaga Lozano

Inés"

Embajador del Ecuador en la República de Uruguay.

Representante del Ecuador ante la ALADI

Miembro correspondiente de la Casa de la Cultura Ecuatoriana "Benjamín Carrión", sección de Literatura.

Obras literarias publicadas:

Pacha, la Emperatriz; Agua de toronjil; El último viaje; Acosos sexuales y otros cuentos; Al final del camino; Rosalía, apuntes para su biografía.

En un justo reconocimiento a su brillante trayectoria profesional y a su servicio desinteresado a la comunidad, se prodigó un importante espacio en una de las salas del Museo de la Medicina "Guillermo Aguilar Maldonado".

Saúl Chalco Quezada
**SOCIEDAD DE HISTORIA DE
LA MEDICINA DEL AZUAY**

CRUCIGRAMA

Animales vertebrados



Horizontalmente

2. Pez que migra del mar al río para reproducirse.
4. Mamífero de cuello extremadamente largo que se alimenta de hojas altas.
6. Pez cartilaginoso depredador con filas de dientes afilados.
7. Pequeño reptil de cuerpo alargado que suele correr rápidamente.
9. Reptil sin extremidades que se desliza y posee veneno en algunas especies.
11. Ave no voladora que nada en aguas frías del hemisferio sur.
12. Gran felino rayado, solitario y excelente cazador nocturno.
13. Anfibio robusto con piel verrugosa que emite un fuerte croar.
15. Gran reptil acuático con mandíbula poderosa y piel escamosa.
16. Ave migratoria que forma V en el cielo y grazna fuerte.
17. Pequeña ave que vibra sus alas a gran velocidad y se alimenta de néctar.
18. Ave rapaz de gran envergadura y visión aguda.
19. Felino conocido como el rey de la selva, con melena en los machos.
20. Primate ágil que vive en árboles y muestra gran inteligencia.

Verticalmente

1. Mamífero terrestre de gran tamaño con trompa y colmillos.
3. Equino con rayas blancas y negras que vive en sabanas africanas.
5. Lagarto herbívoro de gran tamaño, común en climas tropicales.
6. Reptil de caparazón duro que vive en agua y tierra.
8. Anfibio de piel húmeda que salta y croa en noches lluviosas.
10. Ave nocturna con gran visión y capacidad de girar la cabeza.
11. Canino domesticado, compañero leal del ser humano.
14. Canino astuto de pelaje rojizo, conocido por su ingenio.
15. Ave acuática de plumaje blanco y cuello elegante.
16. Pequeño felino doméstico, cazador de roedores y muy independiente.
19. Canino salvaje que caza en manada y aúlla bajo la luna.

BUSCA palabras

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

- ASESOR - CÍRCULOS - DIPTONGO - ECHAZÓN - ESTUDIÓ
 - FACHADA - FRANELA - GALGO - GENITIVO - GUADAÑA
 - JUSTICIA - MALVERSAR - SUPLANTAR - TRINO - VIERNES

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.

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

El síndrome del impostor: una problemática silenciosa en la transición a la adultez



El síndrome del impostor es un fenómeno psicológico que afecta a numerosos jóvenes, especialmente entre los 18 y 23 años, una etapa marcada por importantes transiciones personales, académicas y laborales. Aunque no se reconoce como un trastorno clínico, este síndrome genera una percepción persistente de fraude personal, donde los individuos dudan de sus capacidades y atribuyen sus logros a la suerte o a factores externos. Clance e Imes (1978) fueron las primeras en describir este fenómeno, señalando que incluso personas con alto rendimiento académico o profesio-

El síndrome del impostor limita la confianza juvenil durante decisiones académicas y profesionales cruciales tempranas.

nal pueden sentirse incapaces e inseguras. La falta de información y el contexto de alta exigencia social hacen que este síndrome sea frecuente en jóvenes universitarios, afectando su autoestima y bienestar emocional.

Decisiones trascendentales en la vida

La etapa comprendida entre los 18 y 23 años implica decisiones trascendentales, como la elección de una carrera, el ingreso a la universidad y la construcción de un proyecto de vida. Estas exigencias suelen ir acompañadas de comparación constante, autoexigencia y miedo al error, factores que favorecen la aparición del síndrome del impostor (Martins, 2024). Los jóvenes comienzan a cuestionar su valor personal y académico, creyendo que no merecen los logros alcanzados.

Entre los síntomas más comunes se encuentran la ansiedad, el perfeccionismo extremo, el miedo al fracaso y el agotamiento mental o burnout (Cisneros, 2024). Estos síntomas pueden derivar en depresión y limitar el desarrollo personal, ya que muchos jóvenes evitan asumir nuevos retos por temor a fallar. De acuerdo con Álvarez (2024), este autosabotaje impide reconocer capacidades reales y frena oportunidades de crecimiento académico y profesional.

Un elemento central es la escasa educación emocional dentro de los sistemas educativos. La valoración excesiva de los resultados por encima del proceso refuerza la creencia de que equivocarse equivale a fracasar. Esta lógica intensifica la inseguridad y normaliza el silencio frente a las dificultades emocionales.

Ante este escenario, diversos autores coinciden en la necesidad de implementar estrategias de acompañamiento psicológico y educación emocional. Henry (2023) señala que reconocer los logros, aceptar el error como parte del aprendizaje y buscar apoyo profesional son acciones clave para enfrentar el síndrome del impostor de manera saludable.

En consecuencia, el síndrome del impostor constituye una problemática silenciosa pero significativa en jóvenes de 18 a 23 años, afectando su salud emocional y su proyección personal. Abordar este fenómeno desde las instituciones educativas es fundamental para formar jóvenes más seguros, capaces de reconocer su esfuerzo y enfrentar desafíos con mayor confianza. (NNM).