



EL MERCURIO

DOMINGO 28 DICIEMBRE 2025

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - N° 975

CUENCA - ECUADOR

ENTREVISTA | Pag. 3

*María Elisa
Guzmán*

*Invita a sanar para comenzar
el 2026 en equilibrio*

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

ellas & ellos

VIDA EN FAMILIA

2

AVANCES TECNOLÓGICOS DEL 2025

5

PROTEGE A TU MASCOTA

8

EL JUEGO SENSORIAL EN LOS NIÑOS

LOS AVANCES TECNOLÓGICOS MÁS IMPORTANTES DEL 2025

El año 2025 puede definirse como un año clave de consolidación y madurez digital, donde varios avances dejaron de ser promesas para convertirse en parte de la vida cotidiana. Uno de los hitos más importantes fue la evolución de la inteligencia artificial generativa, con modelos más precisos, eficientes y regulados, integrados en educación, trabajo creativo, medicina y atención al cliente.

La IA multimodal ganó protagonismo al combinar texto, imagen, audio y video en una sola interacción, permitiendo asistentes más humanos y herramientas creativas avanzadas. Paralelamente, crecieron los debates y leyes sobre uso ético y derechos de autor, marcando un nuevo equilibrio entre innovación y control.

En hardware, 2025 destacó por el impulso a los chips especializados



en IA, más potentes y de menor consumo energético, fundamentales para centros de datos y dispositivos móviles. Los smartphones y wearables incorporaron funciones de salud más precisas, como monitoreo continuo del estrés y detección temprana de enfermedades.

La realidad extendida (realidad virtual y aumentada) avanzó hacia usos prácticos en educación, entrenamiento laboral y entretenimiento, mientras que los deportes y eventos "phygital" ganaron visibilidad. Finalmente, la ciberseguridad se convirtió en prioridad global, con nuevas soluciones frente a amenazas cada vez más sofisticadas.

En conjunto, 2025 fue el año en que la tecnología dejó de sorprender solo por su novedad y comenzó a destacar por su impacto real en la sociedad.

NOVEDADES:



MOTOROLA CREA EXPECTATIVA.

Motorola generó expectativa en el sector tecnológico tras anticipar el lanzamiento de un nuevo smartphone plegable, que podría presentarse oficialmente en las próximas semanas. La compañía busca reforzar su posición en el competitivo mercado de dispositivos flexibles, apostando por un diseño más delgado, mejoras en la bisagra y mayor resistencia de la pantalla. Se espera que el equipo incorpore avances en rendimiento, optimización de batería y funciones de software adaptadas al formato plegable, facilitando la multitarea y el uso de aplicaciones en pantallas más grandes. Con este movimiento, Motorola intenta atraer a usuarios que buscan innovación y portabilidad, al tiempo que compete con otras marcas líderes en un segmento que sigue creciendo y ganando protagonismo en la industria móvil.



LA REPARACIÓN MEDIANTE IA DE PERSONAJES FALLECIDOS DIVIERTE Y EXASPERA

La aparición de videos hiperrealistas generados por inteligencia artificial, creados con herramientas como Sora de OpenAI, ha desatado un intenso debate sobre el uso de la imagen de personas fallecidas. En redes sociales circulan clips de figuras históricas y celebridades como la reina Isabel II, Michael Jackson o Elvis Presley en situaciones ficticias y llamativas, algunos humorísticos y otros ofensivos. El caso más polémico fue el uso de la imagen de Martin Luther King Jr., que llevó a OpenAI a imponer restricciones tras las quejas de sus herederos. Expertos advierten sobre el "valle inquietante" y el impacto emocional y social de estos contenidos. Familias de figuras fallecidas exigen mayor control, mientras crecen los temores por la desinformación y la pérdida de confianza en lo que se ve en línea.



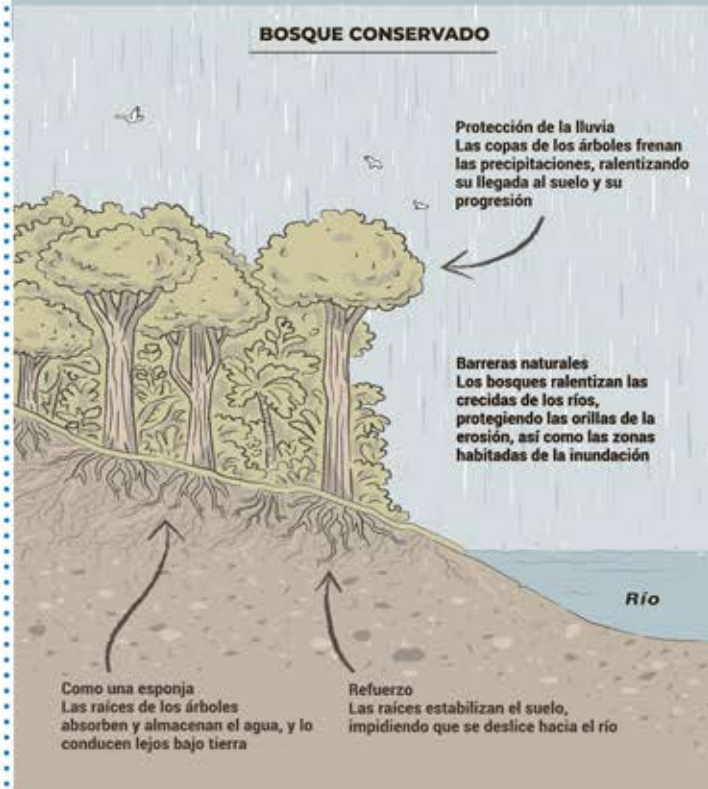
GOOGLE: GAFAS DE REALIDAD EXTENDIDA (XR)

Google presentó avances en sus gafas de realidad extendida (XR), mostrando su visión sobre el futuro de los dispositivos portables con apoyo de inteligencia artificial. Buscan combinar el mundo real con información digital en tiempo real, ofreciendo funciones como traducción instantánea, indicaciones visuales, reconocimiento de objetos y asistencia contextual sin necesidad de usar el teléfono. El objetivo es que la tecnología sea discreta, ligera y útil en la vida diaria. Google apuesta por integrar la IA como un asistente constante que ayude a las personas a informarse, orientarse y comunicarse mejor. Aunque aún se trata de desarrollos iniciales, las gafas XR reflejan el interés de la compañía por liderar la próxima etapa de la computación más allá de las pantallas tradicionales.

INFORMACIÓN

El papel de los bosques frente a las inundaciones

Los árboles ralentizan los deslaves al absorber el agua de lluvia y frenar la erosión



MARÍA ELISA GUZMÁN

INVITA A SANAR PARA COMENZAR EL 2026 EN EQUILIBRIO

María Elisa Guzmán Jaramillo es Magister en Psicología con mención en Intervención Clínica Individual y Grupal, cuenta además con formación en terapias holísticas, orientando su práctica profesional hacia la Sanación Pránica, una técnica complementaria que integra cuerpo, mente y energía.

La Sanación Pránica es un método integral que trabaja directamente sobre el cuerpo energético, el aura y los centros de energía conocidos como chakras. A través de esta técnica, se limpia la energía negativa y se proyecta energía vital o prana, lo que contribuye a acelerar los procesos de autosanación tanto a nivel físico como emocional.

"Aplico esta herramienta de manera complementaria a la psicología clínica, lo que permite que los procesos de sanación del paciente sean más rápidos y armoniosos", explica la especialista.

En el contexto del cierre de año, María Elisa resalta la importancia de la sanación integral de las personas. Desde la neurociencia, señala que la falta de sanación se manifiesta como cargas emocionales que mantienen al cuerpo en un estado permanente de estrés. Desde una mirada energética, cuando se sana el cuerpo sutil, el cuerpo físico también inicia su proceso de recuperación.

Desde su experiencia profesional, el primer paso para sanar la mente es la toma de conciencia, a través de una autoobservación honesta. En este proceso, la Sanación Pránica permite limpiar pensamientos negativos mediante su aplicación directa y el apoyo de la meditación. A ello se suma la importancia de adoptar rutinas diarias que fomenten hábitos saludables, capaces de nutrir el cuerpo y la mente, generando bienestar integral.

Como preparación para el inicio de un nuevo año, María Elisa sugiere realizar una "limpieza triple". La primera es la limpieza física, que consiste en deshacerse de objetos innecesarios y del desorden en el hogar y el lugar de trabajo, ya que este



genera estancamiento energético y drena la vitalidad.

La segunda es la limpieza emocional, enfocada en trabajar el perdón y liberar rencores pendientes. "No es posible avanzar con energía renovada si una parte de nuestra energía sigue atada al pasado", enfatiza.

Finalmente, la limpieza mental se alcanza a través de la meditación y la reafirmación de los valores que guiarán las decisiones del nuevo año. Tener claridad en los valores actúa como un faro interno que evita la dispersión de la energía y del propósito personal.

Plantearse metas y objetivos conscientes es fundamental, no solo como una estrategia de organización del tiempo, sino como un



activador de energía. Según la especialista, la mente funciona como un proyector: si no existe una meta clara, la energía se dispersa y los resultados se vuelven ineficientes.

El perdón, señala, es la base de la sanación, empezando por el perdón hacia uno mismo, entendido como un acto de aceptación de la imperfección humana. "Nacemos como



pequeños diamantes que debemos ir puliendo", explica. De igual manera, el perdón hacia los demás es esencial, ya que la falta de este actúa como un veneno psíquico que drena la energía vital. Perdonar no significa olvidar, sino cortar los lazos del dolor y recuperar la energía perdida.

Para finalizar, María Elisa Guzmán invita a las personas a recordar que cada ser humano es el arquitecto de su propia vida y su propia energía. "Su ser necesita ser atendido para sanar. Es fundamental invertir en la sanación del núcleo familiar y cultivar conscientemente la armonía en el hogar a través del perdón y el servicio. Dediquen tiempo a la meditación, la autoobservación y al servicio desinteresado. La verdadera fuente de bienestar reside en un corazón limpio y una mente tranquila", concluye.

Para más información, las personas interesadas pueden comunicarse al 099 159 8665.

Texto: Fernanda Ramón
Fotos: Xavier Caivinagua

Cuida tu piel y luce radiante en fin de año

Las fiestas de fin de año son momentos de celebración, reuniones y muchas fotografías, por eso es importante prestar atención al cuidado de la piel. Durante estas fechas solemos trasnochar, consumir más dulces, maquillaje y bebidas, lo que puede afectar la hidratación y luminosidad del rostro.



El primer paso para una piel sana es una limpieza adecuada, tanto en la mañana como antes de dormir. Retirar bien el maquillaje evita que los poros se obstruyan. Luego, aplica una crema hidratante acorde a tu tipo de piel, incluso si es grasa, ya que todas necesitan hidratación.

Otro consejo clave es beber suficiente agua durante el día. Aunque en las celebraciones prefiramos jugos o bebidas azucaradas, el agua ayuda a mantener la piel firme y fresca. También es recomendable usar un protector solar, incluso en días nublados, ya que la radiación no se toma vacaciones.

Antes de una cena especial, puedes aplicar una mascarilla nutritiva o iluminadora para darle vitalidad al rostro. Dormir bien, aunque sea un reto en estas fechas, también marca la diferencia.

Cuidar tu piel en fin de año no es solo una cuestión de belleza, sino de bienestar y amor propio, para recibir el nuevo año con confianza y una piel saludable.

CONSEJITOS!



PARA LUCIRTE EN LAS FOTOS!

Aplica el iluminador en los puntos altos del rostro para reflejar la luz en las fotos: parte alta de los pómulos, arco de la ceja, puente de la nariz (muy sutil), arco de Cupido y un toque en el lagrimal. Difumina bien para un brillo natural y favorecedor.

Colores para las fiestas



Para festejar fin de año, los colores de moda combinan elegancia y alegría. Destacan el dorado y plateado, símbolos de celebración; el rojo intenso, asociado a la energía y la suerte; el verde esmeralda, sofisticado y fresco; el azul profundo, elegante; y el blanco, que representa nuevos comienzos y paz.

Destaca con tu look!

Para fin de año, los caballeros pueden optar por un estilo elegante y cómodo. Combina una camisa blanca o de tonos oscuros con un pantalón bien entallado. Agrega un saco ligero o blazer para elevar el look y cuida los detalles: zapatos limpios, reloj sencillo y un toque de perfume.





MANTÉN A TU MASCOTA TRANQUILA DURANTE LAS CELEBRACIONES DE FIN DE AÑO

Las celebraciones de fin de año suelen incluir fuegos artificiales, música fuerte y muchas visitas, situaciones que pueden generar estrés y ansiedad en las mascotas. Para ayudarlas a mantenerse tranquilas, lo primero es crear un espacio seguro dentro del hogar, lejos del ruido, con su cama, juguetes y una manta

que tenga su olor. Mantén la rutina diaria lo más estable posible: respeta horarios de comida y paseos. Antes de que empiece el ruido, saca a pasear a tu perro para que libere energía y esté más relajado. En gatos, asegúrate de que tengan escondites tranquilos y elevados.

Durante los festejos, evita dejar puertas o ventanas abiertas para prevenir escapes provocados por el miedo. Puedes poner música suave o ruido blanco para disimular los sonidos externos. También es útil cerrar cortinas o persianas para reducir los destellos.

No fuerces a tu mascota a interactuar con visitas si se muestra nerviosa. Permítele retirarse a su espacio cuando lo necesite. Si notas mucha ansiedad, consulta previamente con el veterinario sobre suplementos naturales, mediación o técnicas de relajación.

Sobre todo, mantén una actitud calmada. Tu mascota percibe tus emociones, y tu tranquilidad será su mejor apoyo para pasar un fin de año más seguro y sereno.

Truquitos:

VENDAJE CALMANTE



El vendaje calmante para perros ayuda a reducir el miedo a los fuegos artificiales aplicando una suave presión. Usa una venda elástica o una tela larga y colócala alrededor del pecho, cruzándola por la espalda y el abdomen, sin apretar. Debe quedar firme pero cómoda, permitiendo respirar y moverse. Este método brinda sensación de seguridad y ayuda a mantenerlos más tranquilos.



SI LO LLEVAS DE VIAJE...

Para llevar a tu mascota de viaje, planifica con anticipación. Usa un transportín seguro o arnés con cinturón especial si viaja en auto. Lleva agua, comida, platos, juguetes y su cama para que se sienta cómodo. Haz paradas para que se estire y haga sus necesidades. Nunca lo dejes solo en el vehículo y consulta al veterinario antes del viaje.

COLLIE DE PELO CORTO

Esta raza de tamaño mediano/grande, bien proporcionada y de aire majestuoso da la impresión de poder trabajar durante todo el día. Los machos adultos miden entre 56 y 61 cm y pesan entre 20,5 y 29,5 kg, las hembras miden entre 51 y 56 cm de alto y pesan entre 18 y 25 kg. Su pelaje corto y plano es áspero al tacto, y puede ser de color arena y blanco, tricolor (negro y canela con manchas blancas) y azul mirlo (azul plateado con negro).



Dr. Fernando Crespo Seminario

Una vida al servicio de los enfermos para aliviar el dolor y brindar esperanza

Nació el 25 de julio de 1930; fueron sus padres, el Sr.Dn. Guillermo Crespo Ordoñez y la Sra. Dña. Ma. Luisa Seminario Aninat, fue el segundo de siete hermanos. Sus estudios los realizó en el Colegio "Rafael Borja". Los estudios universitarios en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca en donde obtuvo el título de Doctor en Medicina y Cirugía. Por sus grandes méritos durante su carrera universitaria, fue becado por el Instituto de Investigaciones Clínicas y Médicas de la Universidad de Madrid "Gregorio Marañón", especializándose en Patología Médica. Inició su carrera profesional en el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social en Cuenca y en el Hospital "San Vicente de Paúl" luego denominado Hospital "Vicente Corral Moscoso" en donde fue Jefe del Departamento de Medicina Interna hasta el día de su jubilación. Fue docente universitario por muchos años en las Escuelas de Medicina. Cada semana acudía al Hogar "Cristo Rey", no solo como médico, sino como un alma dispuesta a escuchar, a aliviar el dolor y a brindar esperanza a quienes más lo necesitaban.

En el año de 1967, conjuntamente con sus colegas y amigos, cumplió su sueño de fundar una Clínica, convirtiéndose así en socio-fundador de la Clínica de Especialidades Médicas "Santa Inés".

En el año 2004 publicó el libro: Manual de Normas y Procedimientos del Departamento de Medicina Interna del Hospital "Vicente Corral Moscoso". En el año 2005 en las Jornadas Médicas realizadas en dicha Casa de Salud



pusieron su nombre, en justo reconocimiento a la eficiente y ejemplar labor realizada durante más de 30 años en beneficio de los enfermos hospitalizados.

Participó en importantes eventos académicos; Recibió varios reconocimientos y condecoraciones otorgado

por el Colegio de Médicos del Azuay en 1984; por la Federación Nacional de Empleados y Trabajadores de la Salud y por el Ministerio de Salud Pública mediante Decreto número 0344 en el 2002 ; Recibió la Condecoración "Vicente Rocafuerte" otorgada por el Congreso Nacional en el 2004; La Presea "Timoleón Carrera Cobos" en el

2012; un Reconocimiento y Condecoración, post mortem, otorgada por el Hospital "Santa Inés" por su destacada trayectoria médica científica, humanista, en el 2017

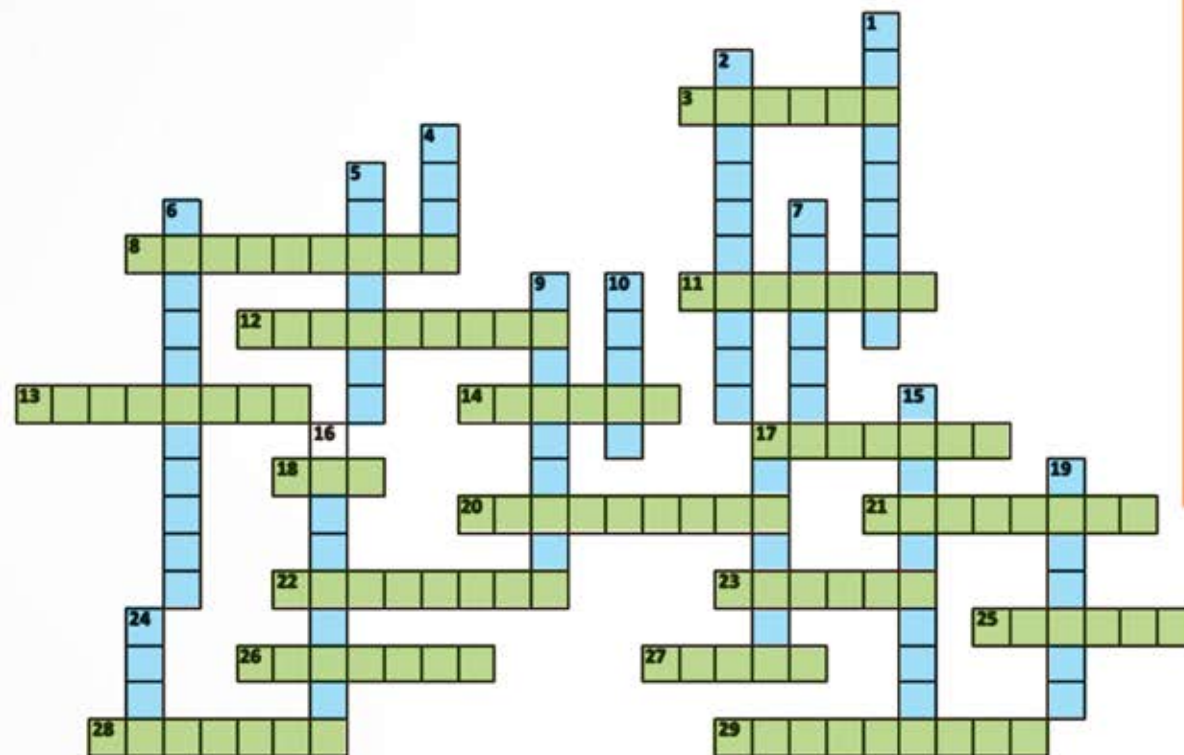
Luego de su jubilación del Hospital "Vicente Corral Moscoso" continuaba asistiendo diariamente a sus querido Hospital y semanalmente al Hogar "Cristo Rey", ejerciendo su labor social de amor y entrega a sus pacientes, con la única satisfacción de cumplir con su vocación médica. Finalizó para siempre sus servicios profesionales de gran humanismo, el 10 de julio del 2016, dejando un gran dolor en la sociedad cuencana.

"Su vocación no se limitó a la Ciencia, sino que encontró en la Medicina una misión de vida para aliviar el dolor. Su pausado andar por los pasillos de los Hospitales, sus palabras cargadas de sabiduría y consuelo, su incansable búsqueda de la excelencia fueron testimonio de su inquebrantable compromiso con la sociedad. Que su memoria sea un recordatorio de que servir es el mayor honor y que la mejor forma de honrar la vida es seguir un camino de entrega y amor por el prójimo. Descanse en paz abuelo, sabiendo que tu historia sigue inspirando y que tu sonrisa aún ilumina los rincones de quienes tuvimos el privilegio de conocerte"; así escribió el día de su partida su querida nieta Sofia Crespo Cordero.

Saúl Chalco Quezada
SOCIEDAD DE HISTORIA DE
LA MEDICINA DEL AZUAY

CRUCIGRAMA

Año Nuevo



Horizontalmente

3. Transformación que se busca al iniciar el ciclo
8. Acto de decir adiós al periodo que termina
11. Dulce horneado que se comparte en reuniones
12. Instrumento de percusión que suena en fiestas
13. Pequeñas esferas de aire que aparecen en bebidas festivas
14. Bebida mezclada que se sirve en eventos sociales
17. Pequeños papeles de colores que se lanzan al celebrar
18. Iluminación que simboliza el inicio de un ciclo
20. Costumbre que se repite cada diciembre
21. Evento inesperado que alegra la ocasión
22. Lámpara portátil que se enciende en eventos nocturnos
23. Reunión alegre con música y baile
25. Destello que refleja la luz de la noche
26. Sonido agudo que a veces acompaña la celebración
27. Instrumento que marca la cuenta regresiva
28. Mensaje escrito que se envía para felicitar
29. Sonido que se escucha al dar la medianoche

Verticalmente

1. Meta que se establece al comenzar el calendario
2. Instrumento que indica la sucesión de fechas
4. Cilindro de cera que se enciende para iluminar
5. Acción de levantar la copa para desear
6. Momento de volver a ver a seres queridos
7. Expresión sonora de aprobación al terminar la cuenta
9. Risa fuerte que se produce en momentos festivos
10. Anhelo que se formula al cerrar el día
15. Proceso de volver a empezar con energía
16. Adorno colgante de hojas o luces
17. Canción que se entona en celebraciones
19. Encuentro de personas para compartir momentos
24. Comida principal que se comparte al anochecer

BUSCA palabras

E X X A N M A D U R O
C S R V Í A I A T S A
X T P E C R S O E U L
O R C A O U A D S S T
S C R X C L U V C P U
O R N X L I Í M R I R
U O E I X D O T I R A
N M T L C C A S T O R
I A C R I T U D O V O
S R O D E C O N O C I
X T D A L E N T A D O

- ACRITUD - ALENTADO - ALTURA - CASTO - CINCO - CONOCEDOR
- ESCRITO - ESPACIOSO - EXCUSA - MADURO - SINUOSO - SUSPIRO
- TOALLITA - URRACA - VARÍA

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

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

El juego sensorial como estrategia para el desarrollo integral en la infancia



La infancia constituye una etapa clave en el desarrollo cognitivo, emocional y motor del ser humano. Durante estos primeros años, el aprendizaje no ocurre únicamente a través de la instrucción formal, sino principalmente mediante la exploración, la experiencia y el juego. En este contexto, los juguetes sensoriales elaborados con materiales textiles, colores y texturas se presentan como una herramienta pedagógica significativa. El uso de propuestas lúdicas basadas en estímulos sensoriales favorece el desarrollo integral del infante, ya que estimula los sentidos, fortalece habilidades motoras

Los juegos más los colores, textura, olor y nuevas formas, permiten que los niños desarrollen habilidades y se diviertan aprendiendo.

y facilita la expresión emocional de manera segura y creativa.

Juego como método de enseñanza

El juego se ha consolidado como un

método esencial de enseñanza en la educación infantil, debido a su capacidad para integrar aprendizaje y disfrute. A través del contacto con diferentes materiales, los niños desarrollan habilidades psicomotoras y neuropsicológicas que influyen directamente en su crecimiento integral. En particular, el uso de colores y texturas permite estimular los sentidos del tacto y la vista, fundamentales en las primeras etapas de la vida.

Desde el nacimiento, el sentido del tacto cumple un rol central en el desarrollo neurosensorial. Al manipular objetos

con diversas texturas, el infante fortalece su coordinación, genera nuevas conexiones neuronales y amplía su capacidad de exploración. De manera complementaria, la estimulación visual a través del color capta la atención del niño y refuerza los procesos de aprendizaje, ya que ambos sentidos trabajan de forma integrada.

La psicóloga Samantha Vanegas explica que todo estímulo sensorial genera una respuesta en el cerebro a través del sistema límbico, el cual está relacionado con las emociones. La exposición a colores, formas y texturas puede provocar sensaciones de calma, placer o bienestar, debido a la liberación de endorfinas, neurotransmisores asociados a emociones positivas. Esto evidencia que los juguetes sensoriales no solo cumplen una función recreativa, sino también emocional.

Asimismo, la selección de materiales adecuados resulta fundamental. El diseñador textil Jorge Cárdenas destaca la importancia del uso de telas naturales, como el algodón, por su suavidad, seguridad y propiedades hipoalergénicas, especialmente cuando los productos están destinados a niños pequeños (Cárdenas, 2023). La calidad del material garantiza una experiencia segura y favorece la interacción constante del infante con el objeto lúdico.

En conclusión, los juguetes sensoriales basados en colores y texturas representan una estrategia pedagógica efectiva para el desarrollo integral de la infancia. Estos recursos permiten fortalecer habilidades motoras, estimular procesos cognitivos y facilitar la expresión emocional de los niños, al mismo tiempo que ofrecen seguridad y bienestar. La integración del diseño textil con fundamentos psicológicos y educativos demuestra que el juego puede trascender el entretenimiento y convertirse en una herramienta formativa esencial. (NNM)

María José Calle y Gabriela Vega
Estudiantes de Educación Básica (UDA)