

EL MERCURIO

DOMINGO 4 ENERO 2026

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - Nº 976

CUENCA - ECUADOR



ENTREVISTA | Pag. 3

ROLL & COFFEE

un sitio de encuentro para los amantes de los juegos de mesa en Cuenca.

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

Roll & Coffee

VIDA EN FAMILIA

2

TENDENCIAS VIRALES PARA EL 2026

5

FISIOTERAPIA PARA ANIMALES

8

ROSTRO DE MUJERES CUENCANAS

TENDENCIAS VIRALES PARA EL 2026:

MICROVIDEOS, AVATARES IA Y CONTENIDO INMERSIVO



Las tendencias virales para el 2026 están marcadas por una evolución acelerada del contenido digital, donde la tecnología y la creatividad se combinan para captar audiencias cada vez más exigentes. Los microvideos continúan dominando las plataformas sociales. Piezas de pocos segundos, directas y altamente visuales, se convierten en el formato ideal para comunicar ideas, educar y entretener, impulsadas por algoritmos que priorizan la inmediatez y la repetición. Otra tendencia clave es el uso de avatares creados con inteligencia artificial. Influencers virtuales, presentadores digitales y personajes personalizados permiten a marcas y creadores generar contenido constante sin límites físicos, manteniendo coherencia estética y narrativa. Estos avatares también abren debates sobre identidad digital, autenticidad y derechos de imagen, temas cada vez más presentes en la conversación pública.

El contenido inmersivo gana terreno gracias a la realidad aumentada, la realidad virtual y los entornos interactivos. Experiencias que permiten al usuario "entrar" en la historia, explorar escenarios o interactuar con objetos digitales generan mayor engagement y tiempo de permanencia. Eventos virtuales, filtros avanzados y narrativas en 360 grados se vuelven habituales en campañas y redes sociales.

En conjunto, estas tendencias reflejan un cambio hacia contenidos más breves, personalizados y participativos. La viralidad ya no depende solo del impacto visual, sino de la capacidad de involucrar emocionalmente al usuario y hacerlo parte activa de la experiencia digital.

NOVEDADES:



IA PARA CREAR VIDEOS: CAPCUT CON IA

CapCut se ha convertido en una de las herramientas de edición de video con inteligencia artificial más populares y gratuitas. Incorpora funciones como generación automática de subtítulos, mejora de audio, eliminación de fondos y plantillas inteligentes para redes sociales. Su IA permite crear videos atractivos en pocos minutos, ideal para estudiantes, emprendedores y creadores de contenido. Además, ofrece opciones para adaptar videos a formatos como TikTok, Instagram o YouTube Shorts. Aunque cuenta con funciones premium, su versión gratuita es muy completa y suficiente para proyectos educativos y personales. Es una IA pensada para simplificar la edición sin necesidad de conocimientos técnicos avanzados.

IA PARA PRESENTACIONES TIPO POWERPOINT: GAMMA

Gamma es una inteligencia artificial gratuita que permite crear presentaciones visuales a partir de una simple idea o texto base. El usuario escribe el tema y la IA genera diapositivas con títulos, contenido resumido y diseño atractivo. Es ideal para exposiciones escolares, informes o presentaciones laborales rápidas. No requiere habilidades de diseño y ahorra mucho tiempo. Gamma también permite exportar o compartir las presentaciones en línea. Aunque tiene límites en su versión gratuita, ofrece suficientes créditos para usos frecuentes. Es una excelente alternativa moderna a PowerPoint, con enfoque en claridad, estructura y estética automática.

INFORMACIÓN

1959

"BB" se casa con un vestido vichy, de cuadros rosas, asociado tradicionalmente a los trapos de cocina y a los botes de mermelada

Dio nombre a un cuello, el escote Bardot

Peinado "beehive" o "colmena", con la melena abultada y desordenada

1956

Bailarinas "Cendrillon" (Cenicenta) marca Repetto. Diseñadas para Brigitte Bardot e inmortalizadas en "Y Dios creó a la mujer"

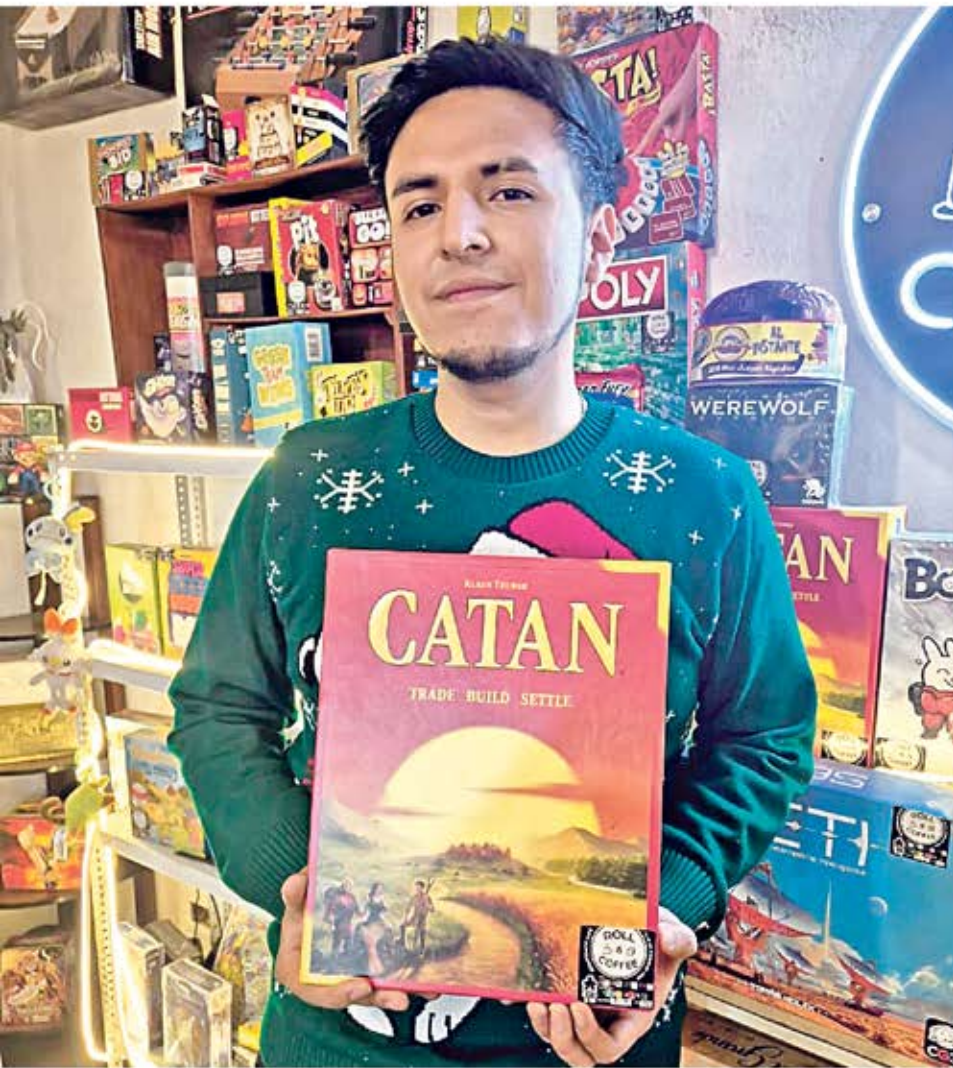
1963

Con la película "El desprecio" llevó a la fama mundial a la blusa marinera

1967

Minifalda de cuero y botas altas. "BB" "no necesita a nadie" a bordo de su Harley Davidson

El estilo Brigitte Bardot



ROLL & COFFEE

DONDE LOS JUEGOS DE MESA CREAN COMUNIDAD EN CUENCA

Roll & Coffee es un espacio dedicado a los juegos de mesa en la ciudad de Cuenca, impulsado por Jeffrey Duy y su socio Fernando Cruel, con el objetivo de crear un punto de encuentro para quienes comparten este hobby.

El interés de Jeffrey por los juegos de mesa inició hace aproximadamente dos años. Con el tiempo, logró conformar



una amplia colección que lo motivó a compartir su afición con más personas. Así, hace cuatro meses y medio, nació Roll & Coffee como un espacio abierto al público.

La iniciativa comenzó de manera casera, cuando Jeffrey transformó su habitación en un lugar de reunión para jugar con amigos. Con el respaldo de sus ahorros y el apoyo de su familia, decidió adecuar el tercer piso de su vivienda y convertirlo en un espacio comercial destinado a los juegos de mesa.

El crecimiento del proyecto estuvo acompañado por una estrategia de difusión en redes sociales, lo que permitió consolidar una comunidad interesada en esta propuesta. “Hicimos un plan de marketing a través de redes sociales y muchas personas nos conocieron y llegaron a Roll & Coffee”, comenta Jeffrey. Aunque la acogida inicial fue muy positiva, el principal reto actualmente es mantenerse en el tiempo.

Roll & Coffee se proyecta como un club de juegos de mesa y no como una cafetería tradicional. El espacio cuenta con más de 100 juegos de mesa internacionales, clasificados desde nivel 1, pensados para distintos públicos. “Aquí se viene a jugar y, si se desea, también se puede tomar un café”, explica Jeffrey.

El modelo de funcionamiento se basa en pases de juego, con valores de USD 3,00 o USD 5,00 por persona, según el tipo de juego elegido. Los usuarios pueden cambiar de juego las veces que deseen sin pagar un valor adicional, sin límite de tiempo ni restricción en la cantidad de juegos.

Además, Roll & Coffee trabaja de manera articulada con emprendimien-



tos aledaños para la compra de comida rápida. Los asistentes también pueden solicitar comida a domicilio de su preferencia. “Somos un club, no un restaurante”, recalca el fundador.

El espacio atiende de miércoles a sábado, de 16:00 a 23:00, y ofrece adicionalmente el alquiler de Nintendo Switch para juegos como Just Dance. Asimismo, cuenta con una activa comunidad de WhatsApp donde se generan nuevas amistades y se organizan encuentros periódicos.

Para más información, los interesados pueden encontrarlos en redes sociales como Roll & Coffee o comunicarse al 0991468317. El local está ubicado en la avenida de Las Américas y Gigantones, junto al Parque Jacaranda.



En el 2026 el blanco será el protagonista

El blanco fue elegido como el color del año 2026 por su fuerte carga simbólica y su versatilidad atemporal. Esta elección responde a un momento global que busca claridad, nuevos comienzos, calma y equilibrio, valores que el blanco representa como ningún otro tono. Lejos de ser un color neutro sin carácter, el blanco se consolida como una declaración de estilo que apuesta por la simplicidad consciente, el minimalismo y la renovación.

En la moda, el blanco será protagonista en looks monocromáticos, donde la clave está en combinar distintas texturas y materiales: lino, algodón, denim, seda o tejidos estructurados. Esta mezcla evita la monotonía y aporta sofisticación. Para el día a día, se recomienda combinarlo con tonos suaves como beige, arena, gris claro o crema, logrando conjuntos frescos y elegantes.

Si se busca contraste, el blanco funciona perfectamente con colores profundos como negro, azul marino, verde oliva o burdeos, ideales para outfits más formales o nocturnos. En accesorios, los metalizados dorados o plateados elevan cualquier look blanco, aportando luz y modernidad. En 2026, el blanco no es solo un color: es una actitud que invita a empezar de nuevo con estilo y sencillez.

CONSEJITOS!



SIGUE LA RUTINA!

La rutina de skincare consiste en cuidar la piel de forma diaria y ordenada. Inicia con limpieza para retirar impurezas, sigue con tónico para equilibrar, luego suero para tratar necesidades específicas, después hidratante para proteger la piel y, por la mañana, protector solar. La constancia es clave para ver resultados.

Joyería para este año



En 2026, las joyas tendencia destacan por su estilo minimalista y elegante.

Predominan las piezas doradas y plateadas con formas geométricas o naturales. También son populares los aros grandes, collares finos en capas y anillos delicados. Además, regresa el uso de perlas modernas y piedras en tonos suaves, combinando sencillez con sofisticación.

Las manillas



Para usar una manilla de forma elegante, los caballeros deben optar por diseños sobrios y de calidad, como cuero liso, acero o cuentas oscuras. Lo ideal es llevar una sola manilla, combinada con el reloj o en la muñeca contraria. Funciona mejor con camisas, blazers o trajes casuales, aportando estilo sin excesos.



FISIOTERAPIA PARA ANIMALES

La fisioterapia para animales es una de las terapias alternativas más utilizadas para mejorar la calidad de vida de mascotas como perros, gatos y hasta animales de granja. Su objetivo principal es recuperar la movilidad, aliviar el dolor y fortalecer músculos y articulaciones después de lesiones, cirugías o enfermedades crónicas. Esta terapia es

especialmente útil en casos de displasia de cadera, artritis, hernias, problemas neurológicos y recuperación postoperatoria. A través de ejercicios controlados, masajes terapéuticos, estiramientos y técnicas de calor o frío, se estimula la circulación sanguínea y se reduce la inflamación, ayudando al animal a moverse con mayor comodidad.

Una de las técnicas más conocidas es la hidroterapia, donde el animal realiza ejercicios en el agua. El agua reduce el impacto sobre las articulaciones y permite fortalecer los músculos sin dolor. También se utilizan equipos como pelotas, rampas y bandas elásticas, adaptados a cada especie y condición.

La fisioterapia animal siempre

debe ser aplicada por profesionales capacitados, en coordinación con el veterinario. Cuando se realiza correctamente, no solo acelera la recuperación física, sino que también mejora el ánimo, la confianza y el bienestar general del animal, convirtiéndose en una valiosa aliada de la medicina veterinaria moderna.

Truquitos:

PREPÁRALE UNA GOLOSINA!



Una golosina casera con carne molida es fácil y saludable para tu perro. Mezcla carne molida cocida, sin sal ni condimentos, con un huevo y un poco de avena. Forma pequeñas bolitas o galletas y colócalas en una bandeja. Hornéalas a temperatura media durante 20 minutos, hasta que estén firmes. Déjalas enfriar antes de ofrecerse las a tu mascota como premio ocasional.



PODA DE GERANIOS

Para podar los geranios, usa tijeras limpias y bien afiladas. Corta los tallos largos o débiles justo por encima de un nudo o brote. Retira ramas secas, dañadas o cruzadas para mejorar la ventilación. No elimines más de un tercio de la planta en una sola poda. Después, riega ligeramente y coloca el geranio en un lugar luminoso para favorecer su recuperación.

COLLIE BARBUDO

El Collie barbudo es un perro esbelto y activo de tamaño medio y tiene un pelaje lanoso, duro y largo que se divide de forma natural hacia los lados. Éste puede ser negro, azul, marrón rojizo, gris pizarra, todos los tonos de gris, marrón y de color arena con o sin manchas blancas. Los machos suelen medir de 53 a 56 cm y las hembras, de 51 a 53 cm. Pesan entre 18 y 28 kg.



Dra. Magdalena Molina Vélez

Un ejemplo de servicio desinteresado a sus pacientes y a la colectividad



La Dra. Magdalena Molina Vélez se encuentra al centro de la fotografía, en enero del 2015, cuando se le entregó el título de "Doctor Honoris Causa" por parte de la Academia Latinoamericana de Poetas y Escritores, sede en México.



Dra. Magdalena Molina Vélez. Una distinguida profesional entregada siempre al servicio social y cultural

Nació en Cuenca, realizó sus estudios en el Colegio "Rosa de Jesús Cordero". Obtuvo su título de Doctor en Medicina y Cirugía en la Universidad de Cuenca, su

especialidad de Pediatría en México.

Inició su profesión dirigiendo la Sala de Pediatría del Hospital del IESS en Cuenca. Fue coautora de "Normas para la Atención Materno-Infantil en el IESS".

Ha escrito interesantes obras con los títulos: "La Mujer y la Medicina"; "Fitoterapia"; "Hipócrates y sus aforismos"; "El Libertador Simón Bolívar y su patología"; "La Medicina y la Música", entre otros.

Fue Miembro de la Comisión de Investigación en el Comité "Pro año Internacional de la Mujer".

Fundadora y primera Presidenta de la Sociedad de Médicas del Azuay. Socia Fundadora de la Sociedad de Perinatología del Azuay.

Cofundadora de la Sociedad de Médicos Artistas del Azuay.

El Colegio de Médicos le confirió la presea "Timoleon Carrera Cobos".

Presidenta de la Fundación Cultural "La Palabra".

Fue nominada como la "Pediatra del Año" por la Sociedad de Pediatría del Azuay. Organizadora del curso sobre "Reanimación del recién nacido de alto riesgo".

Fundadora y Presidenta de la "Unión de Escritores Médicos del Azuay".

Miembro de la Casa de la Cultura del Azuay.

El Colegio de Médicos del Azuay le reconoció por los 50 años de labor profesional.

Cofundadora y Docente de la "Universidad del Adulto Mayor".

Mención de Honor conferida por el Municipio de Cuenca.

Doctora "Honoris Causa" otorgada por la Sociedad Académica de Historiadores y Escritores, sede en México.



La Dra. Magdalena Molina junto a la muy reconocida Dra. Matilde Hidalgo de Procel como la primera médica ecuatoriana y la primera mujer que luchó por el voto femenino.

El Concejo Cantonal le otorgó la insignia "Fray Vicente Solano" en reconocimiento a su labor médica.

Reconocimiento Internacional con Diploma de Honor conferido por la Agencia Internacional de Prensa como Medica destacada.

Premio mundial "César Vallejo" a la excelencia en el 2013.

Premio internacional "Águila de Oro" a la excelencia humanista.

La Sociedad de Historia de la Medicina del Azuay en un justo homenaje y reconocimiento a su trayectoria profesional le brinda un importante espacio en la Sala de Pediatría del Museo "Guillermo Aguilar Maldonado".

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

CRUCIGRAMA

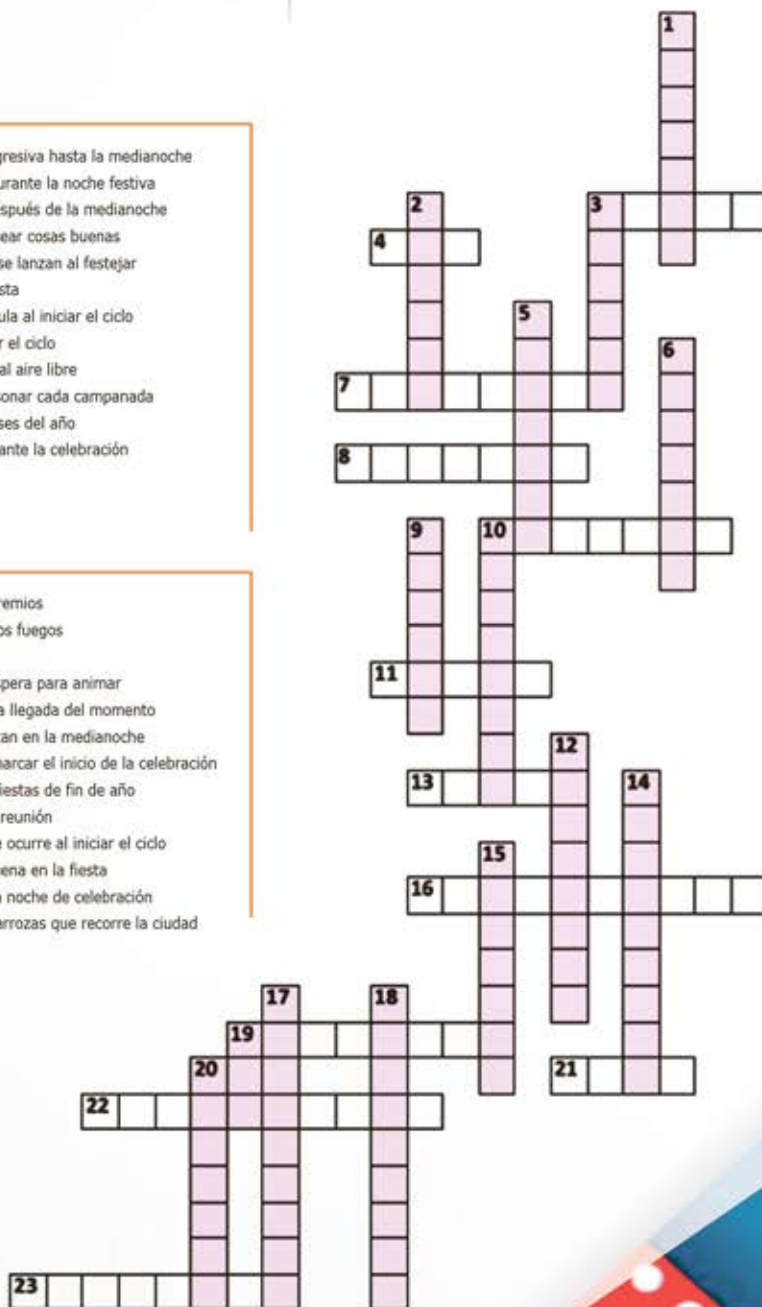
Festividad

Horizontalmente

3. Dispositivo que marca la cuenta regresiva hasta la medianoche
4. Iluminación que decora las calles durante la noche festiva
7. Alimento ligero que se comparte después de la medianoche
8. Acción de levantar la copa para desear cosas buenas
10. Pequeños papeles de colores que se lanzan al festejar
11. Sentir placer al participar en la fiesta
13. Pensamiento positivo que se formula al iniciar el ciclo
16. Propósito que se hace al comenzar el ciclo
19. Adorno que ondea en los eventos al aire libre
21. Fruta que se come doce veces al sonar cada campanada
22. Objeto que muestra los días y meses del año
23. Evento inesperado que ocurre durante la celebración

Verticalmente

1. Juego de azar donde se sortean premios
2. Resplandor intenso que se ve en los fuegos
3. Explosión breve de sonido y luz
5. Melodía que se interpreta en la víspera para animar
6. Objeto que se usa para anunciar la llegada del momento
9. Explosiones luminosas que se lanzan en la medianoche
10. Instrumentos que suenan para marcar el inicio de la celebración
12. Artículos decorativos usados en fiestas de fin de año
14. Risa fuerte que se escucha en la reunión
15. Primera presentación pública que ocurre al iniciar el ciclo
17. Instrumento de percusión que suena en la fiesta
18. Sentimiento que predomina en la noche de celebración
20. Procesión festiva con música y carrozas que recorre la ciudad



BUSCA

palabras

S A S O P S E O R A O
G S J U R A D O G T N
S O R D O A D O N P E
T R L I N A L E O T C
O P J I L F I T N A O
S J T A I M S A L I D
D A H S A I G C C L I
S N T L R A U L F P D
I A S C R L A E F P N
F I I F A C T U R A U
A O E R F O T S A G F

- AISLAMIENTO - CALCIO - CALCULAR - CRISTO - ESPOSAS -
FACTURA - FRAGANTE - FUNDIDO - GASTO - GOLFISTA -
INHALADOR - JURADO - PROSA - SATINADO - SORDO

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

Rostros de mujeres

cuencanas (3)

Se ha terminado otro año más en la historia de nuestra ciudad y con ella el trabajo intenso de nuestras valiosas mujeres que van marcado huellas en el tiempo e historia. Ellas han creado nuevas realidades con su trabajo siempre direccionado a perspectivas que arremeten correctamente dentro del ámbito en el que se han desenvuelto.

Mantener un diario informativo en estos tiempos digitales es titánico, merced a la tenacidad de una joven empresaria, una Defensoría del Pueblo bien administrada sin dejarse arrastrar por lo erróneo, abogadas y juezas legales imparciales proactivas. La honra de ser parte de la medicina realmente sanadora, médicas humanistas desde lo privado hasta en lo público, en la medicina familiar, ayuda a los niños Down.

Dirigir su gobernanza con sabias decisiones desde



la región de su influencia como es el MSP, Emuce. Rectoría de colegios, cátedras en las universidades; deportistas con sus glorias para el Azuay, periodistas radiales con temas muy valiosos para información del escucha.

Acercamiento a los grupos sociales desde sus concejalías y cargos públicos; educadoras que su ruta a marcado inolvidables recuerdos y

enseñanza en los pupilos que las conocen.

Emprendedoras ya con trayectoria propia en lo digital, estético, comercio, las que nos han ayudado espiritualmente a comprender el camino. Jóvenes mujeres con sus reinados y su obra social que no olvidaremos; el universo es infinito y desde mi ciudad querida de cierta manera nos enseñan los anhelos que

podemos lograr en nuestros caminos; escritoras, poetas, historiadoras, madres que luchan solas por el bienestar de sus hogares, hijas ejemplares extensiones de sus ancestras.

Sería una larga lista que enarbola la ciudad, jóvenes que seguirán la posta de nosotras como la generación que ya se va.

En fin, les damos gracias

infinitas a las que forjan en sus hijos el ideal del ser y también nuestro recuerdo a aquellas que se fueron en su juventud radiante y que al marcharse nos dejaron esa capacidad para el sufrimiento y la alegría, concordancia en aceptar lo inaceptable. Un nuevo año para luchar por un mundo mejor.

Sonia Salamea Piedra
RED FAVIFE