



EL MERCURIO

DOMINGO 19 JULIO 2026

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - N° 1004

CUENCA - ECUADOR



ENTREVISTA | Pag.3

CRONOS RACING

Una experiencia inmersiva de
automovilismo

elidas & Familias

VIDA EN FAMILIA

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

2

PAÍSES PROHIBEN USO
DE REDES SOCIALES A MENORES

5

¿CÓMO LAVAR LOS PLATOS
DE TUS PERROS?

8

UN RIESGO MAYOR
PARA LAS MUJERES

UN NÚMERO CRECIENTE DE PAÍSES PROHÍBE LAS REDES SOCIALES A LOS MENORES



Mientras la Unión Europea evalúa regular el acceso de los menores a las redes sociales basándose en un informe de expertos, una veintena de países en todo el mundo ya aplican o planifican restricciones y prohibiciones dirigidas principalmente a menores de 15 o 16 años.

Según un recuento de la AFP, cinco países ya implementan estas medidas. Entre ellos se encuentran Australia e Indonesia, que prohíben el acceso a menores de 16 años, y Brasil, que exige verificar la edad y vincular las cuentas a los padres. China restringe el uso desde 2019 con toques de queda y límites horarios. Malasia también aplica exclusiones, mientras que Turquía y los Emiratos Árabes Unidos implementarán prohibiciones para menores de 15 años próximamente.

En Europa y el resto del mundo, numerosos gobiernos avanzan con normativas. Países como Grecia, Suecia, Dinamarca, Noruega, Canadá y el Reino Unido ya preparan o han anunciado leyes para vetar el acceso a menores de 15 o 16 años. Asimismo, Austria, Eslovenia, Alemania e Irlanda evalúan restricciones similares. Por último, naciones como Francia, Portugal, España e Italia tienen actualmente en examen parlamentario diversos proyectos de ley para elevar la edad mínima de acceso o prohibir las plataformas más nocivas.

NOVEDADES



Japón logra por primera vez el aterrizaje de un cohete reutilizable

Japón logró con éxito el primer despegue y aterrizaje de un cohete reutilizable mediante un prototipo de la Agencia Japonesa de Exploración Aeroespacial (JAXA). El ensayo duró 40 segundos y alcanzó unos 10 metros de altura en el centro de pruebas de Noshiro. Takashi Ito, responsable de la prueba, expresó alivio por el resultado y confirmó la recolección de datos clave para futuras misiones. Esta tecnología es crucial para abaratar significativamente los costos de la exploración espacial, un ámbito donde Estados Unidos —a través de SpaceX— y China lideran el mercado. Con este avance, sumado a hitos privados recientes y al despliegue de su cohete H3, Japón busca reforzar la competitividad de su industria espacial frente al panorama global.



TikTok reforzará la detección de cuentas que difunden videos generados con IA

TikTok anunció que reforzará la detección de cuentas dedicadas exclusivamente a publicar videos generados con inteligencia artificial (IA). "En las próximas semanas, TikTok probará mejoras en los sistemas de detección para identificar cuentas dedicadas a la publicación de 'spam' generado por IA sobre temas que pueden afectar la confianza del público o al bienestar de los usuarios", indicó el grupo. Los temas incluyen la política, la actualidad, la salud y los consejos financieros, un tipo de contenido que, según la compañía, perjudica "la visibilidad de los creadores originales". La plataforma considera cuentas de "spam" aquellas que producen contenidos de IA "de baja calidad y muy estandarizados" y muestran una "concentración" de temas de alto riesgo que pueden dañar la confianza pública y compran o venden seguidores.



Embarazo+: Guía gratuita para la gestación

La aplicación "Embarazo+" es una de las herramientas gratuitas más populares para acompañar la etapa de gestación. Esta plataforma ofrece un seguimiento diario del desarrollo del bebé mediante interactivas imágenes en 3D y comparaciones de tamaño con frutas, lo que ayuda a visualizar el crecimiento semana a semana de forma muy didáctica. Además de lo visual, incluye funciones prácticas esenciales como un contador de patadas, temporizador de contracciones y un diario de peso. También dispone de guías de salud escritas por expertos y un organizador de citas médicas. Disponible gratis en iOS y Android, permite a los futuros padres monitorear todo el proceso de manera clara y accesible desde el móvil.

CURIOSIDADES

BACKYARD BASEBALL REGRESA EN 3D

La mítica saga de simulación deportiva de finales de los 90, Backyard Baseball, regresa esta semana con un importante lavado de cara para los usuarios de PC. El nuevo título de la franquicia presenta por primera vez modelados completamente en 3D. Esta entrega nostálgica incluye 11 estadios remasterizados y 24 equipos jugables, adaptando la clásica experiencia arcade a los estándares visuales modernos. El lanzamiento ha generado gran expectativa entre los jugadores veteranos que buscan revivir las divertidas partidas de su infancia con gráficos renovados pero manteniendo la jugabilidad accesible y el carisma que caracterizó a la obra original.



INFOGRAFIA

COPA DEL MUNDO MASCULINA DE FÚTBOL 2026



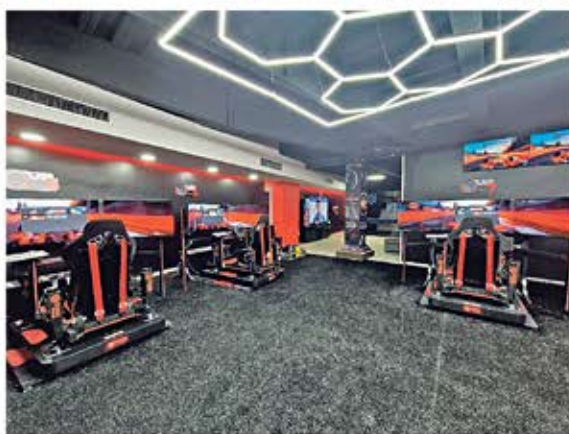
CRONOS RACING

UNA EXPERIENCIA INMERSIVA DE AUTOMOVILISMO



Bolivar Cabrera Berrezuela impulsa Cronos Racing, un espacio especializado en brindar experiencias inmersivas a través de simuladores de conducción de alta calidad, con tecnología de última generación, orientados tanto al entretenimiento como al entrenamiento de pilotos.

Este espacio está adaptado para personas que no tienen experiencia en el uso de simuladores, así como para quienes practican automovilismo y buscan perfeccionar sus habilidades. Gracias a su tecnología, los usuarios pueden vivir una experiencia muy cercana a la conducción en competencias de



Fórmula 1 y otros circuitos internacionales. Cronos Racing fue concebido para que cada visitante disfrute momentos únicos, experimente la emoción de la velocidad y sienta la adrenalina de una carrera en un ambiente seguro.



El establecimiento cuenta con cinco simuladores profesionales equipados con tres pantallas, volante tipo Fórmula 1, pedales, caja de cambios y asiento de competencia, elementos que permiten recrear de forma realista las condiciones de una pista de carreras.

Durante la simulación, el usuario enfrenta situaciones similares a una competencia real. Un impacto puede provocar daños virtuales en el vehículo, como la rotura del parabrisas, mientras que una maniobra incorrecta puede hacer que el automóvil pierda el control y salga de la pista.

La experiencia puede disfrutarse de forma individual o en competencias grupales. Hasta cinco personas pueden participar simultáneamente en torneos entre amigos, con un podio destinado para la premiación con trofeos y medallas.

Además del entretenimiento, esta actividad contribuye al desarrollo de habilidades

como la concentración, la disciplina, el autocontrol y la toma de decisiones bajo presión.

Cronos Racing nació de la afición de la familia Cabrera por el karting. Tanto su hijo, Bolívar Cabrera Córdova, como su nieto, Bolívar Cabrera Rojas, practican este deporte. Varios de los trofeos obtenidos en competencias forman parte de la exhibición del local y constituyen un atractivo adicional para los visitantes. La atención es personalizada. El personal orienta a cada usuario en el manejo de los simuladores y, en caso de no contar con experiencia, brinda las instrucciones necesarias sobre el uso del volante, los cambios y los controles. También existe la opción de utilizar configuraciones más sencillas para quienes desean una primera aproximación a esta actividad.

Cronos Racing está ubicado en la planta baja de Monay Shopping y atiende en el mismo horario del centro comercial, de 10:00 a 20:00, de manera ininterrumpida. Los usuarios pueden acceder a planes desde 10 minutos de uso, con la posibilidad de contratar sesiones de mayor duración. El establecimiento también dispone de simuladores recreativos para quienes buscan una alternativa diferente de diversión.

La experiencia puede complementarse con el servicio de cafetería, donde se ofrecen café, agua y gaseosas. Además, cuenta con una cómoda sala de espera para los acompañantes y espacios adecuados para la realización de cumpleaños y eventos, que incluyen el uso de los simuladores y otras áreas de entretenimiento.

Como parte de la temporada vacacional, Cronos Racing y Monay Shopping organizarán una colonia vacacional dirigida a niños de entre 7 y 14 años. El programa tendrá capacidad para 25 participantes, quienes recibirán clases de manejo de simuladores y actividades relacionadas con el automovilismo. Las inscripciones se realizarán en Monay Shopping mediante la presentación de órdenes de compra.

Texto y fotos: Fernanda Ramón



La revolución del scalp care

Muchas veces gastamos fortunas en mascarillas para reparar las puntas, olvidando que el cabello hermoso nace, literalmente, desde la raíz. Aquí entra el scalp care o cuidado del cuero cabelludo, la tendencia dermatológica que está transformando nuestras rutinas de belleza.

La ciencia es clara: el cuero cabelludo es una extensión de la piel del rostro. Posee folículos, glándulas sebáceas y un microbioma que requiere equilibrio. Con el paso de los años, o debido al uso diario de herramientas de calor y productos de estilizado, esta zona acumula residuos que obstruyen los folículos. Esto puede provocar desde resequedad y caspa hasta la pérdida de densidad y fuerza capilar.

¿Cómo sumarse a esta ola de salud? Los expertos recomiendan dos pasos clave: una exfoliación capilar suave quincenal para retirar células muertas, y el uso de tónicos hidratantes con ingredientes como la niacinamida o el pantenol para calmar la barrera cutánea.

Cuidar la raíz no es una moda pasajera; es un hábito de salud que beneficia tanto a jóvenes de 20 años que combaten la grasa, como a adultos que buscan frenar el debilitamiento capilar. Recuerde: una melena espectacular comienza siempre donde no se ve.

CONSEJITOS!



Satén

El secreto para despertar con un cabello espectacular y una piel radiante? El satén. A diferencia del algodón, las almohadas y gorros de satén reducen la fricción nocturna. Esto previene el frizz, evita la rotura del cabello (ideal para melenas rizadas o delicadas) y ayuda a mantener la hidratación natural de la piel, previniendo líneas de expresión. Un gran hábito.

Prendas de lino



El secreto para despertar con un cabello espectacular y una piel radiante? El satén. A diferencia del algodón, las almohadas y gorros de satén reducen la fricción nocturna. Esto previene el frizz, evita la rotura del cabello (ideal para melenas rizadas o delicadas) y ayuda a mantener la hidratación natural de la piel, previniendo líneas de expresión. Un gran hábito.

Para una mirada radiante



Cuidar la mirada masculina va más allá de la estética; es un hábito de salud. Para combatir el cansancio y las ojeras, aplique diariamente un gel con cafeína o ácido hialurónico mediante suaves toques. Un truco infalible respaldado por expertos: mantenga su contorno de ojos en el refrigerador; el frío contrae los vasos sanguíneos, desinflamando la zona al instante.

¿CÓMO LAVAR CORRECTAMENTE LOS PLATOS DE TUS PERROS?



La limpieza de los comederos y bebederos de nuestras mascotas es vital para su salud, ya que en ellos se acumula el "biofilm", una capa viscosa de bacterias que puede causar infecciones estomacales. Mantenerlos impecables es sencillo si sigues estos pasos esenciales.

En primer lugar, lávalos diariamente después de cada comida, especialmente si consumen alimento húmedo o dietas naturales. Evita usar esponjas que usas para lavar otros utensilios ya que podrías propiciar una contaminación cruzada; lo ideal es destinar una esponja exclusiva para tu mascota.

Para una desinfección profunda, utiliza agua tibia y un lavavajillas suave y sin aromas intensos, ya que el olfato de los perros es sumamente sensible y los perfumes fuertes pueden hacer que rechacen su comida. Enjuaga con abundante agua para asegurar que no queden residuos de jabón.

Finalmente, el secado es clave: deja que los platos se sequen por completo al aire libre o usa una toalla de papel limpia, puesto que la humedad residual fomenta la reaparición de hongos. Si el material lo permite, como en el caso del acero inoxidable o la cerámica, puedes meterlos al lavavajillas una vez por semana.

Truquitos:

PARA TUS CANARIOS



Una excelente golosina natural y saludable para tus canarios es una pequeña porción de brócoli fresco junto con un trozo de manzana (sin semillas, ya que son tóxicas). El brócoli les encanta por su textura y les aporta vitaminas A, C y calcio. Por su parte, la manzana les brinda hidratación y dulzura. Ofréceles este premio dos veces por semana, retirando los restos después de unas horas para evitar bacterias. ¡Les fascinará picotearlo!

PLANTAS HERMOSAS

La mala madre o lazo de amor es una planta de interior muy resistente. Para cuidarla, colócala en un lugar con luz indirecta brillante, ya que el sol directo quema sus hojas. Riega moderadamente: unas dos veces por semana en verano y cada diez días en invierno, asegurando que el sustrato se seque entre riegos. Le encanta la humedad, por lo que agradecerá que pulverices sus hojas en días secos. Es ideal para purificar el aire del hogar.



PERRO DE MONTAÑA DE LOS PIRINEOS

Este perro tiene un aspecto muy potente y, a la vez, equilibrado y elegante. Sus movimientos son pausados, firmes y suaves, impulsados por sus potentes cuartos traseros. El Perro de montaña de los Pirineos es blanco liso o blanco con manchas de color tejón, grisáceas, amarillentas, anaranjadas o café en la cabeza, las orejas y la base de la cola. La altura mínima para un macho adulto es de 70 cm y, el peso, de 50 kg. Las hembras adultas suelen medir unos 65 cm y pesar 40 kg.



El antiguo hospital “San Vicente de Paúl”

Constituyó uno de los hitos más importantes de la historia de la Medicina Ecuatoriana y, en particular de la ciudad de Cuenca.

Fue durante más de un siglo el principal centro asistencial de la ciudad y uno de los establecimientos de salud más importantes del sur del Ecuador.

Su origen se remonta a la década de 1860, cuando el presidente Dr. Gabriel García Moreno impulsó la modernización de la asistencia hospitalaria.

Inicialmente funcionaba el denominado “Hospital de la Caridad” en un modesto local en el barrio de San Blas, que pronto resultó insuficiente para las necesidades de la comunidad azuaya.

La construcción del nuevo edificio, al sur del río Tomebamba, se inició en la década de 1860 gracias al impulso de la Conferencia “San Vicente de Paúl” y de destacados médicos cuencanos como Mariano Cueva, Mariano Estrella y Francisco Moscoso. Tras superar dificultades económicas, el hospital fue inaugurado en 1872, convirtiéndose en el principal hospital civil de Cuenca. En 1920 el Hospital disponía de 70 camas, en 1924 se incrementa a 128 y en 1947 contaba con 200 camas, gracias al apoyo del Servicio Cooperativo Interamericano de Salud Pública. La atención de la Asistencia Social se centraba en el Hospital “San Vicente de Paúl”.

Desde 1869 hasta 1977, las religiosas Hermanas de la Caridad desempeñaron su papel fundamental como enfermeras y administradoras del hospital. Su trabajo fue decisivo en la atención de los pacientes, la organización de los servicios y la formación de la enfermería.

Durante el siglo XX, el Hospital “San Vicente de Paúl” incorporó importantes avances médicos, como el funcionamiento del servicio de Laboratorio Clínico, instalación del servicio de Rayos X, en 1934, la ampliación de pabellones, la formación de generaciones de médicos y de personal sanitario. Durante más de 100 años fue conocido simplemente como “Hospital de Cuenca”.

Además de atender a miles de pacientes, impulsó el desarrollo de la medicina, la cirugía, la obstetricia y la enfermería, dejando una huella profunda en la historia de la Salud Pública.

Por su valor arquitectónico, científico y social, el



Fachada del primer claustro del antiguo Hospital San Vicente de Paul en 1870. Se puede observar la Capilla cuando poseía una sola nave.



El edificio del mencionado antiguo Hospital como se mantiene en la actualidad y con su actual capilla. Una joya patrimonial.

antiguo Hospital “San Vicente de Paúl” es considerado uno de los monumentos más importantes de la Historia Sanitaria del Ecuador y un símbolo del desarrollo de

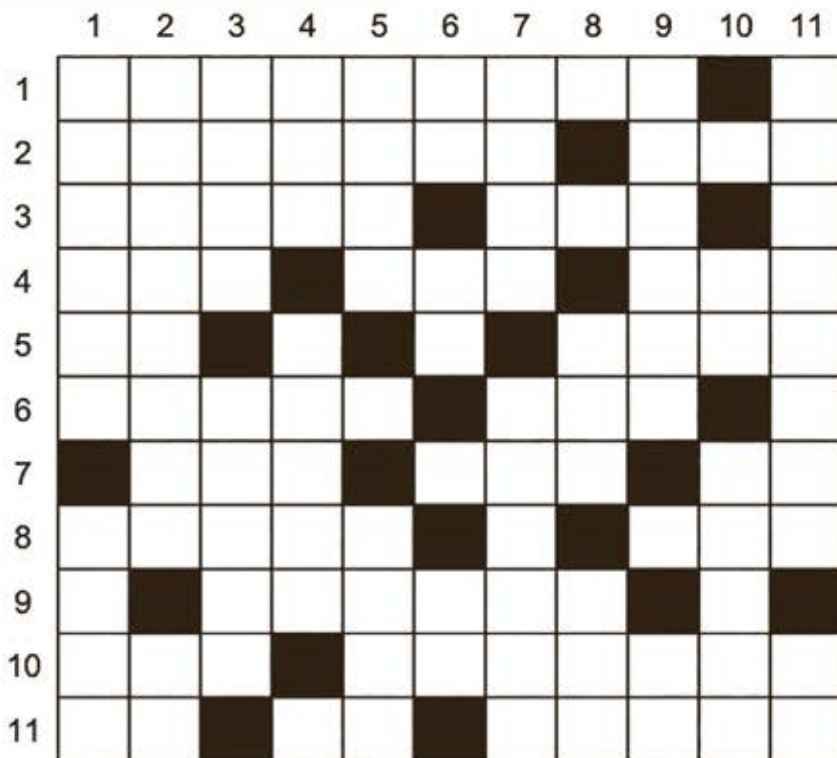
la Medicina en el Austro.

Actualmente en este antiguo edificio laboran importantes oficinas del Ministerio de Salud Pública y en uno de los pabellones se halla el Museo de Historia de la Medicina del Azuay, que preserva el patrimonio histórico de la medicina, especialmente cuencana.

La historia de los hospitales es, en esencia, la historia de la solidaridad. Antes de que existieran los grandes avances científicos, fueron la compasión, la fe y el compromiso de médicos, religiosas y benefactores los que permitieron aliviar el sufrimiento humano.

Saúl Chalco Quezada
SOCIEDAD DE HISTORIA DE
LA MEDICINA DEL AZUAY

Crucigrama



HORIZONTALES

1. Día del nacimiento.
2. Que emana del Estado, y no particular o privado. Acusada, culpada.
3. Relativo al vallado. Pronombre personal.
4. Orificio en que remata el conducto digestivo. Ente que regula el boxeo. Celebré con risa.
5. Símbolo químico del tantalio. Fluido que forma la atmósfera de la Tierra.
6. Órgano externo de la audición. Jugo de plantas umbelíferas.
7. Siglas de Spinal Muscular Atrophy. Oficial del ejército turco. Iniciales de Omar Torrijos.
8. Obligación que se tiene de pagar. Dí utilidad a una cosa.
9. Dividir en lotes un terreno.
10. Saque imparable del tenis. Sacar dinero con engaños.
11. Símbolo químico del laurencio. Voz de negación. Inspiración ardiente del poeta para componer.

VERTICALES

1. Principiante en una materia. Emisoras de radio que se captan en un determinado territorio.
2. Entregarse al trabajo con solicitud congojosa. Cromo.
3. En Colombia yema floral del maíz. Imita a otro exagerándolo.
4. En este lugar. Que tiene ajos.
5. Inspiración de un poeta. Enciende, aviva.
6. Inteligencia Artificial. Apócope de mamá. Existe.
7. Sociedad fundada por un grupo de personas con intereses comunes. Vello que cubre algunas plantas.
8. Cocina en brasas. A un mismo nivel.
9. Elevaría plegarias a Dios. Simboliza el pie como medida de longitud.
10. Terminación verbal. Galardón cinematográfico estadounidense.
11. En una mina, cara inferior de un criadero. Letra griega.

Sopa de letras

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

MAQUIAVELO

- ESCRITOR
- EXILIO
- FIGURA
- FILOSOFÍA
- GUERRA
- ITALIA
- MAQUIAVELO
- PENSAMIENTO
- POLÍTICO
- RENACIMIENTO

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

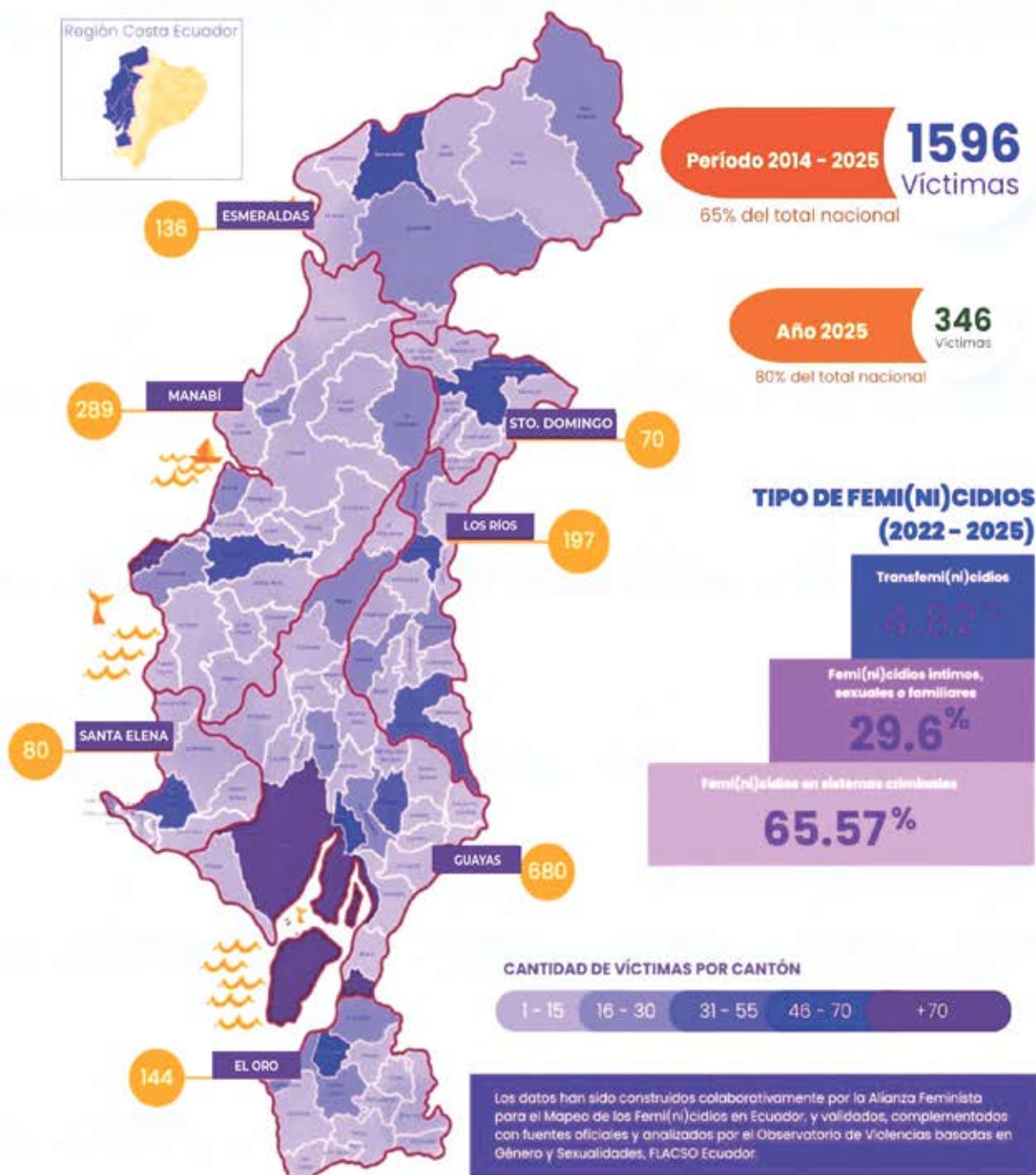


	4		2		8		7	
6				7		3		
	7			3		2		9
			6				1	
	9		5		3			7
						4		
5			3					
	2			5	7			1
							2	

UN RIESGO MAYOR PARA LAS MUJERES

Violencia femi(ni)cida en la Costa ecuatoriana

Territorios, criminalidad y patrones emergentes (2014-2025)



La violencia de género y el femicidio, al igual que los asesinatos, se han convertido en una de las expresiones más dolorosas de la desigualdad en América Latina. Muchas veces las mujeres mueren por

ser escudos de grupos mafiosos, al igual que los menores de edad. En estos escenarios, las más afectadas son las madres, quienes repiten un sueño oscuro y deshumanizante; en muchos casos, haya o no razón en la claridad de los

acontecimientos, la muerte o tortura de un hijo propicia un sufrimiento idéntico. Como mujer cuencana, me sumo a ese dolor de la Sra. Rocío Salgado, quien hoy aclara públicamente ese padecer de madre.

A decir de la activista Fernanda Ramírez: “Nos vamos desde México a la Argentina, que parecen vivir realidades distintas con culturas y dinámicas sociales diferentes, pero vemos que se comparten realidades comunes con la persistencia de la violencia hacia la mujer y la incapacidad de los estados para responder de una manera eficaz y oportuna. El problema no radica únicamente en la debilidad de políticas públicas, también se encuentra en la impunidad judicial”.

Aldea (Asociación Latinoamericana para el Desarrollo Alternativo) nos presenta el mapa de femicidios en la costa ecuatoriana. A decir de la organización, ser mujer en esta región ecuatoriana significa enfrentar un alto riesgo de violencia femicida, sumado a la crisis de inseguridad. La Flacso Ecuador ha revisado y, por primera vez, presenta un análisis de estos datos en la región costa que bien vale la pena replicar presentando su mapeo.

Las nuevas autoridades, en especial las mujeres que vayan a ser electas, deben ser las que de verdad sientan esta anomalía dentro de nuestra realidad; mujeres sin relación con la corrupción o, más aún, como ya vimos, sin una relación directa de ayuda a estos criminales que no tienen un momento de reflexión luego de cometer el crimen, pero que, sin embargo, son los primeros protegidos por la mala autoridad y la coima. Esperamos, pues, que desde cada provincia tengamos a mujeres valiosas que, de ser elegidas, marquen una historia de lucha a favor de promover leyes que endurezcan y sancionen a cabalidad a los asesinos y sus protectores.