



EL MERCURIO

DOMINGO 30 AGOSTO 2026

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - N° 1010

CUENCA - ECUADOR

# ellas & ellos

VIDA EN FAMILIA



ENTREVISTA | Pag. 3

## SWEET SPOT

Una experiencia que conecta a las personas con la música de una manera diferente

TECNOLOGÍA

2

EL ALBUM FAMILIAR  
DEL SIGLO XXI

MASCOTAS

5

SEÑALES DE QUE TU PELUDITO  
ESTÁ ENVEJECIENDO

TEMA

8

DÍA DE LA OBSTETRIZ  
2026

8 PÁGINAS FULL COLOR: BELLEZA Y MODA • TECNOLOGÍA • ENTREVISTA • CONSEJOS • MUNDO • MASCOTAS • AMENIDADES

# EL ÁLBUM FAMILIAR DEL SIGLO XXI



**L**as cajas de fotos impresas con bordes gastados han dado paso a miles de archivos en el teléfono. Conservar la memoria familiar en la era digital no requiere ser un experto, sino aplicar orden y aprovechar herramientas accesibles.

Para las generaciones más jóvenes, acostumbradas al flujo constante de imágenes, servicios en la nube

como Google Fotos o iCloud ofrecen copias de seguridad automáticas y etiquetado inteligente por rostro, fecha o lugar. Esto facilita encontrar un viaje o una celebración en segundos sin saturar la memoria del dispositivo.

Para los adultos y adultos mayores, el valor reside en la preservación y el rescate del pasado. Aplicaciones como PhotoScan de Google o las funciones de escaneo integrado en iOS y Android permiten digitalizar fotos en papel de forma gratuita, eliminando reflejos y restaurando color automáticamente.

Crear álbumes compartidos en la nube se ha convertido en el mejor punto de encuentro: los nietos aportan las capturas del día a día y los abuelos reviven el archivo histórico de la familia.

Organizar el patrimonio visual de casa es proteger la historia compartida. Con solo respaldar y digitalizar de forma periódica, aseguramos que los recuerdos perduren intactos para las futuras generaciones.

## NOVEDADES



### Gafas hápticas guiadas por IA para personas invidentes

Desarrolladores presentaron un dispositivo vestible que reemplaza al bastón tradicional mediante el uso combinado de visión artificial y retroalimentación táctil. El invento procesa el entorno mediante sensores ambientales integrados y transmite alertas físicas discretas directas a la montura, guiando a personas con discapacidad visual por rutas seguras en tiempo real. El sistema emula la funcionalidad de un perro guía al detectar obstáculos fijos, personas y desniveles urbanos al instante. Este avance en accesibilidad universal facilita la movilidad independiente en ciudades complejas, democratizando la orientación asistida sin requerir la interacción constante con teléfonos o pantallas externas.



### Despliegue de los primeros centros de datos flotantes en el mar

La firma Samsung Heavy Industries presentó el desarrollo de centros de datos modulares flotantes diseñados para operar en zonas costeras. Ante la creciente demanda de capacidad de cómputo para inteligencia artificial y el elevado consumo energético de las instalaciones tradicionales, esta solución aprovecha el agua de mar como sistema de refrigeración natural para servidores. El proyecto busca suministrar hasta 50 MW por módulo en megaciudades costeras, reduciendo significativamente la huella de carbono y el impacto del consumo térmico en tierra firme.



### Récord histórico de velocidad en robótica humanoide

Durante los World Humanoid Robot Games en China, el robot humanoide Tiangong Ultra alcanzó un hito histórico al completar la prueba de los 100 metros planos en solo 9,39 segundos. Con esta marca, la máquina superó el récord mundial poseído por Usain Bolt desde 2009 (9,58 segundos). El desarrollo integra algoritmos avanzados de aprendizaje por refuerzo y motores de alta potencia que le permiten mantener el equilibrio dinámico a máxima velocidad. Este avance demuestra que los robots humanoides han dejado de ser meros prototipos lentos para convertirse en máquinas capaces de superar los límites físicos de los deportistas de élite humanos en pruebas de velocidad.

## INFOGRAFIA



# RIADA EN NEPAL Y CHINA

26 DE AGOSTO DE 2026

Una avalancha de hielo, rocas y lodo provocada por el colapso de un glaciar en el Himalaya desencadenó una repentina riada que afectó al norte de Nepal y la región china del Tíbet.

## 1 ¿QUÉ OCURRIÓ?

El colapso de un glaciar en el Himalaya generó una avalancha de hielo, rocas y lodo que formó una riada repentina y devastadora.



Colapso de un glaciar



Avalancha de hielo, rocas y lodo



Riada repentina

## 2 ZONAS AFECTADAS

Norte de Nepal y la región china del Tíbet.



## 3 IMPACTO

La riada arrasó viviendas, carreteras, puentes e infraestructura.



Más de 1.400 personas se encuentran desaparecidas entre ambos países.

## 4 BÚSQUEDA Y RESCATE



Equipos de emergencia de ambos países continúan las labores de búsqueda y rescate.



Las autoridades mantienen la alerta por posibles nuevas inundaciones.

## 5 RIESGO ACTUAL



Se han formado lagos por el bloqueo de algunos ríos, lo que podría provocar nuevas inundaciones si estas represas naturales se rompen.



## RECOMENDACIÓN

Seguir las indicaciones de las autoridades, mantenerse informado por canales oficiales y evitar zonas de riesgo.



# SWEET SPOT

## UNA EXPERIENCIA PARA CONECTAR CON LA MÚSICA

**S**weet Spot es una experiencia creada por Lofi, una iniciativa que explora nuevas formas de encuentro con la música. Un grupo de amigos se unió para traer esta propuesta a Cuenca desde noviembre de 2025.

Se trata de recrear una sala de escucha o apreciación musical, una experiencia que ya se desarrolla en grandes ciudades. Tras vivir esta experiencia fuera del país, sus creadores decidieron traer este espacio a Ecuador.

La iniciativa nace de Sebastián Narváez, dedicado a la creación y producción técnica de sonido; Carolina Fernández, responsable de la creación, experiencia y comunicación; y Gabriela Siranula y Esteban Coronel, quienes están a cargo de la producción y logística.

Para vivir la experiencia, una galería de arte es adaptada como sala de escucha. El espacio está ambientado para generar una conexión más profunda con la música, con velas y aromas. Los

asistentes pueden disfrutar de una bebida relajante sin alcohol e ingresan sin zapatos, ya que todo el espacio cuenta con alfombras y cojines para que puedan acostarse -de ser el caso- y estar cómodos. También existen cobijas para quienes las necesiten.

Ahora, además, ofrecen antifaces para que los asistentes puedan vivir la experiencia a oscuras y generar una escucha más profunda e inmersiva.

Antes de cada experiencia se realiza una introducción sobre el disco, con información que permite contextualizarlo y estimular la creatividad de los asistentes, ya que muchas personas utilizan este espacio como una fuente de inspiración. También se recomienda no utilizar celulares durante la sesión para desconectarse de la cotidianidad.

A este espacio acuden públicos diversos, algunas personas solas y otras con amigos. La idea es que todos puedan sentirse cómodos. El aforo máximo es de 13 personas, lo que permite que la

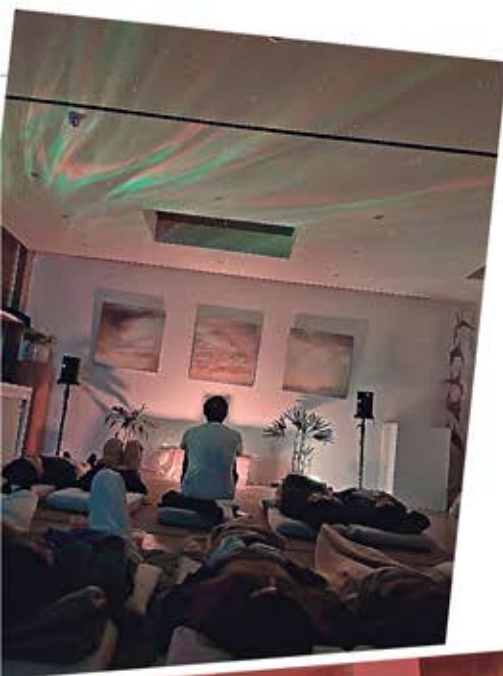
experiencia sea más personal y se comparta con un grupo reducido. Al tratarse de un público diverso, Sweet Spot no está ligado a un ritmo musical ni a un rango de edad específico.

Uno de los elementos que caracteriza a este espacio es el sonido, pensado para que la escucha sea diferente a disfrutar de un disco en casa. Se busca ofrecer un sonido fiel, similar al de un estudio musical. Para ello, la sala está calibrada con el objetivo de lograr un sonido envolvente y de alta calidad.

Las reservas se realizan con anticipación a través de Instagram, en la cuenta @loooo.fiii. También cuentan con una comunidad en WhatsApp, donde los participantes pueden elegir las próximas carteleras.

Texto: Fernanda Ramón

Foto cortesía: @duesmancomunicacion





## Cuidados para el cabello luego de las vacaciones

**S**i disfrutaste esta temporada de la playa, el fin de las vacaciones suele dejar grandes recuerdos, pero también un cabello castigado por el cloro, la sal marina y la radiación solar. Este combo altera la cutícula capilar, generando sequedad, pérdida de brillo y encrespamiento. Afortunadamente, devolverle la vitalidad a la melena es un proceso sencillo si se siguen los pasos adecuados.

### Estrategia de rescate

- **Limpieza purificante:** Utiliza un champú clarificante o antirresiduos una vez por semana. Esto elimina los depósitos de sal, cobre y cloro sin barrer los aceites naturales.

- **Hidratación profunda:** Aplica mascarillas ricas en manteca de karité, aceite de argán o queratina dos veces por semana. Déjalas actuar al menos 20 minutos para sellar la fibra capilar.

- **Corte táctico:** Sanear entre uno y dos centímetros de las puntas abiertas detiene el deterioro progresivo hacia la raíz y aporta volumen inmediato.

- **Tregua térmica:** Suspende el uso de secadores y planchas durante un par de semanas. Si es imprescindible usarlos, aplica siempre un protector térmico.

Con paciencia y una rutina constante enfocada en la nutrición, la estructura de la fibra se recupera rápidamente, devolviendo la elasticidad y el brillo natural para iniciar el curso con la mejor imagen.

## Tonos ideales de labial para pieles morenas



- **Rojos cálidos:** Los subtonos anaranjados, ladrillo y terracota aportan una luminosidad radiante y sofisticada.
- **Nudes profundos:** Elige tonos café con leche, caramelo o canela para un look cotidiano que resalte sin palidecer.
- **Baya y ciruela:** Los matices vino, mora y frambuesa crean un contraste elegante, intenso y lleno de carácter.

## Evita los puntos negros



- **Limpieza diaria:** Lava tu rostro mañana y noche con un limpiador que contenga ácido salicílico para disolver la grasa acumulada.
- **Exfoliación constante:** Aplica un exfoliante químico (BHA) de dos a tres veces por semana; evita apretarlos con los dedos.
- **Hidratación ligera:** Utiliza lociones en gel no comedogénicas y sin aceites para proteger los poros.

### CONSEJITOS!



## Cuidados diarios para tus manos

Lava tus manos con agua templada y jabón de pH neutro para no alterar la barrera cutánea. Aplica siempre una crema con glicerina o manteca de karité tras cada lavado y antes de dormir.

El truco: Usa protector solar a diario y guantes para lavar platos o manipular productos químicos.



# SEÑALES DE QUE TU PELUDITO ESTÁ ENVEJECIENDO

**E**l paso del tiempo en nuestros compañeros caninos es inevitable, pero detectar las señales tempranas de envejecimiento nos permite brindarles una vejez plena, cómoda y feliz. Aunque la esperanza de vida varía según la raza y el tamaño —siendo los perros grandes viejos a los 7 o 8 años y los pequeños hacia los 10 o 11—, los signos del declive biológico son similares.

## Indicadores clave:

- **Cambios físicos y movilidad:** Rigidez al

levantarse, menor agilidad para subir escaleras o saltar, pérdida de masa muscular y la aparición de canas, principalmente alrededor del hocico y los ojos.

- **Salud ocular y auditiva:** Aparición de una opacidad blanquecina o azulada en la pupila (esclerosis nuclear o cataratas) y menor respuesta a llamados o ruidos cotidianos.

- **Variaciones en la rutina:** Aumento significativo de las horas de sueño, letargo y menor entusiasmo por paseos largos o juegos intensos.

- **Salud dental y digestiva:** Mal aliento (halitosis) acentuado, acumulación de sarro y cambios drásticos en el apetito o el peso corporal.

- **Comportamiento y cognición:** Desorientación ocasional, irritabilidad por dolores articulares o alteración en los patrones de sueño.

Ante cualquiera de estas señales, una visita al veterinario es fundamental para adaptar su alimentación, ejercicio y cuidados preventivos a esta noble etapa

## Truquitos:

### LIMPIEZA DE OÍDOS

La anatomía del oído canino en forma de "L" acumula fácilmente cera y humedad. Para limpiarlo sin peligro, jamás utilices bastoncillos de algodón, ya que empujan la suciedad hacia el tímpano.

Aplica un limpiador ótico veterinario en el canal, masajea la base de la oreja durante unos segundos y permite que se sacuda. Finalmente, retira los residuos externos con una gasa limpia. Si detectas mal olor, enrojecimiento o secreciones oscuras, consulta de inmediato al veterinario.



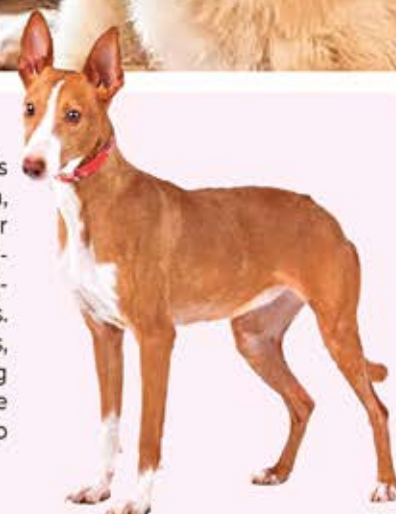
## NUTRICIÓN PURA PARA TUS PLANTAS

Las cáscaras de papa son un recurso extraordinario para el jardín por su alto contenido de potasio, fósforo y magnesio, minerales clave para estimular la floración y fortalecer el sistema radicular de las plantas.

Para prepararlo, hierva las cáscaras de cuatro papas en un litro de agua durante 15 minutos, deja enfriar y cuela. Utiliza esta infusión como agua de riego cada tres semanas para nutrir el suelo de forma natural y sostenible.

## PODENCO CANARIO

El Podenco Canario es una de las razas más antiguas y emblemáticas de España, originaria de las Islas Canarias. Conocido por su agilidad, resistencia y carácter independiente, este perro ha sido utilizado tradicionalmente para la caza en terrenos difíciles. Tiene una esperanza de vida de 12 a 14 años, teniendo un peso promedio de 20 a 25 Kg con una altura de 53 a 64 cms a la cruz. Tiene una variedad de tonos rojizos, desde rojo intenso hasta rojizo con blanco.



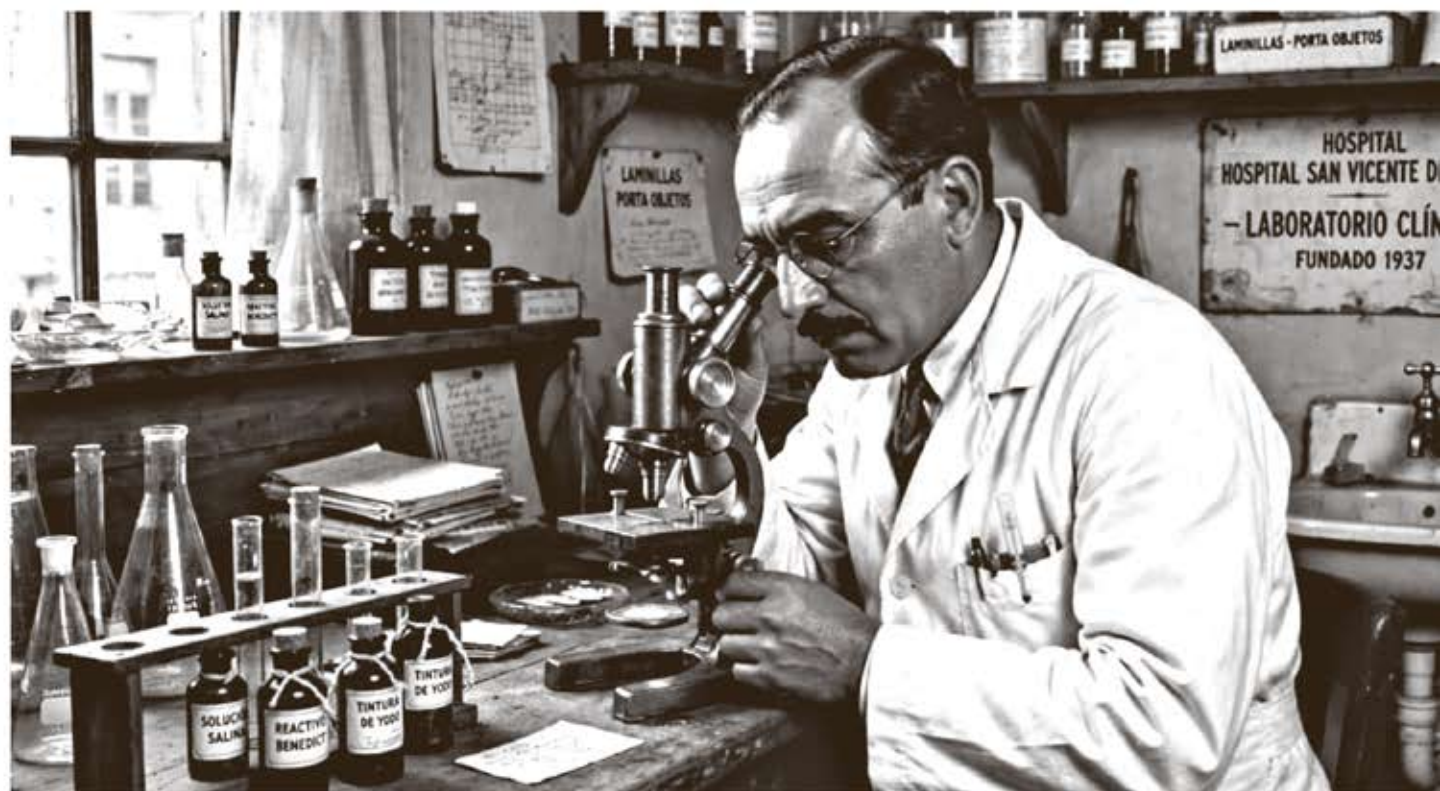
# Historia de los Laboratorios Clínicos en Cuenca

**L**a formación del Médico Laboratorista Clínico en Cuenca se inicia a partir de la primera década del siglo XX con un aprendizaje práctico junto a un maestro, un modelo que perduró por 50 años aproximadamente. Los primeros Médicos Laboratoristas Clínicos se iniciaron en el Hospital San Vicente de Paúl.

La educación médica a inicios del siglo XX estaba ligada a la práctica hospitalaria en las salas de la mencionada casa de salud. La cátedra de Bacteriología y Parasitología eran dictadas por el Dr. Manuel Malo Crespo.

Es a partir de 1912 que recién se realizan los primeros exámenes de laboratorio Clínico en Cuenca, tras el retorno de Europa de médicos especializados. El Dr. Emiliano J. Crespo Astudillo inició los estudios de Parasitología y Bacteriología y de igual manera el Dr. Nicanor Merchán Bermeo. En 1933 se funda el primer Laboratorio Clínico en el Hospital San Vicente de Paúl y fue el primer Director del este Servicio el Dr. Manuel Malo Crespo, quien lamentablemente sufrió una muerte inesperada. En 1937 asume el cargo el Dr. Timoleón Carrera Cobos, quien es considerado como el padre del Laboratorio Clínico en Cuenca. Desde 1937 a 1965, el antes mencionado profesional, forma una Escuela de Médicos Laboratoristas que ejercieron en la segunda mitad del siglo XX y que a su vez han formado a muchos otros nuevos Médicos Laboratoristas.

Las características en la formación de dichos profesionales se basaban en el aprendizaje práctico junto al Maestro en el Laboratorio del Hospital; luego obtenían la independencia posterior; lograban salir al exterior para la especialidad y por fin, regresaban para ejercer la profesión en Cuenca. Con el nacimiento de las Clínicas Privadas, cada una de ellas también creó sus propios Laboratorios Clínicos. En 1957: La Clínica Santa Clara; En 1959: La Clínica Vega; En 1963: La Clínica Santa Ana; En 1967: la Clínica Santa Inés y luego sucesiva-



Médico Laboratorista en las labores diarias hospitalarias a mediados del siglo XX



**Instrumentos básicos de Laboratorio Clínico utilizados a mediados del siglo XX: Microscopio monocular, frascos Erlen Meyer, balón aforado, urodensímetro, cajas Petri para cultivos, etc. El microscopio siempre sera el símbolo fundamental de un Laboratorio Clínico.**

mente otras casas de salud. En la actualidad existen varios Laboratorios Clínicos distribuidos en dos Hospitales Públicos, seis Hospitales privados, tres municipales y más de 20 clínicas. Los Médicos Laboratoristas Clínicos que ejercieron la especialidad en Cuenca, son los siguientes: Drs. Julio Sempértegui Vega, Hernando Cordero Jaramillo, Virgilio Loyola García, Gil Flores García, Octavio Neira Pavón, Gladys Neira

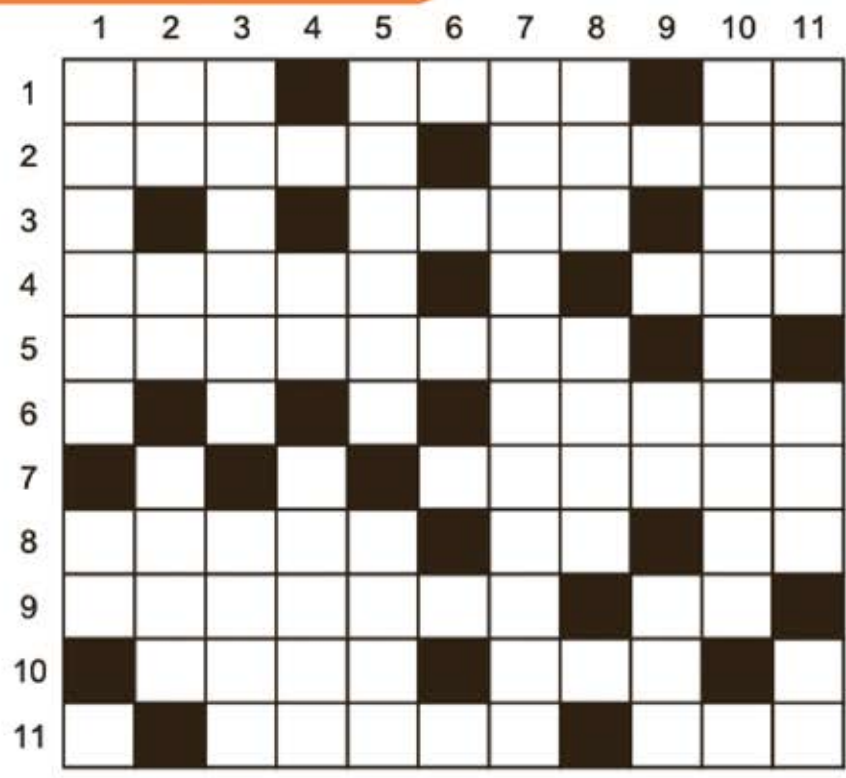
Pinos, Jaime Maldonado Ambrosi, Manuel Agustín Landívar, Enmanuel Peña Ugalde, Guillermo Merchán Piedra, Comanda Merchán Manzano, Iván Piedra Abril, Edmundo Mosquera Barzallo, César Carrión Corral, Leonardo Guerrero Ullauri, Saúl Chalco Quezada, Iván Merchán Peñafiel, Edgar Cordero Loyola, Pablo Cordero Loyola, Sandra Sempértegui Coronel, Gloria Paredes Roldán, Ana Maldonado Lazo,

entre otros. El Laboratorio Clínico en Cuenca pasó de ser un espacio pequeño con instrumentos y materiales básicos que se poseía en el Hospital San Vicente de Paúl a ser un pilar fundamental de apoyo diagnóstico, evolución, pronóstico y seguimiento de la enfermedad, no solo en medicina general sino en todas las especialidades. Su importancia radica en la escuela formada por el Dr. Timoleón Carrera Cobos, cuyo nombre permanece y se resalta en la Presea que otorga cada año el Colegio de Médicos al profesional más destacado en el campo científico y social.

Al Médico Laboratorista se le denomina ahora como Patólogo Clínico o especialista en Medicina de Laboratorio.

Saúl Chalco Quezada  
SOCIEDAD DE HISTORIA DE  
LA MEDICINA DEL AZUAY

# Crucigrama



## HORIZONTALES

1. Mesa consagrada. Cabellera muy separada. Artículo neutro.
2. Molusco sin concha con la cabeza grande y ocho tentáculos. Frustrar algo halagüeño o alegre.
3. Ara por segunda vez las tierras de labor. Versión de Windows.
4. Hembra del carnero. Valoración excesiva de uno mismo.
5. Molusco explotado comercialmente en España y los Países Bajos.
6. Música y baile caribeño de mucho ritmo.
7. Vuelve tonto a alguien.
8. Feliz o bienaventurado. Es en inglés. Terminación verbal.
9. En Ecuador, conductor inexperto. Iniciales de Blanca Sepúlveda.
10. Tela de lana de varios colores. Especie de lechuga grande.
11. Cubres de rocío. Signo que se usaba en las recetas médicas para denotar que los ingredientes habían de ser de peso o partes iguales.

## VERTICALES

1. Serenidad. Iniciales de Bertha Castañeda.
2. Símbolo de metal usado como catalizador. Advierte. Campo donde se celebra una feria.
3. Molusco marino con conchas ovaladas y grisáceas. Príncipe árabe.
4. Voz para expresar júbilo. Italiano.
5. Pez marino comestible de color gris metálico, cola recta y aletas espinosas. Implorar.
7. Crustáceos marinos semejantes a la gambas, pero de tamaño mayor.
8. Oficial del ejército turco. La sala más importante de los templos del Antiguo Egipto.
9. Símbolo de Logaritmo Natural. En Honduras, persona servil y adúladora por interés.
10. Crustáceos marinos de color marrón grisáceo y cuerpo cubierto de duras escamas.
11. Salida del Sol por el horizonte. Río suizo. Símbolo del gallo.

# Sopa de letras

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

## YERBA MATE

- AROMÁTICA
- BEBIDA
- COCCIÓN
- COSECHA
- CULTIVOS
- INFUSIÓN
- MATE
- PLANTACIÓN
- VEGETAL
- YERBA



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

# DÍA DE LA OBSTETRIZ 2026



**A**nivel internacional y en Ecuador se celebra el día 31 de Agosto el DIA INTERNACIONAL DEL OBSTETRIZ - OBSTETRA reconociendo la labor esencial y humanitaria de estos profesionales de la medicina en la salud sexual y reproductiva de la mujer, como en el control del embarazo y la atención dentro de su progreso tecnológico y seguro, del parto normal, el acompañamiento durante el posparto o puerperio que garantiza su recuperación y la desconexión con el abandono puerperal que puede sufrir la paciente. También perfilamos su profesionalismo al lograr cifras mas bajas en el embarazo no planificado encausándoles a la mujer o a la pareja en una perspectiva de decisiones equilibradas que veten un embarazo no deseado.

Diversas instituciones de salud pública y organizacio-

nes varias como el Fondo de Población de las Naciones Unidas en Ecuador. Colegios de Profesionales de Obstetrices (FENOE) aprovechan en destacar esta fecha para promover el embarazo planificado, un parto humanizado, charlas continuas en los diferentes centros de salud del MSP y en los colegios educación sexual en adolescentes. La educación es continua en esta rama de la medicina y en países como Uruguay, Argentina, Perú y Ecuador son frecuentes los congresos para una maximización e informaciones destacadas en los nuevos avances y tecnologías.

Como Origen de la fecha de celebración de la Obstetricia se tomo el día de la muerte de San Ramon Nonato (término que significa no nacido) año de 1240; perteneció a la orden de los padres Mercedarios; santo nacido en Cataluña, España luego de que su madre

muriera durante el parto que terminó en una cesárea de emergencia para salvar su vida. Mas tarde se convertiría en protector de los huérfanos y patrono Universal de la embarazadas y parturientas.

Destaquemos también aunque la mayor parte de los que se gradúan en esta carrera son mujeres, también en la actualidad hay varones que desempeñan un papel fundamental en actividades de atención a la materna. La Obstetrix u Obstetra representa un papel primordial y humanizado en la atención y cuidado de la embarazada; muy capacitado en sus funciones para la reducción eficaz y sostenible de la mortalidad materno infantil como lo señala la OMS.

Sonia Salamea Piedra.  
RED FAVIFE