

 **EL MERCURIO**

DOMINGO 11 OCTUBRE 2026

SUPLEMENTO DOMINICAL

AÑO 19 - N° 1016

CUENCA - ECUADOR

¿QUÉ PASA?
MEME?



"DÍA-D JUEGOS"

Un espacio de venta, entretenimiento, comunidad y torneos de juegos de mesa para todas las edades.

TECNOLOGÍA

MASCOTAS

TEMA

2

LAS MEJORES APPS GRATUITAS
PARA APRENDER IDIOMAS

5

DESPARASITACIÓN CANINA:
¿DÓNDE Y CUÁNDO PROTEGERLOS?

8

PROFESIONALES EMPÁTICOS
CON LA DIGNIDAD HUMANA

Juegos & más
VIDA EN FAMILIA

APRENDER IDIOMAS SIN PAGAR UN SOLO CENTAVO: LAS MEJORES APPS GRATUITAS



Dominar una nueva lengua ya no exige inscripciones en academias costosas ni horarios rígidos. En la actualidad, el teléfono móvil se ha convertido en la puerta de entrada a métodos de aprendizaje accesibles, dinámicos y adaptados a personas de todas las edades.

Duolingo encabeza las preferencias globales gracias a su enfoque lúdico (gamificación). Sus lecciones de pocos minutos al día permiten practicar vocabulario, gramática y pronunciación como si fuera un juego, lo que resulta ideal para construir un hábito diario sin presiones.

Si tu objetivo es la fluidez conversacional y el intercambio cultural, Tandem conecta a usuarios con hablantes nativos de todo el mundo. A través de chats de texto, notas de voz y correcciones en tiempo real, puedes enseñar tu idioma materno mientras perfeccionas la lengua que deseas aprender en un entorno seguro y colaborativo.

Por su parte, Memrise destaca por su uso intensivo de clips de video con personas locales hablando en su entorno natural. Esta técnica entrena el oído frente a acentos reales y giros coloquiales, apoyándose en algoritmos de repetición espaciada que aseguran la retención de frases útiles para viajes o trabajo. Tres herramientas completas, gratuitas y disponibles para transformar tu tiempo libre en conocimiento práctico.

NOVEDADES



Celulares: Pantallas plegables sin pliegue visible

Samsung Display ha presentado un prototipo de pantalla plegable de ultra durabilidad que elimina por completo la grieta visible en la zona de flexión. Gracias a una capa mejorada de vidrio ultra fino (UTG), este panel soporta más de 500.000 dobleces continuos sin alterar la continuidad óptica del panel ni degrada la respuesta táctil. La innovación resuelve dos de las mayores quejas de los usuarios respecto a los teléfonos plegables: la fragilidad estructural y la deformación del panel central. Esta tecnología prepara el terreno para pantallas que se integrarán en futuros dispositivos Z Fold y formatos flexibles de mayor formato.



Granola: Transcripción y contextualización inteligente para reuniones

Granola es una aplicación de notas y transcripción asistida por Inteligencia Artificial diseñada para llamadas y reuniones presenciales o virtuales. A diferencia de otros asistentes, opera de manera directa en el dispositivo sin enviar bots visibles a las salas de videollamada. Su principal fortaleza radica en combinar las notas breves que el usuario escribe manualmente durante la sesión con el audio capturado, generando resúmenes estructurados, listas de tareas y seguimientos. Ofrece un plan gratuito (Basic) ideal para probar la herramienta, aunque limita el historial de notas almacenadas. Para uso intensivo, integraciones con CRM o almacenamiento ilimitado, dispone de planes de pago desde \$14 dólares al mes.



Parches bioelectrónicos para acelerar la cicatrización

Científicos han diseñado un parche cutáneo flexible que utiliza impulsos microeléctricos dirigidos para estimular la regeneración celular en quemaduras y heridas profundas. El dispositivo, delgado como una segunda piel, se activa en presencia de humedad corporal y genera un campo eléctrico constante que migra las células sanas hacia la zona afectada de forma acelerada. En ensayos clínicos, este parche logró reducir los tiempos de cicatrización a la mitad, previniendo infecciones graves sin necesidad de antibióticos tópicos continuos. Esta tecnología promete transformar los tratamientos postquirúrgicos y la atención ambulatoria en medicina dermatológica reconstructiva.

INFOGRAFIA

Impresión 3D con materiales biológicos sostenibles

Nuevas tecnologías de construcción automatizada incorporan la impresión 3D a gran escala utilizando mezclas de hormigón geopolímero y fibras orgánicas recicladas. Este método permite edificar estructuras residenciales y comerciales de forma más limpia, rápida y eficiente.



1 Materiales sostenibles

Se utiliza una mezcla de hormigón geopolímero y fibras orgánicas recicladas, provenientes de residuos naturales, lo que reduce el impacto ambiental.



2 Sistemas robóticos de gran escala

Robots especializados extruyen las capas de material siguiendo diseños asistidos por computadora, construyendo paredes y estructuras de gran tamaño con alta precisión.



3 Menos emisiones de CO₂

Permite reducir hasta en un 40% las emisiones de dióxido de carbono en comparación con el hormigón tradicional.



Hormigón tradicional Impresión 3D con materiales biológicos

4 Construcción más rápida

Acelera los tiempos de ejecución, permitiendo levantar viviendas y edificios en mucho menos tiempo que los métodos convencionales.



5 Sin desperdicio de materiales

La impresión 3D extruye solo la cantidad de material necesaria, eliminando el desperdicio en obra.



6 Mejor aislamiento térmico natural

Las estructuras ofrecen un excelente aislamiento térmico, mejorando la eficiencia energética de los edificios.



7 Respuesta a la escasez de mano de obra

Esta alternativa arquitectónica también ayuda a enfrentar la falta global de mano de obra cualificada en el sector de la construcción.



“DÍA-D JUEGOS”

UNA VARIEDAD DE JUEGOS DE MESA

“Día-D Juegos” es una nueva propuesta de juegos de mesa que tiene presencia en Quito y que, desde diciembre del año pasado, también llegó a Cuenca.

Sylvia Arellano, gerente de la marca, cuenta que junto a su esposo, Diego López, vivieron en Perú por motivos laborales. Durante varios años, ambos compartieron su pasión por los juegos de mesa, una afición que posteriormente los motivó a emprender.

A su regreso a Ecuador buscaban un espacio donde pudieran encontrar y adquirir este tipo de juegos, pero no encontraron opciones que respondieran a sus intereses. A partir de su experiencia y conocimiento sobre este mundo, decidieron abrir su propio negocio en la capital del país. La acogida los llevó posteriormente a apostar por Cuenca con una nueva sucursal.

En este espacio se encuentran juegos de mesa modernos, con mecánicas diferentes a las de los juegos tradicionales y una amplia variedad de opciones para todas las edades, desde niños de 2 años hasta adultos.

El negocio también ha permitido crear una comunidad de personas que comparten esta afición y que se reúnen para jugar, conocer nuevas propuestas y descubrir una actividad que permite compartir y dejar de lado, por un momento, los dispositivos tecnológicos.

En el caso de los más pequeños, los juegos de mesa contribuyen al desarrollo de diferentes habilidades y permiten aprender



sobre el respeto a las reglas, el pensamiento estratégico y el trabajo en equipo, además de



aprender a ganar y perder.

Entre las propuestas también están las tardes lúdicas, que son anunciadas previamente a través de sus redes sociales. Estas jornadas están enfocadas en juegos estratégicos y requieren un registro previo. No es necesario tener conocimientos; únicamente se necesita tener ganas de descubrirlos.

Para facilitar esta experiencia, el establecimiento cuenta con asesores lúdicos, quienes orientan a los visitantes y los ayudan a encontrar el juego más



adecuado, de acuerdo con sus intereses.

Otra de las actividades que ofrece el espacio es la pintura de figuras en miniatura, utilizadas en determinados juegos y que forman parte del hobby de muchos aficionados. Para ello, se brindan talleres de pintura en los que los participantes reciben asesoría.

Además de estos espacios de encuentro, “Día-D Juegos” se ha convertido en sede de clasificatorios para torneos nacionales, con la visión de continuar fortaleciendo y ampliando la comunidad de aficionados a los juegos de mesa.

Para conocer más sobre esta propuesta y las actividades que se desarrollan, se puede visitar sus redes sociales, donde los aficionados y quienes quieran iniciarse en este mundo podrán encontrar una opción de juego pensada para cada persona.

El horario de atención es de martes a domingo, de 12:00 a 20:00, y los sábados desde las 10:00. El local está ubicado en las calles Gonzalo Cordero Dávila y Agustín Cueva Vallejo.

El 'Quiet Luxury': La elegancia sin etiquetas

En el universo de la moda actual, la verdadera sofisticación ha cambiado de lenguaje: ya no grita con grandes logotipos, sino que susurra a través de la calidad. Conocida como 'Quiet Luxury' (lujo silencioso), esta tendencia redefine el estilo personal en todas las edades, desde los jóvenes de la Generación Z hasta los adultos que siempre han apreciado el buen vestir.

La premisa es sencilla y sostenible: apostar por prendas atemporales, paletas de colores neutros (como el beige, azul marino o crema) y materiales nobles como el lino, el algodón orgánico y la lana de

casimir. Estudios sobre consumo de moda sostenible señalan que esta corriente responde a un deseo creciente de construir un "armario cápsula", donde pocas piezas de alta durabilidad reemplazan al consumo masivo e impulsivo.

Adoptar este estilo no requiere un presupuesto desmedido. El secreto reside en prestar atención a los detalles: un corte impecable, una prenda bien planchada y la sobriedad en los accesorios. Más que un capricho estético, el lujo silencioso es una filosofía de consumo inteligente: vestir bien es, ante todo, sentirse cómodo con lo que perdura en el tiempo.



¿Dormir con trenzas?

Dormir con trenzas sueltas es beneficioso porque reduce la fricción contra la almohada, evitando el encrespamiento, los nudos y el quiebre del cabello. Sin embargo, deben hacerse suaves y sin tensión en la raíz. Las trenzas apretadas causan alopecia por tracción y dañan el cuero cabelludo. Para protegerlo aún más, usa una funda de seda o satén.

Fortalecer uñas quebradizas



Para fortalecer uñas quebradizas, hidrátalas a diario con aceites naturales (como el de almendras o argán) y usa guantes para tareas domésticas. Mantén una alimentación equilibrada rica en biotina, hierro y zinc. Evita abusar de limas metálicas, removedores con acetona y esmaltes semipermanentes, dejando descansar las uñas entre manicuras para restaurar su queratina natural.

Barba con forma!



Para mantener la barba saludable y con forma, lo ideal es recortarla cada una o dos semanas si usas estilo corto o mediano. Si buscas un largo prolongado, basta un retoque cada tres o cuatro semanas para eliminar puntas abiertas. Además, perfilar el cuello y mejillas cada tres días mantendrá siempre un aspecto pulcro y definido.

DESPARASITACIÓN CANINA:

CUÁNDO Y CÓMO PROTEGER A TU MASCOTA

La desparasitación periódica es fundamental para garantizar la salud de nuestros perros y proteger a toda la familia de zoonosis parasitarias.

Para controlar los parásitos internos (lombrices y tenias), los expertos recomiendan desparasitar a los cachorros cada dos semanas entre los dos meses y los tres meses de vida. En perros adultos, la pauta general es administrar un antiparasitario oral cada tres a cuatro meses, aunque en zonas de alto riesgo o en perros que conviven con niños pequeños, los veterinarios aconsejan realizarlo mensualmente.

Respecto a los parásitos externos (pulgas y garrapatas), la frecuencia depende del tratamiento elegido: las pipetas cutáneas suelen aplicarse de forma mensual, los collares antiparasitarios ofrecen protección de 4 a 8 meses según la marca, y las tabletas masticables de última generación protegen entre 1 y 3 meses.

El método más seguro no consiste en automedicar a la mascota, sino en solicitar a tu veterinario un examen coprológico de rutina. Así se elegirá el principio activo exacto para el peso, edad y estilo de vida de tu fiel compañero.

Truquitos:

LIMPIA SUS OJOS

Para limpiar las lagañas de tu gato de forma segura, humedece una gasa estéril o un disco de algodón con solución salina fisiológica o agua tibia previamente hervida. Limpia suavemente desde el lagrimal hacia afuera, utilizando una gasa distinta para cada ojo para evitar contagios. Jamás use manzanilla ni productos químicos no veterinarios. Si notas secreción amarillenta, verde, párpados inflamados o si tu felino guiña constantemente, consulta de inmediato al veterinario.



ROMERO EN CASA

El romero necesita mucha luz directa (al menos 6 horas diarias) y un sustrato con excelente drenaje, mezclando tierra con arena o perlita.

Al ser una planta mediterránea, soporta mejor la sequía que el exceso de agua. Riega solo cuando la tierra esté completamente seca al tacto y retira el plato inferior para no pudrir sus raíces. Ubícala en una maceta de barro en la terraza o balcón para asegurar buena ventilación. Cultiva romero fresco en casa y realza el sabor de tus comidas.

SKYE TERRIER

Es un Terrier elegante de tamaño pequeño/mediano con un cuerpo alargado y bajo: el macho adulto de esta raza mide entre 25 y 26 cm de alto y unos 105 cm desde la nariz hasta la punta de la cola. Las hembras son un poco más pequeñas. El peso de los adultos varía entre los 16 y los 18 kg. Su pelaje es largo, duro y liso y es más corto en la cabeza y le cae sobre los ojos, aunque no les impide la visión. Sus orejas pueden ser erguidas o caídas y tienen bastante pelo largo.



Sor Patricia

“Una vida dedicada al servicio de los adultos mayores”

Sor Patricia Rodríguez Ramírez, religiosa de la Comunidad de las Hermanas de la Caridad, ocupa un lugar especial en la historia del servicio social en Cuenca. Su vida estuvo profundamente vinculada para a las personas más vulnerables y, de manera particular, con los adultos mayores en situación de abandono, pobreza o desprotección.

Su trayectoria adquiere relevancia por su trabajo en el Hogar “Miguel León”, institución desde la cual no solamente impulsó una atención asistencial, sino también una concepción más amplia del envejecimiento como una etapa natural de la vida en la que las personas conservan capacidades, conocimientos, experiencias y derechos para continuar aprendiendo y participando en la sociedad.

Nació en Alausí, Provincia de Chimborazo. Desde su infancia manifestó inclinación hacia la vida religiosa y el servicio a los demás. Durante los primeros años de vida en calidad de Hermana de la Caridad desarrolló actividades educativas con niños en Quito y posteriormente participó en misiones en México, en hospitales y en comunidades pobres. Su trayectoria religiosa estuvo marcada siempre por una concepción de servicio dirigida hacia los sectores más necesitados.

Posteriormente fue destinada a Cuenca, donde asumió responsabilidades en el Hogar “Miguel León”, institución dedicada a la atención de personas adultas mayores. Sor Patricia no entendía la atención al adulto mayor únicamente como brindarles alimentación, alojamiento y cuidados básicos. Su visión incorporaba acompañamiento humano, recreación, actividad física, espiritualidad, educación y participación social. Su labor diaria estaba caracterizada en la partici-



Sor Patricia Rodríguez Ramírez

pación directa en las actividades de cuidado, alimentación, ejercicio, celebraciones religiosas y acompañamiento a las personas enfermas. Su trabajo fue particularmente significativo porque muchos de los adultos mayores atendidos se encontraban en condiciones de abandono o tenían recursos económicos muy limitados. En el 2011, junto con médicos, instituciones académicas,

organismos públicos y organizaciones sociales, participó en un movimiento que buscaba pasar de una visión exclusivamente asistencial del adulto mayor hacia otra basada en dignidad, participación, educación permanente y calidad de vida. Esta concepción quedó reflejada en el programa académico: “Universidad del Adulto Mayor”- UAM, la primera en Cuenca y en el país. Sor Patricia Rodrí-

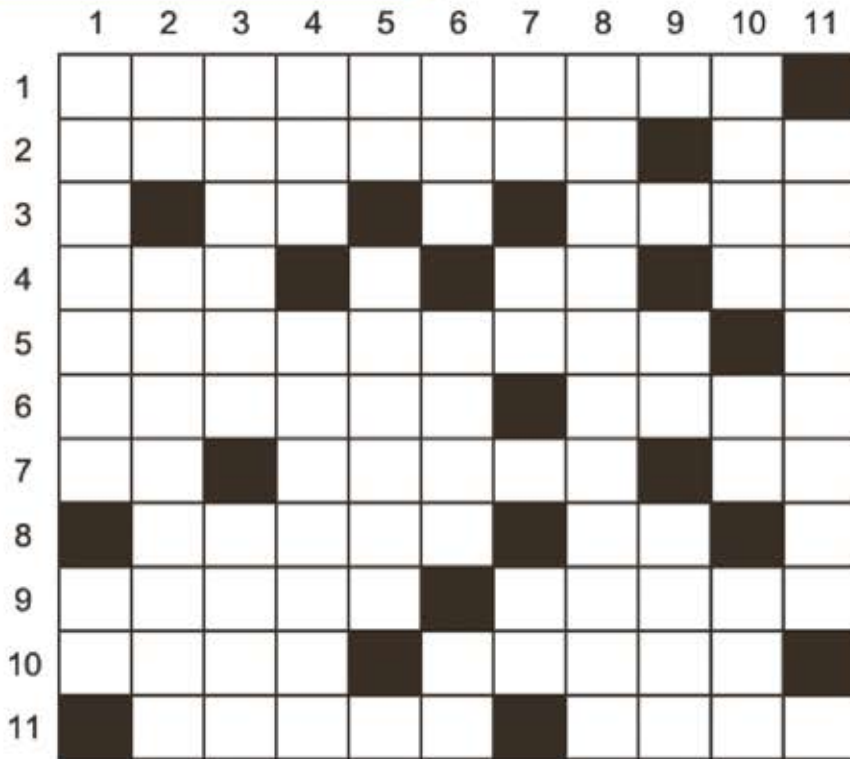


Sor Patricia acompañada de conocidas personalidades cuencanas en un acto académico en la Universidad del Adulto Mayor

guez participó en las reuniones iniciales y en la Comisión que impulsó la creación de tan importante iniciativa académica gerontológica que inició en Cuenca sus actividades el 12 de septiembre del 2012 contando como Rector- Fundador al Dr. Saúl Chalco Quezada, Sor Patricia Rodríguez en calidad de Directora Administrativa y como académicos colaboradores: César Hermida Bustos, Guillermo Aguilar Maldonado, Magdalena Molina Vélez, Flor Ma. Salazar Gonzalez, Claudio Arias Argudo, Denisse Chalco Molina, Yolanda Arias Luzuriaga, Alba Encalada Zamora, Galo Ochoa Aguirre, Patricio Luzuriaga Vazconez, Alberto Machuca León, Ma. José Vázquez Quezada y otros. En abril de 2015, el Consejo Cantonal de Cuenca resolvió unánimemente le sea otorgada la Presea “Guadalupe Larriva Gonzalez”, como reconocimiento a su trayectoria en el servicio a los Adultos Mayores en la ciudad. Su mayor contribución fue ayudar a demostrar que envejecer no significa dejar de aprender, participar, crear o aportar a la sociedad. La experiencia significó un cambio conceptual importante: El Adulto Mayor dejó de ser considerado únicamente receptor de servicios para convertirse también en protagonista de su propio desarrollo.

Saúl Chalco Quezada
SOCIEDAD DE HISTORIA DE
LA MEDICINA DEL AZUAY

Crucigrama



HORIZONTALES

- Resistencia que se opone al paso de una corriente alterna.
- Hueso plano, par, triangular, que se halla en la parte posterior superior del tórax. Iniciales de Rosario Martínez.
- 101 romano. En Chile, ave de rapiña, nocturna, semejante a la lechuza.
- Poesía cantada. Anno Domini. Antes de Cristo.
- Hacer menos denso un cuerpo gaseoso.
- Hacer la lluvia o el viento que se tiendan las mieses. Descender.
- Iniciales de Ronaldo Toledo. Aleación de hierro y carbono. Símbolo infantil.
- Átomos con carga eléctrica. Deidad suprema de Egipto.
- Piedra que separa la plaza del hogar en los hornos de reverbero. Aprisioné, retuve.
- Raspar [la superficie de una cosa con un instrumento cortante. Fuerte rechazo o desagrado que se siente por algo.
- Caballo de pelo mezclado de blanco, gris y bayo. Pone huevos.

VERTICALES

- Dar fuerza y firmeza a algo. Voz de mando militar.
- Iniciales de Eva Méndez. Relativo a los dedos.
- Dará a la voz un tono más grave del habitual. Miro con atención para descubrir algo.
- Siglas de tribunal de justicia internacional. Brotará.
- Símbolo químico del talio. Tener comunicación o trato.
- Río suizo. Municipio de la provincia española de La Coruña. Iniciales de Tomás Ortega.
- Versión de Windows. Actinio. Segunda del pentagrama.
- Laureada, galardonada.
- Símbolo de metal radiactivo, usado en la industria nuclear. Hortaliza de tallo grueso, hojas largas y flores muy pequeñas, de olor y sabor muy fuertes.
- Vacíos debajo de las costillas. Agencia de noticias de España. Mazal ..., locución hebrea que significa literalmente "buena suerte".
- Elemento decorativo de la arquitectura árabe de racimos o estalactitas en forma cóncava.

Sopa de letras

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

AYUNO

- ABSTINENCIA
- AYUNO
- DIETA
- HAMBRE
- INANICIÓN
- PRIVACIÓN
- PROMESA
- PROPÓSITO
- RELIGIÓN
- VOLUNTAD



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



PROFESIONALES EMPÁTICOS CON LA DIGNIDAD HUMANA

Muchas organizaciones sociales luchan incansablemente ante diversos sucesos de incomprensible magnitud para quien los ha vivido, como es la violencia que termina en una muerte injusta. Para el hechor es motivo para esconderse o descansar un tiempo en prisión; para el Estado es un tema cansado por resolver; para las leyes, algo que difícilmente se cumple porque no sincroniza con la aplicación cabal de las mismas; y para las familias es una lucha contra lo eterno, pues son cadenas frustrantes que no caen.

La Red FAVIFE (Red de Familias de

Víctimas de Femicidio) hace un esfuerzo por aliviar en algo la angustia constante en la que viven los deudos. Les indica la hoja de ruta a seguir y les brinda el apoyo moral necesario, sin escatimar esfuerzos en pedir colaboración a personas idóneas que, con su valiosa ayuda, nos dan la mano. Así hemos llegado a enlazarnos con autoridades que en su momento colaboran y, sin duda, con profesionales en medicina, psicología y derecho.

Reconocemos a un grupo de jóvenes mujeres juristas lideradas por la Abg. Vanessa Heredia V., quien desde un inicio tuvo la idea de consolidar a este

equipo humano con principios en su formación jurídica, compuesto solo por mujeres. Ellas crearon un espacio de apoyo para que la atención no se redujera únicamente a expedientes y procesos, viendo en cada familia su propia historia. Incluso nos han ayudado a conseguir nuestro objetivo de señalar esa hoja de ruta, ofreciendo acompañamiento y asesoramiento en los procesos judiciales que requieren las familias. Como mujeres, comprenden el verdadero dolor de la violencia y nos han respaldado en los casos requeridos. El mérito es que cada una de ellas es una profesional sin límites para comprender la vulnerabilidad de la víctima y de los familiares,

quienes encuentran un asidero legal en sus causas. También colaboran con la Red impartiendo charlas para la prevención del femicidio y brindando asesoramiento para que la violencia no llegue a su límite extremo.

Gracias por su apoyo a todos estos profesionales que, de una u otra forma, ayudan a sostener el desasosiego moral que causan un femicidio y la violencia.

Sonia Salamea Piedra
RED FAVIFE