

MEDIA / PRESS

# Latino



News  
el original

FREE  
Take One  
GRATIS  
Tome Uno

www.latinonewsoftn.com



Latino News Of TN

Tennessee • Enero 4 - 17 de 2025 • Año 15 • Edición Nº 527

• Una ventana al mundo Latino

## Director general de Sanidad pide que se incluyan en las etiquetas de alcohol advertencias sobre cáncer



Según un informe, el consumo de alcohol es la tercera causa principal de cáncer prevenible en Estados Unidos, detrás del tabaco y la obesidad. /Agencias.

Ver pag. 2

ESTE SIEMPRE PROTEGIDO CON EL BRONCO



¡El Bronco ahora en todo Tennessee!

SOLO LLAMA AL

615-942-6899

MAS INFO PAG 17

Manténgase siempre informado, con un sólo "Click"

Visítenos en nuestras redes



Latino News Of TN

LatinoNewsTN



Latino News Tennessee

o en nuestra pagina web

latinonewsoftn.com

## Aumentan las enfermedades respiratorias en el sur de Tn.

Enfermedades respiratorias como la gripe, el virus respiratorio sincitial (VSR) y el COVID han tenido un aumento significativo en el sur de Tennessee. /Agencias.

Ver pag. 4

IF YOU ARE INTERESTED IN ADVERTISING WITH LATINO PLEASE GIVE US A CALL

**Circulación en el estado de Tennessee**  
English: (615) 626 7180 Español: (615) 496 2571/ (615) 618 9811  
P.O Box 991 Antioch, TN 37011 - www.latinonewsoftn.com  
eugenia1380@hotmail.com Latino News Of TN

PARA SUS CLASIFICADOS Y AVISOS PUBLICITARIOS ¡LLAME AHORA!

**Síguenos en nuestras redes**



Latino News Of TN  
Latino News Of Tennessee



LatinoNewsOfTN



MEDIA / PRESS  
**Latino News**  
el original  
Tennessee

English: Maira Cano  
(615) 626 7180

Español: Eugenia Ávila  
(615) 496 2571

Brunilda Fernández  
(615) 618 9811

# Director general de Sanidad pide que se incluyan en las etiquetas de alcohol advertencia sobre cáncer

WASHINGTON — El Cirujano General de Estados Unidos pidió que se coloquen etiquetas de advertencia sobre el cáncer en las bebidas alcohólicas, como los paquetes de cigarrillos, en un informe publicado el viernes, destacando un vínculo entre el consumo de alcohol y un mayor riesgo de cáncer.

Según un informe publicado el pasado viernes, el consumo de alcohol es la tercera causa principal de cáncer prevenible en Estados Unidos, detrás del tabaco y la obesidad. Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos, anualmente se producen alrededor de 100.000 casos de cáncer relacionados con el alcohol y 20.000 muertes relacionadas con el cáncer.

Las etiquetas de advertencia que ya se encuentran



en las bebidas alcohólicas advierten sobre los riesgos generales para la salud que conlleva el consumo durante el embarazo, antes de conducir o de operar maquinaria pesada, pero el director general de servicios de salud está pidiendo que se vaya más allá. El Dr. Vivek Murthy recomienda que se actualicen las etiquetas para incluir un aviso sobre los mayores riesgos de cáncer de mama, cáncer de

colon y otros que los estudios han vinculado al consumo de alcohol.

Algunos tipos de cáncer, como el de mama, boca y garganta, tienen un mayor riesgo de desarrollarse con una o menos bebidas por día, dijo Murthy.

Según un aviso publicado el viernes, la mayor carga de cáncer relacionado con el alcohol en los EE. UU. es el cáncer de mama en mujeres,

con un estimado de 44.180 casos en 2019, lo que representa el 16,4 % de los aproximadamente 270.000 casos totales de cáncer de mama. Una gran mayoría, el 83 %, de las muertes por cáncer relacionadas con el alcohol en los EE. UU. se produjeron entre personas que bebían más de los límites recomendados por el gobierno federal de dos bebidas al día para los hombres y una para las mujeres.

Pero el 17% de las muertes anuales relacionadas con el alcohol ocurren entre personas que beben dentro de los límites recomendados.

Se necesitaría una ley del Congreso para ordenar nuevas etiquetas de advertencia como las que pide Murthy, y no está claro si habrá interés en un nuevo Congreso que sesionará el viernes por la tarde. / Agencias.

**¡Visítenos!**  
EN NUESTRA  
NUEVA DIRECCIÓN  
611 Potomac Place,  
Suite 120, Smyrna,  
TN 37167  
DESDE EL 12/1/2024

**¡ESTE ES EL MEJOR MOMENTO!**  
**PARA COMPRAR SU CASA**

**NO PAGUE MÁS RENTA... YA!**  
**¡COMPRE SU CASA YA!**

**SWBC**  
Mortgage



**PORQUE USTED MERECE  
SER DUEÑO DE SU  
PROPIA CASA ¡LLAME AHORA!**

**APROVECHE EL  
REEMBOLSO DE  
IMPUESTOS PARA  
COMPRAR SU CASA**

**RUTH PEREZ**  
OFICIAL DE PRESTAMOS NMLS # 192347



ruthperez@swbc.com  
www.swbcmortgage.com/ruth-perez

Of. 615-376-1863  
Fax 615-221-8809  
Cel. 615-506-4841



[www.swbcmortgage.com](http://www.swbcmortgage.com) | SWBC Mortgage Corporation NMLS 9741 9311 San Pedro Avenue, Suite 100, San Antonio, TX 78216

Disclosure: SWBC Mortgage Corporation, NMLS #9741 ([www.nmlsconsumeraccess.org](http://www.nmlsconsumeraccess.org)) Préstamos sujetos a aprobación de crédito y propiedad. Se aplican restricciones y condiciones. Refinanciar un préstamo existente puede resultar en cargos totales de financiamiento más altos a lo largo de la vida del préstamo. Programas y pautas sujetos a cambio sin notificación previa. Las tasas de interés están sujetos a cambios diarios. Oficina corporativa: 9311 San Pedro Avenue, Suite 100, San Antonio, TX 78216.

# ¡GARANTÍA SIN PREOCUPACIONES, GARANTÍA DE POR VIDA!

# \$500

## Asistencia para el pago inicial o descuento\*

\*Solo aplica en Gallatin CDJR. Pueden aplicarse restricciones. Consulte al distribuidor para obtener detalles completos.



Scan QR Codes



View Inventory



Get Finance Application



Lo atendemos en su propio idioma. Llámeme para una aprobación previa. Venga y déjese atender con respeto y profesionalismo por su especialista en español.

**Marcello Santos-Vega | Especialista En Español**

Marcelino@GallatinFord.com | 629-356-2319

GallatinFord.com • 1394 Nashville Pike, Gallatin, TN 37066



Gallatin Ford

# Aumentan las enfermedades respiratorias en el sur de Tn.

Los médicos dicen que los síntomas de enfermedades respiratorias incluyen fiebre, escalofríos, dolor de garganta, congestión nasal, secreción nasal y dolores corporales.

**C**OLUMBIA, Tennessee - Las enfermedades respiratorias como la gripe, el virus respiratorio sincitial (VSR) y el COVID han tenido un aumento significativo en el sur de Tennessee, según el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Maury Regional Health dijo que los CDC actualizan el canal de datos de enfermedades respiratorias con estadísticas actualizadas sobre enfermedades respiratorias y el nivel de actividad (mínima, baja, moderada, alta o muy

alta) de las mismas en todas las comunidades.

Los datos del departamento de emergencias de los hospitales del condado de Maury muestran que las tasas de VSR son muy altas y las tasas de gripe son altas, con tasas moderadas de COVID al 27 de diciembre.

Para prevenir la propagación de las enfermedades, los médicos recomiendan cubrirse la boca al toser y estornudar, lavarse las manos con frecuencia, mantenerse hidratado y dormir lo suficiente.

El Dr. Lannom dijo que si le diagnostican un caso moderado de enfermedad respiratoria, se puede tratar con medicamentos de venta libre para reducir la fiebre, beber muchos líquidos y descansar.

Los síntomas que pueden indicar que necesita atención de emergencia incluyen:

## Adultos

- Dificultad para respirar o falta de aire
- Dolor o presión persistente en el pecho o el abdomen.
- Mareos persistentes, confusión, incapacidad para despertarse del sueño.
- Convulsiones
- No orinar
- Dolor muscular severo
- Debilidad o inestabilidad severa
- Fiebre o tos que mejora pero luego regresa o empeora
- Empeoramiento de enfermedades crónicas

## Niños

- Respiración rápida o dificultad para respirar
- Labios o cara azulados
- Las costillas se contraen con cada respiración
- Dolor en el pecho



- Dolor muscular intenso (el niño se niega a caminar)
- Deshidratación (sin orinar durante ocho horas, boca seca, sin lágrimas al llorar)
- No está alerta ni interactúa cuando está despierto
- Convulsiones
- Fiebre superior a 104 grados Fahrenheit que no se controla con medicamentos antifebriles

- En niños menores de 12 semanas, una temperatura superior a 100,4 grados
- Fiebre o tos que mejora pero luego regresa o empeora
- Empeoramiento de enfermedades crónicas

“Estos síntomas no son todos”, dijo el Dr. Lannom. “Si usted o su hijo tienen síntomas graves o preocupantes, busque atención médica de inmediato”. /Agencias.



**Clínica Hispana La Paz**  
*Atención inmediata a tu Salud!*

*Gracias por hacer de Clínica La Paz, su clínica*

- ▶ Pediatría
- ▶ Ginecología
- ▶ Medicina en general
- ▶ Cirugía menor
- ▶ Accidentes de trabajo
- ▶ Aceptamos emergencias menores

**CONSULTAS**  
**\$59.00**

VACUNA DE INFLUENZA  
**GRATIS** MENCIONANDO ESTE CUPÓN

**AHORA CON SERVICIO DE RAYOS X - DIAGNÓSTICO AL MOMENTO.**

No Necesita CITA **Tel.: 615-627-1282**



**Horario: Lunes a Sábado de 9:00 am a 6:30 pm Domingo: 9:30 am - 6:00 pm**

**4053 Nolensville Rd Nashville TN 37211**

[www.clinicahispanalapaz.net](http://www.clinicahispanalapaz.net)

## Atacante de Nueva Orleans se inspiró en ISIS



Las autoridades identificaron al sospechoso como Shamsud-Din Jabbar, de 42 años, ciudadano estadounidense de Texas, que también es veterano del ejército.

El número de muertos en un ataque con vehículo en Nueva Orleans que está siendo investigado como un acto de terrorismo aumentó de 10 a 15, confirmó el FBI el miércoles por la noche.

El FBI dijo que Shamsud-Din Jabbar, un ciudadano estadounidense de 42 años y veterano del ejército de Texas, atropelló con su coche a una multitud que celebraba el Año Nuevo alrededor de las 3 de la madrugada, hora local, en la popular zona de Bourbon y Canal Street. Además de los 15

muertos, las autoridades dijeron que decenas de personas más resultaron heridas.

Las autoridades policiales dijeron que el sospechoso murió tras un tiroteo con la policía. Dos agentes también resultaron heridos en el incidente, pero se encuentran en condición estable, según la policía. Una foto que circuló entre los funcionarios encargados de hacer cumplir la ley mostraba a Jabbar con barba y vestido de camuflaje junto al camión después de que la policía lo matara, según The Associated Press.

El presidente Joe Biden reveló el miércoles por la noche que el FBI le informó que el sospechoso publicó en las redes sociales antes del ataque que estaba inspirado por ISIS y tenía deseos de matar. /Agencias.

## Ocupante de Cybertruck murió en una explosión frente al Trump Hotel



El ocupante de un Cybertruck fue la única persona muerta en una explosión afuera del Trump International Hotel Las Vegas el pasado miércoles.

Otras siete personas sufrieron heridas leves cuando el vehículo se detuvo frente a las puertas de cristal de entrada del hotel antes de explotar.

Los investigadores no han revelado la causa de la explosión. Sin embargo, según el sheriff del Departamento de Policía Metropolitana de Las Vegas, Kevin McMahill, dentro del vehículo había bombonas de gas y fuegos artificiales.

Elon Musk, director ejecutivo de Tesla, dijo que confirmó que la causa

de la explosión no estaba relacionada con el funcionamiento del vehículo.

“Ahora hemos confirmado que la explosión fue causada por fuegos artificiales de gran tamaño y/o una bomba transportada en la parte trasera del Cybertruck alquilado y no está relacionada con el vehículo en sí. Toda la telemetría del vehículo dio positivo en el momento de la explosión”, afirmó.

El Departamento de Policía Metropolitana de Las Vegas, el Departamento de Bomberos del Condado de Clark y el FBI están ayudando en la investigación. Las personas alojadas en el Trump Hotel han sido trasladadas a Resorts World. /Agencias.

## Estafadores usan aplicaciones de pago para robar tu dinero



Muchas personas confían en aplicaciones de intercambio de efectivo como Venmo y PayPal para enviar y recibir dinero, pero esta tecnología también podría convertirte en un objetivo atractivo para los estafadores.

La experta en finanzas personales Jenny Groberg, directora ejecutiva y fundadora de BookSmarts Accounting and Bookkeeping, dice que los piratas informáticos a veces también usan tecnología para ayudarlos a adivinar sus contraseñas.

“[La tecnología] simplemente va proce-

sando el código en cuestión de minutos”, explicó Groberg a Scripps News. “Puede utilizar su nombre de usuario o su ID y probar distintas contraseñas. Por lo tanto, la probabilidad de que el código pueda descifrar su contraseña es probablemente muy alta”.

En algunos casos en los que se sospecha de fraude, las empresas que ejecutan esas aplicaciones pueden enviarle una alerta por correo electrónico para restablecer sus contraseñas. Sin embargo, los estafadores a menudo intentan adelantarse llamando desde números imposibles de rastrear para intentar que ingrese el código de restablecimiento de seguridad. / Agencias.

MEDIA / PRESS

**Latino** - Of Tennessee LLC.

Fundado en Marzo de 1997

• Una ventana al mundo Latino •

DIRECTOR: Eugenia Ávila: eugenia1380@hotmail.com - COORDINACIÓN GENERAL: Johana Mojica - DIAGRAMACIÓN Y DISEÑO: Johana Mojica EDITOR: Fernando Buitrago - VENTAS: Eugenia Ávila: eugenia1380@hotmail.com - Maira Cano: maira0415@hotmail.com - Brunilda Fernandez Davis - brunieazteca@gmail.com -COLABORACIÓN: Victor Cano - Ligas deportivas, Alcaldías, Dto. de Prensa, Consulado General de México en Atlanta, Inmigración (INS), LULAC - Washington. AGENCIAS DE PRENSA: Agencia EFE - Agencia REUTERS, Prensa Latina (PL), PR Newswire (PRN). Web: www.latinonewsoftn.com. Teléfonos (615) 626 7180 - (615) 496 2571 - (615) 618 9811 / PO BOX 991 Antioch TN 37011. Images © Copyright PhotoDisc Inc. 2005.

Latino News of TN LLC es un periódico de investigación general que tiene por misión llevar en un lenguaje ameno y sencillo -y de una manera diferente-, información y conocimiento de forma que redunde en un beneficio espiritual y de entendimiento para toda la comunidad hispana y de todos los interesados en los temas latinoamericanos. Nuestra misión es informar y llegar a los hogares de quienes quieran conocer los últimos acontecimientos. Nuestras secciones son: Inmigración, México, Latinoamérica, Estados Unidos, Internacional, Deportes, Salud, Entretenimiento, Sociales, Religión, Aprendamos Inglés y Español, etc. Sin duda alguna queremos ser el periódico de su preferencia, el medio de comunicación entre los hispanos y por eso cualquier comentario sobre temas que debiéramos incluir o sugerencias sobre los artículos, siempre serán bienvenidos. Los artículos publicados en las ediciones de Latino News of TN LLC, son un fiel reflejo del derecho a la libertad de expresión; los mismos son responsabilidad de su autor y no necesariamente manifiestan la opinión de este periódico. La veracidad de los productos o servicios, es total responsabilidad de los mismos anunciantes.

**EL PERIÓDICO LATINO SE RESERVA EL DERECHO DE ANUNCIAR**

## El Pentágono invirtió en celebridades para facilitar el reclutamiento de 'zoomers'

El Departamento de Defensa estadounidense promovió el año pasado el apoyo a la producción de programas y contenidos protagonizados por famosos, buscando así nuevas formas para reclutar jóvenes para las Fuerzas Armadas, que cuyos niveles de alistamiento se encuentran en mínimos históricos, informa la revista Rolling Stone, citando documentos obtenidos.



la que los reclutadores militares de hoy se esfuerzan por llegar. Estas opiniones favorables han caído del 46 % en 2016 al 35 % en 2021", reza un informe de la Oficina de Responsabilidad Gubernamental elaborado el pasado noviembre.

Para resolver este problema, el apoyo del Pentágono fue dirigido, en el marco de acuerdos de asistencia a la producción (PAA, por sus siglas en inglés),

hacia 'shows' populares como 'America's Got Talent', 'The Kelly Clarkson Show', 'The Price Is Right', 'Guy's All-American Road Trip' y otros.

Asimismo, fue aprobada financiación de contenido que involucraba a la estrella de YouTube Jimmy Donaldson, también conocido como MrBeast, que estaba previsto que liderara un esfuerzo humanitario en Puerto Rico. /Agencias.

“Las opiniones favorables sobre el Ejército están disminuyendo entre la Generación Z -la de los nacidos entre 1997 y 2012- a

## Tribunal militar niega a Lloyd Austin de anular culpabilidad en el caso 11-S

Los acuerdos fueron alcanzados en julio, fruto de dos años de negociaciones.



Un tribunal militar de apelaciones ha desestimado los esfuerzos del secretario de Defensa de EE.UU., Lloyd Austin, para anular acuerdos de culpabilidad con Khalid Sheikh Mohammed, el presunto autor intelectual de los atentados terroristas del 11 de septiembre de 2001 en el país norteamericano, y otros dos acusados, informa AP.

De esta manera, el juzgado ha confirmado que Austin carece de autoridad para invalidar los acuerdos, resultado de dos años de negociaciones entre la Fiscalía militar y los

abogados defensores, con aprobación gubernamental.

Dichos ajustes alcanzados en julio permiten a los acusados recibir la cadena perpetua en lugar de penas de muerte a cambio de declarar su culpabilidad por los ataques que se cobraron la vida de casi 3.000 personas. A los pocos días de anunciarse los pactos, el titular de la cartera de Defensa había declarado su intención de socavarlos argumentando que la gravedad de los

crímenes cometidos requiere su participación en este tipo de decisiones.

La defensa de los acusados y la evaluación de un juez militar determinaron que Austin carecía de facultades para revocar lo aprobado por la comisión en Guantánamo, donde se encuentran los detenidos. Esto llevó a que el Pentágono recurriera los acuerdos con Mohammed, Walid bin Attash y Mustafa al Hawsawi. /Agencias.

## Fuegos artificiales dejan dos muertos y 22 heridos en Hawái



Los servicios de emergencia de Honolulu arrancaron el Año Nuevo con una intensa jornada laboral.

Al menos dos personas murieron y otras 22 resultaron heridas en las primeras horas de 2025 en la ciudad de Honolulu, en Hawái, por lo que la Policía local describe como un incidente relacionado con fuegos artificiales, reporta la prensa del lugar citando datos de

los servicios de emergencias médicas de la urbe.

Los hechos que derivaron en tragedia tuvieron lugar en el vecindario de Salt Lake - Aliamanu, ubicado en las inmediaciones del aeropuerto internacional de la isla. Por el momento, se desconocen más detalles del suceso.

Mientras los servicios de emergencia responden al incidente, las fuerzas del orden instan a los residentes a mantenerse alejados de esa zona. /Agencias.

## Reportan posible toma de rehenes en autobús en Las Vegas



Negociadores de crisis se han apresurado al lugar donde se produce una posible toma de rehenes en un autobús en Las Vegas, EE.UU.

Desde la Policía local aseguraron que "están investigando el caso de una persona atrincherada en un autobús". Los agentes afirmaron que parte de la

calle Fremont está cerrada, al tiempo que aconsejaron a la gente "evitar la zona".

Según detallaron las fuerzas del orden, el implicado pronto "fue detenido sin más incidentes". La noticia se produce horas después de la explosión de un vehículo eléctrico Cybertruck ocurrida frente al rascacielos del presidente electo, Donald Trump, en Las Vegas. /Agencias.



# RANCHO CANTINA 2

**Mexican Restaurant**

**TE INVITA  
A SU GRAN  
CONCURSO  
DE**



# Karaoke



**Primer Lugar \$2.000**  
**Segundo Lugar \$500**  
**Tercer Lugar \$100 y**  
**1 botella de Tequila**



**Además el ganador principal tendrá el  
Patrocinio de la grabación de una  
canción con arreglo musical**

**ASISTE A APOYAR A TU FAVORITO  
ESTE VIERNES 10 DE ENERO**

**¡¡¡PORQUE RECUERDA QUE EL GANADOR  
SERA ELEGIDO POR EL PUBLICO PRESENTE!!!**

**Patrocinadores**



**Visítenos!!!**

**1925 Madison square blvd #800 La Vergne TN Tel.: 615-471-1159**



## Moscú dice quiénes son responsables de cese del suministro de gas ruso

La portavoz de la Cancillería rusa señaló que el impacto más negativo de la interrupción del tránsito a través de Ucrania lo sufrirá “el nivel de vida de los ciudadanos europeos”.

Estados Unidos, el régimen de Kiev y las autoridades de los Estados europeos que “sacrificaron” a sus ciudadanos son los responsables de la interrupción del tránsito de gas ruso a Europa a través de Ucrania, declaró el pasado jueves la portavoz del Ministerio de Asuntos Exteriores ruso, María Zájárova, en un comunicado.

“La responsabilidad de la interrupción del suministro de gas ruso recae



enteramente sobre Estados Unidos, el régimen títere de Kiev y las autoridades de los Estados europeos que sacrificaron el bienestar de sus ciudadanos a cambio del apoyo financiero de la economía estadounidense”, dijo la diplomática.

Zájárova también nombró al “principal beneficiario” de la interrupción

del tránsito de gas ruso a Europa a través de Ucrania. “El trasfondo geopolítico de la decisión del régimen de Kiev está en la superficie. El principal beneficiario de la redistribución del mercado energético en el Viejo Continente y el principal patrocinador de la crisis ucraniana es EE.UU.”, reza el mensaje de la vocera. /Agencias.

## 500 millonarios en el mundo acumularon diez billones de dólares

Las 500 personas más ricas del mundo, con el magnate Elon Musk a la cabeza, se enriquecieron enormemente en 2024, alcanzando el hito de un patrimonio neto combinado de diez billones de dólares, informó el pasado martes la agencia Bloomberg.

El valor total de las fortunas rastreadas por el Índice de Multimillonarios de Bloomberg era de 9,8 billones de dólares el lunes, ligeramente por debajo del máximo alcanzado el 11 de diciembre de 10,1 billones de dólares. Su riqueza es similar al producto interior bruto combinado de Alemania,



Japón y Australia del año pasado, según datos recopilados por el Banco Mundial.

Los más adinerados del planeta se beneficiaron de un mercado bursátil que desafió las expectativas el año pasado. El S&P 500 aumentó un 24 % hasta el lunes, impulsado por el pequeño grupo de valores apodado los ‘siete magníficos’, entre ellos Tesla, de Musk; Meta Platforms \*, de Mark Zuckerberg; y Nvidia, de Jensen Huang, que representaron más de la mitad del

rendimiento del mencionado índice de referencia bursátil.

Asimismo, el S&P 500 alcanzó un máximo histórico el 6 de noviembre, tras conocerse la victoria de Donald Trump en las elecciones presidenciales de EE.UU. Los multimillonarios representados en el índice ganaron en conjunto 505.000 millones de dólares en las cinco semanas siguientes a los comicios, lo que supuso el 34 % del total anual. /Agencias.

## Hungría pierde 1.000 millones de euros de la Unión Europea

Se trata de una parte de los 19.000 millones de euros que siguen congelados porque la CE concluyó que Budapest supuestamente incumple las normas y valores del bloque.

La Comisión Europea ha anunciado el pasado miércoles que Hungría perdió su derecho a recibir ayudas de la Unión Europea (UE) por valor de unos 1.000 millones de euros (unos 1.036 millones de dólares), informa AFP.

La república perdió los fondos después de que la CE concluyera que Budapest supuestamente incumplía las normas y valores del bloque. Para recibir el dinero, Hungría debía modificar la legislación antes de finales de 2024, pero no lo hizo.

La UE inició en 2022 un procedimiento de “condicionalidad” contra Hungría, tratando de bloquear los



desembolsos por supuestas infracciones relacionadas con la contratación pública, así como por falta de control y transparencia. Budapest emprendió reformas que permitieron desbloquear algunos fondos, pero un total de 19.000 millones de euros siguen congelados.

Se trata de la primera pérdida permanente de financiación por parte de un Estado miembro de la UE bajo el mecanismo de condicionalidad del bloque. /Agencias.

## Se hará público archivo sobre acusados de colaborar con nazis

Tres cuartas partes de la población judía holandesa —más de 102.000 personas— fueron asesinadas por los nazis, con la colaboración antisemita del Estado.

El Archivo Real Holandés dará acceso en los próximos días a expedientes sobre el Holocausto, que se espera arrojen luz sobre la identidad de cientos de miles de ciudadanos holandeses que cooperaron con los nazis y, entre otros crímenes, propiciaron la captura de judíos.

“A partir del 2 de enero de 2025, podrá realizar sus propias investigaciones en el Archivo Central de la Jurisdicción Especial. Entonces podrá buscar sospechosos a través de un registro de nombres en el sitio web de la Guerra por la Justicia”, se lee en la página web del archivo.



Las familias tienen sentimientos encontrados sobre la decisión, que llega 80 años después del Holocausto. “Es un poco incómodo”, afirmó Connie, de 74 años, una de las tres hermanas cuya historia familiar figura en el archivo, citada por The Guardian. “No sé lo que podría salir de ahí con el tiempo, si la gente busca nuestro apellido en Google”, añadió. /Agencias.



## Tiroteo en Montenegro deja 12 muertos

El autor de los hechos ha fallecido a causa de las heridas sufridas en un intento de suicidio.

Una persona armada abrió fuego en Cetinje (Montenegro), causando 12 muertos, incluidos dos menores de edad, según declaró en rueda de prensa el ministro del Interior, Danilo Saranovic.

Cuatro personas más resultaron heridas de gravedad y han sido ingresadas en un hospital.

El atacante todavía se encuentra en libertad, y la Policía está buscando al sospechoso, según informan las autoridades locales citadas por medios. La



tragedia se originó a raíz de una pelea en un bar local, después de la cual el sospechoso sacó un arma de fuego.

Posteriormente, Saranovic confirmó que el autor de los hechos, identificado como Aco Martinovic, ha fallecido a causa de las heridas sufridas en un intento de suicidio llevado a cabo cerca de su casa, en el asentamiento de Humci,

informa la prensa local.

Milojko Spajic, primer ministro del país balcánico, anunció que el Gobierno declarará tres días de luto por esta "terrible tragedia". Asimismo, visitó el centro clínico de Podgorica, en la capital de Montenegro, donde se hallan hospitalizados todos los lesionados. /Agencias.

## Irán convoca al embajador de Arabia Saudita

Irán ha convocado al embajador saudí Abdullah bin Saud al Anazi ante el Ministerio de Asuntos Exteriores por la ejecución de ciudadanos iraníes acusados de narcotráfico.



Riad anunció el pasado miércoles que ejecutaría a seis iraníes acusados de contrabando de hachís. En los medios de comunicación circularon imágenes del cumplimiento de la sentencia.

El reino declaró que la decisión se había tomado para proteger la seguridad de los ciudadanos y residentes frente al "azote de las drogas"

y para aplicar las penas más duras estipuladas por el sistema contra sus contrabandistas y promotores, recoge Al Arabiya.

A su vez, el director general de Asuntos Consulares de la Cancillería iraní, Karimi Shasti, "protestó enérgicamente por esta acción". El alto funcionario señaló que "estas personas habían sido

condenadas a muerte por el sistema judicial saudita hacía varios años por cargos de tráfico de drogas y que, durante ese tiempo, el Ministerio de Asuntos Exteriores iraní había trabajado constantemente para prestarles servicios consulares y solicitar la conmutación de sus penas". /Agencias.

### INMIGRACIÓN • BANCARROTA • CRIMINAL • NEGOCIOS

- Asilo
- Residencia
- Ciudadanía
- Visas de Familia y empleo
- Representación en corte
- Consejería de procesos
- TPS
- Bancarrota, Capítulo 7 y 11
- Derecho Criminal

# GOPAL & PEDIGO

LAW GROUP PC



Kimberly Pedigo

Div R. Gopal



HABLAMOS ESPAÑOL

For English 615-200-8472 Para Español 615-601-1539

2841 Logan Street Nashville, TN. 37211

## Charros de Jalisco cae ante las Águilas de Mexicali

Los Charros de Jalisco fueron derrotados por las Águilas de Mexicali con un resultado de 7-9 en el primer juego que se disputó en el Estadio Panamericano.



Los Charros de Jalisco tuvieron un duro inicio, tanto en el año, como en los Playoffs de la temporada 2024-25 de la Liga Mexicana del Pacífico, luego de ser derrotados por las Águilas de Mexicali con un resultado de 7-9 en el primer juego que se disputó en el Estadio Panamericano.

Las Águilas siguen siendo un dolor de cabeza para los comandados por Benjamín Gil. Se demostró durante la temporada regular

que Mexicali logró imponer un dominio sobre Jalisco al ser el único equipo al que no le pudo arrebatar una serie y, ahora en los Playoffs, los norteños alargaron su hegemonía en la presente campaña, por lo menos, un duelo más para quedarse con la primera victoria. En la bienvenida al 2025, los Charros comenzaron con el pie izquierdo, luego de verse vulnerados en el pitcheo. Ronald Medrano fue el lanzador abridor, pero no consiguió quedarse más de

tres entradas sobre la lomita, siendo responsable de cinco carreras, cuatro hits, dos pasaportes y apenas consumió dos ponches.

Por el lado ofensivo, Jalisco sufrió para tener una respuesta inmediata y llegó solo en dos ocasiones a la caja registradora a lo largo de seis rollos. Hasta que, en el séptimo capítulo hubo una reacción más efectiva con un rally de cuatro carreras que puso a tambalear al rival gracias a que se recortó la ventaja a 6-8. /Agencias.

## Confían en que Jardine continuará en el América

En América no están cerrados a una posible salida del entrenador siempre y cuando este esté interesado en salir.

En días pasados desde Brasil surgió el rumor de que el club Botafogo está interesado en los servicios del estratega del América, André Jardine, sin embargo, en el conjunto Azulcrema confían en que el director técnico brasileño continuará al frente del equipo de cara al Torneo Clausura 2025.

El interés del Botafogo por los servicios de André Jardine fue real, luego de que hubo charlas con el equipo mexicano y con el entrenador del América ante el interés por regresarlo a su país, sin embargo, el director



técnico se comprometió a continuar dirigiendo en la Liga MX.

En América no están cerrados a una posible salida del entrenador siempre y cuando este esté interesado en salir y que lleguen a un acuerdo debido a la cláusula que tiene André Jardine con las Águilas, luego de que existe un acuerdo para que pueda salir, pero únicamente si se tratara de un posible

interés para dirigir la Selección Brasileña.

De igual manera, en diferentes reportes desde Brasil, informan que Jardine no vio con malos ojos la oferta para regresar a su país, luego de que el proyecto deportivo es interesante y existiría un aumento salarial importante en relación con lo que percibe en el América. /Agencias.

## Ferrari anuncia a Lewis Hamilton como su piloto para 2025

Después de más de 11 años en Mercedes, el piloto británico va a la escudería italiana con el reto de regresarle la gloria en la Fórmula 1.



Con los primeros minutos del nuevo año llegó el anuncio oficial de la Fórmula 1 y de Ferrari sobre Lewis Hamilton, quien será nuevo piloto de la escudería italiana.

“00:00 UTC, 1 de enero, 2025...”, publicó la cuenta oficial de la F1 en Instagram, junto a una foto de Hamilton y la frase “Lewis Hamilton es piloto de la escudería Ferrari”.

El piloto 39 años se unirá al equipo italiano para regresarle la gloria a Il Cavallino Rampante, que la última vez que conquistó el campeonato mundial de pilotos fue en 2007 y el de constructores en 2008. Después de más de 11 años, Hamilton deja a Mercedes, emocionado

por empezar un nuevo reto en su carrera.

Durante su tiempo en Mercedes, Hamilton logró seis títulos del mundo y metió su nombre al debate por ver quién es el mejor piloto de la historia. De conquistar un campeonato en Ferrari, tomaría ventaja en la histórica discusión. /Agencias.

## Heriberto Jurado, en la mira de Pumas

Pumas tiene en la mira al futbolista del Necaxa, quien se ha consolidado como una de los mejores jugadores mexicanos en la Liga MX.



Ante la inminente salida de César Huerta de Pumas para llegar al Anderlecht de Bélgica, el conjunto Universitario tiene en la mira al futbolista de Necaxa, Heriberto Jurado como otra de las opciones que podría suplir al “Chino” de cara a la siguiente campaña.

Además de Rodolfo Rotondi, Pumas tiene en la mira al futbolista del Necaxa, quien se ha consolidado como uno de los mejores jugadores mexicanos en la

Liga MX, por lo que el futbolista de 19 años no ve con malos ojos su posible salida del cuadro Hidrocálido, en su búsqueda por tener mayor proyección. Hasta el momento no existe una oferta formal para el cuadro Hidrocálido por los servicios de Heriberto Jurado, sin embargo, el juvenil es del interés del estratega Gustavo Lema, debido a que sus características

encajan en el perfil que busca el estratega argentino.

Aunque la opción de Rodolfo Rotondi está en la órbita de Pumas, el valor del extremo de Cruz Azul inclinaría la balanza para la posible llegada de Heriberto Jurado, sin embargo “Rodo” es uno de los futbolistas que más le agrada al estratega Universitario. /Agencias.



MEDIA / PRESS  
**Latino News**  
 el original  
**Tennessee**

TE INVITA ESTE DOMINGO  
**19 DE ENERO**  
 A NUESTRO GRAN CONCURSO

# La Quinceañera del año 2025

**1146 B Gallatin Pike,  
 Madison TN**  
**A LA 1:00 PM**

**TORO EVENT CENTER**

## INSCRIBE A TU QUINCEAÑERA MANDANDO UN MENSAJE AL 615-496-2571 CON TU NOMBRE, FECHA DE NACIMIENTO Y TELÉFONO

### LA GANADORA RECIBIRÁ GRANDES PREMIOS COMO:

SALÓN, VESTIDO, PASTEL, DJ, REGALO SORPRESA, FOTO Y VIDEO, DECORACIÓN, MANTELERÍA, MESA DE CHARCUTERÍA, GRUPO EN VIVO, MESEROS, Y RECUERDEN QUE TENDREMOS MUCHAS GANADORAS MAS !!!

TENDREMOS MUCHAS GANADORAS MAS Y ESO NO ES TODO YA QUE ADEMAS SI TIENES BODA, BAUTIZO, PRESENTACIÓN, GRADUACIÓN, O CUALQUIER EVENTO **TAMBIÉN MANDA UN MENSAJE** CON TU NOMBRE Y FECHA DEL EVENTO!! YA QUE RIFAREMOS ALGO MUY BUENO Y ESPECIAL PARA UDS. Y LO MEJOR LOS GRANDES DESCUENTOS SERAN PARA TODOS LOS ASISTENTES!

 <p><b>La Barberia</b> Hair Salon</p> <p>#1 Nashville #2 Franklin</p>	 <p><b>RANCHO</b> CANTINA RESTAURANT</p> <p>www.RanchoCantinaRestaurant.com</p> <p>Hendersonville, TN      La Vergne, TN</p>	 <p><b>Dolce Vida</b> BOUTIQUE &amp; EVENTS</p> <p>615-300-3684</p>	 <p><b>Detalle &amp; Fantasía</b></p> <p>Cake Designer &amp; Event Decorator</p> <p>615-753-6069 615-752-7824</p> <p>Facebook: / Sandra Barajas Castaneda</p>	
 <p><b>Maria Bonita</b> Authentic Mexican Restaurant</p> <p>615-850-4401</p> <p>895 BELL RD ANTIOCH, TN</p>	 <p><b>Foto y Video Coco</b></p> <p>615-372-9653 313-721-8400</p>	 <p><b>LA ESPIGA</b> BAKERY</p> <p>615-333-8040</p> <p>La Espiga Bakery Sustinos, Tostadas, Restaurantes y Mayoreo</p>	 <p><b>QUATTRO EVENTO</b> Receptions</p> <p>615-593-4289</p> <p>403 Allied Dr. Nashville, TN</p>	 <p><b>CICARIO MUSICAL</b> DJ JIMMY</p> <p>615-394-8151</p>
 <p><b>CASA FRMAS</b></p> <p>Tel 615-497-0216</p>	 <p><b>Olga's Cakes</b> Pasteleria</p> <p>(615) 497 4316</p> <p>594 Waldron Rd. La Vergne TN 37086</p> <p>Olga's Cakes</p>	 <p><b>Meseros Superior</b></p> <p>(615)391-8026</p>	 <p><b>Charcuteria</b> GOURMET &amp; BRUNCH</p> <p>615-290-8888</p>	 <p><b>PASTELERIA LOLI'S</b></p> <p>615-586-3976</p>
 <p><b>HORA LOCA</b> ENTERTAINMENT</p> <p>629-277-0374</p>	 <p><b>CLAVE 931</b></p> <p>615-429-3518</p>	 <p><b>PANADERIAS TORITO</b> BAKERY</p> <p>COFFEE &amp; ICE CREAM</p> <p>1309 Bell Rd. Antioch, TN 37013</p>	 <p><b>Glam</b> BY LIZ</p> <p>615-600-2311</p>	 <p><b>MARIACHI TENNESSEE</b></p> <p>615-569-9185</p>
 <p><b>ELIZABETH MAZARIEGOS</b> PHOTOGRAPHER &amp; CHOREOGRAPHER</p> <p>615-589-8777</p>	 <p><b>Mariachi VIVA MEXICO</b></p> <p>615-812-7130</p>	 <p><b>MAGIC DRAGON MUSIC</b></p> <p>615-582-5561</p>	 <p><b>ZMARES</b> Mexican Seafood Bar &amp; Grill</p> <p>615-516-0217</p>	 <p><b>MARIE VELASQUEZ</b> REALTOR</p> <p>615-290-1592</p> <p>ZT ZACH TAYLOR OFFICE 727-692-0870</p>

## Arce: "Consolidación de la industrialización en el país es la clave"



El mandatario boliviano aseguró que la consolidación de la industrialización en el país es la clave para "garantizar una verdadera independencia económica".

El presidente de Bolivia, Luis Arce, hizo un llamado el miércoles a la unidad del pueblo boliviano

para avanzar en la industrialización del país y proteger los recursos naturales estratégicos de intereses extranjeros.

Con motivo del inicio del 2025, año en que el país andino conmemora los 200 años de su emancipación, Arce aseguró que la independencia y libertad del país se encuentran "nuevamente bajo amenaza, esta vez por inte-

reses externos", que, aseguró, desean apropiarse de los recursos naturales estratégicos del país, como el litio.

"Reafirmamos nuestra determinación de ser libres y soberanos. [...] No volveremos a ser colonia de nadie ni permitiremos el saqueo de nuestros recursos naturales", sentenció el mandatario.

Asimismo, reafirmó el compromiso del Gobierno para seguir avanzando en la seguridad con soberanía alimentaria, romper con la dependencia de importación de combustible y el desarrollo de nuevas políticas económicas y sociales. /Agencias.

## Ecuador despide a los 4 menores asesinados en Guayaquil



La jueza Tanya Loo otorgó 10 días al Gobierno para que, por medio del Ministerio de Defensa, presente disculpas públicas a las familias de los menores.

La ciudad ecuatoriana de Guayaquil ha despedido este miércoles a los

cuatro menores que se hallaban desaparecidos desde el pasado 8 de diciembre y cuya muerte fue confirmada el martes. Se trata de los hermanos Josué e Ismael Arroyo, de 14 y 15 años, respectivamente, y sus amigos Saúl Arboleda, de 15 años, y Steven Medina, de 11. Todos son del empobrecido sector de Las Malvinas, al sur de la urbe portuaria.

Los jóvenes fueron velados en sus hogares del 31 de diciembre al 1 de enero de 2025. El funeral de los tres adolescentes y el niño se celebró la tarde de este mismo día en el cementerio del Suburbio Ángel María Canals, informan medios locales.

En medio del velorio, los compañeros de fútbol de los hermanos Arroyo expresaron su dolor por la pérdida de su goleador. "Hermano, regresa, tenemos que jugar", gritaban a los féretros, mientras otros prometían: "Vamos a limpiar tu nombre. Que esto no se quede en la impunidad". /Agencias.

## Bukele: El Salvador es "el país más seguro del hemisferio occidental"

El presidente salvadoreño enfatizó que su país era antes el más inseguro del mundo.



El Salvador se ha convertido en el Estado más seguro del hemisferio occidental tras cerrar 2024 con una tasa de 1,9 homicidios por cada 100.000 habitantes, afirmó el pasado miércoles el presidente del país centroamericano, Nayib Bukele, que se hizo eco de los datos de la Policía Nacional Civil (PNC).

Según subrayó el mandatario, gracias a estos índices, El Salvador ha llegado a ser, "indiscutiblemente",

el país más seguro del hemisferio occidental, "después de haber sido el país más inseguro del mundo".

Asimismo, hizo hincapié en que diciembre de 2024 fue el más seguro en toda la historia del país, mientras que el 31 de diciembre no se registró ningún homicidio, según los datos de la PNC.

"Si todos los meses del año hubieran sido como este último, la

tasa de homicidios sería de 0,2, colocándonos en posición de competir por ser el país más seguro del mundo", expresó Bukele en una publicación en su cuenta de X.

Bukele atribuye estos avances a las medidas de seguridad implementadas en el estado de excepción, una política que continúa vigente desde marzo de 2022, luego de que declarara la "guerra contra pandillas". /Agencias.

## Milei comparte una "reflexión empírica" sobre su gestión

El presidente de Argentina, Javier Milei, ha compartido una "reflexión empírica" sobre su gestión al frente del Gobierno del país durante el año pasado, mediante un mensaje publicado este miércoles en su cuenta de la red social X.

"En 2024 demostramos que se puede hacer un ajuste fiscal de 15 % del PIB (donde cerca del 95 % del ajuste cayó sobre la casta política y la financiera), cortar con la emisión monetaria para bajar la inflación y ello sin



pérdida en actividad y empleo entre puntas", reza el texto.

En este sentido, asegura que se logró bajar la pobreza cerca de 20 puntos, mientras que la quita de intermediarios y corrupción junto a la mejora en las asignaciones "derrumbó" la indigencia y brindó contención en el momento más duro del ajuste.

Finalmente, el inquilino de la Casa Rosada afirma que, a partir de

ahora, seguir mejorando los indicadores sociales requiere de crecimiento económico, por lo que continuarán bajando la inflación, reduciendo el riesgo país, disminuyendo el gasto público para poder suprimir impuestos, continuando las reformas estructurales y desregulando "para ganar libertad y, sobre todas las cosas, respetando la vida, la libertad y la propiedad". /Agencias.

## Cae graderío repleto de gente en un salón en Guatemala



Se reporta que más de 40 personas han resultado heridas.

Un graderío repleto de gente se ha desplomado parcialmente este miércoles en un salón de usos múltiples del municipio de Totonicapán (Guatemala), según se aprecia en una serie de videos difundidos por medios locales en la red social X.

Decenas de personas estaban observando el convite de Año Nuevo

cuando ocurrió la desgracia, que habría dejado más de 40 heridos. Un grupo de bomberos se ha desplazado al lugar de los hechos para ayudar a las víctimas.

“Como organizadores, lamentamos profundamente esta situación, que es completamente ajena a nuestra buena voluntad. Conscientes de la seguridad de los asistentes, decidimos suspender la cuarta presentación del convite como medida preventiva”, explicaron los organizadores en un comunicado. /Agencias.

## Maduro: "siempre listo a pasar la página" en las relaciones con EE.UU.

El Gobierno de Nicolás Maduro rompió las relaciones diplomáticas con EE.UU. en 2019, cuando Washington reconoció a Juan Guaidó como presidente legítimo de Venezuela.



El presidente de Venezuela, Nicolás Maduro, se ha mostrado dispuesto a reiniciar las relaciones con Estados Unidos en beneficio de ambas naciones. “¿Cuál es la política que me enseñó el comandante [Hugo] Chávez y cuál es la política que yo he practicado con Estados Unidos? Te diría que diálogo, respeto y entendimiento”, declaró en una entrevista con el periodista español Ignacio Ramonet.

“Aquí, de este lado, en esta silla presidencial, estará Nicolás Maduro Moro con la experiencia de todos estos años y siempre listo a pasar la página para relaciones de respeto, de diálogo, de cooperación con el Gobierno de los Estados Unidos, con la sociedad estadounidense y, bueno, todo el pueblo de Venezuela”, aseguró el mandatario venezolano.

Al expresar la esperanza de que “ojalá sea ese el rumbo,

el destino” de las relaciones entre Washington y Caracas, Maduro agregó con cautela que, en todo caso, primero, tocaría esperar a que el presidente electo Donald Trump llegue a la Casa Blanca.

El Gobierno de Maduro rompió las relaciones diplomáticas con EE.UU. en 2019, cuando Washington reconoció al opositor Juan Guaidó como presidente “legítimo” de Venezuela. /Agencias.



# CLINICA ARMONIA

**615-277-0760 - 615-834-3123**

**¿TIENES PROBLEMAS EN LAS ARTICULACIONES? ¿TIENES DOLOR?**

**VISITANOS TENEMOS TRATAMIENTOS A EXCELENTE PRECIO**

**ATENDEMOS SIN CITA, SIN SEGURO MÉDICO**

**AHORA CONTAMOS CON INYECCIONES PARA BAJAR DE PESO**



**NUESTROS HORARIOS**

Lunes a Jueves 8:00 a.m. a 5:00 p.m.  
Viernes 8:00 a.m. a 1:00 p.m.  
Sábado y Domingo CERRADO



**EXAMEN DE MIGRACIÓN**

**TRATAMOS LA DIABETES Y EL COLESTEROL**

**DISFUNCIÓN ERECTIL**

**4005 Travis Dr. Nashville, TN 37211**  
**Harmony clinic/Clinica Armonia**

## Bondades del bicarbonato de sodio

El bicarbonato de sodio es un compuesto que rápidamente se volvió indispensable no solo en las cocinas sino también en los botiquines. Esto se debe a que ofrece muchos beneficios que pueden obtenerse tan solo disolviendo una cucharadita en agua.

### Antiácido

La acidez estomacal o reflujo ácido es una sensación de ardor y dolor que comienza en la zona superior del estómago y puede extenderse hacia la garganta. Esto puede producirse por comer alimentos grasos, picantes o en grandes cantidades. Mezclar una cucharada de bicarbonato con agua fría y beberlo puede aliviar este problema, estimulando los eructos y reduciendo la hinchazón.

### Contra los olores

Es común colocar un recipiente con bicarbonato de sodio en el refrigerador para "absorber" los malos olores. Sin embargo, diferentes ensayos encontraron que este elemento también es útil para neutralizar los malos olores corporales. Puedes mezclarlo con talco y aplicarlo en tus axilas, mezclarlo con zumos y beberlo para el aliento.

### Fortalece la piel

Cuando apliques bicarbonato de sodio sobre tu piel no solo estarás eliminando malos olores, ya que sus propiedades antibacterianas y antioxidantes son de gran ayuda para mantener la salud cutánea. Se encontró que funciona como exfoliante, alivia la comezón por quemaduras, y reduce las estrías y las arrugas.



### Para los riñones

Los riñones son los encargados de desechar las sustancias que nuestro cuerpo no necesita, para evitar cualquier tipo de problema. Por este motivo, muchas investigaciones decidieron encontrar alternativas para controlar la enfermedad renal crónica que afecta el funcionamiento de estos órganos.

### Mejora el rendimiento físico

El bicarbonato es elegido por muchos deportistas ya que neutraliza la producción de ácido láctico. Este es un compuesto producido por las células musculares durante los ejercicios aeróbicos o de alta intensidad y se caracteriza por causar dolores y fatiga. Distintas investigaciones hallaron que las personas que consumían bicarbonato regularmente lograban ejercitarse por un mayor tiempo.

### Salud bucal

Al igual que lo hacemos con el resto del cuerpo, debemos cuidar la higiene de nuestra boca para prevenir infecciones. Por ello, el enjuague bucal se volvió junto al hilo y el cepillo, un elemento esencial para esta tarea. Gracias a sus propiedades antimicrobianas y antibacterianas, el bicarbonato de sodio puede funcionar como un sustituto del enjuague. /Agencias.

## Cómo obtener antioxidantes de forma natural

La degradación de los alimentos y la exposición al humo de tabaco o a la radiación, son algunos de los factores que favorecen la aparición de unas moléculas inestables llamadas radicales libres.

Aquí repasamos qué dice la ciencia y detallamos cuáles son los mejores alimentos para obtener antioxidantes:

### Maíz morado

El maíz morado o azul es originario de los Andes peruanos, y se ha usado durante miles de años por los Incas y las civilizaciones de la región con fines gastronómicos y medicinales. Esta práctica se mantiene hasta la actualidad debido a su importante valor nutricional y a la variedad de propiedades que posee, motivo por el cual se lo considera un "superalimento".

### Vino y su harina

El mundo de las bebidas alcohólicas es vasto, aunque el vino suele destacarse no solo por su gran sabor, sino también por ser bajo en calorías y rico en antioxidantes y polifenoles, como el resveratrol. Aunque la evidencia científica disponible es insuficiente, se cree que por estos compuestos el consumo moderado de vino se vincula a una disminución de los efectos del estrés oxidativo, protegiendo los huesos, disminuyendo el riesgo de cálculos renales.

### Frutos del bosque

Los frutos del bosque, es decir, los arándanos, fresas, grosellas, moras, o frambuesas, son bayas



que tradicionalmente crecían en arbustos silvestres.

Se caracterizan por ser jugosos, dulces o ácidos, e intensamente coloridos, en tonalidades rojizas, azules o moradas.

Esto último se debe a que tienen una gran concentración de antocianinas, pigmentos que pertenecen a la familia de los flavonoides.

### Distintos tipos de té

La planta Camellia sinensis se utiliza para producir diversas variedades de té. Estas se diferencian por el proceso de oxidación al cual se someten. Cuanto mayor sea, pierden parte de sus propiedades antioxidantes.

Por eso, las mejores opciones para incluir en una dieta antioxidante serían el té amarillo o verde (no se oxidan), seguido del blanco (su oxidación oscila entre el 8 y 15%), el oolong (entre 15 y 80%) y finalmente el negro, de mayor oxidación.

En mayor o menor medida, todas estas bebidas poseen carotenoides, flavonoides, polifenoles, y vitaminas C y E, que son de gran ayuda para mantener alejados a los temidos radicales libres. /Agencias.

NEW STAR TRAVEL LLC.  
**TAXI ESTRELLA**

*Su taxi hispano de confianza!*

**NO SE ARRIESGUE**

¿PIENSA TOMAR O TIENE FIESTA?

**LLAMENOS** SERVICIO DE TRANSPORTE **24/7**  
DENTRO Y FUERA DE TENNESSEE

2720 NOLENSVILLE PIKE,  
Ste. G - NASHVILLE TN

VENTA DE BOLETOS AVIÓN Y AUTOBUS

615-800-0404



**LOPEZ**  
Towing / Gruas

¿Ocupas una grua?

24/7  
EMERGENCY SERVICE

Tel: 615-856-9970

# ESTE SIEMPRE PROTEGIDO CON EL BRONCO



**¡Ahora en todo Tennessee!**

## **SERVICIOS DISPONIBLES**

- Compre su seguro para auto personal o auto comercial por teléfono, en unos cuantos minutos
- Aseguramos tu vehículo, casa o negocio



**¡Siempre cerca de nuestra gente!**

**NUESTRA LÍNEA DIRECTA**

**615 - 942 - 6899**

**¡No importa dónde vivas en Tennessee, Podemos ayudarte!**

Por: Eugenia Ávila

Un agradecimiento muy especial para todos los negocios que nos invitaron en esta navidad para compartir con ellos la dicha de dar!!!

Aquí un poco de lo que pasó desde







PARTE 21

# CONOZCA SU VEHÍCULO GUÍA DEL CONDUCTOR DE TENNESSEE



## Reglas de tránsito

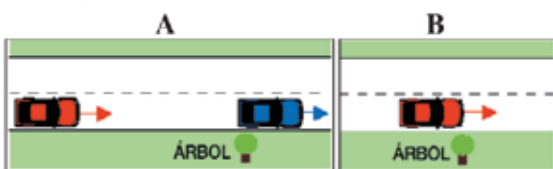
### La regla de los dos segundos

Para compartir la carretera con seguridad, mantenga una distancia segura con respecto al vehículo que tiene adelante. Agencias de seguridad y programas de educación para conductores en todo el país han intentado definir la distancia de separación segura que los conductores deben mantener entre vehículos. Ésta ha variado de dos a cuatro segundos en términos de tiempo. Use las siguientes sugerencias para determinar si va demasiado cerca:

A. Cuando el vehículo que va adelante pase un punto fijo en la carretera (un cartel, una entrada de automóvil, un poste de electricidad, etc.), cuente los segundos que usted tarda en llegar al mismo punto. (En la ilustración de abajo "usted" conduce el vehículo rojo).

B. Cuente de la siguiente forma "un millar uno, un millar dos", etc. Usted NO debe llegar al mismo punto de la carretera antes de contar hasta "un millar dos" por lo menos; si no es así, va definitivamente demasiado cerca del otro vehículo.

C. Disminuya ligeramente la velocidad para aumentar la distancia entre su vehículo y el que va adelante. Busque otro punto fijo y vuelva a verificar la distancia. Repita este ejercicio hasta que su separación sea de por lo menos dos segundos.



Este principio es válido para cualquier velocidad moderada en carreteras estatales y federales. Sin embargo, cuando se conduce en climas severos y de noche en carreteras interestatales, la regla de dos segundos se debe aumentar para tener mejor visibilidad. En esas condiciones se debe establecer una distancia mínima de cuatro segundos, para tener un tiempo de reacción más adecuado y un colchón de seguridad más amplio.

**3. Distancias de frenado:** manténgase alerta y sepa con antelación cuándo debe detenerse. Frenar repentinamente es peligroso y generalmente indica que el conductor no estaba prestando atención, conducía a excesiva velocidad o no mantenía suficiente separación. Trate de ver los sucesos con antelación para evitar frenazos a causa del pánico. Así, si reduce la velocidad o cambia de carril, posiblemente no tenga que parar, pero si tiene que hacerlo, podrá frenar más gradualmente y se detendrá forma más segura.

Como regla general, es mejor no parar jamás en la carretera, a menos que sea necesario por razones de seguridad o para obedecer alguna ley (señal de parada, etc.).

Se requieren tres pasos para detener un vehículo:

- **Tiempo de percepción:** es el tiempo que requiere un conductor para ver y reconocer una situación de peligro.
- **Tiempo de reacción:** es el tiempo que transcurre entre la percepción del peligro y el comienzo del frenado. El promedio es 2/3 de segundo, según se observa en la sección azul del cuadro que aparece en la siguiente página.
- **Tiempo de frenado:** depende del tipo y la condición de sus frenos, y también de su velocidad.

TIEMPO DE PERCEPCIÓN, REACCIÓN Y FRENADO		
Paso	Tiempo	Explicación
Percepción	Aprox. 0.50 segundos	Ver/escuchar un peligro
Reacción	Aprox. 0.66 segundos	El cerebro le indica al pie que debe frenar
Frenado/parado	Varía según la velocidad	El pie pisa el pedal hasta que el automóvil se detiene

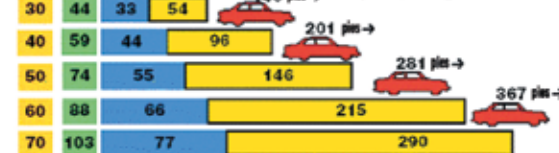
La distancia de frenado puede variar enormemente debido a varios factores:

- El tipo de carretera o pavimento y su condición;
- El tipo de llantas del vehículo y su condición;
- El modelo de vehículo y la condición de sus amortiguadores;
- El peso del vehículo cuando esta cargado o remolca algo.

Se requiere más tiempo para parar de lo que se piensa generalmente. Suponga que conduce de noche en la interestatal al límite de velocidad de 70 MPH y sus faros iluminan repentinamente un ciervo al frente. ¿Podrá frenar a tiempo? Necesitará 1.16 segundos para ver al ciervo y mover su pie al freno.

Antes de siquiera comenzar a frenar habrá recorrido 128 pies. Si conduce en una buena carretera y el clima es bueno, la distancia de frenado a 70 MPH será 290 pies. Su distancia de frenado total ya llega a 418 pies, ¡casi la longitud de un campo y medio de fútbol americano!

Se debe conocer el tiempo que se requiere para detener el vehículo que se conduce. Los vehículos no pueden detenerse inmediatamente, hay que recorrer un largo trecho para detener un vehículo de forma controlada, segura y completa.



El cuadro de arriba indica distancias de frenado "promedio" de vehículos en condiciones ideales (se basan en pruebas realizadas por la Administración Federal de

Carreteras). Nota: el cuadro no incluye la distancia que recorrerá en el medio segundo que se requiere para percibir el peligro. Según la Junta Nacional de Seguridad (National Safety Council), un automóvil liviano de pasajeros que se desplaza a 50 MPH requiere aproximadamente una distancia de 200 pies para detenerse. La distancia que se requiere para detener un vehículo es importante para calcular la velocidad segura a la cual se debe conducir. Estos cuadros son una guía general; su distancia de frenado general dependerá de muchos factores específicos en cada situación.

### Paradas exigidas por la ley

Las leyes de Tennessee estipulan lo siguiente: todo conductor que se aproxima a una señal de parada debe detenerse antes de alcanzar el lado más cercano de un cruce peatonal o detenerse ante una línea de parada bien definida; pero si ninguno está marcado, entonces debe: (1) parar en el punto más cercano a la intersección donde pueda ver el tránsito que se aproxima a la intersección, y (2) parar antes de entrar en la intersección.

El código de Tennessee define "parar" como "el cese completo de movimiento".

Usted tiene la responsabilidad de conocer los procedimientos de parada apropiados que exige la ley. En las señales de parada y las intersecciones en que se puede doblar a la derecha con luz roja, debe parar COMPLETAMENTE (no basta con reducir la marcha) y seguir sólo cuando tenga la vía libre. El tráfico que se aproxima no tiene por qué reducir la velocidad ni cambiar de carril debido a su vehículo.

Usted debe:

- Parar completamente ante la señal de parada o el semáforo. A menudo se pinta una línea gruesa blanca de parada en el pavimento, alineada con la señal. Debe detener su vehículo detrás de esta línea.
- Si no hay ninguna línea en el pavimento, debe parar con el frente de su vehículo alineado con la señal de parada.
- Si no logra ver si la intersección está despejada, adelante el vehículo lentamente hasta que pueda ver claramente en ambos sentidos de la intersección.
- Si la intersección donde se encuentra la señal de parada o el semáforo tiene un cruce peatonal marcado en el pavimento, debe parar antes de que el frente de su vehículo alcance la primera línea blanca que delimita el borde del cruce peatonal.
- Si alguna persona va caminando por el cruce peatonal o está a punto de entrar en él, usted debe esperar a que cruce antes de proseguir.
- Cuando el cruce peatonal se haya despejado, avance lentamente para verificar el tráfico antes de cruzar la intersección o entrar en la carretera.



- Cuando se detenga detrás de otro vehículo que esté parado en la intersección, mantenga una separación prudente entre ambos vehículos para asegurarse de que no conduce demasiado cerca.

En cada edición les tendremos información importante que usted tiene que conocer al manejar en este estado



CORTESÍA DE



## ¿Qué contiene el paquete económico 2025?



Lo más destacado de la LIF para el 2025 tiene que ver con diversas facilidades para los contribuyentes y estímulos fiscales.

Para este año que inició, no hay nuevos impuestos ni aumentan los vigentes, pero se incrementan las cuotas de los derechos por el uso y goce de los recursos naturales y bienes de la Nación.

Lo anterior fue aprobado por el Congreso de la Unión como parte del paquete económico del 2025 que incluye la Ley de Ingresos de la Federación (LIF), los

Criterios Generales de Política Económica (CGPE), la reforma a la Ley Federal de Derechos (LFD) y el Presupuesto de Egresos de la Federación (PEF).

### Tasa de retención ahorradores

La retención por intereses a los ahorradores seguirá siendo la misma calculada aplicando una tasa anual del Impuesto Sobre la Renta (ISR) del 0.50% sobre el monto del capital.

Este 2025, los contribuyentes personas físicas, micro y pequeñas empresas con

adeudos fiscales, cuyos ingresos anuales no rebasen los 35 millones de pesos, podrán acogerse a un nuevo programa de regularización con la reducción de multas, recargos y gastos de ejecución.

### Telecomunicaciones

No se cobrará el derecho por el uso de radiofrecuencias a personas involucradas en actividades de protección civil para que puedan ayudar en situaciones de desastres y emergencias.

Se exenta del pago de derechos por diversos servicios de telecomunicaciones a los pueblos y comunidades indígenas y afromexicanas por el uso del espectro radioeléctrico. /Agencias.

## ¿Cuál es el nuevo formato del pasaporte mexicano este 2025?



Este documento tendrá algunas modificaciones.

El pasaporte es uno de los documentos más importantes para las y los mexicanos, pues además de funcionar como forma de identificación y realizar algunos trámites que lo requieren, es esencial para viajar al extranjero.

Para el 2025, la Secretaría de Relaciones Exteriores informó que

este documento tendrá algunas modificaciones, principalmente para aquellas personas que lo tramitan por primera vez o harán renovación, ya que el documento será de forma electrónica a partir del 15 de febrero del 2025.

Tras reportes de diversos fraudes de identidad, el nuevo formato del Pasaporte Mexicano en 2025 traerá un chip que almacenará datos personales de forma digital, reforzando la

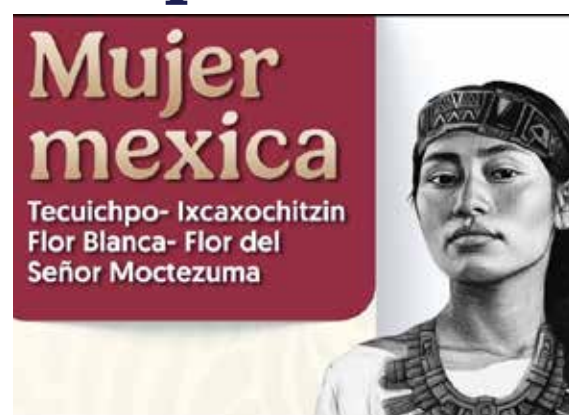
seguridad de este documento que aunque será electrónico, también se mantendrá en físico.

Estos serán los documentos y requisitos que deberás tomar para realizar el trámite:

- Acta de nacimiento certificada (emitida por el Registro Civil o por Oficinas Consulares)
- Identificación oficial vigente (puede ser el INE, pasaporte anterior o cédula profesional)
- CURP certificada
- Comprobante de pago
- Declaratoria de nacionalidad mexicana (si aplica)
- Carta de naturalización (únicamente si aplica). /Agencias.

## Presentan nueva imagen del Gobierno de México para 2025

Este año el gobierno de Claudia Sheinbaum ha nombrado a este como el Año de la Mujer indígena, y su comunicación utilizará cuatro efigies femeninas de diferentes etnias.



El pasado miércoles, el Gobierno federal presentó la imagen que será emblema este 2025, la cual está dedicada a la mujer indígena. En redes sociales, el Gobierno de México dio a conocer las cuatro imágenes que serán vistas a lo largo de este nuevo año.

“Este nombramiento reconoce la memoria histórica de nuestras ancestras como símbolo patrio. Damos voz a las mujeres de antes y a las de ahora”,

señala en su publicación la dependencia federal. Estas son las mujeres indígenas del emblema federal: Mujer maya-Tza'ak-b'u Ajaw: Señora de la Sucesión; Tecuichpo-Ixcaxochitzin: Flor Blanca o Flor del Señor Moctezuma; señora 6 Mono: Señora mixteca de Huachino; Xiuhtzatzin: Flor de la tierra toteca.

El pasado 23 de diciembre, el Gobierno de la Presidenta Claudia Sheinbaum Pardo anunció

que dedicaría este año a la mujer indígena, para “resaltar el papel que tiene la mujer en la humanidad toda, pero en particular en la lucha por la emancipación y por los derechos de los pueblos indígenas”.

En el Salón Tesorería, Prieto exhibió cuatro figuras de mujeres que aparecerán como emblema correspondiente al 2025: una mexicana, una maya, una mixteca y una toteca. /Agencias.

## ¿Renovar la tarjeta de Banco del Bienestar para cobrar pensión?

El Banco del Bienestar es la principal institución de desarrollo para la dispersión de los pagos de programas sociales del Gobierno Federal, donde se suma la Pensión Universal para Adultos Mayores, la Beca para el Bienestar Benito Juárez de Educación Básica y Jóvenes Construyendo el Futuro, entre otros apoyos.

A partir de enero del 2025, se comenzarán a otorgar nuevas tarjetas del Banco del Bienestar a los beneficiarios de la Beca Universal de Educación Básica Rita Cetina y de la Pensión Mujeres con Bienestar, con el objetivo de que reciban sus primeros pagos. Sin embargo, las tarjetas para recibir recursos económicos



por parte del gobierno tendrán una nueva característica: estrenarán imagen al incorporar la identidad del mandato de Claudia Sheinbaum Pardo.

Por este motivo, los beneficiarios de los programas sociales de la Secretaría del Bienestar comenzaron a mostrar dudas, manifestando preocupación por la posibilidad de no recibir sus pagos a razón de que su tarjeta es vieja. Entre

ellos se encuentran los adultos mayores de la Pensión Bienestar.

Como se señaló con anterioridad, los beneficiarios y derechohabientes de los nuevos Programas para el Bienestar, así como todas las personas que se incorporan al resto de apoyos gubernamentales gestionados por la Secretaría del Bienestar, recibirán en 2025 el plástico actualizado. /Agencias.

## Housing Choice Voucher Program Rental Assistance Program

¿Necesita Ayuda para Pagar su Renta? El **Programa General de Vales para Personas No Envejecientes con Discapacidades (NED, por sus siglas en inglés)** proporciona asistencia en materia de alquiler a personas con discapacidad de ingresos sumamente bajos entre las edades de 18 y 62 años que están internadas, en un entorno segregado, sin hogar o están en riesgo de encontrarse en alguna de las situaciones antes mencionadas.

**Todos los solicitantes deben tener ingresos elegibles para calificar.** está aceptando Presolicitudes para **Área Uno y Área Tres** (ver mapa en el sitio web) **martes, 7 de enero de 2025; 6:00 a.m. a 11:59 p.m. (CST)**

Las presolicitudes son aceptadas en línea a través de la mayoría de los dispositivos con acceso al Internet en <https://raportal.thda.org>

Para más información, envíe un correo electrónico a [HCVInfo@THDA.org](mailto:HCVInfo@THDA.org)

Si necesita asistencia para solicitar y necesita solicitar un ajuste razonable, envíe un correo electrónico a [RArequest@THDA.org](mailto:RArequest@THDA.org)

## Hispanos pueden tener doble deportación sin enterarse



Inmigrantes podrían tener deportaciones sin saberlo.

Un video reciente publicado en Instagram por el medio «Hoy Día» ha generado preocupación entre los inmigrantes en Estados Unidos.

El abogado Jorge Rivera advirtió a la audiencia sobre un problema inesperado:

la posibilidad de tener múltiples deportaciones registradas sin saberlo. Este desconocimiento puede afectar gravemente a quienes buscan regularizar su estatus migratorio o acceder a beneficios legales.

A través del matutino, se habló del caso de una familia salvadoreña que no sabía sobre este suceso y estaba en problemas. Las deportaciones, también llamadas «remociones»,

son procesos legales donde una persona es expulsada por violar leyes migratorias. Sin embargo, el abogado de «Hoy Día» resalta que algunos inmigrantes podrían acumular deportaciones sin recibir notificaciones claras o completas. Esto puede ocurrir por errores administrativos, uso de identidades falsas o robadas, o una comunicación ineficaz de las autoridades migratorias.

«Bueno, cuando alguien tiene doble contacto con inmigración, si inmigración no verifica la deportación, pues le causa una tremenda complicación que lleva a doble deportación», anunció. /Agencias.

## Zar de la Frontera revela que necesita para deportar indocumentados



Tom Homan, “zar de la frontera”, detalla planes de deportación masiva. Se necesitarán camas, agentes y apoyo militar.

En una entrevista con CNN, Homan afirmó que necesitará financiamiento del Congreso y 100,000

camas para detener a indocumentados. Esta cifra más que duplica las 40,000 camas actualmente financiadas por el Servicio de Control de Inmigración y Aduanas (ICE).

Homan explicó que además de las camas, se requerirá contratar más agentes de ICE para ejecutar los planes de deportación. De acuerdo con Homan, las deporta-

ciones se enfocarán en criminales, miembros de pandillas y personas con órdenes judiciales. Sin embargo, dejó claro que cualquier inmigrante indocumentado será sujeto a deportación.

Agregó que planea pedir apoyo del Ejército para transportar a los inmigrantes detenidos en esta operación masiva. Todo dependerá del financiamiento que logre obtener del Congreso, actualmente liderado por los republicanos.

Por otro lado, otras administraciones estatales en los Estados Unidos ya han comenzado campañas ‘escalofrantes’ contra indocumentados. /Agencias.

## Muestran más carteles contra inmigrantes



Nuevas vallas publicitarias en Texas advierten a migrantes sobre secuestros y encarcelamiento si cruzan ilegalmente.

La campaña antiinmigración del gobernador de Texas, Greg Abbott, ha intensificado su presencia en la frontera sur con nuevos carteles publicitarios que buscan disuadir a los migrantes de cruzar

ilegalmente al estado. Las vallas, cargadas de mensajes impactantes, advierten sobre los riesgos y las consecuencias legales de intentar entrar sin documentación.

Uno de los nuevos carteles muestra una imagen de una muñeca abandonada en un entorno desolado, acompañada de un mensaje que reza:

“Muchas niñas que tratan de emigrar a

Texas son secuestradas. Por el bien de tu familia, detén tu camino”.

Este mensaje busca crear conciencia sobre los peligros del tráfico humano, un problema que las autoridades texanas destacan como una de las mayores amenazas para quienes intentan cruzar la frontera.

Otro cartel se dirige directamente a los adultos, con una advertencia más contundente: “Alto. Si cruzas la frontera ilegalmente hacia Texas, serás encarcelado”.

Esta declaración refuerza la política de cero tolerancia del estado y subraya las posibles repercusiones penales para quienes desafíen la ley. /Agencias.

## Que el Jubileo sea tiempo de reconstrucción



En vísperas de la apertura de la Puerta Santa en la Archibasílica Papal de San Juan de Letrán, el cardenal vicario del Papa para la diócesis de Roma habla del compromiso de abrir espacios en los institutos religiosos a las personas sin hogar, como pidió Francisco: "Debemos acompañar a las personas frágiles, estamos recibiendo apoyo". También elogia a las parroquias de la periferia, "que hacen un trabajo extraordinario", y manifiesta

su preocupación por el fenómeno de las adicciones.

Roma, una ciudad con criticidades más o menos macroscópicas, pero con una comunidad eclesial abierta a colaborar con los entes territoriales para poner en común sus energías proactivas, a fin de aprovechar el tiempo jubilar que se abre también para revitalizar la práctica religiosa consciente, sin embargo, de que lo que cuenta no son los números, sino la profundidad del testimonio. /Agencias.

## La misión de las Siervas de la Cruz junto a los niños ciegos

«Gratitud, curiosidad, apertura y alegría por las cosas más pequeñas», así describe sor Pia Guminska los sentimientos de los pequeños a los que cuida en la escuela-centro educativo de Kibeho.



**La discapacidad no es un obstáculo para el futuro**

Una de las hermanas, Sor Pia Guminska, explica que la idea de trabajar en la misión maduró con los años. «Le dije al Señor Jesús que si había tal necesidad, iría. Las superiores me hicieron una propuesta, así que quise conocer esta Iglesia joven y con total apertura vine aquí», cuenta. Las hermanas de Kibeho quieren inculcar a las personas que cuidan la idea de la Madre Rosa Czacka, fundadora de la Congregación de las Hermanas Franciscanas Siervas de la Cruz, que es beata. «Queremos mostrarles que pueden ser independientes, que pueden mostrar a los demás que la discapacidad no es un obstáculo para el desarrollo, para alcanzar el éxito, con nuestra actividad queremos darles esperanza», añade la monja. /Agencias.

Con una población de 14 millones de habitantes, Ruanda es un país conocido por los trágicos acontecimientos de principios de los años ochenta. En aquella época, la Virgen se manifestó a algunas niñas de un internado de Kibeho dirigido por monjas. Las apariciones fueron entonces reconocidas oficialmente por la Iglesia y hoy peregrinos de todo el mundo acuden al pueblo de Kibeho, en el distrito de Nyaruguru. Cerca de allí hay también una escuela y un centro educa-

tivo para ciegos, dirigido por las Hermanas Franciscanas Polacas Siervas de la Cruz. Se fundó en 2008. En 2009, la escuela primaria comenzó sus actividades como la primera escuela para ciegos de toda la nación. También hay una escuela media y una escuela secundaria especializada. Este año, 185 niños estudian en el centro. El personal está formado por cinco hermanas, dos de Polonia, una de Kenia, tres de Ruanda y muchos empleados laicos.



**Maria Bonita**  
Authentic Mexican Restaurant

Ven y disfruta de la mejor auténtica comida mexicana en el área!



**AMBIENTE  
100%  
FAMILIAR**




Maria Bonita te invita a disfrutar nuestra nueva selección de platillos del mar ¡Deliciosos!










**KARAOKE**

Y RECUERDA QUE LOS FINES DE SEMANA TENEMOS

**RESERVACIONES**

**615-850-4401**

www.mariabonitatn.com



**895 Bell Rd. Antioch, TN US 37013**

## Proyecto de ley eximiría a los SRO de Tn. de informar el estado migratorio

NASHVILLE, Tennessee — Un nuevo proyecto de ley patrocinado por un senador republicano protegería a los oficiales de recursos escolares de tener que informar el estatus migratorio de un estudiante al gobierno federal con la esperanza de proteger a los niños en las escuelas.



diente, independientemente de la edad del individuo.

Gardenhire fue el único legislador republicano que votó en contra del proyecto de ley porque requería que los SRO informaran sobre los niños en edad escolar.

El nuevo proyecto de ley de Gardenhire eximiría a los SRO de informar el estado migratorio de un estudiante.

Además, el proyecto de ley crearía una multa civil

de hasta \$1,000 para una agencia y/o funcionario policial que no cumpla con los requisitos de presentación de informes, a discreción de un juez.

Mientras muchos republicanos de Tennessee están centrados en endurecer las leyes de inmigración, Gardenhire espera que consideren a los niños en esta sesión y aprueben su proyecto de ley. /Agencias.

El Proyecto de Ley del Senado 17, patrocinado por el Senador Todd Gardenhire (R-Chattanooga), enmendaría una ley aprobada en la última sesión legislativa que requiere que la policía informe el estatus migratorio de una persona a la agencia federal correspon-

## Entraron en vigor varias leyes nuevas en Tn.

### Verificación de edad para pornografía

La ley exige la verificación de la edad para acceder a sitios web de pornografía. "Queremos proteger a nuestros niños de cualquier tipo de pornografía", dijo el representante William Lamberth, republicano de Portland.

### Verificación de edad en redes sociales

Esta ley permite a los padres tener acceso a controles de privacidad y límites de tiempo de pantalla. La ley ya entró en vigor, pero es probable que también sea impugnada en los tribunales, especialmente por las grandes empresas de redes sociales.

### Verificación de antecedentes para agentes de fianzas

Según la nueva ley, todos los agentes de fianzas de Tennessee deben someterse



a una verificación anual de antecedentes penales para asegurarse de que siguen cumpliendo con las leyes y están en regla con el estado.

### Uso de la tecnología para la compra de alcohol

Esta es otra nueva ley interesante. En este momento, en Whole Foods, puedes cargar una copia de tu identificación estatal adjunta a una huella digital de tu mano.

La tecnología se utiliza para que alguien que compra alcohol pueda escanear su

mano sin tener que mostrar su identificación estatal.

### Protecciones para inquilinos

Una nueva ley de Tennessee exigirá que el propietario proporcione desde el primer día la información de contacto de la persona de mantenimiento adecuada o de un portal de mantenimiento en línea. Está diseñada para ayudar a los inquilinos a saber a quién contactar, especialmente cuando el tiempo es esencial. /Agencias.

## Concejal de Metro analiza medidas de seguridad



NASHVILLE, Tennessee — Un miembro del Concejo Metropolitano pidió un debate sobre medidas de seguridad adicionales en Broadway luego de lo que la alcaldesa de Nueva Orleans, Luisiana, Latoya Cantrell, llamó un "ataque terrorista" el pasado miércoles.

El concejal metropolitano Jacob Kupin, cuyo distrito abarca el centro de Nashville, dijo a los medios locales que el ataque lo impulsó a trabajar para garantizar que se aborden todas las posibles brechas de seguridad.

Kupin dijo que siente que Broadway está bien monitoreada y protegida a través de videovigilancia y barreras físicas, pero aún está trabajando con otros funcionarios para mantener el área lo más segura posible.

El FBI está a cargo de esta investigación. Hasta el momento de la publicación, la agencia no cree que el sospechoso haya actuado solo. Se le solicita que llame al 1-800-CALL-FBI si tiene alguna información relacionada con el ataque de Nueva Orleans. /Agencias.

## Asistencia para inundaciones, cerrará pronto



NASHVILLE, Tennessee - Las solicitudes de asistencia federal para las inundaciones de septiembre en Tennessee cerrarán pronto. Los sobrevivientes en los condados del este de Tennessee tienen hasta el 7 de enero.

Los habitantes de Tennessee que se vieron afectados por las inundaciones de septiembre tienen siete días para solicitar asistencia federal por desastre.

Los afectados en los condados de Carter, Cocke, Greene, Hamblen, Hawkins,

Johnson, Unicoi y Washington pueden solicitar asistencia individual de FEMA hasta el 7 de enero.

Los funcionarios dijeron que hay cuatro formas de solicitar asistencia de FEMA:

- En línea en [disasterassistance.gov](http://disasterassistance.gov)
- En la aplicación de FEMA
- Por teléfono entre las 7 a. m. y la medianoche, hora del Este, llamando al 1-800-621-3362
- En persona en un centro de recuperación de desastres. /Agencias.

# Ley exige más capacitación para los bartenders de Tn.

NASHVILLE, Tennessee — Los bartenders ven muchas cosas, lo que significa que necesitan saber mucho más que simplemente cómo preparar el cóctel perfecto.



Los bartenders necesitan cursos de certificación actualizados.

“La legislatura estaba buscando formas de fortalecer las iniciativas de seguridad en el consumo de alcohol en todo el estado”, dijo Thomas. “El año pasado, la legislatura estatal amplió el programa. Lo ampliaron para incluir capacitación sobre prevención de agresiones sexuales y reconocimiento de

señales de trata de personas”.

Los legisladores de Tennessee votaron para aumentar la frecuencia con la que los bartenders deben completar la capacitación de cinco a dos años a partir de 2025. Los bartenders también aprenderán formas de intervenir durante un incidente como espectadores. / Agencias.

En lo que respecta a la seguridad en los bares, la nueva legislación exige que los bartenders tengan más capacitación que nunca.

El director de Control de Alcohol y Bebidas de Tennessee, Russell Thomas, dijo que la capacitación se implementará con

# TSU: El año 2025 será crucial para la escuela

NASHVILLE, Tennessee — La Universidad Estatal de Tennessee ha pasado por un año difícil.



La escuela ha estado luchando contra la falta de fondos, perdió su junta directiva, tuvo tres presidentes y se encontró en un déficit financiero. Este nuevo año será crucial para la escuela, ya que el estado se pregunta cómo seguirá funcionando dadas sus finanzas.

**TSU se está quedando sin dinero.**

La TSU informó a los legisladores que la escuela se quedaría sin dinero entre abril y mayo, lo que generaría

un déficit de millones de dólares. El contralor Jason Mumpower dijo que esa cifra podría ascender a 58 millones de dólares, que el estado tendría que aportar para mantener abierta la escuela si no se producían cambios.

La escuela se desplaza en carritos de golf por el campus, no en vehículos, para reducir los costos de

combustible. También están reutilizando activos, como muebles. La escuela también eliminó 117 contratos que duplicaban servicios, lo que le permitió ahorrar \$3,5 millones.

Los líderes estatales se reunirán nuevamente en febrero para revisar el estado financiero de la escuela. / Agencias.

**VISITANOS EN NUESTRA NUEVA DIRECCIÓN**



**5 años dentales**

General Implantes Cosméticos



**ODONTOLOGÍA QUE CAMBIA LA VIDA**

**SERVICIOS OFRECIDOS ODONTOLOGÍA GENERAL**

LIMPIEZAS, RELLENOS, EXTRACCIONES, CORONAS, PUENTES, ENDODONCIA, ORTODONCIA, IMPLANTES DENTALES ODONTOLOGÍA SIMPLE O COMPLEJA

**HORARIOS:**  
LUNES, MARTES, VIERNES  
9:00AM - 5:00PM  
MIÉRCOLES Y SÁBADO  
9:00AM - 3:00PM



**145 Thompson Lane Nashville 37211**  
**615-432-2388**



## Rescatan 23 perros de un remolque en Tennessee



NASHVILLE, Tennessee—El Cuerpo de Rescate Animal (ARC) anunció el pasado martes el rescate de 23 perros, incluidos cachorros, de un remolque en el condado de Cumberland.

ARC es una organización nacional sin fines de lucro dedicada a proteger a los animales de comunidades que no cuentan con los recursos necesarios para brindar rescate, refugio o ayuda de emergencia. Según la organización sin fines de lucro, la organización encontró 23 perros, incluidos cachorros de apenas unas semanas de vida, en “condiciones de negligencia grave”.

### 23 dogs rescued from trailer in Tennessee

NASHVILLE, Tenn.—Animal Rescue Corps (ARC) announced Tuesday the rescue of 23 dogs, including puppies, from a trailer in Cumberland County.

ARC is a national nonprofit dedicated to protecting animals in communities that do not have the resources to provide rescue, shelter or emergency help. According to the nonprofit, the organization found 23 dogs, including puppies just a few weeks old, in “conditions of severe neglect.”

La organización añade que debido a sus condiciones de vida, los perros sufrían de parásitos internos y externos. Se cree que el problema se debe a una “crianza negligente” en un espacio reducido. ARC dice que esta es la tercera vez en ocho días que la organización ha tenido que desplegarse en Tennessee. Los perros se encuentran actualmente en Gallatin en el Centro de Rescate ARC, donde recibirán atención y tratamientos antes de que se les asigne un refugio para encontrarles un hogar permanente. Si estás interesado en adoptar un ejemplar, ARC publicará los detalles en su página de Facebook una vez que los transfieran a los refugios. /Agencias.

The organization adds that due to their living conditions, the dogs were suffering from internal and external parasites. The problem is believed to be due to “negligent breeding” in a confined space. ARC says this is the third time in eight days that the organization has had to deploy to Tennessee. The dogs are currently in Gallatin at the ARC Rescue Center, where they will receive care and treatment before being matched with a shelter to find them a permanent home. If you are interested in adopting a dog, ARC will post details on its Facebook page once they are transferred to shelters. /Agencias.

## “Enero seco” haría que bebedores busquen alternativas al alcohol



EAST NASHVILLE, Tenn. — El enero seco, es una resolución de Año Nuevo de no consumir alcohol durante todo el mes de enero, esto puede hacer que los bebedores recurran a alternativas al alcohol.

Una tienda de bebidas sin alcohol, que no vende productos alcohólicos (aunque sí algunas bebidas con THC y CBD), se mudó a Fatherland Street desde el área de Wedgewood-Houston en septiembre. Todavía son nuevos, pero están creciendo en popularidad gracias a un vecindario receptivo y una tendencia cada vez más popular a beber menos.

“El año pasado conocimos a muchas personas que empezaron a participar en el Enero Seco y dijeron que se sentían increíbles y siguieron adelante”, explicó la fundadora de Killjoy, Stephanie Styll. Los CDC afirman que incluso beber con moderación aumenta el

riesgo de padecer cáncer y enfermedades cardíacas, en comparación con no beber.

Cualquiera sea el motivo por el que te sumes a esta tendencia, está creciendo, lo que significa un crecimiento en las ventas para Killjoy. /Agencias.

### “Dry January” may have drinkers looking for alcohol alternatives

EAST NASHVILLE, Tenn. — Dry January, a New Year’s resolution to not consume alcohol for the entire month of January, may have drinkers turning to alcohol alternatives.

A non-alcoholic beverage store, which doesn’t sell alcohol products (though it does sell some THC and CBD drinks), moved to Fatherland Street from the Wedgewood-Houston area in September. They’re still new, but they’re growing in popularity thanks to a receptive neighbor-

hood and an increasingly popular trend to drink less.

“Last year we met a lot of people who started participating in Dry January and said they felt amazing and kept going,” Killjoy founder Stephanie Styll explained. The CDC says even moderate drinking increases the risk of cancer and heart disease, compared to not drinking.

Whatever your reason for joining this trend, it’s growing, which means sales growth for Killjoy. /Agencias.

## Preocupantes asaltos y saqueos a coches en Nashville



EAST NASHVILLE, Tenn. — La policía metropolitana de Nashville dice que los vándalos atacaron al menos siete calles. Casi todos los demás vecinos de las cuadras 800 y 900 de Russell Street están en la misma situación.

La policía metropolitana de Nashville dice que los oficiales en East Nashville han recibido informes de allanamientos,

robos o saqueos de autos por parte de asaltantes en al menos siete calles. Esas calles incluyen: Gallatin Road, Main Street, Woodland Street, Russell Street, Pennington Avenue, Dellway Villa y Oakwood Avenue. Mientras la policía junta todas las piezas del rompecabezas, lamenta-

blemente, los vecinos son los que tienen que pagar la factura: cientos de dólares por las reparaciones.

La Policía Metropolitana cree que dos o tres hombres están detrás de los robos y que estaban en una camioneta Ford F-150 con cabina extendida, nueva y de color blanco. /Agencias.

### Troubling car break-ins, looting in Nashville

EAST NASHVILLE, Tenn. — Metro Nashville police say vandals targeted at least seven streets. Nearly every other neighbor in the 800 and 900 blocks of Russell Street is in the same boat.

Metro Nashville police say officers in East Nashville have received reports of cars being broken into, stolen or looted by carjackers on at least seven streets. Those streets include:

Gallatin Road, Main Street, Woodland Street, Russell Street, Pennington Avenue, Dellway Villa and Oakwood Avenue. While police are putting all the pieces of the puzzle together, unfortunately, neighbors are the ones left footing the bill — hundreds of dollars for repairs.

Metro Police believe two or three men are behind the break-ins and that they were in a new, white Ford F-150 extended-cab pickup. /Agencias.



## Se esperan cambios con la venta de PSC Metals

NASHVILLE, Tennessee. — Se espera que el panorama de Nashville cambie en 2025 con la venta de PSC Metals.



Si hay algo que está garantizado, es que el año 2025 traerá cambios, incluso en el horizonte de Nashville. Un área que se espera que cambie es el sitio de PSC Metals, un sitio largamente debatido por los residentes y que algunos consideran una monstruosidad dada su ubicación en la orilla este.

El reportero de noticias de FOX 17, Johnny Maffei, se comunicó con CBRE,

la agencia involucrada en la celebración de la subasta del sitio, quien dijo que se

pueden esperar noticias sobre la venta de la propiedad pronto. / Agencias.

### Changes expected with PSC Metals sale

NASHVILLE, Tenn. — Nashville's landscape is expected to change in 2025 with the sale of PSC Metals.

If there's one thing that's guaranteed, it's that 2025 will bring changes, including to the Nashville skyline. One area that's expected to change is the PSC Metals

site, a site long debated by residents and considered an eyesore by some given its location on the East Bank.

FOX 17 News reporter Johnny Maffei reached out to CBRE, the agency involved in holding the auction for the site, who said news on the sale of the property can be expected soon. /Agencias.

## Tormenta para el domingo que traerá lluvia, lluvia helada y nieve



El domingo por la noche es un día de alerta meteorológica.

Es probable que se desarrollen precipitaciones a primera hora de la mañana del domingo. Será posible que haya un período de aguanieve y/o lluvia helada, especialmente en el norte de Middle Tennessee y el sur de Kentucky.

En el sur de Kentucky en particular, las carreteras pueden volverse peligrosas durante un tiempo a primera hora del domingo. Más al sur, será más probable que llueva. El clima ligeramente más cálido comenzará a llegar desde el sur el domingo, probablemente

convirtiendo cualquier lluvia helada o aguanieve al norte

de Nashville en simplemente lluvia. A medida que el clima más frío regresa al centro del estado después de esta tormenta el lunes, las precipitaciones existentes podrían convertirse en un breve período de nevadas. /Agencias.

### Storm for Sunday to bring rain, freezing rain and snow

Sunday night is a weather alert day.

Precipitation is likely to develop early Sunday morning. A period of sleet and/or freezing rain will be possible, especially in northern Middle Tennessee and southern Kentucky.

In southern Kentucky in particular, roads may become hazardous for a time early Sunday. Farther

south, rain will be more likely. Slightly warmer weather will begin to move in from the south on Sunday, likely turning any freezing rain or sleet north of Nashville into just rain. As colder weather returns to the center of the state after this storm on Monday, existing precipitation could turn into a brief period of snowfall. / Agencias.



Ven con tu familia a disfrutar nuestros Nuevos Platos

*¡Te encantarán!*

¿Tienes una fiesta o reunión?  
¡TENEMOS EL LUGAR IDEAL PARA TI!



La Parrilla Mexican Bar & Grill  
*Authentic Mexican Catering*

TE OFRECE SERVICIO PARA TODO TIPO DE EVENTOS

ANIVERSARIOS, BODAS, CUMPLEAÑOS  
EVENTOS CORPORATIVOS

Contamos con suficiente espacio para fiestas y reuniones!!!

305 West Trinity Lane,  
Nashville, TN 37207

Tel.: 615-454-5988



2615 Elm Hill Pike  
Nashville, TN

Tel.: 615-645-5832

PARA MAS INFORMACIÓN

CATERING MANAGER  
615-852-5405

OFICINA

615-645-5832 - 615-455-5988

## Ensalada de col y manzana, perfecta como guarnición



Cualquier tipo de guarnición es excelente para nuestros platillos, pero aquellas que son rápidas de tener listas son las predilectas.

**Tiempo:** 25 min. aprox.

**Porc.:** 4 aprox.

### Ingredientes

- 1 col, cortada finamente
- 2 zanahorias, peladas y cortadas en juliana
- 2 manzanas verdes, cortadas en rebanadas delgadas
- ½ pimiento rojo, cortado en juliana
- 2 cebollitas de cambray, picadas finamente
- ¼ taza de arándanos secos

### Aderezo

- 2/3 taza de aceite de canola
- ½ taza de vinagre de sidra de manzana
- ½ taza de azúcar
- 1 cucharada de mostaza Dijon
- ½ cucharita de pimienta negra molida
- ¼ cucharita de chiles rojos picantes

### Preparación

- Coloca en una ensaladera 1 col, cortada finamente, 2 zanahorias, peladas y cortadas en juliana, 2 manzanas verdes, cortadas en rebanadas delgadas; ½ pimiento rojo, cortado en juliana, 2 cebollitas de cambray, picadas finamente y ¼ taza de arándanos secos.
- Prepara el aderezo: vierte en una ollita 2/3 taza de aceite de canola, ½ taza de vinagre de sidra de manzana, ½ taza de azúcar, 1 cucharada de mostaza Dijon, ½ cucharadita de pimienta negra molida y ¼ cucharadita de chiles rojos picantes.
- Combina en una olla el aceite, el vinagre, el azúcar, la mostaza, la pimienta negra y los chiles.
- Hierve hasta que se disuelva todo el azúcar.
- Vierte esta mezcla sobre la ensalada y revuelve hasta que toda tenga aderezo; deja enfriar.
- Cubre con plástico de cocina y refrigera la ensalada de col y manzana por 30 minutos antes de servir. /Agencias.

## Receta fácil de rosca de Reyes



**Tiempo:** 1 hora aprox.

**Porc.:** 10 aprox.

### Ingredientes

- 5 tazas de harina
- 1 taza de azúcar blanca
- 1 paquete de levadura seca activa
- 2/3 de taza de leche evaporada
- 1/4 de taza de ralladura de naranja
- 2 cucharaditas de canela en polvo
- 1/2 cucharadita de semillas de anís
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 barra de mantequilla aplastada
- 5 huevos grandes batidos
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- Tiras de fruta seca o confitada al gusto
- Almendras en rebanadas
- Figuritas del niño Dios (opcional)

### Preparación

- Calienta la leche evaporada. Reserva una cucharada para barnizar y mezcla una cucharada de azúcar con el resto. Deja reposar la mezcla.

- Mezcla la harina, 3/4 de taza de azúcar, la ralladura de naranja, la canela, las semillas de anís y la sal.
- Agrega a la mezcla anterior cuatro huevos, la mantequilla, la mezcla de levadura y el extracto de vainilla. Bate hasta que se forme una masa suave y cremosa.
- Coloca la masa sobre una superficie lisa y enharinada. Amasa y forma una bola. Colócala en un tazón engrasado y cúbrela con plástico engrasado. Déjala reposar hasta que duplique su tamaño, aproximadamente dos horas.
- Precalienta el horno a 180°C.
- Mezcla el huevo batido con una cucharada de leche evaporada.
- Forma la rosca y esconde las figuritas en su interior.
- Barniza la superficie de la rosca con la mezcla de huevo. Decora con las frutas secas y las almendras. Barniza otra vez. Por último, espolvorea con azúcar.
- Hornea la rosca por 30 minutos o hasta que esté doradita. Déjala enfriar. /Agencias.

# Cuatro pasos clave para mitigar el impacto ambiental



El medio ambiente enfrenta una crisis sin precedentes debido a las acciones humanas. Desde la contaminación hasta el cambio climático, las consecuencias son devastadoras y afectan tanto a los ecosistemas como a nuestra calidad de vida. Es nuestra responsabilidad tomar medidas para reducir el impacto negativo

y proteger los recursos naturales. A continuación, se presentan cuatro áreas clave y sus posibles soluciones.

El impacto ambiental que enfrentamos hoy en día es una consecuencia directa de nuestras acciones y la forma en que utilizamos los recursos naturales. Uno de los mayores desafíos actuales es la gestión de las aguas

residuales, un problema que afecta la salud de los ecosistemas y la calidad de vida de millones de personas en todo el mundo.

### 1. Control de aguas residuales:

La contaminación del agua afecta la vida marina y la salud humana. Es esencial implementar sistemas eficientes de tratamiento de aguas residuales que reduzcan los desechos tóxicos antes de su vertido. En el hogar, pequeñas acciones como el uso responsable de detergentes y la correcta disposición de medicamentos pueden marcar la diferencia.

### 2. Prevención de la erosión del suelo:

La deforestación y las malas prácticas agrícolas aceleran la erosión, disminuyendo la fertilidad del suelo. Adoptar técnicas como la

rotación de cultivos, la reforestación y el uso de barreras naturales ayuda a retener el suelo y a preservar los ecosistemas terrestres.

### 3. Mitigación de la sequía en lagos y ríos:

La sobreexplotación de recursos hídricos está secando lagos y ríos, amenazando la biodiversidad. Promover un consumo responsable de agua, reparar fugas y establecer regulaciones para evitar la extracción excesiva son medidas esenciales para garantizar el suministro a largo plazo.

### 4. Frenar el deshielo del Ártico:

El aumento de las temperaturas acelera el derre-

timiento de los glaciares, contribuyendo al incremento del nivel del mar. Reducir las emisiones de gases de efecto invernadero, optar por energías renovables y apoyar políticas que limiten la contaminación industrial son acciones clave para desacelerar este fenómeno.

Cada paso cuenta en la lucha por un planeta sostenible. Adoptar estas prácticas no solo protege la naturaleza, sino que asegura un futuro habitable para las generaciones venideras. El compromiso colectivo es nuestra mayor herramienta para revertir los daños y vivir en armonía con el entorno. / Agencias.

**"Pequeñas acciones, grandes cambios: cuidar el planeta hoy es el mejor legado que podemos dejar para mañana."**

Hecho con Amor

**PANADERIA Y PASTERIA**  
**LA ESPIGA BAKERY**

**¡¡¡Pasteles para toda ocasión!!!**

*¡Disfruta nuestro delicioso pan calentito todos los días además surtimos tiendas y restaurantes!*

4536 NOLENSVILLE PIKE  
NASHVILLE TN 37211  
**615-333-8040**



### ARIES

21 mar - 20 abr

2025 te trae oportunidades profesionales significativas. Enfócate en metas claras y no temas salir de tu zona de confort. En el amor, la estabilidad será tu aliada. Cuida tu salud con actividades físicas. Números de la suerte: 7, 19, 25.



### TAURO

21 abr - 20 may

Un año de crecimiento personal y estabilidad financiera. Podrías descubrir talentos ocultos. En relaciones, refuerza la comunicación para evitar malentendidos. Practica la paciencia, será clave. Números de la suerte: 4, 18, 29.



### GÉMINIS

21 may - 20 jun

Tus habilidades sociales te abrirán nuevas puertas. Aprovecha para crear alianzas y aprender algo nuevo. En el amor, prepárate para un año de emociones intensas. Mantén el balance entre mente y cuerpo. Números de la suerte: 3, 14, 28.



### CÁNCER

21 jun - 20 jul

2025 te invita a dejar atrás el pasado y abrirte a nuevas experiencias. En el ámbito familiar, será un año de reconciliaciones. Cuida tus finanzas y confía en tu intuición. Números de la suerte: 6, 21, 33.



### LEO

21 jul - 20 ago

La creatividad será tu mejor herramienta este año. Usa tus habilidades para destacar en el trabajo. En el amor, la confianza será fundamental. No descuides tu bienestar emocional. Números de la suerte: 1, 12, 30.



### VIRGO

21 ago - 20 sep

Un año para afianzar proyectos importantes y organizar tu vida. Relájate más y evita el estrés. En relaciones, se presentarán conexiones inesperadas que renovarán tu círculo. Números de la suerte: 5, 16, 27.



### LIBRA

21 sep - 20 oct

El 2025 será un año de equilibrio y decisiones importantes. Enfrentarás retos que te harán crecer. En el amor, la sinceridad será clave para construir lazos sólidos. Números de la suerte: 8, 22, 31.



### ESCORPIÓN

21 oct - 20 nov

Tu pasión y determinación estarán al máximo este año. Es un buen momento para invertir en tus sueños. En relaciones, ábrete a la vulnerabilidad para fortalecer vínculos. Números de la suerte: 9, 17, 26.



### SAGITARIO

21 nov - 20 dic

La aventura te acompañará este año, pero también te invita a reflexionar sobre tus prioridades. En lo laboral, el esfuerzo dará frutos. En el amor, conecta con tu lado más sincero. Números de la suerte: 2, 15, 24.



### CAPRICORNIO

21 dic - 20 ene

Un año para consolidar tus metas y disfrutar los frutos de tu trabajo. Estarás más centrado en lo que realmente importa. La familia será un gran soporte emocional. Números de la suerte: 10, 20, 34.



### ACUARIO

21 ene - 20 feb

Tu creatividad y visión única te destacarán este año. Acepta los cambios como parte del crecimiento. En el amor, las sorpresas alegrarán tu corazón. Mantén una mentalidad positiva. Números de la suerte: 11, 23, 36.



### PISCIS

21 feb - 20 mar

Tu sensibilidad será tu fortaleza para conectar con los demás. Aprovecha las oportunidades para aprender y crecer. Cuida de tus emociones. Números de la suerte: 13, 19, 28. ¡Que el 2025 esté lleno de luz y éxitos para todos! / Agencias.

## Tips para el alma

**Visualiza y planifica tu éxito:** Inicia el 2025 con metas claras y un plan de acción. Visualiza cada logro como un paso hacia tu crecimiento. Mantén una actitud positiva ante los retos, aprende de cada experiencia y ajusta tu enfoque cuando sea necesario. La disciplina y la constancia serán tus aliados.

**Rodéate de energía positiva:** El entorno influye en tu rendimiento. Busca rodearte de personas que te inspiren y motiven. Organiza tu espacio de trabajo, mantén hábitos saludables y celebra cada pequeño avance. La mentalidad positiva y el enfoque en soluciones te ayudarán a atraer oportunidades y alcanzar tus metas con éxito.

# Un nuevo comienzo, 'hola 2025'



El final de un año y el comienzo de otro nos invitan a la reflexión y a la renovación.

Es un tiempo para dejar atrás lo que ya no nos sirve y abrirnos a nuevas oportunidades. Para nuestra comunidad latina en Tennessee,

este nuevo año representa una página en blanco lista para ser escrita con prosperidad, tranquilidad, salud, paz y, sobre todo, la realización de esos proyectos postergados.

El primer paso hacia un año exitoso es la claridad. Define tus metas con precisión. ¿Qué quieres lograr en el ámbito personal, profesional

y familiar? Escribir tus objetivos te ayudará a enfocarte y a mantenerte motivado. Recuerda que es importante ser realista y establecer metas alcanzables.

La planificación es esencial. Divide tus grandes metas en pequeñas tareas. Crea un cronograma y establece plazos. Esto te permitirá

avanzar de manera constante y evitar sentirte abrumado. No olvides celebrar cada pequeño logro, esto reforzará tu motivación.

La salud es un pilar fundamental. Prioriza tu bienestar físico y mental. Adopta hábitos saludables como una alimentación balanceada, ejercicio regular y un buen descanso. Dedicar tiempo a actividades que te relajen y te ayuden a manejar el estrés. Recuerda que una mente sana reside en un cuerpo sano.

La tranquilidad se cultiva. Aprende a manejar el estrés y la ansiedad. Practica la meditación, el yoga o simplemente dedica unos minutos al día a la respiración consciente. Rodéate de personas positivas y busca apoyo en tu comunidad.

Las oportunidades a menudo se presentan cuando menos lo esperamos. Mantente abierto a nuevas experiencias y no tengas miedo de salir de tu zona de confort. La perse-

verancia es clave. No te rindas ante los obstáculos. Aprende de los errores y sigue adelante con determinación.

Para esos proyectos postergados, este es el momento de actuar. Analiza por qué los has pospuesto y busca soluciones. Divide el proyecto en fases y comienza con la tarea más pequeña. El simple hecho de dar el primer paso te dará el impulso que necesitas.

Finalmente, la paz interior se encuentra en la gratitud. Agradece por lo que tienes y por lo que has logrado. Cultiva una actitud positiva y confía en tu capacidad para alcanzar tus metas.

Este nuevo año es una oportunidad para construir el futuro que deseas. Con enfoque, planificación y perseverancia, puedes lograr tus sueños y vivir un año lleno de prosperidad, tranquilidad, salud y paz. ¡Feliz Año Nuevo! /Agencias.

## Japoneses prueban un fármaco capaz de regenerar los dientes

Los seres humanos y la mayoría de los mamíferos sólo tienen dos juegos de dientes, pero debajo de las encías se encuentran brotes dentales latentes de una tercera generación, afirma Katsu Takahashi, jefe de cirugía oral del Instituto de Investigación Médica del Hospital Kitano en Osaka.

Las pruebas realizadas en ratones y hurones sugieren que el bloqueo de una proteína llamada USAG-1 puede despertar el tercer conjunto de brotes dentales ocultos. En un estudio publicado el año pasado, el equipo afirmaba que su "tratamiento con anticuerpos en ratones es eficaz para



la regeneración dental y puede suponer un gran avance en el tratamiento de anomalías dentales en humanos". Por ahora, los científicos están dando prioridad a las necesidades de los pacientes a los que les faltan seis o más dientes permanentes desde su nacimiento. Se trata de una enfermedad es hereditaria y las personas afectadas pueden tener graves problemas para masticar. "Este fármaco podría cambiarles

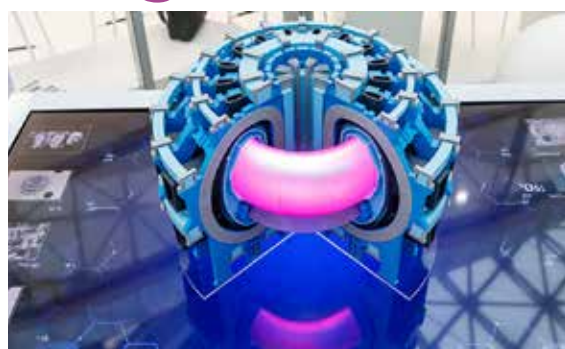
las reglas del juego", comentó Takahashi. De momento, el desarrollo del medicamento está dirigido principalmente a niños, y los investigadores quieren que esté disponible ya en 2030. El especialista sostuvo que la ubicación de un nuevo diente en la boca se puede determinar mediante el lugar de inyección del fármaco, agregando que si crece en el lugar equivocado, se puede mover mediante ortodoncia. /Agencias.

## Presentan diseño de un dispositivo de energía casi inagotable

Los especialistas rusos ahora diseñarán un prototipo de reactor termónuclear de potencia que podría ayudar a reducir la dependencia de los combustibles fósiles.

Un grupo de científicos del Instituto de Investigación Científica de Equipos Electrofísicos (NIIÉFA, por sus siglas en ruso) desarrolló el diseño conceptual de un dispositivo de confinamiento magnético de plasma, conocido como 'tokamak con tecnología de reactor' (TRT), informó este lunes la corporación estatal Rosatom.

La configuración preliminar del TRT es considerada como una de las etapas



más importantes para la creación de un prototipo de reactor termónuclear de potencia, una instalación con la capacidad de producir energía prácticamente ilimitada, segura y limpia.

De acuerdo con Rosatom, el TRT permitirá confinar el plasma termónuclear de deuterio-tritio mediante un pulso de funcionamiento prolongado, un potente campo magnético y un sistema electromagnético formado por superconductores de alta temperatura.

Al mismo tiempo, señaló que en el diseño preliminar

se describen los principales parámetros del dispositivo y los requisitos técnicos para los sistemas de suministro de energía, refrigeración criogénica y de agua, así como bombeo de vacío y mantenimiento de la presión de funcionamiento.

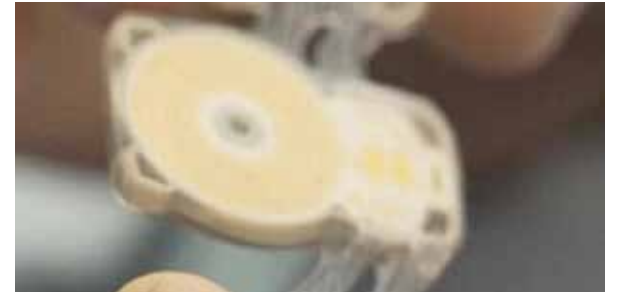
El subdirector del Centro Científico y Técnico Síntez, Alexéi Konstantínov, explicó que los resultados del diseño preliminar permitirán a los especialistas pasar a la siguiente etapa, en la que se tiene previsto completar el diseño técnico del TRT. /Agencias.

## Implantan primeros chips contra la apnea del sueño

Se trata de unos aparatos que estimulan el nervio encargado de controlar los músculos de la lengua, con la finalidad abrir las vías respiratorias de la persona mientras duerme.

Un nuevo tratamiento basado en un chip electrónico permitirá mejorar la calidad de vida de los casi 8 millones de británicos que sufren de la afección respiratoria más común relacionada con el sueño, informa el pasado viernes Sky News.

La apnea obstructiva del sueño es un grave trastorno que provoca que la respiración de una persona se



interrumpa repetitivamente mientras duerme, perturbando de esta manera su descanso. Esta enfermedad es ocasionada cuando los músculos de la garganta se relajan y bloquean el flujo de aire hacia los pulmones.

Un signo de la apnea obstructiva del sueño es el ronquido. De acuerdo con los expertos, la interrupción de la respiración causa que los niveles de oxígeno disminuyan, por lo que aumentan las posibilidades de padecer hipertensión,

accidentes cerebrovasculares y diabetes. Se ha reportado que algunas personas han muerto a consecuencia de esta afección.

Actualmente, el tratamiento más común para la apnea obstructiva es una máquina que utiliza presión positiva para mantener las vías respiratorias de las personas al momento de dormir. Sin embargo, este método es tan incómodo que un tercio de los pacientes terminan por abandonar su uso. /Agencias.

## ¿Qué peligros encierra la 'putrefacción cerebral'?

Existe una creciente conciencia sobre la descomposición mental que genera la adicción a las redes sociales y el consumo compulsivo de contenidos en línea.

El prestigioso diccionario inglés 'Oxford English Dictionary' ha elegido la expresión 'brain rot', que puede traducirse como 'putrefacción mental' o 'putrefacción cerebral', como el concepto que resume el año en curso.

Además de ser un problema social que genera un "deterioro del estado mental o intelectual de una persona" como resultado de un consumo excesivo de contenido en línea "trivial o poco estimulante", la adicción a las redes sociales y otros contenidos digitales pudre nuestros cerebros en



sentido directo, informa Fox News.

La neurocientífica estadounidense Kyra Bobinet, autora de 'Unstoppable Brain' ('Cerebro imparable'), destaca la creciente conciencia que existe sobre la descomposición cerebral y sus consecuencias como resultado de esta 'putrefacción mental'.

Según explica la experta, una sección del cerebro llamada habénula es la responsable de que nos quedemos atrapados en un 'escroleo' infinito.

La habénula es una parte central del cerebro que participa en varias funciones importantes, como la motivación y

la toma de decisiones. Pero cuando se activa, esta zona también puede "matar nuestra motivación para intentarlo", advierte Bobinet.

"Es el núcleo de cuando sabes que deberías estar haciendo algo y en su lugar haces otra cosa, como un 'escroleo de la muerte'", señala.

La capacidad de imaginación también resulta comprometida, lo que puede tener un impacto extremadamente negativo en el desarrollo de los niños, advierte otro experto, el doctor Don Grant, especialista en el tratamiento de trastornos del estado de ánimo y trastornos concurrentes. /Agencias.



# Posadas en Rancho Cantina

Por: Eugenia Ávila

El pasado 23 de diciembre en el salón Quattro Evento Receptions, se llevó a cabo la celebración de la posada de Rancho Cantina Mexican Restaurant, en este día celebraron en grande con todo su personal de las 3 ubicaciones; Hendersonville la número 1, La Vergne la número 2 y ahora en Nashville la número 3, tres ubicaciones en las que los comensales disfrutaron de la misma calidad ya que el chef principal, René Méndez es quien supervisa qué

sin importar cual ubicación usted visite, sea el mismo sabor el que usted deguste, si, así es amigo lector, el mismo delicioso sabor auténtico de la gastronomía de la auténtica comida mexicana, es la que le ofrece en cada bocado que usted lleva a su boca la deliciosa comida de ¡Rancho Cantina!

Muchas gracias por la invitación a los dueños Jose Sepúlveda y René Méndez, muchas felicidades les deseamos a Rancho Cantina, sus amigos de Latino News, ¡hasta la próxima!





# Celebrando Navidad con la Familia Castro

Por: Eugenia Ávila



El pasado 24 de diciembre los hermanos Castro celebraron la navidad con una piyamada a la que tuvimos la dicha de ser invitados a compartir.

Esta familia celebró muy alegre esta noche tan especial en la que la pasamos de lo mejor con divertidos juegos toda la noche, arrullar al niño Dios, la llegada de Santa y el Grinch, quien se topó con unos niños muy defensores de sus juguetes, también disfrutamos de una deliciosa cena y claro el ingrediente principal las risas y la calidez que caracteriza a esta familia. El momento más emotivo fue cuando Valente, le pidió matrimonio a su pareja.

La deliciosa cena que cocino la anfitriona eso es lo que en verdad te hace sentir el espíritu de la Navidad, muchas gracias Camerino, Juan, Valente, Baldo, Ever, Edit y claro a todas sus esposas por recibirnos con tanto cariño y también al tío Asiain claro, se extrañó a Avimael, a quien le tocó estar en otra celebración pero a quien también se le aprecia de la misma manera que a sus hermanos.

Bendiciones a todos, les deseamos sus amigos de Latino News, ¡hasta la próxima!





## Reparación de PC y Telefonos

LOPEZ COMPUTER

### Reparaciones en el Mismo Dia Garantia en Nuestro Servicios

- Reemplazo de pantalla
- Reparación de LCD
- Reparación del puerto del cargador
- Reparación de daños por agua
- Reparación de cámaras y lentes
- Reemplazo del vidrio trasero
- Actualización de disco duro
- Reinstalación del sistema operativo
- Eliminación de virus
- Optimización y actualización de PC





4813 Nolensville Pike Ste. 200  
Nashville, TN 37211

3030 Dickerson Pike Ste. 104  
Nashville, TN 37207

615-568-5257 y 615-200-8096  
www.computerlopez.com

# FREELAND CHEVROLET

HACIENDO SUEÑOS REALIDAD



2023 Chevrolet Blazer SUV



2017 Chevrolet Camaro



2023 Chevrolet Silverado 2500



2019 Chevrolet Traverse Sport



2023 Chevrolet Traverse SUV LT



2023 Dodge Charger Sedan RT



2023 RAM 1500 Laramie



2019 Ford Edge SUV Titanium



*Solo pregunta por*

# Steve Uria



CON SU W7 PUEDE COMPRAR UN AUTO NUEVO O SEMI NUEVO CON GARANTIAS

## 615-506-4836

HORARIO DE 9AM A 7PM

**5333 HICKORY HOLLOW PKWY  
ANTIOCH, TN 37013**

