

FACTOR



ONLINE



SEMANARIO 70

EVENTOS
COLUMNAS
ENTREVISTAS
NOTICIAS
GASTRONOMIA

Mes contra el Cáncer de mama

OCTUBRE



FACTOR
ONLINE

Comunicando positivismo

DIRECTOR EDITORIAL:
CARLOS VALDOVINOS

FOTOGRAFÍA Y
EDICIÓN:
CELSO ARMENDARIZ

EQUIPO:
FACTOR ONLINE


COORDINADOR DE
NOTICIAS: FACTOR
NEWS

NO SOLO BUSCAMOS
POTENCIALIAR TU MARCA...
¡NOSOTROS LOGRAMOS QUE SE
ENAMOREN DE ELLA!

 Factoronline_

 @factoronline21

 Factor Online

 9984366545





FACTOR NEWS

Un medio digital independiente con profesionalización globalizada, y con la intención de informar, entretener y educar de una manera positiva; creando sinergia con el propósito de integrar elementos multimedia.

Entérate de lo más relevantes en cultura, espectáculos, sociedad, deporte, estados, capital, ciencia, turismo etc.

www.factoronline.mx



@Factor-News



@FactorNews2021



@FactorNews2021



POR
GRUPO FACTOR

CON LA AMEXME, IMPULSA TITULAR DEL EJECUTIVO

La Gobernadora del Estado, Mara Lezama Espinosa, se reunió este martes con las integrantes

de la Asociación Mexicana de Mujeres Empresarias (Amexme), encabezadas por su presidenta, Perla Aguilar Lara, a fin de trabajar en conjunto por el bien de Quintana Roo.

En sus redes sociales, la titular del Poder Ejecutivo compartió lo siguiente: “En mi reunión con integrantes de la Amexme, mujeres líderes de diversos sectores, acordamos trabajar en conjunto, bajo un objetivo común: Reducir las brechas de desigualdad y empoderar a las mujeres. Unidas crearemos justicia y desarrollo para todas”.





Mara Lezama  @MaraLezama · 9h 

En mi reunión con integrantes de [@Amexme_Cancun](#) mujeres líderes de diversos sectores, acordamos trabajar en conjunto, bajo un objetivo común: reducir las brechas de desigualdad y empoderar a las mujeres. Unidas crearemos justicia y desarrollo para todas.

[#UnidosParaTransformar](#)



LABORATORIO CLÍNICO

- Examen Médico
- Antidoping
- Análisis clínicos



EJ LAB
LABORATORIO CLÍNICO



REPENSANDO EL TURISMO MEXICANO



El pasado 27 de septiembre se celebró el Día Mundial del Turismo, el tema seleccionado por la Organización Mundial del Turismo para alinear la comunicación en este año es el de “Repensar el turismo” y para conmemorarlo, el Consejo Nacional Empresarial Turístico y el Centro de Investigación y Competitividad Turística (Cicotur) Anáhuac, presentaron el documento Repensar el Turismo Mexicano: haciendo del turismo una prioridad nacional, con datos muy interesantes que aquí compartimos.

En el año 2019, en cuanto al número de llegadas de turistas internacionales de acuerdo a la Organización Mundial de Turismo, México se encontraba en la posición número 7, pasando a la 2ª posición en el año 2021. En cuanto a los ingresos por visitantes internacionales, paso de la posición 17 en 2019 a la posición número 9 en 2021.

El Foro Económico Mundial en su reciente reporte del Índice de desarrollo turístico, señala que la necesidad por el desarrollo turístico nunca había sido mayor, reconocimiento explícito a la capacidad que posee el turismo para coadyuvar en el alcance de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas hacia el 2030.

México es un país maravilloso que dispone de todas las condiciones para alcanzar una mejor calidad de vida de sus habitantes por lo que el papel del turismo es de fundamental trascendencia, pues la riqueza de atractivos turísticos naturales y culturales; la sobrada calidad y hospitalidad de los trabajadores del sector; el compromiso, inventiva y capacidad de adaptación de los empresarios turísticos; así como su posición geográfica, son ventajas competitivas que sustentan su formidable vocación turística.



El documento que puede verse completo en: <https://www.cnet.org.mx/estadisticas-del-sectordestaca> las líneas para repensar el turismo mexicano como una verdadera prioridad nacional:

- Estado de derecho y certeza jurídica
- Seguridad
- Sostenibilidad
- Digitalización
- Planeación con inteligencia de mercado
- Condiciones de competencia equitativa
- Fortalecimiento de las micro y pequeñas empresas
- Ordenamiento territorial y ordenamiento del crecimiento
- Canalización íntegra de los recursos captados por el Derecho de No Inmigrantes y por el Impuesto de Hospedaje para la promoción turística
- Atracción y capacitación del talento humano
- Mejora de la conectividad e infraestructura
- Ampliación de los beneficios de los fines de semana largos



Escuela de TAEKWONDO



**CONSTANCIA
DISCIPLINA
ACTITUD**

**Clases para niños
Jóvenes y Adultos**

Horarios.

6:00 - 7:00 pm

7:00 - 8:00 pm

8:00 - 9:00 pm

Dias.

lunes - Miércoles - Viernes

**Calle Chetumal esquina con calle
Kanlol a un costado de Colegio
Bachilleres 4, 77519 Cancún,
México**



ESCRÍBENOS



998 890 9687



SALUD MENTAL DURANTE LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

No existe situación, trabajo, persona o cosa que justifique que un ser humano sufra un problema de salud mental y tristemente que además no tenga las herramientas propias necesarias para enfrentar los problemas y retos que el mundo actual nos presenta, esto es común que suceda actualmente pero afortunadamente para ello hay solución.

Todos sabemos que es responsabilidad de cada uno de nosotros estar bien y procurar nuestra propia salud mental y emocional y no es obligación ni trabajo de nadie más cuidarnos, pero si es deber mío pedir ayuda si considero lo necesito. Afortunadamente nos podemos entrenar para enfrentar de la mejor forma cualquier situación que pudiera estar afectando nuestra salud mental para ello debemos adquirir Resiliencia, incluso durante la búsqueda de nuestro trabajo ideal.

Para potenciar la resiliencia hay que aprender a aceptar, adaptarnos y gestionar las emociones. En este proceso juega un papel clave la interpretación o valoración que nosotros mismos hacemos de las situaciones que vivimos, pero ¿Cómo generamos resiliencia para la búsqueda efectiva de empleo? A continuación, las bases:

1. Establecer buenas relaciones con los que nos rodean ¡Esfúrzate!
2. Evitar ver el desempleo como insuperable, ¡Es temporal!
3. Aceptar que el cambio es parte de la vida, ¡Todos los días cambiamos!
4. Alimentar una visión positiva de uno mismo, ¡Mucho amor propio!
5. Realizar más actividades que nos gusten, ¡Depende de Ti!



Recuerda estar atento a las señales de alerta para saber identificar un problema de salud mental ya sea en nosotros o en los que nos rodean, por ejemplo, cuando una persona cambia mucho y drásticamente para mal y empieza a tener muchos hábitos negativos es cuando tenemos que levantar la mano y decir aquí veo algo que me preocupa. ¡No seamos ajenos al dolor de los demás!

Mi nombre es Gabriela Espinosa, soy especialista en empleabilidad, trabajo con muchas personas que han tenido pérdidas de empleo y algunos se encuentran en momentos vulnerables en sus vidas, y mi objetivo es compartir hoy herramientas sencillas que les ayuden identificar, decidir y accionar de manera positiva ante cualquier situación en beneficio de ustedes mismos.

Hay que aprender a diferenciar cuando estamos solo tristes o si lo que tengo es ya es una enfermedad, ojo es muy diferente a tener un día gris durante el proceso de búsqueda de empleo a tener un mes gris, ya que es normal que a veces que sintamos ira, tristeza, soledad, ansiedad, inseguridad, aislamiento o miedo pues solo somos seres humanos, pero el problema es que estos sentimientos se apoderan con nosotros, de ser así hay que poner foco porque algo está pasando y al final esto se refleja en el cuerpo y así inicia una enfermedad física. Recuerda que una emoción no resulta siempre deriva en un problema de salud.

Por ello la importancia de la resiliencia es una característica que algunas personas desarrollan desde una edad muy temprana, pero en la mayoría de los casos se trata de un rasgo que se cultiva con el tiempo ya que la resiliencia se puede aprender, y es la capacidad que tienen las personas para recuperarse de situaciones como por ejemplo el desempleo y seguir avanzando hacia el futuro.

¡JUNTOS PODEMOS ENCONTRAR TU TRABAJO IDEAL!

Gabriela Espinosa /Especialista en Empleabilidad



Gabriela Espinosa
Facilitadora laboral

DESDE EL 2015, servicio de empleabilidad basado en capacitación para candidatos profesionistas y ejecutivos que están en búsqueda de su Trabajo Ideal.

¡JUNTOS PODEMOS ENCONTRAR TU TRABAJO IDEAL!



SESIONES PERSONALIZADAS
y en línea para todo México y Latinoamérica

Informes

 9999 928143

M.A. Gabriela Espinosa Lortia
Facilitadora Laboral





PhotoRoom®



CONSULTORIA

EXÁMENES DE CONFIANZA

- Socioeconómico
- Médico - Físico
- Antidoping
- Poligrafo
- Psicométrico
- Análisis de redes
- Pruebas COVID

- Capacitación en Desarrollo Humano
- Análisis de puestos y salarios
- Comprador Fantasma para revision de calidad
- Asesoría NOM 035



“

Lo mejor del trabajo en equipo
es que siempre tienes a alguien al lado

”



Factor Humano Cancún



@CancunFactor



factorhumano2021



9982456585

“VERGÜENZA (PENNA)”



Prioridad.- “Ventaja o preferencia que una persona o cosa tiene sobre otra. Cosa que se considera mas importante que otras” (Google.com)

Todos tenemos prioridades en la vida, nuestra familia por poner un ejemplo, lo mismo en el trabajo sabemos poner en nuestra lista de pendientes las tareas que son mas importantes primero que las secundarias y así sucesivamente las vamos atendiendo.

Pero ¿qué pasa cuando algo que para nosotros es prioridad es de muy poca importancia o menor interés para alguien más, como un permiso para salir de vacaciones, un aumento de sueldo o tan simple como un permiso para salir a una fiesta de un adolescente?

Todos hemos vivido en carne propia esos momentos donde, cuando la decisión no esta en nuestras manos, hemos tenido que esperar a que un tercero nos de la respuesta, y lo único que podemos hacer es soltar y esperar pacientemente a que Dios/Universo nos haga llegar la respuesta.



Pero qué pasa cuando somos nosotros ese "TERCERO" cuando es nuestra respuesta la que alguien más está esperando, ¿le damos la importancia que se merece? Volvemos el contestar una de nuestras prioridades ¿o no?

Es muy importante que recordemos que hay que tratar a los demás, EXACTAMENTE como queremos que nos traten a nosotros, así como lo oímos, si queremos atraer a nosotros cosas increíbles hay que regresarle al universo cosas increíbles ergo, si queremos que nuestras PRIORIDADES reciban atención y respuesta inmediata, tenemos nosotros que atender las inquietudes de los demás de la misma manera.

Pregúntense en este momento, ¿hay alguien a nuestro alrededor esperando una respuesta de nosotros? Demos esa respuesta a la brevedad y no hagamos a nadie ansiosamente esperarnos.

Recordemos en todo momento que nuestras acciones hacen la diferencia en la vida de otras personas y esta en nosotros ser una ¡fuente de energía positiva todos los días!



TOB
COACHING

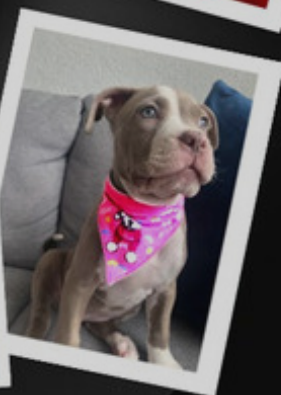
Práctico + Honesto + Agradecido = Feliz



**Somos una empresa
100 % mexicana,
líder en la fabricación
de banderas.**

*La forma perfecta para darle identidad
y elegancia a tus espacios*

**UN MUNDO DE SOLUCIONES,
BANDERAS, BANDERINES,
ESTANDARTES, AGENDAS.**



MundoBandera



55 13 33 87 26



www.mundobandera.com.mx



55 53 65 80 34

55 53 65 21 97



PORTADA

CANCER DE MAMA



OCTUBRE, EL MES ROSA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE EL CÁNCER DE MAMA

Con el objetivo de generar conciencia sobre el cáncer de mama, así como la detección temprana y el tratamiento adecuado para aumentar la supervivencia y reducir los efectos negativos de este tipo de cáncer, enfermedad que en los últimos años ha afectado a millones de mujeres en el mundo, este mes de octubre es dedicado a la sensibilización.

Fue en 1988 cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció el 19 de octubre como el día mundial contra el cáncer de mama, y de acuerdo con cifras de dicho organismo, cada año se diagnostican 1.38 millones de nuevos casos, lo que representa un total de 458,000 fallecimientos a causa de esta enfermedad.

Tan solo durante el 2020, el cáncer de mama fue el de mayor incidencia en el mundo. En América es el cáncer más común en las mujeres (400,000 diagnósticos en 2010) y en nuestro país ocupa el primer lugar, seguido del de tiroides, cérvico uterino y colorrectal.



¿Qué es el cáncer de mama?

El cáncer de mama es un cáncer que se forma en las células de las mamas y puede ocurrir tanto en los hombres como en las mujeres, pero es mucho más frecuente en las mujeres, y ocurre cuando algunas células de la mama comienzan a crecer de manera anormal.

Estas células se dividen más rápidamente que las células sanas y continúan acumulándose, formando un bulto o tumor. Estas células pueden diseminarse (hacer metástasis) a través de la mama a los ganglios linfáticos o a otras partes del cuerpo.

¿Cuáles son los principales síntomas del cáncer de mama?

- Un bulto o engrosamiento en la mama que se siente diferente del tejido que la rodea.
- Cambio de tamaño, forma o aspecto de una mama.
- Cambios en la piel que se encuentra sobre la mama, como formación de hoyuelos.
- La inversión reciente del pezón.
- Descamación, desprendimiento de la piel, formación de costras y pelado del área pigmentada de la piel que rodea el pezón (areola) o la piel de la mama.
- Enrojecimiento o pequeños orificios en la piel que se encuentra sobre tu mama, como la piel de una naranja.





¿Cuáles son los factores de riesgo?

- Ser mujer.
- Edad avanzada.
- Antecedentes personales de enfermedades mamarias.
- Antecedentes personales de cáncer de mama.
- Antecedentes familiares de enfermedades mamarias.
- Genes hereditarios que aumentan el riesgo de cáncer de mama.
- Exposición a la radiación.
- Obesidad.
- Comenzar a menstruar a una edad temprana (antes de los 12 años).
- Comenzar la menopausia a una edad más avanzada.
- Tener el primer hijo a una edad más avanzada.
- Las mujeres que nunca han estado embarazadas.
- Terapia con hormonas posmenopausia.
- Beber alcohol.

¿Cuándo debo consultar al médico?

Si en la exploración encuentras un bulto u otro cambio en las mamas o si tuviste resultados normales en una mamografía reciente, pide una consulta con el médico.

Habla con tu doctor sobre cuándo comenzar las pruebas y exámenes de detección para cáncer de mama, como exámenes clínicos de las mamas y mamogramas. Juntos podrán decidir qué estrategias para detección del cáncer de mama son mejores para ti.



KATA

LOGISTICS

La logística es nuestra pasión;
el crecimiento de tu empresa,
nuestro compromiso.



TELÉFONO

(999) 1904483



UBICACIÓN

Calle 38 #83 entre 9 y 9A,
Fraccionamiento del Norte.
C.P. 97120. Mérida, Yuc.



CORREO

contacto@katalogistics.com.mx

POR
CHUCHO ROBLES



1, 2, 3... REIK LA REVENTÓ EN CANCÚN!

Feel In México presentó su primero concierto en Cancún con un éxito rotundo. Uno de los grupos más queridos y aclamados de las últimas décadas lo hizo posible, Reik presentando nuevo disco, su gira "En Cambio" y todos los asistentes corearon cada una de sus canciones al máximo. Esto demostró que es un grupo consolidado y vanguardista ya que tiene sus últimos temas con diversos artistas como Sech, Maluma, María Becerra, entre otros que fueron todo un éxito.





La Plaza de Toros estuvo lleno de asistentes en un evento sin precedentes, lleno de magia y diversión.

Abrieron el show con uno de los éxitos que los catapultó al estrellato, "Que vida la mía" y terminaron con todos sus temas más urbanos, como "Me niego" misma que fue encargada de cerrar una noche espectacular en Cancún.

Lo más sorprendente es que pudimos ver varias generaciones como chavos desde los 15 y llegando hasta adultos de 50 años que aman las canciones de Reik.

Esperemos que hayan más eventos así con este tipo de logística y profesionalismo de primera como lo hizo Feel In México que son un gran equipo.

1, 2, 3.... Un espectacular concierto!



Es hora de ser parte de

#Una nueva Universidad

instituto certificado en el SGC con base
en la norma ISO 9001:2015

upqroo.edu.mx



¡Tu futuro
empieza hoy!

- Ingeniería en Biotecnología
- Ingeniería Biomédica
- Ingeniería Financiera
- Ingeniería en Software
- Licenciatura en Administración
y Gestión Empresarial
- Licenciatura en Terapia Física



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE QUINTANA ROO

Formando Triunfadores

IMPOSIBLE VIVIR SIN ARTE



Para este servidor vivir sin música sería imposible y por ello me atrevo a decir que vivir sin arte, en cualquiera de sus manifestaciones, sería como vivir en un mundo sin oxígeno. ¿Ustedes pueden imaginar un mundo sin arte? El arte constituye un elemento esencial en la cultura de todo pueblo, por lo que es casi imposible imaginar un mundo sin arte. Basta con pensar, por ejemplo, en la escultura y pintura de la Antigua Grecia o del Antiguo Egipto para entender que es algo que forma parte de la vida del hombre desde siempre. Obviamente, el arte asumió diferentes funciones, según la cultura y el contexto histórico: desde las religiosas y didácticas del pasado, cuando el arte se empleaba para rendir homenaje a las divinidades y educar a los pueblos, hasta las intelectuales y expresivas más actuales. Según mi opinión, hoy en día una de las funciones principales del arte es la de expresar la creatividad y diversidad del hombre, porque vivimos en un período dominado por la globalización y la tecnología, que contribuyen a crear productos estándares y sustituibles.




Por consiguiente, hoy más que nunca hace falta la presencia del arte para reafirmar la esencia del hombre y sus sentimientos más profundos, dado que muchos aspectos de nuestras vidas se han convertido en acciones mecánicas. Vivimos en una sociedad materialista, donde el más exitoso es el que más posee y donde no se considera mucho la interioridad de las personas; por eso, es fundamental la presencia de una dimensión en la cual cultivar nuestro espíritu para no olvidarnos de la importancia que tienen nuestra alma y nuestro intelecto. Y el arte es la única herramienta que le queda al hombre: tanto para expresar su verdadera personalidad e individualidad, como para emocionarse y evadir de las obligaciones de la vida cotidiana. Pongamos como ejemplo un cuadro de Salvador Dalí o un poema de Pablo Neruda: estas obras emocionaron y siguen emocionando a personas de todo el mundo, porque tienen una autenticidad inimitable y atesoran una percepción única de la realidad. No puedo imaginar un mundo sin arte, porque significaría arrinconar la parte más pura e íntima del ser humano. El arte nos permite mezclar razón y emoción, consciencia y creatividad, y compartirlas con los demás. Hasta la próxima.



Somos anfitriones de historias



TAXISTAS DE ISLAS MUJERES

 @taxisdeislamujeres
 @Taxistasisla
 taxis de islamujeres



WWW.TAXISTASDEISLAMUJERES.COM

Estamos en la isla y la zona continental

Av. Rueda Medina S/N junto al muelle fiscal

Tel: (998) 8770066





www.factoronline.mx

