

KIA EV9 2024

ACURA INTEGRA TYPE S

CITROEN E-C3

automundo

MARZO DE 2024 • AÑO MMXXIII • NO 478

www.automundomagazine.com



DEL MES

MCXtrema

Maserati MCXtrema, la inflexible "bestia" del Trident de 730 caballos de fuerza, ha regresado para liberarse en su entorno natural: la pista. Se someterá a una serie de pruebas hasta finales de abril, con vistas a la entrega del primer modelo, prevista para finales del verano de 2024.







PAG. 16

Maserati MCXtrema

Maserati MCXtrema, la inflexible "bestia" del Trident de 730 caballos de fuerza, ha regresado para liberarse en su entorno natural: la pista. Se someterá a una serie de pruebas hasta finales de abril, con vistas a la entrega del primer modelo, prevista para finales del verano de 2024.

24

Integra se adjudica la "Triple Corona" automotriz al ganar el premio Auto del Año™ de América del Norte 2023, el premio Car and Driver 10 Best Cars 2024 y el Auto del Año de Rendimiento en Carretera y Pista 2024

DE PORTIVO

34

El Kia EV9 del 2024 es algo grande. Es literalmente grande, un SUV crossover eléctrico con tres filas de asientos que es incluso un poco más grande que el Telluride, el actual campeón de tamaño de Kia.

VERDE

44

Este galardón premia a los vehículos que destacan en respeto al medio ambiente, eficiencia energética y reducción del impacto ambiental. El jurado reconoce al nuevo ë-C3 como el coche eléctrico entrante más relevante para 2024.

SUV

52

La llegada de la Silverado EV no solo marca el ingreso de Chevrolet a la pelea de las pickups de tamaño completo eléctricas, también es la primera muestra de lo que General Motors tiene planeado dentro de su estrategia de electrificación.

CAMIONETA



ISUZU

*Gracias a Nuestros
Distribuidores y
Clientes por*



*40 Años de
Camiones Isuzu en
Estados Unidos*

WWW.ISUZUCV.COM



SUSCRÍBETE A
automundo
¡ES GRATIS!

Asegúrate de tener un ejemplar de tu revista Automundo todos los meses, recibéndola en la comodidad de tu casa, solo tienes que llenar el formulario. Lo mejor de todo, es que es totalmente gratis.

DETALLES EN LA PÁGINA 27



92

PAG.

HONDA REBEL
500 2024

Es difícil negar el encanto que tienen las motos de antaño, aunque es inevitable negar el avance que ha tenido la tecnología en los últimos años. La Rebel 500 une lo mejor de dos mundos, pues es una máquina con diseño de la vieja escuela, pero equipada con asistencias y comodidades del siglo XXI.

62

El año 2023 marcó un periodo de adaptación y superación para los principales fabricantes de automóviles. Después de enfrentar retos significativos en el 2022, debido a las interrupciones en la cadena de suministro, la industria comenzó a mostrar signos de recuperación.

NOTICIA



66

Las proteínas magras, las frutas bajas en carbohidratos y las verduras sin almidón son elementos básicos de una dieta baja en carbohidratos, lo que puede traer varios beneficios a tu vida, como bajar de peso, mejorar tus niveles de colesterol y muchos otros más.

SALUD



automundo
AUTOMUNDO PUBLISHING INC.

880 West First St. Suite #310, Los Angeles, CA 90012,
Tel: 213.621.2188, Fax: 213.620.6255

Automundo is the largest Spanish automobile magazine in the World.

Editor & Publisher Edgardo Daniel Iorio
[publisher@automundomagazine.com]

Associate Editor Leslie Johnson
[leslie.johnson@automundomagazine.com]

Latinamerican Editor Guillermo Brooks
[guillermo.brooks@automundomagazine.com]

Public Relations Carla Cazals
[pr@automundomagazine.com]

Marketing Director Manuel Huici
[marketing@automundomagazine.com]

Art Director Luz Lezama
[luz.lezama@automundomagazine.com]

Digital Platforms Mariana Montero
[mariana.montero@automundomagazine.com]

Writers Pablo Olavarrieta, Luis Guilarte, y Carla Cazals

Contributors Analia Iorio, Leslie Johnson, Sonia García

Automundo Magazine is a publication of Arbol Publishing.



Distribution
T.L.P. Distribution
213.621.2188

Automundo Publishing are copyright ©2024 by Automundo Publishing Inc. No part of this magazine may be reproduced or transmitted in any form or by any means. Statements, opinions and points of view expressed by the writers and advertisers are their own and do not necessarily represent those of the publisher. Published in the USA.

ADVERTISING
888.628.2188



Audited Circulation
105,000 monthly



*PISA CON
VALOR.*

OFFICIAL TIRE OF
MAJOR LEAGUE
BASEBALL



Las llantas Hankook para arrastre largo están diseñadas para ser confiables y eficientes en el consumo de combustible, entregando un mayor millaje y reduciendo los costos durante el ciclo de vida total.



AL21

DL11

TL21



5 REASONS WHY US HISPANICS ARE THE MOST COVETED TARGET FOR AUTOMOTIVE BRANDS

The U.S. automotive market is going through changes in response to consumer groups and their specific needs. Among the diverse consumer groups driving these shifts, the Hispanic community in the United States stands out as a particularly influential demographic. Understanding Hispanics' car buying habits is crucial due to their preferences and increasing purchasing power. Automakers recognize that in order to stay relevant and competitive, they must delve deeper into what drives the purchasing decisions of this influential segment.

In this blog post, we will delve into some reasons and trends to understand why US Hispanics are the most coveted target for automotive brands.

1. THE GREAT MINORITY

With a population of 56 million, US Hispanics represent the biggest US minority, and it is expected to grow by 1.5 million a year between 2015 and 2020. To put it simply, this means that 187 Hispanics are added to the market every hour. This rapid expansion presents an opportunity for businesses to connect with a growing consumer base.

2. PURCHASING POWER

US Hispanics are the most powerful purchasing minority. This has a noticeable impact on various industries. According to a report from Bizjournals, US Hispanics contribute \$44 billion to the automotive industry. Their spending habits and preferences are crucial in influencing market strategies and the development of products.

3. PROBABILITIES

When it comes to the automobile sector, US Hispanics stand out for their distinctive buying patterns. Compared to the overarching market, they are 60% more likely to buy their first brand-new car. Moreover, there is a 52% chance that they will add a second vehicle to their households. These statistics emphasize the community's affinity for automobiles and their substantial influen-




ce on the automotive market dynamics.

4. LATIN PASSION

The car is not just a mode of transport for Hispanics; it's an emblem of pride, achievement, and emotional connection. They LOVE their cars. According to their heritage, buying a car means a huge sacrifice. However, nowadays, Hispanics living in the US live a different reality in which buying a vehicle is approachable. And so, that special love remains and generates a unique bond between the car and its owner.

5. TOYOTA DID IT

The "Más que un auto" (more than a car) campaign for US Hispanics turned into a complete success. By embracing the concept of the bond between Hispanics and their vehicles, Toyota took an approach. They encouraged participation from their social media followers by offering personalized stickers that allowed car owners to give their cars chosen names. This campaign not only amplified brand engagement but also celebrated the cultural nuances of the Hispanic community. 

By Sam Upton Love Paper
Edgardo Iorio, Publisher

ENCUENTRA
LA NUEVA
REVISTA
EN LA WEB

WWW.AUTOMUNDOMAGAZINE.COM

Y LO MEJOR ES
GRATIS!



ESAS LARGAS HORAS DE RECORRIDO REQUIEREN UN ACEITE DE ALTO RENDIMIENTO



Todos cuentan con usted, en cada milla en cada entrega, sin importar el horario ni las condiciones. El aceite de motor Shell Rotella® T5 10W-30 Semi-Sintético está formulado para brindar una óptima protección a los motores, además de ofrecer un mayor ahorro de combustible en comparación con el aceite de motor 15W-40 convencional. Para que el motor de su vehículo ofrezca un máximo rendimiento, sin importar las condiciones a las que se vea sometido.

**Shell
ROTELLA®**

El aceite de motor que trabaja tan duro como usted.



General Motors suspende la venta de dos de sus camionetas por serias fallas del Software

Esta suspensión sigue a una orden de suspensión de ventas de vehículos eléctricos Chevrolet Blazer del 2024 en diciembre, para que GM pudiera encontrar una solución a los problemas de software informados por los propietarios que incluyen problemas intermitentes con las pantallas del vehículo y problemas con la carga rápida de CC.

GM, que comenzó a enviar vehículos eléctricos Blazer a los concesionarios en julio del 2023, todavía está trabajando en esa solución.

La semana pasada, el sitio de noticias Detroit Free Press, fue el primero en informar que GM tiene una gran cantidad de sus camionetas medianas del 2024 estacionadas cerca de la planta de ensamblaje de Wentzville en Missouri, donde las construye.

Las camionetas estaban allí porque los vehículos tienen fallas de software y no se pueden vender, dijeron dos personas familiarizadas con la situación. No se nombra a las personas porque no están autorizadas a hablar en público.

GM dijo el lunes que ya envió algunas de las

camionetas medianas a los concesionarios, pero que está deteniendo la venta de todos los vehículos.

"Estamos decepcionados cuando decidimos suspender las ventas, pero estamos comprometidos con la calidad y la experiencia del cliente, por lo tanto, las actualizaciones de software seguirán siendo parte del proceso a medida que nuestros vehículos se vuelvan cada vez más avanzados tecnológicamente", dijo el portavoz de GM Kevin Kelly en una declaración enviada por correo electrónico al sitio Free Press.

Kelly dijo que GM tiene su equipo de liderazgo de software trabajando urgentemente para superar cualquier problema en el corto plazo.

El plan a largo plazo de GM incluye renovar el proceso de desarrollo de software y, más importante aún, el proceso de validación, dijo Kelly.


La directora ejecutiva Mary Barra habló la semana pasada en la Conferencia Global Auto and Auto Tech de Wolfe Research en Nueva

York y dijo que se arrepiente de algunas cosas del año pasado, incluida la reparación de fallas con el nuevo software del vehículo.

Barra dijo que lamenta no haber incorporado antes al nuevo equipo de software de GM.

"Ojalá hubiera traído antes el equipo que tenemos ahora", dijo Barra. GM contrató al ex ejecutivo de Apple Mike Abbott en mayo de 2023. "Mike Abbott ha traído un equipo increíble: contrató gente de Google, de Apple, de Meta y muchas empresas de tecnología. Ya hemos renovado el proceso de desarrollo de software y, lo que es más importante, el proceso de validación".

Una vez que GM implemente ese proceso con cada vehículo futuro, el software "superará las expectativas del cliente" y diferenciará a GM de sus competidores, prometió Barra. Ella no ofreció más detalles.

Últimamente leshe advertido de estos problemas del fabricante, por lo que la recomendación es, NO COMPREN ningún vehículo de General Motors hasta que no resuelvan los problemas. 

Genesis debe retirar miles de vehículos de su línea por riesgo de incendio

Según informa la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras, Genesis está retirando del mercado casi 100.000 vehículos, debido a un riesgo de incendio potencialmente mortal en ciertos modelos.

Los reguladores federales de seguridad publicaron el retiro del mercado después de enterarse de que el agua puede ingresar al solenoide de arranque y causar un cortocircuito eléctrico, lo que puede provocar un incendio en el compartimiento del motor mientras el vehículo está estacionado o conduciendo.

Los indicadores de advertencia incluyen humo del motor, olor a quemado o derretido y dificultad o incapacidad para arrancar el motor.

El retiro del mercado incluye nueve marcas de Genesis, informan funcionarios federales. Estos son cuáles se ven afectados.

¿QUÉ MODELOS SE VEN AFECTADOS?

El retiro afecta a 90.907 vehículos entre los siguientes modelos y años:

Genesis G70, del 2019.

Genesis G80, del 2017 al 2019.

Genesis G90, del 2017 al 2019.

Hyundai Génesis del 2015 al 2016.

¿QUÉ DEBO HACER SI MI HYUNDAI O GENESIS ES RETIRADO DEL MERCADO?

Hasta ahora, informó la NHTSA, Hyundai no ha tenido informes de heridos o muertes relacionadas con el problema.

Se recomienda a los propietarios que estacionen los vehículos afuera y lejos de las estructuras, hasta que se complete la reparación del retiro del mercado.

Los concesionarios instalarán un kit de relé de reparación en la caja de conexiones del motor, sin cargo, dijeron los reguladores de seguridad federales.

Se espera que las cartas de notificación se envíen por correo a los propietarios antes del 13 de abril. [am](#)



MAXIMA PROTECCION

Para su motor, transmisión y el sistema de combustible

Hecho en EE.UU., zMAX Micro-lubricante® penetra en el metal para dispersar los depósitos perjudiciales de carbón. Esto ayuda zMAX:

- Reducir el desgaste de las piezas vitales del motor
- Mejorar el rendimiento
- Reducir emisiones
- Prolongar la vida del motor
- Ayuda incrementar el millaje

El ÚNICO PRODUCTO para su motor, sistema de combustible y transmisión, zMAX se puede utilizar en los motores diesel o de gasolina, transmisión automática o manual.



Advance
Auto Parts

AutoZone

BENNETT
Auto Supply

O'Reilly AUTO PARTS
PROFESSIONAL PARTS PEOPLE

Pep Boys

Walmart



www.zMAX.com



Ford renueva el popular Explorer para el modelo 2025

El Ford Explorer del 2025 se actualiza con una extensa remodelación y el debut de un sistema de información y entretenimiento. Los materiales y las características tecnológicas mejoradas del renovado Explorer le dan un nuevo atractivo y solucionan de inmediato algunos problemas importantes que debían abordarse.

Esta es la primera actualización importante del Explorer desde un rediseño del 2020 que cambió el Explorer a una plataforma de tracción trasera, a diferencia de las configuraciones de tracción delantera que sustentan a la gran mayoría de los competidores del Explorer. Esto le da al Ford cierta distinción en lo que respecta a la dinámica de conducción, pero también crea espacios más estrechos en la parte trasera del vehículo para que el diseño funcione.

Ese es un problema que no se resolverá sin otro cambio de plataforma, pero todavía hay mucho contenido nuevo que mejora las perspectivas del Explorer.

Para el 2025, los niveles de equipamiento del Explorer se han reducido de ocho a cuatro: Active, ST-Line, Platinum y el ST orientado al rendimiento. El precio base ha aumentado gracias al equipamiento estándar adicional y la eliminación del equipamiento básico anterior.

Los modelos activos comienzan en \$41,220 dólares, seguidos por el ST-Line \$45,980 dólares y el Platinum \$53,120 dólares. Eso deja al

ST como el nuevo miembro más caro del grupo, con un precio inicial de \$56,800 dólares.

TREN DE POTENCIA

El motor base para la mayoría de las versiones del Explorer sigue siendo un cuatro cilindros turboalimentado de 2.3 litros que genera 300 hp y un torque casi equivalente de 310 lb-pie. Estándar en el ST y disponible en el Platinum hay un V6 turboalimentado de 3.0 litros que genera 400 hp y 415 lb-pie de torsión mucho más emocionantes. La tracción trasera es estándar en todos los ámbitos, con tracción total disponible. Una transmisión automática de 10 velocidades que ha sido recalibrada, es la única opción.

ESTILO INTERIOR

Ford ha rehecho completamente el tablero del Explorer, empujándolo hacia el capó para liberar un poco más de espacio y hacer que el área del pasajero delantero se sienta mucho más abierta. La calidad interior también parece haber mejorado, con un mayor uso de materiales suaves al tacto en puntos de contacto clave.

Hay un par de nuevas pantallas. Una pantalla del grupo de instrumentos de 12,3 pulgadas y una pantalla táctil de 13,2 pulgadas. Debajo de las pantallas hay un nuevo estante de almacenamiento lo suficientemente ancho como para albergar dos teléfonos.

TECNOLOGÍA

La tecnología representa la mayor incorporación del Explorer en esta actualización, y es el tipo de revisión que normalmente vendría en un rediseño o en un modelo nuevo. El Explorer del 2025 es el primer Ford que viene con el sistema de información y entretenimiento Ford Digital Experience.

El nuevo sistema basado en Android convierte a Google Maps en su aplicación de navegación nativa y utiliza el Asistente de Google para comandos de voz. También existe la opción de usar Alexa para conectarse a dispositivos domésticos según sea necesario. El sistema ofrece la posibilidad de mostrar también Google Maps en el grupo de instrumentos, ya sea que se utilice dentro del sistema nativo o mediante Android Auto/Apple CarPlay (la conectividad inalámbrica para ambos también es estándar).

Y permite el acceso a la versión específica del vehículo de la tienda Google Play, que también incluye algunas aplicaciones específicas de Ford, como un juego de conducción. El sistema de conducción manos libres BlueCruise de Ford también estará disponible por primera vez en el Explorer. Esta ejecutará la versión 1.2 del sistema, que ofrece asistencia de cambio de carril y reposicionamiento en el carril, que alejará sutilmente el vehículo de los vehículos en otros carriles. El control de cruce adaptado también es estándar.

ANDREW FRICK, PRESIDENTE DE FORD BLUE DIJO:

"Durante casi 35 años, las familias han elegido el Ford Explorer, convirtiéndolo en el SUV más vendido de todos los tiempos en Estados Unidos. Hemos refinado casi todas las partes del nuevo Explorer, centrándonos en un interior rediseñado, tecnología adicional como la conducción en carretera con manos libres BlueCruise y ediciones especiales como el Explorer ST de 400 caballos de fuerza.

Es la combinación correcta para ofrecer lo que la próxima generación de clientes quiere y ama en un SUV grande". Se espera que los vehículos comiencen a llegar a los concesionarios en el segundo trimestre del 2024. **am**



automundo



**SUSCRÍBETE
A NUESTRA
REVISTA DIGITAL**

¡ES GRATIS!

www.automundomagazine.com/magazines





Sin compromisos



del mes: **maserati mcxtrema**

LA 'BESTIA'

Maserati MCXtrema

Maserati MCXtrema, la inflexible “bestia” del Trident de 730 caballos de fuerza, ha regresado para liberarse en su entorno natural: la pista. Se someterá a una serie de pruebas hasta finales de abril, con vistas a la entrega del primer modelo, prevista para finales del verano de 2024. »





POR: AUTOMUNDO / PABLO OLAVARRIETA

MCXtrema, un auto de carreras homologado exclusivamente para pista con solo 62 unidades asignadas en todo el mundo, fue creado para romper moldes e inventar nuevos paradigmas. Epítome del ADN Maserati y de las extraordinarias prestaciones de todo lo que produce la marca 100% italiana, MCXtrema ofrece pruebas de su actitud disruptiva en la carrera entre los bordillos del circuito donde se le pudo ver en acción en una serie de pruebas fundamentales, donde Los expertos están recopilando los datos críticos necesarios para los ajustes finales. La creación exclusiva del Trident es uno de los coches más atrevidos de la marca y es una evolución del superdeportivo Maserati MC20, su inspiración.

En febrero, MCXtrema tuvo su primera salida oficial a la pista en el Autodromo Varano de' Melegari (Parma), donde MCXtrema fue lle-



vado a la pista por el piloto jefe de pruebas de Maserati, Andrea Bertolini, uno de los pilotos más exitosos de la categoría GT con cuatro títulos mundiales. a bordo del glorioso MC12; ha estado trabajando en su desarrollo en el simu-

lador dinámico desde las primeras etapas.

El shakedown de febrero y los hitos posteriores para perfeccionar su rendimiento han sido el escenario ideal para liberar toda la potencia del V6 biturbo de 3.0 litros y 730 hp (540 kW), ba-



sado en el motor Nettuno interno de Maserati.

MCXtrema se ha beneficiado de los equipos más recientes y avanzados del mundo. Las aportaciones fundamentales han sido realizadas por el equipo de Análisis Virtual, utilizando tecno-

logía puntera en el simulador dinámico de Maserati, y por el equipo de Powertrain Calibration, encargado de gestionar la enorme potencia entregada por el motor Nettuno. La experiencia adquirida durante el desarrollo del

Maserati MC20, la profunda caracterización de cada componente y las rigurosas pruebas en banco del motor han garantizado la mayor precisión en la simulación, garantizando que un coche extremadamente significativo llegue a las etapas de pruebas en pista con cifras similares a las validaciones en el simulador, necesarias únicamente para ajustes finos en el mundo real.

El trabajo virtual realizado con MCXtrema (unas 200 horas en el simulador dinámico de Maserati y 1.000 horas de análisis virtual para simulaciones de diversos tipos, así como la comparación con la información de la pista), combinado con los cuatro años anteriores de desarrollo del MC20 y el Las posteriores comprobaciones de fiabilidad del motor han hecho posible crear un automóvil que ahora representa lo último en ingeniería avanzada e innovación, donde el diseño perfecto creado por Maserati Centro Stile converge con los requisitos de ingeniería de una aerodinámica eficiente para cada configuración de pista. >>

En palabras de Andrea Bertolini, jefe de pruebas de Maserati: "Llevar a la pista un coche nuevo siempre produce una sensación especial y única, como es el caso del MCXtrema. Una maravillosa creación hecha para devorar el asfalto y recorrer las curvas. , una verdadera joya de la mecánica y la aerodinámica, perfecta para el equilibrio y el manejo. Durante meses, trabajamos junto con un equipo de personas altamente capacitadas y apasionadas, esperando el momento en que pudiéramos llevar el objeto terminado a su hábitat natural, después de pasarlo por sus ritmos virtuales en simulaciones sofisticadas. Lo que hace grande a este auto es un excelente trabajo en equipo, lo que da como resultado un auto deportivo del futuro. Con MCXtrema, hemos elevado aún más el listón del desarrollo, trabajando con la pista a la vista y siempre teniendo en cuenta el "Las necesidades del cliente Maserati, que sigue siendo el centro de nuestro trabajo y a quien está dedicado este coche. El interior se ha diseñado pensando en el conductor; hemos desarrollado un puesto de conducción a medio camino entre un caza y un



monoplaza de Fórmula 1. MCXtrema es una evolución del MC20 sin homologación para carretera: para el superdeportivo por excelencia del Trident, ya habíamos trabajado obsesivamente en su manejo y en su arquitectura general, para lograr esta versión definitiva, extrema y estimulante. Conducir el MCXtrema es emocionante, como ningún otro coche".

Programa de personalización MCXlusivaLos

clientes de MCXtrema se están preparando para recibir algo increíblemente único.

Desde las primeras etapas de construcción del automóvil, Maserati ha acompañado a cada cliente de MCXtrema en un viaje personal para descubrir más sobre la creación del automóvil, investigando y cuidando conjuntamente hasta el último detalle, en la mejor experiencia personalizada que un automóvil puede ofrecer.

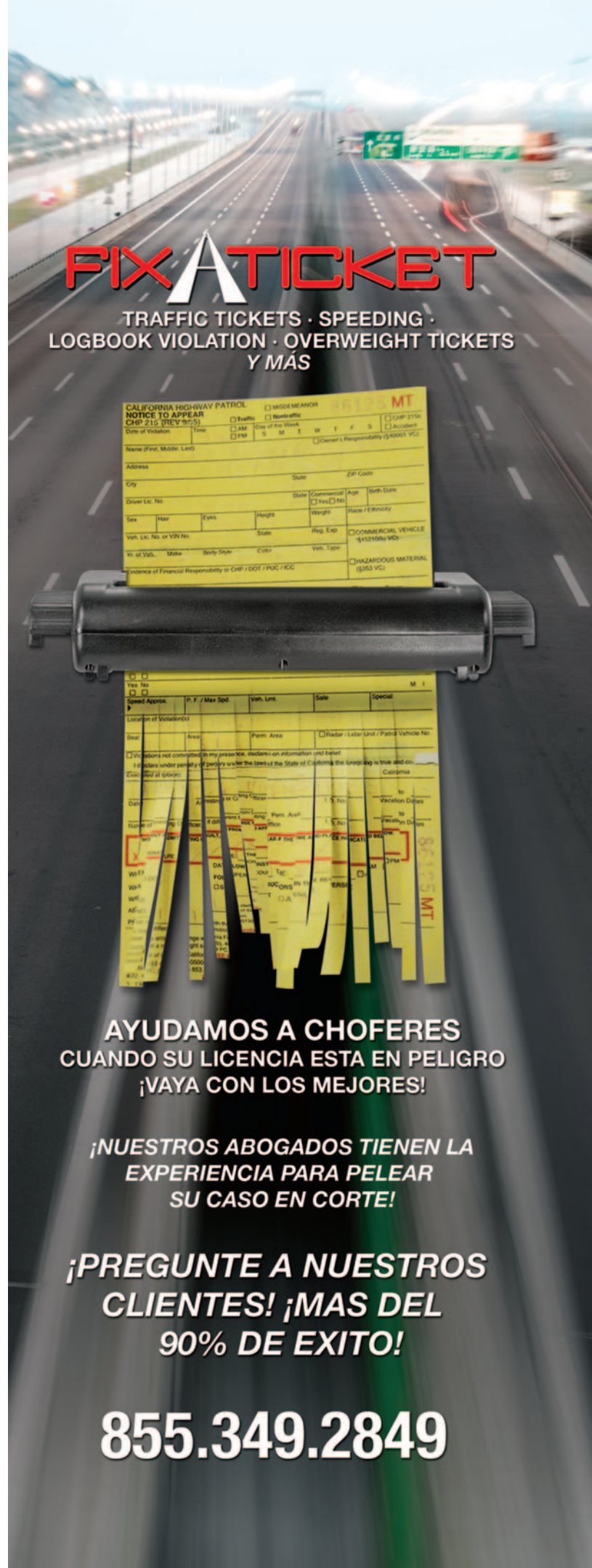


Bautizado como MCXlusiva, el programa de personalización de Maserati está reservado para los 62 clientes de la 'bestia', dedicado y diseñado para brindarles una experiencia sin precedentes.

Maserati ha pensado en todo hasta el más mínimo detalle, para garantizar que los futuros propietarios del coche de pista más potente de la marca de Módena puedan sentirse parte de algo verdaderamente exclusivo desde todos los puntos de vista.

Además de la elegante decoración, en el color Azul Xtrema creado específicamente para esta obra maestra de cuatro ruedas, el programa MCXlusiva brinda la opción de personalizar su automóvil en una de las tres variantes, cada una con su propia identidad y espíritu deportivo, creadas por Maserati. Centro Stile: Tech Beast, Corse y Speed Beast.

La personalización del coche continúa con la elección de dos opciones para el color de las llantas, Matte Black o Grigio Corsa Bright, y tres versiones para los asientos: Blue, Black o Ice. >>



FIX A TICKET

TRAFFIC TICKETS · SPEEDING · LOGBOOK VIOLATION · OVERWEIGHT TICKETS Y MÁS

CALIFORNIA HIGHWAY PATROL
NOTICE TO APPEAR
 CHP 212 (REV 9/05)

Date of Violation: _____ Time: _____
 Traffic Nontraffic MT
 AM Day of the Week: _____ CHP 211A Accident
 PM S M T W T F S Driver's Responsibility (\$4000 VCL)

Name of Inst. Public: _____
 Address: _____ State: _____ ZIP Code: _____
 City: _____
 Driver Lic. No.: _____ State: _____ Commercial: Yes No Birth Date: _____
 Yes No Height: _____ Weight: _____ Race / Ethnicity: _____
 Sex: _____ Hair: _____ Eyes: _____
 Veh. Lic. No. or VIN No.: _____ State: _____ Reg. Exp.: _____ COMMERCIAL VEHICLE
 (\$45000 VCL)
 Yr. of Veh.: _____ Make: _____ Body Style: _____ Color: _____ Veh. Type: _____
 HAZARDOUS MATERIAL (\$350 VCL)
 Evidence of Financial Responsibility on CHP / DOT / PUC / R/C



Yes No M I

Speed Approx. P. F. / Max Spd. Veh. Linc. Date Special

Location of Violation(s)

Street: _____ Area: _____ Perm. Area: _____ Radar / Laser / Lidar / Pinned Vehicle No. _____

Violations not committed in my presence, declare on information and belief I declare under penalty of perjury under the laws of the State of California the foregoing to be true and correct.

Signature of Driver: _____ California

Signature of Officer: _____

Print Name of Issuing Officer: _____ State: _____
 License No.: _____
 Agency: _____
 Date of Issuance: _____
 Date of Expiration: _____

Print Name of Driver: _____ State: _____
 License No.: _____
 Date of Issuance: _____
 Date of Expiration: _____

Print Name of Attorney: _____ State: _____
 License No.: _____
 Date of Issuance: _____
 Date of Expiration: _____

AYUDAMOS A CHOFERES CUANDO SU LICENCIA ESTA EN PELIGRO ¡VAYA CON LOS MEJORES!

¡NUESTROS ABOGADOS TIENEN LA EXPERIENCIA PARA PELEAR SU CASO EN CORTE!

¡PREGUNTE A NUESTROS CLIENTES! ¡MAS DEL 90% DE EXITO!

855.349.2849



Alternativamente, la variante BEASTspoke está dedicada a los clientes más creativos, que pueden elegir su propio número para agregarlo a la decoración y seleccionar el color de las empuñaduras del volante.

Otro detalle personalizado es la placa "el de 62" en el interior del habitáculo, en la que se puede grabar el nombre del cliente del MCXtrema o cualquier otra inspiración que desee llevar a la pista.

Servicios exclusivos MCXperienceMaserati ha decidido hacer aún más distintivo el universo de los propietarios de MCXtrema con MCXperience, una experiencia de cliente diseñada para ofrecer una serie de servicios reservados a los clientes de la 'bestia': un club exclusivo para sumergirse de lleno en el



mundo de las carreras de Maserati, junto a los pilotos profesionales y los técnicos de Maserati Corse Services.

MCXperience también ofrece servicios de Concierge para acceder a experiencias en pista, así como el kit MCXtrema, diseñado para conductores junto con el Maserati Centro Stile con

el objetivo de que los propietarios se sientan como auténticos corredores en el MCXtrema.

Giovanni Sgro, director de Maserati Corse: "MCXtrema es el buque insignia de la producción de competición de Maserati Corse, mucho más que un simple coche concebido y diseñado para la pista. Girando en torno a este coche de carreras es sinónimo de una potencia impecable, los más altos niveles de exclusividad y una experiencia sin precedentes. calidad, hemos construido todo un universo, dedicado a 62 fans de la marca y a la conducción más atractiva: entre los bordillos de un circuito. MCXtrema es un coche sensacional, un vehículo atrevido que no duda en hacerlo, hecho para "Dar forma y potencia a un deseo inigualable. Una auténtica maravilla de las carreras". 



No Espere.



Comuníquese.

Haga su plan de emergencia hoy.

Visite [Listo.gov](https://www.listo.gov)





sedán: **acura** integra type s



Auto del Año en Carretera y Pista 2024

Acura Integra Type S

Integra se adjudica la "Triple Corona" automotriz al ganar el premio Auto del Año™ de América del Norte 2023, el premio Car and Driver 10 Best Cars 2024 y el Auto del Año de Rendimiento en Carretera y Pista 2024 »





POR: AUTOMUNDO / EDGARDO IORIO

Acura Integra Type S reconocido por su increíble desempeño dinámico y refinamiento a un precio asequible. La victoria marca el segundo trofeo de Auto del Año de

Rendimiento en Carretera y Pista de Acura en los 10 años de historia del premio.

El Acura Integra Type S de alto rendimiento ha sido nombrado Auto de Alto Rendimiento del Año por los editores de Road & Track por su increíble potencia y desempeño dinámico combinados

con características premium y refinamiento. El flexible liftback de 5 puertas ocupó el primer lugar en la categoría de menos de \$100,000, superando a los cupés de tracción trasera, de precio significativamente más alto y más potentes.

El premio al Auto del Año de Rendimiento en Carretera y Pista 2024 se suma a la impresionante lista de prestigiosos honores de la industria y los medios del Integra de próxima generación, que incluye el distinguido Auto del Año en América del Norte 2023 y el premio Car and Driver 10Best Cars 2024 de la variante Type S. . Esta es la segunda vez que Acura ha sido honrado con el premio Auto de desempeño del año en carretera y pista, y el Acura NSX recibió los hono-





res de Auto de desempeño del año en 2017.

"Fabricamos autos Acura de alto rendimiento para entusiastas de la conducción, y es un honor que nuestro Integra Type S sea reconocido con el premio al Auto de Alto Rendimiento en Carretera y Pista del Año", dijo Emile Korkor, vicepresidente

asistente de Ventas Nacionales de Acura. "Estamos especialmente orgullosos de nuestro equipo de desarrollo en Japón y de los asociados de producción en nuestra planta en Marysville, Ohio, por crear un vehículo de desempeño verdaderamente sobresaliente como el Integra Type S". >>





Acerca del premio al Auto de alto rendimiento en carretera y pista del año Ahora en su undécimo año, el Auto de alto rendimiento en carretera y pista del año se elige en base a cuatro días de intensas pruebas en la carretera y en la pista de carreras. El equipo editorial de Road & Track evalúa cada coche basándose en una combinación de emoción, rendimiento y valor. Este año, las pruebas consistieron en dos días recorriendo el circuito oeste de 2 millas en Thunderhill Raceway en Willows, California, seguidos de dos días recorriendo las carreteras secundarias del Valle de Napa en el norte



de California. Para ser considerados para la competencia, los autos debían ser nuevos o revisados significativamente para el año modelo 2024.

Acura Integra Type S El Integra Type S ofrece una nueva interpretación del máximo rendi-

miento urbano para la próxima generación de conductores entusiastas, elevando el Acura Precision Crafted Performance al segmento de entrada con 320 caballos de fuerza¹ y la única transmisión manual disponible en su clase. >>



SUSCRÍBETE A automundo ¡ES GRATIS!

Asegúrate de tener un ejemplar de tu revista Automundo todos los meses, recibéndola en la comodidad de tu casa, solo tienes que llenar el formulario. Lo mejor de todo, es que es totalmente gratis.

¿Cuál es su marca de autos preferida?

- Ford
- Chevrolet
- Dodge
- Toyota
- Nissan
- Honda
- KIA
- Otros

¿Qué tipo de carrocería prefiere?

- Sedan
- Coupé
- Minivan
- Camioneta
- SUV

¿Qué compañía de celular utiliza?

- Verizon
- At&T
- Sprint/Nextel
- T-Mobile
- Metro PCS
- Otra

¿Su edad es?

- 18-25
- 25-30
- 31-40
- 41-49
- Julior de 50

¿Que institución bancaria utiliza?

- Bank Of America
- Chase
- Wells Fargo
- Citi Bank
- Otra

¿Que compañía de seguros utiliza?

- Infinity
- AIG
- State Farm
- Progressive
- AAA
- Otras

¿Lo más importante de su auto es?

- El consumo
- La comodidad
- La potencia
- La velocidad

¿Que elige a la hora de decidir?

- Compra
- Lease

¿Que sección le gusta más?

- Auto del mes
- Camioneta del mes
- SUV del mes
- Híbridos
- Exóticos
- Motos
- Guía de compras
- Tuning
- Deportes
- Mantenimiento
- Accesorios
- Indumentaria
- Entrevistas

¿Quién repara su automóvil?

- Lo hace usted mismo
- Taller Independiente
- Concesionario

¿Cual es su neumático preferido?

- Firestone
- Michelin
- Toyo
- Yokohama
- Bf Goodrich
- Goodyear
- Continental
- Dunlop
- Hankook
- Kunho
- Otro

¿Que valores de autos considera?

- 10.000 a 15.000
- 15.000 a 20.000
- 20.000 a 30.000
- 30.000 a 40.000
- 40.000 o más.

¿Cuál es su aceite preferido?

- Shell
- Mobil
- Chevron
- Castrol
- Lucas Oil
- Penzoil
- Citgo
- Otro

Envía tu suscripción a:

Automundo Publishing Inc.

880 West First Street Suite #310

Los Angeles, California, 90012

www.automundomagazine.com

¿A DÓNDE QUIERES RECIBIR TU REVISTA?

Nombre

Email

Domicilio

Ciudad

Estado ZIP

Teléfono

Fecha

Firma

Desea suscribirse a la revista:

SI NO





Desde su regreso a la línea Acura para el año modelo 2023, el Integra de próxima generación se ha convertido rápidamente en el modelo más vendido en el segmento de los compactos deportivos premium y ahora captura casi el 40% de las ventas en su clase, con más del doble de las ventas de su competidor más cercano. Las ventas de Integra superaron las 2.000 unidades por decimoquinto mes consecutivo en diciembre, y el Integra Type S de alto rendimiento representa aproximadamente el 10% de la combinación de ventas desde que comenzó a llegar a los concesionarios en junio.

Fabricado* en los EE. UU. El Integra Type S 2024 se fabrica exclusivamente en la planta de automóviles de Marysville en Marysville, Ohio, en la misma línea de producción que el Integra, Acura TLX y TLX Type S*. El motor K20C que impulsa el Integra Type S se fabrica exclusivamente en la planta de motores Anna en Ohio, que también produce el V6 turbo que impulsa los Acura TLX Type S y MDX Type S.*Utilizando piezas de origen nacional y global

Obtenga más información sobre la línea Acura Integra 2024, incluido el Integra Type S de alto rendimiento, aquí.

Acerca de AcuraAcura es una marca auto-

motriz líder comprometida con ofrecer un estilo expresivo, ingeniería innovadora y alto rendimiento, todo ello basado en el ADN de rendimiento elaborado con precisión de la marca. La línea Acura consta de dos sedanes deportivos, Integra y TLX, y tres vehículos utilitarios deportivos, RDX, MDX y ZDX totalmente eléctrico. Una línea de variantes del Tipo S de alto rendimiento demuestra aún más las virtudes de Acura Precision Crafted Performance. Todos los vehículos Acura vendidos en Estados Unidos se fabrican en los EE. UU. y utilizan piezas de origen nacional e internacional. **am**



**JODIE COMER
AUSTIN BUTLER
AND TOM HARDY**

THE BIKERIDERS

ONLY IN THEATERS JUNE 21

LEGACIES DON'T COME EASY



R RATED





*Huayra
Roadster*

PAGANI



verde: **kia ev9**

Colocado al tope de los

MEJORES SUVs



Kia EV9

El Kia EV9 del 2024 es algo grande. Es literalmente grande, un SUV crossover eléctrico con tres filas de asientos que es incluso un poco más grande que el Telluride, el actual campeón de tamaño de Kia. Pero el EV9 también es grande en sentido figurado, un EV familiar espacioso y útil que cuesta decenas de miles de dólares menos que los eléctricos de tres filas de asientos de Mercedes, Rivian y Tesla. >>





POR: **AUTOMUNDO** / LUIS GUILARTE

Es cierto que el modelo básico ofrece una autonomía y una potencia modestas, pero, en consonancia con la estrategia de Kia, incluye un gran número de características de serie. Me dirigí a la hermosa Sonoma, el área de los viñedos, cerca de San Francisco, para probar si el EV9 es elegible para el EV del año en los premios "Latin Flavor car of the year award".

ESTILOS Y OPCIONES

El Kia EV9 del 2024 es un SUV mediano de tres filas de asientos totalmente eléctrico que está disponible en los niveles de acabado Light, Light Long Range, Wind, Land y GT-Line.



TREN DE POTENCIA

El modelo Light tiene una mezcla decente de prestaciones y autonomía. Las características estándar incluyen tracción trasera monomotor de 215 caballos de fuerza y 258 libras pie de torque.

El Light Long Range se basa en el modelo básico con una batería de mayor capacidad y más alcance, pero tiene menos potencia. Tiene tracción trasera monomotor que produce 201 caballos y 258 libras pie de torque.

El Kia V9 Wind añade un segundo motor a





las ruedas delanteras para conseguir tracción total eléctrica y mucha más potencia. Tiene doble motor eléctrico que produce 379 caballos de fuerza y 443 libras pie de torque.

El GT-Line encabeza la gama EV9 con doble motor eléctrico que produce 379 caballos de

fuerza y 516 libras pie de torque.

ESTILO INTERIOR

La cabina del Kia EV9 es muy espaciosa. Los adultos caben sin problemas en las tres filas. Gracias a una altura de acceso relati-

vamente baja y aberturas de las puertas de tamaño generoso, los asientos de la primera y segunda fila son fáciles de entrar y salir. El acceso a la tercera fila es decente, pero no tan fácil como en el Telluride ligeramente más grande. >>>

CONCLUSIÓN

El Kia EV9 del 2024 ofrece una conducción lujosamente silenciosa y características de alta calidad que elevan cada viaje o excursión por igual. Es una opción atractiva para las familias listas para la transición al mundo eléctrico, sin comprometer casi nada. Este Kia EV9 está dando que hablar, y es una sólida opción para estar al tope de los "Latin Flavor car of the year award".



La visibilidad exterior es encomiable, y el único obstáculo menor son los gruesos pilares delanteros del techo que pueden bloquear parte de la vista al girar. El sistema opcional de cámara de 360 grados ayuda mucho en situaciones de aparcamiento estrecho. Los controles del EV9, sin embargo, podrían mejorar. La palanca selectora de conducción, por ejemplo, no es intuitiva de usar, aunque los propietarios acabarán acostumbrándose a ella.

Además, la pantalla táctil está un poco al alcance del conductor y su ubicación hace que sea demasiado fácil activar accidentalmente los botones de control táctiles que están debajo de ella. Por último, la vista del conductor de la pantalla del climatizador puede estar parcialmente obstruida por el volante. El Kia EV9 ofrece un generoso espacio de carga, que le proporciona 20,2 pies cúbicos detrás de la tercera fila que se puede ampliar a 43,5 pies cúbicos cuando la tercera fila está plegada. En su máximo, el EV9 cuenta con 81,7 pies cúbicos de espacio de carga.

Mientras que algunos SUV medianos de gasolina con tres filas de asientos ofrecen más espacio de carga, el EV9 tiene mucho espacio para el uso diario y los viajes familiares por carretera. Una variedad de portavasos y contenedores también están presentes para guardar objetos pequeños.



Si tienes niños pequeños, el EV9 tiene anclajes LATCH y un anclaje superior trasero para cada asiento trasero. Todos son fáciles de encontrar y conectar a un asiento de seguridad infantil.

Y si lo tuyo es el ocio, el EV9 puede remolcar hasta 1.500 kg, lo que es impresionante teniendo en cuenta que muchos otros vehículos eléctricos ni siquiera están preparados para remolcar. >>



WHY ADVERTISE WITH ARBOL PUBLISHING

DELIVERS 2,500,000 + HISPANICS CONSUMERS MONTHLY IN THE US MARKET



automundo

PRIMERA PLANA

MODA

ESTILONOGAR

¿QUE PASA?
VEGAS

PRINT STILL DELIVERS THE MESSAGE TO SPECIFIC CONSUMER
TARGETS MORE EFFICIENTLY THAN ANY OTHER MEDIA

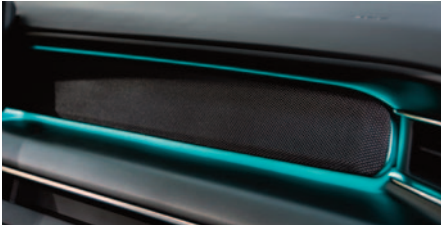


HISPANIC DEMOGRAPHICS

- It is estimated that Hispanic spending power is \$1.2 trillion
- 27.7 is the median age of the Hispanic population in 2008. This compared with 36.8 years for the population as a whole.
- 45% of Affluent Hispanic households are concentrated in Los Angeles, New York, Houston, Miami and Chicago
- Hispanics are now the nation's second largest consumer market after white non-Hispanics.
- Approximately 70% of Hispanics speak Spanish and nearly half of the total population are at ease with the English Language.

INFO: 1.888.628.2188 - CONTACT: Publisher@arbolpublishing.com
880 West First St. Suite #310 Los Angeles CA, 90012

ARBOL
PUBLISHING



TECNOLOGÍA

El Kia EV9 está repleto de los últimos avances tecnológicos que hacen que la conducción diaria sea mucho menos pesada. Los audiófilos apreciarán el sistema de audio Meridian de alta calidad y, aunque el sistema de navegación no es realmente innovador, proporciona una ayuda fiable cuando se conduce por zonas desconocidas con mala cobertura. La integración de smartphones Apple CarPlay y Android Auto está presente y funciona de forma inalámbrica si lo deseas.

SEGURIDAD

La sólida gama de funciones estándar de asistencia al conductor del EV9 puede ayudar a que la conducción sea más fácil y menos fati-



gante en el tráfico. Todos los EV9 incluyen también estos avanzados sistemas de asistencia al conductor y funciones de seguridad: Advertencia de colisión frontal con frenado

automático, Mitigación de colisiones en intersecciones, Control de crucero adaptado, Alerta de ángulo muerto con aviso de tráfico cruzado trasero y Mitigación de salida de carril. >>





¿SERVICIO o SEGURIDAD? **ELIJA AMBOS.**

Vemos a la seguridad de forma diferente. Es nuestra primera prioridad. De hecho, vemos al servicio en neumáticos de forma diferente. Y usted también lo hará. Contamos con más de 200 locales y 1500 camiones de servicio en Estados Unidos y Canadá para brindarle la tranquilidad de estar rodando sobre neumáticos que han recibido servicio de expertos. En nuestro taller o en la ruta, estamos acercando algo nuevo al servicio en neumáticos: SERVICIO.

GENUINA • COMPLETA • CONFIABLE

1-844-68-TIRES • gcrtires.com/service

GCR
TIRES & SERVICE



Además viene con Sistema de mantenimiento de carril, Asistencia de dirección evasiva, Sensores de aparcamiento delanteros y traseros, Aviso de atención del conductor, Recordatorio del asiento trasero y Asistente de salida segura.

Otras funciones, como el monitor de atención del conductor y el que puede evitar que los ocupantes traseros abran las puertas al tráfico, son especialmente útiles para las obligaciones familiares.

EN CARRETERA

El modelo básico Light no te sorprenderá por su potencia, pero todas las demás versiones del EV9 superan sus prestaciones en casi todos los aspectos. Mi modelo EV9 de prueba era un GT-Line.

En las pruebas de frenado, el EV9 también demostró una gran potencia de frenado para paradas de emergencia. Incluso el manejo es bastante seguro y estable en las curvas.

En una conducción más relajada, el EV9 acelera con suavidad y ofrece frenado regenerativo ajustable que puedes utilizar para conducir con un solo pedal (al levantar el pie del acelerador, el vehículo frena y se detiene por completo). Es un vehículo eléctrico fácil de conducir.

El control de crucero adaptado funciona bien para mantener una velocidad establecida y seguir al vehículo que circula por delante, por ejemplo, y el sistema de mantenimiento de carril hace un excelente trabajo manteniendo el auto centrado en su carril. **am**



ISUZU CONTRATA EL CAMIÓN ADECUADO PARA EL TRABAJO



ISUZU N-SERIES DE GASOLINA

OBJETIVO PROFESIONAL

- Ser el camión mediano de cabina baja adelantada, poderoso, versátil, económico y durable para tu negocio.

HABILIDADES

- Visibilidad y maniobrabilidad superiores gracias al diseño cab-over de Isuzu.
- Amplia variedad de opciones, disponibles en Clase 3 a 5.
- Excepcional capacidad de carga: GVWR de hasta 19,500 lbs.
- Flexibilidad para las necesidades de tu negocio: distancias entre ejes de 109 a 176 pulgadas para carrocerías de hasta 20 pies.
- Cabinas estándar y Crew disponibles, con espacio hasta 7 personas.
- Potencia para hacer el trabajo: motor 8 cilindros GMPT L8T de 6.6 litros con 350 HP y 325 lb-pie de torque, y una transmisión automática de 6 velocidades.

EXPERIENCE

- El camión de cabina baja adelantada más vendido en Estados Unidos desde 1986.

REFERENCES

- 350,000 camiones medianos construidos por Isuzu registrados a clientes satisfechos, que están en el camino hasta el día de hoy.

**PARA ENTREVISTAR A ESTE CANDIDATO,
CONTACTA HOY A TU DISTRIBUIDOR ISUZU**

WWW.ISUZUCV.COM





SUV: **citroën ë-c3**

Ganador de Autobest “**Ecobest**”

Citroën ë-C3

Este galardón premia a los vehículos que destacan en respeto al medio ambiente, eficiencia energética y reducción del impacto ambiental. El jurado reconoce al nuevo ë-C3 como el coche eléctrico entrante más relevante para 2024. »





Por: **AUTOMUNDO** / EDGARDO IORIO

El nuevo ë-C3 es el primer coche eléctrico producido en Europa que ofrece una solución concreta al problema de la accesibilidad sin hacer concesiones. ë-C3 facilita la vida eléctrica ofreciendo a los clientes del segmento B versatilidad, diseño moderno, confort distintivo y una amplia gama de útiles equipamientos.

Poissy, 21 de diciembre de 2023 - El nuevo Citroën ë-C3 ha ganado el premio Ecobest 2024, otorgado por el jurado de Autobest. El premio, que analiza la movilidad respetuosa con el medio ambiente, la eficiencia energética y la reducción del impacto medioambiental, reconoce al ë-C3 como el coche eléctrico más atractivo que llegará al mercado en 2024. El nuevo ë-C3 cambia las reglas del juego: no es sólo un vehículo asequible Vehículo eléctrico fabricado en Europa, a la venta desde 23.300 euros pero que además es fácil de usar y versátil, y cuenta con un estilo atractivo, un equipamiento adecuado y una experiencia cómoda a bordo.



Cada año desde 2002, Autobest reconoce el coche que recibe el mayor número de votos por categoría. Para el Ecobest, los coches se evalúan sobre la base de aspectos de movilidad y rendimiento respetuosos con el medio ambiente, como la autonomía, la batería o la carga, así como criterios relacionados con el coste de propiedad. El nuevo ë-C3 se sometió a la votación de 31 periodistas del motor de 31 países europeos y ganó el premio "Ecobest" 2024.

Este reconocimiento al Nuevo ë-C3 por parte de un jurado profesional llega justo después de una primera respuesta muy positiva por parte de los clientes, ya que han sido más de 10.000 los que han reservado online su versión "You" o "Max".

El reconocimiento Ecobest refuerza la dedicación de Citroën a ampliar los límites de la movilidad, ofreciendo a los clientes un coche eléctrico que no sólo cumple con los estándares medioambientales sino que también aborda los desafíos de accesibilidad de la manera más innovadora. >>





Con su motor eléctrico de 83 kW (113 CV) y su batería de 44 kWh que ofrece una autonomía de hasta 320 km en ciclo WLTP, el nuevo ë-C3 ofrece potencia y prestaciones más que suficientes para satisfacer a la mayoría de

clientes que necesitan una ciudad eléctrica. Coche para viajes urbanos y suburbanos. Los viajes más largos resultan más fáciles gracias a su recarga rápida de 100 kW CC del 20 al 80% de su capacidad en solo 26 minutos y su nuevo



planificador de viajes inteligente para vehículos eléctricos e-Routes.

VERSATILIDAD Y COMODIDAD LÍDER EN SU CLASE.

Citroën comprende la importancia de la versatilidad en el segmento B y el nuevo ë-C3 cumple en este sentido.

El nuevo ë-C3 se adapta perfectamente a las necesidades de las familias, que se beneficiarán de la suavidad y el silencio del sistema eléctrico, complementados con una habitabilidad y un excelente confort, una parte importante del ADN de la marca. >>





**LA MOTOCICLETA
MÁS DESEADA EN
LA CARRETERA**



**The Ultimate
Riding Machine**

BMW Motorrad

bmw-motorrad.com





El bienestar del conductor y de los ocupantes es desde hace mucho tiempo una prioridad para Citroën. Llega a un nuevo nivel en el nuevo ë-C3, ya que se centra en crear un habitáculo "salón C-Zen" con versiones revisadas de los asientos Citroën Advanced Comfort® altamente acolchados y un panel de instrumentos ordenado y en capas con un tapizado de tela. Estante de Sofa Design situado debajo del nivel de control superior. Las suspensiones Citroën Advanced Comfort añaden el apreciado y distintivo efecto alfombra voladora de Citroën.



DISEÑO MODERNO Y VIDA ELÉCTRICA ASEQUIBLE.

Con un diseño moderno que combina el hatchback B con una mayor distancia al suelo y una posición de asiento más alta pero con el mismo tamaño que el C3, el ë-C3 satisface las necesidades cambiantes de los clientes, ofreciendo una amplia gama de equipos útiles y tecnologías de asistencia al conductor. **am**



**ROYAL
ENFIELD**

ROYALENFIELD.COM

MONTAR AHORA

EMBARCARSE EN UN NUEVO VIAJE

Ya sea en las montañas o montando a través de llanuras, con su legado y rendimiento probado, esta es una máquina con la que puede contar.



Un nuevo día

Chevrolet Silverado EV WT 2024

La llegada de la Silverado EV no solo marca el ingreso de Chevrolet a la pelea de las pickups de tamaño completo eléctricas, también es la primera muestra de lo que General Motors tiene planeado dentro de su estrategia de electrificación. Para empezar, ¿cómo te suenan 510 HP de potencia, 615 lb-pie de torque y una autonomía de 400 millas? »



El mercado de las pickups de media tonelada es el nicho más jugoso del mercado norteamericano, en el cual, evidentemente, todos quieren incrementar su rebanada del pastel. Hoy, con los avances tecnológicos, la lucha ha llegado a un nuevo nivel: el eléctrico. A la pelea por las camionetas pickup de tamaño completo totalmente eléctricas, se une la totalmente nueva Chevy Silverado EV 2024. Construida con un diseño desde cero, la Silverado EV se está convirtiendo en uno de los modelos de vanguardia en el gran plan de electrificación que General Motors ha comenzado a poner en marcha en todas sus marcas. Y es posiblemente el más importante.

Porque muy parecido a lo que la F-150 es para Ford (su modelo más vendido), la Silverado es para Chevrolet y, por extensión, para GM. Es absolutamente necesario que la Silverado EV no solo



luche contra la F-150 Lightning y otros, sino que también sirva como escaparate de su tecnología totalmente eléctrica para su legión de leales compradores de camionetas.

El primer modelo que Chevrolet presentó personalmente a la prensa fue la versión WT

(Work Truck). Diseñada para flotas y clientes comerciales cuando salga a la venta en la primera mitad de este año, es decididamente menos llamativa que las versiones orientadas al consumidor. Ese será el trabajo de la Silverado EV RST. Las diferencias son varias,

EN DETALLE
FICHA TÉCNICA

MOTOR

- 2 eléctricos con 510 HP y 615 lb-pie

TRANSMISIÓN

- Continua

SUSPENSIÓN DELANTERA

- Muelles helicoidales

SUSPENSIÓN TRASERA

- Muelles helicoidales





pero hablaremos rápido de las más evidentes. Para empezar, la fascia delantera de la WT usa partes sin pintar que son más fáciles de construir y más tolerantes a los rayones. Los rines de 24 pulgadas de la RST se cambian por unos de aluminio de 18 pulgadas con neumáticos de

paredes laterales grandes más adecuados para lugares de trabajo. Otra modificación importante es que la suspensión es con resortes de acero no ajustables en lugar de una suspensión neumática; la pantalla de información y entretenimiento es de 11 pulgadas en lugar de 17

como en la RST, y el interior usa tapizado completamente negro. Otra cosa que es importante señalar es que la Silverado EV WT no tendrá disponible la opción Midgate que alarga el tamaño de la caja. Los 5 pies y 11 pulgadas existentes es todo lo que obtendrás.

Como el GMC Hummer EV, la Silverado EV también se fabrica utilizando la plataforma de coches eléctricos Ultium de GM. Chevrolet no ha dicho qué tan grande es la batería en este momento, pero no es descabellado esperar algo en el rango de 200 kWh. En la configuración del WT, se traduce en 510 hp, 615 lb-pie de torsión, una carga útil de hasta 1,440 libras y una capacidad de remolque de hasta 10,000 libras (un paquete de remolque máximo con una capacidad de 20,000 libras estará disponible en una fecha posterior). Hay siete tomas de corriente estándar que ofrecen 7.2 kW de potencia externa, pero una barra de alimentación accesoria opcional aumenta esa cifra hasta 10 tomas de corriente que ofrecen 10.2 kW de potencia externa. >>





Pero el elemento principal de la camioneta es su autonomía: Chevrolet dice que la Silverado EV 4WT devolverá una autonomía estimada por la EPA de 450 millas con una carga completa. Según se informa, los modelos posteriores 3WT y RST First Edition viajarán 350 y 400 millas con una carga, respectivamente. Esas cifras parecen superar las actuales F-150 Lightning y al Rivian R1T por un margen significativo, pero tendremos que realizar nuestras propias pruebas para estar seguros.

AL VOLANTE

Si bien la aceleración vertiginosa es un truco divertido para las fiestas de vehículos eléctricos, es dudoso que la mayoría de los conductores cotidianos pisen constantemente el acelerador. Esto es especialmente cierto con un vehículo de flota, uno que desea comportarse con la mayor normalidad posible dada su misión. En ese sentido, la Silverado EV WT brilla. Una vez que



superas la rareza de la falta de un botón de arranque (presiona el pedal del freno para encenderlo y simplemente sal después de estacionar para apagarlo), la WT se comporta como una camioneta promedio. No hay ninguna fanfarria sobre su sistema de propulsión totalmen-

te eléctrico. La dirección se siente muy natural y se comunica a través de un volante que tiene un buen tamaño y se siente bien en la mano. Ciertamente hay potencia y aceleración más que suficientes disponibles para ponerse en movimiento, pero todo es muy manejable. >>

CHASE. RIDE. SURVIVE.

TWISTERS



IN THEATERS JULY

Puedes controlar la agresividad del frenado regenerativo y la conducción con un solo pedal es totalmente posible. Nos impresionó el frenado en general, ya que algunos vehículos eléctricos tienden a tener problemas al cambiar entre los frenos de regeneración y de fricción. Al presionar el pedal izquierdo se produce una desaceleración suave y sin tartamudeos. Un ingeniero de Chevy explicó además que el sistema de frenos trabaja constantemente para combinar los dos y garantizar la potencia de frenado y la fuerza regenerativa óptimas. El equipo se esforzó mucho para garantizar la respuesta de frenado más suave posible.

Pero quizás la mayor revelación reside en el radio de giro. ¿Seguramente algo del tamaño aproximado de un pequeño autobús escolar debería girar como tal? ¡No! Debido a su falta de motor y diseño de cabina adelantada, la ingeniera jefe de la Silverado EV, Nichole Kraatz, dijo que ella y su equipo rediseñaron completamente su suspensión y geometrías de dirección para lograr un círculo de giro mucho más pequeño de lo que creerías posible. Hace que estacionar y realizar vueltas en K en la WT sea mucho más fácil; de hecho, es tan fácil que podrías pensar que la WT está equipada con dirección en las cuatro ruedas (no es así, pero la RST sí que la tendrá)



INTERIOR

Nos encantaría felicitar a los diseñadores por el interior sin adornos de la Silverado WT eléctrica. Es honesto y funcional, con tapicería negra y franjas de plástico negro. Es un bienvenido descanso de las recientes tendencias en camionetas que las adornan de punta en blanco con madera de poros abiertos y cueros mantecosos. Claro, esas cosas son agradables, pero también pueden parecer demasiado agradables para ensuciarse. Quizá y se den vuelo en este sentido en la RST, pero en la WT estas cosas simplemente no tienen cabida. El interior de la WT te permite emprender proyec-

tos porque un pequeño desgaste aquí y allá no hará una gran diferencia; se podría argumentar que todo se vuelve pátina después de un tiempo. Esta camioneta es una herramienta de trabajo y puedes utilizarlo como tal.

Tanto las cosas como las personas se lo pasarán en grande en el WT. Es una camioneta gigantesca, no se equivoquen, pero Chevy trajo esa enorme huella en una cabina palaciega. Hay cubículos profundos para almacenamiento en la primera fila y los pasajeros traseros disfrutaron de mucho espacio para las piernas.



Debido a que la suspensión utiliza muelles helicoidales de acero, la WT responde a las imperfecciones de la carretera con una cantidad decente de rebote. Se espera una conducción más tosca de una camioneta pickup normal con carrocería sobre bastidor, pero la WT no está construida sobre una configuración de carrocería sobre bastidor. También tiende a rebotar sobre los obstáculos más grandes y nos hace preguntarnos si sería útil llevar peso en la caja para contrarrestar esto. Aún así, es una camioneta de casi 9,000 libras, por lo que hay muchas compensaciones que puedes hacer en materia de suspensión; de ninguna manera es un factor decisivo. Afortunadamente, la versión RST utilizará suspensión neumática, lo que probablemente mejorará el confort general.

Un punto que podría o no molestarte dependiendo de tu altura, es la visibilidad, pues a pesar de que Kraatz dijo que los diseñadores de la camioneta bajaron el cofre y lo acortaron para mejorar la visibilidad hacia adelante, las personas más bajas sufren un poco para ver bien. Desde ese punto de vista, tampoco pueden ver bien dónde terminaba la caja y qué había al lado de la camioneta. Claro que esta es una experiencia que la mayoría de



los propietarios de camionetas grandes hoy en día tienen que soportar porque los vehículos son cada vez más grandes, pero pensar en conducir el WT en un entorno urbano denso podría ser inquietante si este es tu caso.

Como demostración final durante una prueba de manejo, Chevy conectó una carga de 10,000 libras al enganche del remolque de la WT. La impresión inicial es que apenas si puedes sentir el tráiler allí atrás. La aceleración siguió siendo suave y tranquila, aunque llevó un poco más de tiempo. Obviamente, el frenado debe realizarse un poco antes, pero aún se puede conducir con un solo pedal. La mayor

diferencia es que es más difícil mantener la velocidad mientras se remolca, pero activar el control de crucero en la carretera debería suavizarlo. Una vez conectado a un remolque, la WT te brinda estimaciones de alcance en tiempo real dependiendo de su peso. Esta información se muestra claramente en el panel de control digital y debería eliminar algunas conjeturas a la hora de planificar el viaje.

Chevrolet anunció recientemente que el precio de la línea Silverado EV comenzará en el rango de \$50,000 y aumentará desde allí. Ciertamente es caro cuando consideras que es una pickup de trabajo con acabados interiores espartanos y una suspensión rijosa, por llamarla de alguna manera. Por otro lado, hay que tomar en cuenta que esto se debe, hasta cierto punto, a su plataforma completamente nueva y su avanzada tecnología de batería. Sin embargo, a primera vista, la Chevy Silverado EV WT 2024 es un comienzo prometedor. Nos reservaremos el juicio sobre su autonomía en el mundo real y sus capacidades de remolque hasta que podamos probarla de manera extensiva, pero a primera vista, parece ser una herramienta sencilla que estará feliz de seguirte el ritmo en el lugar de trabajo. Y esto es solo el comienzo. **EM**



The all-new Škoda Kodiaq

Exterior I



Front grille with
a high-gloss black frame

Body-coloured
front bumper

LED Matrix beam headlights
with animated welcome effect

Source: Škoda Auto

odiazq Sportline

D-pillar and upper window frames in glossy black

SunSet tinted rear and rear side windows

Wing mirror housings in black

New Sportline badge on the front wings

Optional 20" polished anthracite alloy wheels with matte black Aero covers

Body-coloured side skirts

SKODA



Autos del Año 2024 con

Sabor Latino

Auto del año

El año 2023 marcó un periodo de adaptación y superación para los principales fabricantes de automóviles. Después de enfrentar retos significativos en el 2022, debido a las interrupciones en la cadena de suministro, la industria comenzó a mostrar signos de recuperación. Aunque los problemas de suministro persistieron en cierta medida, la industria automotriz logró encontrar soluciones innovadoras para mitigar estos desafíos. »





POR: AUTOMUNDO / EDGARDO IORIO

La recuperación económica global y la estabilización de las tasas de interés jugaron un papel crucial en el 2023. Estos factores, junto con una disminución en los temores de una recesión, proporcionan un ambiente más favorable para la industria en el 2024.

Con respecto al mercado hispano en Estados Unidos, este sigue siendo una fuerza significativa en el sector automotriz. Representando ahora más del 30% de la población en los principales mercados, los hispanos continúan ejerciendo una influencia considerable en las tendencias de compra de vehículos.

Las marcas de automóviles han reconocido esta influencia y han adaptado sus estrategias de marketing y desarrollo de productos para atender mejor a este segmento demográfico.

Los datos más recientes indican que el crecimiento en el registro de vehículos nuevos por parte de los consumidores hispanos ha superado consistentemente al de los no hispanos. Esta tendencia no solo se ha mantenido, sino que ha ganado impulso en el 2024, demostrando el creciente poder adquisitivo y la preferencia de los hispanos por ciertos modelos y marcas de automóviles.

Dicho esto, les presentamos los ganadores de los "Autos del año" 2024 con sabor latino, de la oficina editorial de Auto News Wire con www.purosautos.com a la cabeza, la fuente automotriz líder para la población hispana en los Estados Unidos, con Enrique Kogan como el primer periodista automovilístico hispano en el país, y otros periodistas automovilísticos hispanos asociados al grupo.

Aquí tienen los "2024 Car of the Year with a Latin flavor" - "Auto del Año 2024 con Sabor Latino"

SEDÁN: TOYOTA CROWN DEL 2024

El hispano que ya ha pasado por varios sedanes, y prefiere la comodidad de estos modelos antes que un SUV, ha sido un asiduo comprador del Toyota Corolla para luego subir al Camry, pero de ahí saltar a Lexus. Hoy con el Toyota Crown, tiene otra escala al lujo, con el lujo de este Toyota que se lanzó en el 2023, y en nuestra pruebas ha sido un extraordinario vehículo, superando incluso a las marcas de lujo.

El Toyota Crown del 2024 se presenta como un paradigma de lujo y tecnología en el mercado de sedanes de alta gama. Con un diseño exterior audaz y moderno, que incluye una parrilla prominente y líneas fluidas, y un interior que destila confort y elegancia, ofrece una experiencia de conducción única.

Este modelo combina materiales de primera calidad con una tecnología avanzada en su sistema de infoentretenimiento y seguridad, garantizando tanto comodidad como protección.

Bajo el capó, se encuentra un motor potente y eficiente que asegura una respuesta ágil y suave, ideal para la conducción urbana y de carretera, consolidándose como una elección destacada para aquellos que valoran la síntesis perfecta de rendimiento, lujo y avance tecnológico.

SUV: VOLKSWAGEN ATLAS SPORT DEL 2024

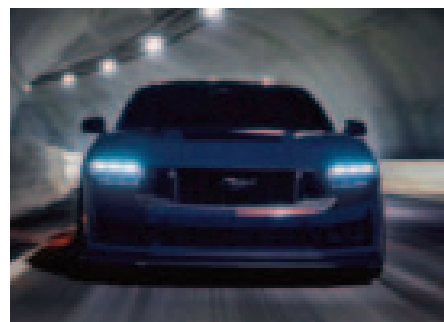
El Volkswagen Atlas Cross Sport del 2024 se ganó un lugar en el gusto latino de los Estados Unidos. Es un SUV que combina elegancia y funcionalidad, diseñado para quienes buscan un vehículo espacioso y versátil sin sacrificar el estilo. Su exterior presenta líneas limpias y una estética robusta, caracterís-



tica de los SUV modernos, con una parrilla frontal llamativa y faros LED integrados.

El interior del Atlas Cross Sport es igualmente impresionante, ofreciendo un espacio generoso para pasajeros y equipaje, junto con acabados de alta calidad y tecnología de vanguardia en su sistema de infoentretenimiento y asistencia al conductor.

Equipado con un motor potente que ofrece un equilibrio entre eficiencia y rendimiento, este modelo es perfecto para viajes largos y aventuras familiares. Su manejo es suave y seguro, gracias a un conjunto de sistemas de seguridad avanzados, lo que lo convierte en una opción ideal para aquellos que valoran el confort, la seguridad y la funcionalidad en su conducción diaria.





PICK UP: TESLA CYBERTRUCK DEL 2024

Tesla no da autos a los periodistas, pero tuvimos la suerte que un colega pudo probar el Cybertruck ante toda su competencia, y nos dijo que esta al tope de todos. Elon Musk tendrá su primer trofeo de prensa, ya que esta le es esquiiva.

El Tesla Cybertruck del 2024, con su diseño futurista y distintivo, representa un avance significativo en el mundo de los vehículos eléctricos. Este camión, conocido por su estructura exterior resistente y su aspecto angular, ofrece un rendimiento excepcional tanto en carretera como en terrenos difíciles.

Equipado con una batería de larga duración que asegura una autonomía impresionante, el

Cybertruck también cuenta con un interior espacioso y tecnológicamente avanzado, ofreciendo una experiencia de conducción única y una capacidad de carga y remolque superior, lo que lo convierte en una opción atractiva tanto para trabajos pesados como para el uso diario.

VEHÍCULO ELÉCTRICO: KIA EV9 DEL 2024

Lo probamos en San Francisco y no dejé ninguna duda, es un extraordinario vehículo eléctrico, que le trae comodidad y suavidad con un excelente rango de autonomía. Kia ha demostrado que va en serio al segmento de vehículos eléctricos, y este EV 9 es la frutilla del postre, que se irá agrandando para el placer de sus consumidores.

El KIA EV9 del 2024 se destaca como un SUV eléctrico de tamaño completo que combina un diseño exterior moderno y audaz con un interior espacioso y minimalista, equipado con tecnología de última generación.

Ofrece una autonomía impresionante y capacidades de carga rápida, abordando eficazmente la ansiedad por la duración de la batería. Además, incluye avanzadas características de seguridad y asistencia a la conduc-

ción, haciendo de este vehículo una opción ideal tanto para familias como para aquellos que buscan un vehículo eléctrico práctico, seguro y con estilo.

AUTO DEPORTIVO: MUSTANG DARK HORSE DEL 2024

El Mustang Dark Horse del 2024 es un emocionante nuevo capítulo en la icónica serie Mustang, enfocado en entregar una experiencia de conducción más intensa y deportiva.

Este modelo se distingue por su potente motor V8, diseñado para ofrecer un rendimiento excepcional que satisface a los aficionados más exigentes del automovilismo. Con una estética agresiva que incluye elementos de diseño oscurecidos y una postura más imponente, el Dark Horse también cuenta con mejoras en la suspensión y en el sistema de frenos, optimizando tanto la maniobrabilidad como la seguridad.

El interior, equipado con tecnología avanzada y acabados de alta calidad, complementa su naturaleza orientada al rendimiento, haciendo de este Mustang una opción atractiva para aquellos que buscan un vehículo deportivo con una presencia inconfundible en la carretera. **am**





¿ADIÓS A LOS CARBOHIDRATOS?

Cómo dejar los carbohidratos para principiantes

LAS PROTEÍNAS MAGRAS, LAS FRUTAS BAJAS EN CARBOHIDRATOS Y LAS VERDURAS SIN ALMIDÓN SON ELEMENTOS BÁSICOS DE UNA DIETA BAJA EN CARBOHIDRATOS, LO QUE PUEDE TRAER VARIOS BENEFICIOS A TU VIDA, COMO BAJAR DE PESO, MEJORAR TUS NIVELES DE COLESTEROL Y MUCHOS OTROS MÁS.

POR: AUTOMUNDO / EDGARDO IORIO

Si estás buscando perder algunas libras, seguramente has leído o escuchado que dejar los carbohidratos es un paso importante. Pero ¿qué significa esto? De la dieta Atkins a la dieta cetogénica, la alimentación baja en carbohidratos tiene un gran poder de permanencia en el mundo de las dietas. Para empezar de manera paradójica, es importante saber que lo que es bajo en carbohidrato para una persona no lo es para otra. "No existe una definición médica de lo que es una dieta baja en carbohidratos", dice Kelly Schmidt, RD, basada en Columbus, Ohio. Básicamente, se trata de reducir la cantidad de carbohidratos que consumes de manera normal. Sin embargo, en general, una dieta baja en carbohidratos puede incluir de 50 a 100 gramos de carbohidratos por día, dice Schmidt. Por debajo de eso se considera una dieta muy baja en carbohidratos, como la dieta cetogénica, mientras que de 100 a 200 g de carbohidratos por día es una dieta moderada en carbohidratos. En resumidas cuentas, en este tipo de dietas minimizas la ingesta de alimentos ricos en azúcar, pastas y panes, sustituyéndolos por otros ricos en proteínas y vegetales.

BENEFICIOS POTENCIALES

Probablemente la mayor ventaja de reducir la ingesta de carbohidratos -o de la que más se habla al menos- es bajar de peso, pero para algunas personas, este enfoque también podría ayudar a optimizar su salud, dice Schmidt. "Las investigaciones muestran que las mujeres que son obesas o tienen problemas metabólicos [pueden] obtener mejores resultados hormonales con menos carbohidratos", dice Schmidt, señalando que otros resultados de la dieta pueden incluir un mejor sueño, claridad mental y mayor saciedad. >>





Como dietista bajo en carbohidratos Franziska Spritzler, RD, que vive en el condado de Orange, California, señala que cuando se reduce el consumo de carbohidratos, los niveles de azúcar en la sangre y de insulina generalmente bajan, lo que puede ser bueno para bajar los niveles A1C (el promedio de dos a tres meses de niveles de azúcar en sangre). Esto también puede ayudar a perder peso, otro objetivo común de las personas con diabetes tipo 2. Este tipo de beneficios se pueden obtener casi de inmediato. Investigaciones anteriores muestran que las personas que comieron tres comidas bajas en carbohidratos (con menos del 30 por ciento de carbohidratos cada una) redujeron su resistencia a la insulina en más del 30 por ciento en comparación con las personas que consumieron comidas ricas en carbohidratos (60 por ciento de carbohidratos). Investigaciones adicionales indican que la resistencia a la insulina se puede mejorar con una dieta baja en carbohidratos en tan solo un mes.

También puedes ver los resultados. Un pequeño ensayo clínico aleatorio en adultos mayores con obesidad encontró que, en comparación con una dieta baja en grasas, una dieta muy baja en carbohidratos eliminaba 3 veces más grasa visceral, un tipo de grasa abdominal que abraza los órganos y está relacionada con las enfermedades. El grupo bajo en carbohidratos también perdió el 9.7 por ciento de la grasa total en comparación con sólo el 2 por ciento en el grupo bajo en grasas. Un metaanálisis también concluyó que en las personas obesas, una dieta baja en carbohidratos reducía la grasa en el transcurso de un año (pero no el peso corporal), y los mayores beneficios se observaban en una dieta muy baja en carbohidratos.

Dicho esto, no hay acuerdo en que una dieta baja en carbohidratos sea superior a



cualquier otro tipo de dieta o que sea más saludable a largo plazo. Una revisión que analizó la dieta entre las personas con diabetes señaló que cuando se trata de perder peso, una dieta baja en carbohidratos no funciona mejor que otras dietas altas en carbohidratos; y que tampoco produce un mejor control glucémico. Otro informe también encontró que durante un año, aquellos que seguían una dieta baja en carbohidratos perdieron peso más rápido que aquellos que seguían una dieta baja en grasas, pero después de un año, la pérdida de peso y niveles de A1C (un promedio de glucosa en sangre durante aproximadamente tres meses) fueron notablemente similares.

RIESGOS PARA LA SALUD

Si bien existen numerosos beneficios de llevar una dieta baja en carbohidratos, este tipo de alimentación puede resultar riesgosa para determinados grupos. Si estás embarazada o amamantando, no se recomienda seguir una dieta baja en carbohidratos (salvo que padezcas diabetes gestacional, en cuyo caso consulte con su equipo sanitario). "Muchas mujeres embarazadas descubren que la idea de comer proteínas y grasas les enferma", dice

Spritzler. Esto puede ser especialmente común en el primer trimestre. "Naturalmente, quieren más carbohidratos. Siempre debes escuchar a tu cuerpo", dice.

Aparte del embarazo, considera tu estilo de vida. Si eres alguien que hace entrenamientos intensos estilo CrossFit, es posible que una dieta baja en carbohidratos no te proporcione el combustible adecuado, dice Schmidt. Y las cosas que te pesan también importan. "Cualquier persona que se encuentre en un estado estresante, como un divorcio o una muerte en la familia, necesita carbohidratos para apoyar su sistema suprarrenal", señala.

En cuanto a si tienes problemas de salud, consulta a tu médico. Por ejemplo, si tienes una enfermedad renal, también querrás hablar con tu médico sobre la ingesta adecuada de proteínas. Si tienes una enfermedad cardíaca, aún puedes llevar una dieta baja en carbohidratos, pero es mejor que optes por grasas monoinsaturadas (aguacates, nueces y aceite de oliva) sobre grasas saturadas (mantequilla y carnes rojas). De hecho, esto es válido para todos, independientemente del estado de la enfermedad cardíaca. >>



PHOENIX GAGA
FOLIE A DEUX
JOKER

THE WORLD IS A STAGE

10.04.24



Soundtrack Album on Interscope Records/WaterTower Music



Aunque hay algunos datos que sugieren una dieta baja en carbohidratos que contiene más grasa saturada que las recomendaciones actuales no aumentaron los niveles de colesterol LDL (también conocido como colesterol malo y un factor de riesgo para enfermedades del corazón), aún debes prestar atención a la calidad de los alimentos en tu dieta baja en carbohidratos.

Los niveles de colesterol de cada persona responden de manera diferente a una dieta baja en carbohidratos, por lo que si los tuyos aumentan, cambia a fuentes de grasas insaturadas, recomienda Spritzler. "En general, ésta es una dieta que la mayoría de la gente puede hacer. Si tienes una enfermedad crónica, trabaja con un médico que comprenda las dietas bajas en carbohidratos para que te controle", añade. Por último, si tienes antecedentes de trastornos de la alimentación, una dieta baja en carbohidratos (o cualquier plan de alimentación que sea restrictivo) puede ser riesgosa, coinciden los expertos en nutrición y salud mental.

TIPOS DE DIETAS BAJAS EN CARBOHIDRATOS

Las dietas bajas en carbohidratos han sido populares durante décadas. Solían ser muy controvertidas, pero recientemente han ganado aceptación generalizada. Las dietas bajas en carbohidratos tienden a provocar una mayor pérdida de peso que las dietas bajas en grasas, al menos a corto plazo. También mejoran numerosos marcadores de salud, como los triglicéridos en sangre, el colesterol HDL (bueno), el azúcar en sangre y la presión arterial. Sin embargo, existen muchos tipos de este patrón alimentario.

1. BAJA EN CARBOHIDRATOS TRADICIONAL

La típica dieta baja en carbohidratos no tiene una definición fija. Simplemente se la conoce como dieta baja en carbohidratos o restringida en carbohidratos. Este patrón de alimentación tiende a ser más bajo en carbohidratos y más alto en proteínas que una dieta occidental típica. Suele hacer hincapié en carnes, pescados, huevos, frutos secos, semillas, verduras, frutas y grasas saludables. Debes minimizar la ingesta de alimentos ricos en carbohidratos como cereales, papas, bebidas azucaradas y comida chatarra con alto contenido de azúcar.

La ingesta de carbohidratos recomendada por día generalmente depende de tus objetivos y preferencias. Una rúbrica común podría ser algo como esto:



- 100-150 gramos. Este rango está destinado al mantenimiento del peso o al ejercicio frecuente de alta intensidad. Deja espacio para mucha fruta e incluso algunos alimentos ricos en almidón como las patatas.

- 50 a 100 gramos. Esta gama está destinada a la pérdida de peso o al mantenimiento del peso de forma lenta y constante. Hay espacio para muchas verduras y frutas.

- Menos de 50 gramos. Esto está orientado hacia la pérdida de peso rápida. Consume muchas verduras, pero limita el consumo de frutas a moras, que tienen un índice glucémico (IG) bajo.

2. DIETA KETO

La dieta cetogénica, más conocida como Keto, es una dieta muy baja en carbohidratos y alta en grasas. El objetivo es mantener los

carbohidratos tan bajos que su cuerpo entre en un estado metabólico llamado cetosis. En este estado, los niveles de insulina caen en picado y el cuerpo libera grandes cantidades de ácidos grasos de sus reservas de grasa.

Muchos de estos ácidos grasos se transfieren al hígado, lo que los convierte en cetonas. Las cetonas son moléculas solubles en agua que pueden cruzar la barrera hematoencefálica y suministrar energía al cerebro. Luego, en lugar de funcionar con carbohidratos, tu cerebro comienza a depender en gran medida de las cetonas. Tu cuerpo puede producir la pequeña cantidad de glucosa que aún necesita tu cerebro mediante un proceso llamado gluconeogénesis. Algunas versiones de esta dieta incluso restringen la ingesta de proteínas porque demasiada proteína puede reducir la cantidad de cetonas que se producen. >>

JOURNEY
Further



Star
Venture



Star
Eluder

TWO NEW STARS. ENDLESS JOURNEYS.

Whether your idea of the ultimate two-wheel journey is a transcontinental expedition across North America or a morning ride across city lines, we've got you covered. The all-new Venture™ takes long-distance touring to a whole new stratosphere of handling, comfort, performance and cutting-edge infotainment technology. While the all-new Eluder™ single-handedly redefines the bagger class with more agile handling, comfort, power, innovation and style than ever. Either way, if you're ready to journey further, you've come to the right place.



For your nearest Pro Yamaha dealer and to learn more about the 2019 Yamaha Star Venture and Eluder, visit YamahaMotorsports.com

One year limited factory warranty + Four years Yamaha Extended Service = Five years coverage. Certain exclusions apply, see terms of each for details. Professional riders depicted on a closed course. Dress properly for your ride with a helmet, eye protection, long sleeves, long pants, gloves and boots. Do not drink and ride. It is illegal and dangerous. Yamaha and the Motorcycle Safety Foundation encourage you to ride safely and respect the environment. For further information regarding the MSF course, please call 1-800-446-9227. Some models shown with optional accessories. ©2019 Yamaha Motor Corporation, U.S.A. All rights reserved. • YamahaMotorsports.com



La dieta cetogénica, utilizada tradicionalmente para tratar la epilepsia resistente a los medicamentos en niños, también puede tener beneficios para otros trastornos neurológicos y problemas metabólicos como la diabetes tipo 2. También se ha vuelto popular para perder grasa, incluso entre algunos culturistas, ya que es una forma muy eficaz de perder grasa y tiende a provocar una reducción importante del apetito.

Una dieta cetogénica involucra alimentos altos en proteína y ricos en grasas. Los carbohidratos generalmente se limitan a menos de 50 gramos por día (y a veces a tan solo 20 a 30). Un patrón de alimentación cetogénico convencional se conoce como dieta cetogénica estándar. Sin embargo, existen otras variaciones que implican agregar carbohidratos estratégicamente:

- **Dieta cetogénica dirigida.** En esta versión, agregas pequeñas cantidades de carbohidratos alrededor de los entrenamientos.

- **Dieta cetogénica cíclica.** En este tipo, sigues una dieta cetogénica la mayoría de los días, pero cambias a una dieta alta en carbohidratos durante 1 o 2 días por semana.

3. DIETA LCHF

Este plan de alimentación lleva ese nombre porque es el acrónimo de "bajo en carbohidratos alto en grasas". Es una dieta bastante estándar, muy baja en carbohidratos, pero con un énfasis aún mayor en alimentos integrales y no procesados. Se centra principalmente en carnes, pescados y mariscos, huevos, grasas saludables, verduras, productos lácteos, nueces y moras. La ingesta de carbohidratos recomendada en esta dieta puede oscilar entre 20 y 100 gramos por día.

4. DIETA PALEO

Actualmente es una de las formas de comer más populares del mundo. Fomenta el consumo de alimentos que probablemente estaban disponibles en la era Paleolítica, antes de las revoluciones agrícola e industrial. Según los defensores de la dieta Paleo, volver a la dieta de sus ancestros prehistóricos debería mejorar la salud porque supuestamente los humanos evolucionaron y se adaptaron a comer dichos alimentos. Varios pequeños estudios muestran que una dieta paleo puede provocar pérdida de peso, reducir los niveles de azúcar en la sangre y mejorar los factores de riesgo de enfermedades cardíacas.

Una dieta paleo no es baja en carbohidratos por definición, pero tiende a serlo en la práctica. Destaca las carnes, pescados, mariscos, huevos, verduras, frutas, tubérculos, frutos secos y semillas. Una dieta paleo estricta elimina los alimentos procesados, el azúcar añadido, los cere-

ales, las legumbres y los productos lácteos. Existen otras versiones populares, como el modelo primario y las dietas de salud perfecta. Todos ellos tienden a ser mucho más bajos en carbohidratos que una dieta occidental típica.

5. DIETA ATKINS

La dieta Atkins es el plan de alimentación bajo en carbohidratos más conocido. Implica reducir todos los alimentos ricos en carbohidratos y al mismo tiempo consumir tanta proteína y grasa como se desee. La dieta se divide en cuatro fases:

- **Fase 1: Inducción.** Consumes menos de 20 gramos de carbohidratos al día durante 2 semanas.

- **Fase 2: Equilibrio.** Agregas lentamente más nueces, verduras bajas en carbohidratos y frutas.

- **Fase 3: Puesta a punto.** Cuando te acerques a tu objetivo de peso, agrega más carbohidratos hasta que tu pérdida de peso sea más lenta.

- **Fase 4: Mantenimiento.** Come tantos carbohidratos saludables según lo tolere tu cuerpo sin recuperar el peso perdido.

La dieta Atkins fue satanizada originalmente, pero las investigaciones actuales indican que es segura y efectiva siempre que la ingesta de fibra sea adecuada. Esta dieta sigue siendo popular hoy en día.

Una dieta denominada Eco-Atkins es esencialmente una versión vegana de la dieta Atkins. Incluye alimentos e ingredientes vegetales con alto contenido de proteínas y/o grasas, como gluten, soya, nueces y aceites vegetales.



Aproximadamente el 25% de sus calorías provienen de los carbohidratos, el 30% de las proteínas y el 45% de las grasas. Como tal, tiene más carbohidratos que una dieta Atkins típica, pero aún así es mucho más baja que una dieta vegetariana típica. Un estudio de seis meses demostró que una dieta Eco-Atkins provocaba una mayor pérdida de peso y una mayor mejora en los factores de riesgo de enfermedades cardíacas que una dieta vegetariana alta en carbohidratos.





6. DIETA CERO CARBOHIDRATOS

Algunas personas prefieren eliminar todos los carbohidratos de su dieta. Esto se llama dieta cero carbohidratos y generalmente incluye solo alimentos de origen animal. Las personas que siguen una dieta cero carbohidratos comen carne, pescado, huevos y grasas animales como mantequilla y manteca de cerdo.


Algunos también añaden sal y especias. No hay estudios recientes que demuestren que una dieta sin carbohidratos sea segura. Sólo existe un estudio de caso, de 1930, en el que dos hombres no comieron más que carne y órganos durante un año, pero parecían gozar de buena salud. Una dieta sin carbohidratos carece de algunos nutrientes importantes, como la vitamina C y fibra. Por este motivo, general-

mente no se recomienda.

7.- DIETA MEDITERRÁNEA

Es muy popular, especialmente entre los profesionales de la salud. Se basa en las comidas tradicionales de los países mediterráneos de principios del siglo XX. Los estudios demuestran que esta dieta puede ayudar a prevenir enfermedades cardíacas, cáncer de mama y diabetes tipo 2. Un patrón de alimentación mediterráneo bajo en carbohidratos sigue el modelo de su dieta homónima, pero limita los alimentos ricos en carbohidratos como los cereales integrales.

A diferencia de una dieta baja en carbohidratos normal, ésta enfatiza más pescado graso en lugar de carne roja y más aceite de oliva virgen extra en lugar de grasas como la mantequilla. Una dieta mediterránea baja en carbohidratos puede ser mejor para la prevención de enfermedades cardíacas que otras dietas bajas en carbohidratos, aunque esto debe confirmarse en estudios.

Si vas a probar una dieta baja en carbohidratos, elige un plan que se adapte a tu estilo de vida, preferencias alimentarias y objetivos de salud personales. Lo que funciona para una persona puede no funcionar para otra, por eso la mejor dieta para ti es la que puedes convertir en un estilo de vida. 





moto: honda rebel 500 2024

NUEVA



VIEJA

ES C U E L A

Honda Rebel 500 2024

Es difícil dejar de lado el encanto que tienen las motos de antaño, aunque es inevitable negar el impacto que ha tenido la tecnología en los últimos años.

La Rebel 500 une lo mejor de dos mundos, pues es una máquina con diseño de la vieja escuela, pero equipada con asistencias y comodidades del siglo XXI. »





POR: AUTOMUNDO / MANUEL HUICI

Hace ya siete años que Honda actualizó por completo una de las familias más reconocidas de su portafolio, la gama Rebel, cuya versión 250 inició a miles de motociclistas en el mundo de las dos ruedas a mediados de los ochentas. En un principio, había solo dos modelos disponibles, de 300 y 500 centímetros cúbicos, cuyos motores están enfriados por agua y con inyección de combustible; hoy en día la hermana mayor es una cruiser en toda la extensión de la palabra con un motor de 1100cc (pero esa es una historia para otra ocasión). La Rebel tiene una estética mucho más deportiva que antes, que deja claro que busca atraer a un público joven, o no tanto, pues a este cuarentón le llena bastante la pupila. Además, resulta una opción ideal para quienes buscan una opción al coche para ir al trabajo, ya que su bajo peso le da una excelente agilidad en la ciudad.

Presentada en 1985, la Rebel fue diseñada para reflejar la cultura custom de las motos cruiser de aquel entonces, por lo cual las defensas recortadas, baja altura del asiento y



EN DETALLE

FICHA TÉCNICA

MOTOR	Bicilíndrico de 471 cc, refrigerado por líquido
POTENCIA	45 HP y 35.5 lb-pie
TRANSMISIÓN	Seis velocidades, por cadena
SUSPENSIÓN	Horquilla telescópica y trasera de doble amortiguador
FRENOS	Discos de 296 y 240 mm
TANQUE	11.3 litros
PESO	185 kg
PRECIO	\$7,199



las manijas tipo “buckhorn” fueron muy bien aceptadas. Sin embargo, todo por servir se acaba y la verdad ya se notaba el paso del tiempo. Sin duda, el ojo entrenado podrá notar las similitudes estéticas entre ambas generaciones, pero de ahí en fuera son tan diferentes como el agua y el aceite. >>





Las Rebel del siglo XXI llevan una llanta rueda ancha delante, salpicadera corta y un tanque de gasolina sobre los miembros expuestos del bastidor que, fiel al estilo bobber, también parece estar recortado. Una de las diferencias más evidentes con la generación previa es que el asiento es individual -y no para dos personas-, con un poco habitual bastidor metálico alrededor que funciona como base para los amortiguadores traseros.

El "esqueleto" de la Rebel es un chasis tubular de acero que se conecta con el motor en tres puntos con un par de tubos diagonales donde va montado el radiador, justo detrás de la tija. En lugar del viejo bastidor tubular, la nueva generación de la Rebel lleva una estructura externa similar a la de un bastidor Trellis y un subchasis de fundición de aluminio que soporta



los amortiguadores traseros, manteniendo bajo el peso en la parte posterior. Un basculante tubular y amortiguadores con resortes completan la suspensión en el eje trasero. Entre las novedades para este año tenemos un faro de LED reposicionado y unas luces de freno, también LED, que mejoran la visibilidad en ambos frentes. Las

horquillas delanteras de 41 mm con 12.11 centímetros de recorrido son bastante robustas para una moto tan pequeña y hacen que la Rebel sea muy cómoda de manejar; incluso ahora que las renovaron por unas con resortes más firmes en ambos ejes. Atrás, los amortiguadores dobles con coilovers tienen un recorrido de 9.57cm y tienen un ajuste mínimo de precarga. Lo que no ha cambiado es la altura del asiento, pues con 69cm, el del nuevo modelo es apenas 1.2cm más alto que el original.


El freno trasero es de disco de 240 mm con pinzas de un pistón que, sumado al de 296 del frente, resultan más que suficientes para detener a una moto ligera. Además, está disponible un sistema ABS que en Estados Unidos incrementa el precio en solo 300 dólares, una cifra





bastante razonable para la seguridad que ganas. Los rines son de 16 pulgadas en ambas ruedas, con llantas 130/90 delante y 150/80 atrás.

MOTOR Y TRANSMISIÓN

Si bien las cifras de potencia y torque del motor de 471 cc no son nada impresionantes por sí solas (45 HP y 35.5 lb-pie), hay que tener en cuenta que se trata de una moto muy ligera, de apenas 185 kg de peso, por lo cual tiene potencia de sobra para moverse con agilidad. En cuanto a la transmisión, hay una caja de seis velocidades con un clutch "a secas", sin un sistema antirrebote o asistencia hidráulica -a fin de cuentas, se trata de una moto de entrada para gente que no está acostumbrada a tales "exquisiteces". 







.. EL NUEVO
CITROËN AMI
PEQUEÑO PERO ESPACIOSO



ACTUALIZACIONES
DE MANERA REMOTA

MONITOREO
Y SOPORTE
24/7

CONECTIVIDAD SIN
PRECEDENTES

MÁS DE 550
UBICACIONES
EN LA RED
DE SERVICIO

HERRAMIENTAS
AVANZADAS DE
MANEJO DE FLOTA

Tu socio para largas distancias.

Cuando manejas los Mack Anthem®
Dormitorio, hacemos que nuestro
trabajo sea ayudarte a maximizar el tuyo.

Escanea con tu
teléfono para acceder



Entérate cómo Mack puede ayudarte en
MackTrucks.com/Partners

BORN READY.