

# SOY

Honduras

SOYDATOS.COM

AÑO 2 • N°13 • 09-2024



## MELISSA ALVARADO

CON EL AMOR COMO BANDERA Y FOCO,  
MELISSA ES UNA EMBAJADORA DEL CORAZÓN  
DE HONDURAS



# CAFÉ, DATOS E IDEAS

Las buenas ideas nacen con  
un buen café y muchos datos  
frescos y veraces.

Entre a [www.soydatos.com](http://www.soydatos.com),  
el portal independiente y  
especializado en negocios,  
economía y empresas  
de Honduras.

Un sitio confiable donde están  
los protagonistas de nuestra  
economía.



**SOYDATOS**  
.com

DATOS CLAROS, CAFÉ CALIENTE

ANUNCIE: +504 9990 1240



Linda Gutiérrez  
Directora



*"Mi país, no importa lo pequeño que sea, es para mí el mundo entero"*

Cirilo Villaverde



## ¡A celebrar nuestra bella Honduras!

Cada día necesitamos, como dice la canción, mirar a Honduras con otros ojos. Lo negativo está a la orden del día, es por esto que debemos enfocarnos en la búsqueda de lo positivo, lo bueno, lo bello. Y podemos empezar por nosotros mismos, regalando una sonrisa, una palabra de esperanza, tendiendo la mano al que podemos ayudar. Honduras se construye día a día, y siempre he dicho los buenos somos más y debemos comprometernos a dejar un legado positivo en esta bella tierra. ¡Amarla!

Amar a Honduras es un compromiso diario. Es valorar nuestra historia, respetar nuestras tradiciones, cuidar nuestro medio ambiente y apoyar a nuestras comunidades. ¡Juntos podemos construir un futuro mejor para nuestra patria!

¿Quieres recibir más información sobre nosotros o publicar en nuestro producto? Escríbenos a la directora [linda@agenciaalcance.com](mailto:linda@agenciaalcance.com)

**SOY**  
Honduras



Linda Gutiérrez  
Directora



José José Godoy  
Diseñador Gráfico



Iris Mejía  
Asesora Comercial

la máquina  
de ideas



Carlos Echeverri  
CEO La Máquina  
de Ideas Internacional



Mauricio Sarabia  
Presidente La Máquina  
de Ideas Internacional

**ALCANCE**  
INNOVACIÓN - COMUNICACIÓN - VENTAS



Heriberto Valdez H.  
CEO Grupo Alcance



Myrna Ivone  
Aparicio Oloño  
Directora de Admón.



Blanca Ramos  
Directora de Finanzas



Diego Vargas  
Director de  
Ventas Nacionales



Alan Ortega  
Director Creativo

OFICINA: Plaza Criolla. 2do. Nivel, Oficina 206, Blvd. Morazán, Colonia Palmira, Tegucigalpa, Honduras.

Modelo Editorial y Gráfico: La Máquina de Ideas. Correo: [soydatosnegocios@gmail.com](mailto:soydatosnegocios@gmail.com)

Celular: +504 9990 1240



[www.soydatos.com](http://www.soydatos.com)



CAROLINA MONTERO  
COACH INTERNACIONAL

## Por amor a Honduras, celebrando 203 años de independencia con orgullo y compromiso

**S**

*“ No basta con ondear la bandera y cantar el himno; es necesario que nuestro amor por la patria se refleje en nuestras acciones diarias “*

Septiembre, el mes de la patria, es una ocasión especial para reflexionar sobre lo que significa ser hondureño. Este año celebramos 203 años de independencia, un hito que nos invita no solo a recordar el pasado, sino también a pensar en el presente y el futuro de nuestra amada Honduras.

Hablar de amor a Honduras es hablar de compromiso, de la responsabilidad que cada uno de nosotros tiene para con esta tierra que nos ha visto nacer, crecer y luchar. La independencia que celebramos hoy no es solo un evento histórico, sino una oportunidad para renovar nuestra promesa de trabajar por un país mejor, un país más justo, más próspero y más unido.

Honduras es una nación rica en cultura, tradiciones y recursos naturales. Desde sus majestuosas montañas hasta sus hermosas costas, nuestro país es un tesoro que debemos proteger y valorar.

Sin embargo, el verdadero tesoro de Honduras es su gente. Somos un pueblo trabajador, resiliente y lleno de esperanza. A lo largo de estos 203 años, hemos enfrentado desafíos, pero también hemos demostrado que cuando nos unimos, somos capaces de superar cualquier obstáculo.

En este mes patrio, invito a cada hondureño a reflexionar sobre su papel en la construcción de la Honduras que todos soñamos. Por amor a Honduras, debemos comprometernos a ser ciudadanos responsables, a participar activamente en nuestras comuni-

dades, a cuidar de nuestros recursos y a ser agentes de cambio en nuestra sociedad.

No basta con ondear la bandera y cantar el himno; es necesario que nuestro amor por la patria se refleje en nuestras acciones diarias. Además, es crucial que inculquemos en las futuras generaciones el amor y el respeto por Honduras.

Debemos enseñarles que ser hondureños significa ser parte de una historia rica y diversa, que llevamos en nuestras venas el legado de los próceres que lucharon por nuestra libertad, y que está en nuestras manos continuar escribiendo la historia de nuestro país.

Honduras nos necesita a todos. Necesita de nuestra solidaridad, de nuestra innovación, de nuestro empeño en construir un país mejor. No debemos olvidar que la independencia no es solo un derecho, sino también una responsabilidad. Es el momento de trabajar juntos,

*“ Hemos enfrentado desafíos, pero también hemos demostrado que cuando nos unimos, somos capaces de superar cualquier obstáculo “*

“Creo videos cortos con el propósito de motivar, inspirar y ser una luz en la vida de cada espectador”.

---

Entrevista Linda Gutiérrez

# Melissa Alvarado

Con su empresa “Making History Through Love” esta hondureña impacta la vida de miles de personas con sus podcasts y sus eventos. Con el amor como bandera y foco, Melissa es una embajadora del corazón de Honduras



veces, la selección de un libro querido refleja el carácter y la personalidad del personaje entrevistado. Y en el caso de Melissa Alvarado, empresaria hondureña que desarrolla sus actividades en Estados Unidos y España, declara que su libro favorito es "Una mujer conforme al corazón de Dios".

Nada más cercano a lo que Melissa deja ver de su corazón en esta entrevista exclusiva. Cada respuesta, cada opinión, cada pensamiento, reflejan amor, corazón, propósito y Dios. Y no en el sentido religioso, sino con la fuerza de una empresaria que ha luchado duro por sus sueños.

## **Soy Honduras: ¿Qué significa recibir el reconocimiento por "Destacada Trayectoria" por el Consulado de Honduras en España?**

**Melissa Alvarado:** Recibir este reconocimiento ha sido una sorpresa profundamente emotiva. Han sido días de muchos retos, desvelos e incluso lágrimas, pero ver mis sueños hechos realidad me confirma que cada etapa ha valido la pena.

Este reconocimiento no solo celebra mis logros, sino también mi perseverancia y la pasión con la que he enfrentado cada desafío como también celebra el amor y el apoyo que he recibido de mi familia, colaboradores y mis amigos LV.

## **SH: ¿Cuál ha sido tu mayor reto como profesional?**

**MA:** El mayor reto de mi carrera fue la organización y producción de mi primer evento, "Making History Through Love". La magnitud del desafío era abrumadora, y sin una trayectoria que me respaldara, muchos dudaban de mi capacidad, especialmente por mi corta edad. Encontrar apoyo fue complicado y coordinar a 24 artistas de diferentes partes del mundo fue

logísticamente un desafío, pero también ha sido increíblemente emocionante. Superar esos obstáculos me enseñó la importancia de la fe en uno mismo, en Dios, en el poder del amor y la colaboración.

## **SH: ¿Hasta ahora cuál ha sido tu mayor satisfacción?**

Mi mayor satisfacción en la vida la experimenté con el nacimiento de mi hija, nada podrá igualar ni tan siquiera se podrá comparar con algo tan significativo en mi vida.

Profesionalmente, uno de mis eventos más recientes fue un logro inolvidable. Pude cumplir con las expectativas del público, de los artistas y tocar el corazón de más de 10,000 personas, fue una realización inmensa, profundamente gratificante y desafiante.

## **En Honduras, cada día surgen más emprendedores, ¿qué consejos les darías para hacer sus sueños realidad?**

**MA:** Nunca dejen de soñar, no permitan que los obstáculos los detengan. Las personas que han logrado grandes cosas en la vida no solo superaron desafíos, sino que muchas veces fracasaron, pero nunca se rindieron.

La persistencia es clave. Mantengan el enfoque claro y el corazón lleno de esperanza, porque los sueños se construyen paso a paso, con cada pequeño esfuerzo. Algo muy importante: disfruten del camino porque no es solo llegar a la meta sino de hacer del recorrido algo inolvidable.

## **SH: Tus proyectos o marcas siempre están relacionadas con la palabra amor, ¿puedes explicarnos por qué?**

**MA:** Para mí, el amor es vital. Cada uno de mis proyectos es un homenaje a esa concentración de amor. El amor es una fuente

*“ Cuando mi fuerza humana decae, comienzo a sentir las de Dios. Él es mi refugio, mi fuerza, mi todo ”*

de fuerza, pasión y coraje. Es ese motor que nos hace brillar y descubrir nuestra mejor versión. Nos permite ir evolucionando. El amor es uno de los mayores regalos de parte de Dios, y reflejar eso a través de mis proyectos es una manera de celebrar y compartir esa energía con el mundo.

## **SH: La mujer cumple muchos roles, hoy en día la vida es muy acelerada. ¿Es posible desarrollar una carrera profesional exitosa y ser mamá?**

**AM:** Es una excelente pregunta. Llevar la profesión y nuestro rol como madres lo acepto: es difícil! retador pero no es imposible! Requiere mucho de enfoque, organización, pasión y persistencia así que se agradece el apoyo de quienes nos rodean.

También puedo decir que la constante búsqueda de evolución y ser mamás nos permite encontrar la fuerza para lograrlo. Descubrimos una fuente inagotable de amor y motivación, lo que nos ayuda a superar el cansancio y los desafíos porque están presentes. La clave está en equilibrar, priorizar y nunca perder de vista nuestros sueños.

## **SH: En tu segmento de la Cadena CVC La voz en Miami, Florida, ¿cómo buscas inspirar a tus seguidores?**

**MA:** Siempre he tratado de darle un sentido profundo a mis pensamientos, creencias y a mi voz. Creo videos cortos en los que expreso mi opinión sobre temas relevantes, con el propósito de motivar, inspirar y ser una luz en la vida de cada espectador.

Las redes sociales y el mundo digital son herramientas poderosas para tocar corazones.

**Soy Honduras: ¿Cuando las cosas no salen bien, ¿de dónde viene tu fuerza para seguir adelante?**

**MA:** Cuando mi fuerza humana decae, comienzo a sentir las de Dios. Él es mi refugio, mi fuerza, mi todo. En Él encuentro más de mil razones para levantarme una vez más y continuar. En cada detalle de la vida veo su amor, y eso me ayuda a ponerme de pie nuevamente.

**SH: ¿Cuál es tu próximo proyecto en el área de producción?**

**MA:** Estoy trabajando en la organización de un evento en España para 2025. Aunque es muy pronto para revelar detalles, creo que si también es el sueño de Dios se llevará a cabo y podrán escuchar noticias pronto.

**SH: ¿Qué significa para ti compartir con tu hermana en el programa radial y podcast "Luna de Dos"?**

**MA:** Es muy significativo. Cuando comenzamos mi hermana había perdido la vista, lo que hizo la experiencia muy emotiva. He visto cómo ella encontró la fuerza para brillar a pesar de sus problemas. Luna de Dos fue la puerta para que nuestras largas horas de pláticas salieran a la luz en un formato podcast. He disfrutado mucho el detalle de conectar con el público, ver cómo también se alegran con nuestras buenas noticias, como por ejemplo, el hecho de que mi hermana recuperó su vista.

**¿Qué es lo que más extrañas de estar lejos de Honduras?**

**MA:** Extraño profundamente a mi familia y mi iglesia. Luego, están los manjares que degustamos en Honduras y la calidez humana de la gente.

“*Extraño profundamente a mi familia y mi iglesia. Luego, están los manjares que degustamos en Honduras y la calidez humana de la gente.*”



## ¿Quién es ?

Nombre completo: Melissa Carolina Alvarado Cruz.

Profesión: Empresaria.

Nombre de empresa: Making History Through Love.

Frase que la inspira: Nacimos para amar y ser amados.

Libro favorito: Una mujer conforme al corazón de Dios de Elizabeth George.

Persona que admira: No puedo elegir una persona, así que diré: Mis padres, mis hermanos, mi esposo y mi hija Linita.

*“Trato de inspirar a través de mis telas con imágenes y palabras en lengua garífuna”*

# Ligia Moreira

Ligia Moreira es una diseñadora hondureña -de cultura garífuna- y experta en marketing. Ella toma los rasgos de identidad de su cultura garífuna del norte de Honduras y crea piezas que se venden en todo el mundo. La cultura garífuna ha sido declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO.

**L**a cultura garífuna en Honduras es un rico tapiz tejido con hilos de resistencia, música, tradición y un profundo amor por el mar. Descendientes de africanos y amerindios caribeños, los garífunas llegaron a las costas hondureñas en el siglo XVIII, arraigándose en comunidades a lo largo del litoral atlántico.

Ligia Moreira es una diseñadora hondureña y experta en marketing. Ella toma los rasgos de identidad de la cultura garífuna y crea piezas que se venden en todo el mundo. Sus telas son parte de esa tendencia en la búsqueda y rescate de tradiciones y cultura que buscan los mercados para diferenciarse de lo masivo.

**Ligia, ¿cómo has visto evolucionar la moda étnica a lo largo de los años? ¿Crees que ha ganado mayor reconocimiento y aceptación?**

La forma de vestir de cada cultura ha sido fundamental para la continuidad de las nuevas generaciones, nos da la característica única que tenemos y reafirman nuestra cultura. Siempre ha sido reconocido, solo que ahora es fuente de inspiración para modas actuales.

**¿Qué elementos específicos de la cultura garífuna te inspiran a la hora de diseñar tus colecciones? ¿Cómo trasladas esos elementos a prendas contemporáneas?**

La cultura garífuna tiene tanto que contar que es muy fácil inspirarse, trato de incorporar muy respetuosamente lo más básico en cuanto se trata a danzas, cantos, lenguaje, comidas y más.

**¿Qué elementos diferenciales encuentras en la estética garífuna en comparación con otras culturas in-**

**dígenas de la región? ¿Cómo resaltas esos elementos únicos en tus diseños?**

Los garífunas tenemos nuestra propia historia. Es un pueblo vivo que no ha dejado a un lado sus creencias y costumbres. Tenemos la ventaja de aún hablar nuestra lengua. Somos un pueblo que se quiere y se reúne, no importa donde estemos en el mundo, eso hace que nuestra historia continúe, por ello resalto nuestra lengua en las prendas para que puedan seguir contando nuestra historia al andar.

**¿Qué materiales utilizas principalmente en tus diseños? ¿Priorizas materiales naturales y sostenibles? ¿Cómo seleccionas los textiles y cómo aseguras su calidad?**

Utilizo materiales de alta calidad y diversos ya que cada colección es detalladamente distinta y claro lo sostenible es a prioridad. Mi marca "Garifashion" es una marca de "slow fashion", moda lenta. La cantidad de prendas de cada estilo son muy pocas para no tener que hacer desperdicios.

**¿Quién elabora tus prendas? ¿Trabajas con artesanas garífunas o con talleres especializados? ¿Cómo aseguras que el proceso de producción sea justo y sostenible?**

La elaboración de las prendas la hago yo personalmente, pero hay ocasiones que me ayudan dos mujeres garífunas que son expertas en la confección de prendas desde años. Eso ayuda a poder tener control de lo que se elabora y cómo se elabora.

**¿A quién va dirigido Garifashion? ¿Es un mercado local, nacional o internacional? ¿Cómo has logrado posicionar tu marca en el mercado?**

Mi moda va dirigida a todos aquellos

que les guste lo que hacemos, hemos tenido todo tipo de clientes tanto dentro como fuera de Estados Unidos. Hacemos envíos a todas partes del mundo.

¿Qué acciones concretas realizas para hacer de Garifashion una marca sostenible? ¿Cómo equilibras la preservación de la cultura con las demandas de la moda rápida?

Utilizamos materiales textiles que se obtienen a partir de fibras de poliéster reciclado, contribuyendo así a un menor impacto medioambiental en su fabricación.

¿Cómo apoyas a las comunidades garífunas? ¿Inviertes en proyectos sociales o colaboras con organizaciones locales?

Hemos estado en colaboración con algunas organizaciones sin fines de lucro ayudando tanto a personas garífunas y latinas aquí en Estados , dando talleres de moda y confección a jóvenes de varias edades.

¿Qué valores de la cultura garífuna consideras más importantes y cómo los transmites a través de tus diseños?

Trato de inspirar y alentar a través de mis telas donde están impresas imágenes y palabras en nuestra lengua garífuna. Para sentirnos orgullosos con diseños únicos.

¿Cuáles son los signos de identidad más representativos de la cultura garífuna que has incorporado en tus colecciones?

Trabajo con todo el abanico de riqueza cultural de los garífunas, como son la lengua materna garífuna, los instrumentos musicales como el caracol, el tambor. También con utensilios de cocina como el mortero, rallador de coco, la llamada culebra para hacer cazabe, entre otros. Y la parte de color, muchas prendas reflejan los colores de la bandera garífuna: amarillo, blanco y negro ( el amarillo es para esperanza y liberación, el blanco es paz y libertad y el color negro es por África,



“ Los garífunas tenemos nuestra propia historia. Es un pueblo vivo que no ha dejado a un lado sus creencias y costumbres”

muerte y sufrimiento). También incorporo elementos para la pesca.

### **¿Cuáles son tus planes a futuro para Garifashion?**

Por ahora estamos trabajando mucho en lo que tenemos en la actualidad. Preferimos seguir mejorando en la calidad de nuestros productos.

### **¿Qué legado te gustaría dejar con Garifashion? ¿Cómo ves el futuro de la moda étnica y el papel que pueden jugar marcas como la tuya?**

La moda garífuna es muy importante, pues ayuda a reflejar lo que somos como cultura, es importante la manera en que lo exponemos. Garifashion hace representación en grandes pasarelas de modas utilizando nuestros elementos y exponiéndolo en el mundo de la alta costura.

### **¿Cuál ha sido el mayor desafío que has enfrentado al crear Garifashion?**

El mayor desafío fue comenzar, la falta de información y quién pudiera ayudarme. Esos factores fueron lo más complicado, ya que no había nadie que hubiera hecho lo que ahora hago.

### **¿Cómo te mantienes actualizada**

### **sobre las últimas tendencias de la moda sin perder de vista tus raíces?**

El diseñador siempre está a la vanguardia, hay mucho bombardeo de información por todos lados, eso ayuda estar activo, pero la idea es no perder nuestro centro que es implementar nuestras ideas.

### **¿Qué mensaje quieres transmitir con tus diseños?**

Mi mensaje es no olvidar nuestras raíces, sin importar en donde estemos. Que nuestra prenda nos ayude a estar cerca de casa utilizándola ya sea de una manera moderna o autóctona. Poder transmitir nuestro amor por la cultura garífuna a nuestras nuevas generaciones y que el mundo pueda conocernos más y más.

### **¿Cómo te gustaría que la gente perciba la cultura garífuna a través de tu marca?**

Como una cultura viva, que las personas quieran saber aún más sobre quiénes somos y nuestra historia.



### **¿Quién es ?**

Lugar de nacimiento  
Puerto Cortes,  
Honduras

Estudios  
Licenciada en  
Mercadotecnia San  
Pedro Sula / UPS

Frase favorita  
"Haz lo que puedas con  
lo que tengas en donde  
estés"



# Renace el lujo en Roatán: la reapertura del Hotel Media Luna Resort.

**El Hotel Media Luna Resort en Roatán ha reabierto sus puertas, ofreciendo una experiencia de lujo renovada y un compromiso con la comunidad local. Con una propuesta gastronómica de primer nivel y actividades para toda la familia, este resort se posiciona como un destino ideal para los viajeros exigentes.**

El Hotel Media Luna Resort es el destino perfecto para que las familias creen recuerdos inolvidables sin gastar una for-

tuna. Con una ubicación privilegiada en la costa este de Roatán, este resort ofrece una combinación única de lujo, diversión y accesibilidad. Los niños se divertirán en grande con las actividades diseñadas especialmente para ellos, mientras que los adultos podrán relajarse en la piscina o explorar los alrededores.

Situado en la playa de Roatán, Media Luna Resort and Spa ofrece impresionantes vistas a las cristalinas aguas del mar Caribe. Con tan solo 21 kilómetros por re-

correr desde el aeropuerto, su escapada al paraíso comienza al llegar. Quedará cautivado de inmediato por la belleza natural que lo rodea.

## **Una oferta gastronómica diferente**

El chef Samuel Lobo, reconocido internacionalmente por su creatividad y pasión por los ingredientes frescos, ha diseñado una propuesta gastronómica única para el Hotel Media Luna Resort. Utilizando productos locales de la más alta calidad, el chef Lobo ha creado un



menú que celebra los sabores del Caribe. Los huéspedes podrán disfrutar de platos elaborados con pescados y mariscos frescos, frutas tropicales exóticas y una variedad de hierbas aromáticas.

Piero Dibattista, presidente de HM Resort, resalta que la reapertura del Hotel Media Luna Resort impulsa la economía local. La inversión en el resort genera empleo y favorece el desarrollo de la infraestructura en Roatán, beneficiando a la comunidad y los negocios locales.

### **Sostenibilidad y apoyo a la comunidad**

El Hotel Media Luna Resort es un ejemplo de cómo el turismo y la sostenibilidad pueden ir de la mano. A través de la implementación de prácticas ecológicas como la gestión eficiente del agua y la reducción de residuos, el resort minimiza su impacto ambiental. Al mismo tiempo, al colaborar con proveedores locales y generar empleo, el resort contribuye al bienestar de la comunidad y fomenta el desarrollo económico de la región.

### **Servicios completos**

El hotel cubre toda la gama de amenidades y facilidades para los visitantes, tanto quienes hacen turismo familiar como de negocios.

Playa privada, Restaurantes y bar o lounge. Alberca al aire libre, Sala de fitness, Toallas de playa, Bar junto a la alberca, Salas de juntas. Además, traslados desde/hacia el aeropuerto y conexión con la terminal de ferry, entre otras facilidades.

El hotel Media Luna Resort & SPA fue hecho utilizando sistemas constructivos eco compatibles, sus 126 bungalows están perfectamente integrados en exuberante jardín tropical. Todas las habitaciones están dotadas de camas matrimoniales King Size o de 2 camas Queen size, baños privados, aire acondicionado, caja de seguridad gratuita, secador de pelo, TV satelital y terraza. Las características arquitectónicas que armonizan toda la estructura en una perfecta comunión con la playa y una maravillosa terraza enlazada con una verdadera playa que rodea esta bella bahía.

### **Milton Bay, un paraíso en Roatán**

Milton Bay, también conocida como Half Moon Bay es un destino que encanta con sus colores verdes intensos de su espléndida y lujurante vegetación que la rodea así como los diversos colores azules de sus cristalinas aguas. El hotel se encuentra delante de esta bellísima bahía. El Hotel Media Luna Resort goza de una posición privilegiada y exclusiva, rodeado de esplendidos jardines tropicales y sumergidos en un ambiente de incontables azules turquesas. Aquí la naturaleza es la absoluta protagonista.

### **Para los amantes del buceo**

La barrera coralina y los fondos marinos son un verdadero paraíso a explorar, perfecto para los amantes del submarinismo y de las actividades de snorkeling. La barrera coralina todavía está intacta en su estado natural y las especies que la habitan son innumerables disfrutando de la paz y la tranquilidad de la zona. Esta es una verdadera isla del tesoro y el hotel ofrece propiamente a sus clientes unas vacaciones llenas de relax y de confort en pleno contacto con la naturaleza circundante.

A woman in a vibrant, multi-colored traditional Honduran dress with a large, flowing skirt is dancing with a man in a white shirt and a wide-brimmed hat. They are outdoors at sunset, with mountains in the background. The woman's dress features horizontal stripes of pink, purple, blue, and white. The man is kneeling on one knee, holding her hand. The scene is bathed in the warm, golden light of the setting sun.

# En el mes de la patria, dancemos con amor por Honduras

Los bailes folclóricos de Honduras incorporan elementos de los antepasados indígenas, europeos y africanos que se han fusionado para formar el tapiz cultural que con orgullo llamamos Honduras.

A man and a woman are shown in profile, facing each other and holding hands as if dancing. The man is on the left, wearing a white long-sleeved shirt, dark trousers, and a wide-brimmed straw hat. The woman is on the right, wearing a white lace-trimmed off-the-shoulder top and a long, flowing green skirt with a wide, colorful patterned border. Her hair is styled in a bun with a large yellow rose and white flowers. The background is a soft, golden sunset over a landscape with hills and trees.

La mezcla incluye danzas que se han originado localmente, así como bailes que han sido llevados por personas de los países y regiones circundantes. Como reflejo de nuestra historia y cultura, las tradiciones folclóricas acompañaron y representaron acontecimientos significativos en la vida de las personas.

Los bailes folclóricos hondureños de hoy representan estos procesos históricos.

Honduras cuenta con áreas de danza muy marcadas Las Danzas Indígenas; Las danzas mestiza/mestizo y las danzas afro-caribeña; cada una representativas en su folclore.

Dentro del área indígena tenemos: danzas bailadas por los indígenas de nuestro país. Tawhakas, Lencas, Mismitos, maya chorti, pech, Tolupanes.

En las danza Criolla o Mestiza, es aquella bailada por los ladinos, y se clasifica: Danzas del Tiempo de la República de influencia Colonia, Danzas Mestiza, danza Mesiza con influencia.

En las danzas afro - caribeñas destacan las danzas garifunas (resultado de la mezcla de culturas africanas y Arahuaca, entre ellas destacan la parranda, y el Wanaragua.

En la actualidad hay documentadas más de 140 danzas folklóricas.

## Algunas danzas mestizas

Arranca Terrones  
El Barreño  
Danza Cacautare  
La Cadena Guancapla  
El Cascareño  
La Colosuca  
La Correa  
El Corrido a las Chapias  
El Corrido de las Fichas  
El Cututeo Rápida  
El Destro  
El Destrocón  
El Distro (y de influencia indígena)  
La Duyureña  
El Esquipuleño  
La Farifumba  
Frente a la Guatalera

La Guanesteña  
El Guapango Chilqueño  
El Guapango Chorotega  
El Guapango del Río  
El Jutiquire  
Los Lirios  
Macheteado Musical  
El Palito Verde  
El Palito Verde de Guancapla  
Las Peinitas  
La Picoteña  
La Piunga  
La Polca Corrida  
La Polca de la Enea  
Polca Los Manguitos  
Polca de María Luisa  
La Polca Marcada

Polca de La Novia  
Polca del Plato  
La Polca de Rosa  
La Polca Sanjuanera  
Raíces de los Castellanos o Corrido  
de las Fichas  
El Revuelto  
El Sueñito que tengo  
El Suspiro  
La Tronconera  
Vals destro (o El Palito Verde de Intibucá)  
El Xungui-Xungui  
El Zapateado  
El Zapateado Paceño  
La Zarandita

# SOY

Honduras

SOYDATOS.COM

AÑO 2 • N°13 • 09-2024



# 2023

1821- 2024