



Dr. Simi®

# Simiinforma

POR UN PAIS MEJOR ©

Lo bueno también es noticia

Noviembre de 2008. Núm. 252

610 mil ejem

simi\_informa@porunpaismejor.com.mx

www.siminforma.com.mx

■ **El Dr. Simi en Acción:**  
**Análisis Clínicos,**  
**opción de salud**



3

■ **México y el mundo:**



Tras los restos de  
una Revolución

7



Fraternidad de jóvenes,  
esperanza de  
vida nueva



5



**Somos  
gorditos  
¿desnutridos?**

Moisés Sánchez Olvera

Si bien es cierto que todo cambia, no debemos pasar por alto que en los últimos 20 años nuestros hábitos alimenticios, el estrés cotidiano y la cada vez más corta probabilidad de comer en casa han dado al traste con el sueño de una vida plena y sana.

Ejemplos, desde luego, sobran; sin embargo, no deja de alarmar un hecho contundente: De acuerdo con los resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006, en México no sólo somos más "gorditos"... sino cada vez más desnutridos.

Si es de los que cree que mientras más "lletitos", más sanos, le diremos -otra vez- que está en un error, aunque el yerro parece más difícil de erradicar. Si no, cómo explicar que la encuesta revela un incremento en el sobrepeso y la obesidad en todos los grupos de población (a partir de la edad escolar), sin distinción de área de residencia, entidad federativa o zona del país, y también que 13 de cada 100 mexicanos padecen problemas de anemia crónica.

**Padecen obesidad:**

**5 de cada 100 bebés**  
**(menores de 11 meses)**

**1 de cada 40 niños**  
**(en edad escolar)**

**1 de cada tres adolescentes**

**7 de cada 10 adultos**

En este mes de la revolución te ofrecemos

**10%** de descuento en

**Estudios clínicos**  
**Ultrasonido**  
**Electrocardiograma**

En todas nuestras unidades

\* Vigencia del 13 al 17 de noviembre de 2008



6



Mientras otros  
suben precios,  
el Dr. Simi los mantiene  
igual de baratos,  
en Farmacias Similares;  
la salud  
dejó de ser un lujo



SIMITEL: 01800 911 6666

### Nuevo apoyo de Contraloría a Tabasco



Foto: Víctor Araujo

Ma. Teresa Hernández de Mancilla, Vicepresidenta de Acción Social y Desarrollo Comunitario, recibió de la Dirección de Contraloría del Grupo Por Un País Mejor una donación de despensas y diversos productos para damnificados del estado de Tabasco

### Ópticas Krystal se suma a la labor altruista del Grupo Por Un País Mejor



El doctor José Luis Espinoza se suma a los hombres que día tras día demuestran su compromiso con México; prueba de ello es el generoso donativo que hizo a la Fundación Niños de Eugenia y que consistió en exámenes de la vista para todas las pequeñitas que viven en la casa de Tepoztlán, así como la entrega de 15 pares de anteojos.

Él, como muchas personas que cambian el destino de nuestro país, también estará en la VI Feria Nacional del Altruismo.



Farmacias de Similares S.A. de C.V.  
y El Grupo Por Un País Mejor A.C.

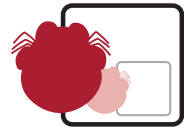
Expresamos nuestras más sentidas  
condolencias a la familia del licenciado

**Juan Camilo Mouriño Terrazo**

Las hacemos extensivas a los mexicanos y amigos  
afectados, esperando que ante estos difíciles  
momentos, alcancen pronta resignación

México, D.F. noviembre de 2008





## Columna invitada



• • • Ma. Teresa Hernández de Mancilla

## La fiesta del amor

En el marco del Día Internacional del Altruismo, por sexto año de manera consecutiva, el Grupo Por un País Mejor celebra la Feria Nacional del Altruismo, un espacio dedicado a enaltecer el trabajo de los hombres y mujeres que a través del servicio a sus semejantes encontraron la verdadera esencia de la vida.

Este año, la gran fiesta que fomenta la solidaridad con los grupos que más lo necesitan, cumple seis años de abrir un espacio al trabajo de la sociedad civil organizada y, de manera paralela, de entregar los ya tradicionales reconocimientos Unidos para Ayudar y Por un País Mejor.

Dichos premios, instituidos por Víctor González Torres -Premio Nacional al Altruismo 2003-, representan el primer esfuerzo serio para promover la ayuda y, así, incidir en la construcción de un México más igualitario.

El primero de ellos, llamado Unidos para Ayudar, se otorga a instituciones que se distinguen por su valiosa labor de servicio en favor de los que menos tienen y consta de premios en efectivo que este año ascienden a más de un millón de pesos.

El primer sitio obtiene 250 mil pesos; el segundo, \$150 mil; tercer lugar, \$75 mil; cuarto, \$50 mil y por la quinta posición, 25 mil pesos.

En lo que se refiere al galardón Por un País Mejor, éste se otorga a las personas que por su compromiso social contribuyen sustancialmente a mejorar las condiciones de vida de sus semejantes; en esta categoría, el lugar de honor recibe una medalla de oro; el segundo, presea de plata; bronce al tercero y, por último, los dos restantes se hacen acreedores a un diploma de reconocimiento.

En esta ocasión, la Vicepresidencia de Acción Social y Desarrollo Comunitario del Grupo Por un País Mejor se honra en recibir, durante todo un día, a los actores sociales que hacen de México un lugar más digno y que no obstante las dificultades, hacen a un lado el egoísmo y tienden una mano al que nos pide ayuda.

La feria se realiza este jueves 20 de noviembre (de 11 de la mañana a 20 horas), en el centro de convenciones y exposiciones World Trade Center, salón México.

La entrada es gratuita.

No deje pasar esta oportunidad de conocer este trabajo que enriquece vidas. Recuerde que México necesita manos para ayudar y corazones para amar.



Foto: Miguel Ángel Sánchez

¿Sabía usted que, por el número de consultas que brinda mensualmente, la Fundación Best ya es la segunda institución de salud en el país, sólo detrás del IMSS, que otorga casi 8 millones de ellas?

Es un verdadero logro del Grupo Por Un País Mejor y de los más de seis mil hombres y mujeres que, sin lucrarse, honran su compromiso social y demuestran que la salud sí puede estar al alcance de todos. Es posible, entonces, otorgar una atención de calidad y calidez a todos los pacientes.

## Análisis Clínicos del Dr. Simi, verdadera opción de salud

Miguel Ángel Sánchez

A través de la campaña "La Salud Dejó de ser un Lujo", los Análisis Clínicos del Dr. Simi se han posicionado como una opción de salud dentro del rubro del diagnóstico de enfermedades, al lograr un crecimiento constante en cinco años de servicio.

María del Carmen Villafaña, vicepresidenta de Salud del Grupo Por Un País Mejor, señaló que antes de la llegada de esta empresa, perteneciente al corporativo que dirige Víctor González Torres, las personas no podían pagar servicios de análisis clínicos porque eran muy caros, pero ahora gracias al apoyo del Dr. Simi las cosas han cambiado.

"Nosotros sabemos que en el Grupo Por Un País Mejor la salud ya no es un lujo; la salud nosotros la hemos brindado a los costos accesibles a todo los mexicanos. Somos una opción y ahora más por la crisis económica mundial".

Villafaña Peralta resaltó que los Análisis Clínicos del Dr. Simi son cada vez más importantes ante el crecimiento de distintas enfermedades en el país, sobre todo porque en México no existe el hábito de evaluarse periódicamente.

Explicó que las personas pueden encontrar todos los servicios clínicos; en promedio se hacen 2 mil 500 pruebas diarias en estudios como: química sanguínea, electrocardiograma, ultrasonido, Rayos X, papanicolaou, endoscopia, colposcopia, mastografía, densitometría ósea y audiometría.

De ahí que los Análisis Clínicos del Dr. Simi se encuentran en expansión ya que cuentan con 160 unidades repartidas en las principales ciudades del país, a más de 15 más que están por abrir en los próximos meses, y a otras 16 que forman parte de la modalidad de franquicias, con las cuales se busca llegar a todos los rincones de la república mexicana.

Asimismo, indicó que se cuenta con personal calificado e instalaciones con tecnología de punta, como es el caso de los electrocardiogramas cuyo análisis o diagnóstico se realiza por internet y

sin modificación de trato, pues en la actualidad muchos cardiólogos interpretan los estudios en línea para diagnosticar algún mal y salvar vidas. "Somos la opción más económica del país, eso es un hecho, y somos un laboratorio garantizado de calidad. Es decir, cualquier estudio que se hagan con nosotros saben que detrás, hay gente profesional".

Por último destacó que, como un "plus", quienes acuden a los Laboratorios Best saben que siempre se hacen promociones para apoyar a la economía familiar, pues hay paquetes que incluyen varios estudios a precios bajos, como el que se ofrece periódicamente en las páginas de Siminforma o directamente en cada sucursal dependiendo la temporada del año; tal es el que se aplica en la cuesta de enero donde se otorga 10 por ciento de descuento, sin que esto signifique dejar de lado la calidad.



Foto: Miguel Ángel Sánchez

Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce

## Una pandilla, en favor del ambiente

Dr. Simi

Antes de comenzar con mi consejo de esta semana, permítanme agradecer los correos electrónicos que me llegaron a [simi\\_inforna@porunpaismejor.com.mx](mailto:simi_inforna@porunpaismejor.com.mx), en donde niños de todas las edades me consultan cómo ayudar a conservar el ambiente.

En particular, le mando un abrazo a Vanessa Ramírez, de 8 años, quien me solicitó algunos "tips", para apoyar al planeta desde su escuela.

Lo que les propongo es crear una pandilla en favor del ambiente, en la cual se tome conciencia de que en el planeta Tierra todos los seres humanos encontramos el agua, tierra, fuego y aire, que nos permiten subsistir, desarrollarnos y convivir con

otros seres vivos, por lo cual debemos de protegerlo y cuidarlo.

Hay que tomar en cuenta que cada una de nuestras acciones repercute en el funcionamiento del planeta y por lo tanto nuestros hábitos deben modificarse con el fin de que los recursos naturales se conserven, pues sin ellos, la vida se extinguiría.

En casa, lo primordial es el ahorro de la energía eléctrica y el agua, también lo debe ser en tu colegio; por lo tanto, propongo verificar que a la hora del recreo o cada vez que alguno utilice los sanitarios, no desperdicien el agua.

Con respecto del uso de energía, puedes proponer a los adultos el cambio de los focos regulares por ahorradores y vigilar que se apaguen los de los salones cuando se desocupen.



Coloca botes para separar la basura orgánica e inorgánica. Es muy importante que te organices con tus compañeros para mantener limpio y ordenado tu espacio escolar.

Junto con tus compañeros de escuela y vecinos planta más árboles.

Estas primeras ideas que te mando para que colabores desde tu escuela, te permitirán que ayudes al ambiente y que fomentes mejores relaciones personales con tus compañeros y maestros.

En equipo realizamos mejor el trabajo, así que para enriquecer esta sección, mándame las formas que recientemente hayas aprendido sobre cuidado del ambiente.

Reutiliza • Recicla • Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce

Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce • Reutiliza • Recicla • Reduce

## Camino a la VI Feria Nacional del Altruismo Honor, a quien honor merece

Moisés Sánchez y Miguel Ángel Sánchez

La cuenta regresiva para la VI Feria Nacional del Altruismo se puso en marcha y, con ella, un gran trabajo de logística por todo el país. El objetivo es reconocer a las personas e instituciones que por su labor inciden en el bienestar de cada vez más mexicanos. Por ello, la Fundación del Dr. Simi convocó desde el pasado mes de julio a postular a los hombres, mujeres y organizaciones más comprometidas con la sociedad, que ganarán un

lugar en la gran final, que se realizará el 20 de noviembre, en el World Trade Center de la Ciudad de México, en el marco del Día Internacional del Altruismo. Camino a esta final, se realizaron los certámenes estatales y de dos ellos vamos a platicarle: Primero, de la final de la Zona 1, Distrito Federal, que se verificó en el Club de Periodistas de México. Durante más de 4 horas los candidatos e instituciones pos-

tulados para los premios Por Un País Mejor y Unidos Para Ayudar expusieron el modelo asistencial que les permite brindar atención en los rubros de educación, salud y alimentación.

De esta manera, el jurado calificador -integrado por especialistas en materia asistencial- decidió otorgar el premio Por Un País Mejor (que reconoce a hombres o mujeres con alto compromiso social) al médico veterinario Cuauhtémoc Paredes Vargas, quien pertenece al Club de Leones Venustiano Carranza.

Desde hace tres decenios, el doctor Paredes coordina brigadas médico asistenciales en favor de niños, jóvenes y personas con discapacidad en las delegaciones Álvaro Obregón, Benito Juárez, Xochimilco y del municipio del Valle del Mezquital.

Sin embargo, el momento emotivo de la jornada se vivió con la deliberación de la institución que representará a la Fundación del Dr. Simi D.F. Zona 1 por el premio Unidos Para Ayudar (que reconoce a instituciones que realizan labores ejemplares en favor de los más desprotegidos).

El honor recayó en el Centro de Acompañamiento y Recuperación de Desarrollo Integral, A.C. (CARDI), institución que es atendida por la orden de los Agustinos Recoletos.

La casa de todos en la Ciudad de México como se le conoce en la colonia Doctores brinda atención a familiares de enfermos del Hospital General y del "Federico Gómez", a

quienes les ofrecen medicamento gratuito, estudios médicos, terapia psicológica, hospedaje y alimentación.

El CARDI ya construye un nuevo centro que les permitirá brindar atención de manera independiente a familiares de pacientes provenientes del interior del país y que en su mayoría son de escasos recursos.

### Premios en Morelos

Una ceremonia semejante se realizó en Morelos, donde la Fundación del Dr. Simi entregó los reconocimientos Por Un País Mejor y Unidos Para Ayudar a las personas e instituciones de la entidad que, ahora, vienen a la Ciudad de México para concursar por los galardones nacionales.

La ceremonia se realizó en la Casa de Religiosas del Sagrado Corazón de María, con la presencia de María Teresa Hernández de Mancilla, vicepresidenta de Acción Social y Desarrollo Comunitario del Grupo Por Un País Mejor.

El ganador del premio Por Un País Mejor fue Joel Cruz, quien encabeza un proyecto educativo para niños y niñas que no tuvieron suerte de inscribirse en la matrícula oficial; con el apoyo de un grupo de personas, les brinda, además, comida y atención.

En cuanto al premio Unidos Para Ayudar el honor correspondió a la Asociación Senil Morelense Otilio Montaña, dirigida por la señora Blanca Estela Ríos, organismo que trabaja con adultos mayores y personas de escasos recursos, en Temixco, Morelos.



Foto: Víctor Macedo

El Centro de Acompañamiento y Recuperación de Desarrollo Integral (CARDI) fue uno de los ganadores estatales del premio Unidos Para Ayudar

## Certámenes Estatales Premios "Por Un País Mejor" y "Unidos para Ayudar"

### DELEGACIÓN UNIDOS PARA AYUDAR

Tijuana, B. C.	Ejército de Salvación, A. C.
Saltillo, Coahuila	Patronato de la Casa de los Niños de Saltillo, A. C.
Chiapas	Fundación Vidas sin Cáncer, A. C.
D.F. Zona 1	Centro de Acompañamiento y Recuperación de Desarrollo Integral, A.C. (CARDI)
D.F. Zona 2	ADEPAM, Gabriela Brimmer, I. A. P.
D.F. Zona 3	Fundación Dr. José María Álvarez, I. A. P.
D.F. Zona 4	Discapacitados de Chalco y Zona Oriente en Busca de una Esperanza, A.C.
Estado de México Norte	Ministerio Vive, A. C.
Estado de México Toluca	Un Amor tan Grande a los Niños, I. A. P.
Guanajuato	Hogar la Sonrisa de los Niños, A. C.
Guerrero	Hogar Infantil Marsh, A. C.
Hidalgo	Fundación Altruista San Francisco, A. C.
Morelos	Asociación Senil Morelense Otilio Montaña, A. C.
Oaxaca	Sonyee, A. C.
Querétaro	Fundación Josefa Vergara y Hernández, I. A. P.
Quintana Roo	Asociación de Padres de Familia con Hijos Deficientes Mentales de Benito Juárez, A. C.
Sonora	Casa Amiga Albergue Humanitario, I. A. P.
Tabasco	Fundación Emmanuel, I. A. P.
Tlaxcala	Asociación de Minusválidos del Estado de Tlaxcala Gente Nueva, A. C.
Veracruz	Ejército de Salvación, A. C.
Yucatán	Grupo Kerigma, A. C.

### POR UN PAÍS MEJOR

Sra. Martha Huerta Carranza
Lic. Norma Rodríguez García
Sra. Mireyda Alemán Escarpulli
Dr. Cuauhtémoc Paredes Vargas
Maestra Cecilia Silva Reyes
Sra. Leticia Serrano Camacho
Sra. Basilisa Nolasco Carreño
Mayor Josué Alejandro Mojica
Sr. Gamaliel Cerda Elias
Sra. Virginia Beatriz Salazar Ramirez
Sra. Emilia Palma Damián
Sr. Nicolás Godínez Sánchez
Lic. Joel Cruz Benítez
<b>Desierto</b>
Padre Clifford Anthony Norman
Sra. Olga Lusena Dillanes
Sra. Guadalupe Velarde González
Sra. Ana de Carmen Jiménez Olan
Sr. José Hermilo Rojas Arenas
Profra. Beatriz Ruiz de Lara Cetina
Sr. Luis Francisco Mungaray Martinez

**¡Ya falta menos!**  
Todos tenemos una cita  
el 20 de noviembre  
en el WTC, ciudad de México



## Una vida truncada por la droga

- Era una promesa del basquetbol, hasta que se topó con la cocaína
- La Fraternidad Internacional de Jóvenes le brindó una esperanza

Víctor Araujo

Acarició un sueño y a punto estuvo de coronarlo. En el argot del basquetbol, diríamos que unos segundos le apartaron de la canasta...

El sueño de Alberto Ramírez era convertirse en basquetbolista profesional y estuvo cerca de conseguirlo; trabajó mucho en ello, pero al tratar de driblar a la vida, ésta le comió un foul.

"Comencé a jugar a los ocho años y a los 12 estuve en mi primer campeonato; así fui tomándole aprecio a este deporte y así, también, la construcción de un sueño: llegar a ser profesional."

Con 26 años a cuestas, Alberto nos dice que luchaba día tras día para superarse en el baloncesto; más, cuando comenzó a recibir estímulos económicos, época en la que, por cierto, también llegaron las "amistades" que le invitaron a probar la marihuana y la cocaína.

Hoy, en retrospectiva, Alberto puede coincidir que era una víctima ideal: en su casa había desintegración familiar y su papá era alcohólico; sin embargo, reconoce que fue el deporte el que le permitió desahogarse.

"Estudiaba en un CEBETYS mi último año de preparatoria y en un partido a nivel estatal se me acercó un representante de la Universidad del Valle de México a brindarme una beca de ciento por ciento para estudiar una licenciatura; la condición era que formara parte del equipo de basquetbol de esa escuela.

"Llegué con mi papá a contarle muy feliz y me dijo que no podía aceptar ese apoyo, porque él



Fotos: Víctor Macedo

La Fraternidad Internacional de Jóvenes México ayuda a personas con problemas de alcoholismo y drogadicción

jamás podría darme vida de rico." Alberto sintió mucha frustración y un profundo rencor hacia su padre por negarle ese deseo de superación. Meses más tarde, el Tec de Monterrey le hizo una propuesta semejante, pero nuevamente su progenitor se negó.

"Escuchar lo mismo de mi padre me quitó toda ilusión y, desorientado, creí encontrar un refugio en la cocaína... al grado de llegar a gastar hasta 2 mil 500 pesos en un solo día."

Alberto dejó los estudios y, poco después, sus padres se divorciaron. Más adelante conoció a una muchacha y la embarazó. Todo llegó tan rápido, como el diagnóstico de que tenía un pulmón cristalizado a causa de la cocaína.

"Llegó un momento en que no le veía objeto a vivir; ¿qué hago aquí?, no puedo más..."

Por fortuna, dice, una tía lo rescató en el momento oportuno. Un buen día le invitó a que se acercara a una organización basada en la esperanza, en el amor, en la palabra de Dios: la Fraternidad Internacional de Jóvenes México, asociación civil, lugar donde le mostraron la parte espiritual de la

vida. Al principio no fue fácil, pero hoy, Alberto Ramírez recuperó su vida; se casó con la joven que embarazó y formó su propia familia. Sabe que perdió la oportunidad de jugar profesionalmente, pero no la ilusión de retomar el basquetbol y dar clases a las nuevas generaciones.

### ¿Qué es la Fraternidad Internacional de Jóvenes México?

Jun Hyun Park, presidente de la Fraternidad Internacional de Jóvenes México,

A.C., -conocida como IYF (International Youth Fellowship)- explica que trabajan para formar líderes con base en un cambio interno.

"Enseñando sabiduría y fuerza en el corazón, logramos el éxito en la vida de los jóvenes, basándonos en la Biblia."

Fundada en Sudcorea en 1990, IYF ya opera en 70 países. En México, se estableció hace 11 años y ya tiene presencia en el DF, Estado de México, Queré-

taro, Nuevo León, Jalisco y Tabasco. Decenas de personas con problemas de drogadicción, alcoholismo, desempleo, desintegración familiar y depresión -entre otros-, tienen un lugar donde vivir, o bien, alimentos o actividades sin costo, gracias a la institución.

"Más de 100 jóvenes viven en nuestras instalaciones de México sin costo; además impartimos clases de inglés, chino, coreano, danza, música, canto y valores, entre otras actividades", expresa Hyun



La Fundación del Dr. Simi apoya con donativo



Alberto Ramírez se recuperó de las adicciones en la Fraternidad Internacional de Jóvenes

FUNDACIÓN NIÑOS DE EUGENIA  
da un hogar a niños desprotegidos.

Si conoces a un niño entre 2 y 6 años que requiera nuestro apoyo

Comunícate con nosotros:

01735-394-13-48  
0155-5422-0116  
www.fundacioneugenia.org.mx

"Lo que te sobra para el que le falta"

¡Lo que le sobra a algunos puede ser de vital necesidad para otros!

¡Qué esperas!, ÚNETE PARA AYUDAR

- ropa
- alimentos
- juguetes
- art. de limpieza
- etc.

Eje 6 No. 26  
Col. Independencia,  
México, D.F.

(55) 5422 0114  
SIMITEL: 01 800 911 66 66

www.porunpaimejor.com.mx/accionsocial  
ayudemos@porunpaimejor.com.mx

**Expeditos del poder**



• • • Carlos Ramírez

**Arrepentidos**

WASHINGTON, D.C.- Como estos apuntes se hacen horas antes de las elecciones presidenciales de los EU, entonces lo que queda es buscar un dato revelador que pudiera resumir en una palabra el sentido de la agotadora campaña. Y la palabra es: "arrepentidos". Los estadounidenses que mantuvieron a George Bush ocho años en la Casa Blanca ahora votaron en su contra. El sentimiento anti Bush fue padecido por el propio John McCain, quien en el último debate le dijo a Barack Obama: "yo no soy el presidente Bush". Pero ocurre también que al final de cuentas en los EU existe algo que se llama establishment de poder o estructura de los intereses dominantes. Como Senador, Obama tuvo voto, por ejemplo, por las leyes que restringieron los derechos civiles en aras de perseguir el terrorismo. Por eso es que el cambio y la esperanza, argumentos manejados por los dos candidatos, se resumen más bien al voto de castigo contra Bush como una forma de mostrar el arrepentimiento popular a las decisiones de Bush. Sin embargo, también hay que anotar un dato: con todo y su desprestigio, Bush logró la reelección en el 2004 y lo hizo no por su popularidad sino por algo que es lo que vale en el proceso electoral local: la estructura electoral. Obama ha logrado una estructura eficiente y mucho dinero para campaña y McCain nunca pudo organizar un aparato popular electoral. Bush agotó la paciencia de los estadounidenses. Pero éstos en realidad nunca pudieron presionar para un cambio. En el fondo, Bush apretó los botones secretos del dominio imperial de los EU y la hegemonía social de los estadounidenses, pues al final de cuentas aquí se preguntan aún porque son un país odiado si al final los intereses imperiales de Washington siguen dominando las decisiones de poder. Lo que el próximo Presidente de los EU no alcanza a entender es que el regreso de la nación a un país querido pasa por el fin de la hegemonía mundial. Y ahí es imposible: como candidato Obama prometió invadir Afganistán y matar a Osama Bin Laden, lo cual ha hecho Bush. De ahí que los intereses imperiales valgan más que los cargos de conciencia de los estadounidenses arrepentidos o el color de la piel. En el fondo, los EU se encuentran en un momento de definición fundamental: van a seguir siendo el centro del mundo y el policía internacional o se va a retraer a sus fronteras abandonando sus posiciones internacionales. La verdad es que los EU seguirán siendo imperialistas, por lo que Obama y McCain se dedicaron a hablar de bajar impuestos.

**México, país de gorditos...**

Viene de la página 1

No es broma: entre los adultos -indistintamente de género o lugar de residencia-, la prevalencia de sobrepeso y obesidad es de las más elevadas del mundo y esto es importante si considera que ambos problemas se asocian con diabetes, hipertensión y padecimientos cardiovasculares.

Ojo, porque, además, esto tiene implicaciones futuras en la calidad de vida de la población y en la capacidad de atención de los servicios de salud, sin olvidar los gastos catastróficos que conllevan.

La encuesta también revela que la desnutrición crónica o talla baja ya afecta a casi 13 por ciento de los mexicanos, sobre todo en el sur del país.

Al tenerse datos concretos -por entidad- de la "nutrición" del mexicano, se muestra que así como hay avances importantes en la lucha para erradicar la desnutrición infantil, persiste una deuda con los estados del sur-sureste, donde uno de cada cinco niños padece retraso en el crecimiento.

El secretario de Salud -José Ángel Córdova Villalobos- sostiene que las carencias nutrimentales (específicamente la anemia por deficiencia de hierro) son un "reto importante" que enfrenta el país, sobre todo entre menores de cinco años y mujeres embarazadas, independientemente del lugar donde vivan.

Dice, incluso, que al comparar los resultados de la encuesta con la anterior (1999), el mayor descenso de anemia fue entre los menores de un año, una de las etapas en las cuales produce más daño en el desarrollo mental.

Sin embargo, la encuesta reporta disminuciones "modestas" en la zona sur y en la misma Ciudad de México. El titular de Salud indica que la atención de la desnutrición, anemia, sobrepeso y obesidad es "política de Estado" en la que operan diferentes estrategias, pero que evidentemente no da resultados si vemos tantos voluminosos abdomenes "paseando" por el país. Córdova sostiene que esta política impulsa la lactancia materna -está demostrado que



En México las carencias nutricionales afectan sobre todo a la niñez

cuando es exclusiva durante los primeros seis meses disminuye el riesgo de que se presenten problemas de desnutrición y anemia- y, también, la focalización de programas sociales como Oportunidades, a los grupos vulnerables. ¿Será? Al detallar los resultados de la encuesta, Juan Ri-

modifica la operación de programas para asegurar la cobertura y entrega de servicios a la población en riesgo y su adecuada utilización. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006 se dio a conocer la primera semana de noviembre y en ella se revela que persisten situaciones heterogéneas, ya que mientras en entidades como Guerrero, Chiapas y Oaxaca prevalece una desnutrición por arriba de 20%, en Nuevo León, Chihuahua y Baja California hay menos de 5 por ciento.

En cuanto a la anemia, se observa que su distribución es casi general en la población y que mientras la desnutrición disminuye (conforme se reduce la pobreza), aquella no es más alta en las zonas de mayor pobreza. Los ejemplos son Chiapas (20%), comparado con Sonora, Baja California y Baja California Sur, donde asciende a 27 por ciento. Finalmente, la encuesta deja ver que, por grupos, la anemia afecta más a personas de la tercera edad (alrededor de cuatro millones de ancianos) y, que de no tomar cartas en el asunto, México seguirá siendo un país de gorditos mal nutridos.



Los índices de obesidad y sobrepeso en México son elevados





## Un hito llamado Obama

Viene de la página 16

Esculpido al fragor de la segregación de la miseria y puesto en la cumbre por el estudio y el tesón, Obama representa el reconocimiento implícito a una nación de inmigrantes que permite la integración y el progreso personal.

Se graduó de la Universidad Columbia y en la prestigiosa escuela de derecho Harvard Law School, donde fue presidente de la revista de leyes Harvard Law Review.



Posteriormente, trabajó como organizador comunitario y ejerció su carrera como abogado en derecho civil, antes de ser electo y servir como senador por Illinois, de 1997 al 2004.

Este hombre, cuya mejor bandera de proselitismo fue el "cambio", fue profesor de derecho constitucional en la facultad de leyes de la Universidad de Chicago desde 1992 al 2004.

En el 2000, después de no obtener un puesto en la Cámara de Representantes, anunció su candidatura para el Senado en enero de 2003, pero tuvo que esperar hasta noviembre de 2004 para ganar un escaño, con 70 por ciento de los votos a favor.

Desde el anuncio de su "sueño presidencial" - febrero de 2007-, Obama remó a contracorriente ante una "indiscutible favorita" como Hillary Clinton y con un discurso jovial paso a paso, estado por estado, se impuso a la presunta experiencia de la esposa del último mandatario demócrata.

Le costó trabajo -más que en la campaña contra el reputado McCain- hacerse de la nominación demócrata, pero ya instalado en la Casa Blanca hoy su mayor desafío será acatar una maquinaria enmohecida; poner en movimiento a un país de muchísimos y vergonzosos vicios, mismos que arrastran al mundo a una recesión económica de duración aún incalculable. Obama se hará cargo de un país metido hasta el cuello en una invasión injusta y en trance de perder un liderazgo mundial sin paralelo en la historia, con logros que van desde la conquista del espacio a la Internet.

Él, por ahora, ha hecho hincapié en que buscará poner fin a la guerra de Irak e impulsará la independencia energética, pero realmente nadie sabe cómo se comportará con México. Prácticamente desde el inicio de su precam-

paña Barack Obama aseguró que de llegar a la presidencia "repararía" las relaciones con México. De hecho, en una columna editorial del diario texano Dallas Morning News, Obama apuntó que bajo el gobierno de George W. Bush, Estados Unidos no había estado a la altura de su papel histórico como líder en el hemisferio Occidental.

"Con nuestros vecinos del sur, la agenda debe incluir la seguridad en nuestra frontera.

El arduo trabajo de la extensa reforma migratoria debe ser hecha en casa; seremos una nación de leyes e inmigrantes, pero tenemos que seguir trabajando con México para tomar medidas duras contra la migración ilegal y las organizaciones transnacionales de tráfico de personas en ambos lados de la frontera."

Obama, además, ha propuesto medidas contra el tráfico de armas y prometió ayudar a México para profesionalizar sus fuerzas del orden y su sistema judicial.

Hace 45 años, Martin Luther King dijo en Washington que tenía el sueño de ver un día, de la mano, a los descendientes de los esclavos con los de sus patrones.

Hoy, ese sueño fue rebasado por el voto de decenas de millones de estadounidenses.

Hoy, la esperanza del mundo es que un Obama triunfador sea fiel a su compromiso de vencer el terrorismo, la pobreza, la enfermedad, el genocidio y el cambio climático y, en tanto, veamos que cumple con los mexicanos que radican en Estados Unidos.

### En pocas palabras



• • • Manuel Castilla Ramírez

### La Casa Blanca se pinta de negro

El columnista no es racista, pero tiene que acatar la decisión de los electores que dieron el triunfo a Barack Obama para que ocupe la Casa Blanca en los próximos cuatro años; por lo que virtualmente la residencia presidencial de los Estados Unidos de América estará pintada de negro durante un cuatrienio, salvo que el primer presidente afroamericano se reelija para otro periodo.

Obama hijo de un africano originario de una aldea en Kenia, donde en su infancia cuidaba cabras con su padre; quien emigró a los Estados Unidos, donde se casó con Ana Dunham oriunda de Arkansas, es visto ahora como un revivido John F. Kennedy o un Martin Luther King.

Barack ganó a su contrincante John McCain, tal como lo pronosticaron las encuestas y los principales rotativos del vecino país que por vez primera no se tiene memoria que antes hubiera ocurrido, abiertamente abrazaron la causa del candidato del Partido Demócrata, lo que a nuestro juicio faltaron a la ética de imparcialidad que debe ser observada por los medios de comunicación.

El triunfo del candidato demócrata de color, marca un hito en la historia política de la primera potencia del mundo, hecho que lleva al columnista que orgullosamente se siente descendiente, en su insignificancia genética, de la raza maya, a hacer referencia de las profecías inscritas en sus libros sagrados anuncian el fin de una era en diciembre de 2012, es decir cuando esté por concluir el mandato del primer presidente norteamericano de color negro.

Por lo que se refiere a cómo pintará para México el gobierno del presidente afroamericano, es una gran incógnita habida cuenta que a nuestro país le ha ido mejor con los gobiernos republicanos que con los demócratas; pero el columnista abriga la esperanza que el presidente Obama sea una excepción, si recordamos que hace algunos días en la recta final de su campaña el ahora conductor de los destinos de la primera potencia del planeta Tierra dirigió un mensaje en español a la población latina en el que les ofreció hacer realidad el sueño americano.

A lo largo de la campaña Obama recibió fuertes ataques de McCain, pero quizás el más demoleedor es el de su relación con el activista radical de izquierda, William Ayres, quien en los años setenta detonó bombas en edificios públicos; lo que los republicanos aprovecharon para decir que Obama tiene nexos con elementos terroristas.

atochaman@hotmail.com



### • A 98 años de distancia, ¿queda algo de la gesta popular?

En el umbral de su "primer" centenario; víctima de la erosión ideológica y la prostitución de sus principios originales, los mexicanos vamos a un aniversario más de "la gran revolución", con una incógnita: ¿tenemos algo que festejar el 20 de noviembre?

¿Hay algo que rescatar del primer gran movimiento social del siglo pasado, entre los despojos que los politicastros nos dejaron?

Los libros coinciden que la Revolución Mexicana se inició mucho antes de 1910 y que el objetivo era derrocar al dictador José de la Cruz Porfirio Díaz Mori, un vestido héroe militar que, como todos, cedió ante el embeleso del poder.

De la revolución se han escrito millones de páginas y verdaderos océanos de tinta; así, sabemos que encuentra su génesis en la insatisfacción ganada a pulso por un gobierno que favorecía al extranjero (y conste que no hablamos de los neoliberales).

Se le acusaba de transferir la mitad de Baja California y otorgar la explotación de yacimientos de Cananea; claro, también de permanecer durante más de 30 años en el poder.

Al margen de que el movimiento tuvo gran impacto en los círculos obreros y agrarios a nivel internacional (la Constitución de 1917 fue la primera en el mundo en reconocer las garantías sociales y los derechos laborales colectivos), la realidad es que de aquella gran movilización sólo queda el manoseado precepto de la "no reelección", aunque el partido que se arrogó, birló y usufructuó el carácter "revolucionario" se haya mantenido 70 años en el poder. Este año "celebramos" 98 años de una gesta popular sin precedente; una revuelta que si bien fue impulsada por una oligarquía molesta con la inmovilidad porfiriana, muy pronto fue eclipsada por el movimiento popular.

En el imaginario social se dibujó la idea del caudillo; de la mujer abnegada

atrás de su macho y del campesino que, fusil en mano, dejaba la vida por un pedazo de tierra.

La Revolución Mexicana, sin embargo, es algo diametralmente opuesto al discurso de esos "revolucionarios" en trajes de Armani y que hoy, desde los poderes que consolidó el pueblo, se reparten el país.

La revolución es más que un desfile de "barrigas deportistas" obligadas a cumplir con el religioso acarreo sindical.

Es, a dos años de conmemorar sus "primeros 100 años", la certeza de que no hay revolución completa si ésta ignora los motivos que le dieron vida.

Hoy, en medio de una ola de inseguridad sin precedente; de un malestar social -azulado por los que no aceptan su derrota en las urnas- y unas instituciones cada día más vulneradas, ¿realmente hay algo que festejar? ¿Hay algo que nos evite asociar paralelismos históricos y el temor al despertar del México bronco?

En esta temporada de frío  
protege tus vías res

**RespiSIMI®**

30 tabs.

**\$60.00**



**Regripax®**

60 caps.

**\$50.00**



**Simi C-Diab®**

60 tabs.

**\$40.00**



De venta exclusiva en



**FARMACIAS SIMILARES®**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®



PARA MAYOR INFORMACIÓN ACERCA DE ESTOS PRODUCTOS COMUNÍCANOS SIN COSTO AL SIMITEL: 01800 911 6666

# piratorias



**SimiVit C<sup>®</sup>**  
120 comprimidos

**\$45.00**



**Simimmune<sup>®</sup>**  
60 tabs.

**\$60.00**



**Simidiab<sup>®</sup> Tose**  
Jarabe 240 ml.

**\$45.00**



Consulta a tu médico, evita la automedicación.

Precios sujetos a cambio sin previo aviso.



Salud y Sociedad



Miguel Ángel Ferrer

Cosa del pasado

Todavía hace un siglo, la mortalidad materna en todo el mundo por embarazo, parto y puerperio (periodo que sigue al parto y que dura el tiempo necesario, de 6 a 8 semanas, para que el aparato reproductor femenino vuelva a la normalidad) podía medirse en tanto por ciento. Digamos, por ejemplo, de diez por ciento. O dicho de otro modo, diez muertes maternas por cada cien niños nacidos vivos. O, de tres por cada cien, es decir, del tres por ciento. O, si era muy baja, de uno por ciento. Eso ya es cosa del pasado. Hoy las muertes maternas por embarazo, parto y puerperio no se miden por cada cien niños nacidos vivos, sino por cada cien mil. En lugar del índice "tanto por ciento" se emplea el índice "tanto por cien mil". Esto significa que en la última centuria se ha reducido enormemente la mortalidad por razones ligadas a la maternidad. Actualmente, la tasa de mortalidad mundial por causas relativas a la maternidad es de 400 por cada cien mil nacidos vivos. Esta tasa es mucho más baja en América Latina: 190 por cada cien mil nacidos vivos. Pero es enormemente más baja en Europa (36), EU (11), Japón (10) y Cuba (21). De modo que en la patria de Martí la mortalidad por embarazo, parto y puerperio es 19 veces más baja que en el planeta en su conjunto. Y es 9 veces más baja que en las naciones de Latinoamérica. Todas estas son cifras públicas, reconocidas y avaladas por las agencias especializadas de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), como la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Frente a la contundencia e irrefutabilidad de estas cifras, sólo los prejuicios, la desinformación y la propaganda negra pueden negar que Cuba ha conseguido con su sistema de salud y educación públicas universalizadas y gratuitas lo que sólo unos cuantos de los países más ricos del orbe han logrado.

www.miguelangelferrer-mentor.com.mx

¿Qué son los cálculos biliares?

Son piedras (litos) formados por pigmentos biliares, sales de colesterol y calcio. Es uno de los padecimientos más comunes de las vías biliares. Pueden producir inflamación y también obstrucción en la vesícula biliar o en el conducto común del hígado y vesícula "el colédoco"; de ahí sus nombres "colecistitis y colédoco litiasis. Ambos considerados cuadros frecuentes de urgencia abdominal; solo superados por la apendicitis.

Causas

El 95% de las colecistitis es por cálculos y como factores de riesgo son: herencia familiar, obesidad, dieta rica en grasa, consumo de alcohol y tabaquismo.

El padecimiento es más común en mujeres que en hombres.

Al obstruirse la salida de la bilis de la vesícula, se aumenta la presión en sus paredes, lo cual ocasiona un proceso inflamatorio y causa dolor en la parte superior derecha del abdomen, y se puede irradiar hacia la espalda. Dicho estado, se resuelve, en 90% de los casos, en 72 hrs; pero de continuar este proceso, puede provocar una ruptura, infec-

ción o gangrenar la zona, lo cual es de urgencia quirúrgica.

Signos y síntomas

Puede presentarse uno o varios de los siguientes síntomas:

Dolor (generalmente después de consumir alimentos ricos en grasa, alcohol, huevo, lácteos, carne de puerco), náusea y vómito, fiebre, ictericia (color amarillo en piel y ojos).

A la exploración física se encuentra dolor debajo de las costillas derechas y puede palparse una masa dolorosa.

Es motivo para operar en forma urgente al paciente si aparecen junto: dolor, fiebre e ictericia (triada de Charcot).

Diagnóstico

Este se da si presenta los signos o síntomas mencionados en una prueba de sangre y se confirma generalmente con un ultrasonido.

Tratamiento

Es importante no tomar medicamentos

contra el dolor a menos que sean recetados por un médico ya que estos pueden enmascarar los síntomas del padecimiento y hacer que progrese sin que nadie se dé cuenta.

El tratamiento definitivo generalmente es quirúrgico (cirugía), ya que el cuadro doloroso se repetirá constantemente hasta retirar la vesícula biliar. Cabe mencionar que en casos muy contados y específicos pueden utilizarse fármacos para deshacer los cálculos.

Con información del Dr. Paul Benjamin Sotuyo Moncada, médico de Fundación Best, AC



Los cálculos biliares deben de ser atendidos por un médico especialista

Apoyo psicológico vía telefónica

Ante situaciones tan difíciles como el desempleo, la pobreza, la inseguridad y la contaminación ambiental, la estabilidad emocional de la gente se deteriora al grado de conjuntarse con otros problemas: violencia, adicciones, dificultades de pareja, depresión, ansiedad, estrés, para lo cual desafortunadamente, existe poca atención especializada y accesible, pues los servicios psicológicos a bajo costo son escasos o inexistentes. Una alternativa para enfrentar estas limitantes, es el apoyo psicológico vía telefónica. En México, este tipo de servicio surge en 1985, 48 horas después del terremoto que destruyó una gran zona de la Ciudad de México. La Facultad de Psicología de la UNAM y la Federación Mundial para la Salud Mental (FMSM) tomaron la iniciativa de atender a personas que estuvieran en crisis debido a la catástrofe; 700 casos fueron resueltos exitosamente.

A la fecha existen varios programas de atención vía telefónica y uno de ellos es el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales CNDEE el cual se crea en 2007 a raíz del programa de Televisión "Ser

Feliz, si se Puede" conducido por Víctor González Torres, quien ha luchado porque los sectores de la población más desprotegidos, da acceso a una salud integral, que en este caso incluiría la emocional.

Por ello, cuando una persona presenta frustración, dolor, angustia o preocupación y no tiene posibilidad de acudir de inmediato con un terapeuta, puede marcar al CNDEE en donde encontrará el servicio de psicólogos expertos que le escucharán y apoyarán sin juzgarla, identificando si tiene

algún trastorno, orientándola para buscar alternativas enfrentar su problema, canalizándola a instituciones donde puedan

llevar un tratamiento. El contar con este espacio de atención inmediata, puede marcar la diferencia, en muchos casos, entre la esperanza de encontrar un sentido a su vida y alternativas de solución que no se veían antes o llevar a la persona a seguir en un círculo de sufrimiento, angustia y apatía, que la puedan conducir, incluso, al suicidio.



"Porque ser feliz, si se puede"



Si tú o algún familiar, amigo o conocido vive alguna de estas situaciones: deseo de morir, problemas de pareja, adicciones, angustia, soledad, depresión, frustración, violencia, debes comunicarte al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, al número 01800 911 6666 opción 9 y encontrarás el apoyo, la orientación y canalización adecuada que necesitas.

Con información de Nancy Vargas y Gabriela Jiménez, del Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales

Los cambios climáticos traen como consecuencia el incremento de afecciones respiratorias, muchas de las cuales son causadas por bacterias; las personas más vulnerables son los niños y los adultos mayores.

Tú lo puedes saber de una forma sencilla, realizándote un

Exudado Faríngeo con Antibiograma



Análisis Clínicos del Dr. Simi

"Lo mismo pero más barato"



Consulta la ubicación de tu unidad más cercana llamando sin costo al SIMITEL 01 800 911 66 66



## Quiero ser leyenda, como El Santo: Octagón

### ¿Cómo te iniciaste en la lucha libre?

"Fue un cambio importante de ser un empleado normal a ser luchador. Yo trabajaba en Petróleos Mexicanos, aquí en la Ciudad de México. En la oficina donde iba todos los días, conocí a un compañero que físicamente se veía imponente, después descubrí que era Radamés Cocó 'Masacre', y él fue quien me llevó con el señor Raúl Reyes a la arena".

### ¿Qué pasó con tu vida laboral?

"Quedó en segundo término, y es que no podía hacer ambas cosas. Trabajaba mucho y no me daba tiempo de hacer todo. Mi mamá me decía que cuando tienes varios compromisos a la vez, con uno quedas mal, y por eso me decidí por el cuadrilátero".

### ¿A qué edad viniste a la Ciudad de México?

"A los 18 años, pero vine a trabajar en mi área, de lo que estudié. Viví una evolución como ser humano, crecí y maduré. Todo es un proceso, ahora llevo 26 años como luchador y conocemos las delicias de la fama y el reconocimiento de la gente, pero también hay compromisos y responsabilidades con uno mismo, la familia, el público y la niñez."

### ¿Alguna vez perdiste el piso?

"Claro, pocos tenemos la fortuna de conocer la fama y yo tengo ese don, claro que se me subió un poco, como a cualquiera que conoce el éxito, porque cuando eso pasa tenemos todo el derecho de disfrutarlo, pero también es importante estar centrado porque las caídas son fuertes. Afortunadamente mi familia me ubicaba, porque no



Octagón trabajó en Pemex, estudió leyes y ahora se desarrolla en un cuadrilátero

quería caer en la prepotencia y la indiferencia, cuando nosotros nos debemos al público y ellos se merecen respeto".

### ¿Has sufrido fuertes lesiones?

"No al grado de tener que retirarme, golpes y lesiones como cualquier deportista que usa su cuerpo para competir. La clave para mantenernos bien es el entrenamiento diario y la disciplina, y claro, la buena alimentación. Las lesiones vienen porque no hay un descanso; si tu cuerpo te pide bajar el ritmo, hay que aprender a escucharlo para evitar fuertes lesiones". "Soy una persona afortunada porque tengo una familia, una madre que, a pesar de que no tuvimos padre desde chavitos, ella hizo todo para darnos carrera a cinco, pero me siento bien, aunque no sé si soy un héroe -ría-, pero para mí lo más importante es mi carrera y luchar por los niños, porque son ellos quienes nos admiran y probablemente ellos sí podrían considerarme un héroe".

### ¿Te hizo falta la imagen paterna?

"No, mamá siempre estuvo con nosotros y nunca nos faltó nada. Claro que es importante, porque sería mentira si te dijera que me valía, sí me hacía falta como a todo niño, pero esos espacios los trató de cubrir mi mamá con su cariño, atenciones, y hasta la fecha somos muy unidos".

### ¿Cómo te sientes con 26 años de carrera luchística?

"Quiero ser una leyenda como lo fue El Santo, pero desgraciadamente a la mayoría de las personalidades se les da reconocimiento ya muertos, y creo que tenemos el derecho de gozarlas en vida.

Yo quiero vivir eso y que me reconozcan como una leyenda viviente, porque es el reflejo de un trabajo de muchos años y a nosotros como luchadores nos alimenta el alma para seguir trabajando para la gente".

### Con información de: *Mi Guía*



Por BIV

### La corona que puso fin a larga sequía

Hablar de la Serie Mundial de las Grandes Ligas en 2008, es referirse a la corona que puso fin a una larga sequía. En efecto, tuvieron que pasar 28 años para que Filis de Filadelfia conquistara el campeonato, apenas el segundo en sus largos 126 años de existencia. Tanto para sus millares de aficionados como sus peloteros, que se fajaron en el terreno, es explicable. Para ellos no cuenta el hecho de que en la opinión de muchos, la Serie Mundial 2008 resultó desabrida y desangelada, entre otras cosas porque, ciertamente, se registró una buena cantidad de errores tanto físicos como mentales, al igual que descuidos infantiles y pésimos corridos de bases, todo

### Beisbol



lo cual es propio del beisbol llanero y no de la Gran Carpa donde los jugadores cobran millones de dólares.

Pero insisto en que para la extraordinaria y ameritada afición de Filadelfia, eso se convierte en el tamaño de un comino junto a la inmensa alegría de la victoria que les ofreció el equipo de sus amores. Lo mismo puede decirse en cuanto a los jugadores, más todavía cuando hay tantos que han militado en diferentes equipos, que son grandes estrellas, pero que no han visto cumplido su más acariciado sueño profesional: ser dueño de un anillo que sólo pueden

portar los campeones, los ganadores de Serie Mundial.

Y para el cajón de la historia, las anécdotas y las particularidades, queda el quinto juego de esta Serie Mundial, el cual abarcó tres días para completar las nueve entradas reglamentarias debido a las inclemencias del clima.



## El Evangelio, según Diego

Viene de la página 16



La historia se remonta al 30 de octubre de 1998, cuando cuatro rosarinos, Hernán Amez, Héctor Campomar, Alejandro Verón y Federico Canepa, comenzaron como una broma a festejar la Navidad el día en que nació Diego, e inventaron así, de manera jocosa, una "nueva religión", que siguen miles en el mundo. Claro, no podían faltar dos parejas de mexicanos quienes contrajeron matrimonio en un templo marodoniano, en Buenos Aires, ante un balón como testigo, y con la voz "divina" de Diego, grabada con efecto de ultratumba.

Este es el decálogo marodoniano:

- 1.- La pelota no se mancha, como lo dijo "D10s" en su homenaje.
- 2.- Amar al fútbol por sobre todas las cosas.
- 3.- Declarar tu amor incondicional por el fútbol.
- 4.- Defender la camiseta argentina, respetando a la gente.
- 5.- Difundir las palabras del "Diego Maradona" en todo el universo.
- 6.- Alabar los templos donde predicó y sus mantos sagrados.
- 7.- No proclamar el nombre de Diego en nombre de un único club.
- 8.- Amar siempre los principios de la Iglesia Marodoniana.
- 9.- Llevar "Diego" como segundo nombre y ponerlo a sus hijos.
- 10.- No ser cabeza de termo y que no se le escape la tortuga.

Y he aquí el "Diego nuestro" (Padre nuestro en el cristianismo):

"Diego nuestro que estás en las canchas. Santificada sea tu zurda, venga a nosotros tu fútbol. Hágase tu calidad tanto en el cielo como en la tierra. Danos hoy los goles de cada día. Perdona nuestras patadas, como nosotros perdonamos a la mafia napolitana. No nos dejes caer en la tentación de manchar la pelota y líbranos de Joao Havelange. Diego".

Y al festejo marodoniano se sumó la designación de Diego como nuevo entrenador de la selección argentina. "Volveremos, volveremos, volveremos otra vez, volveremos a ser campeones, como en el '86", gritó "El Pelusa" tras el nombramiento, el cual se suma a su larga cadena de éxitos deportivos: campeón mundial 1986, subcampeón mundial 1990 y campeón mundial juvenil 1979. Con el Nápoles logró la Copa UEFA y los dos únicos "scudettos" del club. Pero aunado a ello, no se olvidan sus problemas judiciales por adicción a la cocaína y nexos con la mafia italiana. En fin, broma o no, lo cierto es que este caso demuestra el enorme vacío espiritual de la sociedad actual.

teacherfgp@yahoo.com.mx

## Lo dice el Dr. Simi

El Simisocialismo postula que el bienestar del ser humano es el propósito de la sociedad, y reconoce que la buena salud es requisito fundamental para ello, junto con la educación. Un hombre enfermo merma su bienestar y el de los demás y quebranta el bien común.

Algo similar acontece con la persona que no ha recibido una adecuada educación. No se trata sólo de la instrucción que se obtiene en los planteles, sino en la extraescolar. El Simisocialismo señala como una exigencia a la educación para todos, en su amplio sentido, como condición para el pleno desarrollo humano; por lo tanto, contradice la tesis y la praxis que mantiene a la población en un bajo nivel cultural como estrategia para explotar la fuerza del trabajo de los inculcos y hasta analfabetas



## Mensaje del Dirigente Nacional

Se necesita un trono para la cultura en el reino del humanismo.

Es que el humanismo tiene un estilo, un modo de actuar y de estar en la vida.

Estilo es el punzón con el que se escribe sobre las tablas y que dejaba una huella o marca peculiar. El estilo o la marca peculiar del humanismo es el amor a la libertad, a la armonía, a la belleza a la cultura.

Y aunque duela decirlo, la verdad es que, en nuestro país, el bajo grado del humanismo se explica en el bajo nivel de la cultura.

Entre los signos de esta realidad, está la deficiente capacidad de comprensión y asimilación, ligada al llamado analfabetismo funcional que alcanza a la mayoría de mexicanos que no practica la lectura.

Me parece que como respuesta al fenómeno apuntado, se creó el Consejo Nacional de Fomento para el Libro y la Lectura, cuya actuación, por lo que se ob-

serva, ha sido de magros resultados. Se necesita mucho más, se requiere que el desarrollo cultural se convierta en prioridad estratégica del Estado mexicano.

Y vale, a propósito, entender que los catedráticos, los maestros, los dirigentes de organizaciones sociales, que los que tenemos el privilegio de contar con un espacio periodístico como este, formamos parte de ese Estado mexicano que no es abstracto, sino realidad cotidiana cargada de angus-



tias y dolores, pero también de sueños y esperanzas. Se requiere, en consecuencia, que todos los que entendemos el valor vital de la cultura y la lectura, nos convirtamos en sus más entusiastas y perseverantes promotores

Me parece que como parte importante de esa promoción, está la necesidad de invitar a los niños y los jóvenes a usar racionalmente la maravilla del Internet, de modo que no se convierta en una nueva enfermedad que atrofe la capacidad de pensar y reflexionar y que, tampoco, nos aparte del gozo de la lectura de uno y mil buenos libros.

Se requiere, en suma, lo mejor de lo mejor para construir ese trono de la cultura en el reino del humanismo que es personal y comunitario, que se percibe en el desarrollo de las bellas artes y, sobre todo, en la solidaridad que convierte al hombre en el hermano del hombre.

Lc. Víctor García Lizama  
Presidente Nacional

## 854 millones de personas en el mundo tienen hambre

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), 854 millones de personas en el mundo padecen de hambre crónica, mientras que de acuerdo con el Banco Mundial, más de 53 millones de mexicanos están en situación de desnutrición, definida como un nivel de consumo por debajo de las necesidades mínimas. Se trata de personas con nombre y rostro, que lloran y ríen como cualquier

otra. Y ahí, de carne y hueso, están millones de compatriotas en situación contraria a los derechos que les asisten por ser personas dueñas de una altísima dignidad.

Estamos frente a una injusticia que avergüenza que debiera erradicarse pronto y de tajo. Ese es el desafío para todos, pero especialmente para quienes han recibido el mandato de servir desde el gobierno.



Por Un País Mejor, Agrupación Política Nacional, invita a la conferencia:

**"La partidocracia como obstáculo para el ejercicio de la soberanía popular"**  
**Partidocracia vs Democracia**

**Expositores:**

- Lic. en Derecho Víctor García Lizama  
*Bienvenida e introducción.*
- Lic. en Derecho José Elías Romero Apis  
*Partidocracia en la creación de nuevos Partidos Políticos.*
- Doctor en Filosofía José Manuel Orozco Garibay  
*El registro de candidatos a cargos de elección popular como instrumento de la partidocracia. La ausencia de candidatos independientes.*
- Presidente de la Comisión Nacional de Honor y Justicia de Por Un País Mejor  
Baltazar Ignacio Valadez Montoya  
*Partidocracia en el financiamiento de los Partidos Políticos.*
- Doctor en Derecho Elías Huerta Palhas  
*Partidocracia en la vida interna de los partidos políticos.*
- Maestra en Derecho Mónica Dávila de la Torre  
*Partidocracia en el proceso electoral.*

**Cupo limitado.**  
Inscripciones: Oficinas Nacionales de Por Un País Mejor,  
Av. 20 de noviembre No. 82, despacho 318,  
Col. Centro, Delegación Cuauhtémoc, México, D.F.  
o vía telefónica al 55 22 56 22 / 55 22 55 37

www.agrupacionporunpaismejor.org.mx  
formacionpolitica@agrupacionporunpaismejor.org.mx

**19 noviembre, 19:00 hrs.**

Club de Periodistas de México A.C.,  
Florencia Mata No. 8, Centro Histórico, Ciudad de México.





## Aliada y escudo de la familia mexicana

A tono con nuestras convicciones y percepción de la vida nacional, reiteramos nuestro apoyo a los propósitos fundamentales de la Alianza para la Calidad de la educación.

Advertimos, sin embargo, que la responsabilidad educativa y forjadora de una mejor sociedad, no puede ni debe dejarse sólo a la escuela, pues fundamentalmente corresponde a la familia, institución primaria y universalmente reconocida como célula básica de la sociedad.

Animada por este tipo de criterios y convicciones, nuestra Agrupación trabaja por convertirse en sólido escudo, en comprometida y leal aliada de la familia mexicana.

Por eso nuestro rechazo a todo aquello que incida en su fractura o desintegración; por eso, en cambio, nuestra exigencia de que el Estado la apoye amplia y verdaderamente bajo el principio de subsidiariedad.

Verdad de Perogrullo es que la construcción de un país mejor, jamás será posible si antes no se logra la fortaleza y el desarrollo integral de la familia mexicana.

## Nada contra el Estado de Derecho

Por Un País Mejor, Agrupación Política Nacional, a tono con los compromisos asumidos en sus documentos básicos, ha estado y estará siempre contra toda acción que procure la inestabilidad política y atente contra nuestro Estado de Derecho.

Condena, en consecuencia, la toma de la tribuna de la Cámara de Diputados realizada el pasado martes 28 de octubre y a cargo de los legisladores al servicio de Andrés Manuel López Obrador.

A estas alturas y tras los pésimos resultados de su anárquica estrategia, debieran entender que, con ella, son los que más pierden.





## Editorial

## No debe permitirse la violación del Derecho

Los dirigentes de la Cámara de Diputados en el Congreso de la Unión se arrepentirán de brindar, a quien se ostenta como "presidente legítimo", la oportunidad de ingresar al recinto de los representantes del pueblo, el día de la votación de leyes y reformas en materia energética. Seguramente, la historia tildará de poco sensibles a quienes lo permitieron, como sucedió cuando consintieron su registro como candidato a jefe de gobierno del Distrito Federal sin tener la residencia exigida por la Constitución.

Hoy, nuevamente, quienes ejercen el gobierno desde el Poder Legislativo ceden ante las amenazas de quien fue un dirigente importante del partido político al que aún pertenece. Se dio como excusa para admitirlo en la Cámara que "se trataba de un ciudadano que tenía algo que decir", como si los ciudadanos siempre fueran escuchados en tan importante recinto.

La verdad es que quienes gobiernan la Cámara de Diputados tuvieron temor

fundado de que las huestes de López Obrador les impidieran aprobar las reformas en materia petrolera, que habían pasado ya por el visto bueno de la colegisladora, lo cual no impidió que les tomaran la tribuna del pleno, como lo hicieron algunos diputados. No decimos que les faltó valentía a los Diputados para impedir la toma de la tribuna, ya que de eso hubieran pedido los rebeldes su limosna; pero sí creemos que fueron ingenuos, ya que Andrés Manuel no se conformaría con sólo ser recibido en el salón de protocolo de la Cámara, sino que, con violencia, trataría de recuperar parte del capital político perdido por sus desaciertos. Ahora resulta que López Obrador es el defensor indiscutible, el "único", del petróleo mexicano. Sería bueno que López Obrador hiciera conciencia de que no podrá reponerse mediante el uso de la fuerza y la violación del estado de Derecho democrático, que con tanto esfuerzo está en proceso de construcción en nuestro país. Quienes tienen el poder deben ejercerlo dentro del Derecho y si no lo hacen así no merecen

tenerlo. Infortunadamente, pareciera que las autoridades son complacientes con López Obrador y su camarilla, en perjuicio de la Nación y de la seguridad jurídica de los ciudadanos.



## Vía Pública



Fausto Fernández Ponte

## Isla Bermeja, Conchello y Petróleo

A Bertha Lara. Por su adhesión al valor de la amistad

A propósito de la difusión que se le ha dado en la prensa ciberespacial alternativa a la "desaparición" no tan misteriosa de "nuestra" Isla Bermeja en el Golfo de México, adviértase una vinculación especulativa entre los sucedidos siguientes:

1) La desaparición de la ya citada insula --en realidad, un islote--, que en 1946 el gobierno de México ubicó en 22 grados 33 minutos latitud norte, y a 91 grados 22 minutos longitud oeste. Desde el siglo XVI el islote aparecía como parte de Yucatán. 2) La muerte del senador de la República José Ángel Conchello, del Partido (de) Acción Nacional, ocurrida en un accidente carretero muy sospechoso. 3) La sospecha de que el gobierno de Estados Unidos ordenó a sus Fuerzas Navales desaparecer ese islote.

4) La existencia, allí, del llamado hoyo de la dona, con yacimientos de petróleo calculados en unos 22 mil 500 millones de barriles.

5) Y lo que se supone fue una cesión, en 1998, del gobierno que presidió Ernesto Zedillo al que encabezó Bill Clinton, lo que tipificaría, si dado el caso, la comisión presunta de un delito grave, el de ceder territorio nacional a otro país.

Éstos son los componentes propios de un "thriller" de alta intriga internacional --de espionaje y contraespionaje incluso-- y operaciones secretas de naturaleza estratégica como la obliteration de la faz de la tierra (o del mar) de un islote. La especulación tiene fundamentos que van de lo aparente y supuesto a lo factual. ¿El senador Conchello habría sido asesinado acaso por agentes de inteligencia de EU por sus denuncias de la cesión zedillista de la insula Bermeja? Es ya proverbial --por idiosincrásica-- la suspicacia de los mexicanos con respecto a los móviles reales y/o inferidos y supuestos o percibidos de la conducta de los perosneros del Estado, desde el Presidente hasta el más modesto de los ujieres. Esa suspicacia no es baladí ni mucho menos fortuita; lo opuesto: tiene raigones profundos nutridos por la experiencia histórica y, a la vez, como compensación por la impotencia social ante una modalidad de opresión que mucho tiene de perversa.

ffponte@gmail.com

## Espacio a la historia

## La "Nostradamus mexicana" y Sor Juana

Manuel Magaña Contreras

¿Qué tanto influyó en el intelecto de la "Décima Musa" y "Poetisa Única", Sor Juana Inés de la Cruz, la "Nostradamus Mexicana", conocida como la madre Matiana que se dice fue su nodriza, su nana y estuvo con ella en calidad de sirvienta y beata en el Convento de San Jerónimo hasta el fin de sus días?

El ilustre historiador Francisco Fernández del Castillo 1864-1936, oriundo de la Ciudad de México, investigador oficial durante muchos años en el Archivo General de la Nación y en la Dirección de Monumentos

Coloniales, se ocupó ampliamente del tema de la madre Matiana, quien fue famosa por sus profecías, que se dice "fueron recogidas por la Mitra, después de haberse ordenado, una minuciosa investigación sobre el parti-

cular", según se asienta en "Historia Gráfica de México", de Gustavo Casasola, donde en la página 267 de su primer tomo, edición 1971, se publica la foto de la celda de la clarividente en San Jerónimo.

La historia de la madre Matiana y la Décima Musa es prácticamente desconocida y se trata de "la otra cara de la moneda" en la vida de la más grande de las celebridades literarias de México, nacida en la hacienda de San Miguel Nepantla, Estado de México, el 17 de abril de 1651 y muerta el 12 de noviembre de 1695, en su claustro de San Jerónimo.

Fernández del Castillo escribió de la madre Matiana: "La beata avizoraba en el futuro mexicano cosas como esta: Después de largo período de paz, habrá en México grandes guerras, en que correrá la sangre por las calles de

la ciudad y esto tendrá que ser cuando los coches caminen sin mulas y sin caballos y que México haya sufrido las indemencias de varios temblores".

Este vaticinio se liga con el porfirismo y el advenimiento de la Revolución Mexicana. Tuvo tanta fama la madre Matiana como adivina, que se le comparó con Nostradamus y aún a mediados del siglo pasado, se hablaba mucho de "los polvos de la madre Matiana", que espantaban los magos al hacer sus predicciones.

Fernández del Castillo refiere que en el Convento de San Jerónimo fue tradición la cercanía afectiva entre las dos célebres mujeres y el hecho de que la adivina fue su nodriza, su nana.

La madre Matiana se expresaba en enigma al hacer sus vaticinios y dentro del acervo literario de Sor Juana, hay textos que se expresan en la misma forma, en donde la Décima Musa también hizo vaticinios.

¿Qué tanto influyó en Sor Juana Inés de la Cruz, quien desde pequeña y hasta su muerte estuvo junto a ella? Este es tema que amerita estudio profundo que los neo-sorjuanistas no se han atrevido a tocar.

mm.informacion@yahoo.com.mx



**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" 15%  
TE GUSTARÍA PERTENECER A ESTE GRAN EQUIPO TENEMOS UN LUGAR PARA TI

**AUXILIARES DE CHOFER** **AUXILIAR DE ALMACÉN**

**Requisitos:** Edad: 25 a 38 años • Sexo: Masculino • Escolaridad mínima: Secundaria terminada • Experiencia mínima de 6 meses • Disponibilidad de horario

**Zona de trabajo:** D.F., Del. Iztapalapa

**Ofrecemos:** • Sueldo base + Atractivo plan de compensaciones • Prestaciones de ley + Vales de despensa • Estabilidad laboral • Desarrollo profesional

Interesados presentarse con solicitud elaborada e identificación en Eje 6 Sur No. 26, Col. Independencia (cerca del metro Nativitas) de lunes a viernes de 8:00 a 12:00 hrs.

## MÉDICOS GENERALES Para consultorio médico

**Requisitos:**

- Escolaridad: Médico General
- Titulado
- Cédula
- Ambos sexos
- Vocación de servicio
- Con experiencia mínima de un año
- Disponibilidad de horario
- Calidez humana

**Zona de comodato:**  
D.F. y Estado de México.

Interesados comunicarse con Daniel Rodríguez O. al tel.: (0155) 5422 4620 ext. 4606, 4607 o 4637. Llame sin costo al 01 800 508 3580 o pueden presentarse en Eje 6 Sur No. 26, Col. Independencia (cerca del metro Nativitas).



Foto: Israel Garnica

## Me considero natural: Paty Navidad

**A través de lo que has vivido y con tantas experiencias, ¿cómo te defines?**

"Me considero natural, honesta, es difícil describirse porque las personas pueden tener un concepto de ti que tú ni te imaginas".

**¿Cómo cuidas tu interior?**

"Es muy difícil, porque hay cosas que te jalan y digo: 'Ay no' (rie). He aprendido de mis errores y de mis aciertos, trato de cuidar mi interior, en mi vida hubo momentos que puse en tercer plano, y no fue nada bueno, aprendí a retomar lo que tienes dentro, en primer lugar, la familia y debes estar consciente de cuál es tu objetivo en la vida, y no olvidar quién eres; tú puedes estar en lo peor sin contaminarte. En este

medio podemos ser gente de todo, la sensible y la que está buscando algo más que proyectar su talento".

**¿Con tu belleza has llegado a sentirte fea?**

"Sí, por supuesto, ¡claro que sí!, fea, gorda y de todo, me he sentido de lo peor. Lo de gorda se lo debo a un profesor de ballet que tenía en el CEA (Centro de Educación Artística de Televisa), a él se le olvidó que yo estaba ahí para hacer carrera como cantante y actriz, no como bailarina de ballet, este maestro traía una vara, nos picaba las pompas y decía: 'Gordas, vacas, cerdas, se te van a caer las nalgas', no quería comer, no tanto porque me provocara vómito, sino porque lo que comía se quedaba en la mesa, esos fueron mis principios de anorexia; llegué a ser talla dos, con mi estatura y con mis huesos me veía mal, demacrada y gorda, con unos cachetotes; me veía en el espejo y aunque estaba delgada me veía mal, y todo por ese maestro. Hay que saber

quererte, respetarte y saber que tu cuerpo es un templo y nadie debe maltratarte".

**¿Has sentido que con esa personalidad los hombres se inhiben al estar cerca de ti?**

"Por su puesto, independiente de que las mujeres sean exitosas, una mujer segura inhibe a un hombre, porque a ellos les gusta ser el centro de atención, muchos creen que ellos deben llevar el dinero a casa, y ellas deben de estar para servirles, y no es así.

Es difícil como mujer ser exitosa y encontrar una pareja, porque debes de encontrarte uno igual que tú, que haya realizado cosas en la vida, que tenga proyectos, porque si no representas una competencia y si él sale perjudicado no le va a gustar, y se va a sentir sometido.

Yo no creo en la media naranja, más bien en personas completas, que van a crecer juntas, no como los cangrejos que en vez de avanzar, retroceden".

## Estrena Simi plataforma musical en TV

Moisés Sánchez Olvera

Con el propósito de ofrecer lo más reciente de la música, videos y entrevistas con los artistas del momento, La Hora Feliz del Dr. Simi estrenó la sección Siminota Musical bajo la conducción de la bella venezolana, Natty Villasana.

En la primera edición de Siminota Musical se presentó el grupo regiomontano Bálak, cuarteto de Power Pop formado hace 2 años y que ahora reedita su primer material discográfico, producido por Mauricio Clavería, baterista del grupo chileno La Ley, y Adrián Treviño, productor de la banda mexicana, Panda.

Durante la transmisión de La Hora Feliz del Dr. Simi por Tele y Radio Fórmula (consulte su sistema de cable), el grupo integrado por Federico (guitarrista), Sergio (vocalista), Jorge (Bajista) y Roger (baterista) interpretó sus

primeros sencillos "Luna", "He llorado tanto" y una versión -muy al estilo Power Pop-, de "Y Llegaste Tú", en tributo a la Banda El Recodo.

En entrevista para Siminota Musical, los chicos de Bálak nos explican que "Power Pop" es un estilo con influencia de rock que permite interpretar las canciones de pop con mucha fuerza, guitarras distorsionadas y elementos electrónicos. Respecto de su origen, los integrantes de Bálak nos dicen que, a excepción de Roger, todos son hermanos y que desde muy pequeños se iniciaron en la música porque su madre les daba clases de guitarra. Además de ser parte del grupo, Sergio, Federico y Jorge comparten la profesión de comunicación.

Las sonrisas nerviosas de estos chicos se dejan ver cuando la conductora de



Foto: Miguel Ángel Sánchez

Natty Villasana, quien estrenó la sección Siminota Musical, en la Hora Feliz del Dr. Simi presentó al grupo juvenil Bálak

Siminota Musical les preguntó sobre su vida personal y para fortuna de sus admiradoras, revelaron que sólo Federico está casado.

En la emisión de La Hora Feliz del Dr. Simi (que se transite todos los domingos de 17:00 a 18:00 horas), Bálak recibió la "simi-patadita" de la buena suerte por parte de la escultural Natty Villasana y anunciaron que próximamente, como

parte de su gira de promoción, estarán en Oaxaca, Acapulco, Guadalajara, Monterrey, Puebla, Tijuana y Aguascalientes. Para conocer las fechas de sus presentaciones puedes visitar [myspace.com/balakmx](http://myspace.com/balakmx) o [youtube.com/balakmx](http://youtube.com/balakmx).

**Recuerda que puedes seguir esta sección por [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)**



Información: Mi Guía • Redacción: Siminforma

**Mi Guía**  
LA MAS COMPLETA

### Directorio



C.P. Víctor González Torres  
Presidente del Grupo Por Un País Mejor, A.C.

Dra. María del Carmen Villafañá Peralta  
Vicepresidenta de Salud

Lic. Yéssica González Herrera  
Presidenta Fundación Niños de Eugenia, A.C.

Srita. Lourdes García Mozos  
Asistente de la Presidencia

Ma. Teresa Hernández de Mancilla  
Vicepresidenta de Acción Social

Juan Manuel Zepeda Aguilar  
Director

D.G. Verónica Tirado García  
D.C.G. Adolfo González García  
Diseño

Fernando Gutiérrez  
Corrector de Estilo

**Grupo Por Un País Mejor:** Farmacias de Similares, S.A. de C.V.; Laboratorios Best, S.A.; Plásticos Farmacéuticos, S.A. de C.V.; Transportes Farmacéuticos Similares, S.A. de C.V.; Simimex, S.A. de C.V.; Distribuidora del Dr. Simi, S.A. de C.V.; Fundación Best, A.C.; Fundación del Dr. Simi, A.C.; Movimiento Nacional Anticorrupción (MNA), A.C.; Fundación Niños de Eugenia, A.C.; Sistemas de Salud del Dr. Simi, S.A. de C.V.

Los artículos publicados en este semanario son responsabilidad exclusiva de su autor. Está autorizada la reproducción de cualquier material siempre y cuando se señale la fuente.

SIMINFORMA, POR UN PAÍS MEJOR, Derechos Reservados ©. Semanario Latinoamericano con edición en México y Chile. Editado por Simimex, S.A. de C.V., Eje 6 No. 26, Col. Independencia, C. P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2006-1226141100-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Imprenta en México: Litografía Magno Graf, S.A. de C.V. Calle 23 número 33 Col. San Pedro de los Pinos. C.P. 03800, México D.F. Distribuidores en México: Farmacias de Similares, y El Sol de México. Imprenta en Chile: Gráfica Puerto Madero. Distribuidores en Guatemala y Chile: Farmacias del Dr. Simi. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por Lloyd International, S.C.

Comunicación Social del  
Grupo Por Un País Mejor

[simi\\_informa@porunpaismejor.com.mx](mailto:simi_informa@porunpaismejor.com.mx)

[www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

Tel. Redacción en México: 54 22 01 48

Conmutador: 54 22 45 00



**COCINA CON EL DR. SIMI** *Con sazón y... corazón*

**"SIMILOMO DE CERDO CON REFRESCO DE COLA"**

Número de personas: 6  
Tiempo de preparación: 1 hora aproximadamente

**INGREDIENTES:**

- 2 kilos de lomo de cerdo
- 2 cebollas medianas
- 4 chiles verdes
- 1 litro de refresco de cola
- Pimienta al gusto
- Aceite de oliva
- Ciruelas ó pasas (opcional)
- Sal



**MODO DE PREPARACIÓN:**

Vierta un poco de aceite en una cacerola y deje que se caliente, máximo dos minutos; ahí mismo coloque el lomo que estará previamente enjuagado, escurrido y pinchado con un tenedor para que penetre el sabor en la carne; agregue sal y la pimienta deseada. Cuando esté dorado por completo, agregue la cebolla en rodajas y chiles verdes enteros, sazone un momento y agregue el refresco de cola poco a poco.

Tápese y déjese cocinar a fuego lento por 45 minutos o hasta que esté suave. Si le va a agregar pasas o ciruelas, póngalas unos 10 minutos antes de terminar de cocinarlo.



**Simientretenimiento**  
LOCALIZA 5 ERRORES

Palabras: Babilonia, Agrios, Vozes, Nombre femenino, Sur, oeste, El va..., Nudo, Harina, Nuestra jirafa, Años, Meses, 3 meses, Preparación, Naipo, Colera, Conchito, Sostén, Hidrógeno, 11 rotación, Vozes, Sur, oeste, Vocal, Océano, Potasio, Etica, Antígenos, Cuestionarios, Cajas, 34 rotación, Teta, Tatarra, Pared, Carbono, Siglo de estibación, Peces, peces, Pan blanco, Sudo, Al nivel

**Soluciones número anterior**  
**Simientretenimiento**  
NÚMERO 3

**Crucigrama**

A	N	C							
A	P	O	L	O	U			A	N
T	A	C	O	N	M	O			
B	E	L	E	M	G	A	E	R	
B	M	A	T	E	O	L	I	E	
B	A	O	G	I	V	A			
C	A	L	I	A	L	A	I	N	
C	R	U	C	O	M	A	R		
F	N	O	L	A	B	O	R		
C	A	S	T	O	R	N	A		

**Simientretenimiento**  
LOCALIZA 12 FIGURAS

**ENCUENTRA LAS 5 DIFERENCIAS**

**Simientretenimiento**  
LOCALIZA 5 DIFERENCIAS

AYUDA A ARTURITO A ENCONTRAR A FIDO

Solución en el número siguiente

**Soluciones número anterior**  
LOS 5 ERRORES

**Soluciones número anterior**  
LAS 10 FIGURAS

LLAVE  
CAMPANA  
LÁMPARA  
ANTEOJOS  
BOTELLA  
PÁJARO  
FLOR  
ESTRELLA  
AUTO  
PEZ

**Soluciones número anterior**  
SOLUCIÓN EN EL NÚMERO SIGUIENTE

**Solución al número anterior**

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

**Solución al número anterior**

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

**Soluciones número anterior**  
LOS 5 ERRORES

**2x1**  
llévate dos y paga sólo una  
(misma presentación)

VIGENCIA: HASTA AGOTAR EXISTENCIAS



■ Pasarela:

## Estrena Simi plataforma musical en TV

■ 14

■ Fanático:

### 48 años de la Iglesia Maradoniana



Fernando Gutiérrez

Para muchos chés, estamos en el año 48 d.D. ¿Después de Dios? ¡No, después de Diego! Tal es la pasión argentina, que ha creado su propio "evangelio", sus "diez mandamientos", su "Diego nuestro", en lugar del Padre nuestro, y hasta -faltaba más- su iglesia, con "apóstoles", la "Maradoniana", que el 30 de octubre cumplió 48 años, los mismos del "Pibe de oro", el "Pelusa", "el 10", Diego Armando Maradona, la más pura expresión del fútbol-arte, pero también del fanatismo de miles que lo idolatran y rinden culto.

■ 11

■ Fanático:

### Quiero ser una leyenda, como El Santo: Octagón



■ 11



# Simiinforma

POR UN PAIS MEJOR ©

## Un hito llamado Obama



Victor Araujo

Tuvieron que pasar 145 años para que el sueño alcanzara el dímax de su realidad.

En unas elecciones históricas, Barack Hussein Obama Jr., conquistó algo más que la Casa Blanca; tiene un sitio en la historia de Estados Unidos, al convertirse en el primer candidato afroamericano que obtiene el triunfo a poco menos de siglo y medio de que Abraham Lincoln aboliera la esclavitud.

Pero, ¿sabe usted quién gobernará los destinos de la mayor potencia económica, ahora en recesión?

Conocido coloquialmente como Obama, el virtual presidente electo de Estados Unidos es un hombre nacido en Honolulu, Hawái, el 4 de agosto de 1961, hijo de un negro de Kenia y de una blanca de Kansas.

■ 7