

K-Narias

■ Pasarela:

Gara y Loida, en Siminota musical

14



■ México y el Mundo:

México, siempre fiel y guadalupano



4



Dr. Simi ®

Simiinforma

POR UN PAIS MEJOR

Lo bueno también es noticia

Diciembre de 2008. Núm. 254

610 mil ejemplares

simi_informa@porunpaismejor.com.mx

www.siminforma.com.mx

El arte de ser mujer... en un país de machos

Miguel Ángel Sánchez

Las vemos -y ¡claro!, lo hacemos- en falda o pantalón, con el cabello largo o corto, como profesionales o amas de casa, solteras o casadas... sin embargo, cuántas veces nos damos el tiempo para reconocer su aportación a la sociedad.

Hablamos de las mujeres; sí, el llamado "sexo débil", ese mote que la sociedad les dio y que, por siglos, les ha impuesto yugos difíciles de arrancar.

En el marco del Día Internacional Contra la Violencia hacia la Mujer -que se conmemora cada 25 de noviembre-, es necesario hacer un alto y reconocer no sólo las circunstancias de intimidación a las que son sometidas, sino también las desventajas que padecen frente al hombre, en las diferentes etapas de su vida.

6

EN ESTOS DÍAS DE CRISIS, Y EN APOYO A TU ECONOMÍA...

10%

DE DESCUENTO

EN TODOS NUESTROS ESTUDIOS, PAQUETES Y PERFILES

TODOS LOS LUNES DE DICIEMBRE

DE 7:00 A 8:00 A.M.

Mayores informes al SIMITEL: 01800 911 6666

Análisis Clínicos del Dr. Simi "Lo mismo pero más barato"

AYUDAR es vivir



Una mano de auxilio a los adultos mayores en Toluca



5

■ El Dr. Simi en Acción:

Reconoce Grupo Por Un País Mejor a colaboradores

2 y 3



Foto: Víctor Macedo



El hasta luego a un verdadero amigo

13



OPINAN:

Manuel Castilla: Reconocimientos en vida..... 6 Carlos Ramírez: Dos años en montaña rusa..... 7 Miguel Ángel Ferrer: Un plato de mole..... 10



Una parte importante de nuestras ganancias se destina a instituciones de beneficencia.

¡Los grupos beneficiados te dan las GRACIAS!



El Grupo Por Un País Mejor A.C.

Expresa sus más profundas condolencias por el fallecimiento de la

Sra. Carmelina Ortiz Monasterio

Fundadora de la Asociación pro Personas con Parálisis Cerebral y altruista incansable de las causas de las personas con discapacidad.

Nos unimos a la pena que embarga a familiares, amigos y a toda la comunidad de APAC.

Descanse en paz. México D.F.

El Grupo Por Un País Mejor A.C.

Lamenta profundamente el sensible fallecimiento de la

Sra. Susana Gutiérrez Ávila

hermana de la Lic. Ma. del Carmen Gutiérrez Ávila, Directora de Voluntariado.

Extendemos nuestra solidaridad a sus familiares.

Descanse en paz. México D.F.

Altruismo más allá del reflector

Reconoce Grupo Por Un País Mejor a colaboradores

Miguel Ángel Sánchez

Dicen que cuando se da, al dar se es muy feliz; sin embargo, cuando se reconoce a quien da, el recibir se vuelve doblemente satisfactorio, de ahí que en la sexta Feria Nacional del Altruismo -que se realizó el pasado 20 de noviembre en el World Trade Center-, se haya abierto un espacio para reconocer a las personas que al seno del Grupo Por Un País Mejor no sólo colmulgan con el espíritu de Víctor González Torres, sino que replican su ejemplo.

Uno de estos casos es el de **Ángel Paz Núñez**, colaborador del área de Contraloría, y que ganó el primer lugar del Premio al Altruista del Año.

Él tiene cuatro años dentro de la empresa e inició su trayectoria en Facturación; su ímpetu por mejorar lo llevó a buscar nuevas oportunidades en Cuentas por Pagar y, posteriormente, al puesto que actualmente desempeña.



Ángel Paz, comprometido con su trabajo

Soltero y con 27 años, Ángel comenzó su actividad altruista desde que una novia lo invitó al Hospital Español, donde ella ayudaba a los enfermos; desde ese momento, dice, ya no pudo desligarse de esta labor por los demás.

"No puedes cortar la ayuda a personas que la esperan; ellos te adoptan como parte de su familia", señaló al recordar cómo eso le motivó a seguir por ese camino, pues posteriormente se dedicó a dar clases de computación a un grupo de chicos en la colonia Peñón de los Baños, de 2007 a principios de 2008.

No conforme con ello, tras ocurrir las inundaciones en Tabasco, Veracruz y Chiapas, fue uno de los primeros empleados del Grupo Por Un País Mejor en inscribirse como voluntario para llevar despensas y ropa a los mexicanos que se vieron seriamente afectados.

Como ser humano, Ángel es una persona sencilla e incansable, pues su día comprende acudir a clases de inglés, cumplir con su jornada de trabajo, ir a la escuela a estudiar informática y atender en su casa un negocio de papelería.

Y es precisamente ese carácter el que le lleva a soñar con instalar una escuela de software libre para niños; considera que una persona que sabe puede dominarlo todo, con el gusto de desarrollar su talento y sin que la educación deba verse como una obligación.

Verónica Almanza Rodríguez

Como segundo lugar del Premio al Altruista del Año fue elegida Verónica Almanza Rodríguez, una mujer que enfoca sus esfuerzos para hacer llegar la ayuda que aporta el Grupo Por Un País Mejor a cada una de las instituciones y personas que se dedican a subsanar las necesidades de los que menos tienen.



Verónica Almanza, destacada colaboradora

Verónica tiene 11 años en la empresa; comenzó en la sucursal de Antillas, donde tomaba pedidos para entregas a domicilio, pero gracias a sus ganas de aprender recibió la oportunidad de crecer en los Laboratorios Best; más adelante estuvo en Ventas y finalmente llegó a Distribución, donde tiene ocho años de servicio. Próxima a casarse, Verónica se define como una mujer cuya labor en la empresa le hace más sensible. Verónica empezó su labor altruista como reflejo de lo que su mamá le ha inculcado, pues en su familia se acostumbra ayudar a los que menos tienen, aunado a que en el Grupo Por Un País Mejor encontró un aliciente para seguir esta noble actividad.

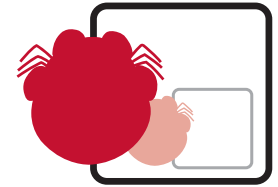
"En este empleo te das cuenta de que puedes ayudar a mucha gente con tu trabajo, apoyando el concepto que inició el contador Víctor González Torres." Sin embargo, detalló que haber recibido este premio habría sido imposible sin el apoyo de los Centros de Distribución, pues "ellos son quienes nos aportan los elementos para no fallarle a toda esa gente que espera nuestra ayuda". Tras recibir el reconocimiento, se dijo halagada ya que no lo esperaba porque "la ayuda que debemos brindar con lo mejor de uno mismo es sin esperar una recompensa".

Continuará el Premio al Altruista del Año

Porque se trata de reconocer a los colaboradores del Grupo Por Un País Mejor en las actividades altruistas que realiza la Fundación del Dr. Simi, y a la vez impulsarlos a continuar con esa tarea, es que el Premio al Altruista del Año se otorgará en las siguientes Ferias Nacionales del Altruismo.

Así lo dio a conocer Astrid García, directora de la Fundación del Dr. Simi, quien indicó que este premio nació a propuesta de la directora de Relaciones Públicas del corporativo, Claudia Castro.

"Hace dos meses se pensó en este premio y se hizo la selección de quienes fueron propuestos; los casos fueron analizados por la misma fundación y de ahí se eligieron a los ganadores", apuntó Astrid.



Áreas ganadoras del Premio al Altruista del Año

La experiencia de ayudar en equipo

Víctor Araujo Domínguez

Con aproximadamente 600 integrantes, la Dirección de Distribución del Grupo Por Un País Mejor fue reconocida como el Área Altruista del Año, estímulo entregado durante la pasada sexta Feria Nacional del Altruismo. "El ganar este premio no es más que reproducir el ejemplo que nos han dado nuestros dirigentes, particularmente Víctor González Torres, quien nos ha contagiado el espíritu de ayuda y nos ha hecho compartir ese apoyo al prójimo", comentó, en representación de dicha dirección, Claudia Llantada, gerente administrativa de Distribución.

Explicó que desde hace aproximadamente dos años, la Dirección de Distribución se organiza para apoyar con donativos mensuales a la Fundación Niños de Eugenia para que pequeños abandonados tengan una nueva esperanza de vida. Actualmente, agregó, existen trabajadores de los centros de distribución en todo el país que donan cada mes, sin falta, una parte de su compensación y esos donativos se depositan a la institución que preside Yessica González Herrera.

La cantidad que se logra juntar va desde los tres mil hasta los cinco mil pesos mensuales. "Hace un año en las inundaciones en Villahermosa hicimos una colecta de aproximadamente 65 mil pesos para comprar víveres y ropa para ayudar a nuestros compañeros del Centro de Distribución en Villahermosa.

"Otra ocasión fue cuando ayudamos a un compañero del Centro de Distribución de Guadalajara que se accidentó y tuvo que pagar una operación en un hospital particular, porque en el IMSS le dijeron que iba a perder el ojo. En esa ocasión, igual se hizo una cooperación; prácticamente se alcanzó a cubrir el costo de la intervención y nuestro compañero hoy está muy bien de salud."

La gerente administrativa aseguró que sus compañeros y ella sienten una gran satisfacción al ser altruistas, porque "el saber que una persona podrá comer es gratificante. La gente debe conocer la gran satisfacción que se tiene cuando se ayuda a las personas; ya lo dice Víctor González Torres: 'el que aprende a dar, al dar es muy feliz' y eso es verdad."



Fotos: Miguel Ángel Sánchez

La Dirección de Distribución trabajó por las necesidades de otros



La Dirección de Contraloría empeñó su trabajo también en el área altruista

Contraloría, segundo lugar

En el área de Contraloría del Grupo Por Un País Mejor todas las personas que la conforman contribuyeron a que se alcanzara este premio, aseguró Minerva Contreras, jefa de Contraloría del corporativo.

"Es un reconocimiento que va dirigido a cada una de las personas y no a una dirección como tal. Estoy segura que vamos a seguir contribuyendo año tras año y quizá para el próximo 2009 será superior este apoyo."

Contreras Trujillo detalló que la labor altruista del área de Contraloría comenzó cuando recibieron un correo electrónico del área de Voluntariado Social en que se invitaba a apoyar a los damnificados y a instituciones de asistencia social.

"Nos reunimos y se hizo una cooperación en la que algunos ayudaron con dinero y otros en especie."

Las aproximadamente 130 personas que conforman esta dirección lograron reunir poco más de 12 mil pesos y se organizaron en comitivas para ir a supermercados a comprar todo tipo de productos para después entregarlos al área de Voluntariado Social y fueran canalizados, sobre todo, a los afectados por las lluvias en Veracruz y Tabasco.

"Es un orgullo que puedas apoyar a las personas porque afortunadamente nosotros tenemos un trabajo, una empresa que nos da mucho y si nosotros podemos aportar un granito de arena, realmente es una satisfacción enorme."

La jefa de Contraloría consideró que a veces hace falta motivar a las personas a ser altruistas, porque se tiene el temor a que el apoyo no llegue a su destino, pero "en nuestro caso fue diferente y las personas que contribuimos a esto lo hicimos convencidos, porque teníamos la plena seguridad de que la ayuda no se iba a quedar guardada y que iba a llegar a su destino, gracias a la Fundación del Dr. Simi".

El tercer lugar para Compras

Orgullo y una gran satisfacción es lo que representó el tercer lugar del Premio al Área Altruista del Año para la Dirección de Compras, así lo comentó Alma Delia Álvarez Hernández, secretaria de la Dirección de este departamento.

"Siempre le hemos puesto mucho empeño a nuestras labores, pero ahora este premio es un incentivo que nos motiva a seguir adelante."

Álvarez Hernández indicó que el reconocimiento lo obtuvieron gracias a que mensualmente esta dirección dona los medicamentos muestra de algunos laboratorios.

"Cuando se hacen las licitaciones a los pro-



La Dirección de compras, comprometida con las causas sociales

veedores cada año, ellos, además de las cotizaciones de sus medicamentos, nos traen muestras de los productos; si no llegan por ellos en un determinado tiempo, les preguntamos si los quieren donar a instituciones de asistencia social y casi siempre lo hacen."

También mensualmente el área realiza una junta de comité donde se exponen los productos nuevos y los que no quedan para venta se guardan. Al pasar un tiempo se les envía un escrito a los proveedores indicándoles que si en cinco días hábiles no pasan por sus productos, éstos se donarán, y muchas veces así sucede y se puede ayudar a personas que lo necesitan.

Por otra parte, esta dirección integrada por 10 personas, también apoyó a la Fundación del Dr. Simi cuando se envió ayuda especial a los damnificados por las inundaciones en como Veracruz y Tabasco.

Una trayectoria... una historia de éxito



Honestidad y trabajo son valores que describen a Guadalupe Elisa Rodríguez López, coordinador administrativo de franquicias en la zona sur.

Elisa recuerda sus inicios en la sucursal de Farmacias Similares, en la calle de Antillas. Corría el tercer mes de 1998 y tenía 23 años; era su primer trabajo y sólo existían ocho sucursales: Antillas, Tacubaya, La Villa, División del Norte, Guadalajara, Monterrey, Cuernavaca y Puebla. Sí, de esto han pasado diez años.

"Para mí, Farmacias Similares es todo; a ella le debo el crecimiento que he tenido, tanto en el terreno personal, como en el económico, porque en Farmacias Similares todo es cuestión de esfuerzo y querer llegar. En esta empresa sí es verdad que reconocen tu esfuerzo y lo premian."

Madre de dos hijos, Roberto -de ocho- y Enrique -tres años-, Elisa es el sostén de su casa y se siente orgullosa, pues es el producto de su esfuerzo el cual se traduce en satisfactores para con los suyos.

-¿Cómo se puede compaginar el arte de ser madre y el campo laboral?

Es cuestión de perseverancia; "me gustan ambos roles; me gusta trabajar y hacerlo bien, pero también me satisface estar con mis hijos, consentirlos y que a veces digan que soy la mamá más buena del mundo o, también, un ogro... todo depende."

"Es gratificante ver que uno como mujer puede solventar los gastos de su casa sin depender de otra persona; una anécdota que toda la vida voy a contar es que con la primera compensación que recibí, después de pagar todos los gastos, me sobraban mil pesos y, por increíble que parezca, no sabía qué hacer con tanto dinero."

-¿Cuál es el sentir de ser parte de Farmacias Similares?

Orgullo de pertenencia; esa es la palabra que describe lo que siento por esta gran familia, porque me siento parte fundamental de Farmacias Similares. Sé que hay gente que aprecia mi trabajo y me valora como persona y eso es satisfactorio.

Comprometida con su trabajo y su familia, Elisa Rodríguez es el claro ejemplo de que cuando una mujer se propone salir adelante, puede compaginar cualquier papel.

-¿Cómo era hace diez años trabajar en Farmacias Similares?

Yo era "todóloga"; ponía el fax, le hacía de mensajera, llenaba formatos, fichas de depósito, servía de recepcionista... ¡hacía de todo!, porque entonces sólo contábamos con cuatro computadoras, una de ellas, la mía.

"¡Que tiempos!.. Qué orgullo pertenecer a una empresa que hoy tiene lo que merece por su compromiso con la sociedad."



La Fundación del Dr. Simi, A.C., agradece a sus donantes del mes de noviembre:

- Fundación Gruma
- Sealedair de México
- Editorial Océano de México, S.A. de C.V.
- Jugos del Valle, S.A. de C.V.
- Ilsa Frigo, S.A. de C.V.
- Nissin Foods de México
- Loeffler, S.A. de C.V.
- Plaza Oaxaca

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

OPERACION 3R

¿Árbol natural o artificial?

Dr. Simi

¡Llegó la época más bonita del año!... y con ella, el tiempo de reunirse con los amigos, con la familia y "talar" ... pero cualquier tipo de asperezas.

No hay como llegar a casa y respirar el aroma que desprenden los típicos platillos tradicionales... ¡mmmm! el ponche, las confituras; en fin, uno y mil sabores y olores tan característicos de la época.

Sin duda, el más recordado de todos es el olor del arbolito de navidad, adorno en la mayoría de los hogares mexicanos. Millones de familias han optado por adquirir un arbolito artificial, el cual nos refiere múltiples beneficios: el ser reutilizable es el más ponderable; la durabilidad, es otro factor; la facilidad con la que se mantienen en buen estado y la limpieza que prevalece en el hogar en comparación a uno natural, son importantes.

Por otro lado, adquirir un arbolito, de navidad, con permiso del gobierno, apoya a la economía de nuestro país y a la de los campesinos que trabajan nuestra tierra, porque los árboles son plantados en territorios que por la sobreexplotación o la tala indiscriminada, quedaron imposibilitados

para aceptar otro tipo de floresta.

Es decir, aunque lo ideal es utilizar árboles artificiales para adornar nuestros hogares, si vas a comprar uno natural con fines ornamentales, verifica que provenga de un lugar especializado en pinos de navidad y con permiso del gobierno para cortarlos. Si no, estás colaborando a que se derribe cualquier tipo de árbol y se dañe nuestro ambiente. En lugares como el Bosque de los Árboles de Navidad (ubicado en el kilómetro 53.5 de la carretera México-Amecameca-Cuautla, en Amecameca, Estado de México), a cada familia que corta un pino se les regalan semillas de cedro blanco y se les enseña a plantarlas y a cuidarlas; este tipo de árbol jamás debe ser talado. Además, cuando se corta un árbol de navidad, el tronco sigue vivo y producirá, cada 8 años, otro pino, también conocido como "árbol vikingo". Para conocer más a fondo sobre el cultivo de árboles de navidad y verificar su funcionalidad a la ecología, puedes comunicarte a los teléfonos 55 21 87 91 y 55 10 24 93 o visitar www.bosquenavidad.com



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

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

Nuestra alma, en el Tepeyac

México siempre fiel... y guadalupano

Moisés Sánchez Olvera

Definitivo: el alma del pueblo mexicano está en el Tepeyac y su credo más profundo es el guadalupano.

Este año, a 477 años de las apariciones de la Virgen de Guadalupe, queda claro que el culto y estimación a la Morenita del Tepeyac tienen raíces que se remontan a la época de la conquista y se mantienen firmes y crecientes hasta nuestros días.

Los católicos (la mayoría del pueblo mexicano), están convencidos de que la bellísima imagen plasmada en el ayate de Juan Diego no es obra humana, sino del Altísimo, quien no ha hecho cosa igual con otra nación.

Los mexicanos no católicos -e incluso no creyentes pero sí patriotas y nacionalistas- la ven como signo de la independencia y elemento de cohesión del pueblo mexicano.

Y a pesar de lo mucho que se ha dicho y escrito sobre la Reina de México y Emperatriz de América, hay acontecimientos poco conocidos o, de plano, desconocidos.

Sin duda, pocos saben que el 11 de agosto de 1859, Benito Juárez -entonces Presidente de la república- expidió el decreto por el que se declara día festivo al 12 de diciembre.

En la historia reciente, está el pasaje protagonizado por Adolfo López Mateos, quien ante la petición del gobierno venezolano, de



que la guadalupana fuera objeto de intercambio cultural, respondió que "ésta no es considerada obra pictórica, porque las manos que la pintaron no son de este mundo".

Lo dicho: el alma del pueblo mexicano está en el Tepeyac y su credo más profundo es el guadalupano. Por eso la fiesta de millones, cada 12 de diciembre; por eso su imagen venerada en nuestro país; por eso está presente en uno y mil altares, en uno y mil rincones de la patria.

Y por eso es la patrona de Farmacias Similares, la cadena farmacéutica más grande de América Latina.

El Grupo Por Un País Mejor A.C.

Participa con profunda pena el fallecimiento de la

Sra. Amada Torres de Zertuche

madre de la Sra. Leonor Zertuche Torres, Delegada de Fundación del Dr. Simi, Torreón.

Hacemos votos por una pronta recuperación en este momento de duelo.



Descanse en paz
México D.F.



El Área de Comunicación Social del Grupo Por Un País Mejor A.C.

Se une a la pena que embarga a la Lic. Ma. del Carmen Gutiérrez Ávila, Directora de Voluntariado,

Por la sensible pérdida de su hermana

Sra. Susana Gutiérrez Ávila

Nuestro más sentido pésame

Descanse en paz.
México D.F.



Oportunidad de amor para abuelitos

Una mano de auxilio a los adultos mayores en Toluca

Miguel Ángel Sánchez

En otras épocas, llegar a viejo significaba tener un lugar especial entre la gente, porque eran vistos como sabios que legaban a su pueblo los conocimientos necesarios para dirigir a las nuevas generaciones; sin embargo, hoy las cosas son diferentes: llegar a esta etapa de la vida es sinónimo de olvido.

Así lo considera la madre Consuelo Méndez, quien desde hace seis años se hace cargo de la Asociación de Beneficencia Privada del Estado de México para Auxilio a Ancianos, la cual atiende a 46 adultos mayores, cuya vida se ve inmersa en múltiples males que les impiden valerse por sí mismos.

Pertenciente a la congregación de las Hijas de la Caridad de María Inmaculada, la madre Consuelo se ordenó a los 18 años y, además de religiosa, ejerce como enfermera, profesión que a sus 75 años aún practica en la institución que fue creada en 1969 por las



La atención que requieren los ancianos en esta institución, es proporcionada por las Hijas de la Caridad de María Inmaculada

Misioneras Hijas del Calvario y que se ubica en **Jesús Carranza Sur #248, colonia Universidad, en Toluca.**

"La vida después de los 70 hace inútil a la mayor parte del cuerpo y cuesta aceptar que es el término de la vida, pues ya pasó la mejor de sus etapas", señala mientras mira a los viejitos que se encuentran a su lado, personas que llegan a ese lugar principalmente abandonados por sus propios familiares.

En este asilo, explica la madre Consuelo, 36 de los 46 ancianos, son mujeres. Son personas entre los 70 y 90 años de edad; dos con 101 y otra de 105, los cuales en su mayoría padecen problemas mentales (Alzheimer), así como enfermedades crónicas como la diabetes e hipertensión, de ahí que ya no los toleran sus familias y acaben por abandonarlos.



El apoyo de la Fundación del Dr. Simi es vital para el desarrollo de las personas de la tercera edad en Toluca

Por ello, en esta institución se busca dar la mejor calidad de vida a quienes entregaron todo a su familia, por lo que en los horarios de visita asisten grupos de diferentes escuelas, quienes realizan juegos y actividades con ellos, además de llevarles productos de aseo personal. Aunque la religiosa reconoce que cada vez es más difícil sostener este centro de asistencia -quienes lo habitan no pagan-, insiste que seguirá al frente de él hasta que se lo indique su congre-

de las instituciones de asistencia que más los ayuda, ya que desde hace seis años les otorga despensas mensuales, además de donativos como sábanas, pañales, pijamas y jugos. "Tener esta ayuda es importantísimo para nosotros, porque así hemos podido alimentar a nuestros viejos y seguir con esta tarea que nos ha dado Dios."

Proyecto en riesgo

Con 75 años auestas, la madre Consuelo también destaca la edad de sus subordinadas, ya que las cinco religiosas que están al servicio de los ancianos han llegado a la vejez, pues la de menor de ellas tiene 60 años y la mayor, 84. "La falta de religiosas jóvenes pone en peligro la viabilidad de la institución; aun cuando nuestra congregación tiene representación en Angola, España, México y Cuba, la realidad es que hay una crisis en la ordenación de jóvenes."

No obstante, se convence a sí misma de que siempre habrá solución para no

dejar sin cobijo a sus ancianos y hacer mejoras a la casa que habitan para acondicionarla con rampas que permitan mayor movilidad a quienes ya no pueden caminar, pero eso es algo que aún está en espera. Si usted desea apoyar a esta institución, puede hacerlo directamente en su domicilio o llamar al teléfono 01 55 2178685 o 2160318.



Fotos: Victor Macedo

gación y continuará en busca del apoyo de la gente y de los grupos que los asisten con alimentos y ropa. "Hasta ahora nos sostenemos de la caridad de la gente, con donativos en especie y el apoyo de muchas personas que no cobran, pues se tiene el trabajo de un patronato regido por el contador Gabriel Mena Palacios, además de dos médicos, cinco religiosas y 12 voluntarios." La madre Consuelo dice que la Fundación del Dr. Simi es una

"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.porunpaismejor.com.mx/accionsocial
ayudemos@porunpaismejor.com.mx



El Grupo Por Un País Mejor A.C.

Participa con profunda pena el fallecimiento de la señora

Hilda Pacheco Villegas

Madre de nuestra compañera Maritza Acosta Pacheco, integrante de la Dirección de Compras.

Rogamos porque Dios nuestro señor toque los corazones de sus 18 nietos para asimilar el dolor que deja su partida.

México pirata

De acuerdo con un reporte de American Chamber, 76% de los habitantes del país han adquirido productos pirata, lo que nos hace el cuarto mayor mercado ilegal.



¿Nuevas monedas?

El tamaño de la monedas de 10, 20 y 50 centavos podría reducirse, debido a los costos de producción en su acuñación. Además, serían de acero inoxidable.



Se le hizo a Martita

El ex presidente Fox y Marta Sahagún revelaron a la revista Hola! que planean casarse por la Iglesia, después de que ambos recibieron del Vaticano la nulidad de sus matrimonios anteriores.



Salud para la mujer

Si tiene entre 35 y 40 años realícese un auto-examen de sus mamas mensualmente y en cada control médico, además una mamografía de base; si es mayor de 40, una mamografía anual.



En pocas palabras



• • • Manuel Castilla Ramírez

Reconocimientos en vida

Fue necesario que el joven y talentoso político hispano- campechano Juan Camilo Mouriño Terrazo perdiera la vida en una tragedia aérea, para que se le rindieran merecidos honores y reconocimientos públicos, cuando pudieron ser de mayor valor en los postreros días de su vida terrena, como víctima de arteros ataques, incluido el fuego amigo al interior de su partido, para debilitar su posición en su alto cargo. Cuánto hubiera servido a Juan Camilo, en los duros momentos que tuvo que afrontar como secretario de Gobernación; que su entrañable amigo a quien tanto ayudó para alcanzar el máximo cargo al que puede aspirar un mexicano, hubiera salido ante las pantallas de televisión y en las páginas de los periódicos, a dar el espaldarazo a su eficiente funcionario y decir que el encargado de la política interior de nuestro país no sería removido de su cargo porque lo estaba desempeñando bien y gozaba de toda su confianza. Ciertamente, señor Presidente, usted volcó todo su afecto hacia su entrañable amigo Juan Camilo en el discurso que pronunció durante el homenaje luctuoso en el Campo Marte, ante los despojos mortales del malogrado político hispano, campechano. Usted expresó en el homenaje luctuoso de 6 de noviembre: "En mi administración, el desempeño del licenciado Mouriño le imprimió mayor cohesión al equipo de gobierno. Su liderazgo político, su sensibilidad, su lealtad y su eficacia permitieron que el gabinete presidencial potenciara sus capacidades. "El licenciado Mouriño fue un hombre de acción que acogió la política como el instrumento para hacer posible, más allá de las diferencias ideológicas o partidistas, las reformas que México necesita y que millones de mexicanos exigen. "Desde la Secretaría de Gobernación trabajó por el bien de la Patria al promover el diálogo y el acuerdo con los Poderes de la Unión, especialmente con el Legislativo. Su labor fue fundamental para avanzar en diversas reformas, entre ellas la de Seguridad y Justicia o la hecha para el fortalecimiento de Petróleos Mexicanos". Ese fue el secretario de Gobernación que, cual águila malograda pudo haber volado más alto, cayó en el avionazo de la tarde noche del martes 4 de noviembre. Hermosas las palabras presidenciales pronunciadas ante los despojos mortales de Juan Camilo, en el homenaje luctuoso en el Campo Marte: pero tardó el reconocimiento público del presidente Felipe Calderón Hinojosa a quien fue su asesor de confianza; su hermano de sueños e ideales; su fiel y entrañable amigo.

atochaman@hotmail.com

Sobreviviendo en un país de machos

Viene de la página 1

De acuerdo con recientes estimaciones, la población mexicana se compone por 106.7 millones de habitantes, 50.8 por ciento de los cuales son mujeres y 49.2 hombres; esta mayoría femenil se hace patente y se nota desde el nacimiento, pues el Consejo Nacional de Población (Conapo) revela que en México nacen 105 niñas, por cada 100 niños.

A partir de este momento las cosas no van bien, pues el hecho de ser niña ya conlleva una desventaja, si se considera que ideas como la de que "es mejor tener un niño" avizora un complejo entramado social que se asocia con que muchos padres consideran que las hijas enfrentan mayores dificultades en comparación con un varón.

Además, en su inocente condición, la mayoría de las niñas son orilladas a asumir el trabajo doméstico y a atender a sus hermanos varones como parte de su "enseñanza". Durante la adolescencia las cosas no son mejores: en 2007 el promedio de escolaridad de la población de 15 años y más fue de 9 años, y en él las mujeres tienen 8.8 años de escolaridad -en promedio-, por 9.1 de los hombres. No obstante, conforme avanzan en los estudios se incrementa el número de jóvenes que abandonan la escuela por falta de recursos o ideologías familiares, que consideran "inútil" que una mujer estudie.

Además, cuando su cuerpo experimenta cambios físicos, la naturaleza también "les carga la mano", debido a que mientras un hombre "sufre" cinco cambios físicos, una mujer experimenta nueve; la aparición de la menstruación es el más fuerte y pueden incapacitar a dos de cada 10 féminas durante ese lapso.

Transcurrida la adolescencia, viene la etapa adulta donde las mujeres tienen tal número de desventajas que optan por vivir sin pareja o no casarse. El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) revela que una quinta parte de las mujeres que ha-

bitan este país viven sin pareja.

¿La razón?, simple: son maltratadas. La Encuesta Nacional sobre la Dinámica de Relaciones en los Hogares 2006 estableció que 4 de cada 10 mujeres sufren algún tipo de violencia física o emocional.

Aunque esto es ilegal, las leyes mexicanas no están enfocadas en su favor, y así, encontramos que el homicidio por infidelidad conyugal o por razones de honor, aún se contempla en 14 códigos penales del país (entre ellos Campeche, Tamaulipas y Michoacán) y se castiga con sólo jtres días de prisión!, mientras que por robarse una vaca se aplica una pena de tres a seis años.

Pese a que el presidente Felipe Calderón presentó en el 2007 la Ley General de Acceso para las Mujeres a una Vida Sin Violencia, ello no evita que cada 18 segundos una mujer sea violada en México; lo que representa un millón 451 mil 520 mexicanas, quienes tardan entre 5 y 8 años en superar dicho trauma.

Hoy, la realidad es que los hogares con jefatura femenina se han multiplicado, por lo que casi 7 millones de hogares cuentan con una mujer al frente. Las mujeres se vuelven proveedoras y, además, atienden la carga del trabajo doméstico y la crianza de los hijos.

Este desgaste les ocasiona más males físicos que a los varones, ya que presentan problemas musculares y esquelético, seguidos de dolores de cabeza y problemas psíquicos, de ahí que las señoras superan a los hombres en cuanto a la ingesta de psicofármacos.

En la edad de adultos mayores, ellas siguen siendo mayoría y las más afectadas. En México hay 8.6 millones de

ancianos, 4 millones 677 mil 195 de los cuales (54.12 por ciento), son mujeres que cuentan con 60 años o más. El Instituto Nacional de los Adultos Mayores señaló que sólo 34 por ciento de ellas recibe pensión -



Se deben respetar los derechos de la mujer



por mínima que sea-, contra 65.6 por ciento de los varones, además de que el número de ancianas viudas o solteras es de 55 por ciento, de ahí que 85 por ciento de los hogares compuestos por una persona mayor sola se trate de una anciana.

Lo mejor de todo

Cuando pareciera que la mujer tiene todas las de perder, viene el lado amable de su estadía en este mundo. Basta decir que sin ellas no habría vida. Además, el cambio sustantivo en este siglo lo da la población femenina, pues poco a poco se ubican en lugares estratégicos.

Al respecto, el Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres) señala que la importancia del género femenino en la vida económica de las naciones es cada vez mayor, al grado que para el año 2010 controlarán 60 por ciento de la riqueza de los países. Así que ser mujer es muy difícil, pero con los años lo está revirtiendo...

Aquello del "sexo débil" no sólo es absurdo, sino una invitación a que el hombre olvide atavismos y se ponga las pilas, porque si bien es cierto que no existen "machas", sí hay muchas...

Ma-donna

¿Sabía que la cincuentona Madonna que es vegetariana y que hace tres años se fracturó el cráneo, muñeca y piernas al caerse de un caballo, en su adolescencia trabajó vendiendo donas?



Dale, dale, dale...

¿Sabía que la piñata original utilizada durante las posadas debe ser una estrella de 7 picos, que representan los 7 pecados capitales: soberbia, lujuria, gula, ira, avaricia, pereza y envidia?



Si toma, no maneje

Durante cinco años del "alcoholímetro", la policía del DF sancionó a 31 mil 139 automovilistas por manejar en estado de ebriedad, lo que representa 24% de las 124 mil 752 pruebas aplicadas.



Contra el analfabetismo

La Organización de las Naciones Unidas, presentó un plan para abatir el analfabetismo en el mundo y dar acceso a 800 millones de personas a instrucción formal.



La violencia intrafamiliar no es un asunto "normal"

Actúa, porque puede repetirse

Rocío Pavón

La violencia es un problema de derechos humanos y equidad entre los géneros, que priva de las garantías individuales estipuladas en la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos.

De acuerdo con Wendy Figueroa Morales, directora de Fortaleza, Institución de Asistencia Privada, violencia es toda aquella forma de interacción, que enmarcada en un contexto de desequilibrio de poder, incluye conductas de una de las partes que ocasionan daño físico o psicológico a otro integrante de la familia y se presenta de manera permanente o cíclica.

Wendy Morales y Claudia Martínez, licenciada en Derecho por la Universidad Tecnológica de México, en nombre de las personas que creen que la violencia contra la mujer es la más clara muestra de las desigualdades entre géneros y una ofensa a la dignidad humana, te dan los siguientes consejos:

- Denuncia en Agencia del Ministerio Público
- Pide que se te practique la revisión por un doctor del Servicio Médico Forense.
- Solicita una copia de la denuncia y el número de expediente y de agencia.
- No aceptes presiones ni amenazas de ningún tipo, que te hagan desistir de tu propósito de hacer valer los derechos que reconoce la ley.
- En caso de violación, no te bañes; acude con la misma ropa. Recuerda que puede acompañarte una persona de tu confianza. Si eres casada, tienes derecho a denunciar a tu marido por violación.

Con la interposición de la denuncia o la demanda se da inicio al juicio de violencia intrafamiliar.

La denuncia puede ser oral o escrita; la pueden realizar la o los afectados, así como los parientes de las víctimas y consiste en poner en conocimiento de la justicia o de sus agentes el hecho de violencia.

La demanda sólo es presentada por la víctima o su representante legal; esta debe ser escrita y se presenta ante el Juzgado Civil; demandar significa presentar por escrito los hechos de violencia, realizando peticiones legales concretas. La persona que hace la demanda pasa a ser una de las partes del juicio.

Toma en cuenta que las demandas o denuncias deben contener:

- Nombre, oficio o profesión y domicilio de la persona a quien se va a demandar.

- Otros antecedentes importantes, como hechos anteriores a la violencia, u otras denuncias; antecedentes penales o criminales del agresor; existencia de amenazas de muerte o de lesiones graves. Estos antecedentes pueden ser fundamento para solicitar una medida de protección, luego de denunciar o demandar.

¿Cómo proteger a las víctimas?

Pide medidas precautorias que son órdenes dictadas por el juez para garantizar que no se vean amenazadas la integridad física o síquica de la familia.

Si antes de tomar alguna acción legal, deseas alejarte de cualquier situación violenta, existen refugios que trabajan como lugares secretos y confidenciales de protección a mujeres con sus hijos. Estos espacios temporales existen para asegurar tu protección y ayudarte a aclarar ideas, potenciar actividades y analizar tus derechos y, así, conocer cuáles fueron violados para actuar en consecuencia.

En caso de requerir atención de algún refugio, no olvides llevar contigo:

Duplicado de las llaves de tu casa, un cambio de ropa, actas de nacimiento, tanto tuya, como de tus hijos, acta de matrimonio, tarjeta del Seguro Social, credencial de elector, directorio telefónico de las personas que puedan ayudarte, medicinas que tengas que tomar, número de expediente si iniciaste trámite de divorcio o pensión alimenticia.

La violencia NO ES UN ASUNTO "NORMAL" en la vida del ser humano; si eres víctima de violencia, comunícate a los siguientes números:

Vida Sin Violencia INMUJERES Nacional: 01 800 911 25 11.

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, A.C. (CNDEE): 01 800 911 66 66.

Centro de Atención Violencia Intrafamiliar (CAVI): 5345-5224

Unidades de Atención y Prevención de la Violencia Familiar (UAPVIF): 5518-5210 para pedir la dirección de la unidad más cercana.

Fortaleza, Centro de Atención Integral a la Mujer, I.A.P.: 5633 4512, de 8 a 19 horas.

Si te encuentras en una inevitable situación de violencia:

- Trata de estar en un sitio que tenga salida a la calle y en donde no haya armas; evita lugares como la cocina y el baño.
- Elabora un plan de salida de urgencia identificando las puertas y ventanas por las que puedas escapar de manera segura.
- Si te quedas en tu hogar, asegura ventanas y cambia las cerraduras de las puertas.
- Identifica a uno o más vecinos a quienes puedas hablar y pedirles ayuda; inventa una palabra clave para que sepan que corres peligro y tienen que auxiliarte.
- Desarrolla un plan de seguridad con tus hijos, para cuando no estés con ellos sepan qué hacer y protegerse; explícales la situación.
- Informa a la escuela, guardería, etcétera, sobre quién tiene autorización para recoger a tus hijos.
- Cambia constantemente las rutas para ir y venir de tu casa al trabajo o algún otro lugar que frecuentes.

Expedientes del poder



••• Carlos Ramírez

Dos años en montaña rusa

Cuando el PAN derrotó al PRI en las elecciones presidenciales del 2000, el tema central fue el de la transición de un sistema autoritario a uno democrático. Cuando el PAN derrotó al PRD en el 2006, la agenda de la transición volvió a reposicionarse. Por tanto, la evaluación de los dos primeros años del presidente Calderón como tema de fin de año y de definición de los puntos del 2009, debiera de ajustarse exactamente al punto de la transición. Y ahí se ve con temor que el PRI y el PRD buscan la restauración del Estado priista y que el gobierno panista ha logrado aprovechar los hilos de poder del viejo régimen priista. La crisis económica también tiene referencias de continuidad de un modelo de política económica del pasado. El presidente Calderón se ha enredado en sus razonamientos sobre la dialéctica Estado-mercado, pero sin entender las razones actuales. En los EU la crisis ha fortalecido un buen debate sobre el papel del Estado en un país de fama de mercado pero con instrumentos estatales de control a veces y en sectores mucho más intenso que en países estatistas. El hijo de uno de los economistas más prestigiados, James K. Galbraith, sucesor de John Kenneth Galbraith, le ha puesto el cascabel al gato al señalar la necesidad de que el Estado asuma dos de los temas centrales: las regulaciones y la planificación. Ahí es donde ha fallado el gobierno de Calderón, ciertamente arrinconado por la amargura violenta del candidato presidencial perredista perdedor y su decisión de impedir decisiones de gobierno. Pero en el fondo, la ausencia de un proyecto de reconstrucción del régimen y de reformas que consoliden a la sociedad es parte también del pasivo gubernamental. Puede decirse que Calderón no sólo ha podido sobrevivir al acoso de López Obrador, sino que ha podido realizar algunas minireformas. Sin embargo, las necesidades de la crisis nacional tienen que ver con una reorganización total del sistema político, económico y de gobierno. Los meses que vienen no serán fáciles para los ciudadanos. La crisis económica exige algo más que un programa de estabilización y ajuste, la desaceleración requiere de un programa real contracíclico, la ofensiva sindical implica una gran reforma laboral que reorganice los sindicatos como instrumentos de control obrero. El país no se hundió como quería López Obrador pero tampoco puede entregar buenas cuentas como insiste el presidente Calderón. Aún es tiempo para recomponer las cosas, pero se necesita revivir la agenda de la transición a la democracia.

cramirez@indicadorpolitico.com.mx



El Dr. Simi te desea lo mejor en
con estudios clínicos y de gabinete.
No tienes por qué pagar más p

Rayos X

desde
\$ 145.00
por placa o disparo

RAYOS X

Ultrasonido

desde
\$ 150.00

ULTRASONIDO

En Análisis Clínicos del Dr. Simi encontrarás
personal altamente capacitado, el cual te brindará el servicio que
Tus estudios son tratados con la mayor responsabilidad y ética.

Estudios realizados e interpretados por médicos especialistas.

Consulta la ubicación

En esta navidad. Por eso, te recuerda que ya cuenta
 con excelente calidad y a precios realmente bajos.
 Por lo mismo.

Logoaudiometría

\$ 200.00

Timpanometría

\$ 200.00

Paquete Audiológico

Audiometría, logoaudiometría
 y timpanometría

\$ 350.00

ESTUDIO AUDIOLÓGICO

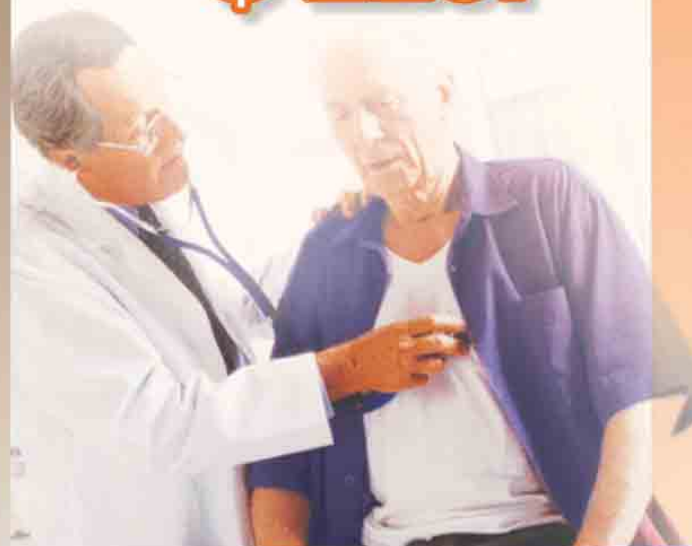
Electrocardiograma
 en reposo

\$ 95.00

Paquete corazón

- Química Sanguínea de 6 elementos (Glucosa, urea, creatinina, ácido úrico, colesterol, triglicéridos)
- Electrocardiograma en reposo

\$ 225.00



ELECTROCARDIOGRAMA Y
 PAQUETE CORAZÓN

que tú mereces.



**Análisis Clínicos
 del Dr. Simi**

"Lo mismo pero más barato"



En de tu unidad más cercana llamando sin costo al:
 SIMITEL 01 800 911 66 66

Precios sujetos a cambio sin previo aviso.
 Aplican restricciones por zona geográfica.

Salud y Sociedad



• • • Miguel Ángel Ferrer

Un plato de mole

El 17 de julio de 1928, durante un banquete en el restaurante La Bombilla, en el barrio de San Ángel en la ciudad de México, fue asesinado el recién reelecto presidente de la república, el navojoense, Álvaro Obregón Salido.

El asesino, un fanático católico llamado José de León Toral, fue detenido y torturado, y finalmente fusilado el 9 de febrero de 1929. Cuentan los cronistas de la época que tras el balazo, instantáneamente, la cabeza del general invicto cayó pesadamente sobre un plato de mole.

Todo esto es conocido. Pero poco se sabe que el llamado Manco de Celaya padecía desde mucho tiempo antes de su muerte, a los 48 años, una enfermedad hasta entonces incurable y devastadora: la sífilis. Según nos lo ha hecho saber el chihuahuense Jorge Aguilar Mora, en su ensayo Un día en la vida del general Obregón, el victorioso militar se atendía de su dolencia venérea en hospitales de EU. Por aquellos tiempos, la incurable sífilis se trataba con mercurio, terapéutica de escasa eficacia que en la mayoría de los casos producía males físicos mayores que los propios de la patología. Éstos son, en la etapa final de la enfermedad, graves daños al sistema nervioso, al corazón, al cerebro y a otros órganos, así como la muerte.

Curiosamente, en el mismo año del asesinato de Obregón, 1928, el bacteriólogo inglés Alexander Fleming descubrió las propiedades antibióticas de un hongo llamado penicillium notatum, que dio origen a una droga milagrosa, la penicilina, capaz de curar la sífilis y el resto de las enfermedades de origen bacteriano. Diez años más tarde, también en Inglaterra, otros dos eminentes científicos, Ernest Chain y Howard Florey, completaron el trabajo de Fleming, y posibilitaron que a partir de 1943 comenzara la producción comercial de la penicilina.

Quince años después de la muerte del general invicto, la penicilina derrotó para siempre a la milenaria y hasta entonces invicta sífilis.

www.miguelangelferrer-mentor.com.mx

Intoxicación o infección alimentaria

Se ha detectado que hasta 75% de la población que acude al médico es por infecciones o intoxicaciones alimentarias, ocasionadas por consumir productos contaminados.

La infección, es producida por virus o bacterias en comida en descomposición o tratadas con poca higiene. La intoxicación ocurre cuando se consume agua o alimentos contaminados por toxinas lo que envenena al organismo.

Las infecciones más frecuentes son: shigelosis, salmonelosis e intoxicaciones por alimentos descompuestos, principalmente pescados y mariscos, carnes, leche y sus derivados, así como alimentos enlatados, manifestados

todos por evacuaciones diarreas. En estas enfermedades los síntomas se inician en periodos breves en donde el antecedente es el consumo de alimentos. Y dependerán del tipo de microorganismos, los cuales pueden ser: náuseas, vómito, cólicos, diarrea, bochornos, vértigo, dolor de cabeza, fiebre e hipotensión arterial, en los casos más leves, o bien producirse síntomas neurológicos y parálisis en extremidades o hasta la pérdida de la conciencia y muerte en los casos más severos. El tratamiento es médico y debe ser lo más

pronto posible comenzar con los síntomas, evitando automedicarse ya que se pueden desen-



cadena otros síntomas y agravar el cuadro. Lo más conveniente en la época de calor es la prevención, evitando comer en la calle, preparar alimentos de manera higiénica (lavarse las manos antes de comer, después de ir al baño o haber tocado cualquier tipo de mascota, desinfectar los alimentos y utensilios de cocina, así como el lugar en donde se come), no reciclar botes y botellas de refrescos, crema, yogur y otros alimentos, descongelar adecuadamente carnes y mariscos, revisar fechas de caducidad de los productos empaquetados, evitar ingerir alimentos enlatados cuando el bote se encuentre golpeado o abombado, limpiar las latas antes de abrirlas y no volver a congelar comida que se haya descongelado con anterioridad.

Con información de Ma. Elena Flores Jasso y Alejandro Vázquez Guevara, Fundación Best.

Recomiendan especialista a mujeres no usar zapato de tacón alto

Especialistas del IMSS alertaron que 90 por ciento de la población femenina del país utiliza calzado inadecuado, lo que provoca daños irreversibles a la salud, y aconsejaron no usar zapatos de tacón alto.

Georgina Vázquez Martell, jefa del Servicio de Tratamientos de la Unidad de Medicina Física y Rehabilitación Norte, comentó que los zapatos de tacón alto, accesorios de moda y belleza, son inadecuados y pueden ocasionar problemas en la salud.

Comentó que de las principales lesiones que se ocasionan son: los dedos en garra, desviaciones en el tobillo, tendinitis, artrosis de rodilla y cadera, y lumbalgia.

Detalló que sólo en la Unidad de Medicina Física y Rehabilitación Norte del Instituto, 75 por ciento de las derechohabientes

que acuden a atención presentan problemas en las rodillas, cadera y columna por esta situación. La especialista explicó que el pie constituye el sostén principal del cuerpo, y por tanto tiene una anatomía y función especial que consiste en distribuir el peso en las extre-

inferiores, 50 por ciento a cada una. Sin embargo, muchas veces esta carga se incrementa hasta ciento por ciento por los tacones altos, lo que genera graves lesiones, ya que el pie

está constituido y diseñado con 26 huesos, 19 músculos y ligamentos, para soportar peso y distribución de la carga. Subrayó que esta función se altera por el uso inadecuado del calzado, ya que la elevación del tacón y la punta estrecha conlleva a un acortamiento de los músculos de la pantorrilla y una sobrecarga de los huesos de los dedos del pie. Los especialistas recomendaron evitar el uso de tacones de aguja y utilizarlos con la misma forma

desde la punta hasta el talón, para que se tenga un apoyo seguro. Por último, indicaron que el calzado no debe rebasar los 2.5 centímetros, y poseer el sostén de uno o dos sujetadores.



Navidad, crisis económica y salud emocional

Viene de la página 16

Es necesario entonces reflexionar sobre la idea superficial de buscar la felicidad a través de compras inútiles o que exceden nuestro presupuesto y recordar que para sentirnos bien con nosotros mismos y con nuestros seres queridos, no necesitamos tener un auto último modelo o vestir con ropa cara, como se ve en los anuncios de publicidad. Asimismo, considerar que efectivamente la crisis financiera va a limitar nuestro presupuesto pero que, en la medida que planeemos nuestros gastos, aprendamos a tolerar la frustración, cuidemos nuestro trabajo y, sobre todo, reconozcamos que el valor de la persona radica en lo que es, no en lo que tiene o puede comprar. Desde luego, aún con estas medidas, muchas personas tendrán la necesidad de estar en tratamiento psicológico y considerando que este servicio es poco accesible para la mayoría de la población, el servicio de apoyo psicológico gratuito que se ofrecen en el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, puede ser una excelente opción.

El siguiente cuestionario te puede ayudar a reflexionar sobre si la manera en que realizas tus gastos puede afectar tu salud emocional. Contesta SI o NO.

¿LO ECONOMICO DETERMINA MI SATISFACCION PERSONAL?

1. Cada que me siento triste o enojado(a) me tranquiliza ir de compras.
 2. En casa la manera en la que se demuestra el afecto es con regalos.
 3. Me he endeudado con tal de comprar algo que anhelaba y no necesitaba.
 4. Cuando tengo dinero extra empiezo a comprar obsequios para mis seres queridos.
 5. Si no tengo algún artículo de moda, me siento incómodo(a) con mis amigos.
 6. Tengo que comprarme ropa nueva cada que voy a una fiesta para sentirse seguro(a)
- Si respondiste afirmativamente a 2 ó mas preguntas, te invitamos a comunicarte con nosotros para que nuestros psicólogos expertos te orienten: 018009116666

Con información de Nancy Vargas, Psicóloga del Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales

¿TUS EMOCIONES TE IMPIDEN SER FELIZ?

- Te ofrecemos: Atención psicológica y contacto con centros de tratamiento.
- Por medio de:
 - ▶ Atención telefónica las 24 hrs. (de lunes a viernes) llamando sin costo al: 01 800 911 6666
 - ▶ Evaluación via internet por medio de cuestionarios: www.serfelizisepuede.com.mx
 - ▶ Consulta personalizada en nuestras instalaciones en el D.F. (previa cita)

¡Búscanos, queremos ayudarte!

Centro
Nacional de Diagnóstico
para las Enfermedades Emocionales

"Porque ser feliz, sí se puede"

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

VIGENCIA: HASTA AGOTAR EXISTENCIAS

Venus Williams, en el Abierto Mexicano de Tenis

La estadounidense Venus Williams, número seis del mundo, participará en el Abierto Mexicano de Tenis, del 23 al 28 de febrero en el puerto de Acapulco. Lo anterior fue anunciado por Patricio Burillo, presidente de MexTennis, y Raúl Zurutuza, director del torneo.

Burillo agradeció el apoyo en los 16 años que lleva el torneo más importante de Latinoamérica y que el próximo año tendrá el ascenso a la categoría Open 500, lo que significa aumentos en la bolsa y mayor puntuación en los circuitos ATP y WTA.

Por su parte, Raúl Zurutuza mencionó que espera romper la marca de 45 mil aficionados del certamen anterior, al señalar que la bolsa se incrementó de 750 mil a un millón 200 mil dólares.

Confirmó la participación en la rama femenil de Venus Williams, vigente campeona del torneo de Wimbledon y número seis del

ranking de la Asociación Femenil de Tenis (WTA), y de la monarca defensora del Abierto Mexicano, la italiana Flavia Pennetta (13 WTA).

En varones, jugarán el argentino David Nal-

bandian (11 ATP), subcampeón de la Copa Davis 2008, y los españoles Nicolás Almagro (18), que defenderá su título en el certamen mexicano, y Tommy Robredo (21). Respecto de los mexicanos, se espera la participación de Bruno Echagaray, Gerardo Meza y Santiago González, además de la poblana Ximena Hermoso.

Para la decimosexta edición del Abierto Mexicano de Tenis se incrementará el aforo del estadio de seis mil a siete mil aficionados, con nuevos asientos y techado, para comodidad de los espectadores.



Crean nueva asociación de basquetbol mexicano

El Comité Olímpico Mexicano (COM) aplaudió la creación de la Asociación Deportiva Mexicana de Basquetbol, con la cual se busca que este deporte tenga la fuerza que perdió tras 15 años de conflicto y estancamiento.

Así lo dio a conocer el presidente del COM, Felipe Muñoz, quien comentó que fue un paso



importante lo que se dio en Nuevo León en donde la familia del basquetbol nacional se reunió para crear un nuevo organismo.

"Es un paso importante el que se dio en Monterrey en beneficio del basquetbol, por fin vamos a integrarnos en una federación aunque se está creando una nueva", señaló.

El dirigente deportivo apuntó que sólo se está a la espera de la oficialización de la Federación Internacional para que el nuevo organismo tenga el reconocimiento del COM y comenzar a trabajar. En ese sentido, sostuvo que cuando se dé el aval internacional, el COM estará de la mano para trabajar y rescatar el llamado "deporte ráfaga" del abismo en que se ha visto inmerso en los últimos años.

Adiós a un Superestrella

Por BIV

Mike Mussina anunció su retiro como jugador activo de las Ligas Mayores de Béisbol. Lo hizo al estilo de los grandes: justamente tras de que el año pasado, vistiendo la franela de los Yanquis de Nueva York, por fin logró una temporada de 20 victorias.

Así, repitió la historia de Sandy Koufax, el tremendo lanzador zurdo que también decidió retirarse inmediatamente después de que, en 1966, conquistó 20 victorias para los Dodgers de Los Ángeles.

Desde luego que los directivos de los Yanquis de Nueva York estaban más que dispuestos a soltar un cheque gordo para firmar a Mussina, pues ellos y todos sabemos que en ese brazo quedan muchas victorias, pero que se trata de esas grandes decisio-



nes que se deben respetar. Y como pocos, Mussina decidió retirarse en plenitud de sus facultades, y no causando lástimas como ha sucedido a otros que por fama o por dinero, se empeñan en seguir adelante, hasta que nadie quiere contratarlos. A lo largo de sus 18 años de carrera, 10 con los Orioles y los últimos ocho con los Yanquis, Mussina compiló marca de 270 juegos ganados por 153 perdidos y un 3.68 de efectividad o de carreras limpias admitidas. Este año, su último como estelar activo, logró, como lo dijimos, 20 victorias, nueve derrotas y un muy buen 3.37 de carreras limpias. Difícil, muy difícil será que llegue al Yanquis un lanzador tan efectivo y tan profesional como lo fue Mussina.



Nosotros los pobres, ustedes los ricos

El deporte, nuevo blanco de secuestradores

Fernando Gutiérrez

"Si no pueden... ¡renuncien!" "¿No tienen nada...? ¡No tienen madre!"

Expresiones como éstas nos remiten a los secuestros del niño Fernando Martí y de la adolescente Silvia Vargas, dos casos que reventaron la estoica paciencia de la sociedad, golpeada y sangrada por el crimen organizado, que ha sentado sus reales en México, ahora con un nuevo blanco: el deporte, donde se aglutinan poderosos empresarios, como el dueño de la cadena de tiendas Martí y el del imperio acuático Nelson Vargas. El mundillo deportivo, antes de los dos casos citados, ya había sufrido tres sonados secuestros: el del empresario Alfredo Harp Helú (Diablos Rojos del México); el del padre de Jorge Campos, ex portero de la selección nacional de fútbol, y el del entrenador argentino Rubén Omar Romano, resueltos mediante elevadas sumas de dinero. Lamentablemente, no ocurrió así con los del niño Martí y la jovencita Vargas. El primero, asesinado y la otra, desaparecida hace más de un año. Por eso tiemblan los protagonistas del deporte, pues su actividad, remunerada con cantidades fantásticas, es un gancho irresistible para las bandas que gustan del dinero fácil y se mueven impunemente, muy a pesar de lo que digan y hagan las autoridades. Este flagelo había invadido anteriormente el mundo de los espectáculos, donde se han registrado plagios de mucho revuelo: Vicente Fernández Jr., Ernestina Sodi, Laura Zapata, Manuel Landeta, Humberto Zurita, Adal Ramones. Pero hay otras figuras amenazadas: Belinda, Yuri, Frida Sofía (hija de Alejandra Guzmán), Betty Monroe... Y otras más que han sufrido la muerte de un ser querido durante el plagio: Beatriz Adriana e Irma Serrano. Los empresarios del deporte se estremecen. Allí están Jorge Vergara, Emilio Azcárraga, Ricardo Salinas Pliego y Lorenzo Zambrano. Pero también los deportistas se saben un blanco vulnerable por sus ingresos, difundidos por la prensa internacional. Así sabemos que las ganancias de la golfista Lorena Ochoa; de los futbolistas Rafael Márquez y Cuauhtémoc Blanco, e incluso de la ex velocista Ana Guevara, en su momento, llegaron a casi tres millones de dólares, sólo en un año. El deporte y sus protagonistas ya no escapan a la mirada de la delincuencia. Y exigen seguridad. Tienen el poder suficiente para convocar a los medios y exigir justicia por televisión. Pero ¿qué hacen todos aquellos, ciudadanos pobres y anónimos, que han sufrido dolorosas e irreparables pérdidas familiares por secuestros y a quienes nadie los escucha? Esto es lo que ocurre en un país de desigualdades, donde por cada 1,200 mexicanos "de a pie", hay uno que tiene un millón de dólares

teacherfgp@yahoo.com.mx

Editorial

Izquierda responsable, frente al liberalismo conservador

México necesita una izquierda fuerte, que no es lo mismo que una izquierda alborotadora. Una izquierda que se defina como la corriente política, económica y social que vea por los pobres y los que menos tienen sin atacar, injustificadamente, a quienes con su capital crean riqueza y la usan con sentido de responsabilidad social.

Los militantes que se identifican con la izquierda pugnan por leyes que reconozcan la dignidad de la persona y el destino universal de los bienes; a la vez que reconocen la naturaleza humana, por lo que luchan contra el abuso y la opresión de unos sobre otros.

En México existen hombres de izquierda en los tres grandes partidos: PRI, PRD y PAN; sin embargo, en unos casos no han podido convencer a sus compañeros de que se aparten del liberalismo económico que sojuzga a los marginados y a los más débiles; y que, por lo contrario, busquen que la vida social se regule por normas que instalen justicia y bien común.

Cuando el PRD estuvo dirigido por Cuauhtémoc Cárdenas apareció en el horizonte la posibilidad de que se aglutinara la izquierda inteligente, mesurada, realista,

moderna; ello no sucedió y quienes se apoderaron del PRD mediante la demagogia conquistaron la voluntad del pueblo pauperizado, lo que trajo como consecuencia desorden y caos en el proceso electoral que devino en la auto-proclamación de un "presidente legítimo" que, tercamente, ha obstaculizado el trabajo de Felipe Calderón, desde su toma de posesión.

La actuación de Calderón Hinojosa será difícil de juzgar, sin tener en cuenta los obstáculos que "pseudo radicales de izquierda" —léase verdaderos revoltosos—, han puesto en su camino.

El Tribunal Federal Electoral puso orden en el resultado de las elecciones internas del PRD, definiendo como triunfador a Jesús Ortega, quien ya tomó posesión del cargo en compañía de quien fuera parte de la fórmula electoral de Encinas, el llamado "caballo de Troya".

Encinas permanece por ahora dentro del PRD y, en tanto, reaparece en el escenario político quien fuera conocido como "el hombre de las ligas", René Bejarano, de quien muchos creyeron nos habíamos librado en definitiva.

Insistimos: es indispensable la organización de la izquierda y se haga contrapeso a la derecha a ultranza, para que el país mejore las con-

diciones de vida de la mayoría de sus habitantes y vuelva a ser el líder de la región latinoamericana, posición que perdió hace ya varios lustros.



Vía Pública



• • • Fausto Fernández Ponte

El tercer año del "espurio"

"La ineptitud es redimible, pero la aptitud para ser inepto y corrupto es irredimible".
Siboney Ponte.

El lunes, primer día de diciembre, Felipe Calderón 'comenzó el tercer año de su "Espuriato" —es decir, su presidencialado espurio— y el contexto dentro del cual ocurre ese trance no puede ser más ominoso.

Ese contexto, si bien no puede ser más ominoso de lo que objetivamente discernido es, tiene dialéctica propia: el movimiento es ley inexorable de lo existente; unas cosas dejan de ser para dar nacimiento a otras. ¿Qué nacerá? Uno de los componentes de esa dialéctica es el de la esperanza sexenal; éste es un contrapuesto del desaliento que causa la percepción pública, muy arraigada y extendida, de la inepticia y corrupción en el poder. Esa inepticia es verismo insoslayable. El registro que el pueblo de México —vocablo cuyo uso asusta a ciertos emisarios del nonato futuro neoliberal, pero a punto de abortar su gorgónico feto— se nutre de la realidad. Y esa realidad ofrece al mexicano raso vectores y elementos de discernimiento de que no sólo el Espuriato es inepto, sino todo —sí, ¡todo!— el Estado mexicano mismo, con una excepción notabilísima. Pero, ¿cuál es esa excepción notabilísima? Nada menos que el pueblo de México, componente principal del Estado mexicano, entendido éste no como un cuerpo de instituciones gubernadoras y rectoras, sino como lo que vero es. Y lo vero es que el Estado es, según la teoría convencional, la ordenación jurídica y política de la sociedad. Es el régimen de asociación humana más amplio y complejo de cuantos ha conocido la historia del hombre. El Estado —nos lo dicen Rawls y Borja— es una sociedad política totalizadora, completa y cerrada, en el sentido de que el ser humano encuentra en ella cabida para todos los propósitos importantes de su vida. Esos fines son físicos, espirituales y morales. El hombre no puede retirarse del Estado o aislarse de él como lo hace de cualquier otra asociación, salvo por cambio voluntario de una nacionalidad a otra. Pero puede modificar al Estado. La teoría marxista describe al Estado como la expresión política del poder de una clase o bloque de clases o estratos sociales sobre otras mediante instituciones cuya función es la de asegurar la estructura económica. Desde esa perspectiva, la clase dominante —o bloque de clases o estratos sociales dominadores de los otros, que son la mayoría del pueblo de México— ha servido sólo a intereses propios y de la metrópoli filosófica e ideológica, EU.

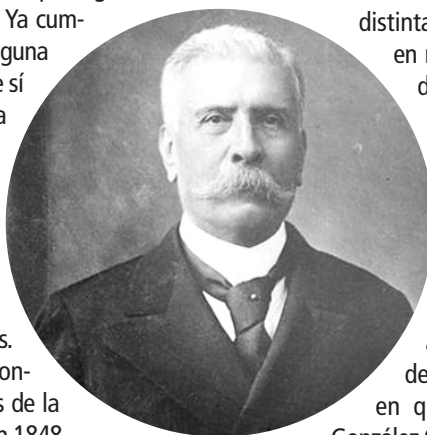
ffponte@gmail.com

Espacio a la historia

La más prolongada crisis en la historia de México

Manuel Magaña Contreras

En la historia del México independiente, la crisis por la que atraviesa nuestro país es la más prolongada de todas las que registra nuestro acontecer nacional. Ya cumplió 38 años; en duración, ninguna otra se le equipara. Y aunque sí hay fórmula de solución, ésta no ha sido adoptada por lo cual quizá pueda llegar a su medio siglo de existencia. Cuando México se hizo independiente, el 27 de septiembre de 1821, empezaron los problemas para dividirnos. Esta crisis duró 27 años y concluyó con la pérdida de más de la mitad de nuestro territorio en 1848.



Esta etapa de problemas es la más prolongada del Siglo XIX. Después, el dictador Santa Ana vendió la Mesilla a los EU, el 30 de diciembre de 1853, estalla la Revolución de Ayutla y se suman las luchas intestinas entre conservadores y liberales ante las distintas formas de pensar en relación a la creación del Estado Mexicano y la separación de la Iglesia y el Estado. Este periodo abarcó del citado 1848, al 22 de diciembre de 1860, con el triunfo de las armas liberales el 22 de diciembre de 1860, en que el general Jesús González Ortega derrotó al ejército conservador comandado por el general Miguel Miramón, en Calpulalpan. Estas turbulencias duraron 12 años.

Empezaría otro periodo crítico entre los mexicanos, con motivo de los proyectos para la traída de Maximiliano, lo cual concluyó en el Cerro de las Campanas, el

19 de junio de 1867, con el fusilamiento de Maximiliano, Miramón y Mejía.

Totalizó esta etapa siete años de sangrienta confrontación fratricida. Vendría la lucha por el poder entre el sector de los triunfadores sobre el segundo imperio, la entronización de Porfirio Díaz en la presidencia de la república, periodo con luces y sombras, deber y haber, etapa de paz, que concluyó con el inicio de la Revolución de 1910. De 1910 a 1920, se registra el periodo armado.

Vino luego un periodo de creatividad y retorno al trabajo, para proseguir la guerra cristera, de 1926 a 1929. Al periodo de progreso durante los regimenes de los generales Lázaro Cárdenas y Manuel Ávila Camacho, hay que sumar la etapa de desarrollo sostenido en "el alemanismo", "el ruizcortinismo", "el lopezmateísmo" y Díaz Ordaz, en que tuvo su mejor etapa el "desarrollo estabilizador", hasta empezar los problemas en 1970, que llegan hasta nuestros días, ininterrumpidamente. Estamos, pues, en la crisis más prolongada de México, a la cual hay que poner fin, ya, con trabajo, ahorro, creatividad, honradez y justicia.

mmc.informacion@yahoo.com.mx

Análisis Clínicos del Dr. Simi
"Lo mismo pero más barato"

POR EXPANSIÓN SOLICITA:

MÉDICOS ULTRASONOGRAFISTAS

Para trabajar en: Aguascalientes, Mexicali, Tijuana, Cd. del Carmen, Tapachula, Cd. Juárez, Saltillo, Monclova, D.F. Área Metropolitana, Edo. de México (Lerma y Toluca), Celaya, Guanajuato, Irapuato, León, Guerrero, Ixmiquilpan, Tizayuca, Guadalajara, Cuernavaca, Tepic, Bahías de Huatulco, Salina Cruz, San Martín Texmelucan, Querétaro, Cancún, Chetumal, Matehuala, Cd. Obregón, Guaymas, Hermosillo, Comalcalco, Cunduacán, Altamira, Cd. Madero, Tampico, Cd. Victoria, Coatzacoalcos, Poza Rica, Loreto, Zacatecas.

Requisitos:

- Ambos sexos
- Escolaridad: Médico con especialidad en ultrasonografía
- Experiencia mínima de un año
- Disponibilidad para laborar de lunes a sábado.

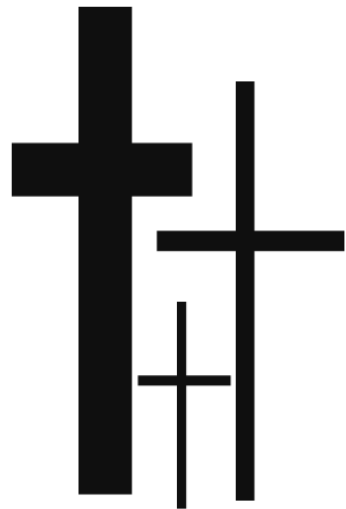
Actividades:

Realización e interpretación de estudios ecográficos, seguimiento y control de pacientes.

Ofrecemos:

- Sueldo competitivo y acorde al puesto
- Pago adicional por cada estudio realizado
- Prestaciones superiores a las que otorga la ley
- Estabilidad y crecimiento laboral
- Agradable ambiente de trabajo
- Horarios flexibles

Interesados presentarse con curriculum o solicitud elaborada en la unidad más cercana a su domicilio o enviar al correo: empleo@drsimi.com.mx



El Grupo Por Un País Mejor A.C.

Lamenta profundamente la sensible pérdida de nuestro amigo

José Antonio Coalla Camblor

Director de Distribución del Grupo.

Nos unimos a la pena que embarga a familiares, amigos y colaboradores, esperamos una pronta recuperación en este momento de dolor.

Descanse en paz.
México D.F.



José Antonio, esto no es un adiós...

Un día, alguien nos compartió que las personas podrán olvidar lo que dices; también podrán olvidar lo que haces; sin embargo, nunca olvidarán cómo las haces sentir.

Eso es lo que hoy tratamos de transmitirle. Tenemos un amigo –así, en tiempo presente- que no necesita estar a nuestro lado, para saber que está cuando lo necesitamos.

No tiene un “no” por respuesta; es propositivo, optimista y, antes que todo, un amigo.

Por eso, hoy José Antonio está aquí, aunque su cuerpo nos haya dicho “hasta luego”; todos los que lo tratamos sabemos que sigue en su oficina.

Sin estar presente, todos lo sentimos, igual como nos sorprendió su despedida.

Sabemos que solía hacer las cosas así. Americanista de corazón, al tanto de los datos en la computadora, nunca dejó de ser jovial, a pesar de que ese corazón ya le jugaba bromas pesadas.

Un buen día nos despertamos con la noticia de que se nos adelantaba, pero sabemos que no es un adiós. A un amigo jamás se le despide.

Él nos brinda un “hasta luego” como lo hizo cada tarde durante poco más de 10 años en el Grupo Por Un País Mejor. Siempre “chambeador”, como cada mañana, regresaba y rodeado por todos sus cuadros de caballos, se mantenía al frente del complejo proceso de distribución de todos los productos que Farmacias Similares pone a la mano de sus poco más de 12 millones de clientes mensualmente.

Sí. Se dice fácil, pero a pesar de que José Antonio cargaba sobre los hombros una enorme responsabilidad, la jornada nunca le arrebató la sonrisa y el saludo franco.

Nunca le impidió frecuentar a sus amigos y, lo que es más importante, eliminar de su vocabulario la palabra “no”.

De actitud y mente propositivo, José Antonio está aquí.

Nos dijo hasta luego, pero cumplido como es, sabemos que no falta a la oficina cada día.

Nos acostumbró a ello y por eso lo vemos obsequiando una broma y una sonrisa. En esta ocasión, permítanos rendir un humilísimo tributo a un hombre que en vida nos hizo saber que los buenos amigos son como las estrellas: no siempre los ves, pero sabes que siempre están ahí.

José Antonio, nos vemos pronto; en tanto, permítanos ofrecer un hombre a tus hijos: José Antonio, Erika, Paola y Carla.

Permítanos asegurarle que algún día nos volveremos a ver como cada mañana y entonces tendremos tiempo para hablar de cómo van las águilas y de cómo el “cuarto poder” (como le gustaba llamar a los de Comunicación Social) le espera para ver la logística de lo que será otro día y disfrutar de su presencia.

José Antonio Coalla Camblor, permítanos decirle: ¡Hasta luego!

A partir del próximo número abriremos un espacio infantil en

cuentos reportajes
 acertijos relatos deportes música
 poesía teatro ciencia tips y todo lo que se te ocurra

Búscalo y forma parte del mundo que será tuyo y mío

Gara y Loida, en Siminota musical

K-Narias, reggaeton al otro lado del Atlántico

Moisés Sánchez Olvera

Son españolas; salerosas por antonomasia, pero a ellas, a diferencia de muchas de sus compatriotas, les va mejor el movimiento de caderas, que el "zapateo".

Son gemelas y desde hace un par de años, la sensación en su natal España. Son las K-Narias, las gemelas que desde muy pequeñas soñaron con ser artistas.

Gara y Loida Hernández comenzaron su carrera en el barrio de Añaza, en Santa Cruz de Tenerife (Islas Canarias) como coristas, bailarinas y coreógrafas, hasta el momento en que Don Omar, el famoso rapero puertorriqueño, las descubrió en el Festival Reggaetuning 2004. A partir de ese momento la vida de estas gemelas, que empezaron sus clases de danza a los cinco años, dio un vuelco.

En mayo de 2005 bajo el nombre de K-Narias grabaron



su primer material discográfico, titulado "40 entre las 2", que a tres meses de su lanzamiento logró vender 50 mil copias.

Gara y Loida estuvieron en nuestro país y, por supuesto, no podían faltar en **La Hora Feliz del Dr. Simi**. Ahí presentaron su segundo material discográfico, titulado "Hombres con Pañales" en tributo a una campaña que se realizó en España, Colombia y Puerto Rico en contra de la violencia hacia la mujer y dirigida a los jóvenes de esos países.

Su primer sencillo "No te vistas que no vas", se convirtió en un éxito en España el verano pasado. Este nuevo material, que contiene música fusionada con reggaeton, tropical, bachata y balada romántica, incluye un tema con José Feliciano titulado "Un pedacito de Navidad", muy ad-hoc con esta temporada.

A pesar de su corta carrera, su talento ya ha sido reconocido por la Asociación de Críticos de Espectáculos de Nueva York (ACE) y por los premios

FAMA, que las galardonaron como la Revelación 2008. Estas hermosas españolas dedican la mayor parte de su tiempo a preparar coreografías e ir al gimnasio. Su pasión es la familia y a ella dedican su tiempo libre.

El dueto de las K-Narias pasarán la Navidad en España en compañía de sus seres queridos, pero prometió regresar muy pronto a nuestro país.

Si quiere conocer más de estas reggaetoneras visite la página www.k-narias.com o, ya lo sabe: www.siminforma.com.mx



Natty, el Dr. Simi y Juan Manuel Rentería, posaron junto a las K-Narias en la Hora Feliz del Dr. Simi

Sebastián Zurita, orgulloso de su padre, dice que "dominará el mundo"

Aunque Sebastián Zurita está preparado para las comparaciones con su padre, Humberto, no le teme a las comentarios por su primer protagónico en la telenovela En Nombre del Amor, y dice esperar que los críticos sean pacientes con su trabajo, ya que su aprendizaje como actor apenas va comenzando y así como su padre lo vivió, tiene un camino muy largo por recorrer.

Curiosamente tu papá y tú entran casi al mismo tiempo en dos telenovelas, para Televisa y TV Azteca, y eso será una buena competencia.

"Sí, ¡vamos a dominar el mundo!, ja, ja, ja. Pues como dice mi papá, la competencia es entre televisoras y cada quién está haciendo todo para hacer un trabajo lo mejor que se puede. La competencia es buena, pero cuando uno regresa a la casa, todos somos una familia, y él me compartirá sus buenas y malas rachas,

y yo también le contaré las mías. Esta unión es algo que nadie, ni el trabajo ni ninguna televisora ni ningún chisme va a poder romper".

¿Te gustaría ver a toda tu familia en una telenovela?

"Sí, eso es lo que hemos estado haciendo en cine, pero ahora sí que donde nos lleve el trabajo y donde haya buenas cosas de calidad, es donde vamos a estar. Como dice mi papá: 'Nadie te va a asegurar el rating, sino la calidad del trabajo', y eso es a lo que vamos; tanto mi papá va a hacer su trabajo lo mejor posible, como yo también. Y nos iremos aprendiendo el uno del otro".

¿Sientes nervios de las opiniones sobre tu actuación?

"Sí, estoy muy emocionado y nervioso por saber qué van a pensar sobre mi trabajo porque se va a venir... ¡se va a venir! Como soy hijo de

actores, me la conozco bien, ja, ja, ja, y me voy a tener que comer bastantes malas y bastantes buenas porque no a todo el mundo le pareceré galán, inteligente y entretenido".

¿Cómo mantener los pies en la tierra?

"Pesaran muchísimo mis zapatos, ja, ja, ja. Yo creo que con la educación, las amistades de verdad y la gente que te quiere de verdad, te baja de donde te estás subiendo. Es obvio que tarde que temprano puedes llegar a creértela, te vuelves y pidas en este preciso minuto un aumento, pero las cosas no deben ser así. Lo importante es saber que tu trabajo es igual al de cualquier otra persona, la única diferencia es que la gente ve la tele y se identifica con ciertas cosas que uno hace. Hay que ser humilde porque las puertas del éxito son muy grandes, pero muy bajas y tienes que pasar con la cabeza agachada".



● ● ● **Directorio** ● ● ●

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

Juan Manuel Zepeda Aguilar
Director

Dra. María del Carmen Villafaña Peralta
Vicepresidenta de Salud

Srita. Lourdes García Mozos
Asistente de la Presidencia

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

Fernando Gutiérrez
Corrector de Estilo

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

Ma. Teresa Hernández de Mancilla
Vicepresidenta de Acción Social

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.

simi_informa@porunpaismejor.com.mx
www.siminforma.com.mx
Tel. Redacción en México: 54 22 01 48
Conmutador: 54 22 45 00

Comunicación Social del Grupo Por Un País Mejor

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 04-2006-122614141100-101. 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.

Simiinforma

POR UN PAIS MEJOR ©



Dr. Simi ©

SimiRico infantil

Tres ricos sabores
Chocolate Fresa
Banana

\$ 23.00 c/u

Consulta a tu médico, evita la automedicación.
Precios sujetos a cambio sin previo aviso.



■ Cuida tu salud:

Navidad, crisis económica y salud emocional

Indudablemente la actual crisis financiera afecta directamente la salud emocional, pues los mexicanos se sienten preocupados al ver que su ingreso cada vez rinde menos, temerosos por la posibilidad de perder su empleo, desanimados al ver que muchos de sus planes tendrán que posponerse o detenerlos definitivamente y ese estado de estrés constante puede llevarlos a desarrollar otros trastornos o incluso a optar por el suicidio.

Tal situación puede exacerbarse ahora en esta época decembrina, pues desafortunadamente se ha modificado radicalmente el sentido de las fiestas navideñas y se ha convertido en una etapa en la que el afecto y la felicidad se miden por lo que se pueda comprar y regalar. De hecho, en las personas que tienen la posibilidad de un ingreso extra, puede presentarse cierta euforia y deseo de gastar en forma poco planeada como consecuencia de las limitaciones o privaciones económicas que han tenido durante el año. Sin embargo, esta actitud puede convertirse sólo en una satisfacción o alegría pasajera y tener consecuencias graves no sólo a nivel económico, sino también en cuestión de salud emocional, ya que pretender sentirse bien a través del consumo nos puede señalar inseguridad, falta de autoestima, dificultad para establecer relaciones sociales, etcétera.

10

No todas las fiestas en diciembre son posadas

En México es cada vez menos común la realización de las posadas en forma tradicional. Actualmente se le denomina "posada" a cualquier fiesta del periodo comprendido en los nueve días previos a la Navidad, aunque no sean propiamente posadas. Inclusive hay quien en los días anteriores a las posadas las llama preposadas, lo cual es para mucha gente un pretexto para hacer fiesta. Las posadas son una tradición de origen mexicano, que se celebra hoy en toda Latinoamérica. Son fiestas populares que en México se efectúan

durante nueve días antes de Navidad, días que representan los nueve meses de embarazo de la Virgen. Estas fiestas recuerdan el peregrinaje de María y José desde su salida de Nazaret hasta Belén donde buscan un lugar para alojarse y esperar el nacimiento del niño Jesús. Una

de las características de las posadas es que son amenizadas con cánticos o villancicos, los que reaniman el espíritu religioso de los participantes. Las posadas tradicionales tienen ligeras variantes de acuerdo con el lugar en donde se celebren y han ido cambiando con el tiempo; sin embargo los aspectos comunes más importantes son "pedir posada" y romper la piñata, acompañadas con ponche, velas, fruta y luces de bengala.

Algo que ha ido tomando fuerza, es el denominado "Maratón Guadalupe-Reyes", que consiste en consumir en demasía tanto comida como bebidas alcohólicas, entre el 12 de diciembre, día de la Virgen de Guadalupe, hasta el 6 de enero, Día de Reyes, sin embargo cada quien debe festejar a su gusto con moderación y llevar siempre consigo el espíritu navideño.



En efecto: no tienen madre

Vicente Monroy

Y tal como lo sospechamos desde un principio, transcurrieron 100 días y nadie renunció. Se recrudeció el crimen; aumentó la diarrea verbal de los funcionarios, pero en esencia todos se pasaron por el arco del triunfo la exigencia ciudadana: Si no pueden... ¡renuncien!

Al cabo de una apantallante escenografía y la clásica verborrea de que se combatirá —por que se definió como una guerra— al crimen "hasta sus últimas consecuencias", las ejecuciones están a la orden del día, la minireforma en materia de seguridad, prostituida por los politicastros, y la violencia acechando tras el umbral de nuestros hogares.

Del pacto nacional por la seguridad —a pesar de lo que se propaló hasta la saciedad—, nadie se acuerda.

Usted, por ejemplo ¿sabe el nombre del hijo de Alejandro Martí?... ¿Recuerda el nombre de la hija de Nelson Vargas?... ¿Se acuerda de la fecha de la manifestación Iluminemos México?

Lo que sí debe conocer es a alguno de los millones de mexicanos que han padecido el aumento de la incruenta ola de violencia. Pocos en este país se escapan. Sea entre familia o amistades, de alguna u otra manera sabemos de primera mano casos de robo, secuestro (en sus diferentes "modalidades") y muerte.

Hoy, mientras la indignación ciudadana recibe placebos e infaustos informes y encuestas que revelan que la corrupción da trabajo a policías que no son confiables), cientos de delincuentes viven de una "empresa" donde la vida es moneda de cambio.

Impusieron el terror y la fuerza; sojuzgaron al Estado y se dan el lujo de usurpar funciones como proteger nuestra integridad física y patrimonial. México está secuestrado y si eso no es tener nada; eso, en efecto, es no tener madre.

En el Congreso, sempiternos políticos aprobaron algunos de los cambios legislativos a los que se comprometieron en el pacto nacional por la seguridad el pasado 21 de agosto. Como es costumbre, celebran sus pírricos resultados.

Pueden decir que hay nueva Ley General de Seguridad Pública y reforma al artículo 73 constitucional; nueva Ley Federal para Prevenir y Sancionar el Secuestro; sin embargo, todo es insuficiente ante la magnitud del problema.

Falta la Ley de la Policía Federal, la cual propone un modelo policial único. Francia, Estados Unidos, Italia la tienen.

Si 50 por ciento de los policías en todo el país —municipales, estatales y federales— no son confiables, lo que se necesita es un nuevo orden de carácter nacional y es ahí donde nadie ofrece resultados.

¿Sabemos por qué?... Sí: Cambiar implica una estatura ética superior y ningún gobernante parece tenerla. Menos ahora que dentro de otros 100 días estaremos inmersos en un desgastante proceso electoral y, al margen del discurso, lo único cierto es que la promesa será combatir al crimen y, en efecto, sin resultados, todo será corroborar que ¡no tienen madre!