



■ México:

2010: Oleada de aumentos

6

■ Calendario:

8 y 9

■ Pasarela:

No encuentro a mi príncipe azul: Wendy Braga

12



Dr. Simi ®



EMPRESA SOCIALMENTE RESPONSABLE

2010

Simiinforma  
EJEMPLAR  
Gratuito

Lo bueno también es noticia  
Enero de 2010. Núm. 282

# Simiinforma

POR UN PAIS MEJOR

630 mil ejemplares

www.simiinforma.com.mx

simi\_informa@porunpaismejor.com.mx

Otra forma de violencia contra las mujeres

## Esclavas de hoy

Simi Iyptus

Miel y eucalipto con propóleo

Bolsa con 16 paletas \$25.00

PALETAS

• Precios sujetos a cambio sin previo aviso.  
DE VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES®



Cifras conservadoras documentan que en México hay cerca de dos millones de esclavas modernas, es decir, las empleadas domésticas, siempre explotadas y maltratadas; pero a esa cifra hay que sumarle las muchas amas de casa -dedicadas 100% al hogar-, que también hacen esa labor sin recibir sueldo, ni vacaciones, y sí violencia -física o psicológica-, todo por el mismo boleto de ser una "abnegada esposa" y "sumisa hasta la muerte".

7



## ¿Sabías que...

Dentro de los proyectos especiales que hace **La Fundación del Dr. Simi, A.C.**, se incluye el **Festejo de Día de Reyes** con el propósito de darle alegría y regalos a niños de escasos recursos?

Para mayor información  
[www.fundaciondrsimi.org.mx](http://www.fundaciondrsimi.org.mx)  
o llámanos al 5422 0114 o al Simitel 01800 911 66 66



Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales  
"Porque ser feliz, sí se puede"

¿Sabes si tus emociones te impiden ser feliz?  
Te ofrecemos apoyo y orientación psicológica gratuita, así como las mejores opciones a tu problemática.

- **Atención telefónica** de lunes a domingo las 24 hrs. del día. Llama sin costo al: **01800 911 6666, opción 9.**
- **Evaluación vía internet** ([www.serfelizisepuede.com.mx](http://www.serfelizisepuede.com.mx)), por medio de cuestionarios.
- **Consulta personal** en nuestras instalaciones en el D.F. (previa cita).

¡Búscanos, queremos ayudarte!

## Exitoso concierto "Una Voz por la Vida"

Con el Teatro Libanés Llano, el concierto "Una Voz por la Vida" fue todo un éxito, por cuarto año consecutivo. El recital tuvo la finalidad de recaudar fondos para la Fundación Niños de Eugenia, institución que brinda hospedaje, alimento, vestido, educación y actividades recreativas a 50 menores.

La audición comenzó poco después de las palabras de agradecimiento de Lourdes Martínez, directora de las dos casas-hogar –Yautepec y Tepoztlán, Morelos-, donde infantes en situación de abandono reciben amor y cuidados.

"A nombre de la Fundación Niños de Eugenia –dijoles doy las gracias por unirse a nuestra causa. Con su colaboración, podemos otorgar a estos pequeños un mejor futuro."

En su oportunidad, Elsa Rodríguez, directora de Compras del Grupo Por Un País Mejor, hizo una atenta invitación a que, con acciones solidarias, dibujemos una sonrisa en los rostros de los pequeños que han sido lastimados.

"Las 27 niñas y 23 niños de las dos casas-hogar, son nuestro motor. Les agradezco mucho que con su presencia, podamos brindarles el hogar que se merecen".

En esta gala, por cada peso recaudado, Farmacias Similares donó otro.

Ello significó que las más de 300 personas que asistieron, en colaboración con la cadena farmacéutica más grande de América Latina, aportó una ayuda directa a

la obra social de la Fundación Niños de Eugenia.

En el recital participaron el tenor internacional Roberto Ramos, la soprano Ana Cristina Arias y el mariachi "Los Jimadores".

Fundación Niños de Eugenia, A.C. es una Asociación que acoge a los niños abandonados de nuestro país con el fin de cubrir sus necesidades básicas y formarlos íntegramente dentro de una atmósfera cálida y armónica.

En la actualidad la Casa Hogar Niñas de Eugenia en Tepoztlán, y la Casa Hogar Niños de Eugenia en Yautepec, reciben a pequeños de 2 a 6 años que no tienen padres o sufren algún tipo de abuso o abandono.

La atención de todos los pequeños está a cargo de religiosas, quienes además de amor y cuidados proporcionan alimentación, vivienda y vestido; educación académica fuera de nuestras instalaciones; atención médica y psicológica; educación religiosa, así como actividades culturales y recreativas.



El concierto "Una voz por la vida" ayudó a Niños de Eugenia, para continuar su desarrollo

Fotos: Miguel Ángel

### DIRECTORIO



Presidente del Grupo Por Un País Mejor **Víctor González Torres**

#### Redacción

Juan Manuel Zepeda Aguilar / Director  
D.C.V. Adriana Hinojo Montes de Oca / Diseño  
D.C.G. Adolfo González García / Diseñador

#### Reporteros

Miguel Ángel Sánchez / Coordinador  
Moisés Sánchez  
Miguel Ángel Becerril  
Fernando Gutiérrez



#### Fotógrafos

Moisés Manzano / Arturo González

#### Caricaturistas

Oscar Rodríguez "Luy"/ Jorge Aviña  
Julio Ibarra

#### Columnistas

Carlos Ramírez/ Manuel Castilla  
Miguel Ángel Ferrer / Fausto Fernández Ponte  
Arturo Martínez Aviña/ Baltazar Ignacio Valadez  
Manuel Magaña Contreras/  
Alfredo Camacho

#### Servicio de Agencia

Notimex

#### Imprenta en México

Litografía Magno Graf, S.A. de C.V.  
Calle 23 No.33, Col San Pedro de los Pinos. C.P. 03800, México, D.F.

#### Distribuidores en México

Farmacias Similares / El Sol de México  
Bamboó Impresiones

#### Imprenta en Chile

Gráfica Puerto Madero

#### Distribuidores en Chile y Guatemala

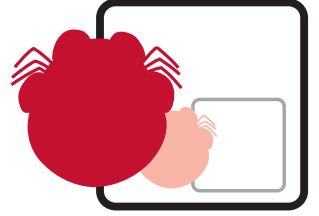
Farmacias del Dr. Simi



Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, 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 04-2008-032512250400-101. 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.

Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C.

"Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".



## Centro Comunitario del Dr. Simi, en Iztapalapa

# Vecinos ayudan a los vecinos

A casi tres años de su creación, el Centro Comunitario Dr. Simi, de Iztapalapa, mantiene su impacto entre los habitantes por medio de sus 16 talleres con los que ayudan a que niños y jóvenes encuentren opciones productivas de crecimiento y se alejen de las drogas y la delincuencia.

El padre Enrique Diez, de la Asociación Manos que Ayudan, que trabaja en coordinación con el Centro Comunitario, explica las bondades del trabajo:

"Aquí lo único que hace falta es tener ganas de superarse. Los talleres están abiertos en diferentes actividades manuales, musicales, deportivas y artesanales. Son ellos, los alumnos, quienes nos dicen qué quieren aprender y nosotros se los damos".

Por su parte, la maestra Alicia Gómez Silva, directora del Centro Comunitario, ubicado en Úrsulo Galván 65, colonia Hank González, Iztapalapa, destaca la labor de los 16 maestros voluntarios que dan clases de guitarra, cortes de cabello, cuidado de bebés, bailes folclóricos, zumba y karate, entre otros:

"Gracias a ellos hemos podido seguir adelante. Todos son muy buenos en lo que enseñan y lo hacen con una gran entrega. Su trabajo es voluntario y se sienten orgullosos de fortalecer a la comunidad de Iztapalapa".

La maestra recalca que ingresar al Centro es gratis y que está abierto no sólo a niños y jóvenes, sino también para aquellos adultos que buscan capacitarse en alguna actividad que puedan realizar dentro o fuera del hogar.

Y así, en ese marco de solidaridad, se desarrolló la posada de la navideña, en la cual se preservó la tradición de las letanías cantadas por los peregrinos. También hubo un concurso de piñatas y el primer lugar fue para la elaborada por el taller de Primeros Auxilios.

Con la asistencia de los más de 300 alumnos, los maestros escucharon el reconocimiento de Víctor González Torres, presidente del Grupo Por Un País Mejor, transmitido por Astrid García, directora de la Fundación del Dr. Simi, quien también les entregó despensas y un donativo en especie para el taller de belleza.

Al final, a coro, se escuchó un vibrante "¡Gracias, Dr. Simi!", entonado por todos los integrantes del Centro.



## ¡Y siguen los festejos de Reyes!

El pasado 6 de enero en México y en otras partes del mundo se celebró el tradicional Día de Reyes, en muchos casos con juguetes para niños y también con oraciones o rosas.

A pesar de la crisis económica, en estos tiempos lo que hace realmente hermosa esta tradición, es la ilusión de miles de niños que desean ser visitados por esos tres personajes, Melchor, Gaspar y Baltasar, quienes cada noche del 5 de enero les dejan un bello regalo, solicitado por una carta redactada por los infantes.

Sin embargo, no todos los niños tienen un hogar donde poder esperar la llegada de Reyes Magos, debido a que se encuentran en situación de pobreza extrema.

Por esta razón, la Fundación del Dr. Simi, en un esfuerzo conjunto con diversas instituciones integradas a la Red Unidos para Ayudar, llevará a cabo, el próximo 13 de enero, el tradicional festejo de Día de Reyes.

La idea, es mantener viva esta hermosa tradición y hacerla llegar a aquellos que no cuentan con la posibilidad de recibir un pequeño regalo de Melchor, Gaspar o Baltasar.

De manera paralela, en las 39 delegaciones de la Fundación, que se encuentran en las principales ciudades de los estados de la república mexicana, se realizarán festejos semejantes para llevarles un poco de alegría a todos aquellos niños carentes de recursos económicos.



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

**Solicita:**

### INTENDENTE

Requisitos:

- Ambos sexos
- Disponibilidad de horario
- Comprobante de estudios

### VENDEDOR

Requisitos:

- Ambos sexos
- Experiencia mínima de un año en área farmacéutica (manejo en sustancias activas)
- Disponibilidad de horario
- Comprobante de estudios

### BOTARGUERO

Requisitos:

- Gusto por el baile
- Sexo Masculino
- Disponibilidad de horario
- Comprobante de estudios

Interesados favor de presentarse con solicitud elaborada en:

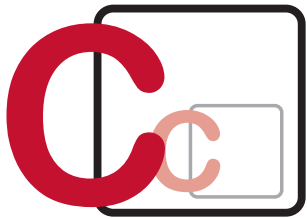
Eje 6 sur No. 26, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F.

(cerca del metro Nativitas) o al correo:

[atraccionalento@farmaciasdesimilares.com.mx](mailto:atraccionalento@farmaciasdesimilares.com.mx)



**Sé parte de nuestra gran familia, estamos buscando a personas como tú.**



## Únete a nosotros

Si eres médico titulado, comprometido con tu profesión y con vocación de servicio.

### MÉDICOS GENERALES

Comunícate a los tels.: 01 800 508 3580 ext. 4631, 4630, (0155) 5422 4620 ext. 4607; o envía currículum a: [bestmiguel@fundacionbest.org.mx](mailto:bestmiguel@fundacionbest.org.mx) [ymeza@fundacionbest.org.mx](mailto:ymeza@fundacionbest.org.mx)

#### Consultorios en:

Toluca, Edo. de México; Atoyatempan y Atlixoc, Puebla; Tapachula y Comitán, Chiapas; Tuxtepec y Teotitlán, Oaxaca; Minatitlán e Ignacio de la Llave, Veracruz; Marquelia y Pantla, Guerrero; Playa del Carmen y Cozumel, Quintana Roo; Mexicali y La Paz, Baja California; Saltillo, Coahuila; Empalme y Guaymas, Sonora.



### Salud y Sociedad



• • • Miguel Ángel Ferrer

#### Zurdos

Según algunas estimaciones científicas, diez por ciento de la población planetaria es zurda. Pero se piensa que sin las presiones culturales, educativas, sociales y religiosas que inducen u obligan a los zurdos a convertirse en diestros (o en ambidiestros), la población de siniestros podría ser de una cuarta parte del total de los habitantes del orbe. Una cosa semejante pasa con la homosexualidad: se sabe que alrededor del diez por ciento de la población es homosexual, pero se sabe igualmente que sin las presiones culturales, educativas, sociales y religiosas que obligan a los homosexuales a ocultar o a no reconocer públicamente esa cualidad, la proporción podría ser mucho mayor, acaso ese mismo 25 por ciento de la población zurda. Hasta ahora la ciencia no ha podido establecer la causa por la que una persona es zurda. Pero sí ha logrado establecer que la zurdez no es una enfermedad, un defecto, una perversión, un desequilibrio o una anomalía, sino, simplemente, una condición natural. Tan natural como ser alto, moreno, blanco, negro, varón o mujer. Y como en el caso de la zurdera, la ciencia tampoco ha conseguido establecer la causa por la que una persona es homosexual. Pero, como en el caso de los siniestros, sí ha establecido que la homosexualidad no es enfermedad, defecto, perversión, desequilibrio o anomalía, sino, simplemente, una condición tan natural como ser zurdo, diestro o ambidextro. Sin embargo, muchos padres y maestros de infantes zurdos obligan a éstos a convertirse en diestros o ambidiestros. Y lo consiguen con golpes, castigos y otros métodos bárbaros y torturantes, como amarrarle al niño la mano izquierda a la espalda, a fin de forzarlo a emplear (sobre todo al escribir) únicamente la derecha. La conversión de un zurdo en derecho no desaparece la zurdez. Sólo la oculta. Como la práctica heterosexual inducida o forzada no convierte al homosexual en lo que naturalmente no es.

[www.miguelangelferrer-mentor.com.mx](http://www.miguelangelferrer-mentor.com.mx)

## ¿Qué es la hepatitis?

Es una de las enfermedades más comunes que afectan al hígado y es caracterizada por un proceso infeccioso causado por un virus que inflama este órgano. Las personas más susceptibles de contraerla son los niños principalmente, aunque también pueden contagiarse las personas que tienen las defensas bajas, y los trabajadores de la salud.

Se presenta durante todo el año, aunque es más común en agosto, septiembre y octubre.

Existen diferentes clases de hepatitis: La tipo "A", la más frecuente debido a que se presenta como epidemia por la facilidad con que se puede contagiar, pues se puede adquirir por el consumo de agua y alimentos contaminados.

El virus puede vivir dentro del organismo y pasar de 15 a 45 días para que se puedan manifestar síntomas, como fiebre mayor a 38°C, cansancio, náuseas o vómito y dolor abdominal. Los pacientes también tienen orina oscura, evacuaciones blanquecinas y un color amarillo en ojos y piel, que puede durar de 4 a 8 semanas.

Si presenta algún síntoma debe acudir inmediatamente al médico y realizarse estudios de laboratorio para confirmar el diagnóstico.

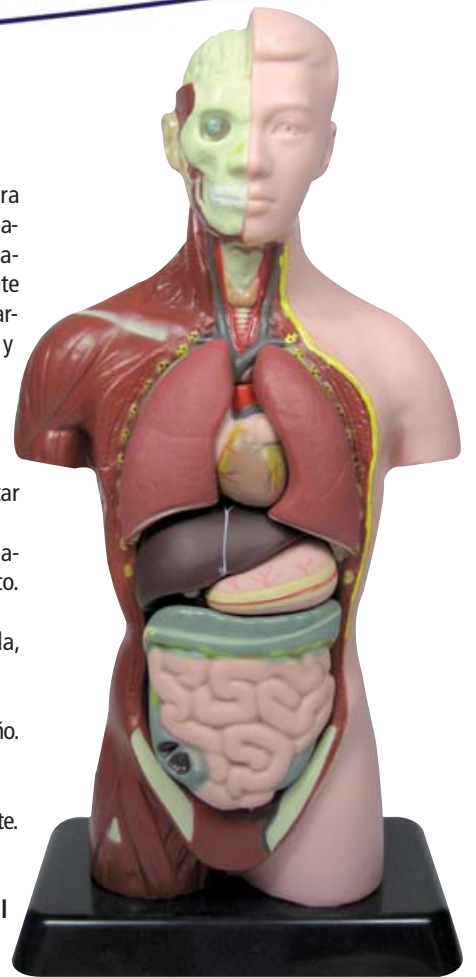
No hay un tratamiento específico para esta enfermedad, lo recomendable es permanecer en reposo absoluto con una dieta balanceada. Los platos donde come el paciente deben ser desechables o no se deben compartir, y lavarse por separado con agua, jabón y cloro.

De preferencia, debe usarse un baño sólo para el enfermo y en caso de no ser posible lavar el baño frecuentemente. El paciente deberá permanecer aislado para evitar contagiar a más personas.

Un 98% de los pacientes evolucionan satisfactoriamente y se recuperan por completo. Se recomienda:

- 1) Consumir agua hervida o clorada, jamás tomarla directamente de la llave.
- 2) Lavar y desinfectar frutas y verduras.
- 3) Lavar manos antes y después de ir al baño.
- 4) Evitar sanitarios públicos.
- 5) No consumir alimentos en calle.
- 6) Lavar cisternas y tinacos frecuentemente.
- 7) Consumir suplementos alimenticios.

Con información de la Dra. Marisol Trinidad Lozano, de la Fundación Best, A.C.



## Lo que debemos saber sobre el enojo



El enojo es una emoción y, por lo tanto, no se puede prescindir de ella, se le ha dado una connotación negativa e incluso se relaciona con maldad o intolerancia. El enojo no es malo, es necesario reconocerlo y aprender a usarlo ya que sirve para aprender a marcar límites, sólo se necesita saber cómo.

El enojo puede variar en intensidad y en las formas de expresarlo, así como en las respuestas físicas que se tiene al estar enojado. Esta emoción se puede experimentar ante situacio-

nes como sentirse traicionado, herido, controlado física o psicológicamente o cuando no se logra una meta.

Se ha descubierto que el enojo puede contribuir a presentar enfermedades cardiovasculares produciendo un aumento en la actividad del corazón, por tanto, es muy importante saber canalizar y expresar esta emoción.

Existen tres formas de expresarlo, las dos más usadas son: esconder el sentimiento y pensamientos de enojo y no expresarlos de manera abierta y otra manera que es común, pero no por ello la más correcta, es manifestarlo de forma agresiva que implica el propósito de hacer daño.

Retomando, se puede entonces enfrentar y disminuir la sensación desagradable de enojo de tres formas:

Una es ocultándolo, pero a largo plazo esto hace a la persona más susceptible a padecer enfermedades del corazón.

Otra es expresarlo violentamente, aunque esto llevará a enfrentar problemas con las personas que están alrededor.

La tercera forma y más correcta, es aprender a ser asertivo, esto es, hablando de lo que enoja haciéndolo saber a la persona que está involucrada o se ve como la generadora del enojo y sin ser agresivos expresar este malestar.

Para manejar el enojo, es importante evitar actuar impulsivamente, relajarse y calmarse a través de tomar distancia de la situación que lo provoca, distraer la atención en otras actividades y respirar profundamente, cuando se encuentre más tranquilo se podrá afrontarlo mejor.

Algunas estrategias para esto, son:

- Reconocer las señales del cuerpo cuando se está enojado.
- Tratar de minimizar estas reacciones físicas mediante respiraciones profundas.
- Ser empáticos, ponerse en el lugar de la otra persona y tratar de identificar sus sentimientos.
- Pensar qué es lo que provoca el enojo.
- Decir cómo se siente y por qué.

Si nota que le cuesta trabajo mantener la calma o puede reconocer que la única forma que maneja para expresar su enojo es a través de la violencia, le invitamos a que nos llame, uno de nuestros psicólogos le ayudará a poner en práctica nuevas estrategias.

Llámenos al 01800 911 6666 opción 9, o bien nos puede escribir al: [centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx)

Con información de la psicóloga Claudia Herrera Arriaga

**¿Tos con flemas?**

**Evita congestionamientos de tu pequeño...**

**Dextrometorfano**

**\$ 25.00**

**Subsalicilato de Bismuto**

**...Para los típicos excesos de las fiestas.**

**\$ 18.00**

**\$ 15.00**

**Conoce todo lo que tenemos para ti, sin enfermar tu bolsillo**

DE VENTA EN:

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

HASTA 75% DE AHORRO

Consulta a tu médico.  
Precios sujetos a cambio sin previo aviso.

### En pocas palabras



• • • Manuel Castilla Ramirez

### Bodas gay

En un texto de aproximadamente 8160 caracteres, el cardenal Norberto Rivera Carrera, Arzobispo Primado de México, con todo el peso de su autoridad moral fijó su posición en torno a la ley que aprueba el matrimonio entre personas del mismo sexo, y el aberrante añadido de que dichos matrimonios pueden adoptar niños o niñas.

El documento fue emitido el 21 de diciembre y publicado en el semanario DESDE LA FE, órgano oficial del Arzobispado de México en su edición del domingo 27 de diciembre, y en su párrafo inicial señala:

"En vísperas de las fiestas sagradas de la Navidad, una vez más hemos visto con impotencia, dolor y consternación, cómo la Asamblea Legislativa del Distrito Federal, ha aprobado una ley inmoral que golpea en su estructura más íntima a las familias mexicanas, institución sobre la cual nuestro país ha construido su rica historia, sus valores y su espiritualidad".

Por su importancia transcribimos párrafos sobresalientes del pronunciamiento del cardenal Rivera Carrera:

"Esta ley—que equipara la unión entre personas del mismo sexo con el matrimonio entre un hombre y una mujer—ha abierto las puertas a una perversa posibilidad para que estas parejas puedan adoptar a niños inocentes, a quienes no se les respetará el derecho a tener una familia constituida por una madre y un padre, con los consecuentes daños psicológicos y morales que provocará tal injusticia y arbitrariedad. Esto, desde luego, es absolutamente inadmisibles y condenable.

"La decisión tomada arbitraria e irresponsablemente por los diputados del Distrito Federal va en contra de la voluntad de la inmensa mayoría de los ciudadanos, según lo demuestran las encuestas, de modo que los legisladores han atentado y, una vez más, como sucedió con la criminal ley del aborto, se han burlado de la sociedad, la familia y los valores del pueblo mexicano, al rechazar la solicitud formuladas tanto por instituciones como por personas, quienes exigieron realizar un referéndum entre la población. Al negarse a hacer uso de este recurso de participación ciudadana, que el mismo partido que gobierna en el Distrito Federal promovió en su momento, convierte esta ley en una imposición que contradice la democracia y la libertad que pretenden construir".

En la parte final de su pronunciamiento, el Arzobispo Primado de México, expresó su deseo de "que la aprobación de esta ley inmoral sea el antídoto para que en los demás estados de la república no sigan este perverso ejemplo y se haga lo necesario para defender constitucionalmente a la familia, comprometiéndose los fieles laicos a evitar, por cauces legales, estos atropellos contra la sociedad misma y sus valores más preciados".

castillar27@hotmail.com

Espacio a la historia



• • • Manuel Magaña

**Independencia, Reforma y Revolución Mexicana**

Estamos ya en el Bicentenario del inicio del Movimiento de Insurgencia acaudillado por el cura de Dolores, Guanajuato, don Miguel Hidalgo y Costilla, en la histórica madrugada del 16 de septiembre de 1910.

La ocasión es propicia para incursionar por los terrenos de nuestro pasado histórico, sintetizadamente al menos, para conocer aspectos claves que expliquen nuestro presente y nos permitan crear un futuro mejor para México, a través de nuestros tres movimientos históricos nacionales, la Insurgencia, la Reforma y la Revolución Mexicana, trilogía básica que hoy nos configura.

En México, país pletórico de paradojas, es frecuente decir que "la Conquista la hicieron los indios y la Independencia los españoles", lo cual indica que la nación mexicana se ha desarrollado y ha avanzado en pos de su destino, en medio de una situación compleja, por el hecho de haber surgido de la fusión de dos razas y de dos culturas, la indígena y la española.

Hoy, la enseñanza de la historia, a nivel básico, deja mucho qué desear y hasta se afirma que "se ha dejado de enseñar historia", lo cual constituye un grave síntoma. El Bicentenario da la oportunidad de incursionar en nuestro acontecer nacional, para entendernos mejor en estos tiempos de confusión y pérdida de rumbo. Revisar causas, origen y experiencias, con sentido nacionalista nos permitirá el reencuentro de nosotros mismos para retomar caminos de superación y esperanza.

Uno de los servicios más grandes que se le puede hacer a México, consiste en recordar lo que hemos sido, lo que somos y lo que podemos ser, en base a los valores que nos conforman como nación surgida de la conquista territorial, cultural y sanguínea en el encuentro de Dos Mundos, en los años en que la Humanidad salía de la Edad Media, cuando después del descubrimiento de América por Cristóbal Colón, el 12 de octubre de 1492, surgieron en los inicios del Siglo XVI, las reformas religiosas luteranas que escindieron a las naciones en los bloques, católicos y protestantes, encabezados por España e Inglaterra, cuando chocaron lo hispánico y lo anglosajón.

Tener un panorama de las circunstancias en que se produjo la Insurgencia en 1810, supone la mención al menos, de las causas internas y externas de lo que generó dicho acontecimiento que culminó con la Consumación de la Independencia de México el 27 de septiembre de 1821. Explorar el pasado con ánimo de aprender las experiencias legadas por nuestros próceres será la mejor forma de honrarlos y servir a México.

mmc.informacion@yahoo.com.mx

Editorial

**Gobiernos empobrecedores del pueblo**

A estas alturas, ha quedado por demás claro que los gobiernos del cambio o de la alternancia, resultaron tan corruptos y empobrecedores del pueblo, como los surgidos del hoy recuperado Partido Revolucionario Institucional.

Sucede, en efecto, que según un estudio de la Facultad de Economía de la UNAM, para cuando concluya el presente 2010, los mexicanos de todos los estratos sociales habremos perdido 51 por ciento del poder adquisitivo del dinero, sin que se vislumbren posibilidades ciertas de recuperación.

Para afrontar la recesión global y cubrir el boquete por más de quinientos mil millones de pesos que produjeron la caída de las remesas, la baja de la producción petrolera y el desplome de los precios internacionales del energético, el presidente Felipe Calderón optó por la receta de la voracidad fiscal, muy a pesar de que, una y otra vez, ésta ha demostrado que no resuelve ninguna crisis y que sí, en cambio, multiplica los estómagos vacíos con sus consecuentes riesgos de violencia y de estallidos sociales.

En esta línea se inscribe el incremento

a las tasas impositivas del Valor Agregado (IVA), Sobre la Renta (ISR), y el Especial Sobre Producción y Servicios (IEPS), rubro donde se incorpora el aumento despiadado a los cigarrillos y las cervezas.

En lo que respecta al IVA, se pretendió revolcar a la gata, pues los alimentos básicos y medicinas quedaron exentos del tributo, pero el fisco bien que se recuperó al aparecer otros, como el de telecomunicaciones, que grava con un 3 por ciento la telefonía fija, celular y televisión por cable.

Contra los hechos, no hay argumentos valederos.

Uno de ellos, tan visible como el sol, es que el país padece un régimen fiscal esencialmente injusto y contrario a los requerimientos de su desarrollo económico.

Las equivocadas políticas hacendarias, lo mismo que el fenómeno de la corrupción que no ha sido abatido, mucho tienen que ver con la tragedia de los patrimonios perdidos; con la emigración creciente y la cifra cada vez mayor de mexicanos que mueren en busca del falso paraíso del norte; con la miseria, en suma, de millones de mexicanos, sobre todo indígenas y campesinos.

Frente al sombrío panorama, urgen rec-

tificaciones de forma y de fondo; de modo que en lugar de golpear, se proteja y estimule a la planta nacional productiva; que se reduzca en serio y de manera efectiva el gasto corriente; que se le corten las uñas a los pillos y que el Estado, por fin, se convierta en el garante y promotor de un país donde a nadie le falte ni techo, ni vestido, ni el pan de cada día.



**2010: Oleada de aumentos**

La oleada de aumentos previstos para el 2010 se adelantó y comenzó desde diciembre del año pasado con tres alzas, casi consecutivas, a las gasolinas y diesel, ante la complacencia del gobierno que no honró su promesa de mantenerlos congelados todo el 2009.

Y aunque ello indignó a la sociedad en general, los incrementos de precios se dispararon.

Casi en fila se sucedieron las alzas a la luz, agua, gas, tortillas, Metro y Tren Ligero, entre muchos otros. En total, la canasta básica subió 30%, mientras que al salario le dieron 4 pesitos más...

Los "gasolinazos" se sumaron a la carga fiscal que afecta directamente el consumo, como el IVA que pasa del 15 al 16%, y el ISR cuya tasa sube de 28% a 30%, a partir de enero.

Las tarifas de electricidad se elevarán 6% durante 2010, pese a que el presidente Calderón había dicho que no habría incrementos gracias a la liquidación de la Compañía de Luz y Fuerza del Centro, mientras que el gas licuado acumulará un alza de 5%, de acuerdo con estimaciones en la evolución de los precios del Banco de México (Banxico).

El costo actual del gas licuado es de 9.17 pesos por kilogramo, y de 4.95 por litro en el DF.

Estos aumentos, obviamente, golpearán el bolsillo de los 50 millones de mexicanos pobres.

La población deberá volver a apretarse el cinturón y seguramente disminuirá el consumo para hacer rendir su ingreso, en tanto muchas empresas harán ajustes a su nómina en los

primeros días de 2010.

Pero el DF tuvo castigo extra en eso de los aumentos:

El Impuesto sobre Nóminas pasa de 2% a 2.5%; una nueva acta de nacimiento por reasignación sexo-genérica costará: 168 pesos; un divorcio: 167 pesos; actas de defunción fuera en el DF y en el extranjero: 167 pesos; placas refrendo para la vigencia anual: 291 pesos; tarjeta de circulación por reposición o renovación: 220

pesos; por trámite de baja de vehículo: 300 pesos; licencia de conducir tipo "A" en el caso de vehículos particulares y motocicletas: 580 pesos; por licencia tarjetón tipo "B" para conducir taxis por dos años: 722 pesos y de 1,085 cuando es por tres años; por licencia tarjetón tipo "C" para conducir vehículos de transporte de pasajeros: por dos años: 1,045 pesos y por tres años por 1,570; la tenencia vehicular tendrá un incremento de 5.6%.





Otra forma de violencia contra las mujeres

## Esclavas de hoy

Fernando Gutiérrez

La designación suena dura, pero realmente son las "esclavas modernas", un tema controvertido y paradójico, y más cuando estamos próximos a festejar 200 años de la Independencia, durante la cual Hidalgo lanzó un decreto contra la esclavitud.

Una voz autorizada para hablar del asunto es la de Marcelina Bautista Bautista, empleada doméstica por casi 20 años, cuando sufrió "un trato de perros", pero ahora liberada y líder del Centro de Apoyo y Capacitación para las Empleadas del Hogar, además de ser la secretaria general de un organismo similar para Latinoamérica y el Caribe, adelanta:

"Estamos coordinando en la región una campaña mundial que tendrá su cumbre en Ginebra, Suiza, el año entrante, y esperamos que para junio del 2010 tener ya registrado un sindicato que agrupe y reivindique no sólo a las empleadas del hogar, sino a todas las amas de casa que quieran hacer valer sus derechos y vuelvan a ser visibles como seres humanos".

### Niñas indígenas, vejadas

Marcelina, una oaxaqueña que se resiste a revelar su edad, señala que la mayoría de las "sirvientas" —término que rechaza utilizar— son niñas, adolescentes y mujeres indígenas con educación básica inconclusa, que suelen trabajar entre 16 y 18 horas diarias en casas o departamentos que se convierten casi en prisiones y donde sólo les es autorizada la salida los fines de semana, tras una larga jornada con bajo salario, sin Seguro Social y ninguna otra prestación.

Su situación es de esclavitud en pleno siglo XXI:

A muchas, si bien les va, se les "acondi-

ciona" un cuarto trasero o en la azotea, a veces en obra negra, húmedo, sin puertas o ventanas y con camas estropeadas o camastros. Otras, duermen en el suelo.

Sufren largas jornadas de trabajo, encierro, raquítica alimentación, golpes, humillaciones, sin derecho a recibir asistencia médica y hasta abuso sexual. Su actividad, como tal, no está regulada en la Ley Federal del Trabajo.

Marcelina lo vivió y padeció. Cuando llegó de su pueblo no sabía hablar español, pero ahora se expresa con gran propiedad. Su lenguaje revela estudio de las leyes y de los derechos laborales. Su lucha ha sido muy dura a lo largo de diez años. No pertenece a ningún partido político.

### Ya hay iniciativa de ley, pero...

"Sí hay esclavitud", enfatiza. "El desempleo empuja a muchas indígenas al empleo doméstico, pero en esa actividad no se respetan los derechos, tampoco son respetadas como seres humanos y son discriminadas sólo por provenir de zonas pobres del país.

"No hay ley que regule su actividad. Buscamos que la haya y establezca una relación laboral entre trabajadora y patrona para que se cumplan los derechos y obligaciones de ambas partes.

"La tarea es ardua porque hay un desconocimiento por parte de las trabajadoras. Por ello, nuestra meta es formar el Sindicato de Trabajadoras del Hogar. Ya en la anterior legislatura presentamos una iniciativa de ley, pero la dejaron pendiente.

"Deben retomarla en 2010. Vamos por el sindicato, estamos en ese proceso, nos estamos tardando, pero nos respalda la Organización Internacional del Trabajo (OIT). Tenemos que llenar requisitos, informar,



crear las condiciones".

### Amas de casa, uníos

Marcelina, de apenas escaso metro y medio de estatura, ademanes delicados y de manos muy cuidadas, dice:

"Una de las metas que tenemos es dignificar el trabajo doméstico delegado sólo a las mujeres, pero en la casa debe haber democratización de las labores que allí se realizan. Ellos (los hombres) también deben participar.

"Hasta ahora no hay qué regule cómo va a ser la relación. Por eso es importante la revalorización social y económica del trabajo doméstico, del valor que tiene para la sociedad, y, lo más importante, que aprendamos a distribuir este trabajo entre todos los integrantes de la familia.

"Ya hay avances en Chile, Argentina, y en Uruguay hasta se tiene el día nacional de la empleada doméstica. Uno de nuestros derechos es la sindicalización, aunque hasta ahora no hemos encontrado los medios, pero es la meta".

Marcelina está dedicada de tiempo completo al Centro, desde hace cuatro años, donde se imparten talleres quincenales de capacitación laboral, en Medellín 33, colonia Roma (5207-5466), y donde destaca un lema:

**"Si puede ir a la oficina hoy, quizás sea gracias a la trabajadora doméstica que tiene en casa".**

### Expedientes del poder



... Carlos Ramírez

### 2009; ¡uf!; 2010: ¡¿auxilio?!

No cabe duda que el año 2009 fue el peor de mucho tiempo. Todavía la última semana las autoridades federales y del DF recetaron a los ciudadanos con alzas casi generalizadas en precios, impuestos, derechos y servicios, y sin siquiera ofrecer disculpas por el daño causado. Pero al margen de las responsabilidades exigibles, lo que queda claro es que el país está viviendo los estertores del fin del modelo económico tradicional: la vieja política económica del PRI ya no ofrece resultados y la globalización y el neoliberalismo de la nueva política económica del PRI tampoco permite revalidar el bienestar social.

Al gobierno panista a nivel federal y perredista en el DF le correspondía la urgencia de buscar nuevas fórmulas económicas. La crisis importada del 2009 no encontró el interés por redefinir principios del desarrollo y por ello el efecto local fue mayor al esperado: PIB de -7% y desempleo superior al 5%.

La gran lección que dejó el 2009 estuvo más clara que el agua: el viejo pensamiento económico mexicano ya no sirve para enfrentar las características de crisis nuevas y más interrelacionadas. Pero es la hora que todos los partidos se han atrincherado en los viejos compromisos populistas de proteger en primer lugar al ciudadano pero con subsidios que lastiman las finanzas públicas y los presupuestos. El 2010 será el año de la prueba de fuego de los gobernantes de todos los partidos: cómo encarar el peso de la crisis, cómo buscar formas de recuperación de lo perdido y, sobre todas las cosas, cómo entrarle de una vez por todas a la redefinición del modelo de desarrollo para buscar también una correlativa nueva política económica.

Aquí hemos trazado algunos perfiles de experiencias en otros países. En 1977, por ejemplo, España vio cruzarse una crisis económica severa que ponía en peligro la transición a la democracia. En ese escenario se instrumentaron los Pactos de la Moncloa para redefinir el modelo de desarrollo. Hoy, sin embargo, España aparece pasmada frente a una crisis que exige una nueva fase de la política económica pactada, pero carece de los liderazgos políticos. México anda en las mismas: no existen liderazgos políticos para sentarse a redefinir el modelo de desarrollo que permita un nuevo enfoque de las posibilidades del crecimiento con distribución de la riqueza. Por eso el 2009 fue de crisis, no tanto por la crisis en sí sino porque no hubo capacidad de redefiniciones. Y el 2010 puede ser peor.

cramirez@indicadorpolitico.com.mx



# 2010

*Sanos y felices*

*junto al Dr. Simi® toda el año*

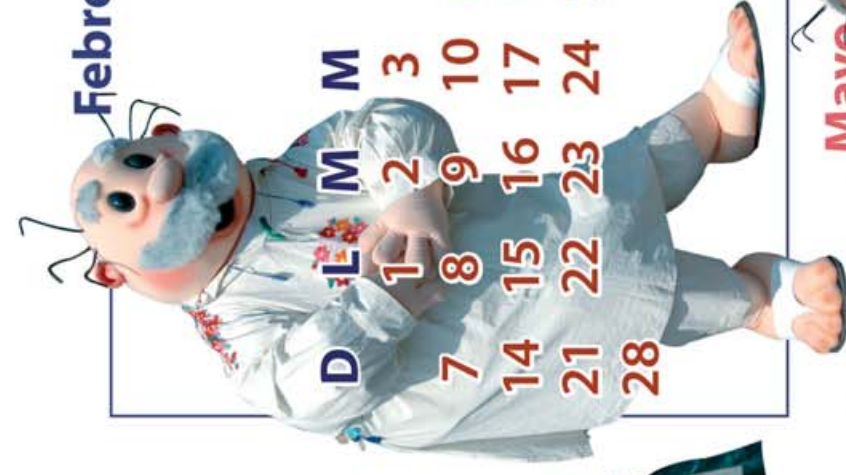
**Enero**

D	L	M	J	V	S
			1	2	
3	4	5	6	7	8
10	11	12	13	14	15
17	18	19	20	21	22
24	25	26	27	28	29
31					30



**Febrero**

D	L	M	J	V	S
7	8	9	10	11	12
14	15	16	17	18	19
21	22	23	24	25	26
28					27



**Marzo**

D	L	M	J	V	S
7	8	9	10	11	12
14	15	16	17	18	19
21	22	23	24	25	26
28	29	30	31		



**Abril**

D	L	M	J	V	S
4	5	6	7	8	9
			1	2	3
			8	9	10



**Mayo**

D	L	M	J	V	S
2	3	4	5	6	7
					8
			1		

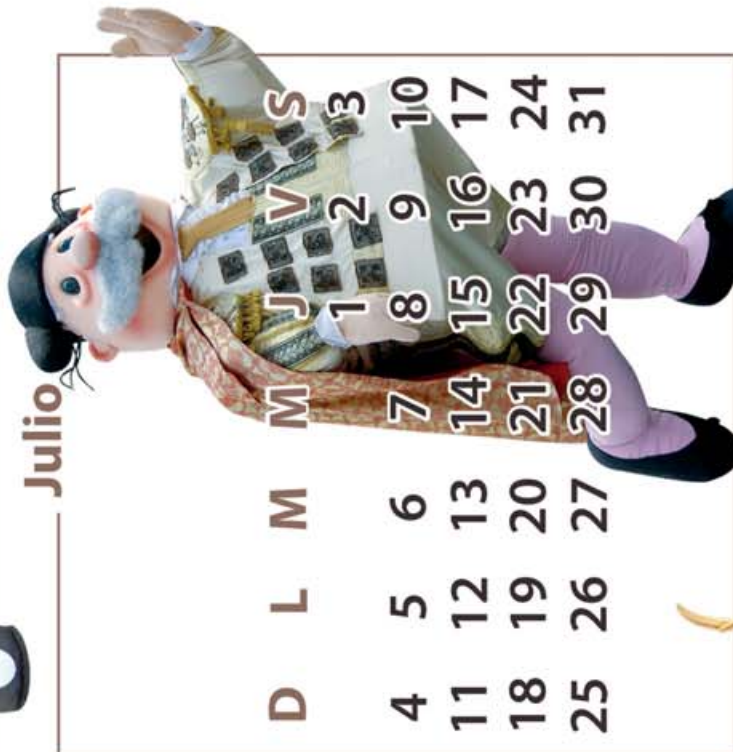


**Junio**

D	L	M	J	V	S
6	7	8	9	10	11
					12
			1	2	3
			10	11	12



4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	



Julio

D	L	M	M	J	V	S
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

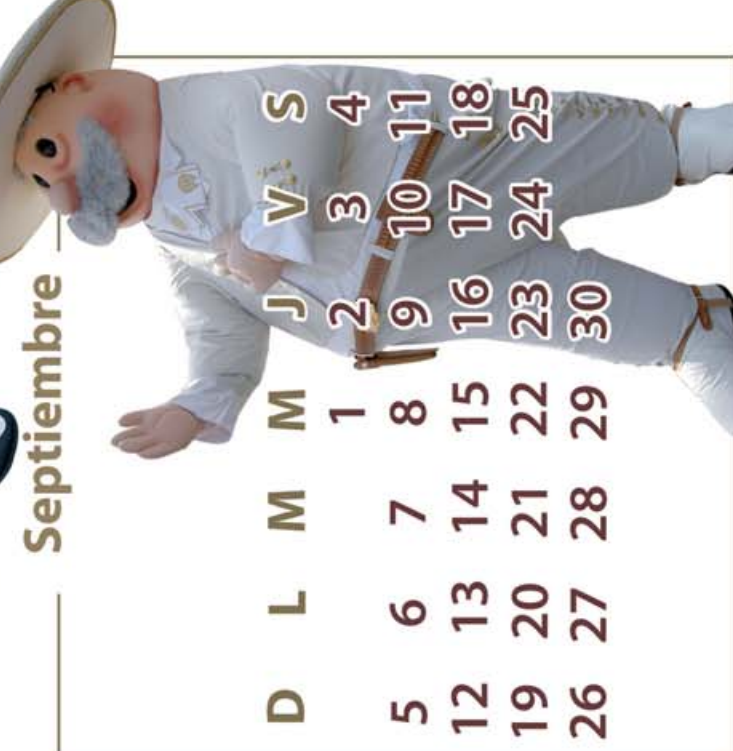
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



Agosto

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



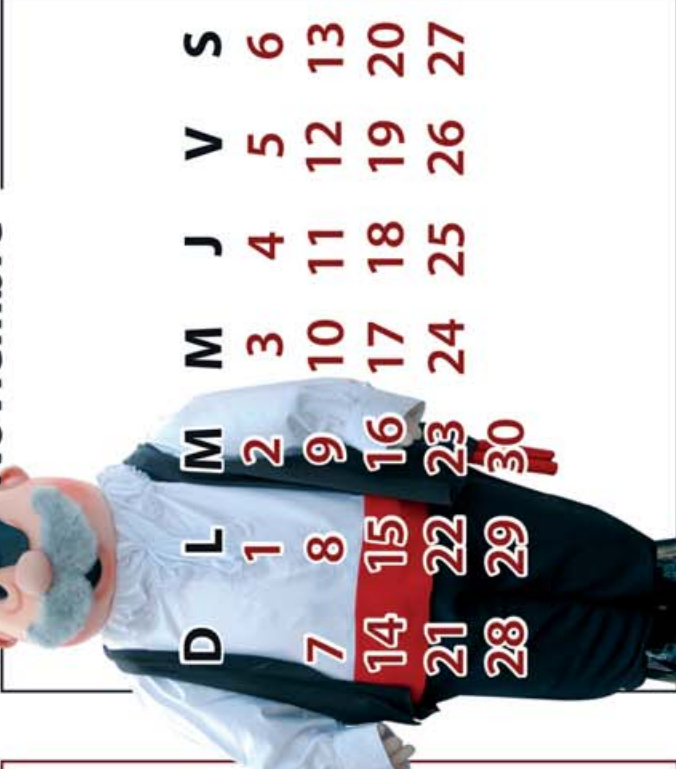
Septiembre

D	L	M	M	J	V	S
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



Octubre

D	L	M	M	J	V	S
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



Noviembre

D	L	M	M	J	V	S
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



Diciembre

D	L	M	M	J	V	S
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# Las deportistas más sexy

A lo largo de la historia deportiva, atletas de diversas disciplinas se han destacado por su belleza a la par de su talento. De acuerdo con un importante portal de análisis deportivo profesional y amateur, éstas son las deportistas más hermosas, que también han logrado trascender en su actividad.

**1.- María Sharapova**  
Tenis  
Rusia / 22 años  
Logros: 3 torneos Gran Slam

**2.- Ana Kournikova**  
Tenis  
Rusa / 28 años  
Logros: Semifinalista en Grand Slam y triunfos en torneos nacionales (retirada)

**3.- Jennie Finch**  
Softbol  
EUA / 29 años  
Logros: Medalla de Oro en Atenas 2004 y Plata en Beijing 2008

**4.- Natalie Gulbis**  
Golf  
EUA / 26 años  
Logros: 3 torneos de la LPGA

**5.- Kristi Leskinen**  
Sky  
EUA / 28 años  
Logros: Medalla de Bronce en el Winter X Game de 2005

Fuente: Notimex Portal deportivo Bleach Report

## Y ahora ídolos "pirata"

Carlos Alberto

Concluyó el 2009 sin pena ni gloria para el deporte mexicano. Bueno, hasta nuestra única carta de presentación, la golfista tapatía Lorena Ochoa, anduvo de capa caída porque le puso más atención a su boda que a su carrera. Pero, sin duda, se compondrá por una simple razón: es extraordinaria, su calidad es natural, fluye en sus venas. Sin embargo, hay otros que no van a cambiar precisamente porque no tienen esa excelencia innata, sino que son producto mediático. Para ser más claros: se trata de ídolos artificiales, digamos "pirata", creados por las dos televisoras que mandan en México, ese duopolio que marca y dirige la conciencia del país: Televisa y TV Azteca. Nos referimos muy específicamente al boxeo, ahora materia de disputa y aguerida competencia en las pantallas chicas. ¿Quién no se ha percatado de la "nueva moda": las funciones sabatinas por TV y de la guerra de gritos entre los "comentaristas", que más parecen estar anunciando detergentes que reseñando lo que ocurre en el ring? Así es como han surgido "figuras" infladas por campañas tendenciosas que sólo buscan

incrementar sus ingresos publicitarios y no ayudar al boxeo. ¿Ejemplos? Los más ilustrativos: Julio César y Omar, ambos hijos del legendario JC Chávez, éste sí ídolo de carne y hueso. Hasta quienes no saben mucho del boxeo coincidirán en que ambos chamacos están siendo llevados a la fuerza en este rudo deporte, haciéndolos "crecer" frente a "bultos", auténticos costales humanos. "¿Y eso qué?", quizá comenten sus admiradores. El problema radica en la forma en que los está explotando la TV y, al mismo tiempo, exponiéndolos a graves riesgos, incluso el de morir sobre el cuadrilátero cuando se topan con un verdadero gladiador. Esos dramas ya han ocurrido una y mil veces. "¿Quién podrá salvarnos?", diría el Chapulín Colorado, para no variar, otro héroe de las pantallas chicas. ¡Uf!, siempre las televisoras... Lo más sensato que podemos recomendarles es: ¡Apague su tele y prenda su cerebro! No se deje seducir por el canto de las sirenas, aunque sean de Chapultepec o del Ajusco.



## Otra vez, Adrián González

Por BIV

Hay razones de sobra para hablar, otra vez, de Adrián González.

Es que el primera base de los Padres de San Diego se ha convertido en la joya de la corona, en uno de los jugadores más deseados y buscados en estos días que algunos llaman los del beisbol de estufa, y que pueden ser determinantes para ganar o no, un campeonato.

Entre los equipos que están pretendiendo el contrato de Adrián, están nada más y nada menos que los Medias Rojas de Boston, convertidos durante los años recientes en el dolor de muelas o en el clavo en el zapato de los orgullosos y supermillonarios Yanquis de Nueva York.

Si esta negociación se convirtiera en una realidad, estemos seguros de que el nombre del jugador mexicano sería mencionado en las noticias deportivas de todos los días, a diferencia de lo que ha sucedido con los oscuros y casi anónimos Padres de San Diego, que no salen de los últimos lugares de su división.

Entre las contrataciones que han hecho bastante ruido, figura la del japonés Hideky Matsui, pero está por demás claro que Adrián González supera, y con mucho, al famoso "Godzilla", pues mientras el japonés pegó 28 jonrones y empujó 90 carreras, el mexicano dio 40 y remolcó 99 anotaciones.

Otra diferencia por demás importante, es que mientras el japonés sólo fue bateador designado, el mexicano estuvo en el campo y ganó el guante de oro de su posición. Pero lo dicho, una cosa es jugar para los Padres, y otra, muy distinta, es hacerlo para los Yanquis de Nueva York.



Conoce todo lo que tenemos  
para ti, sin enfermar  
tu bolsillo



Palmitato de Retinol

Eficaz tratamiento contra  
el **resfriado común**  
y otras **infecciones**  
**respiratorias**



\$ 14.00

Ácido  
Ascórbico



Burbujas de  
**vitamina C**  
para fortalecer tus  
vías respiratorias

\$ 30.00

Consulta a tu médico.  
Precios sujetos a  
cambio sin previo aviso.

DE VENTA EN:



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

## Vía Pública



• • • Fausto Fernández Ponte

¿Qué es lo que ha causado desde  
2007 el suicidio del capitalismo?  
Paul Samuelson.

## 2010

El recién fallecido economista Samuelson, premio Nobel, entrevistado en 1974 por este escritor, a la sazón corresponsal del viejo (y ya legendario) Excelsior, en Washington--, era sin duda un individuo con aguda videncia. Sabía lo que depararía el futuro.

El capitalismo estadounidense, dijo en esa entrevista, va hacia su propia destrucción, conforme el estado desregula más y más la economía y le apuesta al mercado como el gran solucionador de todos los problemas. Acerca de México, don Paul vaticinó: La economía mexicana no es verdaderamente mixta, sino una simulación, pues para ser realmente como aparenta ser debería estar centralizada y planificada. El presidente era entonces Echeverría.

Los años le dieron la razón a Samuelson. Reagan desregularizó casi totalmente la economía de su país (el gobierno es el problema, no la solución, decía) hasta que Bush II de plano cesó toda regulación. Y sobrevino la crisis. Con gran estrépito.

En México también se confirmó la predicción. Al simular una economía mixta, el Estado mexicano disfrazaba un subcapitalismo que exhibíase social con fines de control político de la sociedad y para continuar así monopolizando el ejercicio del poder. López Portillo perdió de vista ello y designó sucesor a De la Madrid, enviando al ostracismo a un político nacionalista, García Paniagua. El albedrío político de Miguel el Tibio fue abducido por Salinas el Perverso, induciéndole a implantar el neoliberalismo. Lo demás es tristemente sabido. Salinas desreguló la economía, hizo que el Estado abdicase de su potestad rectora y privatizó dicha rectoría y también el quehacer gubernamental mismo, en aras del dios falso del mercado. Nos enchufó a EU. Hoy somos provincia económica estadounidense.

Con Zedillo (¿primer panista en Los Pinos?), más de lo mismo pero "peor", diríase en coloquio. Fox y Calderón consumaron la privatización de hecho de los últimos bastiones del viejo modelo: Pemex y la Comisión Federal de Electricidad.

Y así llegamos a 2010. Desempleo y pobreza crecientes, violencia terrible, inseguridad pública y social, sin que el becerro de oro del mercado-- aporte solución alguna. El neoliberalismo en crisis. Y el modelo económico, como pronosticó Samuelson, a punto de suicidarse.

ffponte@gmail.com



## Sonora Dinamita, cinco décadas y nuevo disco

Moisés Sánchez

Viene de la página 16



Andy, vocalista de la agrupación, nos comentó que en marzo tienen contemplado celebrar estas cinco décadas con un gran concierto que puede tener como sede el Auditorio Nacional o bien el Zócalo capitalino. A la par, se lanzará un nuevo material discográfico titulado La original, que incluirá temas inéditos y algunos covers de Reily Barba.

Tal vez usted no lo sepa, pero la Sonora Dinamita nació en 1960 como un proyecto musical que contemplaba sólo la grabación de algunos discos que se comercializarían en Colombia y que fueron grabados por destacados músicos de estudio. Una vez concluido el proyecto, y como si fuera parte de su destino, la agrupación musical sufrió su primera separación.

En 1977 la disquera buscó a Lucho Argañín para que grabara con la Sonora Dinamita. En junio de 1979 debido al éxito del tema "Se me perdió la cadenita" viajan por primera vez a nuestro país, el cual sirvió de plataforma para que su música fuera conocida en todo el continente americano y cosecharan una serie de triunfos por más de una década.

En enero del 2002 muere Lucho Argañín, fundador, compositor y cantante. De ese día a la fecha más de una decena de agrupaciones se pelean la autenticidad. Lo que es un hecho es que durante estas cinco décadas varias generaciones han bailado al ritmo de la Sonora Dinamita que hoy en día es toda una leyenda.



Más información de la original Sonora Dinamita, de Lucho Argañín, en [www.sonora-dinamita.com.mx](http://www.sonora-dinamita.com.mx)

## No encuentro a mi príncipe azul

Nacida en Mérida, Yucatán, su sueño era casarse, tener hijos y hacerse cargo de su escuela de danza y ballet, el destino llevó a Wendy Braga por otro camino: el de la actuación y conducción.

¿Cómo era tu vida en Yucatán?

Honestamente nunca pensé trabajar en televisión por lo menos a nivel nacional, mi vida me la imaginaba de estudiar una carrera, terminarla, casarme seguramente con alguien a quien conociera durante los estudios, con 3 hijos y checar mi academia de ballet y danza.

¿Y cómo te fuiste adentrando en el medio?

Fui a un casting de un comercial, no me quedé pero sí de conductora de un programa, luego me llamaron para TV Azteca, después me fui a una filial de Televisa y ahí trabajé la mayor parte del tiempo, tenía un programa de revista. Por cuestiones del destino llegué a México a visitar a unos amigos y me llamaron para un reality que se llamó Estrellas de

Novela, realmente fue mi primer acercamiento con la Ciudad de México y con TV Azteca.

¿Cuál es tu meta?

Mi meta máxima en la vida es la familia, casarme y tener hijos es lo que más me importa, yo creo que si llegara a mi vida en estos momentos el hombre indicado, que realmente me enamorara, me pidiera casarme con él y me tuviera que ir a otro país o dejar mi carrera, porque esto lo estoy haciendo por gusto y porque el destino me ha traído hasta acá.

¿Están muy difíciles las relaciones de pareja en la actualidad?

Sí, he tenido experiencias complicadas a veces por estar en el medio, porque a veces no hay mucho tiempo para tu pareja, otras por falta de interés, te dan una imagen equivocada, la gente que me rodea no es precisamente mi estereotipo de papá para mis hijos, aunque yo soy actriz y conductora y entiendo el trabajo de los actores.



Análisis Clínicos  
del Dr. Simi

"Lo mismo pero más barato"



**¡Hoy es el día!**  
Cumple tus propósitos de año nuevo.

**PAQUETE RESPIRATORIO \$ 187.00**

Eosinófilos en moco nasal  
Exudado faríngeo

**PAQUETE CORAZÓN \$ 265.00**

Química sanguínea de 6 elementos  
Electrocardiograma en reposo

**PAQUETE DIABETES III \$ 220.00**

Glucosa en sangre  
Hemoglobina glucosilada

Consulta a tu médico  
Promociones válidas al 31 de Enero de 2010

SIMITEL: 01 800 911 6666  
[www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)



## Hay que mejorar el transporte público

**Panel 1:** "UNA TARDE CUALQUIERA..." ¡Qué onda con el tráfico!  
 Está chido. ¿Qué "pero" le pones?  
 Al parecer todo mundo salió a comprar regalos. Espero que lleguemos a tiempo con sus papás.

**Panel 2:** ¿Y por qué le pidieron mis papás que usted nos llevara a la fiesta?  
 Porque ellos la organizan y como yo voy para allá... pero creo que vamos a llegar tarde.

**Panel 3:** Lo peor de todo, es que con estos embotellamientos, el aire se contamina más que nunca.  
 ¿Cuál? Así gris se ve bien oscuro. Es una señal del apocalipsis.

**Panel 4:** Pues sí. Lo dirás en broma, Cacho, pero con tanta contaminación en el aire, un día no vamos a poder respirar.  
 ¿Y para qué los afinan? Mi jefe no ha abierto el motor de su carro desde que lo compró, y sigue tan campante.  
 No nos detenga, señor. Seguro ya empezó la fiesta.

**Panel 5:** Tiene razón Chela. Porque, además, hay muchos autos que no están bien afinados.  
 ¿Qué? Los autos son una fuente importante de contaminación del aire. Y cada vez circulan más.  
 Esto que sueltan los autos y los camiones, tiene monóxido de carbono, hidrocarburos y óxidos de nitrógeno que llegan a la atmósfera. Dile a tu papá que afine su carro.

**Panel 6:** ¡Oh! ¡No! Mejor nos quedamos aquí hasta que se acabe el tráfico.  
 ¡Más humo en los pulmones! ¡Cool!  
 ¡Oye Cacho! Esta contaminación hace daño. Causa enfermedades respiratorias, entre otras.

**Panel 7:** ¡Por fin vamos a llegar!  
 ¡Caray! Se acabó el humo.  
 Deberíamos mejorar el transporte público para que disminuya el tránsito, modificar los motores de combustión interna, usar sustitutos de gasolina y otras fuentes de energía, como la eléctrica.

**Panel 8:** ¡Pensé que no iban a venir! La fiesta terminó hace cuatro horas.  
 ¡No puede ser! Y, por cierto... afine su auto.

Abre tu imaginación, colorea tu historieta y dinos qué temas ecológicos quieres que publiquemos en este espacio. Escribenos a [simi\\_informa@porunpaismejor.com.mx](mailto:simi_informa@porunpaismejor.com.mx)

### Buzón del lector



Soy cliente de Farmacia Similares. Apoyo el hecho de que son una empresa socialmente responsable y que proveen a la gente de medicinas a bajo costo. También me gusta leer el periódico que publican y aprecio el hecho de que intenta abrirle los ojos a la gente acerca de problemas sociales y ecológicos. En el Siminforma de diciembre 2009 publicaron una caricatura acerca del reciclaje de pilas. Es importante que la gente sepa que deben reciclarlas, pero, desafortunadamente, no hay contenedores suficientes para depositarlas. ¿Por qué no colocan recolectores de pilas en las farmacias? No sería difícil y constituiría un gran paso para que la gente en México tenga una vida más sustentable. Saludos David M. Ceaser, Chetumal, Quintana Roo.

# Salvavidas sobre ruedas

Ver correr una ambulancia es algo que no llena de muchas emociones. Tampoco saber que los paramédicos van atendiendo a alguien, mientras el sonido de la sirena va anunciando su trabajo de salvavidas.

Las ambulancias existen desde hace años, sólo que, por supuesto, han venido transformándose. Se han vuelto mejores, más eficientes, rápidas y seguras con el paso de los años.

Al principio, las ambulancias eran en realidad una carreta jalada por caballos, donde

acostaban, sobre una camilla, al herido o enfermo, para llevarlo a algún lugar donde recibiera atención médica. La carreta llevaba un techo de tela para que el sol no lastimara a quien iba acostado.

Luego, los paramédicos pensaron que sería bueno que la ambulancia ofreciera más protección al herido. Así que le construyeron una caseta. O sea que seguía siendo una carreta, pero con una gran caja de madera que aseguraba al enfermo. Y no sólo eso. Dentro de la caseta había una cama más cómoda y anaqueles para colocar medicamentos o instrumental médico.

Incluso la Cruz Roja tenía sus ambulancias

de carreta. Y en ellas se practicaban primeros auxilios.

Más adelante, cuando se inventó el automóvil, los caballos dejaron de jalar las ambulancias, pues ahora con motor, podían llegar más rápido a su destino. La cabina siguió siendo buena idea, así que la dejaron, pero fue mejorando, con más instrumentos y aparatos médicos que permitieron ofrecer servicios de emergencia a los enfermos durante el trayecto hacia el hospital. Aunque algunas transportaban varias personas al mismo tiempo, una sobre otra, como en charolas de pan.

Por supuesto, durante las guerras, las ambulancias son esenciales. Son más grandes y fuertes

porque lamentablemente transportan mayor número de gente.

Las ambulancias más modernas están muy bien equipadas. La cabina, que sigue siendo imprescindible, ahora es casi una sala de operaciones, donde pueden atender al enfermo, casi como si estuviera en el hospital.

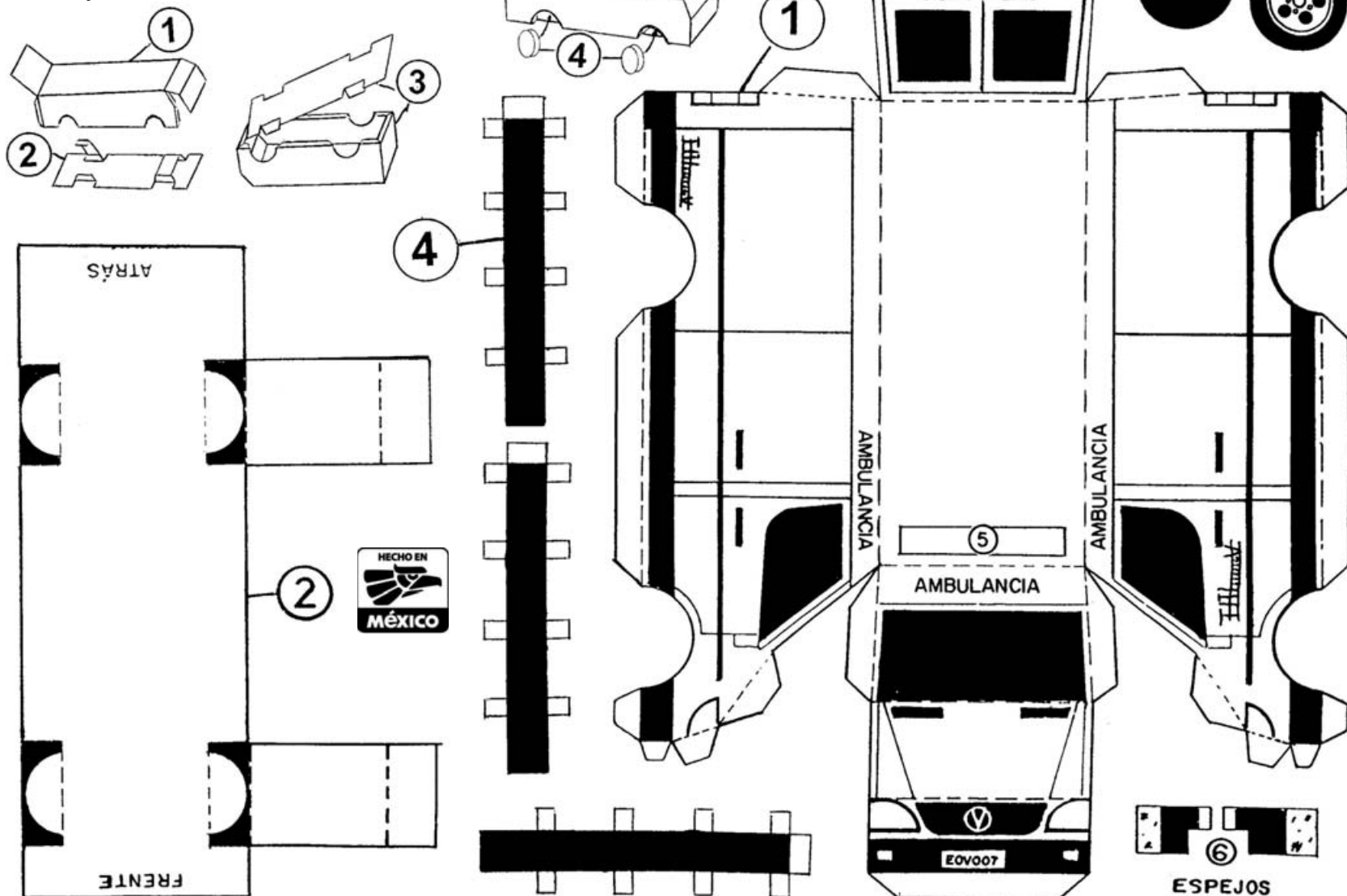
De cualquier modo que sea, los médicos y paramédicos del mundo, buscan tener las mejores ambulancias para salvar la vida de más personas.

Conviértete tú en uno de ellos. Arma tu ambulancia y prende la sirena, porque gracias a ti, la vida de tus juguetes, se puede rescatar.



## Arma tu ambulancia

- 1.- Antes de armar, pega en una hoja con lápiz adhesivo tu modelo.
- 2.- Coloréalo como quieras.
- 3.- Recorta las piezas.
- 4.- Dobra en línea punteada.
- 5.- Para armar, pega las piezas en orden, guiándote por los dibujos.



ESPEJOS  
Edmundo Javier Olmos Vargas  
58 25 94 69

Relax



“GELATINA DE PIÑA”

Número de porciones: 12  
Tiempo de preparación: 30 minutos.

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

- INGREDIENTES:**  
2 latas de piña en almibar  
2 sobres de gelatina de agua sabor piña  
10 gramos de grenetina  
1/2 kilo de queso crema (sin sal)  
2 latas de leche evaporada  
1 litro de agua



**MODO DE PREPARACIÓN:**  
Hervir el agua junto con el almibar de la piña por 10 minutos, disolver previamente la grenetina en un recipiente con un poco de agua fría para evitar grumos y agregar los sobres de gelatina de piña; retirar del fuego. Mientras tanto licuar el queso crema junto con la leche evaporada hasta mezclar perfectamente, cortar la piña en trozos al gusto; mezclar todos los ingredientes y verter en un molde. Dejar enfriar y refrigerar.



••• Alfredo Camacho

**Escuadrón 201**

De cara a la Segunda Guerra Mundial, surgió aquel grupo de perfeccionamiento aeronáutico, que más tarde recibiría la designación de Escuadrón Aéreo de Pelea 201 y que el primero de enero de 1945 se convertiría junto con un estado mayor, servicios comunes y técnicos en la Fuerza Aérea Expedicionaria Mexicana (FAEM).

A vuelo de pájaro, la historia comenzó así. El buque petrolero de bandera nacional “Potrero de Llano”, navegaba una mañana de mediados de mayo de 1942 por la costa atlántica de Estados Unidos, en las cercanías de Miami, Florida, cuando el vigía alertó: “¡torpedo a babor!”.

Una fuerte explosión rubricó la trayectoria de ese ingenio bélico, selló el destino del petrolero mexicano y la vida de nuestros compatriotas, que pagaron así la primera cuota de sangre que nos correspondió ofrendar durante la Segunda Guerra Mundial.

A esa artera acción de los submarinos germanos se agregaron otras similares en los siguientes días contra más petroleros mexicanos, agravando las relaciones de por sí delicadas entre México y las potencias del Eje. Pocos días después del hundimiento de nuestros buques, el presidente Manuel Ávila Camacho daba lectura ante el Congreso de la Unión de la declaración de guerra a Italia, Japón y Alemania, previa ley del Congreso General.

Una vez prevista la participación de México en el conflicto mundial, se vio la necesidad de enviar al extranjero el primer contingente militar en plan de entrenamiento y preparación. Los poderes de la Federación, ajustándose a lo que marca nuestra Carta Magna, decidieron que fuera una unidad aérea de combate.

Fue así como surgió el Escuadrón Aéreo de Pelea 2001, que en su participación en la Segunda Guerra Mundial tuvo misiones exitosas al mando del capitán piloto aviador Radamés Gaxiola y el coronel piloto aviador Antonio Cárdenas Rodríguez, quienes fueron recomendados por el general Douglas MacArthur para otorgarles la condecoración de la Legión de Honor, una de las más altas distinciones que otorga el gobierno de los Estados Unidos, no sin antes expresar un reconocimiento a todo el Escuadrón 201.

**Simientretenimiento**  
ENCUENTRA LA SOMBRA DE GUSI

**Soluciones número anterior**  
**LAS 5 DIFERENCIAS**

**Soluciones número anterior**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
P	A	L	E	T	A						J
A	C	U	R	A	R						A
C	U	A				A	S	I			
F	A	N	O	S							
F	A										
S	O										
C	O	M	I	N	O						
L	O	R	O								

**Soluciones número anterior**

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

**SUDOKU** Completa toda la cuadrícula de manera tal que cada fila, columna y área de 3 por 3 celdas contengan del 1 al 9 sin repetirse

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

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



# Simiinforma

POR UN PAIS MEJOR ©

Fanático:



## Las deportistas más sexys



10

## El valor de... La disciplina

Sin disciplina, imposible la victoria de los ejércitos en la guerra; tampoco el campeonato de los equipos en las contiendas deportivas, ni el éxito personal frente a los desafíos de la vida.

La disciplina exige reconocimiento y aceptación de la autoridad, lo mismo que disposición a la obediencia. Para llegar a mandar se necesita, primero, aprender a obedecer.

La disciplina no admite ni desidia, ni pereza. A los soldados de los ejércitos, a los atletas de los equipos deportivos los obliga, en su beneficio personal y colectivo, al entrenamiento cotidiano que resulta fundamental en la adquisición, conservación y desarrollo de destrezas y habilidades.

Con disciplina se da la

posibilidad de adquirir hábitos tan necesarios como el de la puntualidad o el de la lectura.

En efecto, la academia es maravillosa, pero el aula universitaria no es el único espacio donde se puede aprender y saber más para servir mejor. Para eso está el recurso de la lectura, la conferencia, el internet.

El disciplinado estará dispuesto a ser martillo pero también a ser yunque.

Los carentes de disciplina son débiles y temerosos; se quejan de la herida que provoca un alfiler; se espantan ante la tormenta y se infartan ante las

tempestades que son parte de la vida. La disciplina implica cumplir primero con el deber, para luego exigir respeto al derecho. La disciplina, en suma, es bagaje, es valor que enaltece a la persona y hace crecer física y espiritualmente a las naciones.



Pasarela:



## Celebra La Sonora Dinamita cinco décadas con nuevo disco

En Simi Nota Musical recibimos el año a ritmo de cumbia colombiana con la presencia de la original Sonora Dinamita, de Lucho Argain, que en el 2010 estará celebrando 50 años de su fundación.



12

### Novedades editoriales

Alfredo Camacho Olivares

Editado por el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes en su colección Periodismo Cultural, el libro "En memoria del fuego", de Jorge Luis Espinosa Morales, se presentará el pasado 19 de noviembre, pero ante la inesperada y sentida muerte de su autor, en su lugar se realizó un merecido homenaje póstumo en la biblioteca "Rosario Castellanos" del Fondo de Cultura Económica (FCE), al que asistieron familiares, amigos y personalidades del mundo literario.

La obra recoge una serie de crónicas, entrevistas y reportajes, escritos a lo largo de los últimos diez años en diversas publicaciones periodísticas. Se trata del trabajo cotidiano de un reportero de cultura que hurgó aquí, allá y más allá con sus interlocutores y en los múltiples lugares que recorrió palmo a palmo, para llevar a sus lectores historias resumidas del noble oficio de escribir, que él honró con creces. Las primeras líneas del libro "En memoria del Fuego" dejan en claro que su especialidad fue la fuente literaria,

## En memoria del fuego

como su pasión por la lectura, así como su inquebrantable respeto por los tiempos, ya que "el periodismo es fuego de todos los días", por lo que invariablemente sostenía: "primero mandamos la chamba al periódico y luego nos vamos a darle gusto al paladar".

Quien esto escribe recuerda con gratitud sus sabios consejos y la valiosa ayuda que me brindó cuando por primera vez me tocó cubrir las actividades de una edición de la Feria Internacional del Libro en Guadalajara, para la sección Cultural de Excelsior.

Fue, es y será un amigo excepcional, entrañable; compañero como pocos. Me cuentan que también fue un buen hijo, gran esposo y mejor padre.

Jorge Luis Espinosa nació en Comitán, Chiapas, el Balún-Canán de Rosario Castellanos. Estudió periodismo en la Escuela Carlos Septién García y trabajó como reportero en Unomásuno, Milenio Diario, El Independiente y El Universal, también, se desempeñó como jefe de Difusión del FCE.



Miel y eucalipto con propóleo

Spray 20 ml. \$25.00

Jarabe 240 ml. \$30.00

SPRAY

JARABE

Estos productos no son medicamentos. El consumo de estos productos es responsabilidad de quien los recomienda y de quien los usa. Precios sujetos a cambio sin previo aviso. DE VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES®