

SIMINFORMA

Por Un País Mejor ©

¡EJEMPLAR
Gratuito!

NÚM. 307 630 MIL EJEMPLARES

Enero de 2011

www.siminforma.com.mx

2010: Violencia y desastres



■ Todo el año:

Busca tu calendario 2011

ENERO

D	L	M	M	J
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
16	17	18	19	20
23	24	25	26	27
30	31			



■ 8 y 9

■ Pasar

Celebridades "riesgosas" en la red



■ 12

OPINAN: Carlos Ramírez: 2011, no será mejor 7 P. José de Jesús Aguilar: Los Reyes Magos 11 Alfredo Camacho: Cantos de los pastores 15

SIMINFORMA

Por Un País Mejor

**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.V. Virginia Palacios Baeza / *Diseñadora*

Reporteros

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

Fotógrafos

Moisés Manzano / *Arturo González*

Caricaturistas

Óscar Rodríguez "Luy" / *Jorge Aviña*

Columnistas

Carlos Ramírez / *Manuel Castilla*
Miguel Ángel Ferrer / *Fausto Fernández Ponte (1)*
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*
Bamboé 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. Nú-
mero de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto
Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-
101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certifi-
cado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por
la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilus-
tradas 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".

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

Comunicación Social del Grupo Por Un País Mejor

Sexo.. ¿Qué es exo?

En www.siminforma.com.mx
queremos orientarte y estar cerca de ti

Todos los jueves a las 16:00 horas

Conéctate y chatea con expertos
psicólogos

simisexo@hotmail.com

En esta época
de mucha gripe y tos,
te ofrezco medicamentos
de **venta sin receta,**
que no sean antibióticos.
Visita mis farmacias y
cúrate gastando poco.



Las imágenes mostradas son de carácter ilustrativo y pueden variar con respecto del producto final.



FARMACIAS SIMILARES®

"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

HASTA
75%
DE AHORRO®

SIMITEL 01 800 911 66 66
www.farmaciasdesimilares.com.mx

SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS,
CONSULTA A TU MÉDICO

Para el Grupo Por Un País Mejor, 2010 fue de gran intensidad y de metas alcanzadas.

Esto es parte de lo realizado:

- En nuestras más de **4 mil sucursales** de Farmacias Similares® atendimos a **14 millones de personas** mensualmente.
- Más de **6 mil 800 médicos** otorgaron cerca de **50 millones de consultas** en los **3 mil 800 consultorios** de la Fundación Best.
- En nuestras **212 unidades** de laboratorios de Análisis Clínicos del Dr. Simi se realizaron **3 millones 500 mil estudios**.
- La Fundación del Dr. Simi, con sus **14 Planes de Acción**, ayudó a más de **4 millones de mexicanos**, sin olvidar que, en particular, el Plan Simi III fue activado en Michoacán, Estado de México, Nuevo León, Coahuila, Veracruz, Oaxaca, Tabasco y Chiapas para beneficiar a más de **85 mil habitantes**.

En el **Grupo Por Un País Mejor** hay amor y estamos convencidos de que, con la ayuda de todos, en este 2011 daremos un paso más para cristalizar nuestro mayor anhelo: **construir Un País Mejor.**





En pocas palabras

Manuel Castilla Ramírez
castillar27@hotmail.com

¿Y la Reforma Política?

Terminó el 2010 con la esperanza de grandes cambios que traería para nuestro país la anhelada democracia que seguimos buscando y que el presidente Felipe Calderón propuso la iniciativa enviada al Senado de la República, a principios de año. La iniciativa fue guardada en el enorme refrigerador de la Cámara Alta, que espera mudarse a su nuevo y flamante edificio, el cual no pudo ser terminado para su inauguración durante los festejos del Centenario del inicio de la Revolución Mexicana.

Para reforzar los argumentos de su proyectada Reforma Política, el presidente Calderón se convirtió en articulista de lujo y con su firma hizo publicar su excelente trabajo periodístico, a plana entera, en los principales diarios del país.

El titular del Ejecutivo Federal explicó en su artículo, publicado el 3 de febrero de 2010, cada uno de los 10 puntos que integran su propuesta para impulsar la participación ciudadana en la vida política del país, al mismo tiempo que llama a todos los sectores a incorporarse a las discusiones del tema. La voz del presidente Felipe Calderón fue la que clamó en el desierto y se perdió en el silencio de los senadores que no le dieron la atención que merece la importante iniciativa de Reforma Política, que a estas alturas debiera estar lista para las elecciones federales del primer domingo de julio de 2012.

En el artículo periodístico considera de especial interés incluir en la Reforma Política la reducción del número de integrantes tanto de la Cámara de Diputados como la de Senadores, porque esto permite, "atender dos demandas de la sociedad: mayor eficiencia en el trabajo legislativo y un uso más fraccional de los recursos públicos asignados a este Poder, que ha sido uno de los mayores reclamos de la ciudadanía".

La segunda vuelta para la elección de Presidente de la República, propuesta en la iniciativa, asegura que resulte vencedora la opción que tenga el apoyo mayoritario de los ciudadanos. También es una ampliación de los derechos de los ciudadanos porque les da a éstos una segunda oportunidad para elegir Presidente.

Subraya el presidente Calderón que "esta iniciativa busca crear una nueva relación entre la sociedad y sus autoridades, entre los tres Poderes de la Unión y entre los distintos órdenes de gobierno".

Conoce y acepta a tus hijos como son

Cuando nuestros hijos son pequeños y los vemos crecer, echamos a volar nuestra imaginación y soñamos en lo que nos gustaría que ellos alcanzaran en el futuro, depositando muchas expectativas sobre ellos, ya sean económicas, sociales, culturales y, las más frecuentes, académicas.

En este idealizar se nos olvida ver quién es en realidad nuestro hijo, cuáles son sus virtudes, habilidades, gustos, aptitudes y, muchas veces, sin tomar en cuenta estos puntos damos por hecho que nuestros hijos podrán lograr casi todo lo que deseamos.

Y no es que este mal soñar con un futuro mejor, sino el hecho de no detenernos a conocer más a fondo a los hijos. Nuestro papel como padres es observarlos con cuidado y ver cuáles son sus verdaderas habilidades y, de ahí, partir para orientarlo y acercarlo a todo aquello que lo ayude a explotar al máximo sus capacidades.

Es decir, enfatizar las habilidades de nuestros hijos, ayudarlos con lo que les

cuesta trabajo, pero reforzando aquello en los que son diestros o virtuosos para que sean mejores.

Esta tarea no es nada fácil, imagina a un padre de familia que siempre anheló ser médico, muy probablemente él querrá que su hijo lo sea (u obtenga estudios similares), sin darse cuenta que el chico, por ejemplo, tiene una maravillosa habilidad para los deportes.

Una forma clara y sincera de demostrar el amor a nuestros hijos, es manifestarles que se les acepta sin condiciones, por el simple hecho de ser ellos, reconocerlos no sólo por su buen comportamiento.

Lo anterior fomentará una gran autoestima en el niño, con más posibilidades de desarrollarse en lo que es bueno y, como consecuencia, lo que casi todos los padres deseamos para nuestros hijos, ¡un adulto más seguro y feliz!

Si tienes dudas de cómo aprender a amar y respetar las cualidades o deseos de tus hijos, comunícate con nosotros al 01800 911 6666, opción 9. Queremos ayudarte.

Con información del psicóloga Verónica Correa



Aparato revolucionario detecta tuberculosis en una hora

La Organización Mundial de la Salud (OMS) presentó un revolucionario aparato capaz de detectar la tuberculosis en poco más de una hora, en contraste con exámenes tradicionales que llegan a tardar hasta tres meses.

"El nuevo aparato que examina las moléculas de ADN estará disponible en todos los países del mundo, tanto en los ricos como en los pobres, lo que supone otro hecho revolucionario", señaló Mario Raviglione, director del departamento "Alto a la tuberculosis" de la OMS.

Durante la presentación, Raviglione reiteró que se trata de "lo más revolucionario en este campo en los últimos 20 años", ya que además puede detectar si el tipo de tuberculosis es multiresistente a los medicamentos convencionales.

La ventaja, subrayó, es que los pacientes pueden empezar a recibir tratamiento de inmediato.

El enviado especial de la ONU para la tuberculosis, el ex presidente portugués Jorge Sampaio, quien asistió a la presentación del aparato, consideró que tendrá un gran impacto en el combate de la enfermedad, que se encuentra entre las 10 mayores causas de muerte en el mundo.

De acuerdo con datos de la OMS, durante 2009 unos 9.4 millones de personas en el mundo desarrollaron tuberculosis activa, de las cuales 1.7 millones murieron.

La enfermedad afecta especialmente a personas pobres en regiones como África Subsahariana o países como la India y China, pero también está en las zonas pobres de las naciones desarrolladas y es común en pacientes infectados con el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), causante del sida.



Comen mexicanos 50 por ciento más durante festejos

Durante las fiestas de Navidad y Año Nuevo las personas elevaron su ingesta de alimentos y bebidas hasta 50 por ciento o más, lo que repercute en el aumento de peso corporal y de los niveles de glucosa, colesterol y triglicéridos.

Esas prácticas afectan principalmente a quienes tienen enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión, sobrepeso y obesidad.

Las celebraciones "vienen acompañadas de los deliciosos platillos navideños que son ricos en sabor y calorías", y además la gente llega a consumir "entre 30 por ciento y 50 por ciento más de las necesidades nutritivas diarias".

Los peligros a los que se expone la gente en esta temporada son: alterar los horarios de comida, y comer más porque, según justifica, se hace ejercicio o duplica la actividad física.

Otro riesgo es aumentar la ingesta de bebidas alcohólicas, refrescos y grasas, lo que significa un exceso de energía ingerida; y, por último, preparar alimentos con más grasas, carbohidratos y sales.

Para evitar los riesgos a la salud se recomienda no abusar del consumo de grasas y alcohol, sino hacer pequeñas comidas y no brincar los horarios del desayuno, comida y cena.

Se debe continuar la actividad física acostumbrada y no disminuirla ni dejarla para después, por el pretexto de la desvelada o el frío; es decir lo mejor sería caminar más y no utilizar elevador sino subir las escaleras.

Recuerde comer para quedar satisfecho, sin recargar el estómago o sentirse "lleno", y debe mentalizarse para mantener los buenos hábitos alimenticios y eliminar los excesos.



Que el frío, no te deje ¡FRÍO!

En esta temporada aumentan las infecciones respiratorias y siempre es bueno estar listo, con los siguientes paquetes:

Paquete Respiratorio: \$187.00
Eosinófilos en moco nasal
exudado faríngeo

Paquete Reumático 1 \$259.00
Antiestreptolisinas
Factor Reumatoide
Proteína "C" reactiva

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

Para mayor información, habla al **SIMITEL 01800 911 6666** o visita nuestra página: www.ssdrsimi.com.mx y síguenos por  

¿Qué es la Zoonosis?

La zoonosis es la infección que, normalmente, se transmite de los animales vertebrados a los seres humanos, pero, en ciertos casos incluso del humano al animal.

La palabra se deriva del griego zoon (animal) y nosos (enfermedad), y, por ende la medicina veterinaria y la medicina humana tienen participación en la prevención y control de la enfermedad.

Existen múltiples y numerosas zoonosis. Una manera de clasificarlas es si son ocasionadas por virus (como la rabia, fiebre del Oeste, del Nilo, etc.), bacterias (brucelosis, leptospirosis, entre otras), parásitos (lombrices intestinales, toxoplasmosis, etcétera) y las causadas por priones o partículas infecciosas (encefalitis espongiiforme en el humano o enfermedad de las vacas locas, en el bovino).

En nuestro país, el Centro Nacional de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades (Cenaevce), de la Secretaría de Salud, en el área de programas preventivos, estructura uno de zoonosis, dentro del cual considera, como las más importantes desde el punto de vista de salud pública, la rabia, brucelosis, leptospirosis y el binomio teniasis-cisticercosis. Además, establece lineamientos para su prevención y control en el país.

Es bien conocido que las mascotas contribuyen significativamente en la vida de los niños y los adultos; sin embargo, la asociación con ellas no debe sustituir a la significativa relación con otros niños o sus padres.

Existen muchas razones para creer que las mascotas pueden favorecer el desarrollo emocional y físico de los niños. Al darles una responsabilidad directa en el cuidado y manejo de su mascota, el menor puede desarrollar actitudes responsables hacia otros seres.

Un niño aprende a jugar con su mascota y ésta es aceptada como una compañía. Existe información en relación con el uso de mascotas en el tratamiento de trastornos emocionales de los niños.

El pequeño puede relacionarse con su mascota, dar y recibir su afecto, pero este sentimiento puede ser guiado de manera equivocada y llegar a ser una influencia preocupante en su vida.

La mayoría de las zoonosis relacionadas con los animales de compañía son adquiridas por vía fecal-oral: ingesta de materia fecal del animal que contamina las manos y objetos.

Por lo mismo, la naturaleza curiosa de los niños los pone en mayor riesgo de infección que a los adolescentes y adultos.

No es fácil para el médico clasificar a las zoonosis. Si bien la mayoría de ellas son relativamente inusuales, el médico siempre deberá obtener información acerca de la convivencia con mascotas en la casa, y acerca de qué clase de animal se trata.

¿Cuidado con los gatos?

Diversos autores han referido que algunos médicos proveen información inadecuada a sus pacientes con respecto al papel que juegan los animales de compañía en diversas enfermedades.



En ocasiones se le aconseja a embarazadas que se deshagan de su gato debido al riesgo de toxoplasmosis. Este protozoo intracelular obligado es capaz de infectar a cualquier animal de sangre caliente, pero los gatos son el único hospedero definitivo en el cual el parásito completa la reproducción sexual en las células del epitelio intestinal, y con ello causa la eliminación de ooquistes; sin embargo, los gatos son infecciosos por un corto periodo y los ooquistes no son infecciosos inmediatamente.

Salud y sociedad



Miguel Ángel Ferrer
ferrermentor@hotmail.com

Nueva realidad

El mercado, cualquier mercado, es el ámbito o lugar en el que se encuentran productores y consumidores de una mercancía, de cualquier mercancía: alimentos, medicinas, automóviles, casas, joyas, libros, educación, arte, cultura, etc. Para que haya un mercado de cigarrillos, tiene necesariamente que haber productores de tabaco y consumidores de la planta. Y el mercado puede ser el estancillo del barrio, una gran tienda de autoservicio o un ámbito virtual, como el mercado internacional.

El tamaño del mercado está definido por el tamaño del consumo. Un gran número de consumidores genera una gran producción. Sin consumo (o demanda) no puede darse la producción. Un caso histórico y emblemático de este axioma económico se encuentra en el caso del henequén yucateco. Durante siglos, el uso universal de esa fibra dio lugar a una enorme producción de cuerdas, lazos, tapetes, bolsas y costales. Pero bastó la aparición de las modernas fibras sintéticas—nylon y poliéster— para que cesara la producción de henequén, sobreviniera la ruina de la industria henequenera y, ojo, cesara igualmente el comercio o tráfico de esta fibra natural.

Y es que una caída en el consumo genera necesariamente una caída en la producción. Y este fenómeno, tan obvio y documentado a lo largo de milenios, parece no ser comprendido en el caso de los estupefacientes: hay producción y hay comercio de drogas porque hay consumo de ellas. Sin consumo no habría ni producción ni tráfico.

Pero si todo el mundo sabe y reconoce que son enormes la producción y el comercio de drogas, no todo el mundo sabe y reconoce que es igualmente grande el consumo de narcóticos. Y lo que vale para el planeta, vale para México.

Ciertamente, este fenómeno del inmenso consumo mexicano de drogas es relativamente nuevo. Quizá dos o tres décadas. Pero ésta es hoy la realidad mexicana, la nueva realidad mexicana.



Espacio a la historia

Manuel Magaña
mnc.informacion@yahoo.com.mx

“Divorcios exprés” agravan inseguridad

El especialista Raúl Espinoza Aguilera, comenta que “a simple vista pareciera que no existe vinculación entre los divorcios y el incremento de la delincuencia, máxime que en algunas legislaturas han aprobados los “divorcios exprés”, ley que se pretende presentar a la opinión pública, “como una importante conquista social”, cuando la verdad es que a mayor número de hogares destruidos aumenta el número de “niños de la calle” que caen en manos de pandillas, narcotraficantes, pederastas y toda clase de rufianes. En este sentido, en el DF, donde tanto se promueven los “divorcios exprés” y el número de hogares destruidos y los daños ocasionados a los hijos por la separación de sus padres, hacen temer que en breve, la delincuencia aumente puesto que al quedare los hijos al garete y sin la presencia de la madre, los menores se convierten en “carne de cañón” de la “delincuencia organizada”.

El mexicano de bien quiere que FCH les gane a los narcotraficantes, pero es cada vez mayor el número de miembros del Poder Legislativo convencido de que “la guerra”, de Calderón, se encuentra muy lejos de alcanzar la victoria. Él ha declarado que será difícil que en el breve plazo se obtenga la victoria. Se ve difícil “porque tenemos una sociedad descompuesta cada vez en mayor grado por los divorcios rápidos, destructores de la célula de toda sociedad sana que es la institución familiar.

El especialista Espinoza, quien pertenece al equipo “Opinión” de la organización “Criterio”, refiere que comprobación de lo anterior es que “Desde los años 80, en el Estado de Chihuahua, llegaron centenares de madres solteras o divorciadas para trabajar en las maquiladoras” y como la mamá trabajaban todo el día, los menores se pasaban las horas en la calle y organizaban sus típicas pandillas.

Refiere que en poco tiempo, esos menores abandonados fueron enganchados en el narcomenudeo. Al principio con trabajos fáciles, como llevar la droga de un sitio a otro. Posteriormente, desempeñaban un papel más destacado dentro de los cárteles que los contrataban. De allí que Chihuahua se uno de los estados más flagelados por los narcotraficantes.

El aumento de la delincuencia es resultado de la destrucción de la institución familiar. De continuar el auge de los divorcios “exprés” en el DF ¿podría darse el caso de que hubiese, en un momento determinado si a tiempo no se pone el remedio, que la capital mexicana se convierte en sitio tan inseguro como Ciudad Juárez? ¿Tendrán las autoridades la honradez de rectificar, con leyes protectoras de la institución familiar?

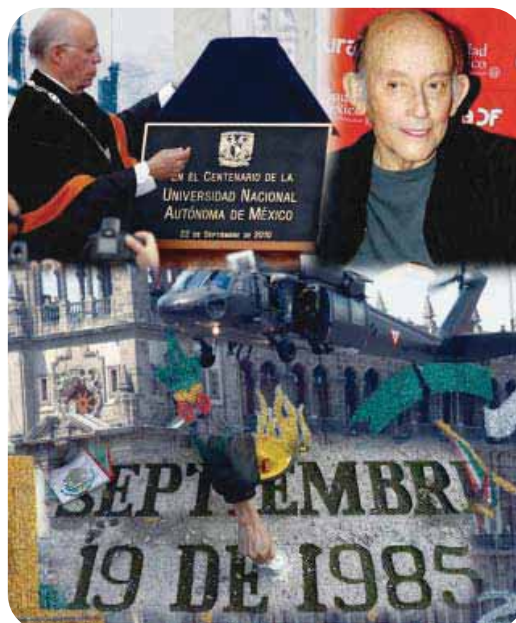
JULIO

- Por órdenes de la Suprema Corte, quedan en libertad Ignacio del Valle y otros 11 líderes de Salvador Atenco, presos desde 2006.
- Tras un inédito dialogo con la iglesia católica, el gobierno Cubano anuncia la liberación de 52 opositores arrestados en 2003. Aun sigue 12 en prisión.
- España es campeón del Mundial Sudáfrica 2010
- El presidente Felipe Calderón reemplaza en la secretaría de Gobernación a Fernando Gómez Mont.



SEPTIEMBRE

- Fallece en la ciudad de México, Germán Dehesa, escritor, actor y periodista.
- Calderón decreta transición de televisión analógica a digital.
- Liberan a siete guanajuatenses encarceladas por abortar.
- El Gobierno Federal derrochó para conmemorar el Bicentenario de la Independencia.
- Se cumplen 25 años del sismo de 8.1 grados en la escala de Richter que asoló a la ciudad de México.
- La UNAM cumple sus primeros 100 años de vida académica.



AGOSTO

- La crisis en Mexicana obliga a la firma a solicitar concurso mercantil, las suspensiones y cambios en vuelos afecta a decenas de miles de viajeros.
- La venta de 2 mil marcas de antibióticos queda restringida, y se exige receta médica por indicación de la Cofepris, sin embargo la medida ha sido burlada.
- Los cuerpos de 72 migrantes fueron hallados en San Fernando, Tamaulipas sobrevivientes narraron que un grupo armado los atacó por negarse a la extorsión.
- El presidente Barack Obama declara el fin de las misiones de combate en Irak, a siete años y medio de la guerra, quedan 50 mil soldados para entrenar al ejército Iraquí.



OCTUBRE

- Recibe Hugo Sánchez el Trofeo Golden Foot de Leyenda; ganó cinco trofeos 'Pichichi' en la Liga de España.
- Son rescatados los 33 mineros chilenos que permanecieron 70 días atrapados a 622 metros de profundidad.
- Muere, a los 92 años, el poeta Ali Chumacero.
- Más de 100 muertos y 500 desaparecidos por sismo de 7.5 grados en Sumatra.
- Tras sufrir dos paros cardiacos, el expresidente de Argentina, Néstor Kirchner, falleció a los 60 años.



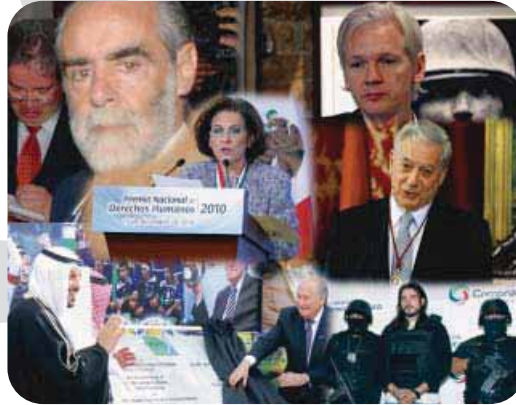
NOVIEMBRE

1. Dilma Rousseff ocupa el cargo como primera presidenta de Brasil.
2. Ricky Martin anuncia abiertamente su preferencia homosexual.
3. Tras cuatro años en la minoría, el Partido Republicano regresa a dominar la Cámara baja de Estados Unidos.
4. En México estalla la peor crisis financiera del IMSS.
7. Avionazo en Cuba: mueren 68 personas; 7 eran mexicanas.
9. Conmemoran el 21 aniversario de la caída del muro de Berlín.
11. El productor de cine italiano, Dino de Laurentiis, murió a los 91 años, en Los Angeles, California.
13. Manny Pacquiao venció al púgil mexicano Antonio Margarito.
20. Sin pena ni gloria, se festejan 100 años de la Revolución Mexicana.



DICIEMBRE

3. Rusia y Qatar, sedes de los Mundiales 2018 y 2022.
3. Aprehenden a Jacobo Tagle Dobín, último eslabón en el asesinato de Hugo Alberto Wallace, ocurrido en 2005.
7. La policía de Londres detuvo al fundador del portal de Internet WikiLeaks, Julián Assange.
7. El escritor peruano Mario Vargas Llosa recibió el premio Nobel de Literatura 2010 en Estocolmo, Suecia.
16. Isabel Miranda de Wallace recibió el Premio Nacional de Derechos Humanos 2010.
17. Fuga histórica de 151 reos en Nuevo Laredo.
19. Estalla ducto de Pemex en S.M. Texmelucan; 28 muertos.
20. Después de 220 días secuestrado, Diego Fernández de Cevallos es liberado y anuncia el perdón de sus captores.



Expedientes del poder



Carlos Ramírez
cramirez@indicadorpolitico.com.mx

2011, no será mejor

Si 2010 fue el del peligro arriesgado por la clase política, no existen evidencias para suponer que 2011 será mejor. Al contrario, todos los indicios señalan que 2011 será una especie de prolongación política de 2010.

Peor aún: en 2011 el país vivirá la tensión cotidiana de una lucha adelantada por el poder. Porque lo que le importa a la clase política es la elección presidencial de 2012. Y a ella se enfilan pero sin atender la exigencia social de una solución integral, profunda y estructural contra la crisis acumulativa de problemas. Y si se hace un esfuerzo de síntesis, la primera mitad de 2011 estará determinada exclusivamente por la elección de gobernador en el Estado de México. Y la segunda mitad estará agobiada por los posicionamientos de los tres principales partidos --y sus aliados en la chiquillería-- con rumbo a la designación del candidato presidencial.

En los dos casos se prevén tensiones crecientes. El Estado de México se convertirá en el campo de batalla de 2012, todos tratando de derrotar al PRI y a Enrique Peña Nieto para bloquear la tendencia adelantada de los dos hacia 2012. No hay indicios de una alianza PAN-PRD para la contienda mexiquense, pero de todos modos la batalla será contra Peña Nieto.

Y las candidaturas presidenciales en los tres principales partidos va a someterse a un jaloneo sin precedentes: en el PRD veremos la lucha de titanes entre Marcelo Ebrard y López Obrador, pero en una batalla que fracturará al PRD y lo dividirá en cuando menos tres partidos diferentes. Con ello, el PRD estará en el camino de la pérdida del gobierno del DF, todo porque Ebrard quiere el "toma todo" de la perinola del poder: la presidencial, la capitalina, el PRD, el PAN y hasta el PRI. En el PAN el presidente Calderón tendrá dificultades para posicionar a su candidato porque se repetirá el escenario del 2004 cuando el propio Calderón le quitó a Fox la nominación del candidato presidencial del 2006. La elección del sucesor de César Nava en la presidencia del PAN también ha dividido al partido en varias partes. Y un PAN no unido estará condenado a perder la presidencia de la república. Pero a pesar del riesgo, no se ve que los panistas tengan conciencia de los riesgos.

Y el PRI se está deteriorando por la posibilidad de regresar a la presidencia, además de que se trata del mismo viejo PRI. Aunque Peña Nieto va adelantado en las encuestas, los priístas saben que se trata de una lucha por el poder y no un concurso de belleza.

Así que si 2010 fue malo para las necesidades del país, 2011 será peor.

La fuerza de la tradición

Editorial

La Natividad, sin duda, es una nueva oportunidad para recapitular y compartir propósitos como la dicha, la sabiduría y el amor.

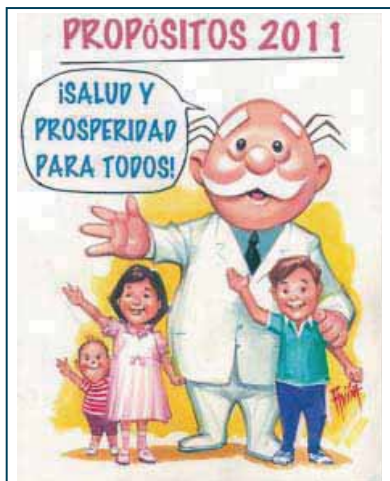
Sin embargo, en una época marcada por los satisfactores inmediatos, conviene conocer que el nacimiento de Jesús --que es lo que celebramos-- es una fecha marcada por la conveniencia y los mitos que trastocaron lo que nos convoca alrededor de una mesa.

La historia consigna que, en realidad, la celebración fue "elegida" por un emperador romano, Constantino, quien declaró al cristianismo como religión oficial y para garantizar su permanencia, decidió migrar los ritos de adoración al dios Saturno (del 25 de diciembre) que impulsaban a posponer los negocios, parar las guerras, intercambiar regalos y hasta dar libertad temporal a los esclavos.

Siglos después, la Iglesia absorbió esta fiesta con un significado distinto: evocar el nacimiento de Jesús, pero no fue hasta el año 350 cuando el papa Julio I "propuso" que el nacimiento de Jesús se celebrara el 25 de diciembre, iniciativa finalmente consagrada por su sucesor, el papa Liberio.

La Natividad y toda su parafernalia crecieron y tomaron de aquí y de allá festejos paganos.

Entre ellos, acaso los más notables, tienen que ver con el árbol de Navidad y su decoración, así como la estatificación de un personaje extraño a las tradiciones



cristianas originales como es el Papá Noel, propio de los hielos de Escandinavia, y cuyo protagonismo disminuye el papel de la Epifanía hispana y sus Reyes Magos.

Hoy, cuando la vorágine comercial se impone, es bueno recordar nuestros orígenes y compartir la leyenda del árbol de Navidad, que se fraguó en el norte europeo:

Durante una fría noche de invierno, se cuenta que un niño caminaba sobre hielos y nieve en busca de refugio.

Tras mucho batallar, el pequeño fue recibido en la casa de un viejo leñador, cuya mujer le sirvió una rica comida. Cuentan que en el curso de la noche, el niño se convirtió en un ángel vestido de oro: se trataba del Niño-Dios, quien

arrancó la rama de un pino y se la entregó a los ancianos como recompensa por su generosidad.

Pidió que la sembraran en cuanto pasara el mal clima, prometiéndoles que daría frutos, como sucedió: De la rama brotó un árbol generoso que daba manzanas de oro y nueces de plata, que representan la multiplicación de los bienes.

De ahí, entonces, que los adornos más comunes que se usaran al principio fueran manzanas o piedras pintadas hasta que a mediados del siglo XVIII, en Bohemia se incorporaron las bolas de cristal.

La leyenda se olvidó y, para el siglo XIX, el árbol se extendió por toda Europa y en el XX, se hizo popular en el continente americano.

Como éstas, hay cientos de cábalas; lo cierto es que antes de desparramar el bolsillo, pensemos en vaciar el rencor de nuestro corazón.

Es tiempo de reflexión verdadera y buenos propósitos. De caminar, juntos, y alejarnos de todo aquello que ha propiciado el encono entre nosotros mismos.

En el Grupo Por Un País Mejor nuestro deseo es que las manzanas de oro se multipliquen en la forma de salud y las nueces sean nuevas oportunidades para ser felices.

Hoy, que es tiempo de reflexión, que nuestro mejor regalo sea la paz y la certeza de que vamos, en efecto, en busca de un país mejor. De un México más justo, solidario y libre de violencia.

CALENDARIO 2011



ENERO

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



FEBRERO

D	L	M	J	V	S
	7	8	9	10	11
12					1
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28		



MARZO

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



ABRIL

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



MAYO

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



JUNIO

D	L	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			



JULIO

D	L	M	J	V	S
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					



OCTUBRE

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



AGOSTO

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		



NOVIEMBRE

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



SEPTIEMBRE

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



DICIEMBRE

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



Futbolistas, a la cabeza

LOS DEPORTISTAS MÁS SEGUIDOS EN FACEBOOK

1 **Cristiano Ronaldo**
Fútbol
9,793,408 seguidores
Portugal

2 **Lionel Messi**
Fútbol
4,426,748 seguidores
Argentina

3 **Roger Federer**
Tenis
4,112,910 seguidores
Suiza

4 **Kobe Bryan**
Básquetbol
3,701,245 seguidores
EUA

5 **Michael Jordan**
Básquetbol
3,547,776 seguidores
EUA

6 **David Beckham**
Fútbol
3,523,464 seguidores
Inglaterra

7 **Rafael Nadal**
Tenis
3,422,761 seguidores
España

8 **Michael Phelps**
Natación
3,117,829 seguidores
EUA

9 **LeBron James**
Básquetbol
3,031,735 seguidores
EUA

10 **Valentino Rossi**
Automovilismo
2,590,002 seguidores
Italia

OTROS EN LA LISTA

Deportista	Lugar
• Maria Sharapova	11
• Fernando Torres	12
• Usain Bolt	13
• Kaka	14
• Andrés Iniesta	15
• Tigre Woods	16
• Lance Armstrong	17
• Zinedine Zidane	18
• Shaun White	19
• Shaquille O'Neal	20

El portugués Cristiano Ronaldo lidera el top ten de los deportistas más famosos del Facebook con casi 10 millones de seguidores; destaca el que no haya ningún deportista de la NFL o MLB a pesar de que esas ligas cuentan con muchos seguidores en todo el mundo

La tenista rusa Maria Sharapova es la única mujer en el ranking de los deportistas más famosos en Facebook, con 2 millones 589 mil 397 seguidores.

LA ÚNICA MUJER

ntmx
NOTIMEX

Fuente: Terra, Récord, Marca.com



• Baltazar Ignacio Valdez M.

Entre las múltiples desgracias de la Cuba de Castro, está el inminente riesgo de que se ponga fin a una de las tradiciones que nació con el beisbol.

Resulta de que en días pasados, horas antes de que comenzara un juego de pelota, se le pidió a la enorme afición cubana que no se quede con las bolas bateadas a las gradas, pues según la televisión estatal, que por cierto es la única, la tradición tan propia y generosa del Rey de los Deportes, le cuesta al país 110 mil dólares anuales.

Según la misma fuente, en cada uno los 740 partidos que se celebran en la temporada cubana, los aficionados se quedan, en promedio, con veinte pelotas importadas cuyo valor por unidad es de poco más de siete dólares, cantidad

Tradición en riesgo

elevadísima si se toma en cuenta el grado de miseria en que por décadas se ha hundido a la isla.

Hasta ahora, la dictadura se ha limitado a rogar que devuelvan las esféricas que vuelan a sus manos, pero no es de descartarse que muy al estilo de la arbitrariedad estatista, en un futuro no lejano se les ordene que las regresen.

Lo deseable, desde luego, es que ese día nunca llegue, pues se caería en el amargo y cruel atentado de impedir que los aficionados mantengan en propiedad las pelotas bateadas a las gradas por los ídolos del Rey de los Deportes.

En lugar de eso, debe llegar la hora en que con tres rectas de humo se ponche a la tan absurda y larga dictadura.



Pobre balance 2010

• Fernando Gutiérrez P.

Agonizó el 2010 y sólo tres hechos verdaderamente de interés general ocuparon el espacio deportivo nacional.

El primero fue la sorprendente contratación de Javier "Chicharito" Hernández por el prestigiado club inglés Manchester United, que pagó 9.1 millones de dólares.

El segundo acontecimiento: el adiós de Lorena Ochoa al golf profesional, donde fue la número hasta que el matrimonio la desconcentró.

Finalmente, el tercer suceso, nada agradable, por cierto: la eliminación de la selección mexicana de futbol del Mundial en Sudáfrica, tras caer 3-1 ante Argentina, en octavos de final.

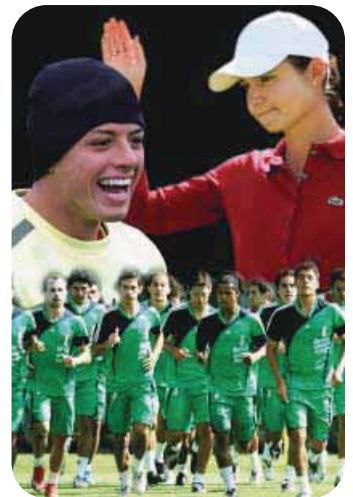
Y, párele de contar. No hubo más. Todo lo que se quiera agregar a este "anuario" del deporte azteca, resulta vano.

Quizá algunos deseen exaltar el surgimiento del "Canelo" Álvarez como el nuevo ídolo del boxeo mexicano, pero ¿qué tan veraz es eso?

Aunque el chamaco tiene cualidades de buen peleador, aún le falta mucho camino por recorrer para ganarse un lugar en el Olimpo de los boxeadores.

Hasta ahora su proyección se debe al apoyo de Televisa, como ha sucedido con Julio César Chávez Jr., en TV Azteca, que a fuerza lo quieren hacer el sucesor de su padre, ese sí el mejor en su tiempo, kilo por kilo.

¿Qué nos falta? ¿Hablar del ya largo fracaso del América, de la eterna frustración del Cruz Azul y de la mediocridad de Pumas? ¡Bah! No hay que desperdiciar el espacio en pequeñeces.



Quizá, para estar más parejos, podríamos apuntar que al futbol americano de casa no se le hace justicia en la TV, a pesar de contar con un enorme número de seguidores.

En las mismas condiciones está nuestro beisbol, donde hay más valores que en el fútbolito. Prueba de ello son todos los que militan en las Ligas Mayores, uno de ellos Joakim Soria, de los Reales de Kansas, y Premio Nacional del Deporte 2010.

¿Alguien lo sabía? Quizá nada más "Don Balta" y un puñado de amantes a la pelota caliente.

Al final del balance, preguntamos: ¿Cómo anduvimos el 2010 en el deporte mexicano?

Su opinión, es la mejor.
fernandoguper@gmail.com

De venta sin receta

**Superprotección
para los pequeños**



\$ 35.00

**Echinacea
purpurea**



\$ 15.00

**Descongestiona
tu nariz y...
¡Respira!**



\$ 18.00

**Desde malestares
estomacales
hasta diarrea...**

Subsalicilato de Bismuto



\$ 15.00

Si persisten las molestias, consulte a su médico.

Precios sujetos a cambio sin previo aviso.



FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

Pildoritas del Padre José



P. José de Jesús Aguilar

Los Reyes Magos

En este tiempo, recordamos a los Reyes Magos que reconocieron en un pequeño niño la presencia de Dios. Esto nos hace recordar que cada niño es, no sólo la esperanza del mundo, sino una bendición, porque en ellos está el futuro del mundo.

Cada niño que crece en el amor será motivo de un mundo mejor. La tradición recuerda que los magos ofrecieron dones al Niño Dios. Uno le dio una pequeña pieza de oro para reconocerlo como Rey. Otro le entregó incienso para reconocerlo como Dios (en aquel tiempo sólo se quemaba incienso en los templos y ante los dioses). El último rey le obsequió mirra, una especie de ungüento que se utilizaba para embalsamar a los muertos.

Con aquellos regalos, reconocían que el Niño Dios era Rey, Dios y hombre que moriría para salvar a la humanidad de sus pecados.

La Epifanía

La fiesta de los Reyes Magos se celebra, desde tiempos muy antiguos, la noche del 5 de enero y todo el día 6. Se le llama "Epifanía", porque esa palabra significa "manifestación", en griego: ... Y Dios se hizo hombre para darse a conocer a toda la humanidad.

Representantes de la humanidad

Los magos representan a toda la humanidad, a todos los pueblos y a todas las épocas reconociendo al Niño Dios como Rey de Reyes. Por ello, los pintores representan a los magos con distintas edades: anciano, adulto y joven. También los representan con distintos tonos de piel: blanco, moreno y negro. O con distintas características étnicas: europeo, asiático y africano. Los magos son reconocidos con distintos nombres en algunas regiones del mundo. Los más populares son Melchor, Gaspar y Baltazar. La tradición siríaca los llama Kagpha, Badadilma y Badadakharida. Los griegos los conocen como Appelicón, Amerín y Damascón. Los hebreos los nombran Magalath, Galgalath y Serakin. Los etíopes los veneran como Aator, Sater y Parátora

El origen de la rosca

La rosca de reyes es una variación de la pastelería europea. Al principio tenía la forma de un pastel o de un octógono al que se le introducía una semilla. Quien encontraba la semilla en su rebanada debería preparar la fiesta del 2 de febrero. Muchos hacían trampa y se tragaban la semilla para no contraer el compromiso.

Esto hizo que las semillas se cambiaran por algún objeto no comestible como anillos o dedales.

Finalmente, se decidió esconder una figura de porcelana del Niño Dios. Esto recordaría a los comensales que María y José ocultaron al pequeño para salvarlo del rey Herodes, quien deseaba asesinarlo.

También recuerda que a Dios sólo se le encuentra cuando se tiene un buen corazón y se sigue la luz, como lo hicieron los Reyes Magos.

A la rosca se le dio forma de corona real para reconocer que el Niño Jesús es el Rey de Reyes. La fruta cristalizada representa sus joyas.

Su forma ovalada se debe a que los hornos pasteleros de antes no podía recibir un pan redondo tan grande.

Escúchame de lunes a viernes en el 1470 AM de 2 a 3 pm

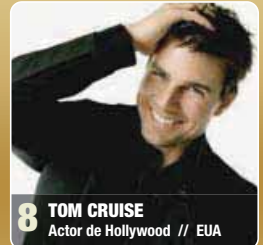
Su búsqueda lleva a ciberstios peligrosos

CELEBRIDADES "RIESGOSAS" EN LA RED

Si un internauta busca en línea a Cameron Díaz, Julia Roberts o Jessica Biel puede tener una aventura riesgosa: esas celebridades son los anzuelos perfectos de los delincuentes para lograr que usuarios incautos visiten ciberstios peligrosos



BÚSQUEDAS MÁS PELIGROSAS // Ranking de celebridades



SOBRE EL ESTUDIO

La clasificación mide la probabilidad de que alguien que busque cosas como fotos y videos de celebridades, entre a un sitio malintencionado



Fuente: Notimex, software de seguridad McAfee Inc.

Mauricio Garcés, referente para los nuevos galanes

Mauricio Garcés fue un icono del cine mexicano por su estilo de actuación, galanura y sus famosas expresiones: "Las traigo muertas", "¡Arrrroz!" y "Debe ser horrible tenerme y después perderme".

También fue conocido por sus películas "El cuerpazo del delito" y "Modisto de señoras", entre muchas otras que lo mantienen vigente en las nuevas generaciones.

Mauricio Férrez Yázbek, su verdadero nombre, nació el 16 de diciembre de 1926 en Tampico, Tamaulipas, en una familia de origen libanés que se trasladó al Distrito Federal cuando él tenía siete años.

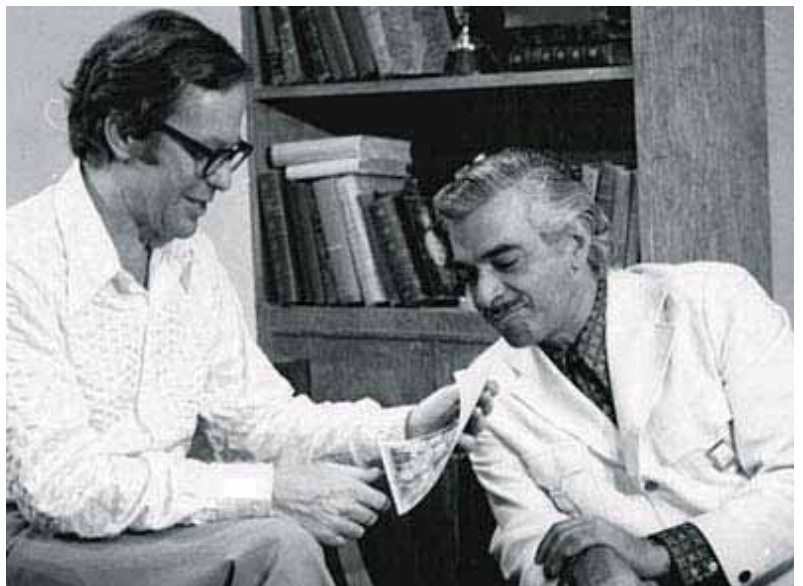
Abandonó la carrera de Ciencias Químicas para trabajar, por lo que se desarrolló como cobrador en una empresa de muebles y fue redactor en un diario capitalino. Gracias a su tío Tufic Yázbek ingresó al mundo de la farándula y, más tarde, incursionó en la radio, primero en la XEQ y luego, en la XEW.

Su carrera cinematográfica comenzó a destacar en 1959, cuando el actor y productor Abel Salazar le ofreció un coestelar en la trilogía "Los hermanos Diablo", "El renegado blanco" y "Venganza".

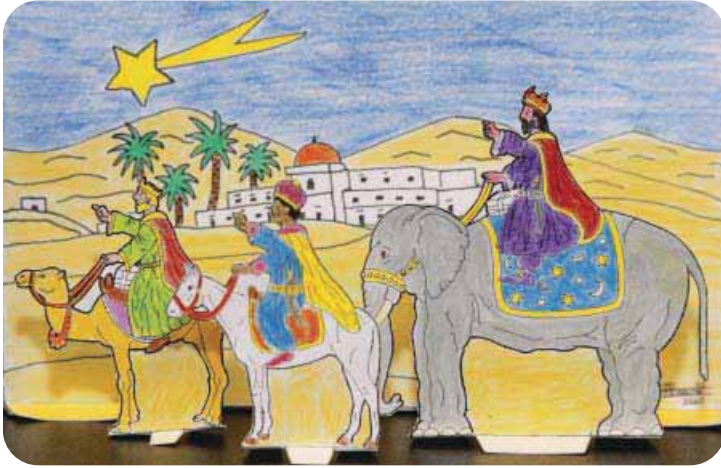
Garcés fue dirigido por varios cineastas y alternó con figuras del séptimo arte mexicano, como Rosita Arenas, María Elena Marqués, Elvira Quintana, Lorena Velázquez, Angélica María, Ana Luisa Peluffo y Claudia Islas.

Además, Mauricio fue el "Don Juan-Casanova" mexicano, cuyo personaje de conquistador con apariencia de "playboy" apareció en la pantalla en una época de transformaciones socioculturales.

El famoso seductor del cine mexicano falleció a los 63 años, la madrugada del 27 de febrero de 1989. Cumpliría 84 años.



Los Reyes Magos



Todas las noches, de algún modo, parecen iguales. Te mandan a la cama, tú te niegas, te vuelven a mandar, te vuelves a negar y entonces tu mamá te pega un grito, que no queda más remedio que obedecer. Así pasa, más o menos, todos los días entre semana. Los fines de semana son distintos. Puedes dormir hasta más tarde.

Pero las Noches de Reyes. La noche en que van a llegar los regalos por los que te has portado bien todo el año... bueno... más o menos, esa noche nadie tiene que pedirte que vayas a dormir, porque tú mismo quieres hacerlo desde las seis de la tarde.

Y bueno... eso de dormir, es un decir. Porque aunque te fuiste a acostar todavía con luz de sol, obvio no haces más que dar vueltas y más vueltas, pensando en tantas cosas que sabes sobre los Reyes Magos.

Que si eran sabios o astrónomos, y que les decían "magos", porque en la época de Jesucristo, así nombraban a los astrónomos y porque venían siguiendo una estrella, que algo predecía.

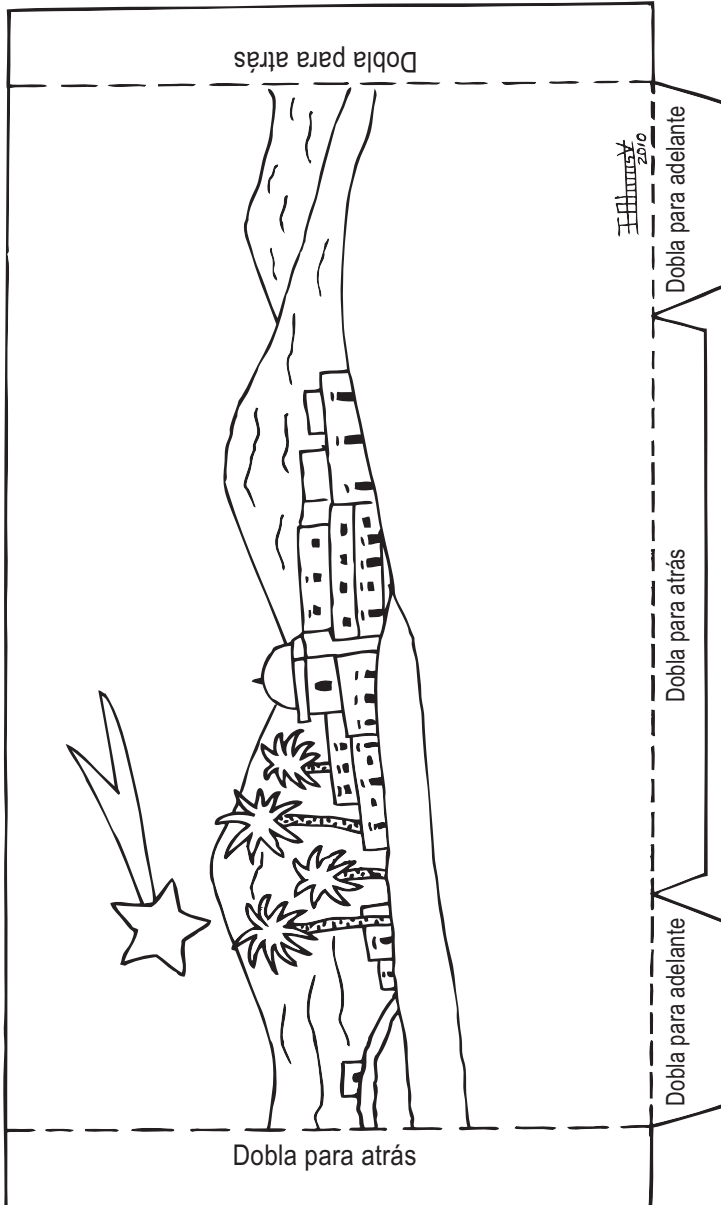
Y que, como esta noche, venían con regalos para el rey que habría de nacer.

Y que se llamaban Melchor, un anciano blanco con barbas canosas, que traía oro para Jesús, por su condición de rey; Gaspar, más joven y moreno. Su regalo era el incienso, para reconocer a Jesús, como Dios. Y Baltasar, el más joven y de raza negra. El regalo que traía era mirra, que representa el sufrimiento y muerte futura del niño, que apenas tenía unos dos meses cuando ellos llegaron.

Claro que piensas y piensas en esas cosas, pero en realidad lo que quieres es dormirte ya, para que la magia vuelva a suceder, porque quién sabe cómo, aquellos magos de Oriente que visitaron a Jesús recién nacido, vuelven a recorrer en esta época, tu colonia, tu pueblo, tu ciudad, tu país y dejan regalos junto a los zapatos que colocaste con tu carta, la noche anterior.

Quién sabe cómo sucede, pero sucede.

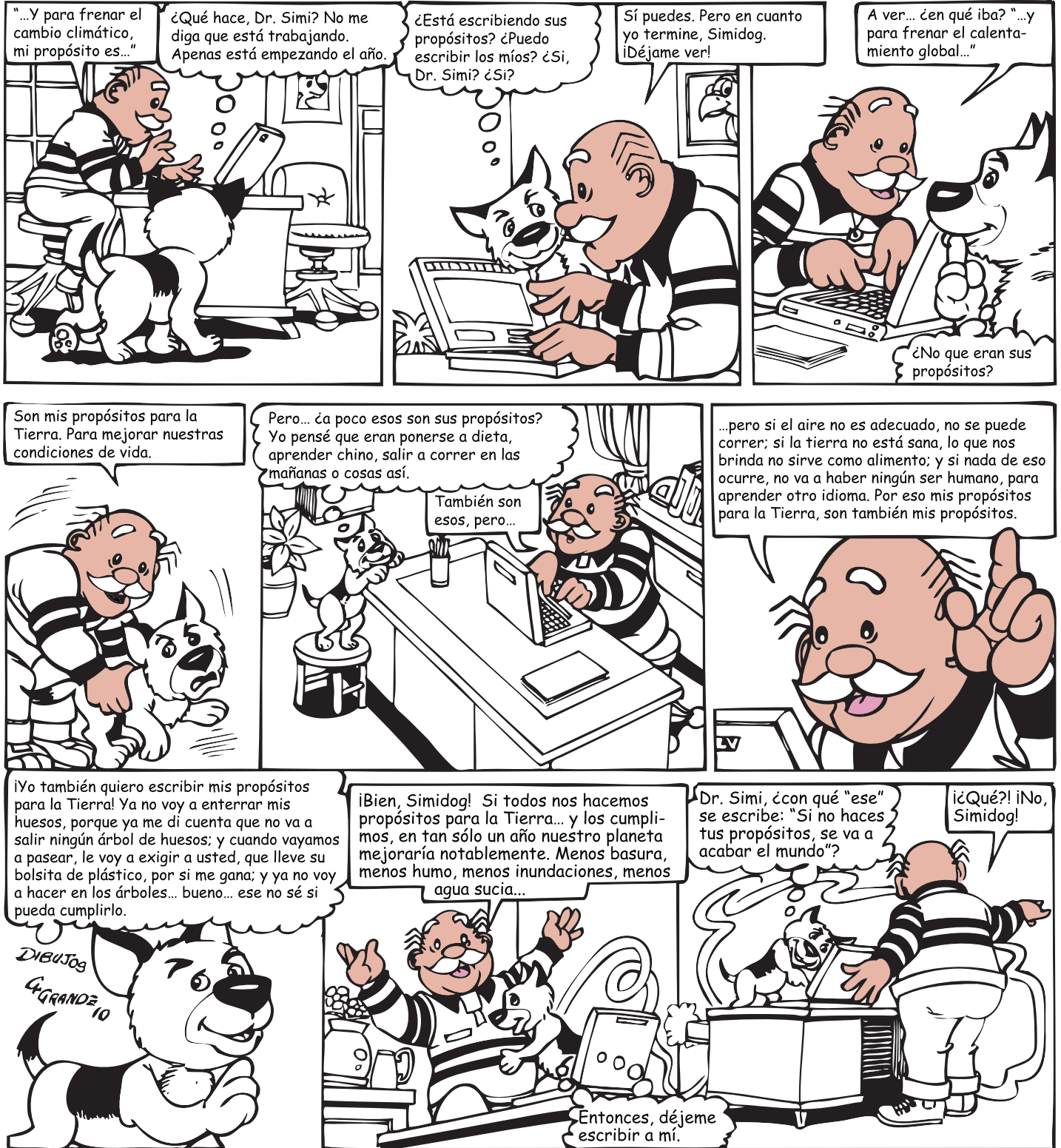
Así que puedes dejarles una foto armable de ellos, como regalo de agradecimiento al esfuerzo que hacen esa noche mágica, en la que nadie sabe cómo, pero recorren el mundo en unas horas, para llenarte de ilusión.



- 1.- Saca copias para tus amigos.
- 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond.
- 3.- Coloréalo como quieras.
- 4.- Recorta las piezas según el orden de los dibujos.
- 5.- Arma las piezas doblando y pegando las pestañas.
- 6.- Pega las piezas como se indica en los dibujos.



Vamos a detener el cambio climático



Abre tu imaginación, colorea tu historieta y dinos qué temas ecológicos quieres que publiquemos en este espacio. Escríbenos a simi_informa@porunpaismejor.com.mx

En esta cuesta de enero,
el **Dr. Simi**[®] está contigo,
y por cada **90 pesos** de compra
recibes un producto básico*
(arroz, frijol o azúcar).
Te esperamos en las
más de **4 mil** sucursales
en todo el país.



SIMITEL 01 800 911 66 66
www.farmaciasdesimilares.com.mx

*Máximo dos productos, se entregará los miércoles y domingos presentando su ticket. Vigencia al 31 de marzo de 2011 o hasta agotar existencias.



FARMACIAS SIMILARES[®]
"LO MISMO PERO MAS BARATO"[®]

