

SIMINFORMA

Por Un País Mejor ©

NÚM. 321 630 MIL EJEMPLARES

Julio de 2011

www.siminforma.com.mx



Sexo a los 13

Según especialistas la edad para que un joven inicie su vida sexual se da entre los 13 y los 16 años. Es momento que tanto padres como maestros les hablen de las consecuencias que pueden tener.

6

■ México: Llegó el verano



9

■ Ayudar es vivir:

Manos que "ven" por la salud



En México cerca de mil 500 masajistas invidentes laboran por su cuenta, ya que carecen de oportunidades de empleo en instituciones de salud. Son especialistas que alivian diversos males físicos.

2 y 3

SIMINFORMA se pone "guapo" y te invita al CIRCO


Tenemos 60 pases dobles para ti. Si con este ejemplar, nos presentas una copia de una identificación oficial, ya tienes uno. Apresúrate: Te esperamos ESTE JUEVES 21 DE JULIO, A PARTIR DE LAS 11:00 HORAS, EN:

FARMACIAS SIMILARES, Coruña, Av. Coruña No. 255, Col. Acueducto Piedad, Delg. Iztacalco, entre las calles José Ma. Correa y Marcos Carrillo.

FARMACIAS SIMILARES, División del Norte, Av. División del Norte No. 2863, Col. Parque San Andres, Delg. Coyoacán, entre las calles América e Inglaterra.

30 pases dobles por Farmacia. No participan empleados del Grupo Por Un País Mejor.

convocatoria



2011

Grupo Por Un País Mejor, A.C. y Fundación del Dr. Simi, A.C., convoca a empresas, organizaciones de la sociedad civil sin fines de lucro y personas, a postular candidatos para recibir los premios:

POR UN PAÍS MEJOR

Para el Premio Por Un País Mejor se consideraran a hombres y mujeres con un alto sentido del compromiso social, y una trayectoria constante en beneficio de la sociedad en su conjunto.

UNIDOS PARA AYUDAR

Para el Premio Unidos Para Ayudar se consideraran a aquellas organizaciones con más de 5 años de labores ejemplares (contados a partir de la fecha de su constitución), que brinden servicios de atención, apoyo, capacitación y rehabilitación en favor de los que menos tienen.

- Los candidatos serán postulados por personas, empresas u organizaciones. Podrán nominar a más de una persona o institución.
- El postulante (individuales o de instituciones) deberá presentar un expediente con la siguiente documentación: a) Carta con su propuesta, en hoja membretada (sólo si la postulación es de una organización), con sus datos completos, indicando el medio por el cual se enteró de la convocatoria y por qué postula al candidato; b) Descripción de obra y acciones por las cuales postula al candidato o institución; se podrá apoyar con material gráfico o audiovisual. **Para personas:** Datos completos del candidato, semblanza, logros de su labor y una fotografía reciente. **Para instituciones:** Historial de su labor, población beneficiada, descripción de resultados, visiones, ideales y misión social, así como su impacto social. Fecha y forma de su constitución legal y copia de la última publicación en el Diario Oficial de la Federación, en la que se le autoriza como donatada para los efectos del Impuesto Sobre la Renta. En caso de que, durante el proceso de evaluación y premiación sea revocada dicha autorización a la institución ganadora, no será acreedora al premio. Además, deberá mostrar un proceso de profesionalización y de sus planes. No podrán participar:
 - Fundaciones empresariales.
 - Instituciones ganadoras de este certamen en los últimos 4 años.
- Tres testimonios de grupos, comunidades, personas o instituciones beneficiados por las acciones de la persona o institución propuesta.
- La documentación que avale las candidaturas deberá presentarse, en original, en las oficinas estatales de la Fundación del Dr. Simi, A.C. No se regresarán carpetas de postulaciones.
- El periodo de recepción de postulaciones se inicia el viernes 3 de junio y termina el viernes 5 de agosto de 2011, a las 17:00 hrs.
- Los jurados estatales formarán parte de un Comité de Honor, que revisará y seleccionará, por votación secreta, al ganador de cada estado. Los resultados estatales se darán a conocer a más tardar el viernes 26 de agosto de 2011.
- El jurado nacional se integrará por directivos del Grupo Por Un País Mejor y Fundación del Dr. Simi, A.C., quienes evaluarán y seleccionarán a los finalistas nacionales para cada premio.
- La decisión del jurado será definitiva e inapelable y podrá declarar desierto el premio cuando así lo considere.
- Premios estatales y nacionales:**
 - La persona ganadora de cada estado recibirá una medalla de plata y un diploma.
 - La institución ganadora de cada estado recibirá \$30,000 y un reconocimiento.

Los cinco primeros lugares nacionales de cada categoría viajarán a la ciudad de México, con un acompañante, para recibir su premio durante la 9ª Premiación Nacional del Altruismo.

POR UN PAÍS MEJOR		UNIDOS PARA AYUDAR	
1er lugar	Medalla de oro	1er lugar	\$375,000
2o lugar	Medalla de plata	2o lugar	\$225,000
3er lugar	Medalla de bronce	3er lugar	\$115,000
4o lugar	Reconocimiento	4o lugar	\$75,000
5o lugar	Reconocimiento	5o lugar	\$40,000

- Los ganadores aceptarán participar en las acciones de difusión de los premios "Por Un País Mejor" y "Unidos Para Ayudar".
- Los ganadores de la categoría Unidos para Ayudar, tendrán que informar cuál será la aplicación del premio, prioritariamente a un proyecto (excepto gastos operativos). Los resultados serán anunciados durante la 9ª Premiación Nacional del Altruismo, el día 24 de noviembre, en el Centro Internacional de Exposiciones y Convenciones, del World Trade Center.

Mayores informes: Tel.: (01 55) 54 22 70 03
www.porunpaismejor.com.mx / www.fundaciondrsimi.org.mx
SIMITEL: 01 800 911 66 66

SIMINFORMA

Por Un País Mejor

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 / Claudia Resillas

Fotógrafos

Moisés Manzano / Arturo González

Columnistas

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

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

Presidente del Grupo

Servicio de Agencias
 Notimex

Imprenta en México

Litografía Magno Graf,
 Calle 23 No.33, Col San Pedro de los Pinos

Distribuidores en México

Farmacias Similares / El Sol de México

Imprenta en Chile

Gráfica Puerto Montalvo

Distribuidores en Chile

Farmacias del D. de Chile

Masajistas ciegos v

• Miguel Ángel Sánchez

De acuerdo con el censo de Población y Vivienda 2010, en México hay 1,561,081 invidentes. La mayoría de ellos son gente adulta y sin empleo, por falta de oportunidades.

Unos deambulan en las calles; otros, subsisten con la venta de productos, pero algunos han decidido velar por la salud de los demás al convertirse en masajistas.

Manuel Rentería, de 65 años de edad, es masoterapeuta desde hace 11 años. De profesión contador, perdió la vista a los 52 años, luego de haber pasado gran parte de su vida con problemas visuales debido a una miopía severa.

El desprendimiento de sus retinas hizo que se quedara ciego, sumiéndolo en una profunda depresión.

"Tenía que dejar de trabajar. Entonces caí en depresión durante aproximadamente un año", recuerda.

"Creen que al ir con nosotros, les vamos a tronar los huesos y no, nosotros hacemos primero un historial clínico para saber si es posible realizar el masaje".

Como le pasa a muchas personas que llegan a perder la vista, Manuel vivió una época difícil, de encuentro consigo mismo y en una situación poco esperanzadora. Pero a él llegó una nueva oportunidad.

"Me sugirieron que fuera a la Escuela de Ciegos para rehabilitarme y me di cuenta que ahí daban la carrera de masoterapia, así que la tomé".

En la actualidad, la Escuela Nacional para Ciegos y el Comité Internacional Pro-Ciegos proporcionan esta carrera técnica. En promedio, cada año salen al mercado



Fotos: Miguel Ángel Sánchez

laboral cerca de 20 personas, pero muchas sin fuente de trabajo, pues les niegan las oportunidades, como a Manuel.

"Anduve buscando, pero no encontré nada. Fui al Gobierno del Distrito Federal y nada; fui al DIF, me ofrecieron ayuda, pero después, a la mera hora, no había".

Resignado, Manuel decidió trabajar en un cuarto que acondicionó para dar consulta. La suerte le sonrió y su negocio prosperó hasta poner su consultorio junto con Teresa Martínez y Gabriel Segura, también invidentes. No obstante, tiene que luchar con los prejuicios de la gente.

Al igual que los masoterapeutas que si pueden ver, expresa Manuel, los invidentes también destacan en esta profesión, sobre todo, porque han estudiado y no tanto por la falsa creencia de que, al carecer de la vista, se les desarrolla más el tacto.

"Nosotros llegamos a quitar un dolor en 20 minutos de terapia. Mucha gente cree que nada más damos masaje para relajamiento y no, hay muchas cosas en las que podemos ayudar".



del Grupo Por Un País Mejor *Víctor González Torres*

Servicio de Agencia
Notimex

Imprenta en México
Grafía Magno Graf, S.A. de C.V.
Carretera a San Pedro de los Pinos. C.P. 03800, México, D.F.

Distribuidores en México
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., Alemania No. 10, 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. Fecha de impresión: Julio de 2011. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez

"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".

22 01 48 Conmutador: 54 22 45 00

Comunicación Social Grupo Por Un País Mejor

Los masajistas invidentes velan por la salud



Los masajistas invidentes pueden aliviar torceduras, molestias del nervio ciático, lumbalgia, dolores de cuello y espalda.

Dan terapias de rehabilitación, ante secuelas de embolia, masajes prenatales y posnatales, además ayudan en el tratamiento de la migraña.

Manuel sabe ahora que una discapacidad no los limita, pues ésta puede enfrentarse y

vencerla, pero no así la indiferencia de la gente y de las autoridades.

A su juicio, deben ser apoyados con más fuentes de trabajo, pues aunque los ayudan con becas, les resulta mejor ser productivos a través de clínicas que las autoridades pudieran construirles.

"Nos dan una ayuda económica, que, como tal, es buena, pero ¿por qué en lugar de eso no destinarlo a construir clínicas o lugares de trabajo para los masajistas invidentes? Pues salimos de la escuela y no sabemos qué hacer".

Si usted sufre de algún malestar, acuda a calle Fundidores 298, local 1, colonia Trabajadores del Hierro, en la delegación Azcapotzalco. Puede llamar a los teléfonos 5368 2180 y 1089 9799.



EL GRAN SOPLIDO

EL FASCINANTE MUNDO DE LA CIENCIA RECREATIVA
Por Juan Carlos Iracheta

Sólo necesitas:

- 1 Unos libros.
- 2 Un periódico y cinta adhesiva.

El desafío es:
Derribar varios libros con un soplido.

La solución

Dobra una sección a lo largo, dos veces y pégala, luego dobla un extremo... también pégalo.

Ahora, pon el "TAC" sobre la mesa y encima varios libros. Sopla con toda tu fuerza como si inflaras un globo para que el aire que entre no salga.

Felicidades
Ya tienes un "Tubo de Aire Comprimido" que llamaremos "TAC".

AIRE COMPRIMIDO ¿PARA QUÉ?
Tiene varias aplicaciones.
Ejemplos:
Para lanzar dardos con cerbatana, para amortiguar impactos (llantas de vehículos), para perforar y romper el pavimento (compresoras que accionan taladros).

NEUMÁTICA
Parte de la Física que estudia los gases. Cuando están a muy bajas temperaturas tienen importantes aplicaciones, por ejemplo: en los bancos de semen el nitrógeno líquido — con temperatura de 195°C bajo cero — permite preservar la "materia prima de la vida", que es fundamental en la ingeniería genética.

García Esperón e Iracheta y Estruk. México.2011 © DERECHOS RESERVADOS. jiracheta@yahoo.com http://mx.geocities.com/jiracheta



Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar

La Virgen del Carmen

Es una de las devociones más populares a nivel mundial y se celebra el 16 de julio. Su nombre viene del monte Carmelo, en Tierra Santa. A ese lugar se retiró a rezar el profeta Elías, 700 años antes de Cristo. En cierta ocasión que Dios había castigado la rebeldía de su pueblo con una sequía de tres años, Elías se puso a orar en su cima. Mientras tanto, le pidió a su ayudante Eliseo que observara si veía algo en el horizonte. Eliseo le dijo que se veía una pequeña nube. Elías comprendió que con esta señal Dios perdonaba a su pueblo y pronto enviaría la lluvia. La nube fue creciendo y se convirtió en una provechosa lluvia que alegró al pueblo. Aquella pequeña nube de agua pura que parecía salir

del mar salado, fue imagen o anuncio de la Virgen María, que al aparecer en este mundo anunció la lluvia de bendiciones que traería su hijo Jesucristo. El lugar se convirtió en lugar sagrado, tanto por la presencia del profeta Elías como por la imagen simbólica de la Virgen María. En el siglo XII un grupo de hombres que participaban en la Cruzadas, decidieron imitar la vida solitaria del profeta y se establecieron en las grutas del Carmelo para orar y vivir en penitencia. En la cueva de Elías erigieron un templo dedicado a la Virgen y decidieron llamarse Orden del Carmelo pero la gente comenzó a llamarles: Carmelitas. Lamentablemente, los musulmanes llegaron al lugar en el siglo XI y comenzaron a destruir la mayo-

ría de los santos lugares a sangre y fuego. Muchos monjes carmelitas murieron pero otros lograron huir y se embarcaron hacia Europa. Desde allí difundieron la devoción a la Virgen del Carmen. El 16 de julio de 1251 la Virgen se le apareció a Simón Stock, que entonces era el superior de la Orden. Ella le prometió que ayudaría especialmente a quienes usaran el escapulario con el deseo de convertirse, llevar una vida santa y venerar con cariño y devoción a la Madre de Dios. Muy pronto se comenzaron a notar las ayudas y bendiciones recibidas por quienes utilizaban el escapulario: incendios que se detenían, inundaciones que se calmaban, tentaciones que se alejaban, pecadores que se convertían. En Francia,

el rey Luis XI vio que en plena batalla un soldado estaba a punto de ser atravesado por una flecha dirigida hacia su corazón y que, milagrosamente, se le clavaba en el escapulario sin ocasionarle daño alguno. Desde entonces, el rey y todos sus generales utilizaron el escapulario. Es importante mencionar que lo que salva de peligros no es el escapulario en sí, sino Dios que escucha las oraciones de la Virgen. Escapulario se puede reemplazar por una medalla de la Virgen. La tradición afirma también que la Virgen prometió visitar en el purgatorio a sus devotos, el sábado siguiente de su muerte y concederles descanso. Por eso la devoción a la Virgen del Carmen está muy ligada a la devoción a las ánimas benditas.

¡Disfrutas del placer de comer!

Queriyaba

Extracto de hojas de guayaba
(*Psidium guajava* L.).

\$82

Queriyaba
EXTRACTO DE HOJAS DE GUAYABA
Suplemento Alimenticio
Cont. 30 Tabletas de 500 mg c/u

Frasco con 30 tabletas.

De venta en FARMACIAS SIMILARES*

Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa.

Consulta a tu médico.

Naturex Cuida tu Salud www.naturex.com.mx cuidatusalud@naturex.com.mx

Para un regreso a clases de 10

Paquete 1
Coproparasitoscópico
Exudado faríngeo
\$ 179.00*

Paquete 2
Biometría hemática
Coproparasitoscópico
Exudado faríngeo
\$ 261.00*

Paquete 3
Biometría hemática
Examen general de orina
Coproparasitoscópico
Exudado faríngeo
\$ 261.00*

Además, GRATIS, un estudio de Grupo y Rh
* Se aplican restricciones por zona geográfica. Promociones válidas hasta agosto de 2011.

Consulta a tu médico.

PACAL **Síguenos por**

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

Autoexploración

Dedicar dos minutos al mes a la autoexploración de senos evita 50 por ciento de los fallecimientos por cáncer de mama, enfermedad que constituye la primera causa de muerte entre las mujeres del país, indicó la especialista Mayra Galindo Leal.

La directora de la Asociación Mexicana de Lucha Contra el Cáncer (AMLCC) subrayó que cada dos horas muere en el país


una mujer a causa de ese padecimiento, que no sólo representa un grave problema de salud pública, sino también tiene implicaciones sociales y económicas.




Informó que, según estimaciones, entre 2005 y 2015 morirán 84 millones de mujeres en el mundo debido a ese padecimiento por no detectarlo a tiempo y consultaron con un médico cuando el problema había avanzado.

Expuso que “lograr que la información sobre diagnóstico oportuno y autoexploración llegue al mayor número de mujeres requiere de distintos instrumentos y medios de difusión”.

Recordó que, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el cáncer de mama en el país ocupa la primera tasa de mortalidad en mujeres mayores de 25 años.



Seguridad y confianza... 


Aldifex  \$ 120.00 **Aldifex**  **Aldifex**  \$ 90.00 **Aldifex**  \$ 90.00 **Tamex**  \$ 80.00 **Tamex**  \$ 42.00

De venta en: **Farmacias Similares**
Consulta a tu médico.
Precios sujetos a cambio sin previo aviso.
La venta de estos medicamentos requiere receta médica.

Tamex  Solución 100 mg/5mg/100 ml
Caja con frasco y vaso dosificador 60 ml

Tamex  Tabletas 5.0 mg / 0.25 mg
Caja con 10 tabletas

Tamex  \$ 42.00



Trastorno de Déficit de Atención

El número de madres que se acercan a nuestra línea de apoyo psicológico en el Centro Nacional de Diagnóstico para la Enfermedades Emocionales (CNDEE), ha ido en aumento en relación a un tema en particular.

Quizá sus hijos han recibido un diagnóstico de Trastorno de Déficit de Atención, pero ¿qué especialista se los hizo? ¿las maestras?. Sólo que ellas, fuera de su labor, que es educar académicamente y ayudar también en la formación de valores, no cuentan con una carrera alterna de medicina o psicología. Hay quienes sí, pero no, la mayoría.

Y son estas maestras que, cuando ven a un niño inquieto o poco atento, se toman la atribución de dar un diagnóstico de esta naturaleza, y, de paso, asustar a las madres y, en la mayoría de los casos, también, estigmatizar a los niños.

Acto seguido, las madres se dedican a buscar ayuda especializada, con una serie de gastos que salen de su presupuesto familiar y aúnan presión a la relación de pareja, ya que los padres se empiezan a responsabilizar del problema.

Los niños inquietos, poco atentos o distraídos, no dan elementos suficientes para decir que tienen un déficit de atención con hiperactividad. Muchos niños tienden a aprender más rápido que los demás del grupo y esto los llevará a desesperarse fácilmente y estar inquietos.

Si en casa se está atravesando por problemas como divorcio, duelo, económicos, cambios de casa o la llegada de un nuevo hijo, por mencionar algunos, también pueden contribuir al cambio de comportamiento del niño. Si en el hogar hay poco espacio para jugar o los padres son estrictos en la educación, el niño va a ver en la escuela un espacio para divertirse. Y, claro, en la minoría de los casos, efectivamente se puede tratar de un Trastorno de Déficit de Atención, algo que las maestras podrían detectar, después de descartar otras causas del porqué la distracción o la conducta impulsiva y pedir a la madre que lleve al niño con el psicólogo infantil, para **valorar qué se puede estar presentando**. Esto es diferente a hacer un diagnóstico en donde se asegura que los niños tienen dicho trastorno.

Si a tu hijo en la escuela le han dado un diagnóstico como tal, te sugiero que te acerques a buscar la asesoría u orientación con alguno de nuestros psicólogos, al 01800 911 66 66, opción 3. La llamada es gratuita. O bien acude a consulta de alguno de nuestros médicos de la Fundación Best, que encontrarás al lado de Farmacias Similares. Recuerda: nuestra labor es servir y ayudar.

**Con información de la psicóloga
Gabriela Jiménez V.**



Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer
ferrermentor@hotmail.com

Historia de terror

Casi no pasa un día sin que algún presunto sabio nos aterrice con la supuesta amenaza de un incremento en la temperatura media del planeta, es decir, de un calentamiento global, lo que daría lugar, por el deshielo consecuente de los casquetes polares, a un aumento del nivel medio del mar que sería capaz, por ejemplo, de sepultar bajo los océanos a decenas de ínsulas, incluida, según algunos catastrofistas, la isla de Manhattan.

Pero ocurre que no existe evidencia científica que avale ese supuesto incremento de temperatura. En 1990, un grupo de expertos creado por la ONU concluyó que, de seguir con el ritmo actual de emisiones de gases de

efecto invernadero, supuesta causa principal del calentamiento planetario, cabría esperar un aumento de tres décimas de grado centígrado por decenio, lo cual implicaría que la temperatura media del orbe se incrementaría en tres grados en un siglo.

¿En esto consiste el temido cambio climático? ¿Tres grados en cien años? Y eso suponiendo que de veras se produzca ese incremento de temperatura. Pero incluso en ese muy improbable caso no se trata de una cosa irremediable. La ciencia y la tecnología modernas poseen innumerables recursos capaces de frenar, si ese fuere el caso, ese incremento de una décima de grado centígrado por decenio.

El primero de esos recursos es impedir la deforestación e incrementar la masa forestal. En España, por ejemplo, los bosques se han duplicado en los últimos cien años. Y ocurre lo mismo en Cuba, que ha logrado más que duplicar sus bosques desde el triunfo de la revolución en 1959, hace 52 años.

Y al mismo propósito conduce el ahorro energético. Y en esta materia ya hay avances sustanciales, como es el caso de lámparas, motores y máquinas en general ahorradoras de energía. Y ya existen, además, un montón de energías alternativas al carbón, al petróleo y al átomo. ¿Cambio climático? Esto no es ciencia, sino, a lo sumo, una mala historia de terror.

Relaciones sexuales a temprana edad

• Miguel Ángel Becerril

Hablar a los jóvenes sobre educación sexual es una tarea primordial de la familia, la escuela y la sociedad en general, ya que hoy, 90% de la población tiene su primera relación, sin protección, es decir, sin condón.

La edad para iniciar la vida activamente sexual, según especialistas, se da entre los 13 y 16 años.

El uso del condón o preservativo, además de evitar embarazos, protege de infecciones de transmisión sexual; por ello, es importante su concientización entre la población joven.

“La sexualidad en el adolescente es explosiva por la gran cantidad de hormonas que empiezan a operar en su cuerpo, eso propicia que se actúe de manera irreflexiva; presas de mitos y falsas creencias, aparecen los embarazos en la adolescencia”, afirma el doctor Juan Luis Álvarez Gayou, director y fundador de Instituto Mexicano de Sexología, A.C.

Los embarazos en las adolescentes vienen a trastocar la vida no sólo del núcleo familiar, sino de su entorno; la vida cambia, no siempre para bien.

Dentro de la inmadurez que priva en este periodo de la vida, sus protagonistas creen erróneamente que a ellos “nunca les sucederá”, que “la primera vez no pasa nada”, que jamás contraerán una enfermedad de transmisión sexual, y “que con condón no se siente igual”; estos son sólo algunas de las falsas creencias arraigadas que imperan dentro de la cultura popular en la adolescencia.

La manipulación y sometimiento ejercida por los varones, sigue imperando en las relaciones entre los jóvenes, quienes quieren ejercer una sexualidad plena, pero sin asumir las responsabilidades que este acto conlleva.

“Las mujeres suelen ser más responsables, pero son presas de manipulaciones por parte de los varones, y no se atreven a pedirle que use protección, pretextando que ‘se va a enojar’, ‘me va a dejar’, ‘ya no me va a querer’, y entonces causan el infortunio del embarazo en adolescentes”.

Con respecto al porcentaje del uso del preservativo, el sexólogo abundó: “Alrededor de 40 por ciento dice falsamente que en su primera relación lo usa, el otro 50 por ciento menciona que no lo utiliza, cifras patéticas que dan embarazos no deseados”.

Para la gran mayoría de los chicos, su primera relación resulta ser algo fortuito, que se dio sin premeditarlo y, en la gran mayoría de los casos, sin reparar en las consecuencias.

“Hicimos una investigación y encontramos que los adolescentes saben absolutamente todo con respecto a condones, marcas, calidad, precios, todo; pero no lo usan. No es un problema de conocimientos, sino de educación, una actitud de responsabilidad, es lo que está fallando. Creemos que con la sola información ya resolvimos el problema, y esto es falso”.

Nuestros adolescentes tienen mucha información, que proviene del entorno, de los medios de comunicación, pero no existe una educación sexual adecuada

Para el especialista, la responsabilidad en cuanto a métodos anticonceptivos y preventivos de transmisión sexual, es de ambos; la mujer debe tener un papel participativo y no debe ser presa de manipulaciones, ni chantajes, concluyó el doctor Álvarez Gayou.



Según la Dra. Ana María Delgado, los jóvenes requieren de información sexual permanente

Información inadecuada

Por su parte, la doctora Ana María Delgado León, presidenta de la Asociación Mexicana para la Salud Sexual, AC. (AMSSAC), sostuvo que se requiere de una información permanente y constante para hacer saber a los adolescentes los riesgos que conlleva la práctica de relaciones sexuales sin protección.

“Desafortunadamente, nuestros adolescentes tienen mucha información, que proviene del entorno, de los medios de comunicación, pero no existe una educación sexual adecuada, este fenómeno afecta y repercute a la hora de tomar una decisión con respecto al hecho de tener o no una vida sexualmente activa”.

Se sabe que entre más información tenga los jóvenes con respecto a su sexualidad, y sus implicaciones retardarán su iniciación sexual y contarán con elementos para decidir libremente cuándo y con quién desean llevar a cabo ese encuentro.

“La familia es el medio más apropiado para que los jóvenes reciban una educación



Para el Dr. Juan Luis Álvarez, la sexualidad en el adolescente es explosiva por la gran cantidad de hormonas

sexual precisa, pero nuestra realidad es otra, los chicos la reciben de sus amigos y de los medios de comunicación, que no siempre es la más adecuada”.

Para la maestra en sexología, la niñez es la etapa para hablar de sexualidad con nuestros hijos, ya que está presente en cada acto de nuestra vida.

La edad para iniciar la vida activamente sexual, según especialistas, se da entre los 13 y 16 años

“La educación sexual se transmite desde la gestación y se va desarrollando a lo largo de la vida; actualmente hay escuelas que tienen programas de educación sexual, lamentablemente esto sólo se da en escuelas privadas. Debería existir en todos los planteles una materia de salud sexual y personas especializadas para este tema, donde se incluyera a los niños, padres y maestros”.

Casos de la vida real

Atónita e incrédula la madre descubre en la bolsa de los pantalones del adolescente un par de condones, se enfurece y sin darle mayor explicación le dice que esperará la llegada de su padre para que lo reprenda por esa osadía.

Esa es una escena típica que se repite en los hogares mexicanos.

“Debería darnos gusto que los chicos traigan condones; si yo, como madre encuentro que mi hijo los lleva consigo, quiere decir que es responsable; sin embargo, muchos padres lo toman como algo malo, y quieren hablarles de sexualidad cuando el chico ya ha iniciado su vida sexual. El joven tiene derecho a ejercer su sexualidad, pero siempre con responsabilidad y con los conocimientos que ello implica”.

La falta de una adecuada educación sexual, los tabús y mitos llevan a cometer errores en los padres y a desvirtuar la sexualidad, otorgándole un cariz falso de toda realidad; entre más conocimientos tengamos sobre el tema, mayores armas daremos a los jóvenes para iniciar una vida sexual plena, con responsabilidad y conscientes de que la protección es una prioridad, finalizó.



Si no tienes tiempo o se te hizo tarde para llevar a tu perro al baño...

¡Green CarPet es la solución!



SISTEMA DE 3 CAPAS

¡No más regaños!



Ideal para uso en interiores y departamentos.

GREEN carPet

ventas@greencarpets.com.mx
www.greencarpets.com.mx

Tel. 5422 4446

Síguenos por




Expedientes del poder

Carlos Ramírez
carlosramirez@hotmail.com

Un larguísimo año

Como no hay plazo que no se cumpla, el país entró ya en la dinámica del largo año hacia las elecciones presidenciales del 2012. Pero no lo hace con buenos augurios: de nueva cuenta las fuerzas políticas le apuestan a la polarización social y no a la madurez de la estabilidad democrática.

A un año de distancia de las elecciones, el escenario pinta ya para un conflicto poselectoral: la crisis de credibilidad del Instituto Federal Electoral ha minado la autoridad política y moral del árbitro electoral.

El problema del IFE es el más serio. Si nació en 1990 como decisión del gobierno de Carlos Salinas para recuperar la credibilidad perdida en el desaseado proceso electoral presidencial de 1988, la intención final fue la de quitarle al gobierno federal la estructura de realización de elecciones; así, el IFE comenzó como organismo descentralizado, luego ciudadanizado y, finalmente, autónomo. Sólo que la crisis electoral del 2006, por la estridencia de López Obrador, condujo a que los partidos se hicieran del control del Instituto. Más que una solución, la partidización del IFE ha impedido su funcionamiento democrático: los consejeros electorales no responden a un compromiso con la sociedad para la limpieza electoral, sino que sus decisiones están dominadas por los intereses de los partidos. Ahora mismo el PRI, el PAN y el PRD quieren imponer cada uno a los tres consejeros que deben ocupar el asiento dejado por los que terminaron su ciclo legal.

El IFE ya perdió eficacia, pero no hay tiempo para remplazarlo porque no se pueden tomar decisiones de estructura electoral un año antes de las elecciones. Y para colmo de males, la actual dirección del IFE ha comenzado una guerra inútil contra los medios de comunicación y no tanto para garantizar la competencia democrática, sino para disminuir la libertad de crítica. Pero en lugar de ampliar la democracia, se quiere complacer a los partidos censurando la crítica en los medios.

En el 2000 se evitó el conflicto poselectoral por la amplia ventaja de Vicente Fox en los resultados. En el 2006 se alimentó la inestabilidad electoral por el capricho de un candidato que se negó a reconocer su derrota. En ambos casos, el IFE pudo resistir la crisis por su condición de organismo rector y la credibilidad de sus funcionarios. Pero el 2012 encontrará un IFE debilitado.

Nutrición de calidad al mejor precio





\$69

TABLA DE ALIMENTACIÓN

Edad del bebé	Cantidades por toma		No. de comidas por día	
	Agua hervida en ml	No. de medidas	Fórmula	Otros alimentos
1a. y 2a. semanas	90	3	6	—
3a. y 4a. semanas	120	4	5	—
2º mes	150	5	5	—
3er. y 4º meses	180	6	5	—
5º y 6º meses	210	7	5	—

TABLA DE ALIMENTACIÓN

Edad del bebé	Cantidades por toma		No. de comidas por día	
	Agua hervida en ml	No. de medidas	Fórmula	Otros alimentos
6º Mes	210	7	5	—
Desde el 7º. mes en adelante	210	7	3-4	2*



\$69

* La introducción paulatina de cereales, verduras, fruta, carne y pollo está aconsejada, siempre y cuando se haga progresivamente, consulte a su Profesional de la Salud, ya que las necesidades varían de un bebé a otro.

MODO DE PREPARACIÓN

- Lave bien sus manos antes de preparar el biberón
- Lave bien el biberón, la tetera y la rosca para eliminar cualquier residuo de fórmula
- Hérvolos durante 5 minutos, escórralos y consérvelos tapados hasta el momento de usarlos
- Hervia agua potable durante 5 minutos y déjala enfriar
- Consulte la tabla de alimentación y agregue la cantidad exacta de agua tibia al biberón
- Se recomienda el uso exclusivo de la medida que se encuentra en el interior de la lata. Añada el número de medidas que correspondan a la edad del bebé

Agite el biberón hasta que el polvo se disuelva completamente y asegúrese de tapar bien la lata después de cada uso, consérvela en un lugar fresco y seco.

La fórmula láctea no sustituye la leche materna.

El uso de las fórmulas para lactantes se recomiendan únicamente por intolerancia del niño a la leche materna, ausencia de la madre o incapacidad de ella para amamantarlo.

De venta en **FARMACIAS SIMILARES®**
"LO MISMO PERO MAS BARATO" **75% de descuento**

Durante todo julio

Llévate un medidor OneTouch Ultra®

por sólo
\$499.00



*Válido en FARMACIAS SIMILARES® participantes,
del 1 al 31 de julio del 2011.
No es válido con otras promociones.



FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®



ONETOUCH®

Línea de atención gratuita OneTouch®

01 800 5433557/8

www.onetouchla.com

Editorial

Basura, baratijas y medios

La premisa de que la ética debe regir el comportamiento público es -como muchas cosas aquí-, de esos convencionalismos "inútiles" en un país donde se ha impuesto la lógica del lucrar, especular, difamar. Todo con el peregrino propósito de "expresarse".

Curioso presenciar un ridículo acuerdo para la cobertura informativa de la violencia que, a la hora de la hora, los signatarios se pasan por el arco del triunfo, cuando al corrillo de la "independencia editorial", lo único que pesa es vender: sea sevicia, lujuria, indignación, malicia, sangre o chisme barato.

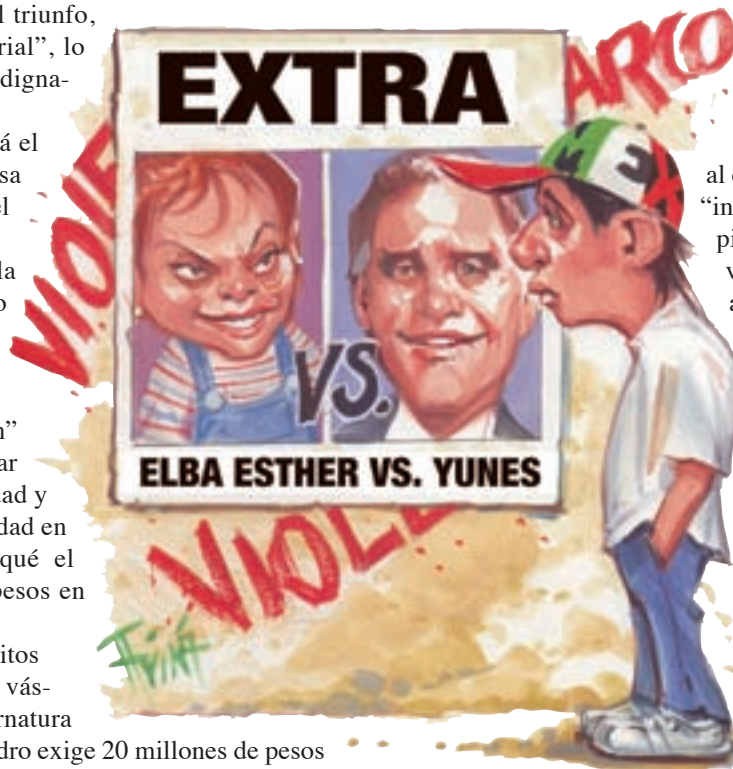
Las pruebas asaltan a diario y, si no, ahí está el chisme de vecindad entre la malhadada lideresa magisterial y su antiguo "socio" Miguel Ángel Yunes.

En el anverso de la moneda, nadie habla de la magnitud -verdadera- del desfaldo en el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) y lo que se "destinó" para la campaña en Veracruz.

Nadie responde cómo asignaron o "licitaron" más de ocho mil millones de pesos para mejorar servicios de salud y poner a funcionar con calidad y calidez hospitales regionales y de alta especialidad en el organismo. No hay quien explique por qué el desabasto obligó a erogar 2,300 millones de pesos en vales de medicinas, en sólo dos meses.

Mientras ríos de tinta se prodigan a los trapitos que ventanean la ímproba "maestra" y su otrora vástago putativo -ex candidato perdedor a la gubernatura veracruzana-, nadie depara que cuando el engendro exige 20 millones de pesos mensuales para "su partido", 33 mil escuelas no tienen baño y luz.

Y A MÍ QUÉ...



"Nota de ocho" durante varios días, el escándalo tomó tintes de diferendo de alcoba, cuando entre los epítetos de ambos lados, la matrona de la impunidad exigió practicar una auditoría al ISSSTE (por presunto desvío de 50 mil millones de pesos en adquisiciones, arrendamientos y prestación de servicios) y en la Secretaría de la Función Pública, ipso facto, se replicó: "no hay detectadas irregularidades cometidas por el ex director del ISSSTE" (sic).

¿Conclusión? Somos espectadores del escándalo y asaz admiradores de lo burdo. Un país de chisme y maledicencia.

Si no, cómo calificar que del escándalo pasemos al escarnio, porque a la hora de ser éticos, tiene más peso "informativo" presentar el artero asesinato -a punta-piés y mazazos- de dos militares, que privilegiar una investigación seria, para conocer los alcances de la alianza que el Ejecutivo convino con la sempiterna líder del magisterio.

Con acuerdo y sin él, los medios están al servicio de lo grotesco; de aquello que enajena, embrutece, envilece y permite cantinflear, pero no reflexionar.

De aquello que nos hace considerar histórico un bicampeonato de mozalbetes de 17 años, mientras año con año se reduce el presupuesto a ciencia, tecnología e innovación.

Un país donde urge un cambio, pero desde nosotros mismos, no a la espera de lo que nos ofertan medios baratijas.

El imperativo es transformar ese México donde tiene más credibilidad el ¡FUA! y no los valores.



SimiRico

Suplemento alimenticio completo y balanceado. Ideal para toda la familia



FRESENIUS KABI
caring for life



SimiRico con Fibra

Suplemento alimenticio completo y balanceado, adicionado con 3 gramos de fibra



SimiRico diab

Nutrición + Control Glucérmico

Suplemento alimenticio diseñado especialmente para la nutrición del paciente diabético

De venta exclusiva en:

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Viajes para vacacionistas

LLEGÓ EL VERANO 2011

El año escolar concluyó y millones de estudiantes nacionales y extranjeros, salieron de las aulas para comenzar a disfrutar de las vacaciones de verano 2011 en diversas zonas turísticas de México

MEDIOS DE TRANSPORTE



- 39% Automóvil
- 31% Autobús
- 26% Avión
- 4% Ferrocarril
- 2% Otros

HOSPEDAJE



- 52% Hotel
- 30% Casa de familiares y amigos
- 18% Otros

VACACIONISTAS EN MÉXICO

Total 48.4 millones

TIPO DE TURISTAS

Nacionales 33.9 millones

Extranjeros 14.5 millones

ESTANCIA PROMEDIO

7 días

DERRAMA ECONÓMICA ESPERADA

250,619 mdp

PRINCIPALES DESTINOS

- 25%** Acapulco
- 19%** Puerto Vallarta
- 12%** Mazatlán

GASTO DIARIO POR PERSONA

600 pesos promedio

CIFRAS TURÍSTICAS DE MÉXICO

- 30 mil sitios arqueológicos
- Más de 110 mil monumentos históricos
- 6º lugar en sitios como Patrimonio de la Humanidad
- 1º Lugar de SPAs a nivel mundial
- 2do lugar en turismo de lujo

NOTA IMPORTANTE

Este año, la Secretaría de Turismo destinará recursos por más de mil 680 millones de pesos para desarrollar proyectos de infraestructura turística. Los estados y municipios aportarán una cantidad similar para detonar una inversión por casi 3 mil 400 millones de pesos, lo que permitirá que un mayor número de visitantes lleguen a México

Fuente: Secretaría de Turismo (Sectur). Estudio "Expectativas de viaje de los principales mercados emisores de turismo doméstico", Asociación Mexicana de Agencias de Viajes (AMAV)

ntmx
NOTIMEX

Investigación y Redacción: Mónica Fuentes
Diseño y Arte: Oscar Aguilar



Espacio a la historia

Manuel Magaña
mmc.informacion@yahoo.com.mx

México, a la zaga del desarrollo en AL

Uno de los más graves daños que a la nación mexicana y sus habitantes le han hecho la corrupción y la impunidad, consiste en ver falsamente, “como algo normal”, que se puede “triunfar en la vida”, enriqueciéndose “de la noche a la mañana”, al amparo del poder, tal como ha acontecido durante los últimos años, en perjuicio de la inmensa mayoría del pueblo y el beneficio de unos cuantos. Pero esta inmoral maniobra para “triunfar en la vida” es totalmente engañosa porque la verdadera, la valerosa y permanente victoria que las naciones y el ser humano pueden alcanzar es mediante “el trabajo fecundo y creador”, como lo dijera ese gran viejo, ese presidente de la austeridad en nuestro país –1952-1958-, el veracruzano don Adolfo Ruiz Cortines. La tragedia económica y social que sufrimos la mayoría de los mexicanos en aras de la desigualdad existe porque se abandonó el trabajo productivo como sistema infalible para alcanzar el progreso que, mediante un reparto justo de lo producido, crea la verdadera paz que es, precisamente, fruto de la justicia. El Fondo Monetario Internacional, acaba de declarar que “el actual crecimiento económico de México no resolverá la pobreza de los mexicanos”, porque “la tasa de crecimiento es demasiado baja para dar oportunidades y mejorar la distribución del empleo” y, como si fuera poco, sobre el atraso económico y social en que nos encontramos, la institución financiera señala que “México va a la zaga en América Latina”. Este análisis mueve a reflexión, necesariamente. Nuestro país, lamentablemente, ha caído en manos de presupuestívoros que se alimentan de las ubres de los erarios nacional, regional y local a toda la capacidad de sus insaciables fauces. La política, los partidos políticos se han apoderado de lo vital de nuestro país y para medrar en aras de los “puestos de elección popular”, se ha caído en el letal vicio de la mucha política y la poca administración. Se necesita, urgentemente, que haya menos política y más administración, para que nuestro país rehaga su planta nacional productiva y así podamos producir lo que consumimos y consumir lo que producimos, con el propósito de liberarnos de las especulaciones en el ámbito de la economía global que en el caso de México ha servido para enriquecer a la elite oligarca y el empobrecimiento de la mayoría. Es axiomático que la verdadera liberación del hombre está en el trabajo justamente retribuido. Toca a las autoridades crear las condiciones para que México vuelva al camino de la prosperidad y, para ello, se necesita menos política y más administración, y verdadero amor a México.

Una princesa que cumpliría 50 años

• Miguel Ángel Becerril

Lady Diana Frances Spencer Burke nació el 1 de julio de 1961, conocida mundialmente como “Lady Di”, pasará a la historia no sólo por romper el rígido y arcaico protocolo de la monarquía inglesa, sino por su labor humanitaria.

Fue a finales de los 80 cuando valiéndose de su rango decidió abrazar las causas sociales, su presencia recaudaba miles de dólares para ser destinados a instituciones de beneficencia; las imágenes de la princesa con enfermos de sida, cáncer y desahuciados, así como su labor de lucha contra el uso de minas antipersonas dieron la vuelta al mundo, ganándose el afecto y el reconocimiento de luchadores sociales tan destacadas como Nelson Mandela y la Madre Teresa de Calcuta.

Fue el 24 de febrero de 1981 cuando se hizo el anuncio del compromiso entre el príncipe de Gales, Carlos de Inglaterra, heredero de la corona de, 33 años y Diana Spencer, de 20; el 29 de julio del mismo año, en la catedral londinense de San Pablo se llevó a cabo la llamada “Boda del Siglo”.

El nacimiento de los príncipes Guillermo y Enrique llenó de júbilo a la Gran Bretaña, la sucesión de la corona estaba a salvo; sin embargo, la vida matrimonial de los príncipes de Gales se deterioraba día tras día;

pronto llegó la separación y, finalmente, en agosto de 1996, se anunció el divorcio. El cuento de hadas había terminado.

Lady Di siguió con su labor humanitaria prestando su presencia para asirse de recursos que después eran repartidos entre cientos de instituciones de beneficencia, muchas que ella presidía.

Su vida palaciega transcurrió sin sobresaltos, lo mismo que el gran amor que profesaba a sus hijos. Pasados unos años Lady Di, comenzó una nueva relación amorosa con Dody Al-Fayed, hijo del multimillonario egipcio radicado en Londres, Mohamed Al-Fayed.

Fue el 31 de agosto de 1997, en París, en el Túnel del Alma, a la edad de 36, cuando Diana Spencer, princesa de Gales, perdió la vida.

Una de las mujeres más queridas y fotografiada del mundo moría trágicamente, dejando a su paso una estela de especulaciones, así como la tristeza de un pueblo.

Lady Di será recordada por su gran carisma y elegancia, pero también porque supo capitalizar su fama a favor de los más desvalidos. La llamada “Princesa del pueblo” se ganó a pulso los corazones, no sólo de su país, sino del mundo entero gracias a su encomiable labor en pro de los desamparados.

“Nada me hace más feliz que intentar ayudar a los más débiles y vulnerables de la sociedad”, dijo alguna vez Diana Spencer.



Sequía en África, el peor desastre humanitario mundial



La sequía en el llamado “Cuerno de África”, que afecta a más de 10 millones de personas en la región, es el peor desastre humanitario mundial en la actualidad, afirmó Naciones Unidas (ONU).

Antonio Guterres, jefe de la Oficina de la ONU para los Refugiados, asentó que la sequía en el Cuerno de África, la peor en los últimos 60 años, constituye el peor desastre humanitario que enfrenta el mundo.


Tan sólo en Etiopía 4.5 millones de personas necesitan de asistencia humanitaria urgente, de acuerdo con cálculos del propio gobierno local, informó, por su parte, la coordinadora de Asuntos Humanitarios de la ONU, Valerie Amos.

En conferencia de prensa, la funcionaria aseguró que el sistema de la ONU reparte hasta el momento ayuda humanitaria y alimentos para 3.2 millones de etíopes.

Tras una visita a la región, Amos también expresó que en Somalia 1.3 millones de personas necesitan alimento, y que el gobierno local calcula que la cifra podría aumentar a dos millones en el corto plazo.

“Los efectos de la sequía seguirán por este año, y las necesidades de la gente se agudizarán en las próximas semanas”, afirmó Amos, quien llamó a la comunidad de donantes para que apoyen en la distribución de asistencia en África.

La evaluación de la coordinadora humanitaria de la ONU se sumó a llamados de auxilio emitidos por otras agencias de Naciones Unidas, que han calculado que hasta 10 millones de personas son afectadas por la sequía, la mayoría niños.



GRUPO POR
UN PAIS MEJOR A.C.

Se une a la pena que embarga a
Elia Kariberth Alonso Mata,
compañera y amiga,
por el sensible fallecimiento
de su padre

**Fernando Alonso
Márquez**

Rogamos por su eterno
descanso

México D.F., 2011



Estrena temporada de conciertos

• Claudia Resillas

Fato regresa a los escenarios con su nuevo show titulado “Bohemia con el alma”, todos los jueves de julio y agosto, en el Babilonia Show Center, ubicado en San Ángel, al sur de la ciudad de México.

En una entrevista exclusiva para Siminota Musical, el cantautor nos platicó de sus proyectos, en los cuales, asegura, habrá mucho romanticismo y buenos recuerdos.

Pero dejemos a un lado los datos y entremos de lleno a lo que nos platicó este excelente compositor, orgullosamente mexicano.

“Voy a hacer una temporada todos los jueves, a partir del 7 de julio y durante todo agosto, con la intención de mostrarle al público mis nuevos temas, las canciones que han sido un éxito y, por qué no, el lado bohemio de un servidor; de hecho, el espectáculo que estaremos presentando se llama “Bohemia con el alma”, dijo este autor veracruzano.

-¿Qué hay de la gira con Pepe Aguilar?

“Alma con alma” es el título que Fato y Pepe Aguilar le darán a la gira que ya preparan, en la cual, harán honor al nombre, pues es la forma en la que se mostrarán ante el público.

“Es una propuesta en la que podamos alternar nuestros corazones, nuestros sentimientos y nuestro gusto por la música, algo que no es nada fácil”, añadió Fato.

Esta gira comenzará a finales del 2011, recorrerán Latinoamérica y lanzarán un material DVD de los conciertos.

Recientemente, Fato le dio 7 temas para su nuevo disco a Pepe Aguilar, del que se desprenderán sencillos como “Lado oscuro” y “Para que no me pegue tanto”.

Fato, gran apasionado de la música, también nos platicó del

concierto que ofreció el pasado 25 de junio, a beneficio de la Fundación de Carlos Santana, donde recibió una guitarra autografiada por este excelente guitarrista, como muestra de su gran admiración por su obra musical.

“Maravilloso, no sabes la emoción que me dio cuando me entregaron la guitarra que me mandó el maestro Santana, y aunque él no pudo estar por sus grandes compromisos, me envió una carta, con una fotografía de él y una dedicatoria especial del por qué me daba la guitarra. Yo sé que algún día vamos a estar juntos, compartiendo escenario”.

Compositor, cantante y un gran ser humano, Fato nos deja ver su lado empresarial, pues a pesar de que tiene gran éxito con sus composiciones, nos comentó que dentro de poco saldrá a la venta su nuevo tequila “El negro Fato”.

“Siempre he sido empresario, ahora lanzo un tequila que se va a llamar El Negro Fato, con una imagen fresca, bonita; y decido hacer tequila, aunque ya tengo seis años sin beber, porque soy un gran promotor de nuestra bebida nacional”.

Acompañado de un grupo de excelentes músicos, Fato presentó un concierto íntimo para sus amigos más cercanos y para la prensa, donde cantó “Mi memoria en pausa”, “Si tú no vuelves”, “Perdóname” “Por mujeres como tú”, “Por unas monedas” y “Miedo”.

Asiste al Babilonia show center, excelente lugar para disfrutar de una velada romántica y gozar del talento de Fato.

No dejes de ver Siminota Musical, donde podrás conocer todo lo relacionado a tu artista favorito, a través de entrevistas, conciertos o presentaciones.



¡Elimina las
Verrugas!

Líquido removedor
de verrugas.



Reg. No. 0127C 2004 SSA
Aut. 08330020181897

NO SE UTILICE EN PERSONAS DIABÉTICAS,
NI CON PROBLEMAS DE CIRCULACIÓN.

CONSULTA A TU MÉDICO.

De venta en:
FARMACIAS SIMILARES®

FARMACIAS SIMILARES®
“LO MISMO PERO MAS BARATO”

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

Para todos los puestos ofrecemos
crecimiento económico y profesional
a corto plazo.

¡Contratación inmediata!

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



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 acude a tu sucursal más cercana.

Síguenos por
Facebook/Simi TV
Twitter/DrSimiTV





Breviario cultural

Alfredo Camacho
camacholiv@gmail.com

Centenario de Ernesto Sábato

Ernesto Sábato fue recientemente homenajeado con motivo del centenario de su natalicio. Del escritor universal muchos conocen vida y obra, pero quien esto escribe prefiere rendirle tributo con sus propias palabras, sobre la cátedra que dio respecto a El Quijote, en el marco de un Coloquio Cervantino, en la ciudad de Guanajuato, capital del estado.

“Una lectura actual de El Quijote nos remite a reafirmar que se trata de una figura trascendente, no sólo para los hombres de habla hispana, sino para todos aquellos que han combatido por las causas más nobles. Pasan los años y seguiremos sin hallar todas

las respuestas acerca del sentido último de aquel símbolo sagrado que es El Quijote. Y esta imposibilidad, lejos de representar un obstáculo es su mayor grandeza, ya que demuestra hasta qué punto el Hidalgo pertenece a esa clase de razones que la razón no entiende, ante las cuales resultan impotentes los claros conceptos.

Porque esas ontofanías que son nuestros sueños, al igual que el arte, no se expresan por medio de certezas, sino a través de oscuras verdades, que nunca llegamos a descifrar del todo. Mas de un sueño se puede decir cualquier cosa, menos que sea una mentira. Hay dos importantes paradojas que debemos

tener en cuenta para comprender la permanente cualidad de esta obra: ¿cómo es posible que Cervantes, habiéndose propuesto a escribir una regocijante parodia, haya finalmente escrito la gran parodia de la condición humana? Y ¿por qué la tragedia del Quijote, alguien que difícilmente podemos imaginar en otro tiempo y espacio, nos conmueve hasta nuestros días, provocándonos, en medio de la risa, el llanto solitario con aquel desventurado andariego?

Si en lugar de sobreingeniosos y descreídos bachilleres nuestra mirada reposa en el destalado Hidalgo, se debe a que la obra, como diría Zambrano, más que un libro es una he-

rida: un desgarro escrito en esa región intermedia de la carne, de la cual el alma es prisionera. Y si aún nos conmueve este tierno y desamparado andariego es porque su caballerismo no fue ajeno al infortunio y la derrota; pero tampoco a ese símbolo tan humano que es el resurgimiento de las propias ruinas. Por eso se me ocurre que, en esta nueva lectura, debamos acercarnos al Quijote con un único anhelo: que la humanidad desvalida vuelva sobre la montura de Rocinante, con la justicia como adarga al brazo, aventurándose al galope de la libertad y la honra; única forma que, según el propio Cervantes, “da sentido a la vida”.

¡Tercera llamada, tercera!

El Palacio de Bellas Artes está en el Centro Histórico del DF. Es el más importante teatro de México. La Unesco lo declaró monumento artístico en 1987.

Fue encargado por el presidente Porfirio Díaz al final de su mandato para celebrar el centenario del inicio de la Independencia de México.

Es la sede de dos museos: el del Palacio y el de Arquitectura. Su altura es de 52 m.

Su aforo era para 1,977 personas, pero después de la modernización perdió 300 butacas. El escenario mide 24 metros de longitud. En él se encuentra el gran telón antifuego, único en el mundo dentro de un teatro de ópera, con la imagen de los volcanes Popocatepetl e Iztaccíhuatl. Pesa 24 toneladas. ¡Imagínate, más o menos lo que pesarían 20 autos compactos!

Este telón fue encargado a la Casa Tiffany de Nueva York a modo de un enorme rompecabezas. En el techo de la sala se encuentra la lámpara de cristales, que fue diseñada por el húngaro Geza Marotti y en la que se representa al dios griego Apolo rodeado de las musas de las artes.

Es estilo art nouveau y art déco. Es obra de los arquitectos Adamo Boari y Federico Mariscal, y del ingeniero estructural William H. Birkmire.

En su fachada se empleó mármol blanco de Carrara, otros de diversos tonos en el interior, donde hay obras de grandes muralistas como David Alfaro Siqueiros, Diego Rivera y José Clemente Orozco.

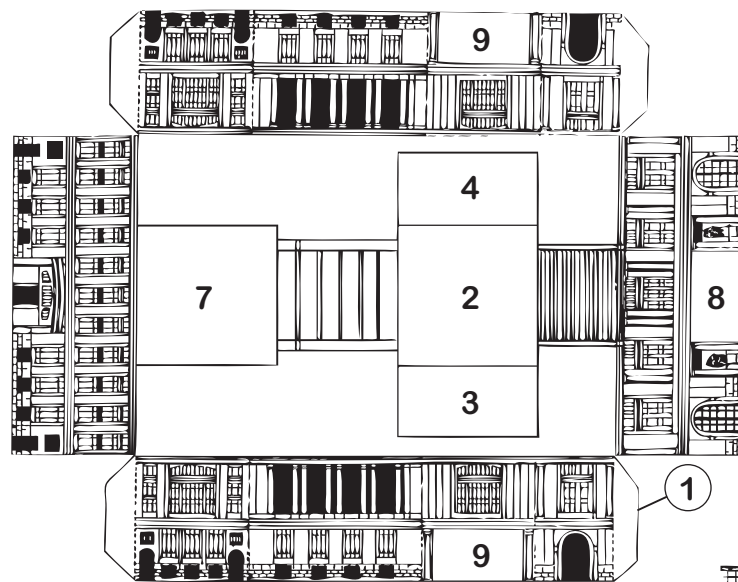
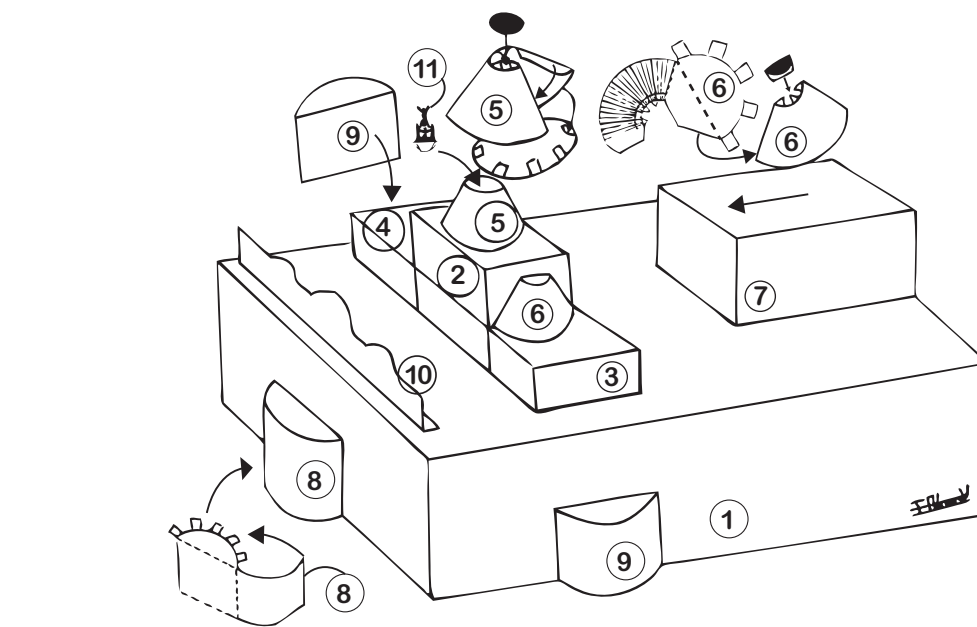
Fue inaugurado oficialmente el 29 de septiembre de 1934, por el presidente Abelardo L. Rodríguez, con la obra teatral *La verdad sospechosa*, de Juan Ruiz de Alarcón interpretada por la eximia actriz mexicana María Tereza Montoya.

Allí se han presentado los bailarines y cantantes más famosos del mundo. Tú puedes ser uno de ellos. Arma tu propio Palacio y levanta el telón para la mejor de tus actuaciones... ¡Comenzamos!

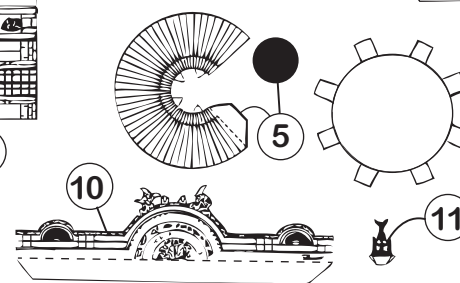
Edmundo Javier Olmos Vargas
58 25 94 69 - 044 55 32 49 74 47



- 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.



¡Amplificalo por partes del tamaño que tu quieras!





Simimagen para todos

Ana Orozco
tuimagenpublica@gmail.com

El mejor color para cada ocasión

“Cuando el color tiene su mayor riqueza, la forma tiene su plenitud.”

Paul Cezanne

En la ocasión anterior hablamos acerca del color. Nuevamente trataremos el tema; sin embargo, lo abordaremos desde otro punto de vista: “El mejor color para cada ocasión”.

El color es tan poderoso que es capaz de transformar (positiva o negativamente) la imagen de las personas. Es también un eficaz medio de comunicación, pues expresa la personalidad, actitud y estado de ánimo del portador, por lo cual debemos saber que no todos los colores son apropiados para todas las ocasiones.

Un día, platicando con una consultora experta en recursos humanos, me comentó que si algún candidato al empleo se presentaba con vestimenta color uva, zapatos grises, corbata de más de cuatro colores o cualquier accesorio en su indumentaria anaranjado, sería descartado de inmediato sin importar el peso de su currículum.

¿El motivo? La psicología de estos colores expresa, informalidad y en muchas ocasiones falta de profesionalismo, así que es mejor no arriesgarnos y evitarlos a toda costa ya sea que vayamos a solicitar empleo o en nuestro campo laboral.

El uso adecuado de los colores es un gran aliado que trabaja a favor de nuestra imagen. Existen algunos que se encuentran íntimamente ligados y relacionados con el éxito y la autoridad. Los psicólogos han descubierto que una simple mirada a distintos colores nos altera la presión sanguínea, los latidos del corazón y el ritmo de la respiración. El mundo del color representa por sí solo uno de los códigos de comunicación no verbal más certeros. El azul marino además de ser un tono clásico y elegante da una apariencia de autoridad y credibilidad, en una entrevista de trabajo, junta o en una presentación, este color hará que emanemos un sentimiento de mando. Por eso la mayoría de las policías en el mundo visten en tonos de azul.

El negro es el color de la elegancia por antonomasia, es sofisticado, misterioso y fuerte; transmite liderazgo, pero es mejor combinarlo con otros, ya que sólo puede parecer un tanto retador.

El gris, es uno de los colores que dominan el vestuario profesional tanto masculino como femenino. Proyecta una imagen de madurez con clase y refinamiento. Nos hace lucir eficientes e inteligentes, además de confiables y serenos. El blanco, utilizado principalmente en camisas o blusas, proyecta refinamiento, honestidad, profesionalismo, confianza también refleja clase y poder. La camisa blanca es un básico imprescindible. Combina con prácticamente todo.

Aunque no lo creamos, los colores no sólo son importantes por lo bien que hacen lucir las cosas, sino por el mensaje que transmiten en nuestra imagen, de tal forma que cuando elijamos nuestra ropa, pensemos qué color nos conviene y qué queremos comunicar con nuestra vestimenta. No debemos olvidar que, muchas veces, el color hace la diferencia.



• Miguel Ángel Becerril

Un referente del siglo pasado fue el cine Teresa, inaugurado el 2 de junio de 1942, en la otrora San Juan de Letrán y Niño Perdido, -hoy Eje Central Lázaro Cárdenas- fue sinónimo de progreso y buen gusto.

De arquitectura art decó, sobresalía no sólo por su inmejorable ubicación, su anuncio bandera y su marquesina trapezoidal única, sino por ser el punto de reunión de la clase alta en los años 40.

Edificado por el ingeniero civil Francisco J. Serrano, sobre un terreno de más de mil 983 metros, fue el deleite de quienes, en un ambiente cómodo y elitista, disfrutaba de los estrenos de la época.

El hoy extinto cine Teresa contaba con poco más de 3 mil butacas, en su vestíbulo se podía apreciar una reproducción de la Venus de Canova; el mármol, las maderas finas y cristales importados daban un aire de



Vestíbulo de lo que fue el cine Teresa

sofisticación y glamour a esta sala que en su inauguración proyectó El hijo de la furia, protagonizada por el actor Tyrone Power.

Este cine fue referente y testigo mudo de la vida capitalina de entonces. Su fachada fue muda espectadora de sismos, huelgas, trombas, manifestaciones, marchas, plantones, bloqueos, boicots empresariales, obras públicas, daños, intentos de venta, denostamiento, desprestigio, satanización y una aguda crisis económica; amen del crecimiento desmedido e inclemente de una población que dejó de ver al Teresa como patrimonio cultural artístico, para mirarlo como una edificación más en una de las capitales más pobladas del orbe.

Hacia la tercera parte del siglo XX las salas cinematográficas habían cambiado su concepto; eran de menor aforo, más modestas, aunque algunas contaban con estacionamiento y estratégica ubicación; los viejos cines con gran capacidad, vestíbulos impactantes, y lujo por doquier, estaban en desuso, eran obsoletos e incosteables.

Para 1994, y tras dos años de estar cerrado, el Teresa se convirtió en la capital del cine porno; su vetusta estructura añoraba los tiempos idos, donde las grandes estrellas del celuloide engalanaban la sala; donde las damas metropolitanas lucían sus mejores galas, y familias enteras convivían en franca camaradería. Terminaba la época de las grandes matinés en cinemascopo.



Antigua taquilla del cine Teresa

Al cumplir los 69 años el cine Teresa bajó el telón, cerró sus puertas para siempre, los carteles con las mejores fotos de los astros de moda o las sensuales poses de estrellas porno han quedado arrumbadas, en sus tres taquillas la gente ya no se arremolina para comprar un boleto, las pocas luces que predecían su caótico final, se han apagado, su marquesina ya no refulgirá; el predio de Lázaro Cárdenas 109 se ha convertido en un centro de vendimia, piratería china, pillaje y trueque, para congestionar más nuestro de por sí caótico, insalubre, inhóspito e inseguro Centro Histórico.

Con esta demolición, a comienzos de 2010, no sólo se pierde una de las edificaciones más emblemáticas de la capital, sino un referente popular del séptimo arte en México, con valor artístico y cultural; el cine Teresa será recordado por haber dado cabida a todos los estratos de la sociedad mexicana en casi siete décadas, y por haber llevado al espectador a mundos inimaginables e insospechados puertas adentro.

Después de la década de los 70, el cine Teresa vio su declive: en su estructura se notaba ya la presencia del tiempo transcurrido; de nada valió que el Instituto Nacional de Bellas Artes lo considerara patrimonio urbano artístico.



Fotomural “Bellezas metropolitanas” del extinto cine Teresa

www.farmaciasdesimilares.com.mx

5 Simi
ta Carrera 10k

DISTRITO FEDERAL
11 SEPTIEMBRE

CIRCUITO CON SALIDA Y META:
Ciudad Universitaria

Deja tu huella verde... corre por un País Mejor.

SIMITEL: 01 800 911 66 66
www.emociondeportiva.com



Pasiones irracionales

• **Fernando Gutiérrez**

Borges decía: “El futbol es popular porque la estupidez es popular”. Obvio: el gran escritor invidente odiaba este deporte. “Once jugadores contra otros once corriendo detrás de una pelota no son especialmente hermosos”.

Consideraba el futbol como fundamentalmente agresivo, desagradable y comercial. “La idea de que haya uno que gane y otro que pierda, me parece esencialmente desagradable. Hay una idea de supremacía, de poder, que me parece horrible”.

Y más: “El futbol despierta las peores pasiones. Despierta, sobre todo, lo que es peor en estos tiempos, que es el nacionalismo referido al deporte, porque la gente cree que va a ver un deporte, pero no es así”.

Borges tenía otras pasiones: el arte, la ficción, las letras y las matemáticas. En cambio, el inglés Desmond Morris, especialista en el comportamiento humano, perfiló al futbol como el resultado de luchas tribales en tiempos remotos. En su libro *The soccer tribe* (Editorial Argos Vergara, 1982) lo toca en estos capítulos: Las raíces tribales, Los rituales tribales, Los héroes tribales, Los adornos tribales, Los jefes de la tribu, Los seguidores tribales y la Lengua tribal.

Pero, al margen de los intelectuales, el futbol posee un ingrediente que hierva pasiones, la mayoría irracionales, especialmente cuando implica derrotas dolorosas.



Veamos este recuento:

• La guerra del futbol entre El Salvador y Honduras, en 1969, llamada también “La guerra de las 100 horas”.

• Los hooligans en Inglaterra, surgidos en 1966, con la Copa Mundial. La policía ya los controla, pero no han desaparecido del todo. Existirán mientras haya marginados sociales.

• Los llaman “hooligans” debido a un empobrecido ciudadano irlandés, Edward Hooligan, quien acostumbraba emborracharse y golpearse con cualquiera a la salida de los estadios.

• Han causado numerosas muertes (un promedio de media docena al año, en la década del 90) y tragedias a lo largo de la historia del futbol inglés: en 1985, en el estadio de Heysel, Bruselas, fallecieron 39 personas, en su mayoría belgas, durante un ataque artero de los hinchas del Liverpool, que esa noche jugaba con la Juventus el desempate de la final de la Copa de Europa.

Estremeció ver que muertos y heridos fuera del estadio, el partido se reanudó como si nada...

• ¿Y qué tal lo del River, que descendió luego de 110 años en la primera? Sus seguidores, los temibles barras-bravas, histéricos, cayeron en la barbarie. Como hordas arrasaron todo a su paso.

• También está el recuerdo de aquella mañana del 26 de mayo de 1985, en el túnel 29 del estadio de Ciudad Universitaria. Por sobrecupo, la gente quedó atrapada en el embudo de concreto. Once murieron aplastados. Pese a la tragedia, se efectuó normalmente el partido UNAM-América...

• La lista es larga: muchas muertes más han dejado otras tragedias futboleras en Sudáfrica, Moscú, Guatemala, Lima, Ghana, Nepal, Escocia...

Sí, en la multitud el individuo desaparece, se convierte en anónimo, en masa, y aflora el troglodita que todos llevamos dentro.



Pasión desbordada o una estupidez, como lo apuntaba Borges. Pero, en sí, no es el futbol, es el ser humano, naturalmente violento, autodestructivo.

(Por supuesto, también ha habido broncas en el hockey sobre hielo, básquetbol y otros deportes, pero no se comparan con las del balompié, tema de esta entrega).

fernandoguper@gmail.com

¿Adrián o el “Chicharito”?

• **Baltazar Ignacio Valadez**

La pregunta del día en el mundo de los deportes es sobre dos luminarias mexicanas: ¿quién brilla más, el beisbolista Adrián González o el futbolista Javier “Chicharito” Hernández?

Para muchos comentaristas deportivos con prestigio y por demás reconocidos, las hazañas de Adrián superan a las del “Chicharito”.

Eso, a pesar de que se habla mucho más del futbolista en virtud de la discriminación que sufre el Rey de los deportes en los medios de comunicación.

Lo importante, en todo caso, es que se trata de dos lu-

minarias que a la mayoría de mexicanos nos hacen sentir satisfacción y legítimo orgullo.

Pero de cualquier modo, vale hablar aunque sea brevemente de los numeritos que hacen grande al primera base de los Medias Rojas de Boston.

A la mitad de la actual temporada regular, Adrián ha logrado superar a superestrellas como Texeira, primera base de los Yanquis de Nueva York.

El estadounidense tiene más cuadrangulares que Adrián, pero al momento de escribir la presente colaboración, el mexicano se mantenía como líder en porcentaje con

351, en carreras producidas con 76, y en dobles con 28.

En virtud de esos numeritos extraordinarios, por primera vez en su corta carrera, Adrián ganó la votación para cubrir como titular el primer cojín en el juego de estrellas, edición 2011.

Así, González se une a 'Beto' Ávila, Fernando Valenzuela, Vinicio Castilla y Esteban Loaiza en el grupo de mexicanos que han sido titulares en Juegos de Estrellas, compartiendo con éstos el honor de representar no sólo a su equipo, sino también a un país.

Aunque el futbol y el beisbol no se mezclan, veamos los logros de ambos estrellas:

Javier Hernández Balcázar

(1988) nació en Guadalajara, Jalisco.

Apodo: **“Chicharito”**

- Comenzó su carrera con el Guadalajara.
- Asistió a la Copa del Mundo del 2010, en Sudáfrica.
- En 2010 Manchester United lo contrata por 6 millones de libras esterlinas.
- Durante 2011, es el mejor goleador en Europa, con 13 tantos.
- Fue votado como el Jugador del Año, por los fans del ManU.
- En la última Copa de Oro (EU) fue el mejor goleador y el Más Valioso del torneo, con 7 anotaciones.
- Gana un millón de pesos a la semana.

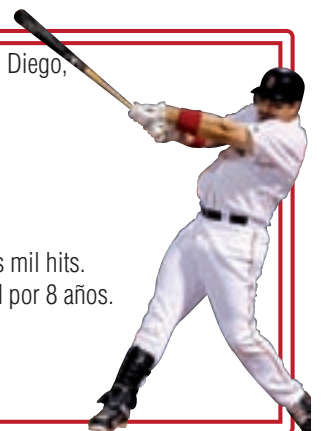


Adrián González

(1982), nació en San Diego, California, de padres mexicanos.

Apodo: **“El Titán”**

- Comenzó su carrera en el 2000 con los Marlins de Florida;
- En 2004 debutó en las Grandes Ligas con Texas Rangers
- En 2006 pasó a Padres de San Diego, y fue nombrado MVP.
- Actualmente juega para Medias Rojas de Boston, donde llegó a los mil hits.
- Deportista mexicano mejor pagado de todos los tiempos: 161 mdd por 8 años.
- Por cuarto año consecutivo estará en el Juego de Estrellas.
- Quinto mexicano en el cuadro abridor del Juego de Estrellas.
- En el ranking de 857 beisbolistas ocupa el octavo sitio.



Somos los **PRIMEROS** en ofrecerte el medicamento **genérico**

SILDENAFIL

50 mg 1 tableta*

Compra nuestros genéricos
y ahorra mucho dinero.

a sólo:
\$40.00

* Preguntas por todas nuestras presentaciones.

Consulta a tu médico.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

MAXIMO
75%
de ahorro

www.farmaciasdesimilares.com.mx

Cabral,

ser feliz fue su color de identidad

• Miguel Ángel Becerril

Nada mejor para resumir la vida del cantautor argentino Facundo Cabral, que su canción **No soy de aquí, ni soy de allá**, con ella será recordado por siempre.

Nació en La Plata, Buenos Aires.

Sufrió la ausencia paterna desde antes de nacer.

Analfabeta hasta los 14 años, y alcohólico desde los 9.

Fue en la cárcel donde aprendió a escribir y a leer,

Su inteligencia lo llevó a cursar la primaria y secundaria en sólo tres años.

- En 1959, consigue hacerse oír, influenciado por Atahualpa Yupanki, prueba suerte como trovador, llamado El Indio Gasparino.

- El triunfo llegó en 1970, con la canción No soy de aquí, no soy de allá, con ella viajó por todo el mundo, conquistando hasta el público más escéptico.

- Durante la dictadura argentina, se vio obligado a exiliarse en México, ya que su presencia en su tierra natal era incómoda.

- En 1977, su esposa e hija fallecen al desplomarse un avión, el cual él no pudo abordar porque llegó retrasado.

- Resumió su vida en: "Fui mudo hasta los 9 años, analfabeta hasta los 14, viudo a los 40 y conocí a mi padre a los 46".

- En Guatemala después de un concierto el 5 de julio de 2011 expresó: "Ya le di las gracias a ustedes; las daré en Quetzaltenango, y después que sea lo que Dios quiera, porque Él sabe lo que hace".

-El sábado 9 de julio, Facundo Cabral, murió baleado, camino al aeropuerto Internacional de Guatemala.



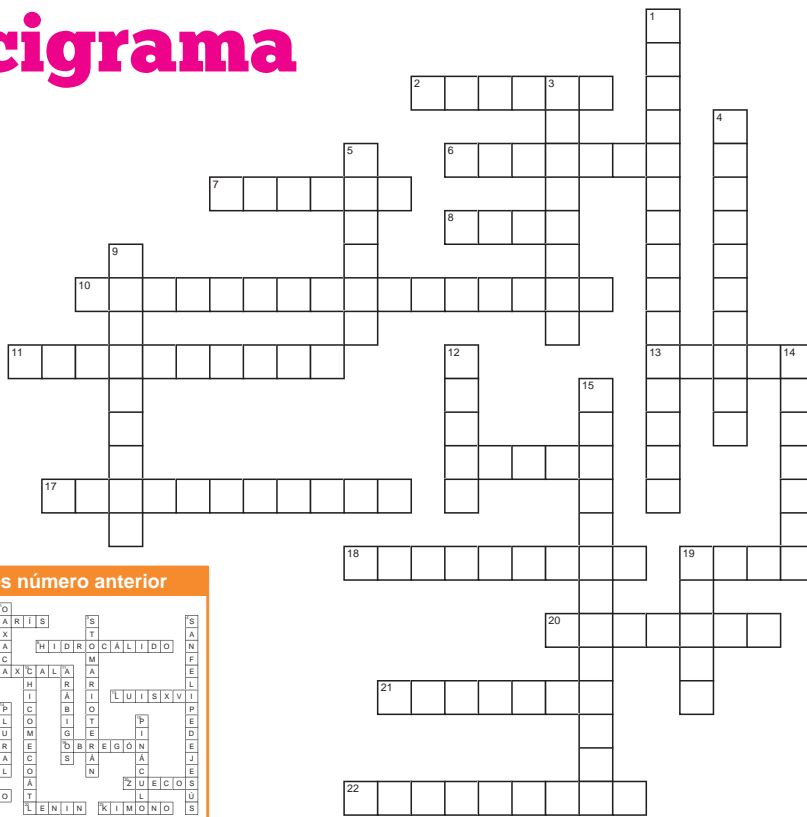
Vertical

1. Calígula fue
3. Esposa del príncipe Alberto de Mónaco
4. Javier Hernández alias
5. La playa Zipolite está en
9. Capital de Nuevo León
12. Séptimo mes
14. Ríspido
15. Miedo a espacios cerrados
19. El caballo del Llanero solitario se llamaba

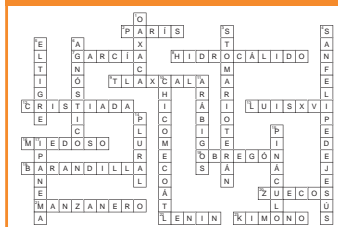
Horizontal

2. Continente donde se encuentra Mozambique
6. Denostar
7. Ciudad donde Kennedy fue asesinado
8. Color de la corbata del Dr. Simi
10. Quién inventó la TV a color
11. Mes del Aniversario de Farmacias Similares
13. Novia de Popeye
16. El Taj Mahal está en
17. Fiesta Oaxaqueña
18. El que habla varios idiomas
19. Completa el nombre Rico Mc
20. Benito Bodoque era amigo de
21. Peaje
22. Actor de Rebelde sin causa

Crucigrama



Soluciones número anterior



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

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

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