

Conoce a quienes día tras día forjan un país mejor



El martes 27 de noviembre, a las 16:30 hrs., en el Salón Olímea, del Centro Internacional de Exposiciones y Convenciones del World Trade Center; Filadelfia S/N, Col. Nápoles.



# SIMINFORMA

Por Un País Mejor ©



NÚM. 353 640 MIL EJEMPLARES

Noviembre de 2012

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

■ Ayudar es vivir:

**10 años**  
de amor y entrega

FUNDACION niños de EUGENIA



3

## La Yesca... ¡Y se hizo la luz!

LA YESCA, majestuosa por sus dimensiones, tiene la segunda cortina de concreto más alta del país, y con la cantidad de materiales que usó se podrían levantar varios estadios Azteca, ocho torres Eiffel o doce pirámides del Sol...

8 y 9

En estos momentos tan especiales para México,  
es tiempo de construir...

Conoce a quienes día tras día forjan un país mejor.



Grupo Por Un País Mejor, A.C. y Fundación del Dr. Simi, A.C.,



se complacen en invitarle a la ceremonia  
de los Premios Nacionales al Altruismo 2012.

El martes 27 de noviembre, a las 16:30 hrs.,  
en el Salón Olmeca, del Centro Internacional de Exposiciones y  
Convenciones, del World Trade Center. Filadelfia S/N, Col. Nápoles.

## 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 / Miguel Ángel Ferrer / Fausto Fernández (†) / Arturo  
Martínez Aviña / Baltazar Ignacio Valdez / Manuel Magaña Contreras  
Alfredo Camacho / Ana Orozco / Álvaro Cueva

### Caricaturista

Jorge Aviña

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

### Servicio de Agencia Notimex

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

### Distribuidores en México

Farmacias Similares / El Sol de México  
Bamboó Impresiones

### Imprenta en Chile

Gráfica Puerto Madero

### Distribuidores en Chile y Guatemala

Farmacias del Dr. Simi

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., 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: Loyd International, S.C. Fecha de impresión: Noviembre de 2012. Periodicidad cuatrimestral. 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".

# Finalizó la campaña 2012 de “Nuestra meta es su sonrisa”



• Fernando Gutiérrez Pérez



Fotos: Fernando Gutiérrez

Apoyados por la Fundación del Dr. Simi, los pilotos Rubén Pardo y Rogelio López, corredores de la serie Nascar, pusieron punto final a la campaña 2012 de “Nuestra meta es su sonrisa”, con la cual visitaron 14 instituciones dedicadas al desarrollo infantil, en diferentes estados del país.

En esta ocasión tocó el turno a “La Semillita”, una estancia donde son cuidados y educados 189 niños, de dos a seis años de edad.

Una casona colonial, en pleno Centro Histórico del DF, fue el escenario para que los pequeñines vivieran momentos de entretenimiento y diversión con los dos pilotos, quienes los colmaron de regalos, el pasado 5 de noviembre.

Los pequeñines disfrutaron la presencia de los visitantes; jugaron y bailaron en el patio de recreo. También recibieron con aplausos y porras al Dr. Simi, y juntos bailaron tradicionales rondas infantiles.

A nombre de la Fundación del Dr. Simi, les dio la bienvenida Angélica Rodríguez, coordinadora de eventos.

Rubén Pardo, promotor de la campaña con la que realiza labor social a favor de los niños, comentó: “Es una gran satisfacción

haber llegado al final. Lástima que sea la última de este año, pero ya tenemos planes para continuar en 2013, siempre junto a la Fundación del Dr. Simi”

Finalmente, la maestra Gabriela Espinoza, directora de “La Semillita”, dijo: “Para nosotros resulta muy motivante que nos ayude y visiten la Fundación del Dr. Simi, y los pilotos, pues nuestros casi 200 niños estuvieron felices. Ha sido muy enriquecedor”.



## Pildoritas del Padre José



P. José de Jesús Aguilar

### La patrona de los músicos

La mayoría de las agrupaciones o gremios suelen elegir algún santo como patrón, tomando en cuenta los detalles de su vida o de su martirio. Así, los dentistas eligieron a santa Apolonia, martirizada mediante la extracción de sus molares. Santa Agueda es la patrona de las enfermedades de seno porque le amputaron dichos órganos. San Peregrino es patrono contra el cáncer porque fue curado milagrosamente de esa enfermedad. La patrona de los músicos fue santa Cecilia, una joven mujer que vivió en el siglo III.

#### Virgen consagrada

Pertenecía a una familia importante de Roma pero, con el deseo de imitar la humildad de Cristo, cambió sus lujosos vestidos por una túnica sencilla y áspera. Además, decidió consagrar su virginidad a Dios renunciando al matrimonio. Lamentablemente, sus padres no respetaron su decisión y la comprometieron con un joven llamado Valeriano. Ella habló sinceramente con él y le confesó la verdad sobre su voto de virginidad. Valeriano se enojó mucho pero, después de escucharla hablar sobre el amor de Dios, decidió bautizarse juntamente con su hermano Tiburcio.

#### Condenados a muerte

En aquel tiempo, el imperio romano perseguía a los seguidores de Cristo y los asesinaba brutalmente. El odio a los cristianos era tal que el alcalde de Roma había prohibido inhumar sus cadáveres. Valeriano y Tiburcio desobedecieron y se dedicaron a darles sepultura. Fueron arrestados y obligados a adorar una escultura del dios Júpiter. Como ellos se negaron a renegar de Cristo fueron azotados ferozmente y, luego, decapitados. No obstante, antes de morir animaban a los demás cristianos a sufrir con gusto todos los horrores, con tal de no ser infieles a su fe.

#### Firme ante la adversidad

Poco después, Cecilia fue arrestada y obligada a renunciar a su fe pero ella se mantuvo firme. Para amedrentarla, los soldados la llevaron junto a un horno caliente e intentaron sofocarla con los gases. Pero en vez de asfixiarse, Cecilia cantaba gozosa algunos salmos. Quizás esta fue la causa por la que los músicos la eligieron como su patrona. Cuando los soldados comprendieron que no podían hacerla renegar, le cortaron la cabeza. Antes de morir Cecilia repartió todos sus bienes entre los pobres y le pidió al papa Urbano que convirtiera su casa en un templo para la oración.

#### Un sepulcro muy venerado

Su cuerpo fue sepultado en las catacumbas y, posteriormente, llevado a una hermosa basílica. Permanece incorrupto. En 1599, el escultor Maderna hizo una bellísima estatua que la representa acostada, de lado, con el corte de la espada en el cuello, mientras que con el índice defiende al único y verdadero Dios. Aprovecho este medio para felicitar a todos los músicos porque, con sus composiciones e interpretaciones, nos alegran la vida. ¡Qué sería del mundo sin la música!

## Niños de Eugenia, 10 años de amor y entrega

• Miguel Ángel Sánchez



Fotos: Miguel Ángel Sánchez

Las grandes obras duran mucho tiempo, y prueba de ello son los 10 primeros años de vida que festejó la Fundación Niños de Eugenia, en Tepoztlán, Morelos.

Con la asistencia de grandes personalidades, como la del principal benefactor de esta institución, Víctor González Torres, y de Lorena González Herrera, se llevó a cabo una misa de acción de gracias.

Lourdes Martínez, directora de Fundación Niños de Eugenia, ofreció unas palabras a los asistentes, entre los que se encontraban los niños y niñas que apoyan, el personal de la institución, los padrinos de los menores, así como integrantes del Grupo Por Un País Mejor, como María del Carmen Villafaña, vicepresidenta de Salud; María Teresa Hernández de Mancilla, vicepresidenta de Acción Social, y Astrid García, directora de la Fundación del Dr. Simi.

“Yéssica González Herrera puso en práctica la enseñanza de vida de su querida hermana Eugenia. Con el apoyo incondicional de su

familia —de manera especial el de su padre Víctor González—, en junio de 2002 concreta el gran sueño, y nace Fundación Niños de Eugenia.

“Es una gran alegría celebrar 10 años de esta Fundación que brinda una oportunidad de vida, una experiencia de hogar, a niños y niñas, diariamente, con una formación integral, para que disfruten su niñez, y descubran un nuevo estilo de vida para su presente y futuro”.

Lourdes Martínez recalcó la importancia que se ha tenido para los niños de Morelos, entidad en la que están instaladas las dos casas que administra, una en Tepoztlán, y la otra en Yauatepec, desde 2008, donde se han atendido a 102 niños, en esta década.

Por su parte, María Teresa Hernández de Mancilla resaltó: “Han sido 10 años y hemos visto grandes resultados, el programa no es nada fácil, es un programa que nos deja una gran satisfacción porque está en nuestras manos una gran responsabilidad, y es el material humano”.  
¡Enhorabuena a Fundación Niños de Eugenia!

# Disfunciones sexuales ¿Qué es la aterosclerosis?

En años recientes se ha generado una demanda considerable de información sobre sexualidad en la población más joven del país. El cómo vivir una sexualidad sana ha dejado de lado temas tan importantes como las disfunciones de la vida sexual. Esto es debido a que son asuntos que resultan motivo de vergüenza o de señalamiento, así que prefieren esperar a que la solución llegue por sí sola. Queda volando, pues, que este tipo de trastornos en el seno de la pareja puede generar conflictos que desencadene, incluso, su ruptura.

Empecemos por aceptar que existen disfunciones sexuales, que si bien no todos las padecen, sí se está propenso a ellas. Los motivos por los cuales se puede tener una disfunción sexual son biológicos, psicológicos, sociales, educativos o resultado de conflictos con la pareja que van más allá del aspecto físico.

La comunicación en la pareja y el conocimiento del propio cuerpo son herramientas necesarias para abordar estos trastornos, de manera que podamos tratar el problema a tiempo y continuar disfrutando de nuestra vida sexual. La eyaculación precoz, disfunción eréctil, vaginismo

o dispareunia (dolor al tener una penetración) no son sinónimos de poca valía en hombres o mujeres.

Se deben abordar las disfunciones sexuales como un padecimiento que puede tener solución. Por lo tanto, hay que evitar la automedicación y remedios alternativos sin la prescripción de un especialista, debido a que cada caso es diferente. Lo ideal es acudir a un especialista que nos ayude a disipar las dudas sobre lo que es normal o no en esta área, y que proporcione el tratamiento adecuado a nuestras necesidades.

Si tienes dudas al respecto y quieres hablar con un especialista, puedes dirigirte al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, donde psicólogos te asesorarán, con seriedad, y de manera anónima, sobre este y otros temas referentes a tu salud emocional. Llama al **01800 911 66 66, opción 3**, o contacta por correo electrónico a [centrodiagnostico@serfeliz-sisepuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfeliz-sisepuede.com.mx). También te puedes conectar, todos los martes y jueves, de 16:00 a 17:00, a nuestro "chat" en vivo de sexualidad por [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

*Con información de la psicóloga  
Dulce López Acosta*



La aterosclerosis es un síndrome caracterizado por el depósito e infiltración de sustancias lipídicas en las paredes de las arterias de mediano y grueso calibre. Provoca una reacción inflamatoria, así como la multiplicación y migración de las células musculares lisas de la pared, que van produciendo estrechamientos de la luz arterial. Los engrosamientos concretos son denominados placa de ateroma.

Las lipoproteínas de baja densidad (LDL) son las encargadas de transportar alrededor del 75% del colesterol por todo el organismo. Aunque las LDL no son dañinas, las lipoproteínas de baja densidad se pueden depositar en las paredes arteriales dando lugar a un proceso llamado "oxidación", causado por unas moléculas inestables, conocidas como "radicales libres de oxígeno".

Dichas partículas son liberadas de manera natural durante procesos químicos que tienen lugar en el cuerpo pero aumentan cuando este queda expuesto a toxinas como, por ejemplo, el humo del tabaco.

Los radicales libres combaten a las bacterias pero, en exceso, pueden ser dañinos. A los radicales libres les falta un electrón, es por eso que se unen con cualquier otra molécula, pudiendo resultar destructivos.

Cuando las LDL se depositan en las paredes arteriales, los radicales libres liberados de las membranas de las paredes, atacan y modifican su forma. La forma oxidada resultante de las LDL hace que los glóbulos blancos (leucocitos) del sistema inmunológico se agrupen allí formando una sustancia grasa llamada "ateroma", que causa inflamación y daños al endotelio, la capa de células que recubre el interior de los vasos sanguíneos.

La aterosclerosis es la alteración que contribuye a la enfermedad coronaria, reduciendo o incluso impidiendo el aporte de oxígeno a los tejidos vitales del corazón. Cuando tiene lugar una obstrucción, ya sea por el aumento gradual del ateroma o por la formación, mucho más rápida, de los coágulos de sangre, se produce un infarto.

Es importante destacar el papel que cumplen dichas lipoproteínas como transportadoras de lípidos y, especialmente, de colesterol; de ahí la importancia de conocer su estructura, metabolismo, transporte y, sobre todo, sus valores normales para realizar una detección precoz y evitar complicaciones, ya que conocemos que el alto índice de mortalidad cardiovascular es debido a la acumulación de estas lipoproteínas, especialmente la LDL.

*Con información del QFB. José Israel  
Ponce Mondragón*



**sábados de descuento**

**PAQUETE CORAZÓN 24\***

QUÍMICA SANGUÍNEA  
DE 24 ELEMENTOS

+  
ELECTRO-  
CARDIOGRAMA

Precio regular  
~~\$680.00~~

**\$322.00\***

**PAQUETE INICI**

(GLUCOSA, COLESTEROL,  
TRIGLICÉRIDOS,  
ÁCIDO ÚRICO, UREA,  
CREATININA, EXAMEN GENERAL  
DE ORINA, BIOMETRÍA  
HEMÁTICA Y ELECTRO-  
CARDIOGRAMA)

# OSTEOPOROSIS

La osteoporosis es la enfermedad ósea más común que ataca al esqueleto humano de manera silenciosa y maligna, causando fracturas en 1 de cada 3 mujeres y 1 de cada 5 hombres mayores de 50 años

**¿QUÉ ES LA OSTEOPOROSIS?**  
Es el adelgazamiento del tejido óseo y la pérdida de la densidad en los huesos con el tiempo. Se presenta cuando el organismo no es capaz de formar suficiente hueso nuevo (con calcio y fósforo) o cuando gran cantidad del hueso antiguo es reabsorbido por el cuerpo o en ambos casos

**ENFERMOS EN EL MUNDO**  
Más de 50 años  
**200 millones de mujeres**  
▶ 1 de cada 5 la padecerá  
▶ 4 de cada 10 superan los 75 años  
**75 millones de hombres**

**FRACTURAS DE CADERA**  
Al año  
**16 millones**

**MEXICANOS CON OSTEOPOROSIS**  
**5 millones**  
▶ 15% tienen dolor al caminar o al sostener objetos  
▶ 16% de las mujeres de 50 a 80 años la podrían padecer

Fracturas de cadera al año  
De **20 mil a 30 mil**

**SÍNTOMAS\***

- (A) Fracturas de vértebras, muñecas o cadera
- (B) Dolor de espalda baja
- (C) Dolor de cuello
- (D) Dolor o sensibilidad ósea
- (E) Pérdida de estatura con el tiempo
- (F) Postura encorvada

**PRINCIPALES CAUSAS**

- Disminución de estrógenos o testosterona (menopausia y andropausia)
- Exceso de corticosteroides por el síndrome de Cushing
- Hipertiroidismo
- Hiperparatiroidismo
- Estar confinado a una cama
- Cánceres de hueso

**TRATAMIENTOS**

- Cambios de estilo de vida
- Reemplazo hormonal
- Terapias con medicamentos
- Ejercicio

**FACTORES DE RIESGO**

- Mala alimentación
- Falta de ejercicio
- Excesivo consumo de café, tabaco y alcohol
- Bajo peso corporal
- Baja cantidad de calcio en la dieta
- Menopausia temprana
- Ausencia de períodos menstruales
- Uso de ciertos medicamentos como los esteroides y los anticonvulsivos

**DETECCIÓN DEL MAL**  
Para detectar la enfermedad, es necesario someterse a una prueba conocida como densitometría, la cual sirve para medir la densidad mineral de los huesos.

Fuente: Notimex, Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Reumatología del Hospital de Especialidades del Centro Médico Nacional Siglo XXI, Organización Mundial de la Salud (OMS). Investigación y Redacción: Mónica Fuentes. Diseño: Juan Hernández López



## Salud y sociedad



**Miguel Ángel Ferrer**  
www.miguelangelferrer-mentor.com.mx

### Ciencia y paternidad

**D**urante milenios la paternidad fue un acto de fe, una suposición, una inferencia, una presunción, pero nunca una certeza. Era padre el esposo legal de una mujer que, viviendo ambos en casa común, tenía un hijo.

También era padre quien reconocía como suyos, como propios, legal o extralegalmente, a los hijos de la novia, la compañera o la amante.

El derecho lo establecía así: "La paternidad no se investiga; se presume". Y solo se presume y se establece si los hijos lo son de constante matrimonio o si los reconoce como suyos el varón.

Por eso, ante la falta de constante matrimonio o frente a la falta de reconocimiento de esos hijos por cuenta del varón, la paternidad no podía ser presumida y, consecuentemente, no podía ser imputada a nadie. Estos hechos dejaban a esos hijos sin la protección paterna a que todo vástago tiene derecho.

Esto era así, porque no existían posibilidades científicas de probar la filiación paterna. Pero a lo largo de los siglos 19 y 20 apareció un notable descubrimiento científico: el ADN (ácido desoxirribonucleico) posibilita establecer la marca genética de una persona y de este modo fijar las líneas de parentesco: padre, madre, abuelos, hijos, hermanos, primos, etc.

Esta posibilidad científica tiene más o menos 50 años. Pero en México la ley seguía prohibiendo investigar la paternidad. Y solo podía investigarse con el consentimiento del presunto padre.

Por fortuna la ley cambió. Y desde el 2006, la Suprema Corte de Justicia de la Nación estableció que no hace falta el consentimiento del presunto padre para realizar la prueba del ADN.

A partir de ese año, si un varón se niega a que se le realice dicha prueba, la ley autoriza la aplicación de medidas de apremio, como son las multas y hasta la cárcel.

Hoy, es posible científica y legalmente establecer la paternidad y obligar al padre a cubrir las necesidades de su hijo. Gran avance de la ciencia y de la justicia.

**PRECIO REGULAR \$505.00**

**\$324.00\***

**CHECK UP BÁSICO**

(QUÍMICA SANGUÍNEA DE 24 ELEMENTOS, BIOMETRÍA HEMÁTICA, EXAMEN GENERAL DE ORINA, ELECTROCARDIOGRAMA)

**PRECIO REGULAR \$830.00**

**\$426.00\***

**PROMOCIÓN VÁLIDA**

**TODOS LOS SÁBADOS DE 2012**

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

Síguenos por

Consulta a tu médico. **BEST. PACAL**

Consulte a su médico.

**SIMITEL 01 800 911 66 66 www.ssdrsimi.com.mx**  
\*Precios sujetos a cambio sin previo aviso.  
Q.B.P. Sandra Luz Saavedra Hernández Ced. Prof.: 4056085-IPN



## Espacio a la historia

Manuel Magaña  
mmc.informacion@yahoo.com.mx

### De López Mateos a Peña Nieto

Recientemente, a través de su cuenta oficial de internet, en sesión de preguntas y respuestas, Enrique Peña Nieto declaró, en el marco de lo laboral y con carácter de presidente electo de México, que pretende “impulsar el crecimiento de la productividad que es al final de cuentas lo que permite elevar los salarios reales sin generar inflación”. (La Razón, edición 04.11.2012, pág. 5). Destacó EPN en su declaración otro dato interesante al expresar que fomentará “el desarrollo de empresas —de todos los tamaños— para que puedan generar mayores oportunidades de empleo”. Ambas directrices son sumamente prometedoras para la recuperación económica y social de nuestro país, después de los 42 años de metamorfosis tecnócratas que nos han llevado a las difíciles condiciones en que nos encontramos.

Y claro que la fórmula que propone Enrique Peña Nieto es lo adecuado, porque el presidente de México, Adolfo López Mateos —1958-1964—, oriundo también del Estado de México, como Peña, demostró, a lo largo de su mandato, con el desarrollo estabilizador a que nos hemos referido en otras ocasiones, que es el sistema ideal para el verdadero progreso económico y social, estabilidad de nuestra moneda y obtención de una verdadera seguridad pública con salvaguarda de la soberanía nacional. Durante el desarrollo estabilizador —hay que reiterarlo—, el salario del trabajador creció a un ritmo anual, real, de 9 por ciento, con una inflación promedio inferior a 3 por ciento. Esto, como consecuencia de una productividad eficaz y, por tanto, liberadora, el desarrollo del Producto Interno Bruto, registró hasta 8.7 por ciento anual.

Fuimos autosuficientes en materia alimenticia, y el sentido nacionalista del lopezmateísmo fue factor para que los “braceros”, hoy “indocumentados”, viajasen a los EU para trabajar, pero con todas las garantías laborales del caso. Sustituimos, con productos industriales nacionales, las exportaciones. Antonio Ortiz Mena, es de justicia mencionarlo, fue el artífice del desarrollo con productividad, durante esa administración y la siguiente, a cargo de Gustavo Díaz Ordaz. Las fuentes de la historia, con la contundencia de la verdad que transmiten, así lo dicen.

Retornar al camino de la productividad, como fuente de bienestar, es imperativo, recordando que cuando fue aplicado en México, en la etapa del desarrollo estabilizador, tuvimos el periodo más afortunado del México independiente. Nuestra propia experiencia nos dice que con productividad es posible mejorar nuestras condiciones de vida. Para ello, estamos urgidos, en justicia, de una paz creativa.

# Díaz Ordaz pidió mi cabeza

## -Félix Fuentes nos narra su experiencia en la noche del 68

• Juan Manuel Rentería



Durante más de 54 años, el periodismo ha sido su pasión. Es Félix Fuentes Medina, quien se inició en el diario ABC, de Federico Barrera Fuentes, allá por 1958. Nació en San Bartolomé Coatepec, Huixquilucan, Estado de México. De humilde familia logró estudiar hasta el segundo año en la Escuela Nacional de Agricultura de Chapingo. Su vocación reporteril lo trajo a la Ciudad de México en busca de trabajo.

El 4 de enero de 1960 ingresó al diario La Prensa para cubrir la fuente policíaca. En ese entonces los únicos auxiliares del reportero eran una libreta, pluma y mucha habilidad para investigar y dar seguimiento a los casos más relevantes de la llamada “nota roja”.

Félix Fuentes obtuvo innumerables reconocimientos por su habilidad para ganar noticias en esta especialidad del periodismo.

Reporteó el movimiento estudiantil de 1968, en Tlatelolco.

— ¿Tú dónde estabas?

— En el centro de la plaza, y los soldados ya estaban apostados desde horas antes en el puente, que era la prolongación de San Juan de Letrán, y empezaron a disparar. Yo siempre he dicho que dispararon hacia el edificio Chihuahua, y no dispararon hacia donde estaban todos los manifestantes, porque si no, hubiera sido una matazón.

Afirma Félix Fuentes Medina que la cifra de muertos no fue mayor a cien.

— ¿Cómo lograste salir de la zona de conflicto?

— Salí arrastrándome entre una tronadera horrible. La balacera duró por lo menos tres cuartos de hora, cuando llegué al periódico no podía articular palabra.

Continúa su relato: “Recuerdo que se me vino el mundo encima, porque fui el único reportero que escribió que los militares dispararon primero sobre los estudiantes. ¿Por qué lo digo?, porque hasta el momento que cayeron las luces de bengala no había ocurrido ninguna detonación”. Explicó que las autoridades de la Secretaría de la Defensa aseguraban que los disparos los hicieron francotiradores, “y la verdad yo no escuché ningún balazo de francotiradores”.

Recuerda que cuando apareció publicada su nota sobre los hechos en Tlatelolco le fue como en feria: “Pidieron mi cabeza el presidente Díaz Ordaz; el secretario de Gobernación, Luis Echeverría; el Procurador de la República, Julio Sánchez Vargas, todos furiosos contra de mí”.

Aquel 2 de octubre, la Secretaría de Gobernación decomisó fotografías, películas y trató de manipular toda información periodística sobre la tragedia del 68. A partir de ese momento a Félix Fuentes se le prohibió escribir notas policíacas y se le encomendó la información que se generaba en el Departamento del Distrito Federal, el Senado y en Petróleos Mexicanos.

En 1991, Félix Fuentes ingresó al periódico El Universal, donde nació su columna política “En la Línea”. En enero de 1996 fue nombrado director del Universal Gráfico, puesto al que renunció tres años después. Ha sido comentarista de Radio

Fórmula, ABC Radio y Radio 13. Ha participado en innumerables programas periodísticos de Televisa, TV Azteca y Canal 40.

Félix Fuentes ha recibido importantes reconocimientos a su trayectoria como periodista, entre ellos, el Calendario Azteca de Oro, la Presea José María Cos, el Premio Club Primera Plana y el Premio Club de Periodistas de México.

— ¿Qué han sido para Félix Fuentes Medina más de 54 años de periodista?

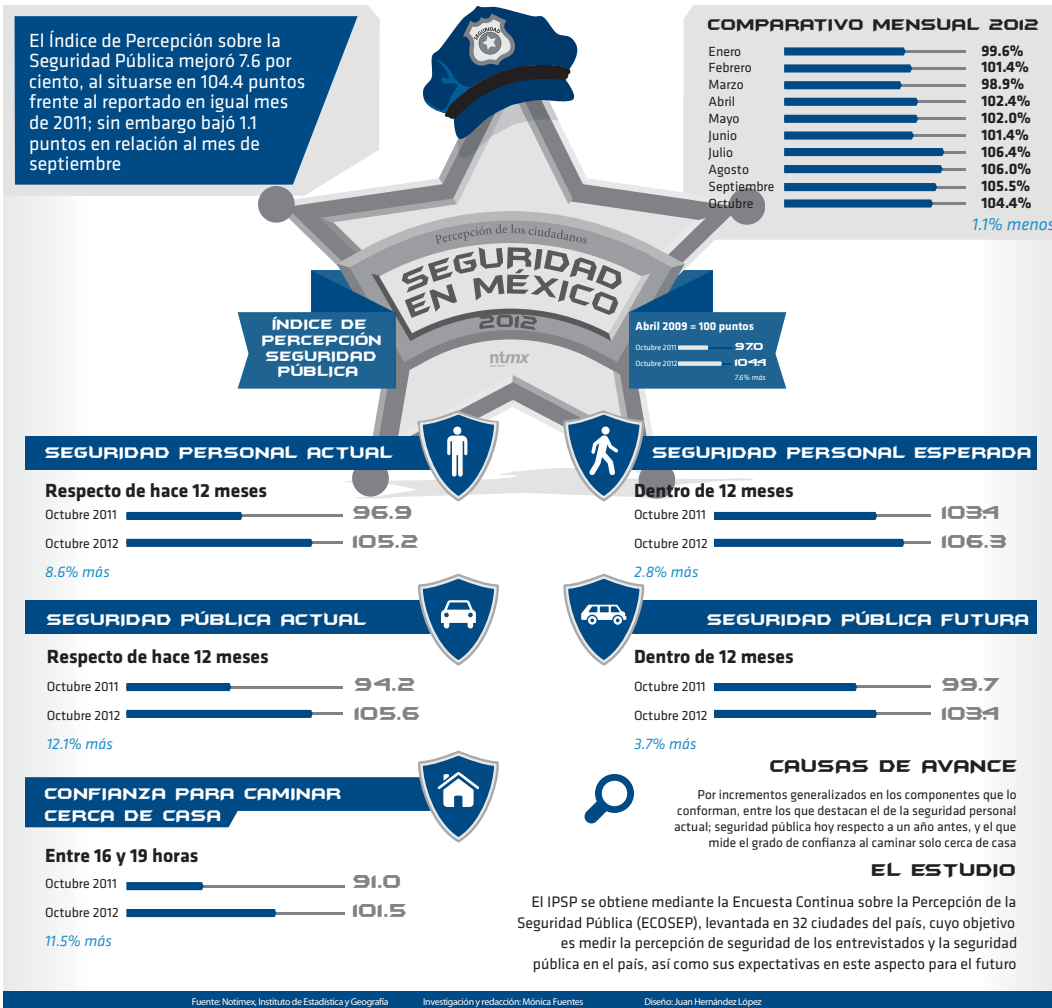
— Toda mi vida. Me han ofrecido cargos políticos, inclusive la presidencia municipal de mi tierra, diputaciones, me los ponían en bandeja de plata, pero nunca acepté”.

Nuestro entrevistado lamenta las nefastas consecuencias contra los periodistas en la guerra que el presidente Calderón declaró al crimen organizado: “Los periodistas hemos pagado nuestra cuota con sangre en este sexenio, han caído alrededor de 75 periodistas, y por lo menos 15 están desaparecidos”.

Y agregó: “Si el narcotráfico llegó hasta la Suprema Corte de Justicia de la Nación, o al Ejército, donde hay 5 generales en la cárcel, entonces qué le espera a los periodistas cuando son amenazados por los delincuentes”.

— ¿Félix, has pensado en retirarte como periodista?

— No, fíjate que aunque sea nada más como colaborador, yo pienso seguir escribiendo hasta que Dios me preste vida, esa es mi pasión, escribir, observar y transmitir. No me voy a retirar hasta que la vida se me acabe.



**Laritol<sup>D</sup>**

LORATADINA/  
FENILEFRINA

**\$65.00**

**LARITOL<sup>D</sup>**  
LORATADINA  
FENILEFRINA  
Jarabe ADULTO  
GRIPE Y RESFRIADO

Reg. No. 273M2003 SSA IV

**\$68.00**

**Laritol<sup>D</sup>**  
FENILEFRINA + LORATADINA

Reg. No. 468M2004 SSA IV

Consulte a su médico.  
Su venta requiere receta médica

**maver<sup>®</sup>**  
Con Ciencia por tu Salud

**Medicina de calidad a tu alcance**

**DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES<sup>®</sup>**

Responsable de la publicación:  
Laboratorios Maver de México S.A. de C.V.

## Otro milagrito sexenal

Editorial

El secretario de Salud, Salomón Chertorivski, al presentar la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012, destacó que se refleja una “estabilización” en la tasa de crecimiento de la obesidad y sobrepeso, al ubicarse en 48 millones de personas adultas y no en 53 millones, como se estimaba al cierre de este año.

Asimismo, resaltó que si bien se redujo en cinco millones 400 mil el número de personas adultas obesas y con sobrepeso, no se están “echando las campanas de victoria”, dado que este problema se mantiene como la epidemia más importante que hay que enfrentar.

Menos mal que el funcionario hizo esta observación porque, al margen de las cifras que arroja la encuesta, todos sabemos que los números son fácilmente manipulables, sobre todo al final de un sexenio cuando se trata de dejar la casa bien arreglada para el próximo inquilino, aunque sea solo arrojando la basura debajo de la alfombra.

Basta observar a nuestro alrededor para darnos cuenta de la gran cantidad de mexicanos —niños, adolescentes y adultos— que padecen esta enfermedad de la pobreza y de los tiempos

### Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012



modernos, que nos imponen comidas chatarra, cargadas de grasa, una nefasta inyección diaria a nuestros organismos.

Por desgracia, 60 millones de mexicanos no reciben ingresos suficientes para recetarse dietas sanas y equilibradas. Se tienen que “alimentar” con la comida grasienta de los puestos ambulantes o se sacian con, papas, refrescos, palomitas y donas, en cualquier tienda de conveniencia, las cuales, por cierto, se siguen reproduciendo como una plaga en todo México. Con esto se prueba que el negocio de los monopolios importa más que la salud de la población.

Junto a ello, también se puede ver que las normas para evitar la venta de comida chatarra en las escuelas, han sido burladas con gran facilidad, pues afuera de los colegios se pueden comprar toda serie de “alimentos” que solo engordan y no nutren.

¿Acaso no sería más alentador, por no decir justo y necesario, que en el balance sexenal se anunciara el fin de todo aquello que nos ha convertido en obesos, en lugar de presumir que hay cinco millones menos de gorditos?

En fin, este es uno más de esos raros milagritos sexenales...

# La Yesca... ¡Y se h

• Fernando Gutiérrez, enviado

**Simi lyptus.**

Auxiliar en el tratamiento de las molestias de garganta irritada

**\$25.00**

Solución con extractos de eucalipto, propóleo y miel.

Consulta a tu médico

De venta exclusiva en:

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



**SIMIcondón extreme texturizado**

**\$22.00**

**NUEVO**

A dos horas de Guadalajara, en plena sierra Madre Occidental, entre los estados de Jalisco y Nayarit, se levanta La Yesca, la central hidroeléctrica con la segunda cortina más alta del mundo: 208.5 metros de altura, solo 12 menos de lo que mide la Torre Mayor, la más alta del país.

Junto con la hidroeléctrica El Cajón, ocupará el sexto lugar en potencia instalada en la hidroelectricidad nacional.

Se trata de una obra impresionante por sus dimensiones y por su costo: mil millones de dólares. Aquí participaron más de dos mil ingenieros mexicanos, y las manos de más de 10 mil trabajadores, durante cinco años.

Es el nuevo orgullo de la ingeniería mexicana. "Solo algunas de sus partes, como las compuertas, el rotor y las turbinas, son de origen alemán, ruso y ucraniano, pero todo lo demás es orgullosamente mexicano", expresa Luis Humberto Ruiz Tiznado, ingeniero residente de la obra electromecánica.

Situada sobre el cauce del río Santiago, uno de los más importantes de México, tiene capacidad para generar 750 megawatts de energía eléctrica.

Las obras comenzaron el 27 de septiembre de 2007. Y en el 2012, comenzó a funcionar la primera etapa en octubre, y la segunda en noviembre. En

diciembre próximo estará ya trabajando a toda su capacidad. La Yesca generará energía suficiente para iluminar medio Guadalajara o estado y medio del tamaño de Nayarit, pero esta vez enviará la luz a Aguascalientes.

La capacidad instalada de La Yesca es equivalente a encender 22 millones de lámparas ahorradoras de 30 watts.

Su caudal de agua de 250 m<sup>3</sup> por segundo, equivale al 72% del líquido que demandan, cada segundo, los 113 millones de habitantes de todo el país.

## Compuertas

Por donde quiera que se le mire, es una obra majestuosa, impresionante.

"Cuenta con seis gigantescas compuertas, de 12 metros de ancho y 22 de altura, listas para desalojar, de un solo trago, más de 15 mil metros cúbicos por segundo.

"Para construir la zona de compuertas fue necesario excavar siete millones de metros cúbicos de roca, y colocar 173 mil metros cúbicos de concreto", nos dice el ingeniero Juan Carlos Pérez, encargado de esta área.

## El corazón

La zona neurálgica de esta central es la casa de máquinas, a 200 metros de profundidad bajo el lago.

Aquí se cumple el principio básico de que la energía no se destruye ni se crea, solo se transforma.

Así que para el proceso de generación hidroeléctrica, cuando el agua está en el embalse, es energía en potencia; cuando circula hacia la turbina, es cinética; al im-

- El volumen de rocas de la cortina equivale a 12 veces la pirámide del Sol, en Teotihuacán.
- Su embalse o depósito de agua almacena 1,392 millones de m<sup>3</sup>.
- Las losas de la cara de concreto tienen una superficie de 11 hectáreas, igual a 16 campos de fútbol, uno junto al otro.



# izo la luz!



Fotos: Fernando Gutiérrez

compactar el rodete, es mecánica, y al conectarse con el generador, ya es energía eléctrica.

Para llegar a la casa de máquinas hay que entrar por una caverna de 22 metros de ancho y 112 de largo.

Aquí operan dos enormes turbinas para producir el milagro de la energía eléctrica. ¡Aquí nace la luz!

La subestación es otra zona vital en La Yesca. A una elevación de 580 metros sobre el nivel del mar, y en una plataforma de 14,060 m<sup>2</sup>, cuenta con 7 potentes transformadores, encapsulados para evitar incendios o explosiones.

Aquí se recibe la energía, se transforma en luz y se envía al sistema de interconexión nacional.

- El vertedor puede conducir más de 15 mil m<sup>3</sup>/seg. 250 veces la dotación diaria de agua para el DF y su área conurbada.
- El concreto utilizado podría pavimentar la autopista México-Querétaro, o construir 18 veces el estadio Azteca.
- El acero utilizado serviría para levantar 8 torres Eiffel.

## Transformadores

Los transformadores están protegidos con tecnología de punta contra explosiones y hasta contra un diluvio. En caso de falla, quedarán envueltos en un escudo interior que evitará una catástrofe.

Atrás de la gigantesca cortina de concreto está la llamada "cortina aguas abajo", una barrera formada con las piedras de la gran excavación.

Es otra maravilla porque todas las rocas — algunas de 3 y 4 toneladas — están apiladas, unidas sin cemento, al estilo de como nuestros antepasados construían sus pirámides.

La Yesca es, además, una obra limpia, pues operará sin contaminar el medioambiente.

## Expedientes del poder



Carlos Ramírez  
carlosramirez@hotmail.com

### Obama: perder ganando

WASHINGTON, D.C.- La lógica de la política suele tener escenarios inesperados.

Barack Obama hizo hasta lo imposible para ganar las elecciones, pero el resultado bastante apretado lo dejará como rehén de los grupos de poder.

Lo malo para Obama radica en el hecho de que su agenda social, la que le hizo ganar con el voto de los marginados y las minorías, exige de un cambio estructural en la definición del Estado y en la conformación de un Estado social bastante ajeno a la tradición estadounidense.

El principal punto de conflicto será la definición del presupuesto federal: Obama tiene objetivos de aumento de gasto para atender las necesidades sociales de los marginados, pero la economía necesita la estabilización del déficit, por lo que debe venir no solo un ajuste a la baja en el gasto sino el inevitable recorte de gasto social.

A ello se agrega la factura que le cobrará con el gasto la mayoría republicana en el Senado. Pero también hay que tomar en cuenta que Obama aumentó el gasto público sin orden para buscar una reactivación de la economía, pero la recesión fue demasiado fuerte.

De ahí que el análisis no se debe agotar solo en la factura de los republicanos, sino en la estrategia de Obama para aumentar el gasto sin refuerzo productivo. La deuda ascendió a 16.5 trillones de dólares, el déficit presupuestal tocó el techo de 10% y el desempleo pareció estancarse en 8%, pero sin posibilidades de que haya una salida en el corto plazo.

De manera inevitable, la economía de los EU tendrá que entrar en una etapa de ajuste financiero con efectos recesivos, pero en momentos en que los grupos sociales minoritarios que hicieron ganar a Obama están esperando un repunte en la actividad económica.

En este contexto, la victoria de Obama entrará, de nueva cuenta, en una crisis de expectativas. Ciertamente que Obama tratará de culpar a los republicanos del estancamiento fiscal, pero la realidad es que el gobierno tendrá que pagar el aumento desordenado del gasto público. El dato revelador sería el fracaso en el corto plazo del keynesianismo: el aumento del gasto no estimulará la economía y sí en cambio presionará las finanzas públicas.

Obama hizo hasta lo imposible para ganar las elecciones, sin pensar en que carecerá de margen de maniobra para atender las demandas sociales. De ahí que la victoria electoral de Obama sea pronto una derrota en política económica.

# Chivas: 10 años, 1 título

• Fernando Gutiérrez



Aunque Jorge Vergara Madrigal es un convencido de que el ser humano es capaz de crear abundancia y generar éxito a su alrededor cuando tiene un interior positivo y armonioso, al menos en el fútbol no ha tenido buenos resultados, pues en diez años al frente del club Guadalajara solo ha logrado un título, el de 2006.

El ahora triunfante empresario —uno de los más ricos del país— inició su mundo laboral, a los 23 años, como mecánico, traductor de textos, vendedor de autos y también de carnisas, antes de abrir su propia compañía, con 10 mil dólares prestados.

Ello fue posible luego de haber trabajado para Herbalife, y lograr el primer lugar de ventas en Estados Unidos, donde le surgió la idea de crear otro tipo de vitamínicos, algo que puso en práctica con su propia empresa, Omnilife, que tiene un millón de empleados en todo el mundo y mil millones de dólares facturados al año.

Este potencial económico lo llevó —hace diez años— a comprar el club Guadalajara, que se encontraba en crisis. Al adquirirlo prometió construir un estadio de primer mundo, traer al mejor entrenador del planeta y formar un equipo de resonancia internacional.

Hasta ahora ha logrado solo uno de esos puntos: el estadio —inaugurado el 21 de julio de 2010— que, con un costo de casi 100 millones de dólares, sí es de los más modernos del planeta.

Lo otro, lo del mejor entrenador, está aún pendiente. En el Guadalajara ha habido un desfile de más de diez técnicos, hasta la llegada de Johan Cruyff, quien ha prometido hacer de Chivas el mejor equipo del mundo.

Atorado en ese proceso, ha propuesto abrir el equipo a jugadores naturalizados, una idea descabellada toda vez que la esencia del club es ser netamente mexicano desde que fue fundado, el 8 de mayo de 1906.

El legendario Cruyff tiene como brazo ejecutor a su paisano John van 't Schip, y ofrece dar buenos resultados hasta dentro de dos años, amén de que a su llegada pidió que se levantara la cancha sintética del estadio chiva y se colocara pasto natural... (Por cierto, de nada ha servido).

Obviamente Cruyff, quien trabajaba para el Barcelona, cobra millonadas a cambio de espejitos. Un ejemplo de que aún somos tierra de conquista.

Adquirido el 31 de octubre de 2002, el club rojiblanco ha dejado de ser un negocio. Con todo a su favor, la gente le ha dado la es-

palda. El estadio luce vacío y Vergara ofrece atractivos insólitos: todos los productos que se expendan en su interior se venden a 10 pesos...

## Para colmo

El pasado 15 de febrero de 2012, el Primer Tribunal Colegiado en Materia Administrativa dictaminó que Vergara no podrá hacer uso del nombre y las marcas del equipo de fútbol Chivas, restituidas al Club Guadalajara, A. C. —que preside Francisco Cárdenas—, ahora único propietario de todos los derechos que se deriven de utilizar el nombre del equipo.

Esto ha sido un duro revés para Jorge Vergara, de quien se asegura está endeudado "con todo el mundo".

Para quien no lo sepa, el *Guadalajara* es el club con más títulos en la liga mexicana, con 11 conquistas. Es, según encuestas realizadas en febrero de 2007, febrero de 2008 y agosto de 2010, por el diario *Reforma*, y por Consulta Mitofsky, en 2009, y 2010, el equipo más popular de México, y el segundo equipo más popular en el mundo, con más de 30 millones de aficionados, solo detrás del Flamengo de Brasil.

Pero la verdad es que, hoy, las chivitas son un desastre.

Baltazar Ignacio Valadez



## Desde la loma de los disparos

### Yanquis ¿un reino dividido?

Haciendo un análisis después de haber llegado a su fin la Serie Mundial, a mi juicio, algo sorpresivo fue la barrida de los Yanquis, la cual no sufrían desde 1980, y la baja extrema de su espina dorsal ofensiva que, apenas, logró promedio de 157, durante la serie final de la Liga Americana. Dentro de las causas que explican el porqué del desastre, hay que añadir los indicios de que los del Bronx llegaron a la recta final como un reino dividido y, por lo mismo, como un equipo

condenado de antemano al fracaso. Aparte de todo, vale el comentario de que nunca ha sido fácil vencer las presiones que pesan sobre los que llegan a vestir el famoso uniforme a rayas de los Yanquis. Todo mundo sabe que es el equipo con la nómina más cara del mundo, que en él hay jugadores que ganan muchos millones de dólares por temporada y que, en consecuencia, están obligados a rendir como efectivos superestrellas del Rey de los Deportes, como lo hicieron tantos mulos merecedores de estar entre los

inmortales del beisbol. Alex Rodríguez es uno de los que no han podido superar esa presión en los *playoffs*, pues salvo en un caso, no le ha pegado ni a una sandía, se ha ponchado en demasiados turnos y ha dejado gente en base que es una tristeza para los seguidores de los Mulos y un contento para quienes los odian. Y lo que sigue es ver qué hacen los directivos para darle vuelta a la página y ganar en el 2013 la corona que siempre han querido tener en sus vitrinas.

**SIMtarjeta<sup>®</sup>**  
**Telefónica**

de larga distancia



**Habla**  
**a USA**  
y a otros países por  
**Centavos**  
sin cargo en tu recibo telefónico

**OFERTA:**

**33 cts.**

**El min a USA**

0.34 cts desde algunas ciudades y poblaciones de México

## Otros países:

Minutos con tarjetas de \$50.00:

USA/Canadá	120 min
L.D. nacional	90 min
Celular nacional	20 min
España	137 min
Colombia	37 min
China	55 min
Venezuela	85 min
Argentina	74 min

Ver más tarifas en  
[www.todaslastarjetas.com](http://www.todaslastarjetas.com)  
o llama al 01800-777-8353

De venta exclusiva en:  
**FARMACIAS SIMILARES<sup>®</sup>**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"  
15%



**Breviario cultural**

Alfredo Camacho  
camacholiv@gmail.com

**La auténtica novia de México**

Angélica María recibe merecidos homenajes por su trayectoria. Gracias a su éxito desde pequeña, se convirtió en “La novia de la juventud”, hasta que el periodista Octavio de Alba la nombró “La novia de México”. El sueño de grabar su primer disco comenzó cuando trabajaba en la comedia musical Las Fascinadoras, pero no fue hasta que conoció a Armando Manzanero, que con el tema: Eddie Eddie, logró las más altas ventas. Posteriormente, Manzanero la presentó con Guillermo Acosta, que la firmó inmediatamente. Debido a su popularidad realizó programas musicales y giras, así como películas, al lado de los ídolos juveniles César Costa y Enrique Guzmán, entre otros. Grabó su segundo disco, reafirmando su éxito con temas como Paso a Pasito, canción con la que se cotizaría aún más Armando Manzanero como compositor.

Y para 1963 su tercer L.P. la consolidaría; sin embargo, no abandonó los foros y siguió participando en cintas como Adorada Enemiga, Vivir de Sueños, Mi Alma por un Amor y La Sombra de los Hijos. El 1966, Angélica María viaja a España, y realiza la película Fray Torero, con Paco Camino. A partir de entonces empezó su ascenso musical. Ya en 1967, comenzaron las giras internacionales, y en China es admirada por la cinta Corazón Salvaje. En 1968, incursionó con cuatro discos más, en los que contenían canciones de protesta.

Para 1969 había recibido 49 premios y reconocimientos en México, Estados Unidos y Latinoamérica. El año 1970 resultó benéfico para su trayectoria, ya que fue considerada la artista más querida e importante de habla hispana. Un año después trabajó a lado de don Ernesto Alonso, Vicente Fernández y Juan Gabriel.

En la década de los 70 fue el centro de los comentarios cuando se casó con Raúl Vale, siendo una de las primeras que se transmitió por televisión, para luego dar la noticia de su embarazo. Su estado no le impidió seguir trabajando e impuso un récord en Nueva York, llenando 2 veces el mismo día el Madison Square Garden.

El 11 de noviembre de 1975, Angélica María dio a luz a una niña, Angélica Vale, y a las pocas semanas del parto, con carreola, pañales y biberones en mano, regresó a los foros de televisión. Este 2012 se acaba de estrenar como feliz abuelita.

# Regeneración de órganos

• Alfredo Camacho Olivares

Suena a ciencia-ficción, pero los vertiginosos avances de la medicina y la tecnología, nos llevan a pensar que nada está alejado de la realidad y que todo puede ser posible en este mundo.

Si algunos animales, como las salamandras, son capaces de regenerar sus extremidades mutiladas, ¿por qué los humanos no podríamos inducir un proceso similar para reparar o reconstruir órganos dañados o faltantes o pedazos de piel? Con esta pregunta, el cirujano Anthony Atala ha llevado la medicina a las fronteras de la ciencia-ficción.

El director del Instituto de Medicina Regenerativa Wake Forest en Salem, Carolina del Norte (EU), dio a conocer que él y sus colaboradores ensayan innovadores procedimientos para fabricar más de 30 clases de “refacciones” biológicas libres de reacciones de rechazo inmunitario, a partir de células de los propios individuos.

Atala destacó que sus líneas de investigación comprenden desde la ingeniería de tejidos planos como la piel, hasta el diseño de órganos sólidos complejos en 3D (riñones, vejigas, corazones) con materiales biocompatibles de soporte como el colágeno. También prueban con impresoras láser.

En 2001, cuando laboraba en el Children’s Hospital de Boston, Atala atendió a Luke Masella, afectado por un mal congénito que paralizó su vejiga: la espina bifida. El joven donó células de su órgano dañado, que luego fueron cultivadas en laboratorio para construirle uno nuevo. Una vez implantado, éste le salvó la vida, pues sus riñones estaban cargados de toxinas que no podía eliminar.

Para beneplácito de nuestro país, Atala se encuentra en México y vino para participar en el festival Ciudad de las Ideas; actualmente desarrolla, entre otros proyectos, un sistema de bioimpresión que permitirá escanear cada milímetro en la piel de pacientes con quemaduras para determinar la profundidad exacta de cada herida y generar “parches” a la medida.

“La idea, que no fue de nuestro equipo originalmente, surgió por la necesidad de colocar con precisión las células cuando un

órgano o tejido es construido y para escalar el proceso de producción, en lugar de construir las piezas una por una”, explica el especialista de origen peruano.

El diseño y construcción de tejidos y órganos —además de su posterior implantación quirúrgica— conlleva retos enormes. “Producir estructuras planas como la piel es el proceso de menor complejidad; en el siguiente nivel están las formas tubulares, como los vasos sanguíneos y los órganos huecos como la vejiga”, añade el profesor de urología.



“Los órganos de más difícil construcción son los sólidos, como el corazón, el hígado y el riñón, pues están densamente poblados de células y requieren una gran aportación de oxígeno para sobrevivir”.

A nivel mundial se implantan, según el Observatorio Global de Donación y Trasplante, unos 107 mil órganos sólidos cada año (la mayoría de ellos riñones, poco más de 73 mil); pero se necesita más de un millón para satisfacer la demanda.

## Descansa en paz Polo Díaz de León



Amplio conocedor del deporte, incansable cronista y reportero, con apenas 45 años de edad, Leopoldo Díaz de León, finalmente, perdió la batalla contra un cáncer de colon.

“Polo”, como lo llamábamos afectuosamente sus amigos, durante 7 años fue el encargado de la cobertura desde el helicóptero de Fuerza Informativa Azteca para sus noticieros matutinos.

En 2007 dejó TV Azteca para cumplir uno de sus grandes sueños: fundar una escuela dedicada a formar periodistas deportivos.



Así, en agosto de 2009, abrió sus puertas la preparatoria “José Ramón Fernández”, única en América Latina con la carrera técnica en periodismo deportivo.

Cubrió cinco Juegos Olímpicos, así como varios Juegos Panamericanos y mundiales de taekwondo.

“Polo” deja como legado la experiencia y el ejemplo de una persona dedicada a lo que amaba hacer: buscar y dar noticias.

Le sobreviven su esposa Teresa y sus hijos María Fernanda y Sebastián.

*Descanse en paz*

**GRUPO POR UN PAÍS MEJOR A.C.**

Se une a la pena que embarga a **la familia Díaz Anaya** por el sensible fallecimiento de nuestro amigo y colaborador

**Leopoldo Díaz de León**

Rogamos por su eterno descanso

México D.F., noviembre 2012

# “Ahí está, ¡ahí está!... la Puerta de Alcalá”

Uno de los monumentos más significativos de España está en Madrid, la capital del país, y es la Puerta de Alcalá. Durante su historia pasada, los madrileños, para proteger su ciudad, construyeron varias murallas: la árabe, la cristiana, la Cerca del Arrabal, la Cerca de Felipe II y la de Felipe IV. Cada una de ellas tuvo diversas puertas de acceso y una de esas entradas históricas, parte de la Cerca de Felipe IV, era la Puerta

de Alcalá, que así se llamó porque estaba situada en la calle de ese nombre.

Por ella pasaban los viajeros que venían desde Francia o Aragón.

Solo que esa primera fue derrumbada y se construyó otra, que sirviera para recordar al nuevo rey que llegaba:

Carlos III. Y el rey le mandó al arquitecto italiano Francesco Sabatini construirla, lo que llevó 14 años.

Cuando se levantó estaba fuera de la ciudad. Pero Madrid, como todas las grandes ciudades, ha crecido tanto, que está ahora en el centro, cerca del parque del Retiro y la plaza de Independencia.

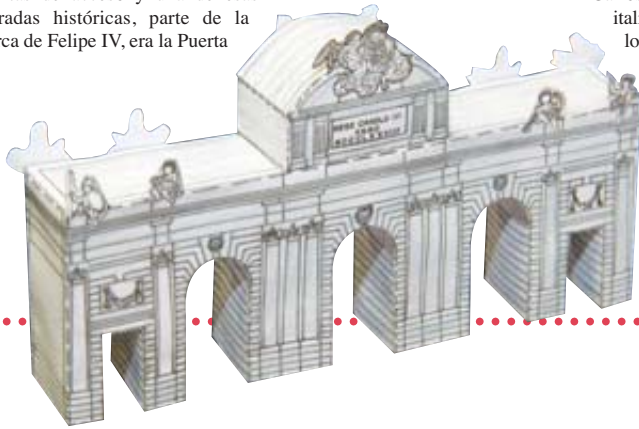
La Puerta de Alcalá no es ya una puerta de acceso, porque la ciudad ya no está amurallada,

sino un monumento en el estilo de construcción de los antiguos arcos romanos, y forma neoclasicista, es decir, con influencia de los antiguos griegos.

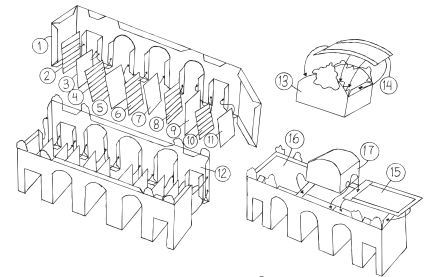
Incluso, al verla, se parece un poco al Arco del Triunfo de París. En la parte exterior de la Puerta de Alcalá, digamos el frente, se pueden ver cuatro niños que representan las cuatro virtudes: fortaleza, justicia, templanza y prudencia.

Se ha convertido en uno de los puntos turísticos más importantes de Madrid, donde se llevan a cabo, fiestas, entradas triunfales, conciertos, entregas de premios y hasta una canción le compusieron. Y aunque los que conocemos esa canción pensamos que fue compuesta por el artista español Víctor Manuel, quien la hizo famosa, en realidad es de un grupo madrileño llamado “Suburbano”.

Ahora es tu oportunidad de hacer historia y abrirle a esta puerta un lugar en tu colección de armables. Así, siempre tendrás oportunidad de mostrarla y decir: “¡Ahí está, ahí está!... la Puerta de Alcalá”.

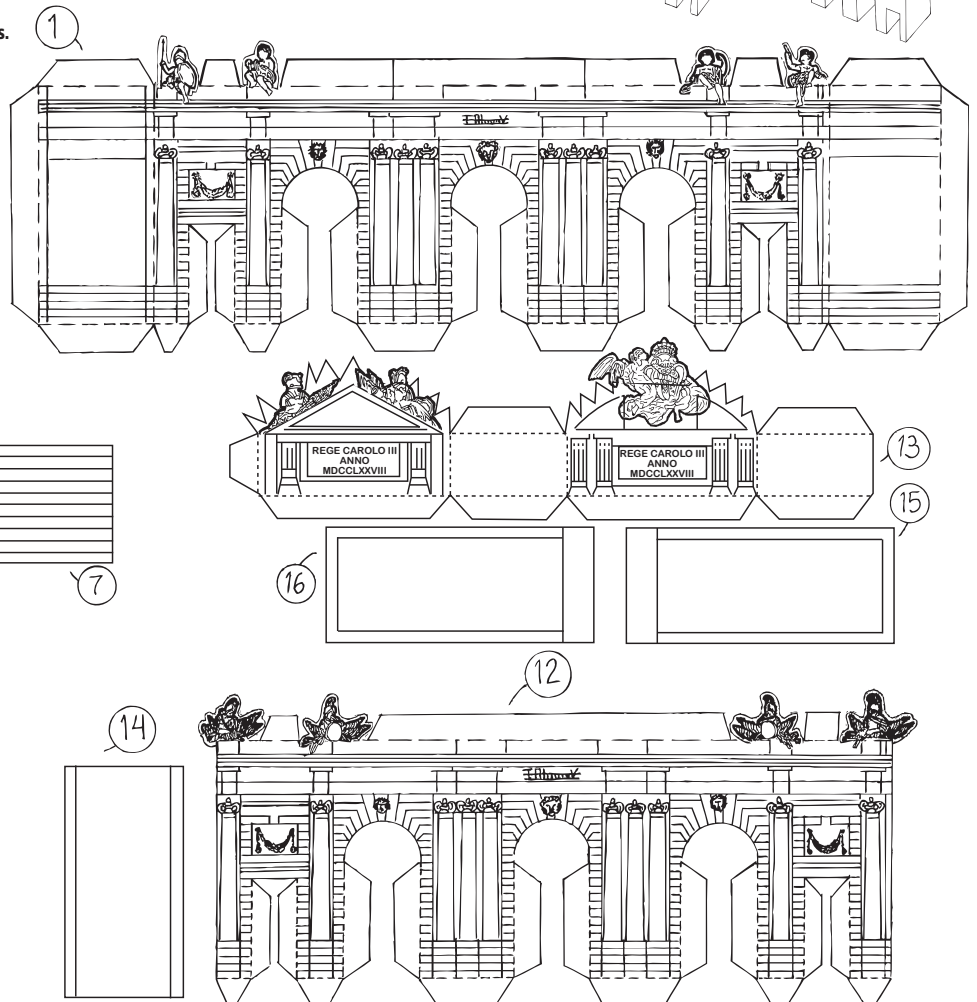
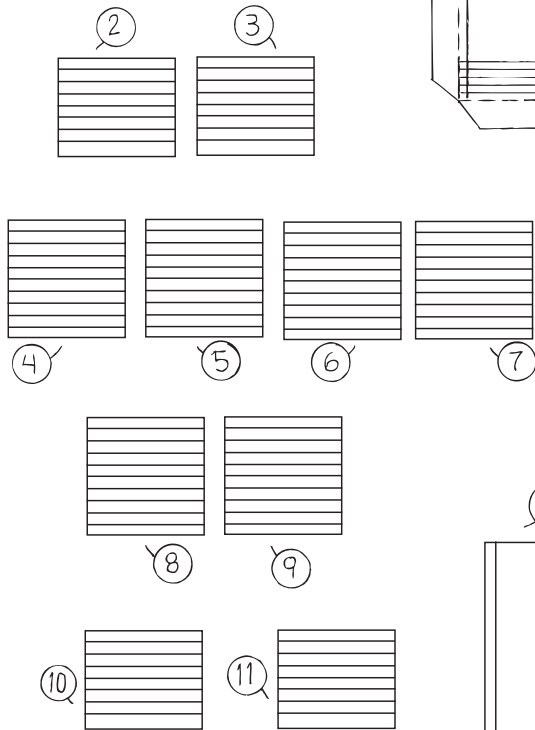


**¡Amplifícalo, por partes, del tamaño que quieras!**

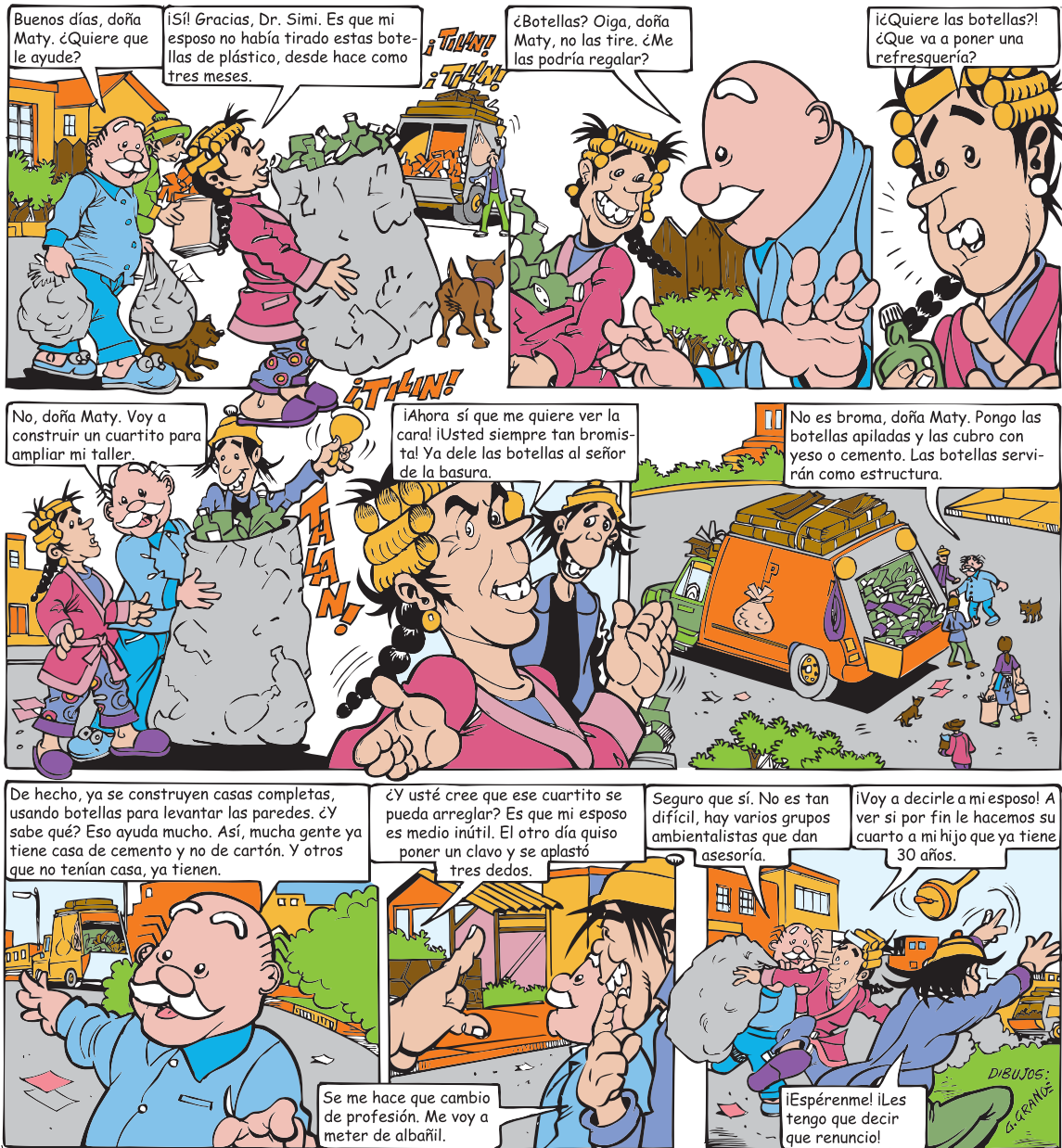


- 1.- Sacar copias para tus amigos.
- 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond.
- 3.- Coloréalo como quieras.
- 4.- Recorta las piezas según el orden de los dibujos.
- 5.- Arma las piezas doblando y pegando las pestañas.
- 6.- Pega las piezas como se indica en los dibujos.

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



# Muros con botellas de plástico



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



**Solicitamos:**

VENDEDOR	BOTARGUERO
<p><b>Requisitos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hombres o mujeres</li> <li>- Experiencia mínima de un año en área farmacéutica (manejo en sustancias activas)</li> <li>- Disponibilidad de horario</li> <li>- Comprobante de estudios</li> </ul>	<p><b>Requisitos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gusto por el baile</li> <li>- Sexo masculino</li> <li>- Disponibilidad de horario</li> <li>- Comprobante de estudios</li> </ul>

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

**¡Contratación inmediata!**

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO" 75%

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.



Peluquería Antigua

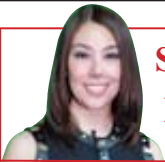



**Servicios:**

- Peluquería
- Bolero
- Barbería
- Sastre
- Consultoría en Imagen física

Pregunte por nuestros casilleros

Tel. 5553-4354  
Av. Sonora #86 Col. Roma Norte, Del. Cuauhtémoc  
C.P. 06082 México, D.F.  
[contacto@saintgermain.com.mx](mailto:contacto@saintgermain.com.mx)  
[www.saintgermain.com.mx](http://www.saintgermain.com.mx)



## Simimagen para todos

Ana Orozco  
tuimagenpublica@gmail.com

### El saludo, muestra de educación y cortesía

*"Con el puño cerrado no se puede intercambiar un apretón de manos"*  
Indira Gandhi

Las buenas maneras también se demuestran desde el primer contacto que tenemos con las personas. Asimismo, este evidencia nuestra educación, pues mediante él podemos conocer la manera de ser de las personas, su proceder, su disposición para llevar a cabo una acción, etc. El saludo con un apretón de manos forma parte de nuestra personalidad; revela nuestro temperamento y sentimientos hacia la otra persona, como simpatía, admiración, indiferencia, etc. Todo esto lo demostramos según sea la fuerza, suavidad, presión y roce de los dedos que utilizemos. Por ello, recomendamos que nuestro saludo sea breve pero firme. Además, al apretar la mano de alguien, hay que mirarlo a los ojos y, de preferencia, brindarle una sonrisa.

Un buen saludo de mano también se expresa mediante la higiene, humedad y el tono muscular que utilizemos. Lo más adecuado es que, si sabemos que vamos a saludar, procuremos tener nuestras manos limpias y secas. Si estas nos sudan, lo mejor será traer con nosotros un pañuelo, preferentemente de algodón por su gran absorción. En términos generales, el apretón de manos puede hacerse de muchas formas; sin embargo, hay un detalle que nos revelará mucho acerca de la persona que da o recibe la mano: la inclinación de la palma.

El dominante: se ofrece la mano con la palma hacia abajo, quiere decir que esa persona quiere dominar. Normalmente, este tipo de apretón lo hacen personas que se creen superiores o que realmente lo son a un nivel jerárquico; por ejemplo, el jefe de un departamento intentará dar un apretón de manos así a sus empleados.

El sumiso: cuando se ofrece la mano y la palma queda ligeramente inclinada hacia arriba. Muchas veces se hace de forma obligada, cuando la otra persona ha tendido la mano de forma dominante; sin embargo, muchas personas lo hacen para otorgarle más autoridad a los demás.

El de igualdad: es cuando las dos palmas de las manos quedan justamente en posición vertical. Este apretón de manos lo usan personas del mismo estatus o jerarquía.

Aunque el saludo más utilizado alrededor del mundo es el apretón de manos, este no es universal. Por ejemplo, los orientales realizan una reverencia, y los esquimales frotan entre ellos sus narices como una forma de cortesía. Lo importante es que el apretón de manos ha sido utilizado, desde tiempos ancestrales, como una señal de armonía. Así, es muy importante, ya sea para el ámbito personal o profesional, que dominemos este distintivo de nuestro lenguaje corporal. Recordemos que nunca debemos dejar a otra persona que nos saluda con la mano extendida. Asegurémonos de siempre brindarle a la otra persona un gran apretón de manos, muestra de nuestra educación, cortesía y buena imagen.

## EL FASCINANTE MUNDO DE LA CIENCIA RECREATIVA

Por Juan Carlos Iracheta

### ¿Qué es el viento?

En muchas culturas existió el dios del viento.

Solo necesitas usar tu imaginación.

El viento está ligado con el aire tan íntimamente que...

*si no hay aire... no hay viento*



En la Luna no se pueden volar los papalotes porque no hay aire. La definición más breve y directa podría ser:

*El viento es aire en movimiento.*

Para los griegos era Eolo, y para los aztecas, Ehécatl



Así que la próxima vez que el aire esté en movimiento, acepta la invitación que la naturaleza te hace y juega con él, viendo el movimiento de las hojas de los árboles, observando el vuelo de las aves y si quieres vivir una experiencia inolvidable, fabrica un papalote y...

*¡Échalo a volar!*

## El valor de... la Educación

Sin duda uno de los valores humanos más reconocidos a escala universal es el de la educación. Lo lamentable, es que en muchísimos casos este reconocimiento es una especie de verbo que no se convierte en carne, en cuanto que no se actúa en consecuencia.

Algo de eso sucede en nuestro país, cuyo bajo nivel educativo es una de las principales causas del subdesarrollo, de la violencia y criminalidad que privan en la nación.

Una cosa es hablar de las personas instruidas y otra, muy distinta, referirse a las educadas.

Las mujeres y los hombres educados huyen de la más grave discapacidad humana como es el egoísmo, de ese que empuja a rendir culto a la falsa deidad del propio yo, de ese que no le duele e incluso se aprovecha de la ignorancia y las debilidades de los demás.

Quienes verdaderamente quieren educarse, ciertamente anhelan saber más, pero siempre con la idea y el compromiso de servir mejor.



## Crucigrama

**Horizontal**

- Capital de Canadá
- Sistema de Transporte Colectivo
- Bebida preferida de James Bond
- Presidente que otorgó el voto a la mujer en México
- Cultura a la que perteneció el Rey Pacal
- Estado con nombre de santo
- Lugar donde se ubica el cerro de la Silla
- Estado donde nació Pancho Villa
- Personaje en los billetes de \$200
- Segundo apellido de Fidel Castro
- Puerto donde está el Fuerte de San Juan de Ulúa
- Cantante apodado el "Baritono de Argel"
- Nombre verdadero de Guadalupe Victoria

**Vertical**

- Originario de Tlaxcala
- Capital de Quintana Roo
- Apellido de la lideresa del magisterio
- Esposa de Benito Juárez
- Sitio donde se ubica la Alhóndiga de Granaditas
- Nombre del "Chepo" de la Torre
- Hermano de Mafalda

## 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

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

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

Soluciones número anterior

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

## Con puntos y comas...

• Fernando Gutiérrez



Con esta entrega concluimos lo referente al uso de comillas, según la nueva Ortografía:

Llevarán comillas los títulos de ponencias, discursos, exposiciones, etc.

También los apodos y los alias cuando se intercalan entre el nombre de pila y el apellido: Javier "Chicharito" Hernández. También es válido escribirlo en cursivas: Javier *Chicharito* Hernández

Nueva regla: El punto va después de cerrar las comillas: Solo alcanzó a decir "los amo a todos".

Cursivas para las palabras extranjeras: *ballet, jazz, rock, hobby...* a menos que ya estén castellanizadas como sui géneris, club, frik, Twitter...

fernandoguper@gmail.com

# Se abre *La caja*, llena de sorpresas

• Claudia Resillas



*La caja*, la puesta en escena más exitosa en los últimos tiempos llega a México, gracias a Ocesa Teatro.

Original del francés Clément Michel, *La caja* es una comedia de equivocaciones en la que el público no dejará de reír, y con la cual los asistentes se sentirán identificados, a través de coqueteos, engaños, exóticas modelos, mudanzas y portazos. Son las cajas de sorpresas que van y vienen, todos

los días en casi todas las casas del planeta.

Con un gran elenco, *La caja* comienza a ser un éxito en la cartelera mexicana, gracias al talento histriónico de Regina Blandón, Luis Manuel Ávila, Ricardo Polanco, Alejandro Durán, Juan Acosta, Naomi Romo, Amaya Blas y Mauricio Galaz, quienes agregan una dosis de humor a esta puesta.

Además, fiel a su sistema de artistas invitados —que tan buenos resultados le ha brindado— Ocesa Teatro contará en el reparto de *La Caja* con las actuaciones de Paul Stanley, Lambda García, Manuel Balbi y Cassandra Sánchez Navarro, quienes se sumarán al elenco en distintos momentos, durante la temporada.

Para encargarse del montaje de la obra, Morris Gilbert, director general de la División Teatro de Ocesa, invitó, una vez más a México, a Lía Jelín, responsable de los éxitos de taquilla de *Toc Toc*, *Confesiones de mujeres de 30*, *Todos tenemos problemas sexuales*, y *Nosotras que nos queremos tanto*, entre otros.

Cabe destacar que *La caja* es la primera obra que logra 800 representaciones en París, para que después fuera montada en Italia y Polonia, y llevada al cine por el mismo autor, en el 2004, en más de 250 cines de Francia.

*La caja* se estrenó en el teatro Renacimiento, del Centro Teatral Fábregas, y estará todos los jueves, a las 20:30 horas; viernes, a las 19:30 y 21:30 horas; sábados, a las 18:00 y 20:30 horas, y domingos, a las 16:30 y 18:30 horas.



Fotos: Samuel Gutiérrez

## Mariana Seoane presenta a *La Malquerida*

Con una consolidada carrera musical y actoral, Mariana Seoane nos presenta su más reciente material *La Malquerida*, primer sencillo de su quinto álbum.

*La Malquerida* es original de Juan Eduardo y Marquito, producido por Javo Barrera y la propia Mariana, el cual fue grabado en la Ciudad de México. El video de este tema ya se encuentra en los principales canales de videos de México y Estados Unidos.

Tras una fructífera trayectoria como actriz en la pantalla chica, con papeles protagónicos de telenovelas como *Amor gitano* y *Rebeca*, o antagónico como *Por ella soy Eva*, Mariana Seoane inició en el 2004 su carrera musical, la cual se ha consolidado, y hoy en día es una de las intérpretes más conocidas dentro del género de la cumbia en México y Estados Unidos.

*La Malquerida* ya se encuentra en todas las tiendas de discos de México, búscalo y disfruta de la música de Mariana Seoane.



Foto: Miguel Ángel Sánchez



### Frente a la tele

Álvaro Cueva  
alvaro@alvarocueva.com

### Tele rica, tele pobre

Llegó la hora de hablar de uno de los conflictos más penosos del espectáculo nacional: la televisión de paga. Estamos hablando de los cables y las antenas directas al hogar. ¿Qué tiene esto de penoso? Mucho.

México es muy sensible al tema del dinero porque en nuestro país, a diferencia de otros, sí es muy ruda la diferencia entre el rico y el pobre, y esto es algo que duele. Además, pedirle a alguien que pague por un servicio que durante años ha sido gratuito suena de lo más grosero. Y si a ello le agregamos que la mayoría de las empresas que se dedican a esto cobran verdaderas fortunas, la cosa se pone peor: ver televisión se ha convertido en un asunto de clase.

A usted le consta, en los últimos años, la televisión abierta, la que antes mandaba, se ha transformado en una especie de basurero plagado de contenidos tóxicos. En cambio, la televisión de paga se ha ido convirtiendo en un oasis con las mejores propuestas y entre más pague uno, mejor.

¿Ahora entiende cuando le digo que este es un conflicto penoso? Es como si la gente más humilde no tuviera derecho a ver televisión de calidad, como si las cosas buenas solo pudieran ser para los ricos. ¿Por qué le estoy escribiendo esto? Porque quiero que se detenga a pensar en los contenidos que está consumiendo y en cómo la industria nos está obligando a pasar de la televisión abierta a la televisión de paga.

Esto no tendría por qué estar pasando, especialmente ahora que contamos con tantos canales y justo cuando tenemos esa maravilla que es la comunicación por internet. No sé a usted pero a mí me afecta que nuestros canales, cuando invierten para sus señales de paga, dicen cosas que jamás dirían en sus estaciones abiertas, producen series, buenas mesas de deportes, todo.

En cambio, cuando van a sacar algo en sus señales abiertas, esas que cualquier persona puede sintonizar sin costo con una simple antena de conejo, ahí sí, no, ponen a un montón de conductores a decir tarugadas, a hacer tonterías.

¿Sabía usted que en otras partes del mundo no existe diferencia, en cuanto a calidad, entre la televisión abierta y la de paga? ¿Sabía usted que en otros países, las televisoras abiertas ofrecen maravillosos contenidos internacionales, sin costo alguno, a través de la internet?

¿Por qué aquí, no? Porque lo permitimos, porque estamos como adormecidos, porque no nos quejamos, porque nos den lo que nos den, ahí estamos, mirando, aguantando. Señor, señora: usted está en su derecho de ver la televisión que quiera por donde quiera pero, por favor, dese cuenta de lo que está pasando.

Nuestra industria, en lugar de estar cerrando brechas, las está abriendo, y eso, a la larga, en lugar de beneficiarnos, nos va a perjudicar. ¿O, usted, qué opina?

Para el tratamiento de la

# osteoporosis

somos los **PRIMEROS** en ofrecerle  
**medicamentos genéricos**

Pregunte por nuestras promociones.

CONSULTE A SU MÉDICO



**FARMACIAS SIMILARES®**

"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

[www.farmaciasdesimilares.com](http://www.farmaciasdesimilares.com)

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO®



**Sábado de  
VITAMINAS**

*Este 8  
de Diciembre*

*\*Se aplica solo en la compra de vitaminas hasta por \$999 pesos,  
siempre y cuando solicite su ticket al vendedor.  
No se aplica con otras promociones o descuentos.*

**25%**  
DE DESCUENTO\*  
TODO EL DÍA



**FARMACIAS SIMILARES®**

"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

[www.farmaciasdesimilares.com](http://www.farmaciasdesimilares.com)

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO®