

El **BUEN LUNES**



25%
de descuento

TODOS LOS LUNES



SIMINFORMA

Por Un País **Mejor**

Donación de órganos

Regalo de vida



Ejemplar gratuito

Núm. 380
660 mil ejemplares
Febrero de 2014

p.8 y 9

Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar



¿Por qué febrero tiene 28 días?

El calendario anual que rige hoy en casi todo el mundo se llama "Gregoriano", y tuvo una gran influencia del Juliano, utilizado durante el Imperio romano. En la antigua Roma, el calendario era muy inexacto porque solo tenía diez meses y comenzaba en "martius" (marzo), dedicado a Marte, dios de la guerra. Le seguía "aprilis" (abril), tiempo en que se abrían las flores y los caminos. Luego, "maius" (mayo), ofrecido a Maia, la diosa romana de las flores, las doncellas y la fertilidad o a los mayores (antepasados). En seguida, "iunius" (junio), consagrado a los juniors o descendientes. El quinto y sexto mes se llamaban simplemente: "quintilis" y "sextilis". Los meses séptimo, octavo, noveno y décimo era "septembris" (septiembre), "octobris" (octubre), "novembris" (noviembre) y "decembris" (diciembre).

Con el paso del tiempo se buscó que el año tuviera la duración de casi 365 días y se le añadieron dos meses al final: enero y febrero. Así, el año tuvo doce meses pero iniciaba en marzo y concluía en febrero.

Dos emperadores decidieron darle su nombre a un mes distinto: Julio César le dio el suyo a "quintilis" y César Augusto, a "sextilis" por el de "Augustus" (agosto). Pero eso no fue todo. Con el deseo de que el mes dedicado a ellos tuviera más de 30 días, decidieron quitarle un día al último mes. Así julio llegó a tener 31 días y, también agosto. Pero dejaron a febrero con solo 28. Más adelante se decidió que el año iniciara, no en marzo, sino en enero y, el nombre de algunos meses ya no coincidió con su número en el calendario.

Actualmente, septiembre, que significa "séptimo", es el noveno; octubre, que es el octavo, ahora es el décimo; noviembre, el noveno, es el undécimo, y diciembre, el décimo, es el duodécimo. El calendario romano se llamaba "Juliano" por Julio César. El actual se llama "Gregoriano", en honor del papa Gregorio XIII, quien lo hizo mucho más exacto que el anterior.

Con los ojos del corazón



Para José Eusebio y María Elena, la vida les sigue sonriendo

quien padece retinitis pigmentaria, enfermedad genética que le hizo perder la vista en su adultez.

Pero eso no fue impedimento para encontrar el amor. Las relaciones de pareja entre las personas adultas, no son algo fuera de lo común; por el contrario, son motivo de admiración cuando se trata de unos novios tardíos.

Existen estudios que demuestran que los mayores que disfrutan de una vida sentimental plena, tienen mejor salud física y mental, además de una mejor calidad de vida.

"Yo lo amo como es. Nunca le reprocho nada; al contrario, pasamos nuestro tiempo libre bailando o platicando anécdotas, y hasta compartimos sueños que aún queremos realizar", declaró María Elena.

Ambos viven esta etapa de la vida que gozan al máximo, compartiendo sus experiencias todos los días.

Lo invitamos a que se una a la labor de la Fundación del Dr. Simi, y permita que el amor entre a su corazón, para que la ayuda a nuestro semejante sea una acción que se replique en todo México.

El trabajo que la Fundación del Dr. Simi realiza día tras día, genera un efecto positivo en nuestra sociedad. Es una cadena de solidaridad que, gracias al esfuerzo de mucha gente, crece más.

Es el caso de la Fundación de Ayuda a la Ancianidad IAP, institución afiliada a la Red Unidos Para Ayudar, que recibe mensualmente despensas en especie, para alimentar a centenares de abuelitos.

En este espacio, habitan cientos de historias como la de María Elena Moreno García y José Eusebio Mendoza.

Ella tiene 83 años de edad; él, 73. Se conocieron hace cuatro años en la casa hogar Fundación de Ayuda a la Ancianidad IAP; pero hace 36 meses mantienen una relación de amor y compañía.

"Cuando yo escuché su voz supe que era alguien diferente, decidida, y fue lo que me atrajo de ella", dice don Eusebio,



La Fundación de Ayuda a la Ancianidad brinda atención integral a los abuelitos

Compromiso de amor

Las personas que fungen como padrinos de los menores atendidos en Fundación Niños de Eugenia, asistieron al convivio bimestral de esta institución, en su casa de Tepoztlán, Morelos. La reunión se llevó a cabo en un clima familiar y cálido, el cual contribuye al bienestar emocional de los 43 niños y niñas, quienes son procurados aquí desde hace más de 10 años.



“Lo que te sobra para el que le falta”

¡Lo que le sobra a algunos puede ser de vital necesidad para otros!

Puedes donar alimentos, muebles, ropa, libros, juguetes, etc. (todo en buen estado)

¡Qué esperas!

Hay muchas personas que requieren de tu colaboración

ÚNETE PARA AYUDAR

¡Comunícate con nosotros!

01 800 911 6666

www.fundaciondrsimi.org.mx

DIRECTORIO
SIMINFORMA
Por un País Mejor.

Presidente de Grupo Por Un País Mejor

Víctor González Torres

simi_informa@porunpaismejor.com.mx www.siminforma.com.mx Redacción México: 54 22 01 48
Conmutador: 54 22 45 00 Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor

Redacción

Vicente Monroy Yáñez

Director

Juan Manuel Zepeda Aguilar

Jefe de Información

D.C.V. Adriana Hinojo Montes de Oca

D.C.V. Virginia Palacios Baeza

Diseño

Fotógrafos

Moisés Manzano • Arturo González

Reporteros

Miguel Ángel Sánchez

Moisés Sánchez

Miguel Ángel Becerril

Fernando Gutiérrez

Caricaturista

Jorge Aviña

Columnistas

Álvaro Cueva

Armando Ramírez

Carlos Ramírez

Ivan Cruz Mejía

Arturo Martínez Aviña

Baltazar I. Valdez

Manuel Magaña Contreras

Miguel Ángel Ferrer

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. 038000, México, D.F.

Distribuidores en México

Farmacias Similares / El Sol de México

Bamboó Impresiones

Imprenta en Chile

Mallea Impresores Ltda.

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. 12885. 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: Febrero de 2014. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez

Salud y sociedad



Miguel Ángel Ferrer

www.miguelangelferrer-mentor.com.mx

Michoacán

Hace unos días, un reconocido intelectual de izquierda, simpatizante y admirador de la lucha de los indígenas chiapanecos, encabezada por el Ejército Zapatista de Liberación Nacional (EZLN), se dolía de la ausencia de un pronunciamiento explícito de apoyo del zapatismo para las autodefensas michoacanas.

La observación es pertinente. Y obliga a preguntarse sobre las razones de esa ausencia de apoyo. Lo mismo puede decirse de otros sectores de la izquierda que viendo con simpatía al movimiento de autodefensas michoacano (y también de otras entidades y regiones de México) se mueven con cuidado a la hora de emitir opiniones o de dar o negar apoyos explícitos.

Pero si es notoria la ausencia de esos apoyos de la izquierda, también lo es la ausencia de condenas, deslindes o descalificaciones. Digamos que, ante la complejidad del tema priva cierta precaución que, sin embargo, no oculta la simpatía que en esos sectores genera un movimiento armado con un indudable origen popular, social justiciero y democrático.

La base de ese incuestionable origen social y popular puede ser diseccionada en, al menos, tres puntos. El primero de ellos es el hartazgo ciudadano con el accionar desbordado, impune y por eso aterradorante de la delincuencia organizada. Es muy difícil encontrar una persona o familia que no haya sido víctima de esas pandillas.

Un segundo punto es la incapacidad del Estado; es decir, de las instituciones para frenar o atenuar los delitos de esas bandas, principalmente la extorsión, el secuestro, las amenazas, el cobro de derecho de piso, el contrabando, el despojo, el abigeato y el homicidio. He aquí un tercer punto y quizás el fundamental. Es claro que el accionar libre, generalizado e impune de esas pandillas sería imposible sin el concurso activo y la protección legal, policíaca y militar de las autoridades municipales, estatales y, sobre todo, federales. ¿Cierto?



Osteoporosis y menopausia

Pérdida de densidad ósea y riesgo incrementado a sufrir fracturas mortales, hasta en 50 por ciento de los casos, son los principales riesgos asociados a la menopausia.

Es una etapa de toda mujer, a partir de los 48 años, caracterizada por el cese en la producción de hormonas femeninas, concretamente estrógenos, que participan en más de 100 funciones en el organismo, una de ellas, la absorción de calcio. De ahí que la reducción acelerada en la densidad de los huesos sea una de las repercusiones no perceptibles durante esta fase.

Lo más característico de la menopausia son los llamados “bochornos”, sensación de calor y sudoración que, en especial durante la noche, padece hasta el 75 por ciento de las mujeres.

Sin embargo, las repercusiones no tan evidentes, como la pérdida de densidad en los huesos, constituye uno de los riesgos más importantes en la menopausia.

Y es que los huesos porosos, son en extremo frágiles y, en ocasiones, ante un movimiento mínimo, pueden romperse, y confinan a la paciente a reposos prolongados, en detrimento de su calidad de vida, sobre todo, cuando la fractura es en la cadera.

Esta última es muy delicada porque 50 por ciento de las pacientes que la sufren, fallece en los primeros dos años posteriores a la lesión.

La inmovilidad prolongada que requieren estas mujeres, facilita que a su vez desarrollen otras complicaciones como neumonía, de ahí su alta letalidad.

Por ello, se sugiere a que, a partir de los 40 años, toda mujer que inicia el climaterio o fase previa a la menopausia, refuerce su cultura preventiva, la cual implica la visita anual al ginecólogo, quien con una serie de estudios clínicos y radioimagenológicos, podrá determinar los factores de riesgo y darle tratamiento.

Diabetes
y adolescencia

en niños entes



La diabetes es una enfermedad crónica, de por vida, con altos niveles de azúcar. Esta surge cuando el páncreas no produce la suficiente insulina, hormona encargada de transportar la glucosa (azúcar) al cuerpo, que la ocupa como energía.

En los niños y adolescentes el tipo más común de diabetes es la I. En esta, el cuerpo no produce insulina o lo hace en cantidades pequeñas y, por lo tanto, necesitan tener el apoyo de inyecciones de insulina. Por su parte, la diabetes tipo II puede presentarse en niños y adultos con sobrepeso.

Cuando los niños o jóvenes suelen ser diagnosticados con esta enfermedad (y, por supuesto, también los adultos), suele haber cambios en su estado de ánimo. Entonces, nos preguntamos: "¿Porqué a mí?". Los afectados piensan que son los únicos en sentirse tristes, enojados, solos, con miedo, avergonzados e, incluso, diferentes. Pueden sentirse culpables o culpar a otros de sufrir diabetes. En ocasiones pueden estar cansados y no tener ganas de realizar actividades. Deben saber que estos sentimientos son normales. Lo que no debemos permitir es que la diabetes nos cause depresión.

Está bien hablar para pedir ayuda, ya sea con la familia, amigos, los médicos e, incluso, buscar grupos de ayuda, en los cuales se pueda conocer a otros niños y adolescentes con el mismo padecimiento. Es un buen momento para iniciar un diario para escribir el día a día acerca de cómo se sienten y qué piensan. Y algo muy importante: los niños pueden realizar todas las actividades normalmente, como cualquier otro sin este diagnóstico.

Otro punto que preocupa a los chicos diabéticos es la idea errónea de que la diabetes es contagiosa. Hay que reiterarlo hasta el cansancio: ¡no lo es!

Por tanto, podemos involucrar a niños y jóvenes en su tratamiento, lo que dará una mayor sensación de control sobre lo que viven. Es necesario poner metas, desde hablar abiertamente sobre el padecimiento, obtener más información y tener actividad física, así como modificar la dieta para tener una mejor calidad de vida. Esto no significa que dejen de comer lo que más les gusta, sino que ahora no lo podrán hacer en menor cantidad.

La responsabilidad de los padres, hermanos y demás familiares es investigar y conocer sobre la enfermedad. Así podrán entender, comprender y ayudar mucho mejor. Si tienes dudas sobre el tema, o cómo hablarlo con los hijos, llama al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales: 01800 911 66 66, opción 3, las 24 horas. [La asesoría es gratuita.](#)

Con información de la psicóloga
Claudia Herrera Arriaga

SIMIcondón®

Placer a prueba de TODO

Desde **\$15.00**

Prevención es salud

FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO"
HASTA 75% DE AHORRO

www.simicondon.com

Porque "la calidad es lo primero"®...



**Análisis Clínicos
del Dr. Simi**

"Lo mismo pero más barato"®



Sin ella
la vida no sería la misma...

Por eso durante marzo y abril
cuidamos más a la mujer

Estudios:

- ✦ Papanicolaou en base líquida
- ✦ Ultrasonido (Glándulas mamarias)

Paquetes:

- ✦ **Paquete femenino**
(Papanicolaou, exudado vaginal y examen general de orina)
- ✦ **Check up básico**
(Química sanguínea de 24 elementos, biometría hemática, examen general de orina y electrocardiograma)

**¡Pregunte por nuestros
excelentes precios!**

Promoción válida durante marzo y abril de 2014.



Fundación **BEST** A.C.

Consulte previamente a su médico.



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

Q.B.P. Sandra Luz Saavedra Hernández
Ced. Prof.: 4056085-IPN



Salón Los Ángeles,

Juan Manuel Rentería

El salón de baile Los Ángeles, fundado hace 76 años, es considerado un símbolo de la cultura popular en la Ciudad de México. Es parte de la historia urbana del Distrito Federal. Miguel Nieto, actual director, nos platica que en esta legendaria pista han bailado personajes como Diego Rivera, María Félix, Mario Moreno "Cantinflas" y Adalberto Martínez "Resortes". También intelectuales como Carlos Monsiváis, Gabriel García Márquez y Carlos Fuentes.

Este majestuoso salón abrió sus puertas el 31 de julio de 1937, y ha sido refugio para miles de fanáticos a quienes les gusta disfrutar la cultura del baile.

"Salones como este —dice— eran el gran centro de diversión para las clases populares y también para las

acomodadas; las mujeres podían acudir solas a bailar, o con pareja; inicialmente se cobraban 40 centavos por la entrada".

Miguel Nieto afirma que por el salón Los Ángeles han desfilado prácticamente las más famosas orquestas y cantantes, danzoneras como "Acerina", Celia Cruz, Willy Colón, Benny Moré, la famosa orquesta de Pérez Prado, Daniel Santos, la Sonora Matancera, la Sonora Maracaibo, la orquesta de Carlos Campos, de Gamboa Ceballos, la de Pablo Beltrán Ruiz y la de Rubén Blades.

En este legendario lugar se grabaron escenas de exitosas películas como *Tivoli*, con Ninón Sevilla y Joaquín Pardavé, y *Danzón*, con María Rojo. Durante 76 años en este sitio se ha escuchado todo tipo de música:



, 76 años de baile

danzón, chachachá, música tropical, cumbias, rock and roll y blues, entre otros.

“Había un código para asistir: a los caballeros se les pedía que vinieran con saco y, de preferencia, con corbata; algunos usaban sombrero; a las damas, de vestido y con medias de nylon o de seda”.

Miguel Nieto habla de aquel famoso letrero que pedía no tirar las colillas de los cigarros porque las damas se quemaban los pies: “No era porque las damas acudieran descalzas, sino porque en aquel entonces las mujeres usaban zapatos muy escotados y las medias eran muy caras, y una colilla de cigarro podía quemar el nylon o la seda de las medias”.

Durante varios años, el salón

Los Ángeles fue el escenario de la exitosa obra musical *Aventurera*. Miguel Nieto nos cuenta que de más de 40 famosos salones de baile, prácticamente solo quedan el California Dancing Club y el salón Los Ángeles. Dice que, por desgracia, estos lugares tienden a desaparecer.

“Aquí tuvimos una fiesta muy bonita donde Carlos Fuentes festejó el 40 aniversario de la publicación de su novela *La región más transparente*, y asistieron Gabriel García Márquez, José Saramago, Carlos Monsiváis y 300 personalidades más del mundo de la política, de la farándula, de las artes plásticas, actores, actrices, fue una excelente fiesta”.

Nos cuenta que también era muy común que llegara Mario Moreno

“Cantinflas” a esta gigantesca pista de baile. “Aquí estuvieron muchas veces María Félix y los hermanos Fidel y Raúl Castro, entre otros personajes”. Dice que actualmente muchos políticos se presentan a bailar: “Este lugar es frecuentado por Porfirio Muñoz Ledo, espléndido bailarín del danzón”.

Actualmente, los bailes se organizan martes y domingos. La entrada cuesta 40 pesos. Asegura Nieto que no hay intención de elevar la tarifa.

En el salón Los Ángeles se han realizado muchos programas de televisión y funciones de teatro, además ha servido de foro para exposiciones literarias, de arte contemporáneo, funciones de danza, conferencias y hasta desfiles de moda.

Dice que el baile es una de las mejores actividades para conservar la salud física y mental: “En los salones de baile promovemos la salud, igual que el Dr. Simi, porque está demostrado que el baile y la música producen una serie de químicos para relajarnos y disfrutar una sensación de placer”.

Miguel Nieto, actuario, egresado de la UNAM desde 1971, dirige desde hace más de cuatro décadas este salón que tiene un lema: “Quien no conoce Los Ángeles, no conoce México”.



Miguel Nieto, director del salón Los Ángeles, recordó que Diego Rivera y María Félix, bailaron en ese lugar

Espacio a la historia

Manuel Magaña



mmc.informacion@yahoo.com.mx

Plan de Iguala

A siete años de que se cumplan el bicentenario de la creación de la Bandera de México y la consumación de la Independencia mexicana, es conveniente que en el marco de la conservación de nuestra identidad nacional, se haga recuerdo del Plan de Iguala, proclamado el 24 de febrero de 1821 — hace 193 años—, por ser dicho documento muestra cabal de que, cuando los mexicanos nos unimos, obtenemos los mejores logros nacionales.

Nuestros más esforzados próceres, Hidalgo, Morelos, los Galeana, los Bravo, los Rayón, Matamoros, Vicente Guerrero, y las heroínas doña Josefa Ortiz de Domínguez, doña Gertrudis Bocanegra de Lazo de la Vega, etc., tienen el singular mérito de haber iniciado y mantenido la lucha para ver libre de toda tutela a nuestro país, a través del movimiento insurgente.

Con cabal reconocimiento de sus grandes méritos y su amor a la causa que abrazaron, debe precisarse que no fue sino hasta 10 años después, cuando se encontró la fórmula para unir a todos los mexicanos en torno de la Independencia nacional.

La historia nos dice que después del abrazo de Acatempan, que protagonizaron Agustín de Iturbide y Vicente Guerrero, fue proclamado el Plan de Iguala y creada la bandera Trigarante que proclamó los postulados de religión, unión e independencia, donde quedaron sintetizados los ideales del pueblo mexicano.

Con el Plan de Iguala y la Bandera de las Tres Garantías, fue posible que en siete meses y tres días, la Independencia se hiciera realidad, sin derramamiento de sangre ni sacrificio de vidas. Esto, a diferencia de más de 10 años de una lucha armada que, en la opinión de muchos historiadores, tuvo un persistente carácter fratricida.

La gran lección que nos da el Plan de Iguala, tan necesaria en estos tiempos, es que por encima de posiciones políticas que suelen encubrir intereses egoístas y en aras de la paz, la justicia y la soberanía nacional, nos unamos para alcanzar la vida digna y libre a que tenemos derecho.

Expedientes del poder

Carlos Ramírez



carlosramirez@hotmail.com

Mariguana: derecho o salud

El debate sobre la legalización de la mariguana en México podría ilustrarse con un juego de palabras: tapan un hoyo para abrir otro. En todo caso, es una buena oportunidad para revisar la estrategia de seguridad y las políticas de salud pública. Las drogas ilegales han prohiado sus mafias. En los años veinte, la prohibición de venta de alcohol en zonas del este de los Estados Unidos creó una estructura de bandas criminales. Pero al final, las bandas no crecieron por la prohibición ni el contrabando, sino por un problema mayor: la corrupción de policías, alcaldes y gobernadores.

Las drogas son un problema de salud pública, ciertamente, pero requieren de prohibiciones mayores para reducir su consumo; la legalización suele conducir a un aumento en el consumo. Y de todos modos las bandas criminales van a existir porque en México la criminalidad del narco no es por la mariguana, sino por la coca, la heroína y, sobre todo, las metanfetaminas.

El consumo crece porque no se aplica la ley, pero también por otro problema correlativo: la educación. Hasta ahora en México, sobre todo desde que estalló la crisis de seguridad en el 2007, no ha existido alguna campaña como aquella muy vistosa y directa de "Di no a las drogas". Tampoco hay programas educativos que alerten del daño en el consumo de drogas.

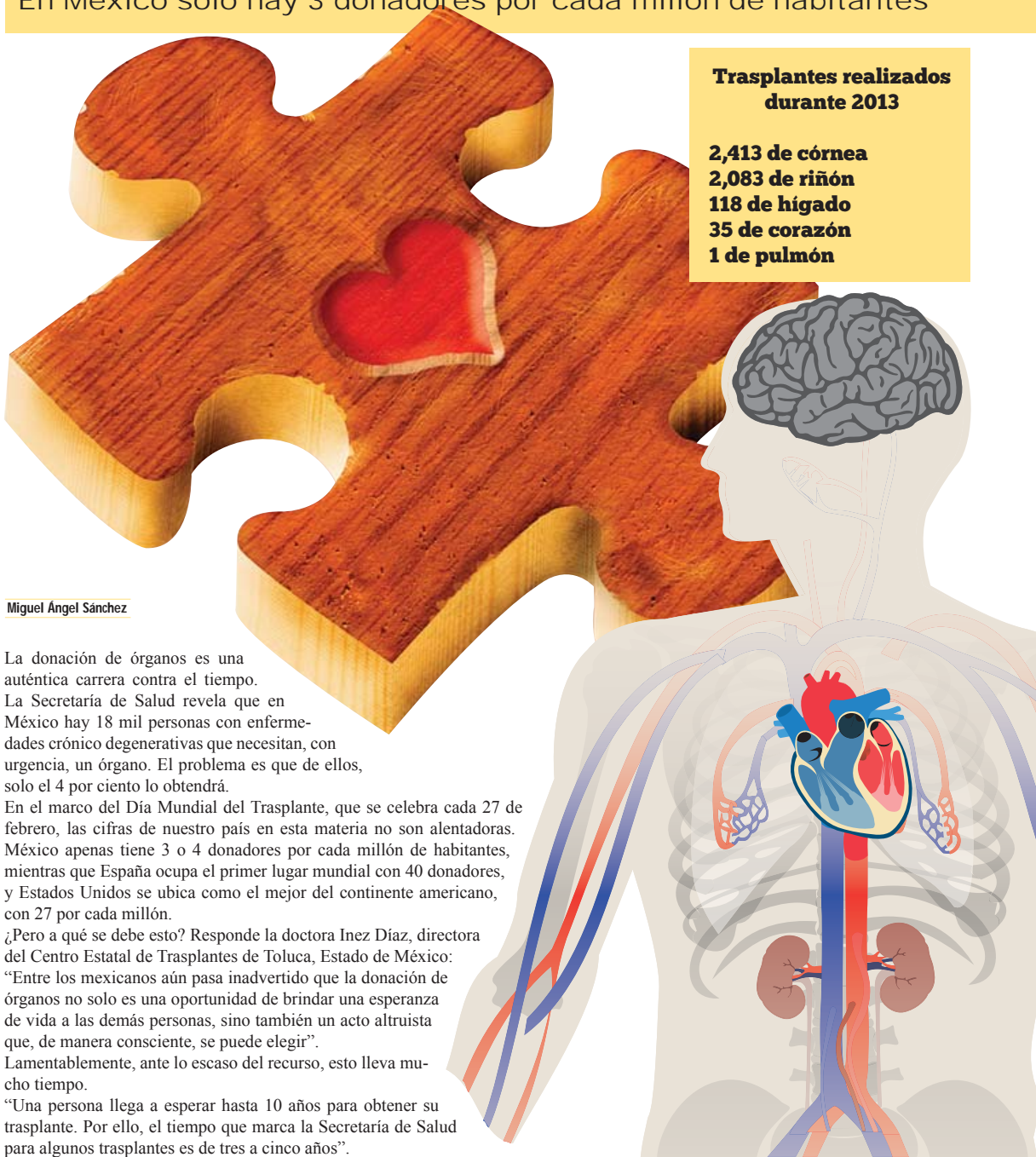
Por ello, la drogadicción tiene que atenderse como un problema social, educativo y de convivencia, no nada más de consumo y de daño en la salud. Es decir, que falta una estrategia social que acompañe a la estrategia de seguridad. Y atender más a las escuelas; aplicar mejor la ley; castigar con mayor energía a los traficantes y, sobre todo, a las autoridades que se han asociado con los narcos para envenenar a los mexicanos.

Las drogas, por el daño que causan, están lejos de ser un asunto de derechos, como en los Estados Unidos; ahí los estadounidenses tienen el derecho a envenenarse; pero en un Estado social como el mexicano, la autoridad tiene la obligación de cuidar la salud de los habitantes, y más cuando el grado de concientización aquí es mucho menor.

El país debe rechazar debates absurdos. Necesitamos un país más sano, con autoridades que cuiden la salud, no que la envenenen.

El mejor regalo de vida

En México solo hay 3 donadores por cada millón de habitantes



Trasplantes realizados durante 2013

- 2,413 de córnea**
- 2,083 de riñón**
- 118 de hígado**
- 35 de corazón**
- 1 de pulmón**

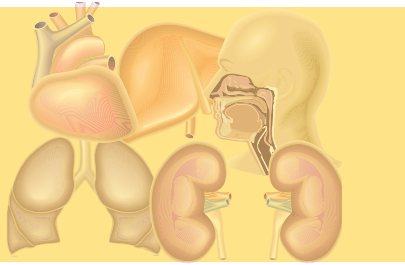
Miguel Ángel Sánchez

La donación de órganos es una auténtica carrera contra el tiempo. La Secretaría de Salud revela que en México hay 18 mil personas con enfermedades crónicas degenerativas que necesitan, con urgencia, un órgano. El problema es que de ellos, solo el 4 por ciento lo obtendrá.

En el marco del Día Mundial del Trasplante, que se celebra cada 27 de febrero, las cifras de nuestro país en esta materia no son alentadoras. México apenas tiene 3 o 4 donadores por cada millón de habitantes, mientras que España ocupa el primer lugar mundial con 40 donadores, y Estados Unidos se ubica como el mejor del continente americano, con 27 por cada millón.

¿Pero a qué se debe esto? Responde la doctora Inez Díaz, directora del Centro Estatal de Trasplantes de Toluca, Estado de México: "Entre los mexicanos aún pasa inadvertido que la donación de órganos no solo es una oportunidad de brindar una esperanza de vida a las demás personas, sino también un acto altruista que, de manera consciente, se puede elegir". Lamentablemente, ante el escaso del recurso, esto lleva mucho tiempo.

"Una persona llega a esperar hasta 10 años para obtener su trasplante. Por ello, el tiempo que marca la Secretaría de Salud para algunos trasplantes es de tres a cinco años".



De los órganos más solicitados se encuentran riñón, córnea, corazón, hígado y pulmón, y estos se pueden obtener cuando alguien muere, en este caso se considera a personas de 2 meses a 90 años de edad, quienes al fallecer por paro cardíaco pueden donar tejidos como hueso, piel, córneas, tendones, válvulas cardíacas, cartilago, vasos sanguíneos arteriales y venosos.

Por muerte cerebral se pueden donar corazón, pulmón, hígado, riñones, intestino, páncreas y los tejidos mencionados anteriormente.

Sin embargo, en vida también se puede hacer, ya que personas entre 18 y 60 años, pueden donar segmento de pulmón, hígado, páncreas e intestino; además, riñón y médula ósea.

Uno puede salvar a cientos

Aunque organismos internacionales de salud estiman que los órganos de un donante pueden salvar o ayudar hasta 250 personas, la cifra puede ser mayor.

“Se dice que un donante puede ayudar a pocas personas, pero su alcance puede ser de hasta 250 individuos, porque puede donar sus órganos, tejidos, tendones, la cara e incluso extremidades”.

Sin embargo, pese a que 59 por ciento de los mexicanos está a favor de la donación de órganos, se carece de verdadero compromiso.

“En México la donación de órganos tiene grandes mitos y creencias con respecto a esta práctica. Aspecto en que el tema familiar suele ser el más complejo, debido a que muchas veces se opone a que se haga la donación”.

Según la Ley General de Salud, todos los mexicanos son donadores de órganos (donador tácito), pero la ley también reconoce el derecho de un ciudadano a no ser donador.



Inez Díaz reconoció que la donación de órganos también puede ser en vida

De ahí, que el interesado debe otorgar su consentimiento ante notario público o inscribirse en el Centro Nacional del Trasplantes (www.cenatra.salud.gob.mx) para adherirse a este acto de amor hacia los demás.

Estado de México, una alternativa

A nivel nacional, el Estado de México es la entidad que aporta la mayor cantidad de donadores en el país, con 30 por ciento de los órganos.

“En México, hay 406 programas activos de trasplante de órganos, así como 463 hospitales autorizados, con equipos médicos para realizar trasplantes o funcionar como bancos de órganos, y el Estado de México tiene un extenso programa”.

Inez Díaz relata que el tiempo y costo de los trasplantes se han reducido en su entidad. Ejemplo de ello es la sustitución de córneas.

“Mientras que en hospitales privados su costo va de los 70 a 130 mil pesos, en el Estado de México la cuota puede ser de 250 hasta los 3 mil 800 pesos. Y cuando en otros estados el tiempo de espera es de algunos años, aquí un paciente tarda cerca de 15 días para recibir su trasplante, además de que atendemos a gente de otros estados”.

Otro caso es el trasplante renal, que en otros lados puede llegar a costar de 350 mil hasta 700 mil pesos. En el Estado de México su costo va de 5 mil a 8 mil 500 pesos, aunque por ahora solo se aplica a habitantes de esta entidad.

Editorial

Que no apantallen

“Apantallados” como estamos, por contenidos de paupérrima calidad —ética, moral y profesionalmente—, la de las telecomunicaciones ha pasado a ser una reforma acotada al interés económico.

Rehén de los apetitos de los grandes actores, que han construido un monopolio sobre la base de un servicio público —en apego al artículo tercero de la Constitución, que garantiza educación y acceso a la cultura para el ciudadano—, está más que visto (como si se tratase de trillada película de Pedro Infante) que lo que menos importa es el interés del consumidor final: el ciudadano.

En vísperas de la discusión de las leyes secundarias en materia de Telecomunicaciones, el tema se ha vuelto absurdamente inasible para la población, aun cuando el monopolio en telecomunicaciones conlleva un gran costo político, económico y social para México.

El resultado de la perversa concentración de los medios en un puñado de familias, es la exclusión del mexicano, que no tiene acceso a servicios para su desarrollo —léase vehículos de expresión e información— que le permitan formar opinión sobre los temas públicos que le afectan.

Por desgracia, esta situación se ha vuelto particularmente grave en las últimas décadas y la muestra son los medios de información “tradicionales”, que se han constituido en verdaderos poderes fácticos con la capacidad de distorsionar e inducir la vida pública, en particular el de la política.

Por este motivo, ahora que la guerra de los magnates comenzó con la disputa de la retransmisión de señales abiertas en sistemas restringidos y la obligación que tienen estos sistemas de transmitir simultánea e íntegramente las señales abiertas (lo que ahora se conoce como *must carry* y *must offer*) es imperativo que el tema deje de ser manipulado como un conflicto entre los ricos más *chichos* de entre los *chichos*.

La reforma al marco jurídico para el sector de las telecomunicaciones y la radiodifusión representa un cambio trascendental no solo en materia de competencia económica, sino para los procesos democráticos y educativos en nuestro país. Nos encontramos en un momento histórico, clave para el futuro de México.

Si ya se aprobaron en lo “oscuro” —y en sesiones nocturnas— reformas torales como la energética,

aprendamos, de una vez por todas, que el conjunto de la fuerza social es necesaria para obligar a que partidos y legisladores respondan al bien común y no a los intereses de unos cuantos, como ha sucedido...

¿Será que ahora sí nos tornaremos en actores principales de nuestro destino o nos conformaremos con un papel *extrachafa* del teleclubón gacho?

Más allá del *must carry* y *must offer*, lo que se juega es la democratización de los medios de comunicación y las telecomunicaciones. La radio,

la televisión y las telecomunicaciones deben estar “al servicio del interés público”, no de un puñado de ricachones.



En estos meses de **mucho amor**, pregunta por la



¡Atrévete!

Además... participa en la

Rueda del Amor



donde puedes ganar un **Simicondón®**

Compra mínima para participar, \$100 pesos o tu Sexy Box. Vigencia de la promoción del 1.º de febrero al 30 de abril de 2014 o hasta agotar existencias.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Sexualidad humana



Invariablemente, todos nacemos, crecemos y nos desarrollamos dentro de un ambiente sexual, simplemente porque todo es parte de la sexualidad: las diferencias de género, la procreación o el placer, y también las infecciones o las disfunciones.

Y en este tema, nuestras fuentes confiables son los maestros, psicólogos o sexólogos, y, por supuesto, nuestra propia información y experiencia personal.

Este es el punto más importante, pues la desinformación limita nuestro sano crecimiento.

Por ello, a partir de este número de *Siminforma*, de manera mensual, publicará una columna de la sexóloga Leidy Montoya Patiño, quien le brindará información veraz y libre de mitos, para disfrutar y reaprender sobre la sexualidad.

Hablando de sexualidad

Leidy Constanza Montoya



sexologa_leidy@hotmail.com

¿Y tú, lo usas?

Actualmente, las infecciones de transmisión sexual (ITS) constituyen uno de los problemas más importantes de salud pública en México y se encuentran entre las 10 primeras causas de consulta en las clínicas de atención del país, según el Sistema Único de Información para la Vigilancia Epidemiológica (Suive 2006).

Son causa importante de enfermedades agudas, infertilidad, discapacidad y muerte. Su presencia favorece la adquisición del VIH (Inegi, 2009). En el 2011, según la Dirección General de Información en Salud (DGIS) se registraron 33 mil 330 casos, de los cuales, la candidiasis y la tricomoniasis urogenital representan el mayor número de casos. Asimismo, se identificaron 36 mil 333 casos de VPH (virus del papiloma humano), de los cuales el 96 % de las personas contagiadas, fueron mujeres (Secretaría de Salud, 2011).

Por otro lado, el número de embarazos en madres adolescentes continúa en aumento. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut 2012), señala que uno de cada seis nacimientos (16.4 %) son de madres adolescentes de 15 a 19 años de edad. Sin mencionar los casos de mujeres adultas que tienen embarazos no deseados.

Lo anterior sucede porque las personas no utilizan el condón. Según la Ensanut 2012, 69.9 % de los hombres de 15 a 49 años, y 86.5 % de las mujeres NO usaron condón en su última relación sexual.

Estos datos evidencian que optamos por asumir riesgos en nuestra actividad sexual. Dejamos, visualizar las consecuencias que pueden ser mortales, en casos de ITS como VIH-sida y VPH de tipo cancerígeno, sin profundizar en las repercusiones de tener hijos no deseados y el impacto que recae sobre ellos.

Por ello, es imprescindible promover el uso del condón, como único método que permite la prevención del embarazo y las infecciones de transmisión sexual. Podemos encontrarlo en diversas presentaciones: de sabores, texturas, olores, colores, entre otros, para cada gusto y preferencia, con el fin de que sean parte del uso recreativo en la relación íntima.

Ahora la pregunta es: ¿Y tú, con qué frecuencia usas el condón? ¿Qué debe suceder para que lo utilices en todas tus relaciones sexuales?

Este es un nuevo espacio para ti, para que puedas informarte de forma científica sobre diversos temas de sexualidad. Si tienes preguntas, puedes escribirme al correo sexologa_leidy@hotmail.com, o participar en el Simichat, martes y jueves, de 4 a 5 pm en www.siminforma.com.mx.

Demanda de agua aumentará 50 % en 40 años: ONU



La demanda de agua en el mundo aumentará 50 por ciento en los siguientes 40 años, en tanto que la competencia para obtener este recurso entre múltiples consumidores y usos comienza ya a incrementarse, destacó Naciones Unidas (ONU).

Durante un debate sobre el tema

de agua y saneamiento, en la Asamblea General, la ONU informó que “la incierta disponibilidad del agua es un reto que enfrentan muchos países, lo que tiene un impacto en el crecimiento económico, la igualdad de género y el desarrollo sustentable”.

Destacó, además, que 768 mi-

llones de personas en el mundo no tienen acceso directo a fuentes de recursos hídricos, y que dos mil 500 millones de personas carecen de sistemas sanitarios modernos.

En su participación en el debate, el secretario general de la ONU, Ban Ki-moon, indicó que el acceso universal al agua y a los sistemas sanitarios es un elemento crítico para fomentar el desarrollo en el mundo y aliviar la pobreza.

Urgió, por ello, a que el tema del agua potable y los sistemas sanitarios esté en la agenda de desarrollo post-2015. Aseguró también que la carencia del líquido afecta, principalmente, a los pobres, por lo que el tema también es igualmente de justicia.

“Alguien viviendo en un barrio marginado no solo tiene mayores riesgos de contraer una enfermedad y de dañar su salud, sino que debe pagar más por cada litro de agua que aquellos en barrios influyentes”, afirmó.

El titular de la ONU subrayó también la relación que existe entre agua y generación de energía limpia, y reveló que para el año 2030 la demanda de electricidad aumentará 50 por ciento.

“Debemos usar el agua y generar electricidad de manera equitativa y eficiente, para que todos los usuarios obtengan una justa porción”, enfatizó.

Voguel SILDENAFIL

- \$219.00 (100 mg)
- \$139.00 (50 mg)
- \$64.00 (100 mg)
- \$40.00 (50 mg)

Reg. No. 012M2012 SSA IV

Consulte a su médico. Su venta requiere receta médica



maver

Con Ciencia por tu Salud

Medicina de Calidad a tu alcance

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

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

- Pasta dental Crest® Complete
- Shampoo Pantene® Pro-V restauración
- Shampoo Head & Shoulders® control caspa

DE VENTA EN **FARMACIAS SIMILARES** "LO MISMO PERO MAS BARATO" **75% OFF**

\$13.90

Historias armables

Arturo Martínez



El avión supersónico

En 1962, los gobiernos de París y Londres firmaron un tratado para el estudio, desarrollo y fabricación de un aeroplano supersónico. La idea era tomar como base un ala-delta. De ahí, surgió el Concorde.

Los dos gobiernos se dividieron la investigación y la fabricación; y el montaje final se hizo en los dos países al mismo tiempo. Fue uno de los programas más ambiciosos de la historia aeronáutica. Y es que la aerodinámica, es decir, la forma del avión, las estructuras de los materiales, de los motores, y del equipo, obligaron a los ingenieros del Concorde a explorar nuevos campos y a desarrollar soluciones y tecnologías revolucionarias, porque la intención es que fuera un avión supersónico, y eso, lo hacía muy diferente a un avión de pasajeros común.

Los Concorde eran capaces de recorrer largas distancias en muy poco tiempo. Mientras que los aviones "normales" hacían 8 horas en un viaje entre París y Nueva York, los Concorde ocupaban 3 horas y media, volando a más de 2,000 kilómetros por hora.

Solo se hicieron 20 aviones Concorde, y los primeros se construyeron al mismo tiempo, uno en París y otro en Londres. El primer Concorde en volar fue el francés, y un mes después lo hizo el inglés. Eso fue en 1969.

La velocidad del Concorde, el tipo de motores, el gasto de combustible y su mantenimiento, hacían que viajar en él, fuera muy caro. Por eso, los que volaban ahí eran quienes podían pagarlo: líderes políticos, altos ejecutivos, estrellas de rock, de cine y reyes, incluso el papa Juan Pablo II.

Pero si bien el Concorde era un avión del futuro, se enfrentó a varios problemas, como protestas de grupos ambientalistas, que decían que era muy pesado y ruidoso, lo que llevó al aeropuerto de Nueva York, a prohibirle aterrizar ahí.

Aunque el peor de sus problemas fue un terrible accidente en el que uno de los aviones se desplomó cuando apenas despegaba del aeropuerto francés Charles de Gaulle, en el 2000.

Luego de esta tragedia, se anunció el retiro del Concorde. Muchos de los aviones terminaron en museos. Sin embargo, fue un enorme paso para el progreso de la aviación.

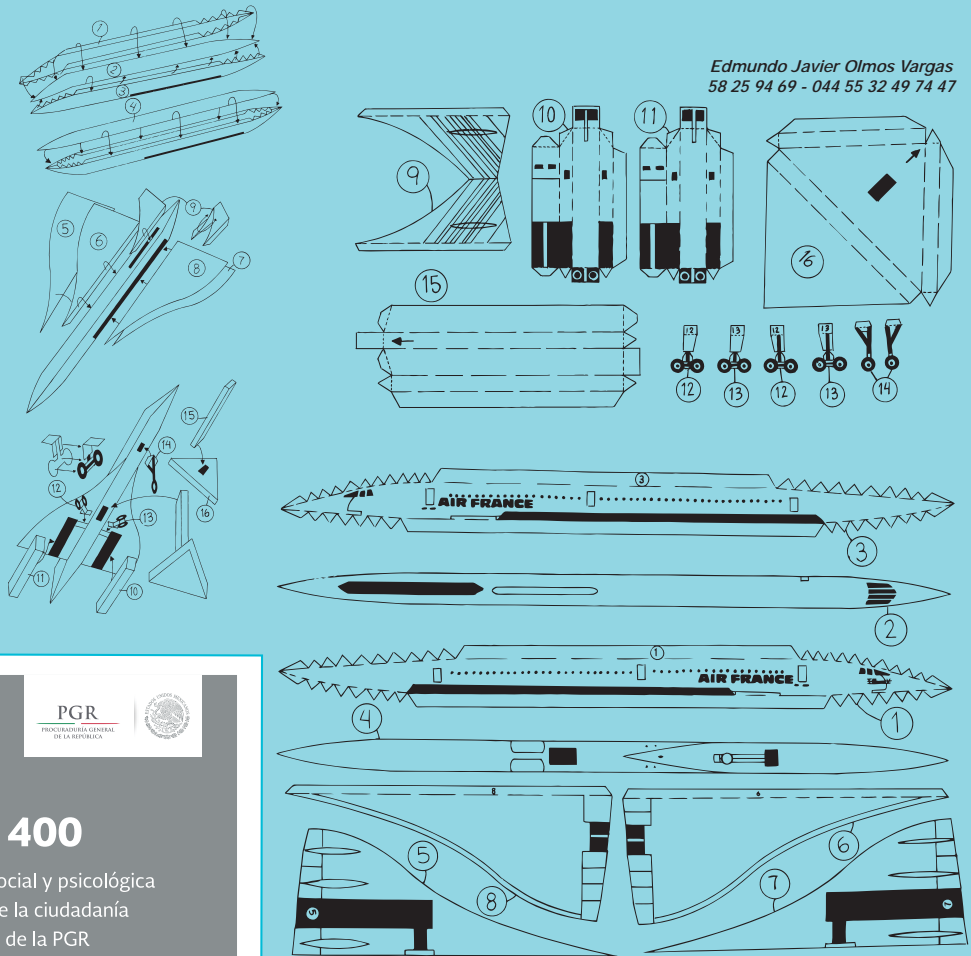
Y ahora tú puedes tener el tuyo. Ármalo cuidando la aerodinámica, y vuela con él a dos veces la velocidad del sonido, a donde quieras. Eso sí, trata de no hacer ruido.

¡Amplifícalo, por partes, al tamaño que quieras!



- 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.- Ármalas doblando y pegando las pestañas
- 6.- Pégalas como se indica en los dibujos

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



Queremos conocer cuántas figuras has armado y cuántas están en tu colección. Si tienes una sugerencia, manda tu correo a simi_informa@porunpaismejor.com.mx



CEDAC

Centro de Denuncia y Atención Ciudadana

01 800 00 85 400

Orienta en materia jurídica, social y psicológica
Atiende denuncias y quejas de la ciudadanía
Asesora sobre otros servicios de la PGR
Evalúa la calidad de la llamada y la atención del servicio recibido

denunciaspgr@pgr.gob.mx



¿Nieve? ¡Solo de La Michoacana!

Fernando Gutiérrez

A falta de valores en casa, pues nos apropiamos lo que no es nuestro... Es el caso del príncipe alemán Hubertus von Hohenlohe, el astronauta estadounidense José Hernández y la actriz keniana Lupita Nyong'o. La verdad sea dicha, ninguno es realmente mexicano, pero los presumimos como tales.

Hubertus, de 56 años, ha asistido (que no competido) a seis Juegos Olímpicos de Invierno, con la bandera de México. En Sochi hasta desfiló vestido con un atuendo híbrido de charro y mariachi, que más bien parecía capitán de meseros. Días después causó revuelo, pero no por sus resultados en el esquí, sino por haber difundido un calendario "hot" que derritió la nieve rusa.

Este singular personaje, además de cantante, también le hace a la fotografía, y tomó las imágenes de algunas competidoras en toples sobre los paisajes nevados de la sede olímpica. ¿Qué tal, eh? En eso sí parece mexicano...

¿Y qué decir de otros compatriotas en este tipo de gélidas competencias? Para ser honestos, nada digno de escribir a casa.

Juzgue usted:

En las 21 ediciones que se celebraron hasta Vancouver 2010, solo se tuvo representación en siete de ellas:

Juegos de 1928, en St. Moritz, la primera incursión con cinco competidores, en bobsleigh. La segunda asistencia fue en Sarajevo 1984, con Hubertus von Hohenlohe, quien participó en las tres pruebas de la especialidad, sin pena ni gloria.

La tercera, más numerosa, fue en Calgary 1988. Se acudió con 11 atletas y, desde luego, la segunda participación de Hubertus. Se participó en bobsleigh, con la familia Roberto, Jorge, José y Luis Tamez.

Además, el patinaje artístico tuvo su primera asistencia con Ricardo Olavarrieta y Diana Encinas, mientras que el actual jefe de misión a Sochi 2014, Carlos Pruneda, compitió en esquí.

Albertville 1992 marcó a Von Hohenlohe, ya que lideró al equipo por tercera ocasión. México acudió con 21 elementos, entre ellos la patinadora Mayda Navarro, así como Verónica Ampudia y Samantha Teuscher, quienes fueron las



primeras mujeres en participar en slalom y slalom gigante. ¿Resultados? ¡Nada!

Para Lillehammer 1994, Von Hohenlohe apareció en la delegación mexicana como el único competidor, mientras que en Salt Lake City 2002 México fue representado con Roberto Louderdale y Roberto Tamez, en bobsleigh, y en skeleton por Luis Carrasco.

Para Vancouver 2010, Hubertus cumplió su quinta asistencia olímpica y ahora en Sochi 2014 lo hace por sexta vez, la que al parecer será su despedida.

Hasta ahí la historia, sin mayor comentario porque no son disciplinas que nos vayan a modo. ¿Para qué aferrarnos, pues, a Juegos de Invierno si aquí la única nieve que nos queda es la de La Michoacana?

fernandoguper@gmail.com

Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez



Nuevo galardón para el beisbol mexicano

En realidad no fue una sorpresa que los Naranjeros de Hermosillo regresaran a casa con el título de campeones del Caribe. Así, por primera vez se consigue un bicampeonato en la larga historia del torneo: primero por los Yaquis de Obregón del 2013 y, ahora, por los Naranjeros de Hermosillo de 2014.

Se dice fácil, pero para pasar sobre el beisbol de República Dominicana, Venezuela, Puerto Rico y Cuba, se necesita una poca de gracia y esa otra cosita que se llama beisbol con calidad de exportación.

El fracaso del beisbol cubano, tampoco fue extraño para quien esto escribe, pues era

lógico que se rezagara en virtud de su largo aislamiento.

Otra diferencia entre el antaño y el presente, es que ahora la competencia no fue entre jugadores de Estado y aficionados casi del llano.

Por otra parte, vale destacar que al frente de los campeones Naranjeros estuvo de punta a punta Matías Carrillo, considerado por la mayoría como el jugador más completo de todos los mexicanos y, en la actualidad, como uno de los más exitosos manejadores, pues en su corta carrera ha hilvanado tres coronas, la primera para los Tigres de Quintana Roo, después para los Naranjeros

y luego para México, en la reciente Serie del Caribe.

Con lo que Matías ha hecho en los albores de su carrera, queda demostrado que los dirigentes de Quintana Roo, con Carlos Peralta al frente, de plano cometieron una grave injusticia al despedirlo casi al final de la temporada regular del beisbol veraniego. Ojalá que con este nuevo galardón del beisbol nacional, el deporte rey deje de ser el patito feo para los medios de comunicación que están ciegos o solo ven el deporte que se juega con los pies. Tal es clamor de miles y miles de aficionados al Rey de los Deportes que también debiéramos contar.

¡Elimina los piojos!

Shampoo con mezcla de tensoactivos, acondicionadores y suavizantes. Contiene extractos naturales de **Quassia amara L.** fórmula que ha demostrado científicamente eficacia al **eliminar piojos y liendres.**

- Úsalo todos los días y prevé la reinfestación
- Sin efectos tóxicos

Si persisten las molestias, consulte a su médico. Para toda la familia

N° Reg. 0009C2010 SSA
N° AUT. 113300201B1865v

DE VENTA EN
FARMACIAS SIMILARES®

Saint Germain
Peluquería Antiguo

Servicios:

- Peluquería
- Barbería
- Bolero
- 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
www.saintgermain.com.mx

Frente a la tele



Alvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com

Dos lecturas

Le tengo dos estrenos con dos lecturas: *Avenida Brasil* y *El gran chapuzón*.

Como usted sabe, la primera es una telenovela brasileña que llegó al horario más importante de Azteca 13, y el segundo, un "reality" donde diferentes figuras públicas participan en una competencia de clavados.

¿Por qué le digo que ambas producciones tienen dos lecturas? Porque pueden ser interpretadas como algo muy bueno o como algo muy malo.

Avenida Brasil es una obra maestra, una telenovela exquisita. No hay manera de verla y de no adorarla. Todo el planeta ha caído rendido a sus pies.

¿Entonces? ¿Dónde está lo malo? En que ni es mexicana ni es de Azteca Novelas. Es una vergüenza que nosotros, que nos las damos de ser los campeones mundiales de los melodramas serios no seamos capaces de crear algo la mitad de bueno que eso.

El gran chapuzón es un espectáculo muy adictivo donde vemos a muchas celebridades como jamás las habíamos visto, con mucho suspenso, con mucha producción y con unos jueces del más alto renombre.

La bronca es que no estamos hablando de una emisión ni para promover el deporte ni para invitarnos a mejorar nuestra salud, es un concepto morboso y cruel donde de lo que se trata es de esperar a ver cuál es el primer participante en accidentarse o, incluso, en matarse. Es horrible.

A lo mejor usted ama *Avenida Brasil*. A lo mejor a usted le encanta *El gran chapuzón*. Está en su derecho, pero yo tengo la obligación profesional de hacerlo reflexionar sobre lo que hay detrás de ellos.

¿Por qué los brasileños pueden contar historias originales y nosotros, no? ¿Por qué a ellos les compramos melodramas inteligentes donde los buenos no son buenos y a nuestra gente solo le compramos argumentos escandalosamente obvios, por no decir que muy tontos?

¿Por qué a nuestras figuras públicas, en lugar de darles trabajo para que se luzcan como actores, cantantes, conductores o deportistas, los obligamos a arriesgar su vida a cambio de un poco de proyección y de dinero? ¿Por qué? Se lo dejo de tarea.

El Lujo de México se despedirá en Bellas Artes

Miguel Ángel Becerril

Un verdadero placer es poder escuchar y disfrutar el más reciente material que presentó Marco Antonio Muñiz, el bien llamado "Lujo de México".

Hace unas semanas mostró lo que llamó un concepto "bien hecho y no solo por que lo haya hecho yo, sino porque es un material para resguardar, no desechar".

Al escuchar este material, pudimos comprobar que merece ser aquilatado, no solo por ser el último testigo de uno de los grandes intérpretes románticos que ha dado México, sino porque, efectivamente, es un concepto digno para despedir de los escenarios al tapatío. "Me dicen que la compañía discográfica aún tiene proyectos para mí, pero creo que con este disco cierro mi ciclo", atestiguó el intérprete de *La Bikina*.

El material se compone de dos CD, y un DVD, con su última actuación en el Auditorio Nacional, el pasado 20 de mayo de 2013, y que lleva por nombre Marco Antonio Muñiz, El lujo de México, en vivo.

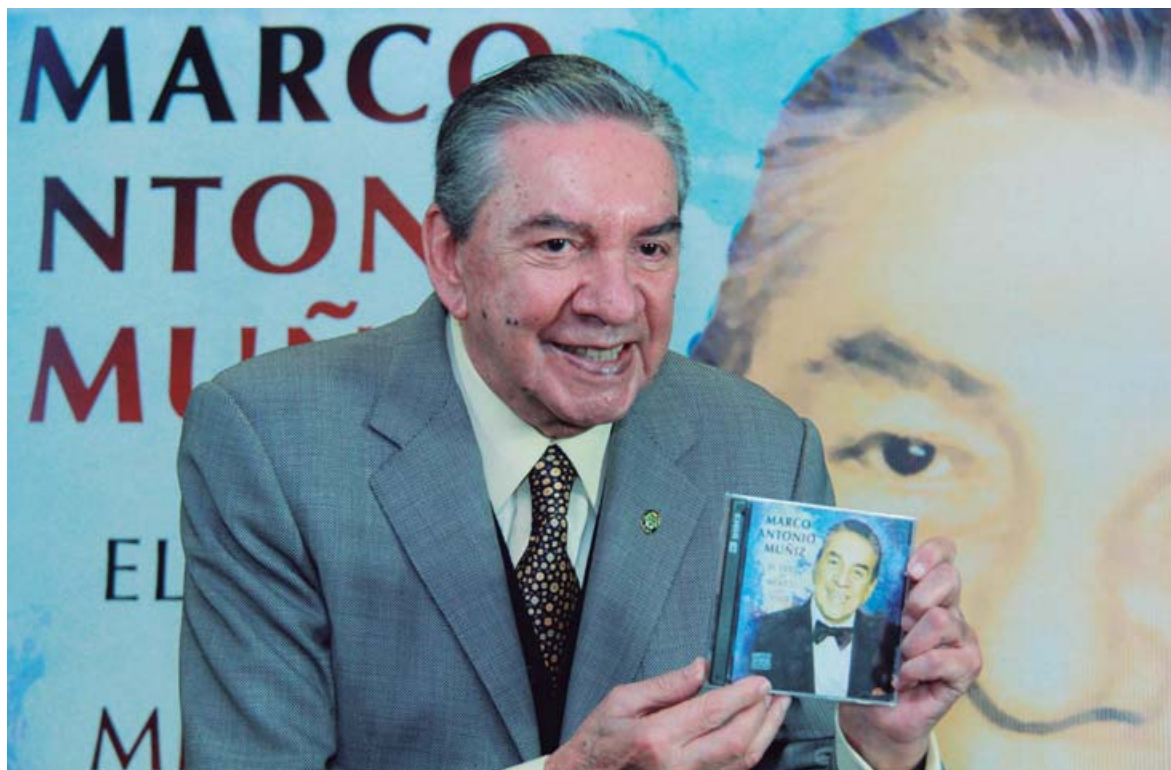
Difícil debió de ser la selección de temas que enmarcan 68 años de cantarle al amor, así que en El Lujo de México recopiló aquellas melodías que deseaba que se quedaran en la memoria de su público, como popurrís de Rubén Fuentes, Armando Manzanero y Álvaro Carrillo; sin dejar a un lado composiciones de José Alfredo Jiménez, Juan Gabriel, Pablo Milanés, César Portillo de la Luz, Rafael Hernández y muchos más, donde se hizo acompañar de la dinastía Muñiz: "Coque", Toño y Axel; además de Estela

Sabia virtud de conocer el tiempo;
A tiempo amar y desatarse a tiempo;
Como dice el refrán: dar tiempo al tiempo...
Que de amor y dolor alivia el tiempo

Renato Leduc

y Jaime Lomelí. Como ya era costumbre en sus presentaciones, desde 1965, Marco Antonio Muñiz concluyó su última actuación con la canción *Por amor*, del maestro dominicano Rafael Solano.

"Todo estaba programado para cerrar en Bellas Artes, pero un problema de cadera me lo impidió; las autoridades amablemente recorrieron la fecha y será en un par de meses cuando me presente en ese recinto y concluya mi ciclo. Me voy contento, satisfecho de lo que he logrado en este tiempo, son muchos años y siempre he recibido muestra de cariño del público que me ha seguido; gracias por todo lo que me han dado", así se despidió quien fue integrante de Los Tres Ases, y uno de los mejores cantantes románticos de México.



Cine+



Ivan Cruz Mejía

ivancruzmejia@gmail.com

Los "villamelones"

El inicio de año da pie a la temporada de premios internacionales en la industria cinematográfica. Desde asociaciones de críticos e institutos cinematográficos de diferentes países, hasta los Globos de Oro y los Oscar.

Y las películas que han figurado en todos estos eventos son: *American Hustle*, *12 Years a Slave*, *The Wolf of Wall Street*, *Dallas Buyers Club* y *Gravity* —pondría los nombres en español pero en algunos casos no coincide la traducción—. Algunas personas dicen que debemos estar orgullosos y muy atentos a la entrega de los Oscar, porque Alfonso Cuarón está nominado, pero ¿en realidad deberíamos estar orgullosos por eso? ¿Solo porque es mexicano debemos aplaudir lo que hace y apoyarlo?

Ahora resulta que hasta los programas de chismes, perdón, "espectáculos", hablan del director, de su vida antes de llegar a dirigir grandes producciones, que si lo expulsaron de la escuela de cine o que dijo: "ay, güey", al recibir su Globo de Oro, por mejor director. ¿Ha escuchado que alguno de estos programas hable de la película, de la actriz o de la fotografía del también nominado Emmanuel Lubezki?

Creo que debemos apoyar este proyecto no solo por ser dirigido por un mexicano, sino por la calidad que tiene. La excelente edición, la impecable fotografía, la destacada actuación de Sandra Bullock y, claro, la sensible dirección de Alfonso Cuarón. No solo en México se reconoce este filme y a su director; en países como Australia, Estados Unidos, Inglaterra, España y Canadá se les han otorgado más de 30 premios y se espera que se mantenga esta tendencia para que el próximo 2 de marzo consiga algunos de los 10 premios Oscar por los que compite.

Habrà que enorgullecemos de Cuarón como mejor director, pero no por ser mexicano, sino por la calidad que ha demostrado desde los inicios de su carrera. Y aprovechando el interés de tantas personas por el cine hecho por mexicanos, por qué no buscan también *Los insólitos peces gato* (2013), escrita y dirigida por Claudia Sainte-Luce, o *Heli* (2013), dirigida por Amat Escalante. Digo, que el orgullo le alcance para todos y no solo por los que están nominados al Oscar, ¿no?

Con puntos y comas... Fernando Gutiérrez Pérez

¿Cuándo va "ha" y cuándo "a"?"
Según el Blog de la Lengua, hay un truco muy fácil para no confundir nunca más "ha" y "a". Si se puede sustituir por habrá, se escribe con hache: Esta regla me ha solucionado el problema. Esta regla me habrá solucionado el problema.

Esta sustitución nos está demostrando que lo que tenemos entre manos es una forma del verbo haber

y entonces, forzosamente, habrá que escribirla con hache porque ese verbo la necesita siempre: haber —habrá— ha.

En todos los demás casos, lo que tenemos es la preposición a, que se escribe sin hache:

Voy a contárselo a mis amigos. Voy a contárselo a mis amigos. (Es incongruente).

fernandoguper@gmail.com

¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

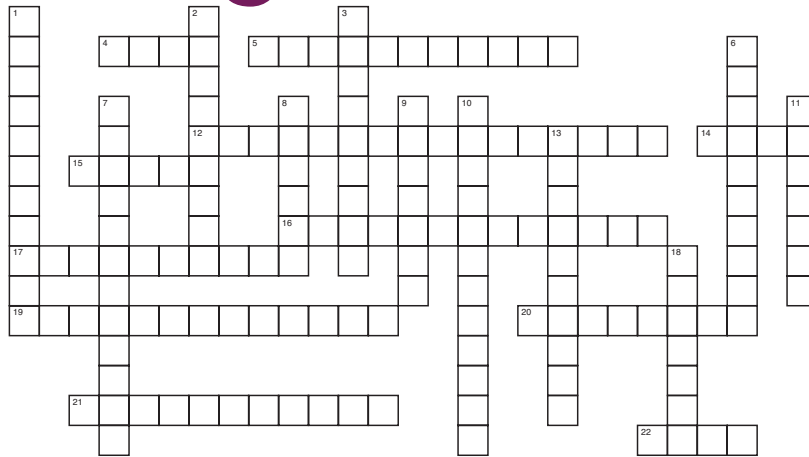


Paseos por el tiempo

Según el código Xolótl, el último punto que tocaron las tribus de Aztlán, antes de fundar Tenochtitlán, fueron los rumbos de Iztacalco, la Magdalena Mixhuca y Santa Anita, poblaciones más antiguas que la ciudad azteca. Hasta el siglo XIX, aquí llegaban las familias a pasear por el canal de la Viga, y a su paso encontraban testimonios de la evangelización: ermitas construidas en el siglo XVI, la de la Santa Cruz y otras del siglo XVII o XVIII; la Asunción, San Matías y la parroquia de la Santa Cruz. Hoy, son emblemas del pueblo de Iztacalco. Son bellas construcciones de cantera y tezontle, con figuras religiosas de pasta de caña, de casi quinientos años de antigüedad. El pueblo tiene magia, las construcciones religiosas se encuentran en un radio de cinco manzanas y se pueden ver de una a otra, y con imaginación, al recorrer sus calles, se evocarían los ramales del canal de la Viga que, en verdad, existieron y ahora son calles empedradas con casas pintadas de blanco, con sus bordes de color amarillo.

Siguiendo por el canal de la Viga, muy cerca está Santa Anita Zacatlamanco, donde, en el siglo XIX, el paseo de Santa Anita era tan célebre como su Viernes de Dolores; de ello dan cuenta en sus memorias la marquesa Calderón de la Barca, y Manuel Payno, en la novela Los bandos de Río Frio, donde las familias paseaban, mientras las canoas y trajineras navegaban por el canal, con su música de jarana y violín. Esas escenas han quedado pintadas en el mural de Diego Rivera, *El paseo de Santa Anita*. Hacia el centro de la ciudad se encontraba el Paseo de la Viga, no confundir con el canal de la Viga; era un camino de más de dos kilómetros de largo, a donde las personas pudientes paseaban en sus carruajes o cabalgando; el pueblo usaba el barco de vapor, iba de la Viga a Chalco, haciendo paradas en Santa Anita, Iztacalco y Mexicaltzingo; los precios iban de dos a cuatro reales. Ahora, en nuestros días, en estos pueblos todavía se celebran carnavales y el Viernes de Dolores... ¡Ay ojitos, pajaritos!

Crucigrama

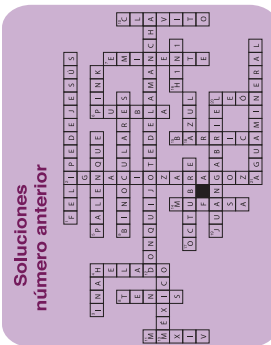


Horizontal

- 4. Cuidad donde hay agua detenida
- 5. Asesino de Colosio
- 12. Documento del Registro Civil
- 14. Novia de Tarzán
- 15. Verde en inglés
- 16. Fobia a lugares cerrados
- 17. Primera esposa de Octavio Paz
- 19. Director de la cinta Gravity
- 20. Imagen de los billetes de 200 pesos
- 21. El héroe de Nacozari
- 22. Disciplina física y mental que se originó en la India

Vertical

- 1. Competencia deportiva de Farmacias Similares
- 2. Protagonista femenina de Peter Pan
- 3. Ratseneib al reués
- 6. Lugar donde se guardan y exhiben pinturas
- 7. Inuentor del teléfono móvil
- 8. Planta para elaborar cigarrillos
- 9. Huimanguillo se ubica en
- 10. Nacionalidad del escritor Rubén Darío
- 11. Mes que tiene menos días
- 13. Alias del torero Manuel Benítez
- 18. El amigo de todos los niños



Sudoku

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

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

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

¡Ahora!

TODOS los **LUNES**,
TODO el día,
TODA la farmacia, son

EL BUEN LUNES



25% de descuento

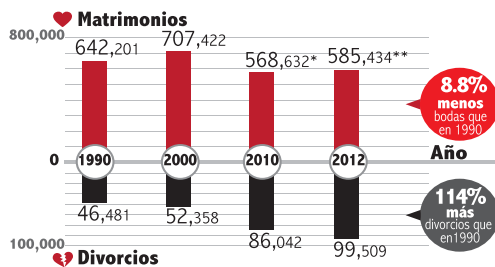


Se aplica hasta \$999 pesos, siempre y cuando solicite su ticket al vendedor. No se aplica con otras promociones o descuentos.

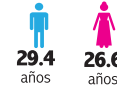
BODAS VS. DIVORCIOS EN MÉXICO

Las separaciones legales en el país muestran una tendencia creciente, pues en 1990 por cada 100 matrimonios se dieron 7 divorcios, mientras que en 2012 esta relación aumentó a 17 por cada 100, de acuerdo con Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi). Aquí los datos:

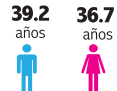
SEPARACIONES POR CADA 100 MATRIMONIOS
Personas de 15 años o más



EDAD MEDIA DEL MATRIMONIO 2012



EDAD MEDIA DEL DIVORCIO 2012



LO QUE ACTUALMENTE MOTIVA EL DIVORCIO



* De estos, 689 fueron matrimonios del mismo sexo
** De estos, 936 fueron matrimonios del mismo sexo



Nota: no se cuenta con cifras oficiales de divorcios entre parejas del mismo sexo

Fuente: Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Estudio de la Universidad de las Américas - "Cuatro factores que motivan el divorcio en las parejas mexicanas"

NTX
NOTIMEX

Diseño y arte digital: Óscar Aguilar Sánchez
Investigación y redacción: Monica Fuentes Pacheco