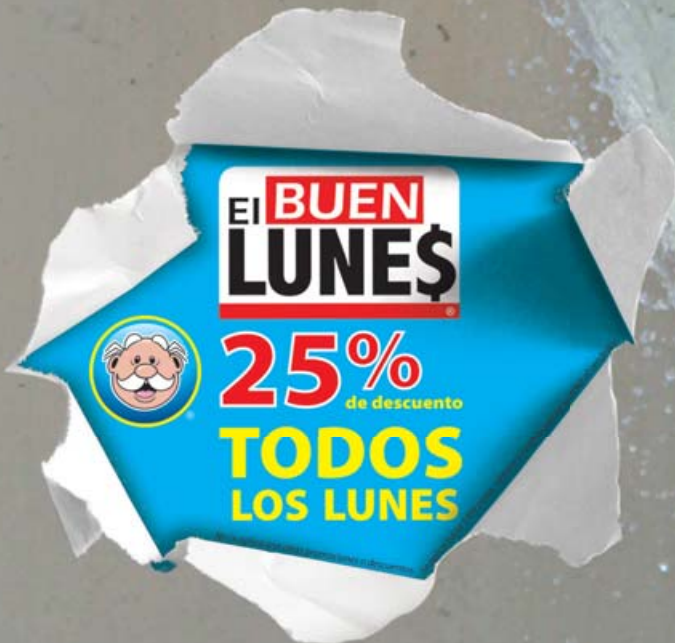


# SIM | NFORMA

Por Un País Mejor<sup>®</sup>

# Agua, las horas contadas

p.8 y 9



Núm. 382

660 mil ejemplares/marzo de 2014

**Ejemplar gratuito**



# “Ya sé que quiero ser de grande... ¡un niño!”

Fernando Gutiérrez



“talonerías interiores”. “Lo podrá hacer. Su vida será normal”, promete el especialista.

“Me siento feliz, aunque he tenido que aguantar etapas de mucho dolor físico, sé que es un sacrificio necesario”, expresa Brandon, con su característica seguridad.

Brandon, apasionado del ajedrez y del dibujo, es un “niño de cristal”. Ha sufrido más de 20 fracturas en su cuerpo. La más problemática actualmente es la del fémur. Este año

le colocarán otra prótesis, ahora en la tibia y peroné, a fin de que sus piernas tengan la misma longitud y pueda caminar con normalidad.

Nutre la familia Meraz Tapia la idea del duque de Camelot: ser niño es una genial aventura que puede prolongarse toda la vida, muy lejos de ese mundo extraño de los adultos, como también lo decía el autor de *El principito*, el francés Saint-Exupéry.

“Gracias, a la Fundación del Dr. Simi por toda su ayuda. Mejoro poco a poco, y ya sé qué quiero ser de grande”, expresa Brandon, quien pronto entrará a la vocacional.

La historia de Brandon, un valiente guerrero, es digna de contarse

Un día, el duque de Camelot se puso a pensar para sus interiores: “Nunca he sabido muy bien qué responder a la pregunta: ¿Qué quieres ser de grande? Ahora, en cambio, lo veo con claridad: Cuando sea grande, quiero ser un niño [...] ¡Y es que hay tanto que aprender de los niños!”.

El personaje no se equivocaba: los niños son maravillosos, todos son genios en potencia. Somos los adultos quienes los frenamos y, muchas veces, los echamos a perder con nuestras propias limitaciones, estrés e intolerancia.

Sin embargo, hay casos dignos de contarse, y más ahora, que se acerca el Día del Niño.

Uno de ellos es el de Brandon y su familia, un chico ejemplar, a pesar de sus adversidades físicas.

No hace mucho que lo conocimos y nos pusimos en contacto. La Fundación del Dr. Simi se había abocado a buscarle ayuda para una difícil operación. El objetivo se logró y el doctor Ramiro Cuevas, del Instituto Nacional de Rehabilitación, le colocó un clavo Gap en el fémur izquierdo (diciembre de 2013).

“La cirugía fue un éxito. Pronto permitirá que Brandon camine con mayor normalidad y cumpla uno de sus sueños dorados: vestir un traje y calzar un par de tenis, sin añadidos ni



Brandon espera pronto caminar con normalidad

## 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  
Commutador: 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

### Reporteros

Miguel Ángel Sánchez

Moisés Sánchez

Miguel Ángel Becerril

Fernando Gutiérrez

Karina Jiménez Larios

### Fotógrafos

Moisés Manzano • Arturo González

### 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. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de “Prensa Unida de la República, A.C.” Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: Marzo de 2014. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez

DIRECTORIO  
**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor.



**“Lo que te sobra para el que le falta”**

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

**FUNDACIÓN DEL DR. SIMI, A.C.**

**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**

## Siete años creciendo juntos

Karina Jiménez

Con baile, porras, concursos, pastel, pero sobretodo, con mucho entusiasmo y alegría, se festejó el pasado miércoles 19 de marzo, el 7.º aniversario del Centro Comunitario 1 del Dr. Simi, en donde se han brindado 136 mil servicios a lo largo de ese tiempo.

Dicho Centro, ha otorgado ayuda a la comunidad de Iztapalapa a través de consultas médicas, educación formal, mediante un convenio con el INEA, despensas, y 25 talleres como inglés, yoga, zumba, hawaiano, ejercicios para el adulto mayor y primeros auxilios, entre muchos otros.

Este lugar ha permitido que la gente se acerque no solo para recibir, sino también para brindar ayuda a quienes lo han necesitado, como es el caso de muchos alumnos quienes, con el paso del tiempo, se han convertido en maestros.

Un ejemplo de ello es la señora Elia López, quien fue alumna y maestra del

Centro, el cual tuvo que dejar por motivos de salud. Sin embargo, no quiso perder la oportunidad de festejar un aniversario más de este lugar al que le tiene entrañable cariño, por lo que en pleno festejo, lanzó su bastón al suelo para bailar sin “estorbos” y explayar su innegable efusividad y alegría por vivir.

Personas de todas las edades, tuvieron la oportunidad de convivir y disfrutar de un evento que conmemoró la creación de un lugar que ha crecido gracias a la colaboración de la Fundación del Dr. Simi, pero sobre todo a la gente de Iztapalapa, quienes, conscientes de su entorno, han decidido dejar la apatía a un lado y poner manos a la obra para mejorar a nivel personal y familiar.

Como muestra del éxito de los Centros Comunitarios del Dr. Simi, Astrid García Gallegos, directora de la Fundación del Dr. Simi, señaló que desde un inicio Víctor González Torres supo que la gente se puede



El Dr. Simi ya cumple siete años ayudando a Iztapalapa

unir para trabajar por ellos mismos. Indicó que, con el paso de los años, los talleres se han incrementado y que hoy se ofrecen, en promedio, dos mil 600 servicios al mes.

En el evento se contó con la participación de Lluvia Vega, exintegrante de la Voz México, quien donó su talento y puso a bailar y cantar a los presentes.

Si vives en Iztapalapa, intégrate a esta gran familia y participa en las diversas actividades que la Fundación del Dr. Simi tiene para ti. Participemos juntos en el florecimiento de un país mejor.

### Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar



### ¿Causa excomunión el aborto?

Actualmente, hay países que han despenalizado algunos crímenes, como la pena de muerte, pero no por ello dejan de ser acciones malas. Para la Iglesia, que se rige por el mandamiento “No matarás”, el aborto es considerado como una falta gravísima porque se trata del asesinato de una criatura indefensa que, habiendo sido concebida por sus padres, ellos mismos le quitan el derecho a vivir.

Resulta paradójico que los propios padres propician la concepción de una criatura, que no pidió ser concebida y, luego, buscan su muerte, privándola del derecho a vivir. Para indicar la gravedad del aborto, la Iglesia dicta excomunión para quien lo cometa en el mismo momento en que este se produce. Ello significa que la persona que aborta, quien lo practica y quien lo recomienda, quedan fuera de la Iglesia y privados de todos los sacramentos. El catecismo de la Iglesia católica es un documento oficial y menciona en el número 2270: La vida humana debe ser respetada y protegida de manera absoluta desde el momento de la concepción. Desde el primer momento de su existencia, el ser humano debe ver reconocidos sus derechos de persona, entre los cuales está el derecho inviolable a la vida de todo ser inocente. Y aclara en el número 2272 que con la excomunión: La Iglesia no pretende restringir el ámbito de la misericordia; lo que hace es manifestar la gravedad del crimen cometido, el daño irreparable causado al inocente, a quien se da muerte, a sus padres y a toda la sociedad. Este pecado no puede ser absuelto por cualquier sacerdote sino solo por el obispo del lugar o por los sacerdotes que él delegue, especialmente en la Catedral o en la Basílica. En el momento de la absolución, las personas que lo procuraron, o ayudaron a cometerlo, vuelven a ser acogidas dentro de la Iglesia y se les levanta la excomunión. En algunos lugares, como la Ciudad de México, el obispo ha autorizado a todos los sacerdotes para que, durante la Cuaresma, puedan absolver este pecado.

## Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer



www.miguelangelferrer-mentor.com.mx

## Gran garrote

Venezuela, por supuesto, enfrenta muchos problemas. Pero no cabe duda que el principal de esos problemas se llama "EU". Es Washington quien idea, programa, instruye, dirige y financia las pequeñas pero ruidosas protestas contra el gobierno del presidente Maduro.

Y son los medios de comunicación al servicio de EU los encargados de magnificar esas protestas nada pacíficas. Objetivamente se trata de un clásico movimiento de pinzas. Por un lado se organizan protestas financiadas por Washington, y acto seguido los medios al servicio de la Casa Blanca exageran y difunden engañosamente tales protestas.

Pero, desde luego, no queda ahí la participación de EU. Ahora mismo el secretario de Estado, John Kerry, amenaza a Venezuela con imponerle sanciones económicas que, como el mismo funcionario reconoce, lastimarían más al pueblo venezolano que al gobierno del presidente sudamericano.

De eso se trata: restarle apoyo popular a Maduro; aumentar el odio de las clases pudientes contra el chavismo; ir generando un clima de crispación social que vaya generando las bases de respaldo a un ansiado golpe militar, tripulado, obviamente, por EU.

En su propósito de derrocar a Maduro y apropiarse nuevamente de Venezuela, EU ha decidido enfrentarse a la comunidad de naciones latinoamericanas y caribeñas que, salvo el vergonzoso caso de Panamá, respaldan, todas, al gobierno constitucional de Maduro, y condenan, todas, las acciones subversivas en curso orquestadas, financiadas y manipuladas mediáticamente por Washington.

Al mejor estilo de Teodoro Roosevelt, hoy Obama y Kerry hablan suavemente pero empuñan un gran garrote. Llamam al diálogo e invocan la paz, pero al mismo tiempo, y como complemento de la desestabilización, empuñan el garrote amenazador de las sanciones económicas. ¿Se requiere mayor prueba de la activa participación de EU en los actos desestabilizadores y los aprestos golpistas contra Maduro?

# Con baja autoestima, 57 % de mexicanas



Según el Observatorio Regional para la Mujer de América Latina y el Caribe, A.C, cerca de 57 por ciento de las mexicanas padecen baja autoestima, por ello la Fundación del Dr. Simi ofreció a un grupo de mujeres, de entre 17 y 55 años, diferentes pláticas de autoconocimiento, con el apoyo del Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales (CNDEE).

Dichas pláticas, se dieron en los dos Centros Comunitarios del Dr. Simi, localizados en el Distrito Federal.

Se brindó el taller de Autoestima para Mujeres, plática en la que la psicóloga Dulce Rocío López Acosta trabajó, junto con las asistentes, los temas Etapas de la vida y los recursos de cada una de ellas, Mujer buena y mujer mala, Culpa y responsabilidad, y Aprender de lo hecho.

Además, en el Centro de Rehabilitación para Personas con Discapacidad, del Dr. Simi, en Ciudad Madero, Tamaulipas, se realizó el taller "Vida sin violencia".

En tierras tamaulipecas, la psicóloga Nohemí Quintero habló sobre el valor

de la persona para identificar las causas y efectos de la violencia, así como aprender a poner límites en caso de una relación destructiva.

El objetivo de dichos talleres, fue fortalecer la autoestima de jovencitas y madres de familia que acuden a los centros comunitarios y generar en ellas un cambio positivo personal y familiar.

Gracias a la gran respuesta de las asistentes, la Fundación del Dr. Simi y el CNDEE anunció que ofrecerá más talleres este 2014, para fortalecer la vida emocional de las mujeres que habitan en diferentes zonas del país.

## MÉDICOS GENERALES

### Consultorios en todo el país

[www.fundacionbest.org.mx](http://www.fundacionbest.org.mx)

## Únete a nosotros

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

Envía currículum a:

ssmbolon@sdrsimi.com.mx  
bestkmaravillas@fundacionbest.org.mx  
bestmgomez@fundacionbest.org.mx  
bestsilva@fundacionbest.org.mx

Llama sin costo al:

01 800 508 3580

ext. 4630, 4594, 4607 o 4616



**Hablando de sexualidad**

Leidy Constanza Montoya



sexologa\_leidy@hotmail.com

**Mitos de la sexualidad masculina**

Los mitos se crean para explicar lo que se desconoce; persisten debido a que preservan las tradiciones y protegen a las personas de la ansiedad y la inseguridad. La sexualidad no es la excepción.

Durante mucho tiempo, poco se ha hablado abiertamente de la vivencia sexual de hombres y mujeres, lo que ha perpetuado mitos por desinformación, temor, moralidad y ansiedad, entre otros, los cuales afectan a las personas individualmente y en sus relaciones de pareja.

Por ello, en esta ocasión abordaremos algunos mitos de la sexualidad masculina:

¿A partir del tamaño de las manos, pies y estatura se puede calcular el tamaño del pene? Existe muy poca relación entre el tamaño del pene y las dimensiones de otras partes del cuerpo.

¿La erección matutina indica que el hombre desea tener relaciones sexuales? No, ello se presenta porque, en las mañanas, la vejiga está llena y ejerce presión en estructuras internas, que naturalmente estimulan la erección.

¿Si un hombre tiene erecciones mientras duerme, es porque tiene sueños eróticos? Se ha observado que como parte de los sueños profundos se producen los movimientos oculares rápidos, y también de tres a seis erecciones, algo que no está relacionado con actividad sexual ni con sueños eróticos.

¿El tamaño del pene es fundamental para la satisfacción de la mujer? Falso, el tamaño de la vagina es de aproximadamente 10 cm, de los cuales solo los 5 primeros son de mayor sensibilidad; por lo tanto, un pene, a partir de 7 cm en erección, puede generar placer.

La idea generalizada que se ha promovido culturalmente, es que un pene de grandes dimensiones indica mayor masculinidad, pero biológicamente no es así. (En Grecia, los penes pequeños eran admirados, mientras que los grandes eran considerados poco estéticos.)

¿Si un hombre no presenta erección o la pierde en el encuentro sexual, es porque su pareja no le atrae o tiene a otra persona? Factores como el estrés, ansiedad y cansancio, entre otros pueden afectar esta respuesta refleja. No obstante, si la falta de erección es permanente, se sugiere la atención clínica, ya que podríamos hablar de incompetencia eréctil.

Ahora que tienes más información; promovamos una cultura de educación sexual; sigue la próxima columna, donde se analizarán mitos de la sexualidad en la mujer. Si tienes preguntas, puedes escribirme a: sexologa\_leidy@hotmail.com o participar en el Simichat, martes y jueves, de 16:00 a 17:00 horas, en [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

# Factores psicológicos y obesidad

A partir de los años ochenta, los índices de sobrepeso y obesidad se han triplicado en México, especialmente entre los adultos, lo que se evidencia en las cifras actuales: 39.05 % de la población padece sobrepeso, y 32.15 %, obesidad. Ello equivalente a 7 de cada 10 mexicanos, entre 30 y 60 años (Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. De allí la importancia de atender esta situación con repercusiones personales, familiares y sociales.

La obesidad no solo propicia enfermedades, como cardiopatías, diabetes e hipertensión arterial, sino también puede afectar el estado de ánimo, derivado de depresión y ansiedad, aunque en algunos casos estos trastornos de ánimo son causa más que consecuencia de la obesidad.

Dentro de los factores asociados con la obesidad se encuentran la insatisfacción y distorsión de la imagen corporal, conductas adictivas, carencia de habilidad social (asertividad, dificultades para expresar sentimientos y para relacionarse con otras personas), problemas con la familia, con la pareja y en el trabajo. En algunos casos, la ingesta de comida sin control y la obesidad están asociados a insatisfacciones, miedos o pérdidas, que se cubren, temporalmente, comiendo; miedo a las relaciones sexuales, a la intimidad, obesidad como forma de agredir al compañero, o como respuesta a la pérdida de un ser querido.

En el caso de ansiedad y depresión, ambos trastornos están relacionados con el aumento de peso. Por ejemplo, cuando los niveles de ansiedad se incrementan, se suelen buscar calmantes inmediatos que den una sensación de alivio y uno de estos, por la cercanía y fácil acceso, es la comida.

Por tanto, si el comer se vuelve un recurso anti ansiedad y se hace de esta práctica algo habitual, puede establecerse en algunas personas un círculo vicioso, donde la ansiedad se reduce comiendo, lo que podría generar un aumento de peso y, a su vez, ser motivo de preocupación y nuevamente de estrés, con lo que la ansiedad se haría presente y la comida sería su mecanismo

reductor. De esta forma, se continuarían enlazando estos tres aspectos: ansiedad-comida-obesidad-ansiedad.

En otros casos, algunas personas presentan un estado de ánimo decaído, sin fuerza para realizar tareas habituales. Sin relacionar su estado de ánimo con la posible baja de serotonina (neurotransmisor disminuido en este trastorno), buscan alimentos ricos en proteínas e hidratos de carbono, con lo que se facilita el aumento de peso.

Dado que las personas con obesidad no suelen estar satisfechas con su imagen corporal, pueden aislarse por temor al rechazo y encontrar en la ingesta de alimentos una manera de reducir la insatisfacción, ya que el comer proporciona placer, gracias a la secreción de endorfinas; por otro lado, al asignar a los alimentos cierto valor simbólico, se satisface una necesidad psicológica más que nutricional.

De allí la importancia de revisar los aspectos que motivan a comer descontroladamente y que contribuye al aumento de peso. Si tienes alguna duda, llámanos al 01800 911 66 66, opción 3, o escríbenos a [centrodiagnostico@serfelizsise puede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizsise puede.com.mx)

**Con información de la psicóloga Anabel Robles Rodríguez**



**Voguel SILDENAFIL**

\$219.00

\$139.00

\$64.00

\$40.00

Reg. No. 02M202 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.

## Espacio a la historia

Manuel Magaña



mmc.informacion@yahoo.com.mx

## Decálogo antinarco

Mientras el vicecoordinador de los “chuchos” en la Asamblea Legislativa, Miguel Alonso Raya, promueve lo que ya se conoce como la narcocultura y la despenalización de la marihuana, con el pretexto de que *la prohibición solo ha provocado un aumento en el consumo y que los narcomendistas tengan situadas secundarias y bachilleratos*, la Arquidiócesis primada de la Ciudad de México, a cargo del cardenal Norberto Rivera Carrera, da difusión a su decálogo antinarco, donde se contienen 10 razones para no fumar esa yerba, porque de hacerlo, considera que hay graves riesgos para la salud. La Arquidiócesis basa científicamente sus advertencias en un estudio realizado por el Drug Abuse National Institute, de Estados Unidos. Si se despenaliza la marihuana, “muchas gente que hoy no se atreve a fumarla porque está prohibida, lo haría. Pronto, no solo adultos, sino jóvenes, adolescentes y niños, consumiéndola, empezando su triste camino de adicción y autodestrucción”.

El decálogo que advierte sobre los graves peligros de fumar marihuana circula, tal como corresponde, en templos y parroquias sobre todo de la capital y en *Desde la Fe*, vocero de la Arquidiócesis, ocupa el espacio correspondiente.

Textualmente hace esta advertencia: “Alentar que la gente se drogue, altere su conciencia, se vuelva adicta, pierda la brújula, la paz y el sentido de su existencia, no contribuye en nada a mejorar la sociedad. Todo lo contrario, promueve su deterioro físico, mental y espiritual”.

Y pregunta: “¿Queremos eso para nuestra patria, para nuestro hogar, para nuestra propia persona?”. Asimismo, enfatiza que, en cuanto creyentes, “no se puede estar a favor de legalizar algo que esclaviza al ser humano, le crea adicción, lo aliena de su realidad, lo priva de su libertad”. Recuerda que la delincuencia y la drogadicción van de la mano.



Jorge Arvizu, el “Tata” cumplió una trayectoria artística de 62 años, principalmente como comediante y como músico, en una faceta desconocida, en la etapa final de su vida. “Qué bárbaro, cómo he aguantado tanto tiempo, cuando no hay un día seguro, un día en que digas ‘hoy tengo trabajo’”.

¿Cómo era el México de hace 62 años? “¡Uy!, una maravilla, podías caminar hasta altas horas de la noche, muy seguro. Con un lote de 10 centavos, te ibas al Zócalo, *agarrabas* un tranvía para Xochimilco. Ya después de San Antonio Abad, todo era puro paisaje. Yo vivía, entonces, en la calle de Artículo 123, luego en Cinco de Mayo, y en otras, pero siempre del Centro Histórico”.

¿Qué hemos perdido? “En primer

lugar, la conciencia y la dignidad; si las tuviéramos, nuestro país no sería el que es ahora”.

¿Se pueden recuperar? “Está muy difícil porque a la gente lo que más le interesa es el dinero, todo lo que sean negocios, lícitos o ilícitos. Venden cosas adulteradas: kilos de 800 gramos, o en las gasolineras, litros de 800 mililitros... los doctores, por ejemplo, te operan sin que necesites una operación... ¡todo es corrupción!”

“Yo creo que de mil personas, es difícil que encuentres a dos que no sean corruptos. Es el sistema del capitalismo salvaje, de punta a punta”.

¿Ya no se puede hacer nada por este México? “Sí, si se puede, nada más que afectas intereses de grupo. Puedes luchar

para hacerle ver a la gente que estamos perdiendo el futuro de nuestros hijos, la tranquilidad, la vida. Hoy, a un joven le preguntas ‘¿Te vas a casar? ¡No! ¿No tendrías familia? ¡Menos!’ Entonces lo que hace la gente es solamente sobrevivir, renuncian a vivir”.

### ¡Quiero mi cocol!

Te recordamos en muchas series de doblaje. “¡Ah!, el doblaje era muy bonito, una fantasía. Y más cuando me escogieron para que hiciera las voces de Pedro en *Los Picapiedra*, y de Benito y Cucho, en *Don Gato y su pandilla*”.

Antes, ¿había más oportunidades de trabajo para artistas como tú? “Si había más oportunidades, pero ahora las hay para los que no son artistas, solo basta con que tengan buen físico”.



En Reencuentro con México, Jorge Arvizu el "Tata", compartió con Juan Manuel Rentería su visión de México

También te recordamos como el "Tata". "Era un viejo padrísimo, que vivía en una casa vieja, solitario, vestido con bata, todo despeinado, que vivía en una casa de huéspedes de María Victoria.

"Un día, hubo una escena en la que una niña huésped y yo, sentados a la mesa, tomamos el mismo pan, y empezamos a jaloneárnoslo. Yo hacia tal berrinche, que me subí a la mesa y comencé a gritar '¡Quiero mi cocoo!' Y después de que pasó el programa, la gente se quedó con esa frase, al grado de que cuando pasaba una muchacha, muchos exclamaban '¡Quiero mi cocoo!!'"

**-Jorge Arvizu, el "Tata", fue trending topic**

**-Hoy, Pedro, Pablo, Benito Bodoque, Cucho, el pato Lucas, Bugs Bunny y el Pájaro Loco, callan**

¿Cómo ves el mundo político que estamos viviendo? "Es una porquería, ya no son ni gánsteres... ¡qué horror! Con un dedo de la mano puedes contar a alguien honesto, que esté luchando por este país. Y si te pones a luchar en contra de este sistema, resulta ser el diablo. Entonces, la gente está llena de miedo.

"Podríamos hacer tanto si la gente tuviera voluntad, si participara, si se preocupara realmente por el futuro de sus hijos. Tendrían que luchar para cambiar lo que estamos viviendo, porque esto es un peligro para todos.

"El peligro lo han causado los que manejan la economía de este país,

un grupito muy pequeño, enfermos de egoísmo, no tienen *llenadero*, ni el mínimo grado de conciencia, nada más están ellos comiendo, y avientan migajas para un lado y otro. Están rodeados de una multitud de muertos de hambre. ¿Qué puede pasar? Pos que un día esos muertos de hambre van a saltar, y la multitud con hambre es un peligro para todos, eso es lo que están provocando".

¿Cómo evitarlo? "Que esos señores dejen de ser tan ambiciosos, porque un estudiante salido de una Universidad tiene que volverse deshonesto, pues estamos viviendo de negocios... el asunto es dinero, dinero, dinero... Entonces, ante esa visión del mundo, ¿por qué se quejan de los secuestradores, que van a hacer dinero y más rápido?"

**A despertar**

"Lo que debe suceder es que el pueblo despierte. Por favor, piensen tantito, nada más estamos viendo lo del goooooo, se la pasan comentando el futbol... La gente nada más piensa en cosas de poder, de dinero. La culpa la tenemos todos los mexicanos: unos metidos en el futbol, otros con la esperanza de Pronósticos Deportivos. Deberíamos estar todos unidos en un solo cometido: el bienestar de todos. Sin embargo, todos estamos trabajando para los intereses de un grupito cada vez más inclemente, más ambicioso, y van a provocar una cosa terrible en el país".

¿Qué sigue en tu vida artística? "Yo creo que voy a acabar siendo chistoso en la retaguardia porque como vienen las cosas, algo va a pasar, y me van a decir 'Usted ya está muy *vetarro*, váyase pa' la retaguardia y divierta a la tropa... En serio, lo que yo deseo es seguir con la ilusión, con el gusto, por mi oficio tan maravilloso de ser comediante y, ahora, hasta músico".

Porque "la calidad es lo primero"®...



**Análisis Clínicos del Dr. Simi**

"Lo mismo pero más barato"®



**MIÉRCOLES DE PERFILES**

Perfil **Tiroideo** de \$499.00 **a \$280.00**

Perfil **Preoperatorio II** de \$640.00 **a \$379.00**

Perfil **Ginecológico** de \$663.00 **a \$499.00**

Perfil **Hepático** de \$399.00 **a \$299.00**

**Además...**

Perfil **Preoperatorio** **\$349.00**

Perfil **Reumático** **\$385.00**

Perfil **Torch** **\$550.00**

Perfil **Torch 1 y 2** **\$950.00**

Perfil **Torch 2** **\$550.00**

Perfil **Hormonal Masculino** **\$479.00**

Perfil **Lípidos Promoción Hipertensión** **\$299.00**

Perfil **Prenatal especial con OS6** **\$549.00**



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

## Expedientes del poder



Carlos Ramírez

carlosramirez@hotmail.com

## Reformas con desorden

Si se revisan las reformas estructurales, el alcance de las aprobadas aún no se mide en cuanto a posibilidades. Sin embargo, la distancia que recorran dependerá de que partidos e instituciones se pongan de acuerdo para terminar con el desorden político nacional. Toda transición política tiene efectos colaterales en las posibilidades de los grupos participantes. Pero resulta que ha sido más agitada la alternancia del PAN al PRI de 2012 que la del PRI al PAN en el 2000: escándalos, violencia, basura debajo de la alfombra, tensiones políticas y sobre todo chantajes.

La transición es un instante político determinado: se cumple cuando el régimen autoritario pasa a uno democrático o semidemocrático, en el que la característica principal es el respeto al voto. Lo que viene después es la parte más difícil: la construcción de un régimen democrático.

España construyó su democracia en dos años y medio, de mediados de 1976 a finales de 1978: la ley de reforma política para elecciones libres, los Pactos de la Moncloa para el desarrollo y la nueva Constitución para anclar los cambios. Treinta y cinco años después la democracia española cruje por comportamientos autoritarios de los demócratas.

En México hubo transición sin construcción democrática: Vicente Fox no quiso, Felipe Calderón no le dio prioridad y el presidente Peña Nieto carece de un PRI que le ayude a la refundación de las instituciones. Las élites políticas que debieran promover la instauración democrática han preferido el reparto de áreas de poder vía el Pacto o acuerdos en lo oscuro.

El desorden político actual está derivado de la falta de instituciones democráticas. Los espacios conocidos como el Congreso o las autoridades penales carecen de formas de encarar los problemas. Mientras el régimen político no siente a las élites a poner orden institucional, el desorden será un obstáculo para las reformas estructurales.

Si el PAN no tuvo iniciativa en el 2000 y el 2006, ahora la responsabilidad la tiene el PRI; y debiera ser el más preocupado porque ya se tienen datos de que las reformas estructurales no podrán caminar sin fundación democrática.



# Agua, las horas

Fernando Gutiérrez

Los datos nos dejan pasmados: 70 % del territorio nacional está ya en condiciones desérticas; 16 millones de mexicanos no tienen acceso al agua potable; llevarla al Valle de México implica un gasto anual de más de 4 mil millones de pesos; para que llegue, hay que subirla a una altura equivalente a cinco veces la Torre Latinoamericana... Sin embargo, todo ese esfuerzo parece resultar inútil, primero porque se pierde casi 40 % del líquido en fugas, y luego porque se desperdicia impunemente en hogares e industrias.

El panorama no es halagador, pero hasta ahora, gracias al Sistema Cutzamala —inaugurado en 1982— la mayoría de los habitantes del Valle de México, abrirá la llave y tendrá agua potable de inmediato.

“Llevar el agua potable al Valle de México es una empresa faraónica. El Sistema Cutzamala capta agua de siete presas, ubicadas en Michoacán y el Estado de México. El líquido debe viajar 230 kilómetros mediante una moderna y compleja red de tuberías”, comenta el ingeniero José Luis Jardines Moreno, director de Agua Potable, Drenaje y Saneamiento, de la Comisión Nacional del Agua (Conagua).

Sin embargo, hay un recurso desaprovechado: el agua de lluvia. “Si se aprovechará 3 % del agua de lluvia que cae en el país, se podría dar a los millones de mexicanos que no tienen acceso al agua entubada; se podría llevar a 50 millones de unidades animal; regar 100 mil hectáreas de invernaderos y dar riego de auxilio a 18 millones de hectáreas bajo condiciones de temporal”,



Ingeniero José Luis Jardines Moreno

apunta el doctor Manuel Anaya, especialista del Colegio de Posgraduados de Chapingo.

El caso es que el agua potable tiene las horas contadas, no solo en México, sino en el mundo. Recientemente la ONU advirtió que para dentro de 16 años, 40 % de la población mundial carecerá de agua potable.

## Cada vez más lejos

Hay que hacer algo, urgente. “Aunque el Sistema Cutzamala cubre las necesidades actuales, lo cierto es que está llegando al final de su vida útil, y hay que buscar otras alternativas —cada vez más lejanas— para dar agua a más de 20 millones de personas que pueblan el Valle de México”, dice Jardines Moreno.

Las fuentes externas al Valle de México que se estudian para importar caudales importantes se encuentran en Temascaltepec, Tecolotla, Acuífero de Tula y Amacuzac.

Esto es para no extraer de más el agua del subsuelo, pues actualmente la Ciudad de México se hunde 30 centímetros al año, por esa razón.



Tuberías kilométricas del Cutzamala

# contadas



Doctor Manuel Anaya Garduño

## Opciones inteligentes

Ante este panorama, dos investigadores —uno de la UNAM y otro del IPN— proponen soluciones inteligentes, prácticas y de bajo costo.

“Una de ellas es una caseta, tipo invernadero, donde se imita el proceso de la naturaleza para desalinizar el agua de mar, mediante la radiación solar. Esta propuesta es ideal para nuestras zonas costeras, donde podrían generar cinco o más litros de agua limpia al día, para consumo familiar”, afirma la ingeniera ambientalista Ana Elisa Silva Martínez, de la Facultad de Ingeniería de la UNAM.

Otra propuesta es la de potabilizar el agua de lluvia mediante un equipo de celdas solares. “Se trata de captar el agua de lluvia a lo largo del día y limpiarla con una máquina que puede instalarse en la azotea de las casas o edificios. Con ello podríamos tener hasta 60 litros diarios de agua para consumo humano”, explica Ismael Montiel, académico de la Unidad Profesional Interdisciplinaria en Ingeniería y Tecnologías Avanzadas (UPIITA), del IPN.

Y, finalmente, está la casa autosustentable —propuesta por el Centro Internacional de Demostración y Capacitación en Aprovechamiento del Agua de Lluvia (Cidecalli)— con un equipo que capta agua de lluvia, mediante canaletas en el techo, para almacenarla en una cisterna. “Este sistema nos da agua todo el año para uso doméstico y riego”, sostiene su creador, Manuel Anaya.

## ¡A cuidarla!

Los cuatro especialistas coinciden en que la única forma de que no falte el agua potable, es cuidarla. Recomiendan evitar su desperdicio en la regadera, a la hora de bañarnos; utilizar el agua de la lavadora en los baños, y en el riego de jardines, y no lavar banquetas y coches con el chorro de la manguera, entre otras acciones preventivas.



Ingeniera Ana Elisa Silva, de la UNAM



Ismael Montiel, académico del IPN

“Falta una cultura del agua, en escuelas y en las familias”, dice el ingeniero Jardines Moreno. “Miremos hacia el cielo, la lluvia es nuestra salvación”, apunta Manuel Anaya. “En nuestras manos está no quedarnos sin agua”, afirma Ismael Montiel. “La energía solar es nuestro mejor apoyo”, propone Ana Elisa Silva.

Y usted, ¿qué hace para que no nos convirtamos en un desierto?



Planta de bombeo del Cutzamala

## Editorial

### ¿Empleo seguro o seguro desempleado?

Si de ser previsores se trata, le proponemos algo:

Compre la llanta más cara del mercado; aquella que garantice los más altos estándares de calidad y posea tecnología de vanguardia. ¿Que no tiene auto?... Eso es lo de menos, para cuando adquiera su primer Ferrari ya tendrá llanta de refacción.

Así de absurdo suena el seguro de desempleo aprobado por los “ninis” que usurpan funciones de diputados, porque más que un seguro, lo óptimo sería tener, por principio de cuentas, un empleo bien remunerado.

Las posiciones que se han dado a la sazón del deprimente saínete en la Cámara Baja son de lo más abigarradas. Algunos especialistas, por ejemplo, auguran que la Ley de la Pensión Universal no está visualizada para trabajadores de un país donde la visión de largo plazo es nula.

Para sustentarlo, se afirma que sin recursos específicos, cada trabajador deberá cumplir siete años en un empleo, antes de que pueda utilizar el dichoso seguro, ya que primero deberá cumplir requisitos como el de las 104 cotizaciones en un periodo de tres años.

Si tomamos en cuenta que hoy es un verdadero logro permanecer en un trabajo por más de tres años, agréguele que para gozar del seguro cada vapuleado trabajador deberá contar con 270 por ciento del salario ahorrado.

Si hacemos cuentas, con el tres por ciento que el empleado da, tendrían que pasar siete años —si el patrón cotiza de manera ininterrumpida— antes de que el trabajador obtuviera este seguro de desempleo... y solo cuando el trabajador no haya usado el dinero ni para vivienda, porque los fondos provienen de una cuenta mixta que incluye vivienda, desempleo o el retiro.

Dicho en pocas palabras, el seguro de desempleo está pensado en todos, menos en los trabajadores del país.

¿Simulación a la vista? Al parecer eso es. No hay cuotas obreiro-patronales destinadas ex profeso y se manosean los exiguos recursos del trabajador, que ahora verá cómo 3 por ciento de su salario se migra a las afores.

Por eso ratificamos, más que seguro de desempleo, lo que México requiere es un empleo seguro. Ahí es donde debiera enfocarse la tarea legislativa: en propiciar condiciones y un marco jurídico donde se fomente el empleo.

Cierto, el gobierno no crea fuentes de trabajo, pero sí puede estimular su creación.

Más que pensar en un seguro, que todos tengan trabajo debiera ser el objetivo.

No olvidemos que de los 50 millones de mexicanos económicamente activos, solo 16 millones de ellos están inscritos en el Instituto Mexicano del Seguro Social, y 30 millones más están en la informalidad.



▶ Pasta dental Crest® Complete

▶ Shampoo Pantene® Pro-V restauración

▶ Shampoo Head & Shoulders® control caspa

**\$ 13.90**  
Pasta dental Crest® Complete

DE VENTA EN  
**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" **15%**

# 1 AÑO DEL PAPA FRANCISCO

## Los 10 actos más recordados

En sus primeros 365 días de pontificado, Jorge Mario Bergoglio impuso un nuevo estilo eclesial que cambió la forma de conducirse como guía espiritual y reformó al Estado Vaticano. Estas son las diez acciones más trascendentes del año.

### CAMBIOS AL ESTADO VATICANO

1. Acercó a la Iglesia con la comunidad gay al declarar: "Si una persona homosexual tiene buena voluntad y busca a Dios, yo no soy quién para juzgarla".
2. Impuso al Banco del Vaticano publicar un reporte anual y creó la Secretaría de Economía que gestionará los asuntos de la Santa Sede.
3. Designó a ocho cardenales para que analicen y reformen la Curia Romana, institución acusada de malos manejos financieros.
4. Decidió que la Iglesia Católica dará su postura oficial (en un plazo no muy largo) sobre el uso de anticonceptivos, y la adopción homosexual.

### CAMBIOS PERSONALES

1. Usa una cruz y el "Anillo del Pescador" de plata, en lugar del oro acostumbrado. Viste hábitos sencillos y vive en una casa modesta.
2. Renunció al Papamóvil blindado. Usa un descapotable cada miércoles para saludar a los fieles en la Plaza de San Pedro.
3. Se unió a cristianos, musulmanes, budistas, judíos y ateos en la Jornada Mundial de Oración por la paz en Siria.
4. Renovó su pasaporte argentino, con lo que se convirtió en el primer pontífice que no renuncia a su nacionalidad de origen.
5. Creó nueve cuentas de Twitter, en las que publica contenido en varios idiomas. Se anunció que abrirá una página oficial de Facebook.

- Argentino
- 77 años
- Jesuita
- Pontífice 266

Fuente: Internacional NTX, BBC, Vaticanos, islam.com.ar, Univision  
Investigación: Mónica L. Fuentes Pacheco  
Diseño: Oscar Aguilar Sánchez

## Rusia y Crimea, histórica reunificación

El presidente ruso Vladimir Putin y los líderes de Crimea y Sebastopol firmaron un Tratado de Reunificación, con el que Rusia acoge de manera oficial a la ahora exrepública y la ciudad ucraniana como parte de su territorio.

El histórico acuerdo fue suscrito en el pleno de las dos cámaras del Parlamento ruso, al término de un discurso de Putin en el que defendió la incorporación a Rusia de la Península de Crimea y la ciudad de Sebastopol.

"Desde el día 18 de marzo de 2014, la Federación de Rusia está formada con nuevas entidades: la República de Crimea y Sebastopol, una ciudad federal", destaca el Tratado, escrito en ruso, ucraniano y tártaro, lenguas oficiales en la República de Crimea.

El Tratado de Reunificación da un plazo de un mes para que los residentes de Crimea que quieran preservar su ciudadanía ucraniana o cualquier otra lo hagan saber a las autoridades, ya que de lo contrario obtendrán automáticamente la nacionalidad rusa.

El texto fija para el 1 de enero de 2015 un periodo transitorio para la integración de las nuevas entidades subfederales y se defina su situación económica, financiera, crediticia y los sistemas jurídicos.

El acuerdo también contempla elecciones regionales en Crimea y municipales en Sebastopol, en 2015, para elegir nuevas autoridades, mientras tanto las actuales seguirán ejerciendo sus funciones.



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.

**SIMIcondón®**

Placer a prueba de **TODO**



Desde **\$15.00**

Prevención es salud [www.simicondon.com](http://www.simicondon.com)



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

HASTA **75%** DE AHORRO®



Historias armables



Arturo Martínez

El de triste figura

“En un lugar de la Mancha, de cuyo nombre no quiero acordarme, no hace mucho tiempo que vivía un hidalgo de los de lanza en astillero, adarga antigua, rocín flaco y galgo corredor”. Y vale aclarar, que La Mancha es una región de España, cercana a Madrid, la lanza en astillero, significa una lanza “arrinconada u olvidada”, porque el astillero, era la percha donde se colgaban las armas; la adarga era un escudo de piel muy antiguo como en forma de corazón, rocín es una forma de decirles a los caballos briosos y el galgo, obvio, es un perro de esa raza. Así comienza el libro que dio origen al idioma español: “El ingenioso hidalgo, don Quijote de la Mancha”.

Pero con todo y todo, no creas que es complicado leerlo o entenderlo. Al contrario, es una historia, larga sí, pero muy divertida. Narra las aventuras de don Quijote de la Mancha, un anciano de aproximadamente 50 años, (bueno, es que en aquella época, o sea principios de los 1600, la expectativa de vida era hasta los 30), que de tanto leer libros de caballería, pierde la razón y quiere convertirse en caballero. Entonces, busca en su casa y encuentra una armadura vieja y oxidada, con todo y su yelmo, o sea su casco, la lanza y un caballo flaco y débil, que él ve como un caballo fuerte, grande y brioso.

Creo que no hemos dicho, que este hidalgo, que así le decían a las personas nobles y distinguidas, se llamaba Alonso Quijano, pero como ese no era un nombre apropiado para alguien que luchara por la justicia y la igualdad entre las personas, como los caballeros, se cambió el nombre por “don Quijote de la Mancha”.

Y ya envuelto en esa locura de querer cambiar y mejorar el mundo, este flaco señor, se fue de su casa sin avisarle a nadie, para buscar problemas que resolver. ¡Y vaya que los encontró! Porque se volvió experto en ir a donde no lo llamaban. De esa manera, impidió que un señor golpeará a su criado, liberó presos muy peligrosos, peleó contra pastores de mulas, se enfrentó al “Señor de la Blanca Luna” y... peleó contra molinos de viento, a los que confundió con gigantes hechizados por Frestón, su archienemigo.

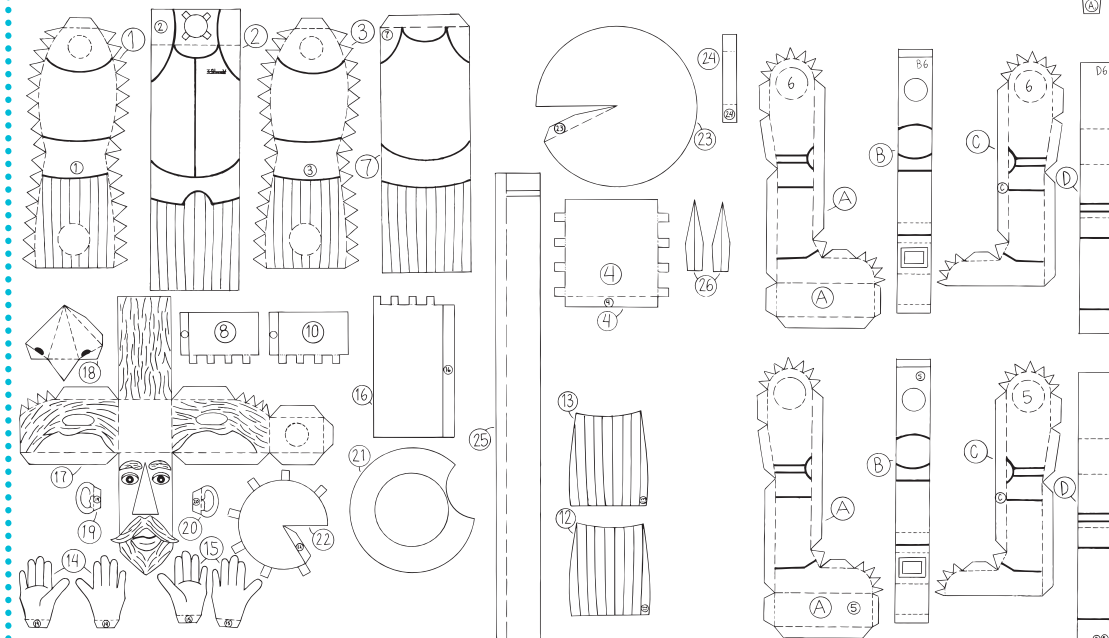
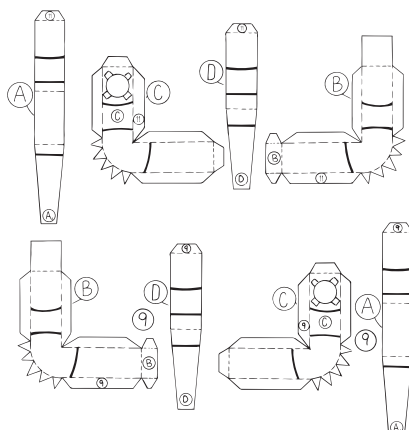
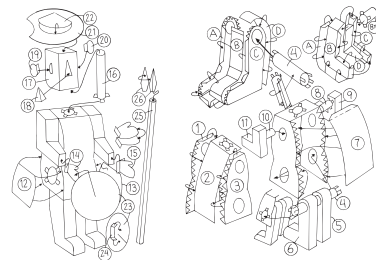
Entre esas andanzas, descubrió a Aldonza, la sirvienta de una posada, un lugar de descanso, y quedó enamorado para siempre de ella. Por cierto para él no era Aldonza, la moza, sino Dulcinea del Toboso. Y a ella dedicó cada una de sus andanzas y acciones, convertido en “El caballero de la triste figura”.

Mientras lo lees, puedes armarlo, pero no te niegues a la posibilidad de conocer al más famoso de los luchadores, en busca de un mundo mejor.



¡Amplificalo, por partes, del 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



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](mailto:simi_informa@porunpaismejor.com.mx)

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

# Hausleber, el olvidado

Fernando Gutiérrez

De joven, le daba cierto parecido al actor Anthony Hopkins, sobre todo cuando este trabaja con el pelo alisado hacia atrás, y mostraba una sonrisa enigmática.

Era un polaco-mexicano ejemplar. Disciplinado, serio y formal, dedicado ciento por ciento a su trabajo.

Lo recordamos perfectamente. Llegó a México, en 1966. Inteligente, observador, un auténtico científico del deporte. Nada dejaba a la improvisación, todo estaba medido escrupulosamente y apuntado en su inseparable y pequeña libreta.

Siempre elegante: saco azul o negro, pantalón gris y corbata, su atuendo preferido. Gafas sin arillos, y detrás, una mirada profunda, escudriñadora.

Por si fuera poco: la mar de amable. Casi nada: capacidad y buen carácter, combinación rara de encontrar.

Sí, nos referimos a Jerzy Karol Hausleber Roszczewska, difícil de pronunciar, mejor conocido como el "profesor", y luego como el padre de la caminata mexicana. Muy justo tal calificativo, pues con él los marchistas nacionales conquistaron nueve medallas olímpicas, además de títulos mundiales.

Pocos como él han dado tanto a nuestro deporte. ¿Quién no recuerda al sargento José Pedraza, Raúl González, Carlos Mercenario, Ernesto Canto, Bernardo Segura...? Y a tantos otros que él llevó a vivir en el Olimpo.

Lo conocimos, lo entrevistamos muchas veces. En su medio español, a los reporteros cercanos, después de la dura jornada de entrenamiento con sus atletas, nos expresaba calmadamente lo que guardaba en su corazón:

"Siempre he soñado con tener una casita en Veracruz... Nunca se me hizo... Pero cuando muera quizá se me haga realidad descansar allí... Me gustaría que mis cenizas las esparcieran en ese bello lugar que conocí en 1949, cuando llegué, por primera vez, con la Marina de Polonia".

Era una linda persona, culto, amante de la música clásica y un apasionado de la buena literatura.

Honesto a carta cabal. Sano en su forma de vivir. Su pasión inicial, allá en Polonia, fue la arquitectura, pero después solamente vivió por el deporte, en especial para la caminata.

Y pasaron así muchos años. Acumuló infinidad de reconocimientos y homenajes. Se hizo de muchos amigos, pero también de enemigos, esos que le hicieron irse a Canadá varios años.

Fue el creador de la escuela mexicana de marcha, la cual alcanzó tanto prestigio que los "gallones" de la entonces Unión Soviética, Alemania, Japón, Canadá, Italia...venían aquí para copiar las técnicas.

¿Cómo era posible que nuestros marchistas tan chaparritos se impusieran



a las torres europeas? La fórmula secreta solo la sabía Jerzy, y aquí nadie se encargó de perpetuarla. La dejaron morir.

Hay que decirlo: los "dirigentes" del deporte en México muy pronto se olvidaron de él. Malagradecidos.

Cuando el "profe" envejeció, lo hicieron a un lado. Lo volvieron invisible. Aún tenía mucho que dar. No obstante, se le marginó. El resultado lógico fue la debacle de la marcha nacional. Ya no volvió a ser la misma.

Hausleber murió en la pobreza, acompañado de su esposa, sus dos hijos, y siete nietos. A los 83 años su organismo ya no soportó el efecto de cinco caídas, que le averiaron las rodillas y la cadera. Soportó durante meses los dolores espantosos en sus articulaciones, además de problemas neurológicos, y varias hospitalizaciones.

Finalmente, un infarto masivo lo puso en camino de su sueño dorado: Veracruz, ese rincón de patria, donde siempre quiso tener una casita, y que nadie le ayudó a conseguir a pesar del lustre que le dio al deporte mexicano.

Descansa en paz, querido maestro.

(fernandoguper@gmail.com)

## Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez



## Los enemigos del deporte

Mente sana en cuerpo sano es una cita latina, nacida en la civilización de la Grecia clásica, donde se aplicó el deporte con tanta devoción, que lo interiorizó de una manera tan profunda, que impregnó su cultura, su arte, su vida diaria, incluso su religiosidad y política.

Vale decir que para algunos autores, el sentido original de la frase es el de "orar para disponer de un espíritu equilibrado en un cuerpo equilibrado", lo que explica el porqué de la relación con su religiosidad y política. Pero el caso es que un nuestro país, y quizá en todo el mundo, el deporte tiene enemigos o despropósitos que atentan contra el fin que

este persigue, es decir, una mente sana en un cuerpo sano.

Uno de estos enemigos es el alcohol, pues casi es una constante que tras un encuentro entre equipos no profesionales de las disciplinas que más se practican en México, como el fútbol y el beisbol, sus integrantes celebren lo mismo las victorias que las derrotas, con el consumo abundante de cerveza u otra clase de bebidas alcohólicas, lo que se convierte en principal causa de situaciones de violencia y va contra el logro de una mente sana en un cuerpo sano. Lo mismo puede decirse del tabaco, o de la marihuana, si su comercio y consumo por desgracia llegaran a legalizarse.

Todo lo anterior viene a cuento, porque de muy buena fuente supe que a una de las clínicas del Seguro Social, en la ciudad de Aguascalientes, llevaron dos heridos por arma blanca y algunos otros golpeados a puñetazos o a patadas, a causa de que, bajo los efectos del alcohol, se produjo un riña colectiva en un juego de beisbol llanero.

En razón de la pernicioso existencia de estos enemigos, pienso que el consumo de lo uno y lo otro debiera prohibirse entre los aficionados a cualquier disciplina deportiva, pero sobre todo del futbol, donde las situaciones de violencia son más reiteradas. ¿Usted, no lo cree así?

**LIBÉRATE**  
de los molestos  
**callos**

**Líquido removedor**

Contiene aplicador que facilita su uso

- 1 Limpia el área con agua y jabón
- 2 Aplica directamente 2 veces al día (mañana - noche) durante 5 días

No se use en personas diabéticas ni con problemas de circulación. Consulta a tu médico. Prep. No. 1402/CAJON SSA ALC. 00000201B1894

De venta en  
**FARMACIAS SIMILARES®**

**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

¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez



Un barrio poético y de poetas

La colonia Santa María de la Ribera se fundó en 1861, es decir tiene más de 150 años de existencia; en esa época el anuncio del nuevo fraccionamiento comenzaba así: "Porque México sin duda tiene que crecer y todo anuncia que será al lado poniente, donde la belleza del paisaje..." Y lo que son las cosas en 1886 el metro cuadrado costaba 64 centavos.

La Santa María nació con el santo de frente con su quiosco morisco y la arquitectura emblema del porfiriano. Y para estar en armonía con los poéticos nombres de sus calles: Sor Juana Inés de la Cruz, Pino, Naranjo, Cedro, Jazmín, Amado Nervo, López Velarde aquí vivieron gente como el novelista Mariano Azuela, autor de *Los de abajo*, el Dr. Atl, pintor de los volcanes, el poeta Enrique González Martínez, aquel del verso "Tuércele el cuello al cisne" y el autor de *La Amada Inmóvil*, Amado Nervo.

Si en la calle de Santa María la arquitectura del templo de los Josefinos deslumbra por su estilo neobizantino, sus torres son coronadas con formas que asemejan turbantes del algún sultán, no sorprende menos que de aquí es don Facundo, el señor que salía en la televisión con sus ratas domesticadas y que José Alfredo Jiménez cantaba en el Salón París; ahí el "Rey" tuvo sus inicios, cerca de la Alameda, por cierto ahí se encuentra la casa que fue de don Mariano Azuela.

También la colonia ha sido tema de grandes escritores como Carlos Fuentes en *La Frontera de cristal* y de Fernando del Paso, su memorable *José Trigo*, que sucede entre santa María y Nonoalco o Arturo Azuela, hijo de don Mariano, con *La casa de las mil vírgenes*.

Y no se puede olvidar que sobre san Cosme está La Casa de los Mascarones, de arquitectura barroca, perteneció al conde del Valle de Orizaba y que fue sede de la Facultad de Filosofía, ahí, el filósofo español José Gaos influyó en jóvenes que serían grandes intelectuales como Luis Villoro, Emilio Uranga, o Samuel Ramos, a este por las conversaciones, todos ellos preocupados por el ser mexicano, digo, la Santa María tiene prosapia, ¡Ay, ojitos pajaritos!...

# Luis Villoro

El también investigador y académico mexicano, padre del escritor Juan Villoro, falleció el 5 de marzo a los 91 años de edad.

**PERFIL**

- Nació el 3 de noviembre de 1922
- Originario de Barcelona, España (padres mexicanos)
- Doctor en filosofía por la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM
- Estudios de posgrado en la Universidad de La Sorbona, de París, y la de Munich, Alemania



**CARGOS DESTACADOS**

- Miembro de El Colegio Nacional, desde 1978
- Embajador de México ante la Unesco
- Cofundador y profesor de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM)
- Presidente de la Asociación Filosófica de México
- Profesor de la Escuela Nacional de Maestros y de las Universidades de Guanajuato y Guadalajara
- Investigador emérito de la UNAM



**GALARDONES**

- Premio Nacional de Ciencias y Artes (1986)
- Premio Universidad Nacional de Investigación en Humanidades (1989)
- Miembro honorario de la Academia Mexicana de la Lengua (2007)

**DOCTOR HONORIS CAUSA DE:**

- Universidad Michoacana (2002)
- UAM (2004)



**OBRAS IMPORTANTES**

- La idea y el ente en la filosofía de Descartes (1965)
- Signos políticos (1974)
- Crear, saber, conocer (1982)
- El pensamiento moderno. Filosofía del Renacimiento (1992)



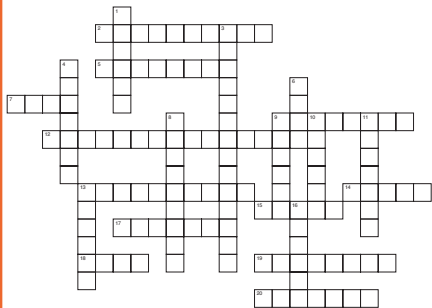
Investigación y redacción: Mónica I. Fuentes Pacheco

Diseño y Arte: Oscar Aguilar Sánchez

Foto: cambiomediohacan.com.mx / www.uv.mx/boletines

Fuente: UNAM, El Colegio Nacional, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (Conaculta)

## Crucigrama

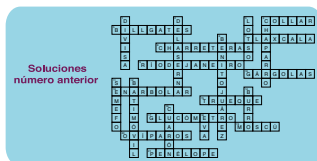


**Horizontal**

- Actriz conocida como la Doña
- Ciudad prehispánica de Tajín, se ubica en...
- Porción de tierra rodeada de agua
- Affiliación más poblado del Estado de México
- Presidente de Chile
- Síntoma de enrojecimiento en la piel
- Crimea ahora es parte de...
- El derecho al respeto ajeno es...
- Instrumento musical de viento
- Mascota de la UNAM
- Sinónimo de referéndum
- Marsupial nativo de Australia

**Vertical**

- Arbusto donde se obtiene el café
- Presidente que promovió la expropiación petrolera
- Cinta ganadora del Oscar 2013
- Línea del Metro parcialmente suspendida
- Similares al reués
- Mote del comediante Jorge Irujo
- Diosa griega de la guerra
- Cantante que comparte nombre con raza de perro
- Perro amigo de Charlie Brown
- Planeta enano del sistema solar



## 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

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

Soluciones número anterior

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

## Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez Pérez

¿Grande o gran? El panhispánico de dudas, recomienda: Se apocopa en la forma gran cuando precede a un sustantivo singular, masculino o femenino, aunque entre ambos se interponga otra palabra: mi gran amigo, una gran primera novela. Aunque algunos gramáticos como Bello señalaban como normal el uso de grande ante sustantivos que comienzan por vocal (un grande edificio), hoy es general la apócope también en estos casos. La apócope es opcional si grande aparece antepuesto y coordinado con otro adjetivo: «Saca del maletín un grande y anticuado altavoz»; «Había ganado gran y merecido prestigio». No se produce apócope cuando grande va precedido de más o menos: «Era el más grande genio teatral».

fernandoguper@gmail.com

## Cine+



Ivan Cruz Mejía

ivancruzmejia@gmail.com

## Cineteca Nacional

En la columna pasada les decía que no debemos quedarnos con el contenido que nos proporcionan las televisoras y cadenas de cine comerciales. Debemos buscar información para tener una visión más extensa, completa e informada de todo lo que nos rodea.

Una de las alternativas que tenemos en la ciudad es la Cineteca Nacional de México. De hecho, varios estados tienen su propia Cineteca, o espacios dedicados al séptimo arte. La Cineteca Nacional, que en enero pasado festejó 40 años de iniciar sus actividades, es un espacio lleno de historia, cultura y diversidad. Un lugar en el que convergen todo tipo de personalidades, desde profesionales de la industria cinematográfica, como directores, productores, actores y críticos, hasta cinéfilos, estudiantes o espectadores ocasionales en busca de un buen filme.

En los pasillos de este recinto se habla de cine, se crean polémicas y hasta discusiones sobre la calidad de las películas. Se reseñan al instante las historias observadas; salen a relucir los conocimientos previamente adquiridos en clase y se ponen en práctica los adquiridos con los años. Un lugar perfecto para recuperar el gusto por el cine y todo lo que lo rodea.

Desde las proyecciones con la presencia del director del filme, hasta una consulta en el Centro de Documentación, que reúne miles de libros, tesis, folletos, revistas, guiones y expedientes de prensa, son algunas de las actividades que pueden hacer únicas sus visitas. La misión de la Cineteca es preservar, custodiar y mantener la memoria cinematográfica nacional. Acercar a la población a este ambiente ofreciendo una amplia oferta en sus proyecciones con un balance entre películas extranjeras y mexicanas. Además, mantiene sus precios por debajo de las tarifas de las cadenas comerciales.

Atrévase a salir de vez en cuando de esos enormes complejos, con quién sabe cuantas salas, dulcerías y hasta tiendas de regalos, y visite la Cineteca Nacional. Descubra este lugar, en el cual, además de ver, se habla y se lee de cine. Allí se vive el cine.

# 100 años de María Bonita

*“A una actriz se le inventa, una actriz es sueño”  
María Félix*

## Miquel Àngel Becerril

El 8 de abril de 1914 nació María de los Ángeles Félix Güereña, en Álamos, Sonora, y murió el mismo día, pero de 2002, en la Ciudad de México, mejor conocida como María Félix.

Su mote era el de La Doña, filmó 47 cintas, siendo Doña Bárbara, filmada en 1943, una de las más representativas de su filmografía, y de la que tomó el sobrenombre que la acompañaría para toda la vida.

Su paso por el celuloide fue formando su atrayente personalidad, mimetizándose con cada uno de los roles que personificaba, hasta hacerse su halo de estrella, y convertirla en una vampirosa, según los cánones de la llamada Época de Oro del cine nacional.

Consagrada como la máxima figura del cine mexicano, María Félix filma la que sería su primera cinta con la dupla que dio a conocer a México en el extranjero, el director Emilio el “Indio” Fernández y el camarógrafo Gabriel Figueroa, quienes de la mano de Pedro Armendáriz, su actor fetiche, llevaron a la actriz a colocarse en el pináculo de la fama con los filmes Enamorada, (1947), Río Escondido, (1948) — por las que se hizo acreedora al premio Ariel como mejor actriz— y Maclovía, cintas que representaron la consagración internacional de la estrella y su pasaporte para filmar en Europa.

Su aventura en el viejo continente supuso para La Doña una nueva alianza con afamados actores y disímbolos realizadores, quienes siguieron la tónica de los directores nacionales, y llevaron a la actriz por los mismos derroteros de siempre, ser una devoradora de hombres, pretexto idóneo para demostrar el porqué era considerada la mujer más bella del cine mexicano.

Alapar de una vida profesional exitosa, colmada de halagos y fructíferas ganancias, la actriz vivía una azarosa vida sentimental, llena de escándalos. Casada en primeras nupcias con Enrique Álvarez

Alatorre —padre de su único hijo—, a quien dejó a los pocos años de matrimonio, para emprender su camino al séptimo arte.

Ya como una primera figura, contrajo matrimonio con el músico-poeta, Agustín Lara, quien le regaló la canción que la inmortalizaría y con la que será recordada: María Bonita.

Solo un año antes de la muerte de Jorge Negrete, se casaron ante el asombro de propios y extraños, quienes veían en la pareja a antiguos enemigos; a once meses de matrimonio la actriz quedó viuda, desatando un cúmulo de escándalos.

Para la segunda mitad del siglo XX, La Doña se casó con el magnate francés Alex Berger, con quien tuvo una vida palaciega, así como el declive de su carrera cinematográfica, la cual se espacia cada vez más, siendo su última participación en 1970 con el filme de Juan Ibáñez, La Generala.

A principio de los 70, María Félix se dejó seducir por la pantalla chica, donde participó en la telenovela histórica La Constitución, así como en contados programas de televisión, donde su sola presencia redituaba ganancias a sus patrocinadores, que daban por sentado que aún podían tener en ella una sólida inversión.

Después de tres décadas de retiro y esporádicas apariciones, La Doña, murió el mismo día que cumpliría 88 años de vida.

Su funeral fue un acontecimiento nacional, y tras dar a conocer su legado se desató una batalla legal interpuesta por uno de sus hermanos en contra de su único heredero —Luis Martínez—, la cual culminó con la oprobiosa inhumación de su cadáver, como sospecha de un posible homicidio, hecho que jamás se comprobó.

De esta forma concluyó la existencia de una vida llena de éxitos, colmada de excentricidades llamada María Bonita, el cual sigue reinando gracias a su presencia y sus cuestionables dotes histriónicas.

## Frente a la tele

Álvaro Cueva



alvaro@alvarocueva.com

## A reír

Lo más difícil que hay en el negocio del espectáculo es hacer reír a la gente, pero hacerla reír sanamente, no con groserías.

Por eso me siento muy orgulloso de dos propuestas nacionales que se estrenaron hace poco y que van en ese sentido: Me caigo de la risa y El último pitazo.

La primera es un milagro. ¿Por qué? Porque forma parte de la barra “PM” de Canal 5, y usted sabe que ese espacio es pésimo.

A pesar de eso le ruego que lo sintonice los martes, a las 21:00, porque se va a sorprender.

Me caigo de la risa es algo así como muchos programas que ya hemos visto en otros lados y en otras épocas, corregidos y aumentados, más un montón de aportaciones.

¿Programa de qué tipo? De concursos, de improvisación o de actividades extremas pero siempre chistosas.

Estamos hablando de una emisión en donde varias figuras públicas compiten en un montón de actividades tipo Caras y gestos, tipo ¿Quién dijo yo?, pero mucho más elaboradas, cortas y combinadas.

La conducción de Faisy es magnífica y el resultado, le juro, es genial.

El último pitazo es una revista de variedades que se transmite de lunes a viernes, a las 23:30, por Canal 52MX, disponible en todo el país por diferentes sistemas de televisión de paga, como Dish.

¿Qué tiene este concepto de especial? Que a diferencia de otros, a estos señores no les da por meterse con los políticos o con las figuras del espectáculo.

¿Sabe con quiénes se meten? Con los deportistas. El resultado es fantástico porque nos refresca el ambiente, porque nos apasiona igual o hasta más, y porque está lleno de cosas hilarantes.

Desde unas entrevistas con personalidades de alto nivel hasta una serie de fantásticas imitaciones, pasando por buenos reportajes, encuestas callejeras, magníficos colaboradores y mucho más.

El último pitazo es un hallazgo, lo conduce Jan Duverger, y le doy mi palabra de que lo va a gozar de principio a fin. De veras que sí.

Qué gusto que todo esto, tan divertido, está pasando en la televisión mexicana. ¿A poco no?



**CEDAC**

Centro de Denuncia  
y Atención Ciudadana

PGR

PROCURADURÍA GENERAL  
DE LA REPÚBLICA



**01800 00 854 00**

[denunciaspgr@pgr.gob.mx](mailto:denunciaspgr@pgr.gob.mx)

[www.pgr.gob.mx/cedac](http://www.pgr.gob.mx/cedac)



Cada vez tenemos

**más genéricos,**

pregunte por el que su médico  
le recetó.

Síguenos en:  

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

CONSULTE A SU MÉDICO.