

**Precio Especial**  
**EL BUEN LUNES \$337**



**Durante el mes de diciembre**  
**medidor de glucosa ONETOUCH Ultra Mini**  
**\$449**

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

Consulte a su médico y lea las instrucciones de uso. Promoción válida únicamente del 1 al 31 de diciembre de 2014.



**Jóvenes, a la deriva**

**pp. 12 y 13**



**El secreto del Papa**

**p. 5**

**SIMINFORMA**  
 Por Un País Mejor®



Escanea el código y visita nuestro sitio WEB

Síguenos por: **f** Simi TV **t** @DrSimiTV [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx) / Diciembre 2014 / 500 mil ejemplares / Ejemplar gratuito **Núm. 392**

# El rostro del amor



Don Víctor González Torres, presidente de Grupo Por Un País Mejor, entregó los Premios Nacionales al Altruismo 2014 **pp. 8,9,10 y 11**

**OPINAN:** Manuel Magaña: **Vivamos nuestra mexicanidad.....6** Carlos Ramírez: **Guerrero: el sistema ya no dio.....13**  
 P. José de Jesús: **Corona de Adviento y la solidaridad...8** Álvaro Cueva: **Termómetro social .....19**

**FORZE VF**  
**GOLD**  
WILVIT®

**CAPACIDAD FÍSICA**

Vitaminas, minerales,  
panax ginseng  
Auxiliar en el tratamiento  
de las manifestaciones  
que acompañan a los procesos  
de la capacidad física

Mejora el desempeño físico

30 cápsulas  
**\$99**

**NUEVO**

FORZE VF  
GOLD  
WILVIT  
Cápsulas

Vitaminas,  
Minerales,  
Panax  
Ginseng

Mejora el  
desempeño físico

Caja con  
30 cápsulas

REG. N.º-011/P2004/SSA/VI

Si persisten las molestias, consulte a su médico

# Voluntariado, un terreno poco explorado

Miguel Angel Sánchez



**Acciones voluntarias:**  
Formas de participación social no remuneradas, que hacen los individuos en favor de personas que no son sus parientes.

**Voluntario:**  
Persona que realiza trabajo mediante un servicio no remunerado en beneficio de alguna organización de caridad o no lucrativa.

Quien siente el llamado de atender las personas en situación vulnerable, brindándoles auxilio sin discriminación y lejos de recompensa alguna, no es otra cosa que un voluntario.

Ahora que el 5 de diciembre se festeja el Día Internacional de los Voluntarios, fecha instaurada por las Naciones Unidas, en 1985, es necesario hacer un recuento de cómo ha sido en

México el panorama de este perfil altruista.

El voluntariado en la república mexicana siempre ha existido, pero tuvo su expresión máxima tras los terremotos de 1985, en la Ciudad de México, cuando gran parte de la población prestó sus servicios en la búsqueda de sobrevivientes.

En 2005, el Centro Mexicano para la Filantropía (Cemefi) realizó la primera

Encuesta Nacional sobre Solidaridad y Acción Voluntaria (ENSAV), en la cual el 66 % de la población mexicana dijo haber hecho algo en favor de los demás, sin recibir ningún pago.

Para 2012, la misma encuesta reveló que más mexicanos se convirtieron en voluntarios, al subir la cifra a 75 %.

#### **Aumento insuficiente**

Aunque en los últimos años esta actividad tuvo un incremento de casi 10 puntos porcentuales, lo cierto es que no es suficiente.

Datos del Inegi indican que en México hay 1.3 millones de voluntarios trabajando en forma organizada, número insignificante porque en el país hay 122 millones de mexicanos, la mitad de ellos en extrema pobreza.

El organismo también detalló que se cuenta con 16 000 organizaciones de la sociedad civil que tienen una estructura formal, algo irrisorio, comparado con las 15 000 con que cuenta únicamente la zona metropolitana de Washington, D.C., en Estados Unidos.

El voluntariado carece de una regulación legal en México, y se ha mantenido en el olvido pese a su crecimiento. Para muchas organizaciones, como la Cruz Roja, el gobierno debe reconocer lo que vale y lo que aporta el trabajo voluntario.

#### **Fundación del Dr. Simi, ejemplo de voluntariado**

La Fundación del Dr. Simi, cuyos orígenes se remontan a 1994, tiene entre sus planes de acción el desarrollo del voluntariado, y gracias al trabajo que realiza en pro de los más necesitados en toda la república, la institución comandada por Víctor González Torres se ha convertido en referente en esta materia.

Anualmente, la Fundación del Dr. Simi incentiva a más de 7 500 personas a sumarse en alguna tarea altruista. Cifra que año con año aumenta.

Si usted desea sumarse, la Fundación del Dr. Simi lo recibirá con los brazos abiertos. Solo escriba al correo voluntariado@fundacion-dr-simi.org.mx o llame al 018009116666.

Viva la experiencia de dar algo de usted a los más necesitados; seguramente le cambiará la vida, y además, México lo necesita.

# VITAMINA TU VIDA



#BailaConElDrSimi



f /FarmaciasSimilares  
t @fsimilares  
You Tube /farmaciasimilaresmx

Come sanamente. Si persisten las molestias, consulta a tu médico.



## FARMACIAS SIMILARES®

"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

www.farmaciasdesimilares.com





## Duelo y Navidad

La muerte está presente en la vida de todos, es una certeza. ¿Cuándo llegará? Eso nadie lo sabe; llegará, pero el ¿cuándo y cómo? son un enigma.

Dependiendo de las características de la persona y las circunstancias de la muerte, es el impacto con el que se recibe la noticia. Pero el dolor, la angustia, la negación y todo el proceso de duelo, se tendrán que vivir.

Cuando esta pérdida llega en temporadas especiales, como la Navidad y fin de año, pareciera que el dolor se incrementa, la sensación de angustia y vacío crece de tal manera que se siente una asfixia por el dolor, no se tiene hambre, se desea dormir gran parte del día, el llanto es constante y no hay ánimo de nada.

Se niega y reniega de todo aquello que combina alegría y dolor: árbol, adornos, cena, abrazos y buenos deseos.

Es necesario buscar apoyo psicológico. Y es conveniente empezar a recordar, no solo en esta temporada, sino en cada una de aquellas en las que se tuvo la maravillosa suerte de haber vivido y convivido con esa persona.

Recuerda la suerte que has tenido y que tuvo esa persona en haberse conocido y amado, de permitirle la vida, de haber crecido juntos.

¿Cómo habría sido tu vida de no haberla tenido o conocido?, ¿qué aprendieron juntos y de manera individual?, ¿cuánto creciste como persona por el hecho de haberle amado y descubrir la capacidad que tienes de amar?

Las preguntas llevan a una respuesta y a decir "GRACIAS", porque la vida te dio la oportunidad de vivir juntos y de asegurar que cuando la muerte llegó, seguramente estuviste en sus pensamientos.

No olvides, expresa el dolor y recuerda: celebra y agradece al Dios en quien creas, por el regalo de haber visto tu vida enriquecida por esa persona que ya no está.

Si quieres recibir asesoría u orientación en este y otros temas, recuerda que en el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, te podemos escuchar y orientar. Llámanos al 01800 911 66 66, opción 3, o escribe a [centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx)

**Con información de la psicóloga  
Gabriela Jiménez Vera**

## Alerta en México por el chikungunya

Las autoridades de salud emitieron una alerta preventiva epidemiológica por la presencia del mosquito chikungunya, pues en lo que va del año, se han detectado 14 casos autóctonos — en Chiapas — de la fiebre artrítica que causa este insecto.

La globalización y el cambio climático son las causas de que México no escape a esta nueva amenaza. Esta alerta se suma a las ya existentes por el dengue, la malaria y el ébola.

Esto es tan real que la Secretaría de Salud de Chihuahua ofrece 5 mil pesos de recompensa a quien capture al mosquito, "vivo o muerto", pues en la zona baja de la sierra Tarahumara se detectó su presencia, y no descarta la posibilidad de que haya casos de la enfermedad en el estado.

### ¿Qué es el chikungunya?

Es una forma rara de fiebre viral causada por un Alphavirus transmitido por la picadura del mosquito *Aedes aegypti*.

El nombre es de origen makonde y significa "enfermedad del hombre encorvado o retorcido", debido al fuerte dolor articular que caracteriza a la enfermedad.

Los primeros síntomas se parecen a una crisis de paludismo o de dengue, aunque la fiebre de chikungunya no tiene nada que ver con estas enfermedades. Es un virus que causa fiebre, dolor de cabeza, mialgias, náuseas y erupciones cutáneas. La principal

diferencia radica en la afección a las articulaciones.

La enfermedad puede presentarse entre tres y siete días posteriores a la picadura del mosquito, y tiene una duración de entre dos y 12 días.

Para este padecimiento no existe una vacuna que prevenga la infección, ni un tratamiento específico, por lo que se maneja únicamente de manera sintomática.

### Prevención

La principal recomendación es lavar por lo menos una vez a la semana los depósitos de agua útil, así como floreros y recipientes de plantas. Asimismo, evitar encharcamientos de agua al aire libre que puedan servir de criadero para los mosquitos.

La OMS sugiere no exponerse a lugares donde haya mosquitos. Recomienda adoptar precauciones, como el uso de repelentes, pantalones largos y camisas de manga larga.

### Desde 1953 lo identificaron

El virus fue identificado en Tanzania en 1953 y descrito por primera vez por Robinson Marion, en 1955.

A partir de 2005 empezó a propagarse hacia Europa, con casos en Italia y España. De ahí "brincó" a la zona de América.

Su propagación prosiguió en el Caribe, donde se han registrado 6 mil casos. Luego se desplazó a Centroamérica y de ahí a México, vía Chiapas.



## Pornografía

Cuando hablamos de pornografía, nos referimos a material sexual explícito que genera excitación sexual, y que se puede encontrar en revistas, historietas, fotografías, videos, etcétera, a través de medios como el internet, y por ello, de fácil acceso a todas las edades.

Si disfrutas de este tipo de material o si encuentras a alguno de tus hijos que lo observa, es importante que tengas presente algunos aspectos para desmitificar su contenido:

Es actuación: las personas que participan en ella, actúan y les pagan por simular

que experimentan placer, pese a que en muchas ocasiones les desagrada la persona con la que están y la práctica que realizan.

Genera falsas expectativas del cuerpo y las relaciones sexuales: los cuerpos de hombres y mujeres que observas allí, no los vas a encontrar en la vida real; además, muchas de las prácticas sexuales que realizan no son tan placenteras o es muy difícil realizarlas, como por ejemplo: que el semen sea tan abundante y salga a grandes distancias, o que el hombre dure tanto tiempo, o que la mujer arroje

grandes cantidades de líquido con el orgasmo.

La cosifican como objeto sexual: deja de ser una mujer con ilusiones, sentimientos, emociones, con ganas de encontrarse con un hombre y se convierte en objeto para el placer.

Desligan el amor de las relaciones sexuales: si bien es válido para algunas personas tener relaciones sexuales sin un vínculo emocional, es importante que no dejes de lado que el encuentro erótico se disfruta más con el respeto, cuidado, comunicación, atención y cariño.

## Hablando de sexualidad

Leidy Constanza Montoya  
[sexologa\\_leidy@hotmail.com](mailto:sexologa_leidy@hotmail.com)

Tú decides si ves o no este tipo de material sexual explícito; sin embargo, si es una actividad que realizas varias veces al día, al punto de afectar las otras áreas de tu vida, incluyendo tu relación de pareja, y sientes que estás perdiendo el control, la recomendación es buscar a un especialista.

Te invito a seguir la próxima columna, y si tienes preguntas puedes escribirme al correo [sexologa\\_leidy@hotmail.com](mailto:sexologa_leidy@hotmail.com), por twitter [@sexologa\\_leidy](https://twitter.com/sexologa_leidy) o también participar en el [simichat](http://www.siminforma.com.mx) martes y jueves de 4 a 5 pm en [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx).

## Prevenga decenas de enfermedades

Miguel Ángel Becerril

El krill es un crustáceo que se desplaza por el mar en grandes grupos, y es el alimento predilecto de ballenas, focas y pingüinos. Se sabe que existen 85 especies de este marisco, pero la más numerosa es el krill antártico, el cual posee, además, una combinación de nutrientes benéficos que el organismo absorbe con suma facilidad.

### Propiedades del aceite de krill:

- Rico en ácidos grasos omega 3.
- Contiene antioxidantes, como las vitaminas A, E y la astaxantina, (potente molécula que combate el estrés oxidativo)

que evitan el deterioro causado por los radicales libres en el organismo.

- Es un poderoso antiinflamatorio.
- Mantiene la salud visual.
- Disminuye los niveles de colesterol.
- Mejora el síndrome premenstrual.
- Aumenta la vitalidad y la energía.
- Reduce la glucosa en la sangre.
- Es rico en magnesio, potasio, sodio, flúor, cobre, calcio, fósforo, zinc, yodo, manganeso y selenio.
- Cuida la salud de dientes, huesos y cabello.

- Protege el sistema nervioso y cerebral.
- Mantiene equilibrados los niveles de triglicéridos.
- Mejora la salud intestinal.
- Aumenta el sistema inmune.
- Protege el hígado.
- Mejora la concentración y la memoria.
- Mantiene la salud y elasticidad de la piel, retrasando la aparición de arrugas y líneas de expresión.

Se ha comprobado que este suplemento nutricional es utilizado para aminorar los síntomas del autismo.

## El secreto del Papa

Miguel Ángel Becerril

En este diciembre, el papa Francisco cumplirá 78 años; sin embargo, su aspecto, actitud, lucidez y vitalidad son los de una persona de menor edad; además del carisma y don de gentes que le caracterizan.

El papa no solo es jovial en apariencia y actitud, también lo es en su manera de pensar y actuar, no en balde ha sido llamado el “papa revolucionario y modernista”.

A 21 meses de haber asumido la jefatura del Estado Vaticano, el Sumo Pontífice ha visitado Brasil, Jordania, Israel, Palestina, Corea del Sur y Albania; esto sin contar las múltiples liturgias, actividades y audiencias que diariamente sostiene en una apretada agenda de trabajo que asombraría hasta al más joven presbítero.

¿A qué se debe la vitalidad de este papa para sostener este ritmo de vida?

Según fuentes del Vaticano, su secreto es una balanceada alimentación que comienza con un poderoso desayuno,

que acompaña con suplementos de aceite de krill, crustáceo antártico, rico en omega 3 y enriquecido con vitamina D3 y antioxidantes.

El aceite de krill, mejora la memoria, evita el deterioro cognitivo por el envejecimiento y previene enfermedades vasculares y de hipertensión, disminuyendo los niveles de colesterol.

Se ha comprobado que el omega 3, que contiene las cápsulas elaboradas con krill, genera en el cuerpo la fabricación de hormonas antiinflamatorias, ayuda a reducir el dolor de músculos y articulaciones.

Otras de las ventajas al consumir krill, es que evita la rigidez arterial, lo cual frena el camino hacia la arteriosclerosis, y en personas diabéticas se ha demostrado que baja la resistencia a la insulina.

Al consumir cápsulas que contengan aceite de krill, el papa blindó su salud física y mental.



Ahora ya sabe de dónde viene esa fuerza que irradia el papa Francisco, quien ha maravillado a propios y extraños, para seguir acrecentando la fe católica en un mundo tan disperso y convulsionado como en el que estamos viviendo.

### Salud y sociedad

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



### Ébola

Existen poderosas razones para pensar que será muy limitado el desarrollo de la actual epidemia por el virus del Ébola. Son motivos de orden médico-científico, y también motivaciones de carácter político. Y ambos tipos de razones, desde luego, estrechamente entrelazadas. Por lo que toca al ámbito médico-científico, es constatable el enorme conocimiento que la humanidad posee sobre esta patología y acerca de los diversos procedimientos para evitar su propagación. Entre estos procedimientos deben citarse el cerco sanitario y la cuarentena. El primero es el aislamiento de la región, zona o comunidad en la que se ha presentado un brote epidémico. Y la cuarentena, por su parte, es el aislamiento de la persona infectada y de aquellas otras que por haber mantenido contacto con el infectado pueden haber sido contagiadas. Y aquí se llega a los factores políticos para prevenir un desarrollo limitado del Ébola. Si bien es cierto que la actual epidemia y otras anteriores se han presentado esencialmente en el África subsahariana, también es verdad que una epidemia de ébola puede extenderse a cualquier lugar del mundo, incluidas, por supuesto, las naciones desarrolladas. Y esto, desde luego, asusta a las sociedades ricas y a sus dirigentes políticos, los que ante la amenaza de sufrir en carne propia el ébola, se muestran dispuestos a buscar soluciones preventivas o farmacológicas que curen el mal o, al menos, eviten su propagación. Es el riesgo de la epidemia en su propio suelo lo que motiva a las naciones ricas y a sus gobernantes a empeñarse en la consecución de una cura, una vacuna o un tratamiento generalizado que evite la propagación del mal más allá de sus sitios de origen, presencia y prevalencia. Si nada más corrieran peligro los “negritos”, el imperialismo no se preocuparía demasiado por combatir el mal. Pero corriendo peligro también los blancos, algo hay que hacer. Y ya lo están haciendo.



Espacio a la historia

Manuel Magaña  
mmc.informacion@yahoo.com.mx

## Vivamos nuestra mexicanidad

No caigamos en el desaliento. Estamos ciertamente en lo que muchos expertos consideran “la cresta” de la crisis más profunda y prolongada que ha sufrido nuestro país. Por ello, debemos hacer acopio de valor y serenidad para salir adelante, con los mexicanos unidos en el trabajo, la justicia y la dignidad, para dejar un México mejor, en beneficio de nuestros descendientes.

México es un país abundante en valores, lo cual es una enorme ventaja para nosotros. Esos valores los podemos localizar y disfrutar en nuestras tradiciones que cada fin de año viven sus mejores momentos. El México del futuro nos pertenece, solo que debemos esforzarnos para llenar nuestro interior de anhelos de mejoría.

Necesitamos llenar nuestro fuero interno con buenos sentimientos, alimentados durante esa hermosa tradición de las posadas, la Noche Buena, la Navidad, el Año Nuevo, Día de Reyes, etcétera. Esto, sin omitir las festividades de la Purísima Concepción y de la Virgen de Guadalupe, forjadora de nuestra patria.

Jamás nos arrepentiremos si decidimos vivir el fin de año con sencillez, en compañía de la familia y nuestros vecinos. Llenemos nuestro interior de buenos sentimientos para que en los corazones no quepa el odio que es causa de matanzas como la de Ayotzinapa, cuyo horror ha llenado de consternación a la humanidad. Cuando los corazones se encuentran vacíos de buenos sentimientos, se dan esos sucesos que reducen a los victimarios a la condición de bestias. Recuerdo que en el 2011, un conocido demagogo —cuyo nombre me reservo—, declaró públicamente que “la moral nada tiene que hacer en la vida pública”. Está claro que cuando las leyes morales son desterradas de la sociedad, entonces prevalece la ley de Caín.

Al calor del nacimiento del Niño Jesús, vivamos y disfrutemos este fin de año; de nuestra mexicanidad y sus valores, nutrámonos de buenos sentimientos y anhelos de una legítima mejoría. El crimen organizado no cabe en una sociedad moralmente sana.

# Ni drogas ni alcohol

Juan Manuel Rentería



¿César, la fama y el dinero te hicieron caer en vicios?, pregunta el reportero. “Siempre he tenido una pasión desmedida por mi carrera, pero vicios, ninguno, nunca he fumado, tampoco soy adicto al alcohol, le tuve muchísimo miedo a las adicciones, y mucho de ello se lo debo a un queridísimo maestro, el doctor y criminólogo Alfonso Quiroz Quarón, por haberme preparado. Un día me dijo: ‘Usted, joven, no presente examen, hágame un trabajo sobre farmacodependencia, marihuana y cocaína’.

“Así que me puse a investigar y me di cuenta de lo peligrosas que son las drogas y las adicciones; fue un instrumento maravilloso que me ayudó a no caer en ellas”.

Cuenta que tres años después regresó de una gira artística y fue a ver a Quiroz

Quarón, y le dijo: “Maestro, vengo a darle las gracias, no tiene idea de lo que me ayudó el trabajo sobre farmacodependencia”, y me contestó: ‘Sí tengo idea, por eso se lo dejé’”.

¿Cómo ha sido tu vida sentimental? “Muy afortunada, estoy cumpliendo 44 años de casado”.

¿Pero de soltero, qué tal? “De soltero tuve una vida rica en calidad de experiencias, no en número. Tuve la fortuna de conocer a mujeres muy bellas, por fuera y por dentro, que me enseñaron a apreciar qué es la mujer y lo que es el amor, así que mi profundo agradecimiento a todas con las que tuve una relación afectiva”.

¿Cómo te inicias en la actuación? “La música me dio muchas oportunidades y el cine no fue la excepción. Empezaron



# l: César Costa

(Segunda y última parte)

a llamarme para participar en películas, tomé clases de actuación; y saber qué debía hacer para verme natural, y vino la primera película *El Cielo y la Tierra*, con Libertad Lamarque, nada más y nada menos”.

Comenta que “doña Liber” era un icónico, no solo en México, sino en todo Latinoamérica. “Angélica María era mi dama joven”. ¿Nada más en película? “Sí, nada más. Siempre fuimos amigos, nunca tuvimos una relación amorosa, afectiva sí, hasta la fecha, y, bueno, aprendí el arte de la actuación que me ayudó en las 14 o 15 películas que hice”.

¿Cómo te inicias en la televisión? “Tuve la fortuna de que la compañía que me contrató como cantante tenía un programa de televisión y grabé canciones para la televisión que fueron un éxito. Fui aprendiendo la carrera de conducción y la televisión me encantó, me siento muy cómodo en ella, y consolidó muchísimo mi carrera”.

César recuerda con nostalgia los programas de televisión que le dejaron grandes momentos: “Te puedo mencionar *La carabina de Ambrosio*, donde había

sentido del humor blanco pero muy divertido, con Beto el “Boticario”, Alejandro Suárez, Ofelia Guilmáin y Javier López “Chabelo”; luego vino *Papá soltero*, después *Un nuevo día*, que puso de moda los programas matutinos, era buen programa”.

Nosotros te vimos muy identificado como papá soltero, ¿no lo eres? “No, no lo soy. *Papá soltero* podía ser una serie maravillosa, porque era el primer programa de una familia disfuncional, antes no había papás solteros, bueno, sí había, pero no se sabía de ellos”.

Luego, nos relata una anécdota vivida en pleno escenario.

En una gira por Caracas, Venezuela, las muchachas le lanzaron ropa interior: “Yo no sabía si levantarlas o hacerme el loco, terminé levantando todo y, obviamente, no se las pude regresar, me dio mucha pena”.

¿Tu peor tristeza? “Cuando murió mi madre, ella estaba agonizando, y yo, en el programa *Un nuevo día*; acabé el programa, nadie notó mi pesar, y salí volando al hospital, pude verla aún con vida, afortunadamente. Me hubiera dolido mucho no despedirme de ella; falleció a los 5 o 10 minutos”.

¿Haz llorado? “Sí, como no, no me cuesta trabajo llorar de júbilo o de tristeza, o de ternura, la niñez me conmueve profundamente; sí, sé llorar, afortunadamente”.

César Costa dice que no ha pensado en el retiro.

¿Te da miedo pensar en el último momento de tu vida? “No, yo procuro vivir al día; estoy en paz conmigo mismo, no traigo un lastre, no me da miedo morir”.



Escanea el código y ve la entrevista completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



**\$219**

60 cápsulas

**\$129**

30 cápsulas

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

De venta exclusiva en

**FARMACIAS SIMILARES®**

"LO MISMO PERO MAS BARATO"®



**Pildoritas del Padre José**  
P. José de Jesús Aguilar

## Corona de Adviento y la solidaridad

Una de las principales fiestas del cristianismo es la Navidad, pero lamentablemente, muchos la han reducido a la cena, los regalos, el árbol y otros elementos materiales. Para evitar este problema y lograr que el nacimiento de Cristo nos dé abundantes gracias, la Iglesia creó una preparación espiritual: el Adviento, cuatro semanas antes de la Navidad. Durante ese tiempo se debe reflexionar para tomar conciencia sobre las propias fortalezas y debilidades, corregir las faltas y acrecentar las buenas obras. De esta manera, la Navidad no se convierte en solo una fiesta con elementos externos, sino también espirituales. Uno de los signos que ayudan es la corona de Adviento. Su círculo está formado por ramas de pino. La forma, sin principio ni fin, recuerda la eternidad que Dios nos ofrece a través de su Hijo Jesucristo. El pino alude también al mismo tema, ya que mientras otros árboles pierden su follaje en invierno, el pino se mantiene siempre verde. Las cuatro velas significan las cuatro semanas de preparación. Su luz, el amor que debe iluminar todos los hogares. Las velas se van encendiendo paulatinamente.

La primera semana se enciende la primera, y así sucesivamente. El color de las cuatro velas puede ser morado, porque ese color es signo de conversión. También pueden ser cuatro colores distintos, del más oscuro, al más claro: morado, rojo, rosa y blanco. En este caso, significaría que cada semana el espíritu se purifica y se prepara mejor para recibir a Cristo.

Durante este tiempo se celebran las posadas y se suelen representar pastorelas o cuentos navideños. Sin embargo, la mejor forma de preparación es ver el rostro de Jesús, José y María en los necesitados, y brindarles ayuda. Siempre es tiempo de hacernos solidarios con quienes menos tienen y esta es una magnífica oportunidad. Una cobija, ropa en buen estado, un poco de alimento o un juguete, pueden generar un gran cambio. Y sobre todo, el amor.

# El rostro del amor

Fernando Gutiérrez

Los 20 años de ayudar y los 12 de reconocer las acciones que nacen del corazón, tuvieron un testigo la noche del 20 de noviembre: el rostro del amor. Así lo constataron más de 1,600 invitados a la entrega de los Premios Unidos Para Ayudar y Por Un País Mejor, otorgados en este agónic 2014 a la institución Proayuda a Niños con Cáncer, y al señor Rodolfo Tinajero Ayala, respectivamente, en el World Trade Center, Ciudad de México.

Han sido 20 años de buenas noticias. “Hemos forjado un modelo de altruismo que nadie ha podido imitar. Hemos puesto el corazón en cada plan para llevar educación, salud y una vida digna a los más necesitados. El momento de actuar es el presente. Juntos saldremos adelante”, resumió Yessica González Herrera, directora adjunta a la Vicepresidencia, al hablar a nombre de su papá, don Víctor González Torres, presidente del Grupo Por Un País Mejor.

“Durante 20 años hemos luchado contra la pobreza. Hemos actuado con principios y responsabilidad social al proveer bienes, medicamentos,



El presidium de la 12.ª Premiaación al Altruismo 2014

servicios de salud, educación y fondos para fines sociales. México no puede ser más un país dominado por la pobreza. Cada vez somos más los que queremos un país justo”, expresó en su mensaje Teresa Hernández de Mancilla, vicepresidenta de Acción Social y Desarrollo Comunitario.

Una pantalla panorámica de casi 40 metros, atrás del presidium, presentó a los asis-

tentes los logros de la Fundación del Dr. Simi a lo largo de dos décadas. También se mostró el proceso para elegir a los finalistas de esta 12.ª Premiaación Nacional del Altruismo. Asimismo, pudo conocerse la labor de los ganadores 2014: Proayuda a Niños con Cáncer Luz de Vida, A.C (DF), que recibió un cheque por 500 mil pesos, por haber beneficiado a más de 130 mil menores, des-

de 1988, y al señor Rodolfo Tinajero Ayala (Puebla), medalla de oro por su ejemplar labor al frente de un asilo, aun a sus 81 años de edad.

Janett Arceo y Patricio Cabezut condujeron magistralmente la gala, en la que repetidamente se escucharon salvas de aplausos y ruidosas porras al entregarse los reconocimientos, como cuando la madre Mariana Campero



El Salón Olmea, del WTC, estuvo abarrotado



Carlos Cuevas cautivó con sus boleros románticos



brar a los invitados y al presidium, especialmente cuando los ganadores emitieron su mensaje. “Solo quiero decir una cosa: que Dios bendiga a don Víctor y a la Fundación”, dijo con voz entrecortada el “inge” Rodolfo Tinajero, un hombre de cabeza blanca como el algodón, sensible hasta las lágrimas. Porras de “ingeniero...ingeniero...ra,ra,rá”, rubricaron su frase.

Por la institución Proayuda a Niños con Cáncer, habló José Yapur Haddad, presidente del Consejo Directivo: “Desde hace 18 años, hemos beneficiado a 2,500 pequeños y a sus familiares. Gracias por este premio, y aplaudo la labor de los voluntarios”. Y estallaron más porras.

**Una sorpresa**

Entregados los premios, cuando se pensaba que todo había concluido, vino una grata sorpresa: la madre Mariana Campero, pionera del altruismo del Dr. Simi, habló de don Víctor González. “Recuerdo muy bien que él no quería figurar. Cuando alguien preguntaba quién los estaba ayudando, siempre decía ‘el Dr. Simi’, y así nació la botarga, él la inventó. Hoy, a 20 años,

la vemos dar frutos de amor. Gracias, Víctor, gracias, gracias, gracias”.

El salón completo vibró entonces con porras hacia el creador de un modelo que en esta noche de gala repartió un acumulado en premios por más de dos millones y medio de pesos.

Pero no pararon allí las sorpresas: también se premió a la ganadora del 3.er Concurso de Carteles, otro agente del cambio. El reconocimiento fue para la chiapaneca Liliana Guadalupe Argüello, quien trazó un mundo sostenido por cuatro hormigas. “Representa el trabajo en equipo, porque solamente juntos podremos tener buenos resultados”, explicó.

La noche inolvidable tuvo un cierre de oro con el cantante Carlos Cuevas, quien “prendió” a todos. Los puso a cantar y bailar con una serie de bellos boleros románticos, maravillosamente interpretados. Las guapas delegadas, todas muy en forma, y el emocionado público se dieron vuelo entonando a coro le letra de temas de ayer y siempre.

Felicidades, altruistas, y hasta el 2015.



Janett Arceo y Patricio Cabezut, los conductores

Guajardo recordó cómo nació la Fundación del Dr. Simi y cómo surgió el simpático personaje, símbolo del altruismo. “Mi gratitud a don Víctor y a sus hijos, quienes hoy están siguiendo sus pasos y darán continuidad a la obra. Gracias, don Víctor por dejar sembrada una semilla que hoy da amor”.

En efecto, lo que comenzó hace 20 años actualmente beneficia a más de 4 millones de

personas al año. “Pero no todo es dinero, pues de nada sirve la riqueza si hay pobreza en el corazón”, apuntaría atinadamente Janett Arceo, en una ceremonia que ha marcado un hito en México, desde 2003. “El secreto no está en el dar, sino en el entregarse”, secundó Patricio Cabezut.

Durante las dos horas que duró la gala, en el ambiente flotó una energía que hizo vi-



Alberto Delgado, excelente saxofonista, amenizó el evento



Más de 1,600 invitados presenciaron la entrega de los Premios 2014

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV  
@DrSimiTV



Unidos Para Ayudar



Por Un País Mejor



Unidos Para Ayudar

- 1.er lugar \$500,000, Proayuda a Niños con Cáncer Luz de Vida, A.C.
- 2.º \$250,000, Instituto Poblano de Readaptación, A.C.
- 3.º \$150,000, Servicio, Educación y Desarrollo a la Comunidad, I.A.P.
- 4.º \$100,000, Club Arcoiris Tiempo de Convivir, A.C.
- 5.º \$50,000, Instituto Guadalupe de Linares, A.B.P.

Por Un País Mejor

- 1.er lugar, medalla de oro, Rodolfo Tinajero (Puebla)
- 2.º plata, Eugenia Ileana Hernández (Guanajuato)
- 3.º plata, Antonio Gutiérrez Saiz (Baja California Sur)
- 4.º reconocimiento, Odilia Santiago Cruz (Baja California, Tijuana)
- 5.º reconocimiento, Josefina Chávez Sánchez (Michoacán)

¿Por qué es importante ayudar?

“Para eso nacemos, para eso nos manda Dios, ayudar, servir al que menos tiene. A mí que me dio el privilegio de la voz, lo hago con mi canto. Es muy importante ayudar, siempre”.

*Carlos Cuevas, cantante*

“Llegamos a este mundo a servir, todos tenemos esa gran tarea; cuando abrimos el corazón para otros, en ese momento se resuelven todas nuestras problemáticas internas”.

*Janett Arceo, conductora*

“Por dos razones: te hace sentir muy bien, y porque estás beneficiando a alguien que le hace falta algo, es una forma de dar gracias a Dios por sus bendiciones y los dones que nos da”.

*Patricio Cabezut, conductor*

“Nadie puede realizarse totalmente solo, todos necesitamos de todos; la gran diferencia está en la posibilidad de ayudarnos unos a otros”.

*Padre José de Jesús*



Fotos: Miguel Ángel Sánchez y Samuel Gutiérrez



### Expedientes del poder

Carlos Ramírez  
carlosramirez@hotmail.com

## Guerrero: el sistema ya no dio

Aunque no ha sido la primera ni será la última crisis de violencia del país, el ataque masivo contra normalistas de Ayotzinapa, a finales de septiembre, y el secuestro, muerte y desaparición de 43 estudiantes cimbró al sistema político mexicano.

Sin desdeñar la dimensión de la tragedia, el análisis debe registrar con precisión la parte principal de la crisis: el sistema político ha sido rebasado por las luchas sociales y las contradicciones políticas. El dato más revelador quedó claro: luego del fracaso presidencial del PAN que permitió el regreso del PRI, quedaba la izquierda en el PRD como la última opción del cambio. Pero Guerrero demostró que el PRD salió igual que el PRI y el PAN.

Como ya no queda opción alguna y los problemas de gobernabilidad se siguen acumulando, entonces no queda más que atender el hecho de que el sistema político actual —fundado por Elías Calles en 1929 con el partido del Estado y consolidado por Cárdenas con el PRM de corporaciones sociales—, se agotó y llegó la hora de diseñar un nuevo sistema político.

A la actual generación de mexicanos le corresponde la tarea de bajarle la cortina al sistema priista y convocar a un gran acuerdo sistémico. De hecho, desde finales de los ochenta se abrió en México el debate sobre la transición del régimen autoritario a uno democrático. Pero las élites prefirieron el camino del reformismo pausado. Y la alternancia electoral se asumió con el mismo sistema político.

La reforma del sistema no debe ser un pacto ni un acuerdo en lo superficial, sino que debe atender a la nueva correlación de fuerzas sociales y políticas y a los efectos en la organización sistémica de la liberalización económica que trajo la globalización. Pero hasta ahora ni siquiera la ciencia política académica ha sabido entender la dimensión de la crisis del sistema y menos ha podido aportar elementos del nuevo sistema político necesario. La crisis del sistema comenzó en 1968 y llegó a la alternancia en el 2000. Pero seguimos peor. Así que llegó la hora de reconocer que el sistema político ya no funciona para la nueva sociedad. Una de dos: o se cambia el sistema o seguiremos de crisis en crisis.

# Jóvenes, a l

Miguel Angel Sánchez



En repetidas ocasiones se ha dicho que los jóvenes de México son el futuro del país y la esperanza de quienes desean un mejor lugar para vivir; sin embargo, este sector de la sociedad es el que tiene menos oportunidades de desarrollo.

México es un país de jóvenes. El Censo de Población y Vivienda 2010 establece que los mexicanos entre los 12 y los 29 años de edad, suman 36.2 millones, lo que representa 32 por ciento del total de sus habitantes.

Por ello, el impacto es enorme, así lo consideró Fernando Aguilar, investigador de la Escuela Nacional de Trabajo Social de la UNAM, quien señala que en nuestro país se violan cuatro derechos fundamentales para los jóvenes: educación, empleo, salud y participación juvenil.

“Una palabra define a la gran mayoría de jóvenes: la falta de oportunidades. La mayoría carece de inclusión en un conjunto de instituciones que les permitan su desarrollo”, sostuvo el también doctor en sociología.

Quienes son menores de 29 años enfrentan un mayor desempleo, bajos salarios, embarazos no deseados, trabajos del hogar y de cuidados sin remuneración.

En primer lugar, los jóvenes viven en la pobreza. El 44.9 por ciento de la población, entre 12 y 29 años, está en esta situación, de acuerdo con el Fondo de la Población de las Naciones Unidas.

Al carecer de apoyo ven frenada su formación escolar. Como dato, cada 30 segundos un alumno

# a deriva

entre los 6 y 17 años abandona la escuela, según un estudio del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación.

Y para quienes siguen sus estudios el panorama no es alentador. “En el ciclo escolar 2014, de 200 mil aspirantes a nivel licenciatura, solo 20 mil lograron ingresar a las universidades públicas; 90 por ciento quedó fuera”, subrayó Fernando Aguilar.

Otro factor que enfrenta la juventud es la oferta laboral. La población económicamente activa o fuerza laboral se compone de 44.8 millones de habitantes, de los cuales 33 por ciento son jóvenes, y es precisamente este grupo el que vive el mayor índice de deterioro de sus derechos laborales, de acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo.

El desempleo golpea más a los jóvenes, debido primordialmente a su nula o escasa experiencia laboral, hecho que los ha llevado a emigrar, ya que por falta de oportunidades, cada año 225 mil jóvenes abandonan México en busca de mejores oportunidades de vida, sean preparadas o no.

## La historia de Rubén

A sus 19 años, Rubén está a punto de ser papá. Todos los días se levanta a las 05:00 de la mañana porque desde Tecamac, municipio del Estado de México en donde vive, hace más de dos horas hasta el lugar donde trabaja.

Rubén lustra zapatos en las oficinas de los Juzgados Familiares del Distrito

Federal, frente a la Alameda Central, trabaja en ello porque con sus estudios de secundaria no le han permitido entrar a otro empleo donde tenga un seguro para su esposa.

Su día comienza con la negativa de la gente para darse “bola”, pero su insistencia hace que vayan cayendo los clientes, quienes muchas veces regatean el precio del servicio que les brinda. Rubén cobra 15 pesos o a veces hasta 10 para que se animen.

Luego de más de ocho horas de trabajo, logra juntar entre 130 y 150 pesos. Debe guardar 50 pesos para su transporte, además de 30 o 40 pesos para el policía que lo deja trabajar ahí, ya que no tiene permiso. Lo demás es para el gasto y la renta.

## Sin políticas ni esperanza

Lo que vive Rubén retrata lo que acontece con millones de jóvenes, a quienes se les responsabiliza del futuro del país, sin proporcionarles las herramientas necesarias para crecer profesionalmente.

“Ser un país de jóvenes no significa que seamos un país para los jóvenes. Ellos no son el futuro de México, son el presente, y necesitan de oportunidades”, enfatiza Aguilar.

Y ello, agrega el investigador, es urgente porque en México, 7 millones de jóvenes no estudian ni trabajan, lo que los acerca a la informalidad (ocupan 4 de cada 6 trabajos de este tipo) y al crimen organizado (más de 7 millones se involucran al año).

“Yo le pediría a la sociedad que cuando piense en los jóvenes, reflexione en los problemas que como sociedad les estamos generando. La problemática no está en la juventud, esta se genera en el seno de la sociedad y todos debemos resolverlo”, concluyó Aguilar.

## Editorial

### Ya me Cansé... del #YaMeCansé

Diría la ilustre *Chimoltrufia*... ‘Una cosa es una cosa y otra cosa... es otra cosa’.

Es cierto que el advenimiento de la violencia descerebrada mancilla la legítima indignación que recorre México (y de manera más incisiva diferentes partes del planeta); sin embargo, más allá de la repetición insana de consignas, en el fondo sigue sin resolverse el meollo del asunto, y nadie ha podido explicar, convincentemente, el motivo de la infamia contra un puñado de jóvenes.

Pareciera, incluso, que más preocupados por estar a la moda con el #YaMeCansé y #TodosSomosAyotzinapa, millones de mexicanos han dejado a la corrupción, injusticia e impunidad en segundo plano, porque tan simple como eso, donde hay gritos nunca hay entendimiento, y de eso, en cuestión de marchas monumentales —de unos años para acá—, los mexicanos nos hemos vuelto “expertos”.

Protestar, alzar la voz y presionar para que los hechos se esclarezcan, va más allá de vestirse de negro, blandir cartelones y aprenderse el estribillo: “Vivos se los llevaron, vivos los queremos”.

Es conducimos, en el plano individual y colectivo, con apego a valores; es ser honestos por conveniencia y solidarios con determinación. Es mostrar que la civilidad no es cuestión de un día y que el combate a la corrupción parte del propio repudio a lo que generamos con actitudes apáticas. Es zanjar la desigualdad y tender una mano al necesitado, no con dádivas y sí con oportunidades.

Nadie se solaza con la sevicia del desmán placero, pero tampoco es suficiente que se frunza el entrecejo para espetar obviedades como aquellas de que es “inaceptable” la violencia.

Aquí lo hemos dicho: Si todo va a parar en una declaración en el Zócalo de la Ciudad de México, vayamos esperando que, al más abigarrado estilo del mexicano contemporáneo, todo quede en el aciago olvido, hasta que una nueva tragedia sacuda nuestra lánguida memoria.

El Estado debe tomar conciencia y dimensionar el genuino clamor social; la sociedad, por su parte, persistir e impulsar una nueva cultura de rendición de cuentas.

El trillado cuento “del crimen organizado”, para tratar de explicar toda calamidad, ya no dice nada. Una cosa es protestar por legítimo derecho; otra, pescar en río revuelto.

Nadie se vaya en banda, porque el caso de los 43 normalistas desaparecidos es preclara muestra de la corrupción e impunidad imperantes, así como los efectos que ambas causan en la dignidad humana y la paz social.

Una cosa es gritar; otra, recalcar que “México está dolido”, y otra muy distinta, actuar en consecuencia y congruentemente.



Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:



Simi TV



@DrSimiTV





Desde la loma de los disparos  
Baltazar Ignacio Valadez

## Mánager, profesión ingrata

Sin duda una de las posiciones más difíciles e ingratas de todas las disciplinas deportivas, es la de mánager de un equipo de béisbol.

Esto se ha visto desde siempre, pero por mi parte lo confirmé una vez más luego que los directivos de los Naranjeros de Hermosillo le dieron las gracias a su manejador Matías Carrillo, a pesar de haberles dado el campeonato del circuito y de la Serie del Caribe.

Como jugador al, “Coyote” le fue de maravilla, sobre todo en los años que los Tigres jugaron en la capital de la república, pero como mánager lo mismo ha disfrutado las mieles del éxito que las amarguras de supuestos fracasos y efectivos despidos.

Esa escabrosa ruta de hieles y mieles la comenzó con los mismos Tigres pero ahora de Quintana Roo, a los que como timonel, en cinco temporadas los condujo a varios campeonatos del sur, dos series finales, al décimo campeonato de Liga y además fue el mánager triunfador en dos de sus tres selecciones de estrellas dirigidas.

A pesar de sus méritos en esa corta pero brillantísima trayectoria, por presumibles presiones de ajenos al equipo, Carlos Peralta le dio las gracias cuando en la temporada regular del 2012 tenía a los felinos en segundo lugar, apenas a juego y medio de los líderes Delfines de Ciudad del Carmen.

Muchos pensamos que don Alejo Peralta jamás hubiera cometido esa ingratitud, menos cuando Matías fue el más grande de sus consentidos.

Recuerdo que en alguna ocasión le pregunté al jefe Adolfo Camacho si no le interesaba pasar de espléndido coach de tercera, a piloto de algún equipo profesional, a lo que respondió con un tajante “no”.

Al cuestionarlo sobre el porqué, dijo lo que todos sabemos: “como mánager nadie tiene ni el puesto ni el trabajo seguro”. En esto, por lo menos en México, el béisbol se parece al deporte de las patadas, donde los directivos pecan de impacientes y siempre tienen listas las tijeras para cortar el hilo por lo más delgado.

# Niños triquis, *mexican curious*

Fernando Gutiérrez Pérez

Como siempre: en México pasa todo, y nada pasa.

Nos explicaremos con el caso de los admirados niños triquis, famosos basquetbolistas por jugar descalzos.

Los triquis son una etnia que vive en la sierra de Oaxaca. Crecen, viven y mueren en la pobreza, sin ninguna oportunidad, sin ninguna atención de las autoridades civiles.

*Siminforma* pudo comprobarlo cuando visitó, hace tres años, a esos famosos pequeños jugadores. Entrenaban en canchas de tierra o en alguna de cemento cuarteado y con agujeros. Nadie les hacía caso.

Fuimos, entonces, invitados por el profesor Sergio Zúñiga, un maestro de educación física que fundó la Academia de Baloncesto Indígena México.

Estuvimos cinco días en ese lejano lugar, en lo más alto de la sierra, donde muchos no hablan español, y los niños solamente cuentan con una primaria y un solo maestro.

Después de ese nivel escolar, ya no hay nada. Allí se acabó la oportunidad de aprender, de desarrollarse. Así que a los chicos no les queda más que buscar medios para su subsistencia: muchos se dedican al campo, para ayudar a sus padres. ¿Y los más grandes? No dude usted que sean terreno fértil para los narcos y el crimen organizado. Es la moda...

La cosa es que nuestro reportaje para *SimiTV* “descubrió” para los demás medios, una veta de publicidad y morbo.

A partir de nuestro trabajo, las televisiones y los periódicos se dieron vuelo difundiendo “la hazaña de los triquis descalzos”, esos pequeños que solo se alimentan de tortillas con quelites, salsa y sal, tres veces al día, además de café negro.

Muy pronto los chiquillos trascendieron fronteras: viajaron a Disneylandia y a otros lugares de Estados Unidos. También fueron a Centroamérica y Sudamérica. Más tarde, a España y Alemania.



El fenómeno de la pobreza, la miseria, la hambruna, quedó de lado. Eso nada importa, lo que interesa es verlos jugar sin tenis, correr con sus cuerpos enflaquecidos por la desnutrición, aunque, eso sí, siempre muy aguerridos, llenos de sueños.

Obviamente, llegó el día en que Los Pinos puso la vista en este puñado de esforzados oaxaqueños. Entonces los invitó a la casona presidencial. Allí los agasajó con un discurso hueco y los llenó con un desayuno, que esos niños jamás habían visto sobre la mesa.

Hasta allí el reconocimiento. Jamás hubo un proyecto de construirles más

escuelas, hospitales, carreteras, etcétera. Demagogia pura. Para el gobierno, simple y llanamente, esos chiquillos no existen ni merecen más.

Y mire lo que son las cosas, mejor en Alemania becarán a seis de esos triquis para que participen en un plan académico de medio año.

¡Qué vergüenza para las “autoridades” mexicanas! Como siempre: mejor fuera, que en casa.

En efecto, es una pena que a nuestros niños los hayan convertido en un *mexican curious*, que despierta admiración y nulo apoyo.

¿Hasta cuándo?

# La situación de la infancia **POBRES** EN PAÍSES RICOS

Más de 2 millones de niños cayeron en pobreza a partir del inicio de la crisis económica en 2008, en los países más desarrollados, donde casi 80 millones de menores viven en esa condición. Aquí los datos:

## EN LOS PAÍSES MÁS DESARROLLADOS EXISTEN

**76.5 millones** de niños pobres

**2.6 millones** cayeron en pobreza después de la crisis de 2008

## PAÍSES CON MAYOR POBREZA INFANTIL

- Grecia 40.5 %
- Letonia 38.2 %
- España 36.3 %
- Israel 35.6 %

## PAÍSES CON MENOS NIÑOS POBRES

- Noruega 5.3 %
- Finlandia 8.8 %
- Dinamarca 10.2 %

## EN LOS QUE MÁS SE INCREMENTÓ

- Irlanda
- Croacia
- Letonia
- Grecia
- Islandia

Hasta 20 % más que en 2008

## EN LOS QUE MÁS DISMINUYÓ

- Chile
- Australia
- Finlandia
- Noruega
- Polonia
- República Eslovaca

Hasta 30 % menos respecto a 2008

**EL ESTUDIO**  
En 41 países de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE) y de la Unión Europea (UE).

Fuentes: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef)  
Investigación y edición: Mónica I. Fuentes Pacheco  
Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoría



▶ Pasta dental Crest® Complete

▶ Shampoo Pantene® Pro-V restauración

▶ Shampoo Head & Shoulders® control caspa

**\$14.90**  
Pasta dental Crest® Complete

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



**Historias armables**

Arturo Martínez

**El bisabuelo del elefante**

Ahora los conocemos como “mamuts”, aunque antes, se escribía “mammuts”. De hecho, también los llamaban “mastodontes”. Claro, eran aquellos animales que, podríamos decir, eran los bisabuelos de los elefantes actuales.

Se han encontrado restos de mamuts por todo el mundo, y esto seguramente, debido a que durante el invierno se desplazaban hacia el sur, y en verano, lo hacían hacia el norte.

Tú los conoces bien, o por lo menos has visto alguna especie de ellos. Entre los más grandes estaban el mamut sungari y el imperial, este uno de los más comunes de América del Norte. También había un mamut lanudo, que habitaba en climas más fríos y que seguramente por ello, estaba recubierto por una gran “manta” más gruesa, de largo pelo. Los mamuts, tenían el tamaño de un elefante africano, o incluso mayor, y una cabeza enorme, con unos colmillos desproporcionados y muy curvados. Se piensa que esos colmillos torcidos hacia dentro, le servían para hacer a un lado la nieve y dejar al descubierto los pastos con los que podía alimentarse. Sus orejas eran pequeñas y la espalda, gibosa, es decir, con una especie de joroba llena de grasa, como la del camello.

Los mamuts vivieron en la misma época que los hombres prehistóricos. De hecho, es posible ver pinturas rupestres con acciones de caza, donde un grupo de hombres, rodea y atrapa a uno de estos animales.

Incluso, algunos piensan que la cacería de los mamuts haya provocado su extinción, lo que otros no creen. En realidad la desaparición de esta especie se fue dando de forma progresiva y en realidad, es todo un misterio. Hay quien dice que un virus afectó a la población y se propagó a gran velocidad como si hubiera sido un virus de gripe o ébola. De cualquier forma, tampoco se ha comprobado.

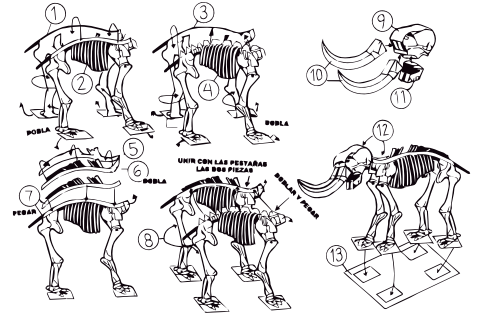
Quizá la explicación más razonable de la extinción de las grandes manadas, es que hayan sufrido una serie de inviernos muy duros. Y aunque podían vivir bajo un frío extremo, quizá un exceso de temperaturas muy bajas, les impidió en un momento dado, rascar el suelo a la profundidad suficiente para encontrar alimento.

Recientemente, dieron la noticia de que un grupo de científicos intentaría, con los restos de un mamut, clonarlo y darle vida a la especie, nuevamente.

Por lo pronto, tú tienes uno que puedes armar y darle vida, o por lo menos, ponerlo en movimiento... o tal vez solo colocarlo en tu cuarto. Arma tu manada y vive nuevamente el pleistoceno... desde tu recámara.

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

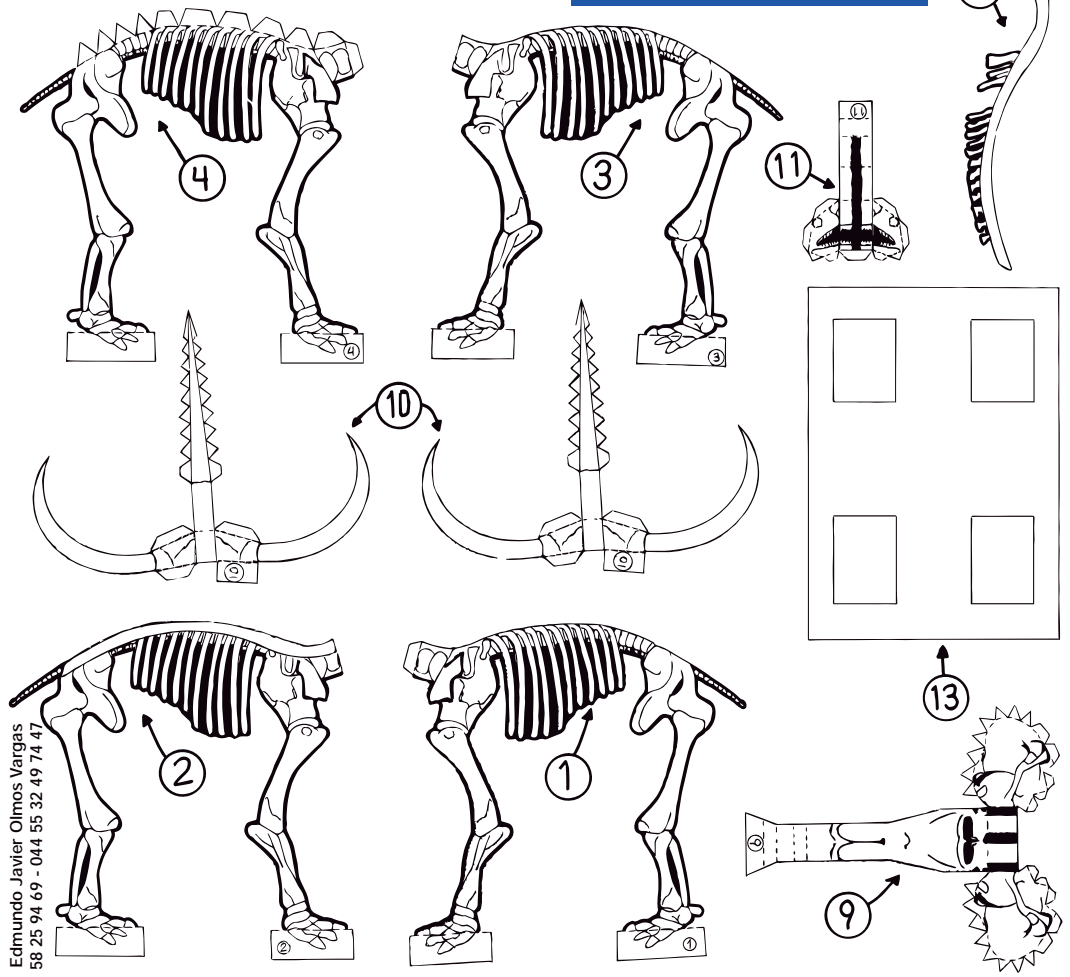
- 1.- Saca copias para tus amigos
- 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond
- 3.- Coloréalo
- 4.- Recorta las piezas, según el orden de los dibujos
- 5.- Ármalas doblando y pegando las pestañas
- 6.- Pégalas como se indica en los dibujos



Escanea el código y descarga otros modelos

Síguenos por:

f Simi TV  
@DrSimiTV



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

## Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez Pérez

El idioma es cambiante, está vivo y se adapta a la realidad, aunque siempre el léxico popular le gana a los lentos y muy rigurosos académicos.

Decimos lo anterior porque las palabras que usamos a diario se imponen a lo que viene en los diccionarios. Están más actualizadas. Siempre será así.

Así se explica que las corrientes a favor de la equidad de géneros hayan ganado en cuanto a los femeninos de profesiones que antes eran propiedad exclusiva de los hombres.

Y, entonces, ahora podemos decir —con toda validez— jueza, árbitra, médica, gerenta, dirigente, química, arquitecta, contadora...

Pero, cuidado, hay femeninos que se prestan a confusiones, como el de pilota y soldada. En ese caso, hay que ser cautos.

La Academia del Español sugiere que digamos: la piloto y la soldado, para evitar confusiones.

Hasta la próxima. ¡Suerte! Y recuerden: leer nos hace mejores personas.

fernandoguper@gmail.com

## ¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez



## Vende caro tu amor...

Leyenda, chisme, conseja, mentira, de todo esto se ha tejido el mito del músico y poeta Agustín Lara; sus padres lo bautizaron y registraron con una larga lista de nombres, tal vez para que él pudiera escoger uno, con el que sería conocido artísticamente.

Ángel Agustín María Carlos Fausto Mariano Alfonso del Sagrado Corazón de Jesús Lara y Aguirre del Pino... ¡Ay ojitos pajaritos!, qué bonito se llamaba el "Flaco de Oro", y ni que decir de su lugar de nacimiento. Veamos:

Acta de nacimiento y fe de bautizo dan la dirección que refirieron los padres: el número 16 de la segunda calle de Colombia, que a finales del siglo XIX se llamaba Callejón del Puente del Cuervo. Pero el autor de *Noche de Ronda* dijo que había pegado el primer berrido en Tlaxotalpan, Veracruz.

El año de su nacimiento es otro desacuerdo: los documentos oficiales señalan que su primera nalgada fue el 30 de octubre de 1897, aunque Agustín decía había nacido en 1900; es decir, se quitaba los años.

Eso sí, su infancia la pasó en Tlaxotalpan, y hay una versión que asegura que Agustín, un día que paseaba en lancha, esta se hundió y pensó que iba a morir, pero al salvarse se dijo: "He vuelto a nacer en Tlaxotalpan".

El mito creció e incluye a una corista despechada, llamada "Estrella", quien en 1927 deja la marca de su rencor al cortar con una botella rota el rostro del compositor. Nace así *Piensa en mí*.

Dandí entre los dandis, a Agustín Lara le sonrió la fama y el dinero. Sus amores se vuelven chismes en los periódicos del espectáculo, y el más famoso de ellos fue su casamiento con María Félix. La lista de sus amoríos es más grande que las cuentas de un rosario, y de ellos surgen canciones como *Arráncame la vida*, *Palabras de mujer*, *Pecadora*, *Señora tentación*. Tan dejaba huellas en sus mujeres, que María Félix, para recordarlo, colocó la escultura, obra de Humberto Peraza, en la calle de Campos Eliseos, cerca de Edgar Allan Poe, donde vivió Agustín Lara, durante 30 años, en Polanco... ¡Ay ojitos pajaritos!... qué bonita es la música mexicana y sus genios.

# El Cascanueces regresa al Auditorio Nacional

Con la participación de cinco primeros bailarines, la Compañía Nacional de Danza (CND) regresa al Auditorio Nacional con el ballet tradicional de la época decembrina *El Cascanueces*, con música de Piotr, Ilich Chaikovski y libreto de Marius Petipa.

La agrupación dirigida por Laura Morelos ya se prepara para las funciones que ofrecerá del 18 al 21 de diciembre, por lo que contará con las figuras Agustina Galizzi, Ana Elisa Mena, Mayuko Nihei, Blanca Ríos y Erick Rodríguez.

Además, en el espectáculo merecedor de la presea *Lunas del Auditorio*, en 2009, 2012 y 2013, participan 80 bailarines en escena, entre los cuales se encuentran niños y jóvenes de la Escuela Nacional de Danza Clásica y Contemporánea del Instituto Nacional de Bellas Artes.

Igualmente, en la puesta en escena participa la Orquesta del Teatro de Bellas Artes, bajo la batuta de Juan Carlos Lomónaco.

El ballet *El Cascanueces* se basa en el cuento *El cascanueces y el rey de los ratones*, escrito en alemán, en 1816 por E.T.A. Hoffmann, y posteriormente adaptado al francés por Alexandre Dumas.

Para 1891, Marius Petipa propuso al compositor ruso realizar un proyecto para la adaptación del cuento al ballet.

De esta manera, con libreto de Petipa y coreografía de Lev Ivanov, se estrenó en diciembre de 1892, en el Teatro Mariinski de San Petersburgo.



**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor.

**DIRECTORIO** Presidente de Grupo Por Un País Mejor Víctor González Torres

Redacción Director Vicente Monroy Yáñez Diseño Adriana Hinojo Montes de Oca, Virginia Palacios Baeza Reporteros Miguel Ángel Sánchez, Moisés Sánchez, Miguel Ángel Becerril, Fernando Gutiérrez, Grissel Gutiérrez Ramos, Haydee Rodríguez Fontes Fotógrafos Moisés Manzano, Arturo González Caricaturista Jorge

Aviña Columnistas, Álvaro Cueva, Armando Ramírez, Arturo Martínez Aviña, P. José de Jesús Aguilar, Baltazar I. Valadez, Carlos Ramírez, Ivan Cruz Mejía, 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. 03800, México, D.F. Distribuidores en México Farmacias Similares, El Sol de México 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 04-2008-052612260400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12895. 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: Diciembre de 2014. Periodicidad catorceenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. "Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".

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



Cine+

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com

## ¿43?

Felipe Arnulfo Rosa  
Benjamín Ascencio Bautista  
Israel Caballero Sánchez  
Abel García Hernández  
Emiliano Alen Gaspar de la Cruz  
Doriam González Parral  
Jorge Luis González Parral  
Magdaleno Rubén Lauro Villegas  
José Luis Luna Torres  
Mauricio Ortega Valerio  
Jesús Jovany Rodríguez Tlatempa  
Abelardo Vázquez Peniten  
Adán Abraján de la Cruz  
Christian Tomás Colón Garnica  
Luis Ángel Francisco Arzola  
Carlos Lorenzo Hernández Muñoz  
Israel Jacinto Lugarido  
Julio César López Patolzin  
José Ángel Navarrete González  
Marcial Pablo Baranda  
Miguel Ángel Mendoza Zacarías  
Alexander Mora Venancio  
Luis Ángel Abarca Carrillo  
Jorge Álvarez Nava  
José Ángel Campos Cantor  
Jorge Aníbal Cruz Mendoza  
Giovanni Galindes Guerrero  
Jhosivani Guerrero de la Cruz  
Cutberto Ortiz Ramos  
Everardo Rodríguez Bello  
Christian Alfonso Rodríguez Telumbre  
Martín Getsemany Sánchez García  
Jonás Trujillo González  
José Eduardo Bartolo Tlatempa  
Leonel Castro Abarca  
Miguel Ángel Hernández Martínez  
Carlos Iván Ramírez Villarreal  
Jorge Antonio Tizapa Legideño  
Antonio Santana Maestro  
Marco Antonio Gómez Molina  
César Manuel González Hernández  
Saúl Bruno García  
Bernardo Flores Alcaraz  
*El grito* (1968)  
*Halcones... Terrorismo de Estado*  
(2006)  
*Acteal: Estrategia de muerte* (1998)  
*Romper el cerco* (2006)  
¿Cuántos más?

Porque "la calidad es lo primero"®...



Análisis Clínicos  
del Dr. Simi

"Lo mismo pero más barato"®



# Mijares, El único culpable

Miguel Ángel Becerril

Consolidado como uno de los cantantes consentidos de México y el continente, Manuel Mijares presentó su producción número 27, titulada *No se me acaba el alma*, tema original de Armando Manzanero. "Es un regalo que el maestro me haya dado esta canción, es un honor interpretar una tema como este".

Nuevamente bajo la dirección de Bob Benozzo, Mijares se deja escuchar con temas inéditos, llenos de amor, que nos remontan a sus interpretaciones de los años 80, pero con un sonido actual, contemporáneo y con arreglos italianos, adaptados a las composiciones de Amaury Gutiérrez, Bruno Danzza, Luigi Castillo o Federica Camba.

*No se me acaba el alma*, conserva la esencia a la que nos tiene acostumbrado Mijares, pero de una manera fresca, sin perder la fuerza dramática con canciones tan sentidas como *El único culpable* o *Te prometí*, tema principal de la telenovela *La sombra del pasado*, "Es un privilegio cantar un tema de telenovela, imagínate, estás todos los días en los oídos del televidente, además es una canción muy bien escrita y musicalizada".

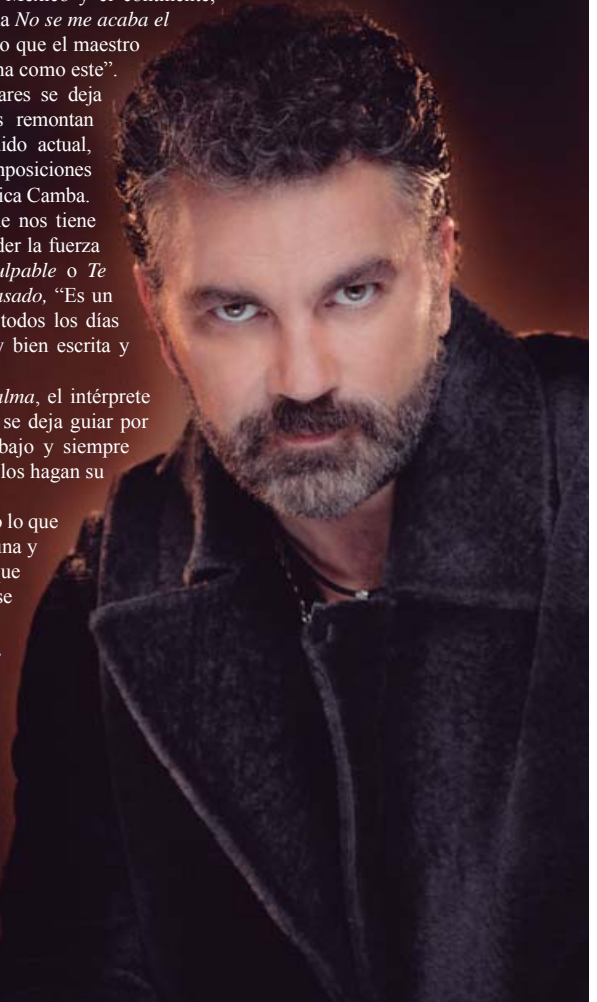
Con respecto a la producción de *No se me acaba el alma*, el intérprete de *El privilegio de amar*, aseguró que es un hombre que se deja guiar por su productor, "Cuento con un formidable equipo de trabajo y siempre oigo opiniones, porque para eso hay expertos y dejo que ellos hagan su trabajo, el mío es sobre el escenario.

"Es increíble que después de tanto tiempo siga haciendo lo que me gusta; me emociona que la gente cante mis canciones una y otra vez, que esas historias las haga suyas. Por eso tienes que contar una historia vehemente, para que la gente te crea y se ilusione con la canción".

Sin duda, Mijares gozó de un gran éxito durante 2014, gracias al espectáculo *Two'r Amigos*, con Emmanuel, gira de conciertos que ha roto récords de asistencia, con 25 fechas en auditorios nacionales, y *sold out* en taquilla.

También desarrolló un proyecto paralelo a su anterior producción discográfica *Canto por tí*, que contiene el tema *Si me tenías*, que se ubicó dentro de los primeros puestos de popularidad en México, y que lo hizo acreedor a los discos Oro y Platino gracias a sus altas ventas.

En enero, Manuel Mijares cumplirá 29 años de trayectoria artística. "Un arduo camino andado, donde seguiré trabajando para que cada disco logre internarse en el corazón de aquellos que gustan de la música romántica".



## La salud, siempre el mejor regalo

### Check up básico

Biometría hemática, examen general de orina, química sanguínea (24 elementos).

\$ 473.00\*

### Paquete navideño

Biometría hemática, colesterol, examen general de orina, glucosa, triglicéridos.

\$ 329.00\*

### V.I.H.

de \$199.00 a \$ 169.00\*

### Paquete femenino plus

Exudado vaginal, examen general de orina y papanicolaou en base líquida.

de \$888.00 a \$ 687.00\*

Promoción válida durante diciembre de 2014. \*Se aplican restricciones por zona geográfica. Consulta restricciones en [www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)

1 de diciembre, Día mundial de la lucha contra el SIDA

**SIMITEL 01 800 911 66 66**  
Q.B.P. Sandra Luz Saavedra Hernández  
Ced. Prof.: 4056085-IPN

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

## Bosé, más onírico que nunca

Miguel Ángel Becerril

Tras cuatro años sin publicar material inédito, Miguel Bosé regresa a la escena musical con *Amo*, grabado en Los Ángeles, Londres y Madrid.

El intérprete de *Linda*, señaló que *Amo*, contiene 11 temas con historias de amor que no están relacionadas con la pareja.

Desde el concepto fotográfico, las letras, los arreglos musicales, hasta el diseño de ilustración del cuadernillo, *Amo* refleja esa personalidad rebelde, inquieta y posmodernista, a la que nos tiene acostumbrados.

“*Amo* está dedicado al privilegio del no saber, al de poder aprender sin fin, al insaciable don de la curiosidad que todo hurga. Siempre he sido curioso pero, desde que soy padre, esta se ha despertado más; si antes investigaba todo, ahora quiero resolver los paradigmas de la vida, porque el ser padre te cambia la vida drásticamente. Mi esencia

hoy es de optimismo, de amor y esto se refleja en las letras, pues son fábulas que hasta a los niños encantan”.

En este CD todos los temas son de Miguel Bosé, “Me encerré más de año y medio a componer, soy lento en eso de la métrica y me llevo mi tiempo, soy perfeccionista. Cuando me preguntaron qué íbamos a hacer para la portada, le dije al ilustrador que quería algo lleno de color, que despertara la curiosidad, que imbuyera al poseedor de *Amo* a hurgar y a encontrar cosas que a simple vista no se ven y que al escuchar las melodías las reencontrara”.

Con respecto a su imagen, dijo: “Al estar tanto tiempo en casa me deje crecer la barba y el cabello, los mismos que ya pintan canas, y como no puedo evitar el paso del tiempo y la edad no me pesa, -tiene 58 años- decidí comprar un lápiz

para ojos y enmarcarlos, eso es todo, porque creo que la esencia es lo principal”.

El primer sencillo a promocionar es *Encanto*, “Una fábula onírica sobre el amor”, el cual tiene un video rodado en un monasterio del siglo XII a las afueras de Madrid, una novela visual llena de simbolismos y donde tiene tres personajes. Este video se puede ver en el canal oficial de Miguel Bosé en YouTube.

“Cuando llegué al rodaje le dije a la directora Beatriz Abad: ‘No quiero saber nada, no me cuenten nada’, y ella solo me dijo: ‘Vas a ser tres personajes diferentes, el dios-amor, el hombre que padece y un sacerdote’.

“Estuve un día grabando, y el video es un gran espectáculo, no me pregunten de qué se trata porque no entendí nada, lo miré y dije: ‘Ah, qué bien, no he entendido nada, pero me encantó”, platicó entre risas el español.

Respecto de la difícil situación económica por la que atraviesa España, Bosé expresó su rabia al ver a su país sin alegría. “No quiero la España que estamos viviendo, es más cercana a la ciencia ficción, jamás la imaginé”, se lamentó el intérprete de *Amante bandido*.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



## Frente a la tele

Alvaro Cueva  
[alvaro@alvarocueva.com](mailto:alvaro@alvarocueva.com)



## Termómetro social

Yo creo que las telenovelas son buen termómetro social.

¿A usted no se le hace demasiada casualidad que hoy, cuando vemos cosas tan terribles a escala nacional e internacional, nuestras más importantes casas productoras estén haciendo tantos “refritos”?

Usted sabe, nuevas versiones de historias o muy viejas o de grandes éxitos internacionales.

¿A usted se le hace que esto sea una coincidencia?

¿Un accidente?

Por supuesto que no, a mayor crisis, mayor necesidad de estabilidad, de certeza, de confianza y eso es lo que nos dan los refritos.

La estabilidad de que vamos a ver algo que no nos va a decepcionar, la certeza de que ya sabemos lo que va a pasar, la confianza de que, a diferencia de lo que ocurre con otras cuestiones de nuestra vida cotidiana, nada ni nadie nos va a decepcionar.

Obviamente, hay de todo en este momento en las diferentes parrillas de programación de señales como El Canal de las Estrellas, Trece y GalaTV, pero de que los refritos son lo de hoy, son lo de hoy.

Y de todos los refritos que se están transmitiendo hay uno que me puede enloquecer de felicidad y que le quiero recomendar con mucho entusiasmo.

¿Cuál? *La sombra del pasado* que, como usted sabe, es una adaptación de *El manantial*, que vimos hace pocos, muy pocos años, en el horario estelar de XEW-TV.

¿Por qué le quiero recomendar esto? Porque Mapat, la productora de esta joya, y su magnífico equipo de colaboradores consiguieron el milagro de mejorar algo que parecía inmejorable.

Y porque tuvieron el buen tino de bajarle la edad al reparto, lo cual favorece la vinculación con el público juvenil.

“La sombra del pasado” es un título superclásico de amor imposible y rivalidades familiares, una experiencia genuinamente melodramática que bien vale que usted sintonice todas las tardes entre *Yo no creo en los hombres* y *Mi corazón es tuyo*.

Yo creo que las telenovelas son un muy buen termómetro social, y estoy convencido, además, de que *La sombra del pasado* es hermosa.

Por favor, búsquela. Le va a gustar.



**“Que en esta temporada  
de frío, reine la alegría  
y no el resfrío”**



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



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO