

**OPINAN:** Miguel Ángel Ferrer: **El SME**.....4  
 Carlos Ramírez: **No hay consenso en seguridad**.....12  
 Álvaro Gueva: **Congruencia**.....19

# SIMINFORMA

Por Un País Mejor®

Escanea el código y visita nuestro sitio WEB



La alegría de vivir

p. 8 y 9



Corrupción es DESTRUCCIÓN

p. 12

Síguenos por:

f Simi TV @DrSimiTV

www.siminforma.com.mx / Enero 2015  
 500 mil ejemplares / Ejemplar gratuito

Núm. 393D



**SIMI KRILL**®

**\$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"

# Un juguete, una sonrisa

Astrid Espinoza

La ilusión de recibir un regalo se cumplió gracias a la Fundación del Dr. Simi, que anualmente festeja el Día de los Reyes Magos para llenar de felicidad y emoción a poco más de 800 niños y niñas de escasos recursos.

En esta ocasión, como también se ha vuelto una tradición, en alianza con el parque de diversiones KidZania, el brazo asistencial del Grupo Por Un País Mejor logró que todo fuera alegría para pequeños procedentes de 12 instituciones, afiliadas a la red Unidos para Ayudar que auspicia.

Ataviado como Rey Mago, el Dr. Simi fue el encargado de dar la bienvenida: “Hola amigos... Es un gusto recibirlos en este evento organizado en su honor, con mucho cariño, esperando que se diviertan”.

Emocionados, los niños no dejaban de corear el nombre del Dr. Simi, a quien le pedían abrazos y mandaban besos, porque él se ha encargado de alimentar la ilusión, como lo hacen aquellos seres mágicos que cada 6 de enero llevan juguetes a los pequeños de todo el mundo.

Uno de los más satisfechos con el festejo fue Hernán Barbieri, director general de KidZania México, un hombre que, al igual que el Dr. Simi, representa a una empresa altruista.

“KidZania está comprometida con la sociedad, siempre nos ha gustado aportar algo de valor a la comunidad. Por ello, junto con la Fundación del Dr. Simi, apoyamos la entrega de juguetes, para regresarle a los niños un poco de lo que ellos nos dejan con su visita a lo largo del año”, dijo.

En su oportunidad, María Teresa Hernández de Mancilla, vicepresidenta de Acción Social y Desarrollo Comunitario del Grupo Por Un País Mejor, vio en KidZania la mejor opción para realizar esta obra de amor en beneficio de los reyes de la casa.

“Estamos muy contentos de ver tantas caras felices, tantas sonrisas de niños, que recibieron un regalo y pudieron disfrutar de las atracciones de KidZania, donde se aprende jugando, algo que es muy importante para nosotros”.

Gracias a la vocación altruista de varias empresas, que mediante sus donativos contribuyen a la noble causa, en el festejo hubo de todo. Nos referimos, desde luego, a Farmacias Similares, pero también a ETN, Kimberly Clark y Gelatinas Gary.

Así, durante 5 horas, los chicos no solo se divirtieron con el show de los “Payacocos”, sino que recibieron cientos de regalos, comieron y conocieron los más de 60 locales del centro de diversiones, donde también se cuenta con una Farmacia del Dr. Simi y en la que los niños aprendieron a elaborar medicamentos.

De regreso a casa, los invitados de honor recibieron un kit sorpresa, lleno de más regalos que, gracias al Dr. Simi y KidZania, les hará conservar la ilusión en los Reyes Magos.



Felices y emocionados, los pequeños presumieron sus regalos



Gracias a la alianza de 2 empresas altruistas se logró hacer felices a muchos niños



Fotos: Miguel Ángel Sánchez

# Aprendiendo con el Dr. Simi

Miguel Ángel Becerril



El Dr. Simi siempre preocupado por la salud de la niñez mexicana emprende la campaña Simisanísimo, donde enseña a los pequeños cómo alimentarse bien

Inculcar en la población infantil hábitos alimenticios adecuados reducirá sustancialmente los elevados índices de obesidad en México.

Este es el objetivo del programa *Simisanísimo*, proyecto de Farmacias Similares que busca cambiar los malos hábitos alimenticios y contribuir a un mejor desarrollo de la niñez.

En esta ocasión, el Dr. Simi acudió al colegio Peterson, en el sur de la Ciudad de México, para llevar de forma amena y didáctica una lección de aquellos alimentos y bebidas que ayudan a un sano desarrollo.

Los alumnos del primer grado de primaria se mostraron dispuestos a aprender las instrucciones de la nutrióloga Sara Pérez, quien les explicó la forma de seguir una alimentación sana y vigilar todo aquello que se come en casa.

Así, conocieron el plato del buen comer y la jarra del buen beber, elementos indispensables para una correcta alimentación.

Ya entrados en materia, se formaron dos equipos, quienes con material didáctico y ayudados por sus compañeros elaboraron un emparedado con alimentos sanos; además, conocieron cuántas cucharadas de azúcar bebemos en los refrescos, en las leches saborizadas y en los jugos.

Al final, los participantes recibieron una mochila con la emblemática imagen del Dr. Simi.

“Ya sé que no debo comer tantas papas fritas; conocí el plato del buen comer, que me ayudará a crecer”, dijo Rodrigo.

Por su parte, Regina aseguró que

desde ahora vigilará que la comida en su casa tenga los tres colores del plato del buen comer, y platicará con sus papás y hermanos para que tomen agua y no refrescos.

“Le explicaré a mi mamá lo que aprendí hoy, y que debemos comer más verde y menos rojo y tomar agua de frutas con poca azúcar”.

El programa *Simisanísimo* visitará diferentes centros escolares, para llevar salud a los más pequeños y de esta manera evitar que la obesidad se siga extendiendo entre nuestros niños, porque de acuerdo con la Secretaría de Salud del DF cuatro de cada 10 niños entre 5 y 11 años presentan problemas de sobrepeso.

Este programa se presenta, inicialmente, en centros escolares. Esté pendiente.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar



## Los dones del Espíritu Santo

Es bueno iniciar el año pidiendo los siete dones del Espíritu Santo. ¿Recuerdas cuáles son? La SABIDURÍA, que ayuda a buscar y gozar las cosas de Dios al crear en quien la tiene, una vida espiritual intensa. Da un criterio sobrenatural para juzgar mejor a Dios, al hombre y al mundo. El ENTENDIMIENTO es como una luz que ayuda a comprender mejor todo lo que Dios ha revelado a lo largo de la historia, especialmente en la Biblia. El CONSEJO ayuda a elegir lo más conveniente y a no tomar decisiones equivocadas al dejarse llevar por sentimientos o emociones. Ayuda a ser prudentes.

Hay jóvenes que diariamente van al gimnasio para fortalecer su cuerpo, pero tienen debilidad en el espíritu, les falta FORTALEZA. Este don robustece en la lucha cotidiana contra el mal, capacita para atacarlo y resistirlo constantemente. Es frecuente que tengamos confusión entre lo que es bueno y lo malo. Para solucionarlo, el Espíritu Santo nos da el don de la CIENCIA, y poder discernir entre lo que nos acerca o nos aleja del bien, entre los valores o antivaleores, de tal manera que los bienes del mundo no nos pierdan; al contrario, nos ayuden a llegar a Dios, autor de todo lo creado. Cuando estamos cerca de la persona amada, nos sentimos a gusto y tenemos el deseo de complacerla. Esa satisfacción la da el don de la PIEDAD, para vivir buscando la voluntad de Dios, de tal manera que, al complacerlo, nos unimos más a Él, y eso nos da una gran satisfacción. El TEMOR DE DIOS no consiste en temerle. Así como tenemos miedo de perder lo que más queremos, como la vida, nuestros seres queridos, la novia o novio, ahorros, etc., por este miedo, ponemos mucho cuidado en lo que queremos. Este don nos ayuda a entender que Dios es lo máximo y, por eso, debemos esmerarnos para no perder su amistad ni su amor. Este don lo da el Espíritu Santo para que amemos a Dios, que nos amó mucho antes de que nosotros lo conociéramos.



## Salud y sociedad

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

## EI SME

A lo largo de sus cien años de existencia, el Sindicato Mexicano de Electricistas (SME) ha sido protagonista central en la vida del México moderno. Siempre ligado a la lucha por las mejores causas, hoy vive una nueva etapa. Ha pasado de ser el más combativo de los sindicatos mexicanos a convertirse en una combativa organización no gubernamental (ONG).

Quienes pensaron que la liquidación de la empresa a la que estaba ligado significaría la destrucción del SME, ya están viendo cuán equivocados estaban. Miles de fogueros sindicalistas hoy actúan como ciudadanos organizados. Y hoy como ayer están en las grandes movilizaciones populares contra las políticas económicas neoliberales y la entrega del país a los intereses del imperialismo. Codo a codo con maestros, estudiantes, campesinos, sindicatos, intelectuales progresistas y otras ONG, el SME participa activamente, y muchas veces como vanguardia, en la resistencia y el combate cotidianos frente al feroz ataque de la derecha y el imperialismo contra el nivel y las formas de vida de grandes capas de la población mexicana.

Esto explica que las antiguas y manidas calumnias contra el SME no solo no hayan cesado, sino que se hayan acrecentado en esta nueva etapa de la lucha de los electricistas, la cual prefigura el porvenir de la lucha social: ciudadanos organizados más allá de sus particulares condiciones gremiales, productivas o de clase social.

Nueva etapa que en pocos años ya ha conseguido significativos avances e innegables éxitos. Desde el reconocimiento de los derechos de los pueblos indígenas hasta la anulación, en la práctica, de las llamadas "reformas estructurales". A veces en menos y a veces en más, en todos estos innegables éxitos el SME ha sido protagonista decisivo.

Aliado imprescindible de otras fuerzas progresistas, patrióticas y democráticas, el SME cumple hoy la misión que, sin buscarlo él mismo, la historia le ha asignado: ser el modelo del porvenir de las luchas del nuevo siglo.

# Hallan anticancerígeno en brócoli

El sulforafano, compuesto contenido en el brócoli, podría ayudar a combatir el cáncer, sugiere un estudio realizado por la Universidad de Oregon.

El químico, que ha sido ampliamente estudiado, podría ser aprovechado de forma terapéutica, específicamente, en pacientes con cáncer de próstata.

Emily Ho, director del *Moore Family Center for Whole Grain Food, Nutrition and Preventive Health* y titular del estudio, reporta en la revista *Oncogenesis* que una de las ventajas del sulforafano es su acción selectiva eliminando células cancerígenas y capacidad para coexistir con otros tratamientos.

"Existe una evidencia significativa del valor de los vegetales crucíferos en la prevención del cáncer", apunta la investigadora. "Este trabajo es uno de los que por primera ocasión muestra cómo el sulforafano puede afectar la expresión genética de células cancerígenas".

Hasta ahora, aclara la investigadora, no se han realizado ensayos clínicos para cuantificar la acción del compuesto contra el cáncer, pero el trabajo de Ho revisó ensayos sobre el uso de suplementos en hombres con alto riesgo de cáncer de próstata.

Docenas de estudios han examinado el valor de la salud de los vegetales crucíferos como el brócoli, la



coliflor y las coles; muchos, centrados en el papel del sulforafano.

Adicionalmente, Ho encontró que la enzima SUV39H1, en las células de cáncer de próstata, es afectada por la exposición al sulforafano, lo que la coloca como un potencial objetivo para controlar el avance de la enfermedad.

El cáncer de próstata es uno de los más comúnmente diagnosticados y existen terapias que incluyen la remoción quirúrgica de la próstata, el uso de terapia de radiación, hormonas y otras estrategias.

Uno de los principales problemas es que cuando este tipo de cáncer se propaga y afecta agresivamente a otras áreas del cuerpo, y la tasa de supervivencia se reduce dramáticamente.

Adicionalmente, estudios de laboratorio mostraron que el sulforafano puede ayudar también ante líneas celulares de ovarios, mamario, colon y pancreáticas, y un primer estudio en animales de laboratorio probó la reducción de metástasis ante cáncer de próstata.





Gloria Patricia Carrillo Durán\*

Una relación de pareja se inicia con una serie de ilusiones, proyectos y creencias relacionadas con el bienestar.

Pero, ¿qué pasa cuando la ilusión del amor se convierte en una tormenta de sufrimiento creciente, que comienza como una llovizna y puede terminar como un chubasco mortal, donde sacar el paraguas no basta?

Es importante que hablemos del tema, que aceptemos que la violencia no es una práctica sana aunque sea común, y que reconocer el problema es el primer paso para ponerle fin.

La violencia intrafamiliar representa un desequilibrio de poder y abuso a los derechos humanos. Una vez que se presenta va en aumento constante, desafortunadamente está tan arraigada en las prácticas cotidianas, que puede pasar inadvertida.

La violencia intrafamiliar es un vicio social que revela una discriminación de género. En México representa la principal causa de muerte entre mujeres de 25 y 45 años de edad. Aproximadamente, 6 de cada 10 mujeres mayores de 15 años, han experimentado al menos un acto

violento, y en la mayoría de los casos el agresor es su pareja. Por si esto fuera poco, una de cada cinco muertes violentas femeninas tiene lugar en el hogar.

La violencia intrafamiliar es como la humedad, se infiltra poco a poco, hasta que su daño es irreversible; se manifiesta de varias maneras y deja un sentimiento de indefensión que paraliza a la víctima. El tipo de violencia intrafamiliar o de género, más común en México y en el mundo, es la violencia psicológica, seguida de la física y la sexual. Reconocerla, no basta, hay que evidenciar su existencia y trabajar en conjunto para erradicarla.

El control, la descalificación, los insultos, los golpes, duelen y cuando la violencia aparece en una relación, el amor se muere. Hay que evidenciar el problema, aun cuando cueste trabajo o pena hacerlo, porque solo estableciendo redes de apoyo que fortalezcan el empoderamiento, la seguridad física y emocional de la mujer violentada se podrá combatir el problema.

Hay que llevar el tema de la prevención de la violencia a las pláticas

y prácticas cotidianas, y considerar que más allá de hombres y mujeres, hay actores pasivos y activos que promueven o permiten la violencia, es decir, que tanto un hombre como una mujer puede ejercer violencia o ser receptor de ella.

Tengamos en cuenta que la violencia afecta a los miembros del grupo social al que se pertenece. Por ello, todos y todas somos responsables de prevenir y poner fin a la violencia intrafamiliar; comencemos por eliminar la cultura de discriminación que permite que este tipo de violencia continúe.

Si has sufrido, sufres o conoces a alguien que viva situaciones de violencia intrafamiliar, en el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales podemos brindarle la asesoría y apoyo psicológico, de manera profesional, confidencial y gratuita, las 24 horas. Te atendemos en el 01800 911 66 66, opción 3; o en [centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx) puedes ver nuestro chat de sexualidad, los martes y jueves, de 16:00 a 17:00, a través de [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

\*Psicóloga del CNDEE

## Hablando de sexualidad

Leidy Constanza Montoya  
sexologa\_leidy@hotmail.com



## Obstáculos en las relaciones sexuales

Suele suceder que aunque se busque información en artículos, libros, consulta de expertos, etcétera, la vida sexual no mejora, y, en ocasiones, genera frustración e impotencia. Por ello, mencionaré algunos obstáculos que pueden intervenir para no disfrutar plenamente de las relaciones íntimas. Tiempo: En días agitados, la relación sexual se presenta como un desahogo físico. Por el cansancio y fatiga, se realiza en poco tiempo. Disminuye así el juego precoital y limita el encuentro a la penetración, algo monótono y nocivo. Lugar y ambiente: Con el paso de los años puede ser poco motivante estar en el mismo escenario (cama y posiciones sexuales). Esto, aunado a factores como la televisión encendida, el celular, estar cerca del cuarto de los niños o de otras personas que los escuchen, impiden la fluidez del encuentro.

Ansiedad: El deseo de cumplir con las expectativas; es decir, satisfacer a la pareja, ser un buen amante, pensar si le gusta o no, tener la idea de durar mucho o el orgasmo como algo obligatorio, son ideas que, paradójicamente, impiden que se disfrute el encuentro y hasta pueden generar disfunciones sexuales.

Comportamiento cultural: Es lo que hemos aprendido acerca de lo que deben ser y hacer hombres y mujeres; por ejemplo, quién debe tomar la iniciativa, ser experto e inexperto, a quién le está permitido tener más parejas sexuales o ser infiel, quién debe portar el condón, etcétera, factores que limitan la libre expresión de uno u otro género en sus comportamientos erótico-sexuales.

Como puedes ver, para disfrutar de las relaciones sexuales, es necesario evaluar qué puede estar obstaculizando tus encuentros y trabajar en ello. Todos y todas tenemos el derecho de disfrutarlas. Sigue en contacto conmigo y escríbeme al correo [sexologa\\_leidy@hotmail.com](mailto:sexologa_leidy@hotmail.com), o por twitter [@sexologa\\_leidy](https://twitter.com/sexologa_leidy). Me despido, no sin antes expresar mi profundo agradecimiento a todas las personas que han estado atentas a esta sección. Recuerden que dejar fluir es el secreto para disfrutar.



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



Si persisten las molestias, consulta a tu médico.

www.farmaciasdesimilares.com



YouTube



/drsimi\_oficial



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

# Atentaron contra mi vida: Labastida Ochoa

Juan Manuel Rentería



Francisco Labastida Ochoa, economista, catedrático, político mexicano y ex candidato a la Presidencia de la República, nació en Los Mochis, Sinaloa, el 14 de agosto de 1942. Se tituló de economista, en 1968, en la Universidad Nacional Autónoma de México.

Realizó estudios de posgrado en Evaluación de Proyectos, en México, y de Planeación de la Educación, en el Instituto Latinoamericano de Planeación Económica y Social, de la CEPAL, en Santiago de Chile.

Trabajó durante 37 años en el servicio público. En 1982 fue designado Secretario de Energía, Minas e Industria Paraestatal, por el entonces presidente Miguel de la Madrid. En 1986 fue electo gobernador de Sinaloa, tras vencer en las urnas al candidato del PAN, Manuel J. Clouthier.

¿Cómo logra ganar el gobierno de Sinaloa a un gigante de la política como Clouthier? “Con mucho trabajo, yo hacia campaña desde las 6 de la mañana, creo que me ayudó mucho el prestigio de mi familia y en particular el de mi padre, quien había hecho una labor social muy importante en el norte del estado. Me parece que don Manuel Clouthier se separó de sus

amigos, y eso no le ayudó a tener buenos resultados”.

¿Cometió muchos errores? “Yo diría que tuvo muchas diferencias, y uno necesita grupos de amigos para poder ganar, digamos que perdió por esas diferencias con sus amigos”.

Cuando usted fue gobernador, su estado era un bastión muy importante del narcotráfico, ¿usted negoció o lo combatió? “No, yo lo combatí a fondo, yo sabía en lo que me metía, pero asumí mi responsabilidad”.

Le recordamos que en aquella época, la colonia Tierra Blanca, en Culiacán, era tierra de narcos, tierra de nadie. “Sí, y durante mi campaña me balearon ahí”.

¿Atentaron contra su vida? “Atentaron contra mi vida y la de mi mujer, en dos ocasiones”.

¿Y no se arrepiente de haber entrado a la política? “No, ni me arrepiento de haber sido gobernador, ha sido el más alto honor al que he llegado”.

Al término de su mandato fue nombrado embajador en Portugal. Posteriormente, ocupó la Dirección de Caminos y Puentes Federales de Ingresos y Servicios

Conexos. De enero de 1995 a enero de 1998, fue secretario de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural. El presidente Ernesto Zedillo lo designó, a principios del 98, secretario de Gobernación, cargo que dejó el 20 de mayo de 1999.

¿En Gobernación, cuál fue su principal dolor de cabeza? “No tuve grandes dolores de cabeza, lo confieso”.

¿Siendo secretario de Gobernación hubo algún peligro de estallido social? “No, no lo creo. Lo digo con franqueza, aunque todavía estaba vigente el grave problema del EZLN, 42 por ciento de la gente consideraba que el movimiento zapatista era el principal problema del país; nueve meses después, ese porcentaje bajó al 2 por ciento; logramos una impresionante reducción”.

Se dice que el presidente Zedillo le dio el tiro de gracia a un priismo en decadencia, cadavérico, ¿así fue? “Bueno, el gobierno del presidente Zedillo entró en una crisis económica social muy dura contra las grandes expectativas que se habían creado años atrás, se pierden miles y miles de empleos, baja el nivel de vida de la gente y se rompen las expectativas de la

población, y entonces el presidente decidió marcar una distancia con el PRI”.

¿Como candidato del PRI a la Presidencia de la República, le tocó bailar con la más fea? “No puedo decir que las campañas intensas sean feas; al contrario, guardo emociones muy bonitas, muy bellas; además, con la ventaja de tener muy buenos amigos, una familia muy unida y una mujer con la que llevo espléndida relación. Yo preguntaría: ¿Alguien que perdió la Presidencia de la República, debería cortarse las venas? “No, no, yo no, yo vivo con plena intensidad la vida, con mucho gusto y con mucha satisfacción”.

Vicente Fox encabezó una campaña para ridiculizarlo, ¿por qué lo permitió? “No es que lo haya permitido, es lo que se da en un ambiente político, yo diría que la contienda lamentablemente se da más en frases y ocurrencias, que en ideas; aquellas están sustituyendo a la inteligencia y el análisis”.

¿Qué siente usted por Fox? “Lástima”.

¿Ya lo perdonó? “Nunca tuve odio en mi corazón hacia él, yo lamento lo que hizo por el país, le hizo mucho daño a México”.

Cabe recordar que en una histórica jornada electoral, Francisco Labastida se convirtió en el primer candidato priista que perdía una elección presidencial ante el panista Vicente Fox, quien había sido gobernador de Guanajuato.

¿Se considera usted un político frustrado? “No, al contrario, muy contento, hay quienes han perdido la Presidencia y se corrompen por dentro, pero yo tuve la oportunidad de crecer espiritualmente, de crecer internamente”.

Hay un clamor popular de que Vicente Fox ha sido el presidente más inepto de México “¿Qué quiere que diga? Obviamente, nunca se preparó y no supo lo que era ser presidente, ni conocía la historia, no conocía el presente ni tenía claro qué hacer para el futuro”.

¿Quién gobernó, él o su esposa? “Gobernó su esposa, alguien tenía que tomar las decisiones, se decía que parecía una clase Montessori porque cada quien marchaba por su lado”.

¿Fox eludió enfrentarse con el narco, no le quiso entrar al toro? “No le entró, no sé si quiso o no quiso, pero hubo un total abandono en esa lucha”.



### Espacio a la historia

Manuel Magaña  
mmc.informacion@yahoo.com.mx

## Al trabajo fecundo y creador

Quiero pecar de optimista y confiar que en este año, con verdadero amor a nuestro México, con una recuperación económica basada en la productividad creativa, no especulativa, se logre mejorar el nivel de vida nacional, a partir de la familia. No podemos ya seguir en el tortuoso camino de las promesas incumplidas.

No nos engañemos, tenemos que trabajar arduamente y sin verborrea demagógica, para salir adelante. Al momento de escribir este comentario, la realidad nacional lucía desesperanzadora porque el peso mexicano se cotizaba a \$14.65 por dólar en operaciones internacionales bancarias y el precio de la mezcla mexicana de petróleo se desplomaba a 48.20 dólares.

Con la institución familiar en la pobreza, ningún país puede aspirar a un futuro digno. Para poner en marcha con paso firme y seguro a todos los sectores de México, necesitamos hacer muchos cambios. Uno de ellos, desterrar el odio entre los mexicanos, sembrado de manera deliberada desde hace 45 años. Nos urgen cambios económicos y sociales, para que nuestra juventud no tenga que enrolarse como *sicario*, al servicio del crimen organizado que ha convertido a México en uno de los países más inseguros del mundo, según la opinión de organizaciones nacionales e internacionales.

Aquellas palabras del llamado *presidente de la austeridad*, Adolfo Ruiz Cortines, con las que convocaba a los mexicanos *al trabajo fecundo y creador*, deben hacerse realidad en estos momentos de aguda crisis, en la que el bienestar familiar se esfuma gradualmente, mientras la alta burocracia disfruta de los sueldos más altos en el mundo, según la OCDE. Dicho en términos generales, hay que ponerse a producir bienes con ese trabajo fecundo y creador al que aludía Ruiz Cortines. Nos encontramos en un momento muy difícil y comprometido. ¿Cómo salir del bache? Para ello, se necesita arrojar la demagogia al bote de la basura. En su lugar, urge crear fuentes de trabajo y eso solo será posible con el trabajo fecundo y creador.

# La alegría de vivir

Activarse física y mentalmente, la clave para una madurez plena y feliz

Miguel Ángel Becerril



Las personas de 60, 70 y hasta 80 años de edad realizan aportaciones de gran valía a la sociedad como miembros activos de la familia, parte indispensable de la fuerza de trabajo y proveedoras del hogar. Eso, sin contar que cuidan a nietos o bisnietos, además de tener energía y actitud para practicar algún deporte o pasatiempo.

Este es el caso de Antonia Luque, de 82 años, quien logró sacar adelante a 10 hijos, y sigue activa en su oficio, además de ser una excelsa atleta, pues desde hace 9 años practica el atletismo.

“A los 70 años entré en depresión profunda, que me duró dos, hasta pensé en suicidarme, pero el gran amor que siento por mis hijos me hizo recapacitar, y logré salir adelante. Un día me dije: ‘Toña, tienes que echarle ganas, ocúpate’. Cierta día oí un anuncio: ‘Inscríbete en la carrera’, así que investigue dónde e hice

mi primera carrera el 20 de noviembre de 2005, y después la del 31 de diciembre.

“Me enganché y a partir de ahí cada que ganaba me lo gastaba en inscripciones. El deporte me da mucha satisfacción y felicidad, tranquilidad para mi cuerpo y regocijo para mi alma; soy feliz corriendo. La felicidad no es el dinero, ni los bienes materiales, es estar bien con uno mismo, es vivir activo, es hacer lo que a uno le gusta”.

La salud mental y el bienestar emocional tienen la misma importancia en las personas de la tercera edad, que en cualquier otro periodo de la vida.

Por tanto, un estado anímico óptimo es esencial para el buen desarrollo del ser humano, máxime para los adultos mayores, quienes son más vulnerables y propensos a caer en depresión.

“Como diez años de mi vida me descuidé mucho, empecé a ver las fotos y traía el mismo vestido, y dije: ‘Dios mío, ¿qué ni para un vestido tengo?’. Todo era parte de un proceso de depresión, que ahora comprendo”, refiere doña Toña.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) informa: “La depresión es uno de los trastornos neuropsiquiátricos más comunes en ese grupo de edad. Puede causar grandes sufrimientos y trastorna la vida cotidiana. Afecta a un 7 % de la población de ancianos en general y representa 1.6 % de la discapacidad total en las personas de 60 años de edad y mayores.

En los establecimientos de atención primaria de salud, la depresión no se diagnostica, ni se trata como debiera. Es frecuente que los síntomas de este trastorno en los adultos mayores se pasen

por alto y no se traten porque coinciden con otros problemas de esa etapa de la vida.

“Los adultos mayores con depresión tienen un desempeño más deficiente en comparación con los que padecen enfermedades crónicas como problemas pulmonares, hipertensión arterial o diabetes. Este trastorno también aumenta la percepción de tener mala salud”, concluye la OMS.

“Siempre me estoy diciendo que no estoy enferma, y no lo estoy. Si el señor me está dando salud es para algo bueno. Una de mis nietas me dice: ‘Toña, tú no te enfermas’.

No padezco de nada, ni hipertensión, ni diabetes, es más, ni lentes uso; todo está en la mente. No me siento enferma, y Dios me deja porque aún no termina mi misión”.

La actitud de Antonia Luque es envidiable, pero ¿por qué no todos los adultos mayores ven de forma positiva la vida?

Preguntamos al terapeuta y presidente de la Asociación Mexicana de Gerontología y Geriatria, Carlos Gámez Mier, quien asegura que la actividad física y mental es clave para una madurez plena y feliz.

“La ocupación es lo más importante que el ser humano posee en la vida, y más aún en la etapa adulta y esta se da a través de actividades intencionadas; es vital para las personas de la tercera edad porque debe haber un equilibrio emocional, y eso se logra con actividades proyectadas en lo físico, mental, emocional, espiritual y social.

“El envejecimiento lo vas construyendo a través de la vida diaria, está comprobado que las personas con mayor información envejecen de una manera más activa y saludable.

“Las personas de la tercera edad que están activas, tienen más oportunidades de llegar a una senectud plena en lo físico, mental, emocional,

intelectual y social, diariamente. Eso es una calidad de vida óptima y digna”, sostuvo el terapeuta.

El presidente de la Asociación Mexicana de Gerontología y Geriatria abundó sobre el envejecimiento en el país: “No hay mucha información respecto de la senectud en México, creemos que esta es solo genética, y no es así, pues depende un 30 % de la herencia, pero el resto estriba de lo que tú como adulto mayor y la sociedad hagan para que goces de una vejez funcional.

“La mayoría de los adultos mayores conforme envejecen, adquieren algunas enfermedades; sin embargo, el problema de los padecimientos que vamos teniendo, son crónico degenerativos, como la diabetes, hipertensión, artritis, artrosis y problemas de depresión. Por eso alertamos a la sociedad adulta a que invierta en su cuerpo, que se mantengan ocupados física, mental, emocional, espiritual y socialmente”, concluyó el especialista.

Por último, doña Toña, envió un mensaje a las personas de la tercera edad: “Ejercitense física y mentalmente, y, lo más importante: saquen sus rencores porque el rencor enferma. Demuestren su cariño a sus seres queridos, a sus amistades; díganle cosas bonitas a la gente, apapáchenlos, porque eso se regresa. Vivan felices”.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



## Editorial

### Propósitos, buenos deseos ¿y?

La física tiene una teoría acerca de la existencia de universos paralelos y a juzgar por la inacción –y casi, casi indignación con que reaccionan los políticos- pareciera que 120 millones de mexicanos ven, viven y sufren otra realidad.

En el universo idílico de los empoderados se insiste en la “innegable” cauda de bienestar que traerán sus reformas. En el universo que vivimos el resto de los mexicanos, nomás no vemos cuándo se emprenderá una lucha frontal y decidida contra el verdadero mal de TODOS: la corrupción.

En el universo de la mayoría depauperada, lastima e indigna que un puñado de vividores del presupuesto ganen en un mes lo que millones no verán en toda su vida; en el paralelo, siguen sin explicarse por qué ofende tanto que un “buen amigo” les financie residencias, a cambio de que ellos le permitan hacer negocios ultramillonarios, nada transparentes y onerosos.

En el universo del mexicano promedio se asesina a jóvenes y criminalizan la protesta, mientras que en el otro, el de los pudientes, hay motivos –y recursos- para alzar las copas para brindar por un año más llenándose los bolsillos sin demostrar efectividad.

Recientemente, en este espacio, hablábamos de que el Estado debía dimensionar el genuino clamor social e impulsar una cultura de rendición de cuentas; los políticos –en su universo paralelo- prefirieron salir de vacaciones antes de explicar por qué pretenden que su Sistema Nacional Anticorrupción sea encabezado, ni más ni menos, por los personajes que mayor daño hicieron al poder Ejecutivo, a nivel federal y estatal.

Cuando aún duele que no haya pista de 42 estudiantes, los que sí tienen dinero –en ese su universo paralelo tan boyante-, decretaron que desaparecer de las “ocho columnas” era suficiente para terminar con la inseguridad.

No obstante que el mes de septiembre de 2014 fue un hoyo negro y en cosa de dos semanas se tragó el optimismo campal, los políticos se negaron a reaccionar ante la impunidad cotidiana.

Visto está, su desinterés (acaso porque en su universo no pasa nada) les hizo “echar” a las mujeres por delante y, con un teleculebrón digno de bazofia televisiva, creyeron suficiente la clásica *spotiza* y discursos encendidos.

Entonces, sería deseable que plantearan programas de verdadero impacto social; acciones que reconozcan el hartazgo, combatan la desigualdad, la pobreza y marginación.

México vive la cruda manifestación de todo lo malo que trae la corrupción y la apuesta por el “olvido”.

El hoyo negro ahí está y la misma pregunta: ¿Hasta cuándo se combatirá la corrupción?

En el Grupo Por Un País Mejor deseamos que en efecto, todos los mexicanos tengamos un México mejor. Empecemos ya, ahora, por nuestra casa.



# TÚ PONES LOS RETOS, NOSOTROS LOS **SUPLEMENTOS**



Estos productos no son medicamentos.

El consumo de estos productos es responsabilidad de quien los recomienda y de quien los usa. Consulte a su médico.

www.farmaciasdesimilares.com



 /drsimi\_oficial



 Descarga la nueva APP  
Disponible en el  App Store  Google play



### Expedientes del poder

Carlos Ramírez  
carlosramirez@hotmail.com

## No hay consenso en seguridad

A veces, la sociedad mexicana es inexplicable: en medio de la crisis Iguala-Ayotzinapa, por el secuestro y asesinato de 43 estudiantes normalistas y de la exigencia de reformas a fondo para atender la crisis de seguridad, las propuestas del presidente Peña Nieto fueron rechazadas, sin siquiera debatirlas o mejorarlas.

La sociedad ha salido a las calles a gritar su indignación, pero lo ha hecho con el tema de Ayotzinapa como bandera, cuando lo que necesitaba el país era que esa sociedad aportara elementos para la reforma de la política de seguridad. Sin embargo, la indignación social no pudo conducir a una agenda de reformas.

La ira de los padres de familia es entendible, pero correspondía a organizaciones sociales y partidos políticos en los espacios de decisión del Congreso, transformar el enojo en propuestas de mejoramiento de la seguridad. En la lógica de la participación social, incluso el presidente de la república mencionó la creación de observatorios ciudadanos para vigilar el funcionamiento de los organismos de seguridad.

La crisis de seguridad es una réplica de la alternancia partidista en la presidencia en el 2000, cuando el ingreso del PAN al poder debió haber conducido a una reforma del sistema político. Los últimos años del PRI en el poder durante su primera etapa, encontraron revelaciones de las complicidades de policías y políticos con grupos criminales.

Los gritos sin propuestas solo contribuyen a profundizar el encono y a ampliar la polarización social, y en nada ayudan a resolver los problemas. El único espacio para la toma de decisiones es el Congreso, pero ¡ah!, solo se reproduce el enojo sin que haya acuerdos para reformas legislativas en temas de seguridad.

El decálogo del presidente Peña Nieto es limitado, no llega al fondo y necesita de mayores alcances. Corresponde a la sociedad en las instancias de participación, el señalar esos faltantes y, sobre todo, el enriquecerlos. Lo peor que le puede pasar al país es que el mecanismo de toma de decisiones sea incapaz de ponerse de acuerdo con las reformas al sistema de seguridad.

La crisis de seguridad estalló desde el 2007, y es la hora en que solo hay enojos y repudios, pero no soluciones colegiadas o con participación social. Y así, nunca saldremos del hoyo de la inseguridad.

# Anticorrupción, en el limbo

Miguel Ángel Sánchez



Ya lo decía Víctor González Torres: “La corrupción es destrucción”, y el presidente del Grupo Por Un País Mejor no estaba equivocado.

Este mal se ha adueñado de México, deforma su futuro, acaba con la credibilidad de sus instituciones y, de paso, con la ética, la moral y la economía de las familias mexicanas, a las que exprime alrededor de 1.5 billones de pesos anuales.

Su impacto ha sido tan devastador que, de acuerdo con el Índice de Percepción de la Corrupción 2014, elaborado por Transparencia Internacional, México se ubica en la nada honrosa posición 103, de un listado de 175 países, y como el peor entre las 34 naciones que conforman la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE).

La insostenible situación de la corrupción, que ahora supera en ganancias al crimen organizado, ha hecho que el gobierno de Enrique Peña Nieto trate de buscar una solución inmediata, algo que se antoja utópico.

### Nueva Fiscalía

En su dictamen, Transparencia Mexicana consideró que solo “un cambio de tajo” en la estrategia anticorrupción permitirá que México abandone la posición de estancamiento en la que se ha mantenido por casi una década.

La actual situación obligó a que el presidente Peña Nieto haya presentado una

iniciativa que limpie a la administración pública.

En la mente del jefe del Ejecutivo surgió la idea de crear una Fiscalía General de la República, un organismo autónomo, con personalidad jurídica y patrimonio propios, con nuevas facultades y obligaciones en materia de anticorrupción y electoral.

Un ente que, a su vez, alimentaría a otras dos fiscalías especializadas, una de Delitos Electorales y otra de Combate a la Corrupción, cuyos titulares serían nombrados y removidos por el Fiscal General. Lamentablemente, el proyecto ha sido manoseado y frenado por los distintos actores políticos.

En efecto, pese a que la Cámara de Diputados ya aprobó la Ley de la Fiscalía General de la República, con la que desaparecerá la Procuraduría General de la República, el cambio no acaba de concretarse.

Tanto el PAN como el PRD, los principales partidos opositores, han

presentado sus propios proyectos, cuya forma está lejos de complementar la idea original.

El PRD plantea que la reforma anticorrupción debe ser un esfuerzo nacional y no solo federal, en el que, además de una fiscalía anticorrupción, también haya órganos internos y externos de control y fiscalización, independientes del Gobierno Federal.

La propuesta del PAN se basa en implementar un Sistema Nacional Anticorrupción, que incluya un Consejo Nacional y un Comité Ciudadano para la Ética Pública, así como el fortalecimiento de la Secretaría de la Función Pública en materia de auditoría e investigación.

Esta propuesta tendrá que esperar—hasta febrero de este año—, ya que los diputados no avalaron en comisiones la creación del Sistema Nacional Anticorrupción, debido a que las bancadas del PRI, PAN y PRD, en San Lázaro, no alcanzaron acuerdos.

El panista Fernando Rodríguez Doval dijo que hay consenso para eliminar el Consejo Nacional, que se encargaría de gobernar al mencionado Sistema encabezado por Peña Nieto, tema que fue rechazado.

Por su parte, el Senado optó por la idea de designar a un nuevo fiscal general, quien estuviera en el puesto durante nueve años, pero han retrasado su elección por considerar que no hay condiciones para ello.

Por todo lo anterior, resulta importante seguirle la pista al debate legislativo y a la designación del nuevo fiscal anticorrupción. La sociedad debe exigir que las nuevas reglas del juego que le urgen a este país para terminar con la corrupción, estén a la altura de las mejores democracias, porque de lo contrario solo será un gasto más, mayor burocracia y otro fracaso.

### El enemigo, en casa

En el 2013, la revista estadounidense Forbes, célebre por publicar la lista de los hombres más acaudalados del mundo, dio a conocer los nombres de los mexicanos más corruptos entre los que destacan:

Elba Esther Gordillo (exdirigenta del Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación), Carlos Romero Deschamps (líder del sindicato de Pemex), Raúl Salinas de Gortari, recientemente exonerado por el Tribunal Unitario Penal del DF (hermano del expresidente Carlos Salinas de Gortari), Andrés Granier Melo (exgobernador de Tabasco) y Tomás Yarrington (exgobernador de Tamaulipas). Todos, acusados de enriquecimiento ilícito.

# ATAQUE

## AL SEMANARIO FRANCÉS

### Charlie Hebdo

El semanario satírico Charlie Hebdo, fue víctima de un ataque en el que murieron 12 personas. Es considerado uno de los más graves de la historia en Francia. Conoce los detalles.



**12**  
muertos

**15**  
heridos  
(4 graves)

#### LOS HECHOS

**7 de enero 2015**  
Semanario "Charlie Hebdo"  
10 rue Nicolas Apper en el distrito 11, París, Francia.

- 1** Tres encapuchados ingresaron al semanario y dispararon a tiro limpio con fusiles Kalashnikov, a periodistas, caricaturistas y jefes de redacción, cuando se encontraban en una junta editorial
- 2** Al huir, los atacantes dispararon contra un auto policiaco, matando a un oficial.
- 3** Un policía herido es ejecutado por uno de los encapuchados.
- 4** Los delincuentes huyeron en un auto que abandonaron en el distrito 19, para después robar otro vehículo.



#### DATOS HASTA EL MOMENTO

- Durante el ataque fallecieron los notables caricaturistas Jean Cabu, Georges Wolinsky y el responsable de la revista, Stéphane Charbonnier.
- El presidente de Francia, Francois Hollande, llamó a la "unidad nacional", elevó el nivel de "Alerta de ataque" y decretó luto oficial en el país. Alrededor de 3.7 millones de franceses, 50 líderes de la UE y jefes de Estado se manifestaron en contra del terrorismo.
- Fuentes policiales identificaron a los atacantes como dos hermanos de poco más de 30 años y un joven de menos de 20. A través de un video, el grupo islámico Al-Qaeda se adjudicó el atentado contra la publicación.



#### SOBRE "CHARLIE HEBDO"

Es un semanario satírico reconocido por sus caricaturistas, su postura crítica y reivindicativa. Se destacó mundialmente en 2006 por publicar caricaturas de Mahoma y desde esa fecha ha recibido amenazas y ataques.



**Historias armables**

Arturo Martínez

**Un castillo en Chapultepec**

Chapultepec viene de chapul, “chapulín” y tépetl, “cerro”. Es decir, Cerro del Chapulín. Es muy antiguo, de origen volcánico y allí vivieron muchos pueblos. Desde los teotihuacanos hasta los mexicanos.

Este cerro ha estado siempre rodeado por un bosque bello, fresco y lleno de quietud. ¡Ah!, y, además, un lago. Por todo ello, es que desde los emperadores aztecas, pasando por los virreyes de la Nueva España, construyeron un sitio, donde los gobernantes buscaban descansar y olvidarse un poco de las presiones de la vida cotidiana.

Pero la explosión de un depósito de pólvora destruyó el lugar y decidieron construir un nuevo palacio de descanso, en la cima del cerro, donde había una antigua iglesia dedicada al arcángel San Miguel.

Así que se construyó por varios años, y con muchos tropiezos, una especie de fortaleza, que no pudo ser usada como lugar de descanso, y sí, en cambio, como Archivo General del Reino de la Nueva España, aunque el proyecto tampoco creció.

El palacio, a medio construir, quedó abandonado, y le fueron robando vidrios, puertas y ventanas, hasta que el Ayuntamiento de la Ciudad de México lo compró, lo cual fue muy bueno porque, de otro modo, el bosque y el palacio, hubieran sido propiedad de un particular.

Durante la guerra de Independencia, el edificio siguió abandonado hasta que se decidió que fuera sede del Colegio Militar. Entonces comenzaron a decirle “castillo”. Fue cuando construyeron, en la parte más alta del cerro, el torreón que lo caracteriza.

Durante el ataque norteamericano de los días 12 y 13 de septiembre de 1847, el castillo fue bombardeado y sufrió muchos destrozos. Luego, volvió a ser Colegio Militar y fábrica de armas.

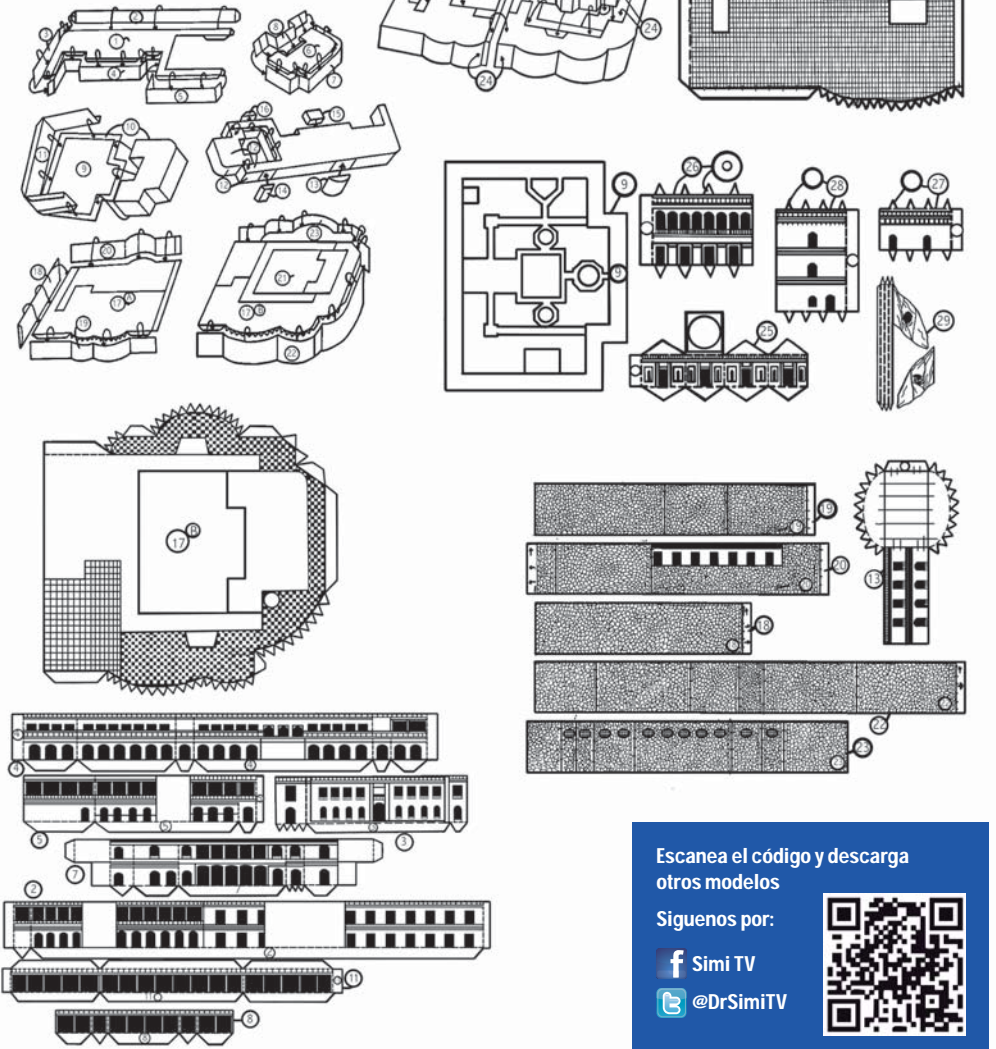
Pero, después, cuando Maximiliano y Carlota llegaron a gobernar el país, decidieron establecer allí su residencia imperial. Para ello, pusieron a trabajar a varios arquitectos austriacos, franceses, belgas y mexicanos, y lo llenaron de muebles, pianos, vajillas de porcelana y de plata, óleos con los retratos de la pareja imperial, tapices, relojes de mesa, mantelería, cristalería, todo europeo, para hacer del alcázar, un verdadero palacio.

A la caída del imperio, el edificio quedó en el abandono hasta, que casi 10 años después fue sede del Observatorio Astronómico, Meteorológico y Magnético, pero solo por dos años.

Así se siguió de cambio en cambio, hasta que con el mandato del general Porfirio Díaz, el castillo alcanzó su mayor esplendor. Luego fue la casa de varios presidentes, hasta que el general Lázaro Cárdenas lo nombró parte del patrimonio nacional y se instaló allí el Museo Nacional de Historia. Una construcción con mucha tradición, que ahora está en tus manos. Solo tienes que poner cuidado en el armado, y seguro que te va a quedar tan esplendoroso como el que vigila el valle de México, desde el Cerro del Chapulín.

- 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

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



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

¿Cuántas figuras has armado y están en tu colección?  
Si tienes una sugerencia, manda tu correo a [simi\\_informa@porunpaismejor.com.mx](mailto:simi_informa@porunpaismejor.com.mx)

Escanea el código y descarga otros modelos

Síguenos por:

f Simi TV  
@DrSimiTV



## Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez Pérez

En la lengua actual la expresión *no obstante* se aísla con comas del resto de la oración en la que aparece. Se pueden dar tres situaciones dependiendo de la posición que ocupe: (1) **No obstante**, Jaime no se dejaba asustar fácilmente. (2) Jaime, **no obstante**, no se dejaba asustar fácilmente. (3) Jaime no se dejaba asustar fácilmente, **no obstante**.

Cuando *no obstante* va precedido de una conjunción se puede prescindir de las comas para no recargar la puntuación, sobre todo si ya hay una antes de la conjunción. Ejemplo: (4) Carolina estaba decidida a ir a Segovia, **pero no obstante** le preocupaban las críticas de su familia.

Aquí podríamos aislar *no obstante* entre comas, pero al hacerlo acumulamos tres seguidas. Como no se produce confusión al quitarlas, podemos prescindir de ellas tranquilamente y así aligeramos la puntuación y la lectura. Lo mismo se aplica a secuencias como *y no obstante*, *aunque no obstante*, *si no obstante*, etc. Ten en cuenta, eso sí, que en casos como estos tienes que quitar las dos comas o mantener las dos. No puedes suprimir solamente una.

fernandoguper@gmail.com

¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez



## Panadería mexicana

La panadería mexicana tiene una riqueza excepcional: hay más de mil bizcochos, creados por el ingenio de manos trabajadoras.

Nuestros maestros panaderos son descendientes directos de Juan Panadero, aquel negro liberto que llegara con Hernán Cortés, como su cocinero y que al llegar a Tenochtitlán traía entre sus cosas unas semillas de trigo, las cuales sembró en una vieja casona, frente al edificio de Mascarones, antigua Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM, en la calzada de San Cosme.

Maravilló tanto a Hernán Cortes descubrir que se daba el trigo en este suelo, que ordenó al negro Juan que hiciera un panecito blanco parecido a los pambazos, y tan bueno resultó el negocio que don Hernando monopolizó la venta del pan y la distribución de la harina de trigo.

De aquellos remotos tiempos nos llega la tradición del pan mexicano, principalmente el de dulce: las campechanas, las rejas, las piedras, el gendarme, la concha, los cuernos, y así hasta llegar a mil, aunque en diferentes regiones del país los bizcochos adquieren su nombre propio.

Esa imaginación del mexicano ha servido para crear formas infinitas de bizcochos y ponerles geniales nombres, como la novia, los calzones, el beso, le chilindrino, el hueso, el borracho, la piedra, etc.

Nombres tan ingeniosos que han servido para contar chistes, como aquel que dicen le sucedió a don Venancio, viejo expendedor de pan en Tepito. Ya ven que antes las panaderías no eran de autoservicio, usted pedía los bizcochos al expendedor, quien se los iba dando. Bueno, ahí tienen que llega con don Venancio una señora muy apurada y pide: *Me da una concha, unos calzones, pero de repente se le antoja un beso, y entonces, angustiada, le dice a don Vena: Me quita, por favor, los calzones y me da un beso...*

Y qué decir de los inmensos pasteles de quince años o de boda que maravillan por inmensos y gariboleados con crema chantilly, no como los austeros pasteles europeos... ¡Ay, ojitos pajaritos!, qué bonita es la panadería mexicana...

Adiós a

# JULIO SCHERER

La madrugada del pasado 7 de enero falleció a los 88 años, el periodista mexicano Julio Scherer, fundador del semanario Proceso y exdirector del periódico Excélsior, debido a un choque séptico. Conoce su legado.

### FECHAS CLAVE EN SU VIDA

- 1946** Ingresó a trabajar en el periódico Excélsior.
- 1968-1976** Fue Director General del Excélsior y en poco tiempo lo convirtió en un diario de gran influencia.
- 1971** Fue fundador de "Plural", revista que dirigió Octavio Paz.
- 1976** Junto con excolaboradores del Excélsior, puso a la venta el primer ejemplar de la revista semanal Proceso.
- 1976-2015** Fue presidente del Consejo de Administración de CISA Comunicación e Información, S. A. de C. V., empresa que edita el semanario.
- 1996** Dejó la dirección de la revista Proceso a Rafael Rodríguez Castañeda.
- 2014** Publicó su último artículo en Proceso conmemorando la trayectoria de Vicente Leñero.

### ALGUNAS PUBLICACIONES DESTACADAS

- Siqueiros: La piel y la entraña (1965)
- Los presidentes (1986)
- Parte de guerra (1999\*)
- La terca memoria (2007)
- La reina del Pacífico (2008)
- Allende en llamas (2008)
- Secuestrados (2009)
- Vivir (2012)

\*co-autoría con Carlos Monsiváis

### PREMIOS RECIBIDOS

- Premio María Moors Cabot (1971)
- Periodista del año por la Atlas World Press
- Review de Estados Unidos (1977)
- Premio Manuel Buendía (1986)
- Premio Nuevo Periodismo - Fundación Nuevo Periodismo Iberoamericano (2001)
- Doctor honoris causa por la Universidad de Guadalajara (2006)

**JULIO SCHERER GARCÍA**  
Periodista y escritor

### NACIÓ

7 de abril de 1926, en la Ciudad de México

### MURIÓ

7 de enero de 2015, en la Ciudad de México

# ¿Hacia dónde vamos?

Fernando Gutiérrez Pérez

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



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



Lo sucedido a varios atletas nacionales refleja el desgajamiento del tejido social, la caída de valores y principios, la degradación y la barbarie.

Ninguno de nosotros estamos exentos de sufrir por la creciente inseguridad. Por supuesto, incluimos al mundo deportivo, que no es una esfera aparte.

Para explicarlo con más detalle, recordemos el asesinato del atleta Noé Hernández, a quien lo ultimaron dentro de un bar, en Nezahualcóyotl; o el secuestro de los ciclistas en el Ajusco, o el reciente asesinato del gimnasta Jaime Humberto Romero, en Guadalajara.

¿Quién sigue?

El creciente dominio y poder del crimen organizado, al amparo de múltiples complicidades en el gobierno, parece invencible.

Se trata de un cáncer mundial que ha cundido en todos los países, en unos más y en otros, menos. Pero nadie está libre de él.

Claro, en México ha proliferado con mayor velocidad, debido a la enorme red de corrupción que cubre a todo nuestro sistema político.

Si no fuera así, ¿de dónde reciben sus armas los sicarios?, ¿cómo pueden pasar libremente por las aduanas?

La violencia se ha enquistado en todos los niveles sociales. Por cualquier discusión en la calle, uno queda en peligro de ser asesinado.

Eso fue lo que le ocurrió al gimnasta tapatío Jaime Romero, quien festejaba su cumpleaños 27, en un lienzo charro, donde tuvo el altercado con unos tipos.

Aparentemente, era algo que no pasaría a mayores. Sin embargo, los agresores lo siguieron a la salida y allí lo asesinaron a tiros, para después escapar.

Cortaron así una trayectoria deportiva muy prometedora. Romero se alistaba para ir a los Juegos Olímpicos de Río.

¿Cuántas vidas, como la de este joven, han sido truncadas en nuestro país?

Caray, la violencia es tal, que ha manchado de sangre las páginas deportivas, que hace años eran solo el reflejo del triunfo.

¿Hasta cuándo? ¿Hacia dónde vamos?  
 fernandoguper@gmail.com

# Toluca, 100 años en estadio remozado



El estadio Nemesio Díez será objeto de una remodelación en todos los sentidos, encaminado a los festejos por el centenario de la fundación del equipo Toluca en 2017.

La escuadra mexiquense informó que estos trabajos no impedirá que los "escarlatas" disputen sus partidos como local en la Liga MX y la COPA MX en dicho escenario,

"Será en 2017 cuando los Diablos Rojos estén festejando el centenario, y se planea festejarlo en grande, por eso, el Consejo de Administración del Deportivo Toluca, encabezado por el licenciado Valentín Díez Morodo, ha dispuesto que al inmueble se le efectúen una serie de remodelaciones, que concluirán en tiempo y forma para la celebración", indicó el club.

El Nemesio Díez, antes llamado la "Bombonera" fue inaugurado el 8 de agosto de 1954, y a lo largo del tiempo ha tenido diversas modificaciones, "pero siempre ha mantenido su esencia".

Dicho estadio ha sido dos veces mundialista, en la Copa del Mundo México 70, sitio en el que Tri fue eliminado en cuartos de final por Italia, así como México 86 en la que albergó cuatro juegos de primera ronda.



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

## El deporte rey, viento en popa

Una de mis alegrías en los albores del 2015, es ver que el deporte de mis amores no está en vías de extinción como algunos lo pensaban, sino que gracias al esfuerzo de los jugadores y dirigentes tanto de la Liga de verano como de invierno, el beisbol va viento en popa. Adriana Ibarra, gerente de medios de la Liga Mexicana de Pacífico, informó recientemente que faltando 15 días para que concluyera la campaña regular, el circuito logró por primera vez rebasar los dos millones de asistentes y que, desde la temporada del 2010 se mantiene la línea ascendente.

Entre los factores que contribuyeron a lograr ese éxito, está la constante y buena asistencia al Parque Panamericano de los

Charros de Jalisco, hecho que para muchos nos resultó gratamente sorpresivo, pues no esperábamos que el Rey de los Deportes se abriera paso en una región tan futbolera.

Como se sabe, después de muchos años, los Algodoneros abandonaron la ciudad de Guasave para convertirse en los Charros de Jalisco y emigrar a Zapopan, que casi es decir Guadalajara.

Por lo pronto, el cambio fue una medida acertada, pues los ahora jaliscienses, con casi 100 mil aficionados, superaron la entrada lograda por Guasave durante la campaña regular del año anterior.

Los Charros armaron un equipo consistentemente ganador que calificó para los playoffs, lo que se convirtió en una gran

convocatoria, pues hasta el momento de escribir esta columna, en los juegos celebrados en su sede, lograron gratificantes "entradas".

Para terminar esta colaboración que cuenta con un espacio de privilegio en Siminforma, cambio de tema y me permito comentar que el tiempo me dio la razón, pues la medida que tomaron los dirigentes de los Naranjeros de Hermosillo al despedir a Matías Carrillo como manager, efectivamente resultó injusta y equivocada, tanto que el equipo dueño del campeonato de la Liga y de la Serie del Caribe del 2013, ahora quedó eliminado y fuera de los playoffs.

Ni modo: la impaciencia y la falta de un análisis objetivo los castigó con dureza.

**SIMINFORMA**  
Por un País Mejor

**DIRECTORIO** Presidente de Grupo Por Un País Mejor Victor 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, Grissel Gutiérrez Ramos **Fotógrafos** Moisés Manzano, Arturo González **Caricaturista** Jorge Aviña **Columnistas** Álvaro Cueva, Armando Ramírez, Arturo Martínez Aviña, Baltazar I. Valadez, Carlos Ramírez, Fernando Gutiérrez, P. José de Jesús Aguilar, 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 04-2008-032612250400-101. 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: Enero de 2015. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. "Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito". 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

Frinver®  
NORFENEFRINA

\$ 67.00



Reg. No. 088M2011 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.



Cine+

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com

## Moda bélica

Por unas líneas trataré de ser como los políticos: haré como si nada importante estuviera pasando en el país, y hablaré de algunos de los estrenos más relevantes de los próximos días.

La Segunda Guerra Mundial vuelve a ser representada en la pantalla grande en el filme *Fury* (2014). Un grupo de cinco soldados vive desde el interior de su tanque la agotadora, desgastante, frustrante y dolorosa experiencia de la guerra. Lo importante de las relaciones entre los integrantes del equipo, y cómo pasan de odiarse por minutos a tener un detalle de afecto. Cómo con el paso del tiempo dejan de ser extraños, compañeros de trabajo, y se vuelven familia. Una película ágil, entretenida, reflexiva, llena de acción y hasta con toques de comedia. Brad Pitt, Shia LaBeouf, Logan Lerman, Michael Peña y Jon Bernthal hacen un excelente trabajo, y junto con la dirección de David Ayer, presentan este trabajo que bien vale ver.

Al parecer la temática bélica está de moda entre los cineastas. Otro de los largometrajes importantes de este año es *The imitation game*, o *Código enigma* (2014). Durante la Segunda Guerra, el ejército alemán utilizaba un código secreto para comunicarse. Alan Turing, un matemático inglés, inventó una máquina para descifrarlo y de esta manera ayudar a terminar el conflicto. A pesar de que se observan secuencias de guerra, la historia de este filme está centrada en la vida de Turing, sus logros profesionales y conflictos personales. Benedict Cumberbatch realiza una destacada interpretación del matemático, incluso, ya es reconocido con algunas nominaciones como mejor actor.

La calidad de estas dos propuestas, desde la recreación de la época, los ambientes, el vestuario, las actuaciones y la dirección, las convierten en una clara opción en su próxima visita al cine.

No puedo evitar lo que, lamentablemente, sigue manifestándose en las calles. No debemos olvidar nuestra realidad social, mantengamos la conciencia y entusiasmo por Un País Mejor.

# Los Ángeles Negros, a la conquista de nuevas generaciones

Miguel Ángel Becerril

Con 46 años de trayectoria dentro del ambiente musical, el grupo chileno *Los Ángeles Negros* presentó su más reciente disco: *No morirá jamás*, producido por los hermanos Francisco y Mauricio Durán, integrantes de *Los Bunkers*.

*No morirá jamás* fue grabado en México, y contiene 12 tracks, que sus fans escogieron a través de las redes sociales para que fueran cantados por Raphael, David Bisbal, Julieta Venegas, Juanes, Adrián Dargelos, Quique Rangel, y Emmanuel del Real, Manuel Gracia, Ana Tijoux, Luis Humberto Navejas (*Enjambre*), Daniel Gutiérrez (*La Gusana Ciega*), Nicole y Mauricio y Francisco Durán (*Los Bunkers*).

En *No morirá jamás* encontraremos temas tan emblemáticos como *Murió la flor*, con la colaboración de Juanes, Y volveré, con Julieta Venegas, *Como quisiera decirte*, con Raphael o *Esta noche la paso contigo*, así como *Cuándo tú te vayas*, tema inédito de la autoría de Fato, que interpreta David Bisbal.

Entre los planes de *Los Ángeles Negros* para este 2015 está la presentación que el 15 de marzo tendrán en el festival *Vive Latino*, donde están seguros de conquistar los corazones de la juventud que asiste año con año a este magno evento, en el Foro Sol de la Ciudad de México.

“Estamos muy emocionados por esta oportunidad del *Vive Latino*; es un gran compromiso, pues debemos enamorar al público, en su mayoría jóvenes, además de que nos presentaremos en domingo, un día estelar.

“Estamos muy nerviosos, pero confiamos en conquistar con nuestra música a los jóvenes, ya que sabemos que sus padres se enamoraron con las canciones de *Los Ángeles Negros*, y por ende, escucharon las melodías de estos románticos empedernidos”, sostuvo Mario Gutiérrez, director y fundador de la agrupación, oriunda de San Carlos, Chile.



Fundación UNIDOS PARA AYUDAR

MÁS DE 5 MILLONES DE  
Más de 8,800 médicos titulados  
dedicados al cuidado de

**CONSULTA**  
de calidad

búscalo en  
**FARMACIAS**  
"LO MISMO PER" (partially visible)

# Llegó la hora de Guerra

Miguel Ángel Becerril

La creatividad y la fusión de ritmos se pone nuevamente de manifiesto en *Todo tiene su hora*, el más reciente álbum de Juan Luis Guerra.

Precedido de una gran acogida nacional e internacional, gracias al primer sencillo *Tus besos*, Juan Luis Guerra, se encuentra en los cuernos de la Luna.

*Todo tiene su hora* cuenta con diez temas, todos de la autoría del artista dominicano, los cuales despliegan un sonido único donde se plasman diferentes géneros, como la bachata, el merengue, la salsa y el son.

“Es un disco innovador, a pesar de que seguimos con nuestros géneros musicales de siempre, que son el merengue, la bachata, el son y la salsa; sin embargo, la instrumentación es distinta en este disco.

En *Todo tiene su hora* usamos muchas cuerdas, violines, e instrumentos que normalmente se utilizan en la música clásica, y que hemos adaptado a la bachata.

“Con la música de Juan Luis Guerra y su 4-40 tratamos de llevar felicidad a la gente de cualquier latitud, sin importar el tema que toquemos, sea festivo o social”, sostuvo en conferencia de prensa el ganador de tres premios Grammy y 15 Latin Grammy.

Algunos de los temas de esta producción son: *Cookies and Cream*, un merengue fusionado con el funk y el jazz de temática social, que menciona a diferentes personajes de su tierra natal; *Canto a Colombia* es un homenaje a Colombia, donde resalta la mezcla de la cumbia con la guaracha.

*Todo tiene su hora*, tema que da nombre a la duodécima producción del dominicano, es un merengue bailable; Para que sepas es definida por Guerra como una joya musical al ritmo del son, y *De moca a París*, un merengue donde destaca la participación especial del legendario merengero, Johnny Ventura, admirado y querido por Juan Luis Guerra. “Soy muy afortunado de tener a Johnny en esta producción, lo admiro desde que era un niño, y que él cante conmigo, de verdad, es un regalo de Dios”.

Otros temas que destacan en este disco son: *Dime Nora mía*, compuesto para su “amada esposa”, y *Muchachita linda*, bachata dedicada a su pequeña hija.

Juan Luis Guerra definió a *Todo tiene su hora* como un disco muy romántico y bailable, con el que desea transmitir alegría y emociones a todo aquel que lo tenga.

Frente a la tele

Álvaro Cueva  
alvaro@alvarocueva.com



## Congruencia

Yo no voy a creer ni en la lucha contra la impunidad ni en el compromiso social de nuestros canales de televisión mientras existan programas como *Laura*.

¿Por qué? Porque el “talk show” de Laura Bozzo contradice eso y más.

Es un programa que en muchas ocasiones ha violado la ley, y que se ha involucrado con las más delicadas situaciones bajo el disfraz de la ayuda a los demás.

Y ayudar a los demás no es tomarse una foto regalándole computadoras a quien ni siquiera las va a poder usar. Auxiliar a los demás es un estilo de vida, algo completamente diferente.

¿Por qué nadie se ha atrevido a castigar a los responsables de “Laura”? ¿Por qué nadie ha cancelado esta emisión como se han cancelado tantas en los últimos años?

¿Cómo quieren nuestras más grandes autoridades que creamos que va a haber justicia en este país si ni siquiera son capaces de intervenir en esto que, se supone, es muy superficial?

¿Cómo quieren nuestras más poderosas televisoras que creamos que están comprometidas con nosotros, que defienden causas y que promueven valores si mientras lo dicen, Laura Bozzo hace barbaridad y media en el horario más familiar de la televisión abierta?

Es aberrante, tanto que el resultado es peor que lo que sale al aire. El resultado es la más asquerosa campaña de promoción de la doble moral a la que nos hemos enfrentado en toda la historia de la televisión mexicana.

Porque la televisión educa y esa producción en específico nos enseña a mentir, a chantajear y a encontrar como algo divertido el pleito, la violencia, la agresividad.

Esto ya ni siquiera es una cuestión de buen o de mal gusto, de que la señora Laura Bozzo sea una excelente o una pésima comunicadora o de que su espectáculo venda o no venda.

Es un tema que se tiene que resolver de inmediato ante la lamentable realidad política, cultural y social de nuestro país.

Si nuestro gobierno y nuestras televisoras quieren que les creamos, van a tener que ofrecernos congruencia y acabar inmediatamente con esta producción. ¿O usted qué opina?

BEST<sup>®</sup>

Síguenos por: f t

CONSULTAS MENSUALES  
con amplia experiencia clínica,  
tu salud y la de tu familia.

A MÉDICA

calidez

junto a:

SIMILARES<sup>®</sup>  
MAS BARATO<sup>®</sup>

15%  
DESCUENTO





# Análisis Clínicos del Dr. Simi

"La calidad es lo primero"



Les desea un *saludable* inicio de año,  
y en ayuda a la cuenta de enero...

Tele de tórax  
Espirometría  
Endoscopia

**20%\***  
c/u

**Paquete respiratorio** ..... \$ 262.00\*

Eosinófilos en moco nasal y exudado faríngeo

**Paquete corazón** ..... \$ 379.00\*

Química sanguínea de 6 elementos y  
electrocardiograma en reposo

**Pre-nupcial I** ..... \$ 119.00\*

V.D.R.L., Grupo y RH

**Pre-nupcial II** ..... \$ 299.00\*

V.D.R.L., VIH, Grupo y RH

Promoción válida durante enero y febrero de 2015.  
No se aplica en paquetes, ni en otras promociones o descuentos.  
\*Se aplican restricciones por zona geográfica.  
Consulte restricciones en [www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)



Consulte previamente a su médico. [www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)

**SIMITEL 01 800 911 66 66**

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