



# Disfruta a plenitud

# SIM | NFORMA

Por Un País Mejor®

Escanea el código y visita nuestro sitio WEB



Síguenos por: Simi TV @DrSimiTV

[www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx) / Mayo 2015 500 mil ejemplares / Ejemplar gratuito

Núm. 397D

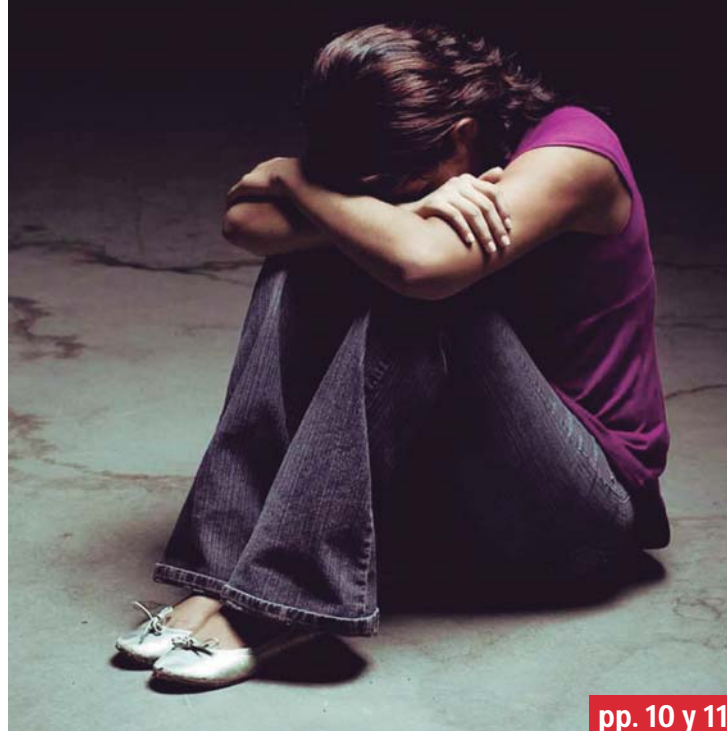


## Festejan al pilar de la familia



p. 3

## Alcohol, sexo y drogas, mezcla mortal



pp. 10 y 11

### OPINAN:

P. José de Jesús: **El día que le dispararon al Papa** .....3 Armando Ramírez: **Dime qué comes y te diré quién eres** .....12 Álvaro Cueva: **Empate** .....19

# Dar es felicidad

Como muchos de los temas más profundos de nuestras vidas, todos tenemos una noción interna sobre qué es la felicidad. Generalmente, cuando pensamos en felicidad vemos sus efectos, pero pocas veces analizamos sus causas: ¿Qué nos hace felices?, ¿es posible que sea un estado permanente? Es fácil confundirla con el bienestar, por eso muchas personas tienden a equivocarse el sentido de los bienes materiales en sus vidas, al creer que les dará una felicidad que nunca encuentran, pero las cosas materiales nos dan un bienestar que nada tiene que ver con la felicidad.

La felicidad es un concepto mucho más profundo de estabilidad, seguridad, esperanza. No es la falta de problemas o la ausencia de dificultades. El primer sitio donde debemos encontrarla es en nuestro interior. Es difícil ser feliz con una actitud de resentimiento o enojo hacia la vida. Tampoco se puede ser feliz si depositamos nuestro corazón en cosas materiales o en las personas equivocadas. El vivir de manera continua un conjunto de valores nos brinda la estabilidad necesaria para sentirnos completos. La felicidad tiene mucho que ver con el vacío o plenitud de nuestras vidas.

Pero la felicidad no está únicamente en nosotros, también está en el darnos a los demás: la generosidad, la ayuda al necesitado, el apoyo en los momentos difíciles. El volver la vista hacia los demás es una de las fuentes más preciosas para una genuina felicidad. En la actualidad, con los avances tecnológicos, es fácil centrarnos en nosotros y nuestros problemas, y también es fácil olvidarnos de los demás. Sin embargo, en la medida en la que nos preocupamos por los demás y menos por nosotros mismos se resuelven dos problemas: el de la persona a la que estamos ayudando y el nues-



tro, porque nuestra vida cobra un nuevo sentido.

La felicidad tiene mucho que ver con nuestra actitud hacia los problemas y preocupaciones, que siempre estarán presentes, de una forma o de otra. No obstante, actitud positiva y esperanza continua ayudan más que una actitud pesimista o negativa, un encerrarse en sí mismo y una

visión “amargada” de la existencia.

El ser feliz no es un estado de ánimo, es una actitud constante; para lograr esto podemos considerar como fundamental lo siguiente:

Aprender a disfrutar de las pequeñas y cotidianas cosas de nuestra vida, ver en nuestras ocupaciones diarias un motivo de felicidad, aceptar nuestras cualidades

y limitaciones sin renunciar a mejorar, tener una actitud positiva ante las personas y las circunstancias, ser perseverantes en las dificultades, esforzándonos por descubrir lo positivo de los problemas, tratando de sacar provecho de la experiencia y hacer lo posible por crear un ambiente agradable.

No podemos renunciar a ser felices; aprendiendo nosotros, estamos en condiciones de hacer felices a quienes nos rodean, enseñando que la felicidad no está en tener una vida fácil, sino en procurarnos mutuamente la alegría, el apoyo y dirección en todo momento.

Uno de los secretos para ser feliz, es aprender a dar, sin esperar nada a cambio, indudablemente si se da amor, se recibirá amor. Solo el que aprende a dar está en camino a descubrir la verdadera felicidad. Sentir la felicidad de los demás como propia, nos hará más felices en la vida porque compartiremos no solo los propios éxitos y logros, sino los de los demás.

Ayudar no implica solo donar dinero, ser voluntario en una institución o ayudar a aquellos que más nos necesitan. Existen también otros tipos de ayuda como acompañar a una persona mayor a cruzar la calle, sembrar un árbol, no tirar basura al suelo. Esto también es ayudar.

Hay múltiples posibilidades de ofrecer ayuda, el problema es que no vemos o no queremos ver. Tenemos en la conciencia que para ayudar hay que hacer grandes cosas, pero no es así. Un pequeño gesto puede hacernos y hacer a los demás felices.

La mejor manera de lograr la felicidad es convertir nuestra vida en algo que tenga un significado. Hacer cosas que den sentido a la vida nos hará más felices, ayudar a los demás puede ser una forma de dar ese significado a la vida y lograr la felicidad. “Dar es felicidad”.

**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, Fernando Gutiérrez, Grissel Gutiérrez Ramos, Astrid Espinoza Nieto Fotógrafos Moisés Manzano, Arturo González Caricaturista Jorge

Aviña Columnistas Álvaro Cueva, Armando Ramírez, Arturo Martínez Aviña, Baltazar I. Valdez, 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 04-2008-032812280400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10486. 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: Mayo de 2015. Periodicidad catrceenal. 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

# Festejan al pilar de la familia

Astrid Espinoza



Foto: Virginia Palacios

Plantarle una sonrisa a esa guerrera incansable y llenarla de momentos de felicidad, al lado de su tesoro más valioso: sus hijos, fue el objetivo de la Fundación del Dr. Simi al organizar, como cada año, un magno evento para celebrar a mamás y niños.

Hasta un bello parque al norte de la zona metropolitana llegaron las invitadas de honor: amas de casa, mamás solteras o trabajadoras de escasos recursos, dispuestas a pasar un rato inolvidable en compañía de sus retoños.

Ser mamá es la bendición más grande que puede experimentar una mujer, la convierte en esa heroína que a diario da lo mejor para sacar adelante a su familia.

En cada una de las mamitas que acudieron a la celebración, hay una historia de lucha y esfuerzo digno de premiar, por lo que Fundación del Dr. Simi no quiso perder la oportunidad para reconocer su entrega.

“Estamos muy contentos por este

evento para celebrar a las mamás, que además se realiza en todas las delegaciones del país de manera simultánea, donde tiene presencia la fundación. Hoy, nuestras invitadas tuvieron un día diferente”, dijo Astrid García Gallegos, directora de Fundación del Dr. Simi.

Como es una tradición, el Dr. Simi dio la bienvenida a las más de 500 mamás, acompañadas de sus hijos, y las invitó a disfrutar de toda las sorpresas que les tenía preparadas, y a dejar a un lado problemas, preocupaciones y estrés. Era un día para salir de la rutina.

Bajo esta consigna, bailaron, rieron y se divertieron a lo grande con una banda que interpretó las canciones de su preferencia, el show de los “Payacocos”, el espectáculo de Toy Story, rifas, regalos, concursos y mucha diversión.

Para Sonia Martínez, el festejo representó un espacio para pasársela genial.

“Me sentí muy emocionada todo el tiempo, además conmovida porque po-

cas son las fundaciones que hacen algo por los que menos tienen. Espero que la Fundación del Dr. Simi continúe con su labor y no pierda esa humildad que la caracteriza”, comentó.

Los pequeñines tampoco pararon de reír. Sus caritas llenas de felicidad, lo decían todo. Agradecidos con el Dr. Simi, le pidieron, como ellos dicen, continuar con las fiestas.

Tras cuatro horas de diversión, llegó la parte triste. El evento llegaba a su final, con la satisfacción de haber brindado un momento de distracción a todas aquellas mamitas que por su condición económica, es difícil regalarse días como este.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

t @DrSimiTV



Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar



## El día que le dispararon al Papa

El 13 de mayo de 1981, día de la Virgen de Fátima, el papa Juan Pablo II hacía un recorrido y saludaba a los asistentes que llenaban la plaza de San Pedro.

A las cinco de la tarde con diecinueve minutos, unos truenos hicieron que las palomas de la plaza levantaran el vuelo. Por unos instantes, la mirada de todos se dirigió a las aves, pensando que el sonido había sido provocado por cohetes festivos. Pero, poco después, todos observamos, aterrados, que el Papa se desplomaba porque unas balas habían tocado su dedo índice, el codo derecho y el vientre. Inmediatamente fue llevado al hospital.

Su estado era muy grave: la presión bajaba, y los latidos del corazón apenas se escuchaban. La operación duró 5 horas y 20 minutos. Muchos afirmaron que así se cumplía el llamado secreto de Fátima que anunciaba el asesinato del Sumo Pontífice. Sin embargo, Juan Pablo II, al recuperarse del atentado, perdonó al agresor y dijo: “La Virgen desvió el proyectil”, y con ello indicó que la oración puede cambiar, incluso, las profecías.

Él mismo dio a conocer el llamado secreto de Fátima, que anuncia tiempos de persecución contra la Iglesia. Hay que recordar que la Virgen se apareció en Fátima, Portugal, desde el 13 de mayo hasta el 13 de octubre de 1917, en forma mensual, a tres pastorcitos: Lucía, Francisco y Jacinta. Su mensaje principal fue rezar el rosario, no ofender a Dios, y hacer oración y sacrificios por la conversión de los pecadores. En la última aparición, más de setenta mil personas fueron testigos del llamado “milagro del sol”. Había llovido toda la noche y la mañana. La ropa de los asistentes y el terreno estaban totalmente mojados pero, después de una visión en la que el sol cambiaba de color y parecía caer, los miles de peregrinos dieron testimonio de que todo el lugar, incluso su ropa y pertenencias, se había secado instantáneamente. Después de la visión, se produjeron milagros, sanaciones y conversiones. La Virgen de Fátima se celebra el 13 de mayo.



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

## Larga cadena

Finalmente, dimitió el director general de la Comisión Nacional del Agua (Conagua), David Korenfeld, aunque obviamente se trató de un cese disfrazado de renuncia. Enrique Peña Nieto, jefe y amigo del despedido, no pudo soportar las presiones públicas que demandaban sancionar la conducta abusiva e ilegal del ahora exfuncionario.

Hasta aquí nada nuevo. Un funcionario ladrón que es pillado en falta, y que solamente es echado del cargo, en lugar de pasar una temporada tras las rejas. Como en cualquier dictadura, ser amigo del presidente tiene sus ventajas. Hay en el asunto Korenfeld, sin embargo, algo novedoso: la utilización de las redes sociales para hacer pública una conducta abusiva y, también, delictiva. En otras épocas, antes de la era de las ubicuas y universales redes sociales, la denuncia de la conducta de don David hubiera corrido por cuenta de un reportero diligente, de un conductor de radio o televisión o del director o propietario de algún periódico o revista.

Korenfeld habría tenido a su favor la escasa posibilidad de una amplia y universal denuncia pública. Y ello, a pesar de la diligencia y valentía necesarias de ese reportero, de ese conductor o de ese director o propietario de medio impreso. La censura, la autocensura, el interés comercial de la empresa o las limitaciones físicas de difusión habrían hecho su parte para mantener oculto o disminuido el abuso de poder. Ahora eso ha sido imposible. Las redes sociales no tienen esas limitaciones. Todos somos parte de ellas. Como emisores y como receptores. El planeta vive una auténtica democratización de la comunicación social, fruto innegable de una larga cadena de grandes avances científicos. La invención de la escritura; la imprenta de Gutenberg, las ondas de radio con Marconi, y ahora, internet. Avances que, cada uno en su momento, han posibilitado esta forma actual y superior de la democracia y de la libertad de pensamiento y de expresión.

# Fiestas suicidas

Amy Torres Rodríguez\*

En algún momento de nuestra adolescencia nos vimos tentados por conductas que nuestros padres prohibían: salir con amigos, llegar tarde a casa, vestir ropa llamativa y otras acciones no tan “inocentes”, como fumar o beber.

Lo alarmante es que tales actividades han ido cambiando, y comparadas con el hecho de fumar a escondidas o irse de pinta, las nuevas conductas ponen en riesgo la vida de muchos adolescentes.

Por ejemplo, algunos jóvenes, de 13 a 17 años, realizan solo por “novedad” las fármaco-fiestas, en las cuales depositan, en un plato hondo, las pastillas que encuentran en casa para consumirlas, como mero reto.

Otras de las controvertidas reuniones son las “fiestas semáforo” y las “arcoíris”. En las primeras los chicos usan pulseras u otros distintivos de colores: rojo significa ‘no estoy interesado, tengo novia o novio’; amarillo, ‘no estoy seguro’, y verde, ‘participo en todo’.

Pero, ¿en qué se participa? Puede ser desde el consumo de drogas, alcohol y hasta tener relaciones sexuales. En el caso de los “juegos” que involucran sexo, se hace sin protección alguna. Aquí, las chicas se pintan los labios con colores llamativos para realizar sexo oral, y quien consiga el mayor número de colores será el “ganador”.

Hay otra diversión: la “ruleta sexual”, una acción en la que las mujeres forman un círculo y los hombres tienen relaciones sexuales rápidas, y van cambiando de pareja cada



cierto tiempo; el hombre que eyacule primero, pierde.

Exponerse a estas conductas sexuales riesgosas, no solo acarrea consecuencias físicas, como una ITS, embarazos no deseados y congestión alcohólica, entre otras, sino también secuelas psicológicas: intranquilidad, ansiedad, sentimiento de culpa y vergüenza.

¿Cuál es el objetivo? Prácticamente, desde su percepción, podría ser divertirse, tener nuevas experiencias, “pasar el rato”, ponerse a prueba, llamar la atención de las redes sociales, etcétera.

El adolescente, en medio de su “crisis de identidad”, puede estar creando su autoconcepto desde el punto de vista de los demás. Recordemos que adaptarse a una sociedad da sentido de pertenencia, y como tal, el creerse parte del grupo, lo hace “sentirse bien”, “en familia”.

Estar informado aumenta la posibilidad de detectar estas prácticas peligrosas. Y no es cuestión de prohibir, sino de comunicarse con los hijos, de generar una empatía que contribuya a su desarrollo personal, familiar y social.

Por lo tanto, ser conscientes de estas tendencias puede auxiliar en la educación de los hijos, y también ser una forma de acercarse a ellos. Si tienes alguna duda al respecto, comunícate gratis al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, al 01800 911 66 66, opción 3, o escríbenos a [centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx). Además, ve nuestro *Chat de Sexualidad*, martes y jueves, de 16:00 a 17:00 hrs., por [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

\* Psicóloga del CNDEE

# Disfruta a plenitud

\*Por disposición gubernamental, a partir del 27 de marzo, los suplementos alimenticios gravan IVA



**\$45**  
IVA incluido

Multivitamínico  
para el  
**Adulto mayor**

De venta exclusiva en:

Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa. Vigencia de la publicación del 1.º al 31 de mayo de 2015.



## FARMACIAS SIMILARES®

"LO MISMO PERO MAS BARATO"®



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



**Sexo, sin lágrimas  
y sin pudor**

Gabriela Jiménez V.

## ¿Qué pasa con los adolescentes?

Hace días, leí una nota acerca de dos adolescentes que tenían relaciones sexuales en una de las calles de Ecatepec. Los vecinos los grabaron, y aunque la pareja estaba resguardada entre dos autos, sus movimientos la delataba. Los chicos no se veían mayores de 15 o 16 años.

¿Qué lleva a estos y miles de chicos más, a actuar de igual forma? Algunos dirán que es la emoción, la "calentura", la desinformación o la violencia y desintegración de los valores morales... Yo tengo otra teoría: es la necesidad lo que lleva a miles de adolescentes a tener embarazos no planeados, a contagiarse de infecciones de transmisión sexual y a dejar el pudor de lado para tener sexo en plena calle. Es la necesidad de NO quererles hablar a los chicos de manera abierta, con profesionales, sobre la sexualidad. Creer que si no se menciona el tema, no existe. Los adolescentes van en búsqueda de información y solo reciben desinformación a través de ideas prejuiciosas y cargadas de culpa y miedo.

Educar para pensar, no para temer, es lo que generará un cambio social. Cuando los adolescentes se preguntan si quieren o no tener vida sexual, pensando en las consecuencias, y no en que cometen pecado, cuando planean el mejor momento para tener hijos, cuando no se sientan como objetos que se devalúan, cuando la sociedad deje su doble moral, en ese momento estaremos dando un paso más en la evolución social. Para mayor información sobre este tema, u otros, puedes llamarnos al 01800-9116666, opción 3, y una especialista te atenderá gratuitamente. O bien, ve nuestro *Chat de Sexualidad*, todos los martes y jueves, de 16:00 a 17:00 hrs., en [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

Escribenos a [centrodiagnostico@serfelizsipuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizsipuede.com.mx)

# ¿Los chicos también se cuidan?



Tal vez el término "belleza" suene demasiado femenino, pero hoy en día los chicos también se cuidan, y si no, ¡deberían!

No es que se tengan que convertir en un príncipe encantador, pero si frotar las manos contra la cara en la regadera es lavarla, hay que pensarlos dos veces.

Muchos hombres consideran que su cara no necesita cuidados especiales, pero están muy equivocados, debido a que son propensos a caer en la resequeidad después de rasurarse, sobre todo en verano.

La piel del hombre es muy distinta a la de la mujer; es 25 % más gruesa y con más vello, pero también necesita de cuidados para prevenir afectaciones y, sobre todo, para que luzca saludable.

Lo primero es la limpieza. No se debe utilizar el mismo jabón o gel que se usa para la regadera, ya que puede resecar la piel. Lo recomendable es

usar productos con PH neutro o alguno antibacterial si existen impurezas o granitos; nunca se debe frotar.

Una piel sin luminosidad es reflejo de una piel deshidratada; por eso, lo más importante para un cutis masculino, aunque sea difícil de creer, es la hidratación.

A diferencia de las mujeres, la piel de las mejillas y cuello de los hombres, al estar sometida al afeitado, tiene mayor tendencia a la deshidratación y resequeidad.

Los signos de estas son las arrugas, que si bien tardan más tiempo en aparecer en el caso de los hombres, suelen ser más profundas que en las mujeres y, por lo tanto, se notan más. Aunque el hombre tiene una piel más firme y envejece más tarde, lo hace de manera más brusca si no se tienen los debidos cuidados.

Ahora se sabe que si las mujeres se cuidan, los hombres también deberían hacerlo.

# EPILEPSIA

## Causas y tipos

La epilepsia, derivada del termino griego "ataque", es uno de los primeros trastornos del cerebro descritos en la historia. Actualmente se reconocen 30 tipos de crisis. Conoce algunas de sus características.

### ¿QUÉ ES?

Es una enfermedad cerebral crónica que se caracteriza por convulsiones recurrentes, ocasionadas por descargas eléctricas excesivas en grupos de células cerebrales.

### TIPOS DE EPILEPSIA

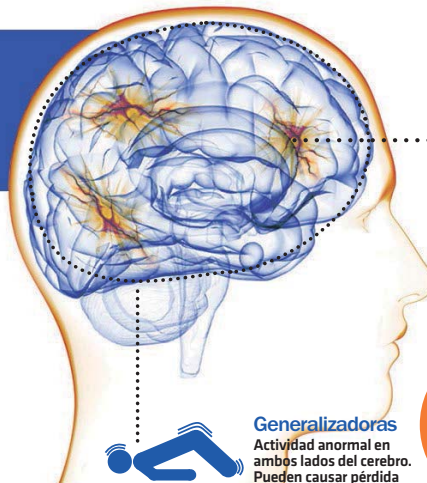
#### IDIOPÁTICA

No tiene una causa identificable y en algunos casos hay alteraciones genéticas subyacentes.

#### SECUNDARIA

Se genera por este tipo de causas:

- Factores genéticos
- Lesiones en la cabeza
- Lesiones prenatales o problemas de desarrollo
- Intoxicaciones



#### Generalizadoras

Actividad anormal en ambos lados del cerebro. Pueden causar pérdida del conocimiento, caídas o espasmos musculares masivos.

**50**  
millones  
la padecen  
en el mundo

**80%**  
de países  
en desarrollo

**70%**  
responden  
al tratamiento

**30**  
tipos de crisis  
reconocidas,  
entre focales  
y generalizadoras

### CRISIS EPILEPTICAS

**Focales**  
Ocurren solo en una parte del cerebro. Se pueden experimentar súbitamente sentimientos, escuchar, ver, oler cosas que no son reales.



**SABÍAS QUE...**  
Las infecciones parasitarias en el sistema nervioso son causa de epilepsia, por lo que es importante desparasitarse.

### QUÉ HACER

- En el momento en que ocurra el ataque, gire al paciente y colóquelo de costado.
- Apoye su cabeza sobre algo suave.
- No interfiera en sus movimientos.
- No coloque ningún objeto en su boca.



**Ahora,  
ya también  
contamos con...**

- ▶ Enjuague bucal Oral-B® Complete sabor menta de 250 ml
- ▶ Pasta dental Crest® Complete
- ▶ Shampoo Pantene® Pro-V restauración
- ▶ Shampoo Head & Shoulders® control caspa



Pauta exclusiva para México

Vigencia de la publicación del 1.º al 31 de mayo de 2015.

DE VENTA EN



# Jaime Almeida, dos pasiones: noticia

Juan Manuel Rentería

Jaime Almeida es un reconocido periodista que supo combinar sus dos pasiones: las noticias y la música. Nació en la ciudad de Chihuahua, hace 66 años. Desde niño afloró su gusto por la música. Cantó en el coro de su escuela, tomó clases de piano y de solfeo, y no desaprovechaba la oportunidad para participar en los festivales musicales.

Muy jovencito se incorporó como baterista en el grupo Los Galaxies, hasta que terminó sus estudios de secundaria. Posteriormente, formó parte de la agrupación Las Lagartijas Pintas, durante 4 años.

En 1967, viajó a la Ciudad de México para estudiar la licenciatura en Comunicación, en la Universidad Iberoamericana. Sus trabajos periodísticos le fueron abriendo oportunidades de trabajo, ya que logró incorporarse como reportero en el programa informativo *Hoy Domingo*, que conducía Jacobo Zabłudovsky, allá por 1969.

Fue reportero fundador del noticiario *24 Horas*, que inició transmisiones el 7 de septiembre de 1970. Jaime Almeida cubrió varias fuentes informativas. Sin embargo, siempre estuvo viva su pasión por la música.

Carismático, con su característico timbre de voz, iniciamos la charla.

Bueno, si tanto te gustaba la música, ¿por qué estudiaste comunicación? “Porque, como en todas las familias, el concepto de estar en la música y en la ‘artística’ era algo que les daba mucho miedo, pensaban que uno iba a andar en malos pasos; entonces, la cantaleta de siempre: ‘Ok, si quieres dedicarte a la música, está bien, pero primero estudias una carrera’. Entonces, vi que la Universidad Iberoamericana ofrecía la carrera de Comunicación, donde aprendías cine, televisión, relaciones públicas, radio, música, periodismo, y me dije que esa era la que me convenía”.

¿Cómo te inicias en el periodismo? “En realidad yo quería tocar *rock and roll*, pero en la Universidad me di cuenta de que la comunicación es una ciencia que influye en la gente, que la información sirve para que la gente tome mejores decisiones; nos permite darle datos útiles, y eso me gustó”.

¿Recuerdas tu primera nota? “Sí, porque tiene que ver con mi querido estado



de Chihuahua, y es que se me presentó la oportunidad de viajar a mi tierra para hacer un reportaje de los menonitas, ese grupo de inmigrantes holandeses y alemanes que en Chihuahua han hecho un gran conglomerado por elaborar queso. Poco se sabía de ellos en ese tiempo, igual que sobre los mormones. Cuando la poligamia se prohibió en Estados Unidos, algunos de ellos se exiliaron y vinieron a México. A mí me tocó hacer ese reportaje.

“Pasó en un programa que se llamaba *Hoy Domingo*, que hacía Jacobo Zabłudovsky, los domingos en la mañana, de las 10 de la mañana a las 2 de la tarde”.

¿Cómo ingresas después al equipo de *24 Horas*? “A principios de 1970, Jacobo estaba planeando cambiar el formato del matutino Su Diario Nescafé a un noticiario nocturno. Entonces me pidió que le hiciera una investigación sobre los informes presidenciales, cuál había sido el más largo, el más corto, quién lo cambió de la noche a la mañana, quién le quitó la etiqueta, qué incidentes interesantes sucedieron durante, antes y después, qué presidentes no lo leyeron de viva voz... Cuando vio mi trabajo, Jacobo me dijo:

‘Vamos a empezar un noticiero en las noches, a partir de septiembre, ¿te gustaría participar?’. Claro que sí, le respondí de inmediato”.

Y agrega: “El 7 de septiembre de 1970, entramos al aire y presenté una entrevista con David Kaplan, un americano que se había fugado de Santa Martha Acatitla, en un helicóptero pintado como si fuera de la policía. Con cierto ingenio pude dar con quien en Estados Unidos estaba en contacto con él, y logré mi entrevista”.

Jaime Almeida nos narra otro de sus éxitos periodísticos: determinar el lugar de nacimiento del músico poeta Agustín Lara, que se disputaban Tlacotalpan, Veracruz; Puebla y el Distrito Federal.

“Llegué al Sagrario Metropolitano, donde apareció el acta de bautismo de Agustín Lara, que indicaba 1897 como el año de su nacimiento. Hasta entonces todo mundo creía que había nacido en 1900. Me fui después al Registro Civil, muy cerca de Televisión, y buscando en los archivos apareció el acta de nacimiento original de un niño de nombre Ángel Agustín María Carlos Fausto Mariano Alfonso del Sagrado Corazón de

# ias y música

## (Primera parte)

Jesús Lara Aguirre, nacido en el callejón de Puente del Cuero, número 16, hoy la segunda calle de República de Colombia, DF, el 30 de octubre de 1897”.

Al respecto, comenta: “Muchos veracruzanos nacieron en donde les da la gana, y a Agustín Lara le dio la gana nacer en Tlacotalpan, Veracruz, aunque hubiera llegado al mundo en el Distrito Federal”.

Le recordamos al entrevistado otro reportaje suyo que causó mucho impacto, sobre el tráfico de drogas y armas en México.

“Miguel Alemán, en ese entonces director de Noticieros, nos comentó que las secretarías de Gobernación y Defensa Nacional realizarían acciones en Nogales, Sonora, y en Magdalena de Quino, y nos envié a cubrir la información a Fernando Alcalá y a mí. Se nos ocurrió filmar la entrada de la droga a Estados Unidos, cómo se vendía y cómo se compraban armas con ese dinero y cómo se introducían a México”.

Recuerda que fue un trabajo muy arriesgado, a pesar de que llevaban protección de la Procuraduría.

Jaime hace un justo reconocimiento a Tomás Navarrete y Saúl López, camarógrafos que lo acompañaron en esa misión periodística. El reportaje no solo causó impacto en México: una cadena norteamericana lo compró para retransmitirlo en Estados Unidos.

¿Recibiste amenazas? No, ni una sola, pero siento que el reportaje debió molestar a algunas personas porque después que pasó al aire, Jacobo me mandó al extranjero a realizar algunos reportajes durante un buen tiempo”.

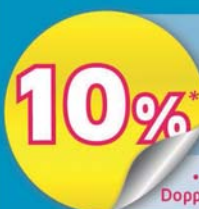
Jaime Almeida, en 1971, fue productor ejecutivo del Festival de Rock en Avándaro. Fue conductor del noticiero *Punto Final*. En 1975, decidió dejar el noticiero *24 Horas*, para incursionar en el periodismo político, pero esto lo narraremos en la segunda parte de la entrevista.



**Análisis Clínicos  
del Dr. Simi**  
“La calidad es lo primero”



**TU ERES EL MOTOR  
DE TU FAMILIA  
ÁMALOS  
CUIDÁNDOTE**



de **DESCUENTO**  
en **PRUEBAS**  
**CARDIOVASCULARES**  
para **MAMÁ y PAPÁ**

• Prueba de esfuerzo • Holter de arritmias • Ecocardiograma  
Doppler Tisular • Monitoreo y registro de tensión arterial de 24 hrs.

### A PAPÁ CON CARIÑO

(Antígeno prostático específico,  
examen general de  
orina y electrocardiograma)

**\$346**

### PAQUETE FEMENINO

(Papanicolaou, exudado vaginal y  
examen general de orina)

**\$343**

### PAPÁ SALUDABLE I

(Ácido úrico, glucosa, colesterol,  
triglicéridos y antígeno prostático  
específico)

**\$405**

### PAPÁ SALUDABLE II

(Antígeno prostático específico,  
examen general de orina,  
ultrasonido prostático y  
electrocardiograma)

**\$552**

Promoción válida durante mayo y junio de 2015. \*Descuento válido solo en pruebas cardiovasculares, no se aplica en paquetes ni en otras promociones. Se aplican restricciones por zona geográfica. Consulte restricciones en [www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)



Fundación **BEST**®

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

### FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.,

hace del conocimiento del público en general que las marcas que a continuación se presentan, se encuentran registradas ante el **Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial**, por tanto, los productos y servicios que amparan dichas marcas se encuentran protegidas por un derecho de propiedad industrial a su favor:



Registros marcarios  
No. 1289127, 1254527, 947697, 995681, 905643 y 1441152.

### FARMACIAS DEL DR. SIMI

Registros marcarios  
No. 626366, 626367, 1133870, 1133872, 1133871 y 1005935.

### FARMACIAS SIMILAR

Registro marcario No. 1159520 y 1161131

### FARMACIA SIMILAR

Registro marcario No. 1157920 y 1159281

### FARMACIAS DE SIMILARES

Registro marcario No. 1168542 y 1159279

### FARMACIA DE SIMILARES

Registro marcario No. 1161130 y 1160023

Por lo anterior, cualquier uso de dichas marcas registradas sin la autorización previa de **FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.**, implica una violación a la legislación en materia de propiedad industrial.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:



Simi TV



@DrSimiTV





# PUEBLA 24 DE MAYO 8:00 AM

**CENTROS DE INSCRIPCIÓN:** Sucursales de **FARMACIAS SIMILARES®** de la zona centro de Puebla, Tlaxcala y Apizaco de 08:00 a 20:00 hrs.

Tiendas Deportes Martí en Puebla. (Angelópolis, Plaza Dorada y San Pedro).

Tienda Pro Shop, dentro del club Sport City Puebla.

[www.emociondeportiva.com](http://www.emociondeportiva.com) (pago con tarjeta de crédito).

## Alcohol, sexo y drogas, mezcla mortal



### Miguel Ángel Becerril

El uso y abuso de alcohol en los jóvenes, es un flagelo que cobra más víctimas en México.

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Adicciones 2008-2011 -elaborada por el Conadic-, el consumo de este producto entre muchachos de 12 a 17 años, va en aumento.

El texto estipula que en el 2008, la ingesta de bebidas embriagantes era de 2.7 por ciento, cifra que casi se duplicó para 2011, al posicionarse en 4.1 por ciento.

El alcoholismo crece a pasos agigantados entre los menores, ya que en este mismo rango de edad el consumo de alcohol, catalogado como consumo alto, afecta a cerca de 1.9 millones de jóvenes, de los cuales 750 mil son mujeres.

Carmen Fernández Cáceres, directora de los Centros de Integración Juvenil, AC, sentencia: "La adicción entre los jóvenes va en aumento. En la actualidad, más de la mitad son menores de 17 años; es decir, 51.2 por ciento. Además, casi 90 por ciento se inicia en el alcohol y otras drogas antes de los 25".

Este fenómeno, aclara Carmen Fernández, se da en la secundaria. Los jóvenes, para sentirse grandes, se ponen su primera borrachera en este periodo; empiezan a asistir a fiestas en las que consumen grandes cantidades de alcohol y, en algunas ocasiones, comienzan a probar drogas ilegales.

"Las consecuencias son funestas, ya que al conducir en estado de ebriedad se accidentan y, muchas veces, quedan lisiados o mueren.

"Otra consecuencia, el embarazo entre muchachitas de 12 a 18 años. Aunado a ello, están las modas de una sexualidad riesgosa, no solo por la falta del condón, sino también por la sexualidad grupal, en las que se atreven a todo. Tal parece que el joven se reta a emborracharse, drogarse y disfrutar una sexualidad de muchas formas y tipos".



# CIRCUITO CON SALIDA Y META: Centro Histórico de Puebla

INSCRIPCIÓN: \$200

SIMITEL: 01 800 911 66 66

www.simicarreras.com.mx



Para la especialista, el núcleo familiar es el lugar donde se aprenden conductas y se ponen límites; sin embargo, pocas veces se predica con el ejemplo.

“Lo vemos en muchas familias mexicanas: el excesivo consumo de alcohol las golpea los fines de semana. Las fiestas comienzan con diversión, luego con sentimentalismo y, después de la tercera copa, todos se quieren mucho. Tras el quinto o sexto trago aparece la agresividad; de pronto, se originan gritos, humillaciones, pleitos y abusos sexuales.”

En los Centros de Integración Juvenil, puntualiza la también psicóloga, se realizó una investigación sobre la sexualidad relacionada con altos consumos de alcohol y drogas, en general.

Tras este análisis, se descubrió que el alcohol desinhibe la conducta sexual y magnifica la agresividad. Por eso, tantos episodios de violencia y sexualidad desmedida.

Muchas parejas de novios terminan insultándose, y es consecuencia del entorno familiar; además, el consumo de alcohol en la mujer adolescente, es mucho más grave.

## Ruleta sexual

Fernández Cáceres nos alerta de un juego que está de moda entre los adolescentes: La ruleta sexual.

“Los jóvenes se retan a tener sexo con quien sea. En una encuesta que realizamos en los Centros de Integración Juvenil, encontramos que 6 %



Carmen Fernández Cáceres, directora de los Centros de Integración Juvenil, AC.

estaba jugando a la ruleta sexual. Esta consiste en tener sexo con quien te toque, no importa si lo conoces o no. Todo indica que la diversión está asociada a cada vez atreverse más”.

“Hoy por hoy, ¿cuál es el adicción que más afecta a nuestros jóvenes?”

“El alcohol, sin duda, es el problema principal; el segundo, el tabaco; y el tercero, la marihuana; pero en la actualidad esta última ocupa la segunda posición, ya que los jóvenes la están sustituyendo por el tabaco.

“En los Centros de Integración Juvenil hemos visto, en los últimos cuatro años, un alza considerable de consumo de marihuana en 20 estados de la república; incluso pacientes que asisten a los centros aceptan que la consumen a la par del alcohol”, concluyó la directora general de los Centros de Integración Juvenil.

Si usted requiere ayuda, comuníquese al teléfono 5999-4949.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



## Editorial

### Injusticia, alevosía y heces

Un juez obsequioso; esos que en nuestro impoluto sistema de justicia NI EXISTEN -¡claro!-, no escucha razones, argumentos, pruebas y, es más, ni se molesta en defender los derechos de una ciudadana.

Como si se tratara de un objeto, Cinthia Elodia Mercado García, jueza primero de lo civil, autorizó el envío de una jovencita MEXICANA (que presuntamente era la hija de una migrante) a Estados Unidos... y advine usted, ni fue llamada a cuentas por violentar el protocolo de actuación para casos donde se afecta a niños y adolescentes (emitido por la Suprema Corte en 2012).

Cierto, se ha hablado hasta la saciedad del caso de Alondra Luna, la niña que apareció en un video cuando era sacada por policías federales de una secundaria en Guanajuato.

En dicha grabación -que se viralizó en cuestión de horas-, la menor suplica, padece maltrato emocional y aún así, a petición de la jueza en cuestión es trasladada a Los Reyes, Michoacán, donde más rápido que lo lee ya estaba listo el trámite para trasladarla a Houston, Texas.

Si con esta prontitud la justicia resolviera las cosas, más que un reclamo, debiera ponerse en un pedestal el trabajo de la inefable jueza michoacana; no obstante, como siempre, hay un problema.

Al margen de demostrarse que Dorotea García Macedo no era la madre de la jovencita, ¿dónde queda el ridículo y tremendo papelón de las autoridades mexicanas?

Para empezar: ¿Con qué desfachatez la señora Mercado García se “deslinda” de cualquier responsabilidad y el Consejo de la judicatura -como en todo el proceso- ni se pronuncia?; ¿acaso su trabajo no es velar por los intereses de los mexicanos?

¿Cómo es posible que la justicia consienta la transgresión de nuestras garantías y estemos indefensos ante las ocurrencias de jueces que en lugar de investigar -Y TRABAJAR- sucumben ante las peticiones de una instancia extranjera (en este caso la Interpol)?

Otra vez, gracias a las redes sociales, se evitó un acto de impunidad, porque si no fuera por la indignación que causó el video, hoy quizá la historia de Alondra y su familia fuera otra.

Aquí ninguna autoridad salió en defensa de la familia Luna Núñez. Como suele ocurrir en estos casos, padre y madre de Alondra debieron pedir prestado para actuar, movilizarse e impedir la tremenda injusticia.

Las autoridades no movieron un dedo y esto debe quedar claro porque hasta los exámenes de ADN practicados a la adolescente fueron hechos por las autoridades de Estados Unidos, que salieron al paso del alevoso e impune secuestro de Alondra en su propia tierra.

Aquí, ominoso silencio, pero eso sí puras heces disfrazadas de “campañas” que a nadie, pero NADIE, interesan.

Hoy Alondra dice que con todo lo que tuvieron que hacer sus papás para recuperarla, se acabó el poco dinero que tenían para organizar su fiesta de 15 años.

Y la jueza “deslindada”... ¿aún está impune?



¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

## Dime qué comes y te diré quién eres...

Así reza el refrán y dicen las abuelitas que esos aforismos son gotas de sabiduría. Y en el caso del sope, una verdad nacional.

Usted se preguntará ¿Y qué tiene que ver el sope con la identidad nacional?

Casi nada. La enorme mayoría de la población de este país es mestiza. En una palabra, somos de Chile, dulce y manteca. Me explico, Federico, para que me entiendan, Méndez. Este exquisito manjar cuando se prepara con delicadeza, es una obra maestra de nuestro mestizaje. Sin sope, decían los antiguos, no hay amor en el barrio. El sope, ir a comprar o comerse un sope, ir de cajón con la cronista del lugar, la señora que vende sopas y quesadillas, como quien dice, de sesos el amor. Ella se sabe todos los chismes del romanticismo popular, pero lo que no sabe es que el sope es el maridaje, la unión perfecta entre la cultura que nos trajeron de Europa los españoles y las nuestras prehispánicas. Aunque eso sí, la señora sí sabe si usted y su "peor es nada", se comieron el sope. Y hasta si va haber boda.

¿Usted puede imaginar un sope sin maíz? ¡Ni maíz, palomera! Sin maíz no hay sope, y digo, sin su untadita de frijolititos, tampoco; su verdurita y su salsita. Hojas, Petra, esos son algunos elementos que aportó la dieta mexicana al sope, pero qué me dice de un sope sin su untadita de manteca, sin chorizo, sin quesito, ni cremita. Pues tampoco nos sabrá a sope. ¿A poco no?

Los españoles trajeron a estas tierras las fritangas, con sus cerdos, sus vacas y sus caballos. Y a freír los alimentos. Antes, los mexicas no sabían freír, no conocían la manteca y hacían unas delicias al vapor, en hornitos de tierra, con pencas de maguey o con el inmemorial bracerito y su comal de barro.

Y así agarramos la costumbre de usar la manteca para darle sabor a la comida. Y también la nada saludable adquisición de unos kilos de más. Ya ve, los guerreros comían amaranto antes de entrarle a los "cocolazos". Claro, un sope de vez en vez, no está mal. Entonces, "como la béisbol", no hay sope sin alimentos de los mexicas, pero tampoco hay sopas sin los animales que nos trajeron los hijos de la Reina Isabel. ¡Ay, ojitos pajaritos!... ¿Gusta un sopecito?

## Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez Pérez

El sustantivo *kit* está recogido en el Diccionario académico desde su vigesimosegunda edición, publicada en 1992, donde aparece escrito sin comillas ni cursiva.

En los medios de comunicación pueden encontrarse frases como «Situaciones como el terremoto en Nepal exigen atención sanitaria, medicinas esenciales y "kits" médicos y quirúrgicos», «El "kit" incluye tiendas de campaña y mantas para dar cobijo a los miles de personas que se encuentran en la calle» o «La ONG repartirá 2000 "kits"».

El Diccionario define *kit* como 'conjunto de productos y utensilios suficientes para conseguir un determinado fin, que se comercializan como una unidad'. Aunque este sustantivo proviene del inglés, su adaptación al español es sencilla

e inmediata, pues se pronuncia igual en ambos idiomas y la letra *k* forma parte del alfabeto español, tal como indica la Ortografía.

Su plural es *kits*, según indica el *Diccionario panhispánico de dudas*.

Así pues, en los ejemplos anteriores habría sido preferible escribir «Situaciones como el terremoto en Nepal exigen atención sanitaria, medicinas esenciales y kits médicos y quirúrgicos», «El kit incluye tiendas de campaña y mantas para dar cobijo a los miles de personas que se encuentran en la calle» y «La ONG repartirá 2000 kits».

Para enriquecer el discurso, también es posible alternar *kit* con voces como *juego*, *equipo*, *conjunto*, *lote* o *estuche*.

fegupe1949@yahoo.com.mx

# LITERATURA MEXICANA

## en lenguas extranjeras

La traducción de obras literarias construye un puente entre las naciones y sus culturas en los aspectos más singulares. Conoce algunas de las obras nacionales que más se han traducido a otros idiomas, de acuerdo con información del Fondo de Cultura Económica.



### Balún Canan

Rosario Castellanos

Novela indigenista que relata los sucesos cotidianos y mundos opuestos del hombre blanco y el indio, en un poblado chiapaneco cerca de Guatemala.

8 idiomas

- Francés
- Inglés
- Alemán
- Italiano
- Danés
- Tojolabal
- Polaco
- Árabe



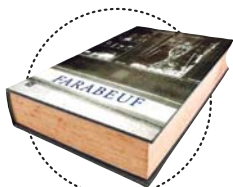
### El laberinto de la soledad

Octavio Paz

Obra magistral de la lengua española, donde el autor analizó las secretas raíces que unen al mexicano con su cultura.

7 idiomas

- Inglés
- Islandés
- Portugués
- Georgiano
- Italiano
- Ucraniano
- Sueco



### Farabeuf

Salvador Elizondo

En esta novela Elizondo formuló la pregunta de la identidad, a través de símbolos que cruzan la memoria, el recuerdo y el olvido.

5 idiomas

- Portugués
- Italiano
- Alemán
- Francés
- Inglés



### Edén Vida imaginada

Alejandro Rossi

Novela autobiográfica sobre la memoria y los recuerdos del protagonista, en el contexto de la Segunda Guerra Mundial.

4 idiomas

- Inglés
- Francés
- Alemán
- Portugués



### Los de abajo

Mariano Azuela

Obra representativa sobre la Revolución Mexicana en la que el autor narró de manera realista y dramática las experiencias de sus protagonistas.

4 idiomas

- Hebreo
- Portugués
- Francés
- Italiano

**NOTA IMPORTANTE**  
Algunos de los títulos fueron traducidos a otras lenguas, las aquí enlistadas son solo un ejemplo de ellas.

SALUD ES BELLEZA  
AVISO:143300202D0226

# ETERNAL SECRET

## TONIFICANTE DERMO OXIGENADOR



### ✓ Resultados

- Rostro radiante, luminoso y libre de impurezas.
- Piel más hidratada.
- Poros limpios y menos visibles.
- Auxiliar en regeneración natural de piel dañada.
- Sensación de frescura y limpieza en el rostro.
- Auxiliar en la disminución de manchas de paño en el rostro.
- Auxiliar en la disminución de barros y espinillas.
- Auxiliar en el control del nivel de PH en el rostro.
- Ayuda al control del exceso de grasa en rostro.

### Uso

Aplicar sobre algodón y masajear suavemente en rostro y cuello limpios, por las mañanas antes de la crema de día y después de desmaquillarse antes del descanso nocturno. No aplicar en área de los ojos. Para todo tipo de piel.

Innovador tratamiento  
oxigenador que limpia  
e hidrata tu piel

### Activos principales

Colágeno hidrolizado,  
ácido hialurónico,  
aminoácidos esenciales,  
extracto de hamammelis y  
agua de rosas.

Modelo foto ilustrativa

De venta exclusiva en



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

## Adiós al ayuno

Gracias a Dios, terminó el larguísimo ayuno para millares de aficionados que ordinariamente asistimos a los estadios de la Liga Mexicana de Beisbol, así como para los que seguimos la huella de las Grandes Ligas, a través de la televisión.

Como se ha informado, la campaña 2015 de la LMB será especial, en razón del 90 aniversario que celebrará el circuito profesional más antiguo de nuestro país.

Entre otros sucesos especiales, figura uno que nunca nos imaginamos: convertir el Zócalo de la Ciudad de México en un diamante de beisbol para realizar una competencia de jonrones entre los mejores "vuelacercas" de la Liga, tanto mexicanos como extranjeros. Una de las intenciones es dar a conocer las reglas del Rey de los Deportes, pues está plenamente comprobado que muchísimos no se interesan por el juego, simplemente porque no lo conocen. Por otra parte, los Tigres de Cancún rindieron homenaje y retiraron el famoso número 2, de Jesús "Chito" Ríos, uno de sus más grandes lanzadores, dueño de marcas tan maravillosas que algunas resultan verdaderamente inalcanzables.

Este reconocimiento se dio durante el acto protocolario de los Tigres de Quintana Roo, en el estadio Beto Ávila, de Cancún, el sábado 4 de abril, con lo que ese número 2 se unirá al 1 del fundador del equipo, don Alejo Peralta y Díaz Ceballos; al 24, de Matías Carrillo, emblema felino y poseedor de las marcas ofensivas del equipo; al 12, del primero en salvamentos, el panameño Santos Hernández; y al 23, de José de Jesús "Pepillo" Rodríguez; además del "42", de Jackie Robinson, retirado en todo el beisbol organizado.

Otra noticia alentadora es que se construirá un nuevo estadio en la ciudad de Mazatlán, Sinaloa, con cupo para 20 mil aficionados, cómodamente instalados, y donde, muy probablemente, se jugará beisbol profesional tanto en invierno como en verano. Que así sea, todo en beneficio del Deporte Rey.

# Incongruencias

Fernando Gutiérrez

Para decirlo pronto, hay cuatro incongruencias dignas de ser comentadas: la enésima derrota del Tri ante Estados Unidos, la designación de Alfredo Castillo al frente de la Conade, la coronación del Puebla en la Copa MX, cuyo líder, el famoso "Temo" se lanza a la política, y la desilusión del siglo entre Mayweather y Pacquiao.

Vamos por partes: la selección nacional, al mando del viajero "Piojo" Herrera, llegó a casi cuatro años de no ganarle al conjunto estadounidense en canchas del vecino país.

Obviamente, el entrenador y los jilguerillos a sueldo pusieron mil excusas: que si la cancha estaba en mal estado; que si la habían regado dos veces antes del encuentro; que si no se contó con nuestros "europeos"; que si se armó una selección al vapor; que si los clubes no colaboraron...

La verdad, dan risa tantos pretextos, pues casi las mismas adversidades tuvo el equipo de Estados Unidos. La diferencia fue que este hizo lo suficiente para ganar, algo que es esencial en el deporte profesional, pues para eso les pagan, y mucho, a los jugadores.

Como se ve, los problemas del futbol mexicano son los mismos de siempre. Aquí se han estancado, mientras que los estadounidenses ya nos rebasaron gracias a su trabajo, disciplina y organización. Eso nadie lo puede negar.

El mejor termómetro para comprobarlo, serán los dos torneos que se avecinan: la Copa América y la Copa Oro.

Y de pasadita, no olvidemos que el Tri pudo acudir al último Mundial



gracias a que Estados Unidos le regaló el pase en la ronda eliminatória.

### Castillo, a la Conade

Alfredo Castillo, excomisionado para la seguridad en Michoacán, como buen "todólogo", encontró rápido acomodo en la Comisión Nacional de Cultura Física y el Deporte, donde fue despedido el exclavadista Jesús Mena, debido a su pésimo desempeño.

Nuevamente la Conade queda en manos inexpertas. Que lástima, desde siempre, ha sido un botín político de amigos del Presidente en turno. Es un cargo para los cuates. A nadie le importa si se fracasa

en juegos centroamericanos y panamericanos u olímpicos.

Vienen los Juegos Olímpicos de Río. Y aún así, se nombra a un nuevo capitán que no es precisamente de los que se ahoguen con su barco. Es más: ni siquiera sabe nadar.

Pobre deporte mexicano.

### Puebla y el Temo

La coronación del Puebla en la Copa MX es la tercera incongruencia de carcajada, pues, al mismo tiempo luchaba por no descender. ¿Usted lo entiende? ¿Un campeón que en la última jornada se "salvó" de ir al infierno?

Así es nuestro futbol: irregular, plagado de

improvisaciones y de contrastes. Algo muy parecido a nuestra política.

Y para demostrarlo, allí está Cuauhtémoc Blanco, quien se retira del futbol para luchar por la alcaldía de Cuernavaca. Y comenzó mal, pues invitó a ciudadanos a votar por el PRD cuando él hace campaña por el PSD. ¡Qué bárbaro! Hablar no es lo mismo que patear balones.

No dudamos de la calidad futbolística de este dinosaurio del balompié azteca. Lo que dudamos es de su capacidad para gobernar. La política es una ciencia. Hay que estudiar. Ser diplomático y buen negociador.



# Linexel VENLAFAXINA



Precio  
**\$127.00**

# Linexel VENLAFAXINA

Cápsulas  
**75 mg**  
Liberación prolongada  
Caja con 20 cápsulas  
**VÍA DE ADMINISTRACIÓN: Oral.**

Consulte a su médico.  
Su venta requiere receta médica



**maver\***

Con Ciencia por tu Salud

DE VENTA EN:  
**FARMACIAS  
SIMILARES®**

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

El "Temo" fue inteligente en la cancha, pero de eso a saber de ciencias políticas y sociales, hay mucho trecho.

Pobre país. Vamos de mal en peor.

### La desilusión del siglo

Finalmente, el pleito entre el soberbio Mayweather y el sonriente Pacquiao. Un show en Las Vegas que generó millonadas y una insólita expectación mundial. Por desgracia, el espectáculo decepcionó.

Mayweather se la pasó corriendo en el cuadrilátero y Pacquiao nunca pudo alcanzarlo. El filipino ya no es tan veloz ni certero como antes. Los años no pasan en vano. La verdad, esta pelea debió haberse hecho hace seis años.

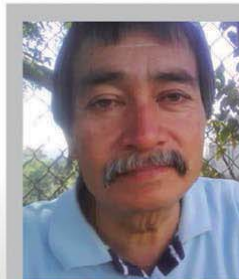
Fue, simplemente, la desilusión del siglo. Lástima de quienes pagaron tanto por estar en ring side. Les vieron la cara.

fegupe1949@yahoo.com.mx



## ¡Ayúdale a regresar a casa!

Marco Antonio Orgen Maldonado



**Sexo:** Masculino  
**Edad:** 57 años  
**Estatura:** 1.55 m.  
**Tez:** Blanca  
**Ojos:** Medianos, verdes  
**Cabello:** Lacio, castaño claro  
**Fecha de nacimiento:** 03/02/1956

Desapareció involuntariamente en el Municipio de Huauchinango, Puebla, el 17 de noviembre de 2013. Tiene cicatriz en espalda y usa bigote.

Si conoces, has visto o sabes algo de esta persona extraviada, llama o escríbenos.

**5346 4268**  
D.F. y área metropolitana

**01800 00 854 00** Interior de la República  
Centro de Denuncia y Atención Ciudadana CEDAC

**extraviados@pgr.gob.mx**  
Vía internet



## ¡Ayúdale a regresar a casa!

Jesús Ernesto Angulo Lugo



**Sexo:** Masculino  
**Edad:** 21 años  
**Estatura:** No indica  
**Tez:** Morena clara  
**Ojos:** Chicos, café oscuro  
**Cabello:** Crespo, negro  
**Fecha de nacimiento:** 07/03/1986

Desapareció en el Municipio de Córdoba, Veracruz el 28 de agosto de 2011. Tiene lunar en el ojo izquierdo de color café a la mitad del párpado.

Si conoces, has visto o sabes algo de esta persona extraviada, llama o escríbenos.

**5346 4268**  
D.F. y área metropolitana

**01800 00 854 00** Interior de la República  
Centro de Denuncia y Atención Ciudadana CEDAC

**extraviados@pgr.gob.mx**  
Vía internet



## ¡Ayúdale a regresar a casa!

Carlos Palomares Maldonado



**Sexo:** Masculino  
**Edad:** 38 años  
**Estatura:** 1.70 m.  
**Tez:** Morena clara  
**Ojos:** Medianos, café oscuro  
**Cabello:** Lacio, castaño oscuro  
**Fecha de nacimiento:** 19/07/1976

Se extravió en la Delegación Benito Juárez, México D.F., el 22 de septiembre de 2010. Tiene cicatrices en la ceja izquierda y en la frente.

Si conoces, has visto o sabes algo de esta persona extraviada, llama o escríbenos.

**5346 4268**  
D.F. y área metropolitana

**01800 00 854 00** Interior de la República  
Centro de Denuncia y Atención Ciudadana CEDAC

**extraviados@pgr.gob.mx**  
Vía internet

Espacio donado por el Dr. Simi



Frente a la tele

Álvaro Cueva  
alvaro@alvarocueva.com

## Empate

Cuando hablamos de telenovelas nacionales casi siempre pasa lo mismo: o miramos una producción de Televisa, o una de Azteca.

Bueno, pues, ahora está pasando algo insólito. ¿Qué? Que tanto Televisa como Azteca tienen, prácticamente a la misma hora, dos magníficas telenovelas.

Y uno, como público, sufre horrores debatiéndose entre sintonizar El Canal de las Estrellas o poner Azteca Trece.

Por supuesto, le estoy hablando del encontronazo entre *Amores con trampa* y *Así en el barrio como en el cielo*.

¡Están buenisimas y tratan de asuntos muy parecidos!

*Amores con trampa* es la historia de una familia pobre, del campo, que termina convirtiéndose en rica y viviendo en la ciudad.

*Así en el barrio como en el cielo* cuenta las aventuras de una familia rica que acaba transformándose en pobre, y de una familia pobre que se convierte en rica.

Ambas emisiones son cómicas, familiares, ligeras, de corte popular y sus reparos son espectaculares.

Por el lado de Azteca, tenemos a puras primeras figuras como Patricia Bernal, José Alonso y Fernando Luján.

Por el de Televisa, hay inmensas celebridades, como Itatí Cantoral, Eduardo Yáñez y Ernesto Laguardia.

¿Pero sabe qué es lo más atractivo de esta lucha por las audiencias? La manufactura.

*Así en el barrio como en el cielo* está hecha como si fuera una serie. Se ve fina, diferente, competitiva a escala mundial. Decir esto de un melodrama cómico no es cualquier cosa.

¿Y qué me dice de *Amores con trampa*? Estos señores también tienen lo suyo para resolver situaciones dramáticas hasta con animales. Son espléndidos y dominan la materia.

A mí, sinceramente, me gustan mucho las dos, y como miro la televisión en varios monitores, ni sufro ni me acongojo. ¿Pero usted? ¿Con cuál se queda? ¿Por qué?

Sea como fuere, luche por ver estos dos títulos. Pocas veces en la historia reciente de la televisión mexicana se han dado estos empates, y ahora que tenemos dos buenas telenovelas cómicas en pantalla, hay que aprovecharlas. ¿O usted qué opina?

# Un disco esperanzador

Miguel Ángel Becerril

Fiel a sus raíces Lila Downs, presentó su más reciente material *Balas y Chocolate*, dedicado a la celebración del Día de Muertos y que refleja la manera tan peculiar como los mexicanos vemos la muerte, a la cual miramos con alegría y picardía y la revestimos de gracia, tradición, amor, pasión justicia y por qué no, de irreverencia.

Con la mexicanidad como estandarte Lila canta a la patria dolida por los acontecimientos sociales, las crisis recurrentes, la migración y el desencanto de los ciudadanos hacia el gobierno, que sacuden no solo a México, sino a Latinoamérica.

“*Balas y Chocolate* es una clara alusión a los tiempos agrícoluces que vivimos; por una parte la violencia, pero por otra los excesos simbolizados en las armas y el placer representado por el cacao, manjar de los Dioses, fruto que permanece y simboliza nuestra fuerza como nación. Me duele la situación que vivimos en México, pero tengo esperanza que todo va a cambiar”.

Compositora de la mayoría de las canciones que interpreta Lila Downs se inspira en el acontecer nacional para verter su sentir en letras con mensajes, como puede ser los periodistas que día a día arriesgan su vida, los niños migrantes, la destrucción de nuestro patrimonio cultural; así como las canciones que hablan del amor que murió, o de las personas que por su mal proceder deberían perecer.

Muy aparte se cuecen los duetos incluidos en *Balas y Chocolate*, el primero *La farsante* que Lila interpreta nada menos que con el *Divo de Juárez*, “A Juan Gabriel lo he admirado siempre, es un autor de una sensibilidad muy grande, una musicalidad y

un respeto profundo hacia la música tradicional de México, fue un sueño poder cantar con él, cuando me habló para invitarme a grabar esta canción me dio mucho gusto, porque me dijo: ‘tú no sabes quién soy, pero yo sí quién eres tú; me gusta tu música y te admiro y quiero que me hagas el favor de grabar conmigo una canción’. Imagínate lo que sentí, Juan Gabriel es único”, compartió la cantante oriunda de Oaxaca.

Lila también contó con la participación del cantante colombiano Juanes, que al alimón interpretan la canción *La patria madrina* primer sencillo que cuenta con un video.

“*La patria madrina*, representa nuestra mexicanidad immaculada, esa mujer chocolatera de la etnia oaxaqueña que ofrece manjares a los dioses y que con ello espera recibir bienes para todos. Como era un tema fuerte decidí invitar a Juanes porque creo que es una voz importante de relevancia social en Latinoamérica” concluyó la intérprete de *Cruz de olvido*.



# ¡Eso es lo que hay!

Miguel Ángel Becerri



El cantante colombiano Alberto Barros presentó el CD y DVD *Tributo a la Cumbia Colombiana 3*, el cual ya es Disco de Oro, por altas ventas a escala nacional. Este nuevo material fue grabado en Toluca, Estado de México.

El trombonista, arreglista y compositor, conocido por canciones como *Oiga, mire, vea*, decidió brindar a su público un trabajo con grandes éxitos internacionales en versión cumbia, “muy al estilo Barros, ¡eso es lo que hay!”

Quince son los temas que conforman esta entrega, entre los que destacan *Mayonesa, Mil horas, El Africano, La camisa negra, Porque no le calas La gota fría, Macarena, y Maruja*, tema “que está pegando duro”.

Estas canciones anteriormente fueron grabadas en otros géneros, y

ahora toman nueva forma para ser parte del repertorio del colombiano, quien como plus incluyó la canción *Me gustas tanto*, de su inspiración. Al respecto, comentó: “Aunque es una canción que interpreta una mujer, bien puede identificarse con cualquiera, pues es una melodía de amor, y el solo hecho de que te digan *Me gustas tanto*, ya es una declaración de amor que a cualquiera agrada”.

Alberto Barros, quien se caracteriza por su capacidad de reinventar los ritmos latinos y hacerlos parecer como si fueran escuchados por primera vez, nos ofrece en *Tributo a la Cumbia Colombiana 3*, nuevas y novedosas versiones para ser bailadas, muestra de ello es la grabación de este DVD. “Fue algo grandioso, estar en contacto con la gente, ver cómo disfrutaban la música, la sentían

y vibraban con cada melodía; fue una lástima que tanta gente se haya quedado fuera de este concierto, al cual puedo calificar de apoteósico”.

Entre los planes del oriundo de Barranquilla, se encuentra presentarse en el máximo recinto, el coloso de Reforma: “En septiembre, si Dios quiere, nos estaremos presentando en el Auditorio Nacional, donde haremos de todo para que la gente baile y se divierta, y además fusionaremos nuestra música con sinfónica, algo novedoso y arriesgado, pero estamos seguros que a nuestros seguidores les gustará”.

También destacó que está madurando la idea de un disco, en el que se mezclen salsa y cumbia: “Una fusión importante de ambos géneros en el gusto de la gente, desde los años 70 hasta nuestro tiempo”.

Cine+

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com



## \$007

Hace algunas semanas, varias avenidas de la capital del país fueron cercadas. Y no es lo que usted cree: una de tantas marchas que se registran en el DF, un bloqueo de maestros, o una multitud que cerraba el Zócalo para quemar, como a un Judas, a cierta figura de la política nacional.

El personaje que generó múltiples complicaciones fue, ni más ni menos, que Bond, James Bond. Sí, el agente 007, quien trasladó su set de filmación al DF para realizar algunas secuencias de la película *Spectre*, el filme número 24 de la famosa saga del agente inglés, protagonizada nuevamente por Daniel Craig, por primera vez acompañado de una actriz mexicana, Stephanie Sigman. Más que centrar mi comentario en el contenido de la película, las actuaciones y demás, quiero retomar algunas situaciones que rodearon esta visita. La primera es la información que se filtró acerca de un supuesto pago del gobierno mexicano a la producción del largometraje a fin de modificar contenidos incómodos para las autoridades. Reemplazar secuencias a cambio de algunos estímulos fiscales. El otro punto, el más vergonzoso, es el trato tan diferente que se da a situaciones muy parecidas. Me refiero a las afectaciones que generaron dos semanas de filmación en las calles del centro capitalino. No digo que sea algo malo, al contrario, es bueno llamar la atención de producciones internacionales. Aunque las consecuencias son prácticamente las mismas de las marchas, paros y concentraciones sociales: bloqueos viales, comercios con pérdidas y molestias a los habitantes y trabajadores de la zona. Lo triste es que cuando estos problemas son causados por actores y gente con cámaras de cine, está bien; pero si somos nosotros, los ciudadanos de a pie, en la calle, desesperados, protestando, hartos de nuestra situación, exigiendo justicia, estamos mal.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



## ¡Elimina las Verrugas!

Líquido removedor de verrugas



Reg. No. 0127C 2004 SSA  
Aut. 083300201B1897

NO SE UTILICE EN PERSONAS DIABÉTICAS,  
NI CON PROBLEMAS DE CIRCULACIÓN

Si persisten las molestias,  
CONSULTE A SU MÉDICO

De venta en  
**FARMACIAS SIMILARES®**



Sé parte de nuestra gran familia, estamos buscando a personas como tú.

### Solicitamos: VENDEDOR

**Requisitos:**

- Hombres o mujeres
- Experiencia mínima de un año en área farmacéutica (manejo en sustancias activas)
- Disponibilidad de horario
- Comprobante de estudios

### BOTARGUERO

**Requisitos:**

- Gusto por el baile
- Sexo masculino
- Disponibilidad de horario
- Comprobante de estudios

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

¡Contratación inmediata!

Interesados, favor de presentarse con solicitud elaborada en Eje 6 sur N.° 26, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. (cerca del Metro Nativitas), o acude a tu sucursal más cercana.

www.farmaciasdesimilares.com



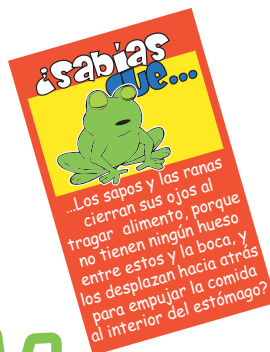
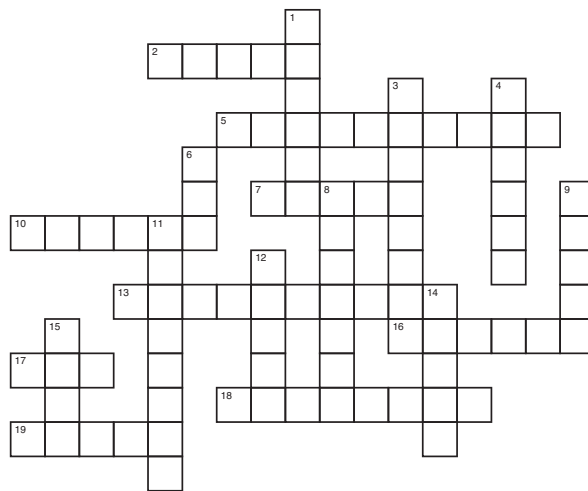
# Crucigrama

## Horizontales

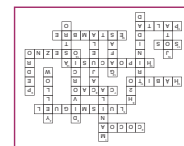
- Mote de María Luisa Calderón
- Intérprete de *La Incondicional*
- Fruto con el que se hace el chocolate
- Atuendo propio de las monjas
- Pérdida parcial auditiva
- Cría de oso
- Señal de auxilio
- Material de los suéteres
- Otro nombre del aguacate

## Verticales

- Capital de Filipinas
- Fin de un contrato matrimonial
- Amarillo en inglés
- Moléculas que contiene el agua
- Parte trasera de un auto
- Nombre del hijo del Perro Aguayo
- Referente a tres personas
- Otro nombre para los anteojos
- Mascota de *Los Supersónicos*
- Décima vocal del abecedario



## Solución



# SUDOKU

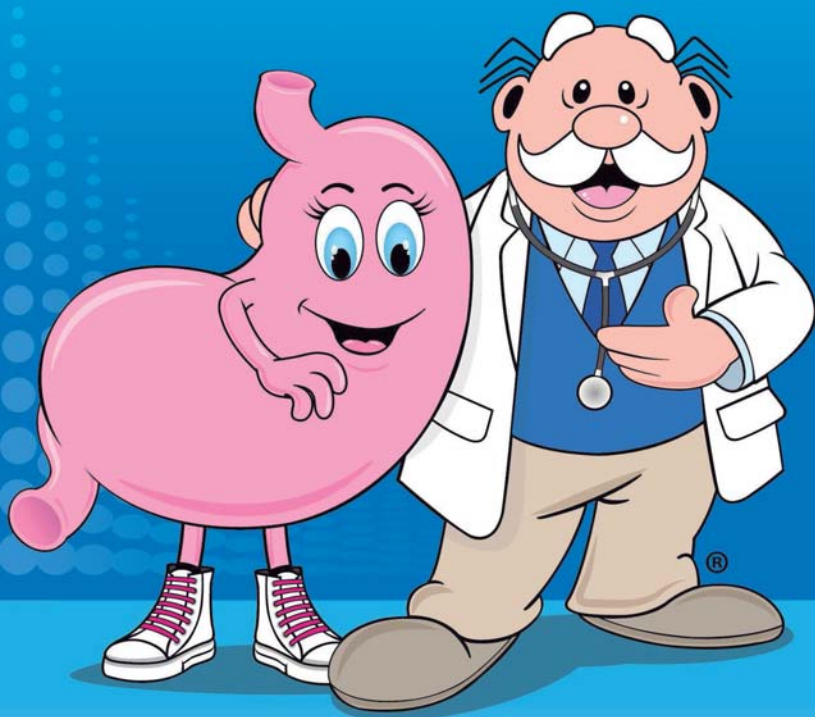
							8	4
5				4	2	6		
		4					2	
	4			6	3	7		
					1			3
6	3		9	5	7	2		
	5				9			6
3	2		8			1		9
		9	5			8		



SOLUCIÓN

Z	L	O	O	C	S	G	L	V
B	O	I	V	L	R	Q	Z	C
B	C	V	Z	L	Z	L	S	B
B	V	Z	L	S	G	L	C	B
C	B	B	I	R	V	S	L	Z
B	I	L	C	Q	Z	B	V	B
L	Z	S	O	B	C	V	O	I
L	G	Z	V	L	C	O	B	L
V	O	C	S	I	Q	Z	B	L

¡Todos tenemos una **PANCHITA** que cuidar!



Si persisten las molestias, consulta a tu médico.  
PERMISO COFEPRIS N.º 153300201B0919  
Publicidad vigente del 1.º de abril al 30 de junio de 2015.



Descarga la nueva APP



/drsimi\_oficial



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



www.farmaciasdesimilares.com

En mayo  
consiente a mamá



En la compra de  
2 cajas de 50 tiras  
reactivas  
por \$732.00

llévate un medidor  
de glucosa  
OneTouch® UltraMini®

GRATIS

Vigencia del 1 al 31 de mayo de 2015 o hasta agotar existencias.  
Consulte a su médico y lea las instrucciones de uso.



# Escucha Simi Radio

en  tunein

completa la frase  
y gana\*



**#YoEscuchoSimiRadio**

\*Consulta bases, aviso de privacidad y reglas de la promoción en: <http://bit.ly/Simiradio>