

# SIMINFORMA

Por Un País Mejor®

siminforma.com.mx / Febrero 2017 / Núm. 418 / Ejemplar gratuito / Simi TV



@DrSimiTV



# Elijo morir



pp. 10 y 11



Me iré de un infarto: Cepillín

pp. 8 y 9

**ORLISTAT 60 mg**

FARMACIAS SIMILARES  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"  
75%  
farmaciasimilares.com

**SimiRadio,**  
la nueva manera  
de escuchar música

**¡Conéctate!**

Dos estaciones para todos  
los gustos y más  
programas en VIVO

**Simi Hits**

**Simi Banda Mix**

[siminforma.com.mx](http://siminforma.com.mx)

# Retos, un sueño en expansión

Marilú Carrillo



Mire a la mujer de la fotografía, mírela bien, se llama Nieves Mogas Acosta. Su visión es generar un ambiente integral e incluyente para 5.1 % de la población mexicana que presenta discapacidad. ¿Por qué? Simple: su hijo pertenece a ese grupo, circunstancia que consideró como el “impulso perfecto” para actuar a favor del sector afectado.

Por ello, en 1976, inició la labor altruista en su natal Monterrey, Nuevo León. Donó sillas de ruedas para niños, financió cirugías a adolescentes de bajos recursos, trabajó de la mano con instituciones y propuso programas de atención complementaria.

Con pronósticos en contra, un pequeño terreno y solo algunos voluntarios, en 1986 fundó Retos (Instituto de Atención Integral al Discapacitado A.B.P.), considerado hoy un exitoso modelo interdisciplinario.

El plan consta de cinco grandes áreas: asistencial, médica, escolar, laboral y social. Los beneficiarios reciben un programa personalizado de rehabilitación física, terapia psicológica, multisensorial, espiritualidad e integración al sistema educativo o laboral, con

talleres de carpintería, costura y computación.

“Ofrezco lo que tengo con cariño y estoy segura de que ellos lo saben, por eso devuelven un amor sincero e incondicional que solo ellos saben entregar, son mis niños, mis otros hijos, por eso me llaman ‘Mami Nieves’. Esa recompensa no tiene igual. Retos es un sueño en expansión”.

Y sí que lo es; a la fecha ha beneficiado a aproximadamente 1,300 jóvenes y adultos con discapacidad física o mental, y 5,000 más de manera indirecta. Además, ha concienciado a microempresarios para aportes en especie e invitado a la sociedad neoleonesa a la inclusión laboral.

Sin embargo, su labor no paró ahí; preocupada porque en Nuevo León no se

Aquí hay desde nutrición hasta podología. La verdad, no había visto ninguna escuela como esta, en ningún lugar de Monterrey. A mi hijo le gusta estar aquí, él ya tiene amigos que lo buscan. Antes estaba aislado. Aquí te proveen, no te quitan, te integran, no te aíslan”.

Carmen Dalinda Sáenz



reconocían los derechos de las personas con discapacidad, creó Temple, A.C., asociación de acercamiento al Congreso cuyo objetivo fue plantear la necesidad de diseñar políticas públicas que hagan efectivos los derechos de las personas con discapacidad y, así, dar respuesta a sus necesidades, permitir un ambiente de oportunidades, acceso a trabajo formal y derecho a educación inclusiva.

De ahí que, en 1992, se aprobó la primera Ley de Integración Social de Personas con Discapacidades, en la entidad Acudió a distintas universidades, expuso vacíos legales y urgencias sociales hasta que logró implementar en la Facultad de Arquitectura e Ingeniería Civil, una materia especial, llamada “Diseño Universal de Discapacidad Total”.

Por ello, apreciado lector, le pido que observe su entorno: los cajones de estacionamiento para personas discapacitadas, las guías en el piso del Metro para invidentes, los barandales especiales, los letreros... esto es parte de la labor de quienes se atreven a actuar a favor de otros. Mire la fotografía otra vez, es Nieves Dolores Mogas Acosta, y si visita Nuevo León, vaya a Retos y salude a “Mami Nieves”.

Por su labor altruista y aportaciones sociales a favor de las personas con discapacidad, Nieves Mogas Acosta obtuvo el 1.º lugar en la categoría Por Un País Mejor, en la 14.ª Premiación Nacional al Altruismo, que organiza anualmente Fundación del Dr. Simi.

“La medalla y reconocimiento otorgados representan un motor más para apresurar el paso a la verdadera inclusión”.



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



farmaciassimilares.com

# ¡Quítate un peso de encima!

## **ORLISTAT** 60mg

- › **Combate el sobrepeso**
- › **Elimina parte de la grasa que consumes**



Aviso: 16330020183365 Consulta a tu médico. Consulta a tu especialista de salud o nutrición. Haz ejercicio y come sano. Contraindicado en embarazadas, lactantes, menores de 16 años, hipersensibilidad a la fórmula, colestasis. El producto, debe acompañarse con dieta y ejercicio.

**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor

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

siminforma.com.mx simi\_informa@porunpaismejor.com.mx Redacción México: 54 22 01 18  
Conmutador: 54 22 45 00 Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor



**Redacción**

Director Vicente Monroy Yáñez

**Diseño**

Adriana Hinojo Montes de Oca

Virginia Palacios Baeza

**Reporteros**

Miguel Ángel Sánchez

Moisés Sánchez

Alejandra Cervantes

Fernando Gutiérrez

Marilú Carrillo

**500,000 ejemplares**

Caricaturistas Jorge Aviña y Ángel Mora Servicio de Agencia Notimex  
Imprenta en México División Comercial Av. México Coyoacán 40 Col.  
Santa Cruz Atoyac, Del. Benito Juárez C.P. 03310 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 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: Diciembre de 2016. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. "Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Esta prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".



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



## PAQUETE PRENUPCIAL

Porque queremos iniciar  
junto a ustedes la nueva  
etapa de su vida:

### PRENUPCIAL 1

**Grupo sanguíneo y  
Factor RH, VDRL**  
( Individual )

**\$ 119**

### PRENUPCIAL 2

**Grupo sanguíneo y  
Factor RH, VDRL, VIH**  
( Individual )

**\$ 299**



Síguenos por



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

**SIMITEL 01 800 911 66 66**

Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón Ced. Prof.: 4451415-UNAM.

\*Se aplican restricciones por zona geográfica.  
Consulte restricciones en [www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)  
Vigencia de la publicación al 28 de febrero de 2017.

# Besos ardi

## Gastritis podría transmitirse por la



La bacteria *Helicobacter pylori*, principal causante de la gastritis, puede transmitirse mediante los besos, sugiere el Premio Nobel de Medicina, Barry Marshall.

"En Australia, mi país, donde estudiamos varias parejas casadas, si el cónyuge padece de *helicobacter*, encontramos que en 50 por ciento de esas parejas, también la esposa lo presenta", dice el especialista.

Además, refiere que después de estudiar la bacteria en la pareja, se demostró que el genoma es idéntico en ambos casos.

"No falla, cuando decimos, hay un paciente que tiene *helicobacter*, alguien más, seguro que en la familia, lo tiene", expuso.

Comentó que a sus estudiantes de The University of Western Australia, les preocupa que la *Helicobacter pylori* se pueda transmitir por medio del beso.

*Helicobacter pylori* es un tipo de bacteria que se encuentra en el estómago y permanece en la mucosa gástrica por años.

Se considera la enfermedad bacteriana crónica más común en el mundo, debido a que más de la mitad de la población la padece.

Los especialistas del sector salud señalan que la infección ocurre con mayor frecuencia durante la infancia, y es una causa de gastritis y úlceras estomacales que pueden complicarse hasta convertirse en un cáncer de estómago.

Además, la mayoría de las personas con ella no presentan signos o síntomas, aunque es probable que exista dolor con sensación de quemadura en el abdomen, dolor abdominal cuando no se ingirió

# entes saliva



ningún alimento, náusea, pérdida del apetito, eructos frecuentes o pérdida de peso.

Para diagnosticar la infección por esta bacteria se realizan diferentes pruebas, algunas de ellas son invasivas con el fin de tomar una pequeña muestra de mucosa gástrica para su análisis. Existen también estudios no invasivos como examen de sangre o pruebas de aliento para determinar su presencia.

El tratamiento para esta infección es a base de antibióticos y antiácidos. En caso de que alguna persona presente algún síntoma, debe consultar a su médico para recibir tratamiento oportuno.

## Adiós a las palabras suaves

Desde hace casi dos siglos, los mexicanos sabemos que, el mayor enemigo de México es Estados Unidos. ¿Hará falta recordar que a ese poderoso y avasallador enemigo le debemos los mexicanos la pérdida de más de la mitad de nuestro territorio como consecuencia directa de la infame guerra de 1847? De ahí la famosa frase: "Pobre de México: tan lejos de Dios y tan cerca de Estados Unidos". Por eso, desde hace casi dos siglos, los sucesivos gobiernos mexicanos manejaron con pinzas la relación con la potencia imperial. Pero hace más o menos 30 años

los gobernantes mexicanos olvidaron la dolorosa enseñanza histórica y se echaron en los brazos del guerrillista y explotador vecino del norte.

Hay que decir que no solo los gobernantes de las tres pasadas décadas olvidaron las agresiones y agravios sufridos. A lo largo de las dos últimas centurias, millones de mexicanos no han visto a la Unión Americana como el enemigo que es. A la inversa, han creído que el imperio no es imperio, y que Washington es, o puede ser, nuestro amigo y hasta benefactor. Esta creencia se basaba en una trampa

discursiva. Desde comienzos del siglo XX, los sucesivos mandatarios estadounidenses hablaron, suavemente, pero siempre estaban empuñando un gran garrote. Ahora con Trump han desaparecido las palabras suaves.

Como es notorio, ya el gobierno de Enrique Peña Nieto está recibiendo los primeros golpes de Donald Trump. Y para enfrentar la nueva realidad es necesario entender que, con palabras suaves o sin ellas, Estados Unidos no solo no es amigo de México, sino que, por lo contrario, siempre ha sido su gran enemigo.

### Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer

[www.miguelangelferrer-mentor.com.mx](http://www.miguelangelferrer-mentor.com.mx)



De venta exclusiva en

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

HASTA 75% DE AHORRO

**SIMIDORM SHOT**

Precio FARMACIAS SIMILARES®  
**\$19.00**  
Precio máximo al público \$ 56.00

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 al 28 de febrero de 2017.

**farmaciassimilares.com**



### Sexo, sin lágrimas y sin pudor

Gabriela Jiménez V.

## Amor a primer "Like"

Desde hace un año, aproximadamente, en el CNDEE han aumentado las llamadas de mujeres y hombres jóvenes, entre 16 y 21 años, que presentan problemas de pareja. Muchos de ellos se conocieron a través del Facebook, y el tiempo promedio fue de tres meses, antes de decidir vivir juntos, o bien, casarse por lo civil.

Y no pasan ni cinco meses de la unión cuando, invariablemente, empiezan a tener conflictos. Los más frecuentes son por celos, infidelidades, necesidad de control, intromisión de la familia, adicciones, que ya estaban presentes, pero se desconocían, y problemas sexuales. Los adolescentes tienen la fantasía del amor romántico, creen que lo que sienten es el amor verdadero y que encontrarán en la pareja la atención y protección que no tuvieron en casa, debido a que sus padres los procrearon siendo muy jóvenes y no contaban con las herramientas económicas, educativas y emocionales para atenderlos adecuadamente.

El punto es que la historia se repite con ellos, sus relaciones no prosperan y, en la mayoría los casos, se separan con la resultante de, en ocasiones, dejar a los hijos que vienen en camino.

Hay otros casos en donde, lamentablemente, las chicas caen en la trata de personas, y son obligadas a prostituirse o a ser compartidas por los amigos de la pareja. De no hacerlo, son golpeadas y manipuladas con la amenaza de ser abandonadas por el que suponía "amor de su vida".

Ello suena alarmista y catastrófico, pero es una realidad que escuchamos todos los días en la línea de ayuda psicológica. Es urgente que los padres con hijos adolescentes busquen asesoría y obtengan herramientas para orientarlos en temas tan básicos como la sexualidad y el autocuidado.

El amor no se da a través de un "like", es un proceso de tiempo compartido, de ayuda mutua, de crecimiento y conocimiento propio y del otro a través de la convivencia. Y esto no se da en tres meses, ni en la computadora.

# Cuándo terminar una relación

Una de las decisiones más difíciles de la vida es saber cuándo terminar una relación de pareja, ya que es inevitable depositar en ella expectativas y proyectos. De hecho, nadie inicia una con la intención de acabarla.

Generalmente, una relación llega a su fin cuando el amor se agota o cuando, aun a pesar del amor que se tiene, se ha viciado al grado de que los dos pasan más tiempo peleando, agrediendo o ignorándose que viviendo tranquilamente.

Es obvio: cuando se acaba el amor, es más fácil tomar la decisión de una ruptura, pero si existe amor, aún queda viva la esperanza de que las cosas mejoren.

Sin embargo, hay que tomar en cuenta que el amor no es suficiente para mantener una relación. El problema es que las telenovelas, la cultura, los cuentos de princesas, etc., nos enseñan que con amor todo se puede, incluso cambiar a las personas. Tú puedes amar a una persona, pero si ella no te ama, no hay nada más que hacer. Diría el dicho popular: "A la fuerza ni los zapatos entran".

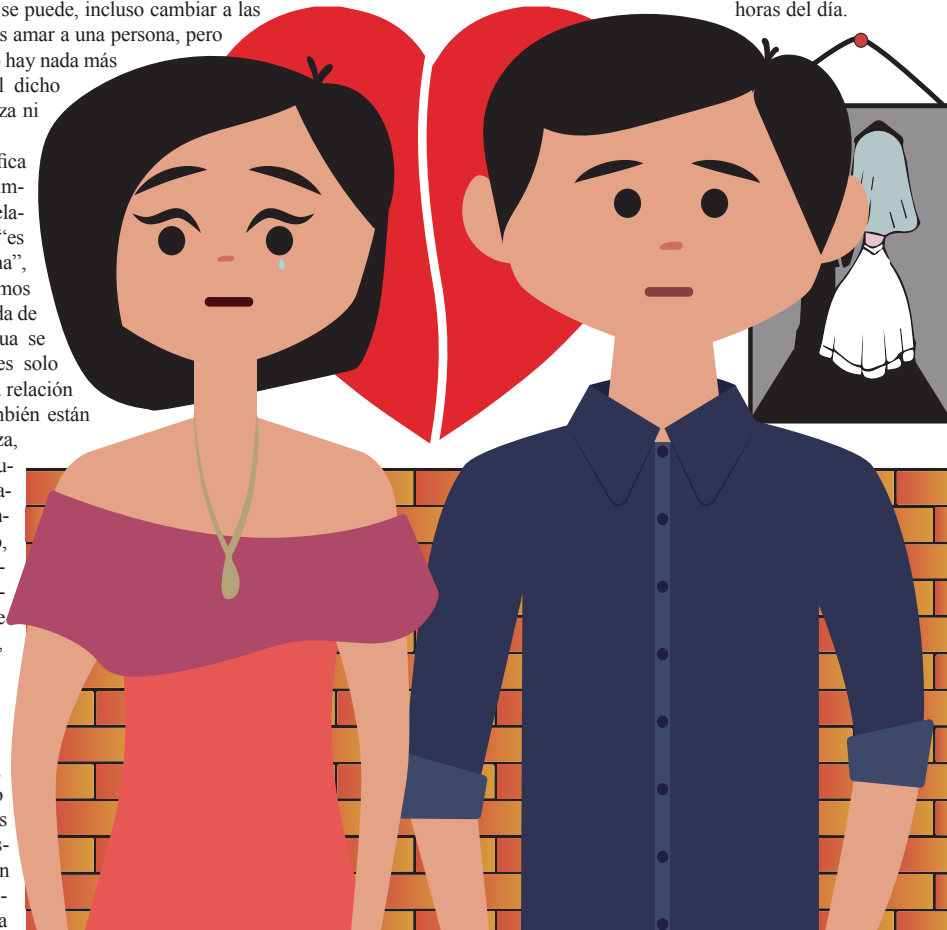
Esto no significa que el amor no sea importante en una relación, digamos que "es la sal de la misma", pero tampoco podemos comer una cucharada de sal porque la lengua se escaldada. El amor es solo un elemento de una relación estable, porque también están el respeto, confianza, cooperación, comunicación, lealtad, valores, acuerdos, empatía, compromiso, dedicación, paciencia, tolerancia, apoyo, y la solución de problemas... Pero, al lado de todo esto: el amor apenas es un ingrediente más.

Cuando se carece de lo anterior, llega el momento en que se sufre más de lo que se disfruta. Claro que en toda unión hay conflictos, el problema

es cuando se vuelven el común denominador de la dinámica de la pareja. Incluso aunque exista "amor", porque también hay formas de "amar" muy dañinas, tenemos el ejemplo del celoso que con su "amor posesivo" lastima a su pareja.

Aquí está la clave: cuando en una relación se sufre más de lo que se disfruta, es momento de considerar la separación. Hay que eliminar esos mitos del amor romántico. No siempre el cariño alcanza ni tampoco una relación vive de recuerdos bonitos. El amor se construye con acciones diarias y constantes mutuas, porque ni es una carrera de resistencia ni un lastre que se deba cargar.

Si tienes un problema de pareja o algún otro de tipo emocional, en el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, tenemos psicólogos que te pueden ayudar. Márcanos al **01 800 911 66 66**, opción **3**, estamos los 24 horas del día.



Ofrecemos apoyo y orientación psicológica

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales  
Porque ser feliz, sí se puede  
**GRATUITA**

Te invitamos a ver nuestro Chat de sexualidad todos los martes y jueves de 16:00 a 17:00 hrs a través de [www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx)

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemx

Llama sin costo al 01 800 911 66 66, opción 3 [www.serfelizisepuede.com.mx](http://www.serfelizisepuede.com.mx)  
¡Acércate a nosotros, queremos ayudarte!

# Descubren planta contra el insomnio



En las últimas décadas se han realizado diversos estudios para potenciar las propiedades curativas de las medicinas tradicionales usadas por nuestros ancestros. Recientemente, en África, se descubrió una planta llamada *Griffonia simplicifolia*, para tratar el insomnio, padecimiento que afecta al 30 % de la población en México.

Entre los beneficios de la *Griffonia simplicifolia* se encuentra el 5-HTP (5-hidroxitriptófano), el cual se obtiene a partir de sus semillas y es un precursor directo de la serotonina. Esta hormona tiene implicaciones importantes en los procesos que ocurren en nuestro organismo, principalmente, en la inducción del sueño, como también en el estado de ánimo, el apetito y la ansiedad.

Así como el 5-HTP, el triptófano es otro compuesto y precursor de la serotonina, solo que a diferencia de este, la absorción intestinal del 5-HTP, es mayor y asegura una conversión más eficiente en serotonina.

Aun cuando el triptófano se puede encontrar en varios alimentos comunes de una dieta regular, como la leche y el huevo, muy pocas veces se ingiere en las cantidades necesarias para que la producción de serotonina pueda llevarse a cabo. Por esta razón se recomienda la complementación de la dieta regular con algún producto que contenga 5-HTP, con el fin de asegurar que nuestro organismo obtenga lo que requiere para poder producir la serotonina necesaria, mantener al 100 % nuestras funciones vitales y evitar el insomnio.

## Ya contamos con... **Esomeprazol**



**Pregunta a tu  
médico por él**

[farmaciassimilares.com](http://farmaciassimilares.com)

*Su venta requiere receta, consulte a su médico.*

*Vigencia de la publicación al 28 de febrero de 2017.*



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





### Expedientes del poder

Carlos Ramírez

indicadorpoliticox@gmail.com  
@carlosramirez

## Que no cunda el pánico

WASHINGTON, D.C.- Si se revisa a fondo el tono y contenido de las referencias de altos funcionarios mexicanos hacia la belicosidad del presidente Donald Trump, habrá una especie de común denominador: la decepción. Desde la firma del Tratado de Libre Comercio, en 1993, las élites gobernantes y empresariales decidieron subordinarse a los EE.UU.

Las cosas no han salido bien: el tratado se inició con George Bush padre, quien perdió las elecciones, y se firmó con un Clinton distante de México; un Bush Jr. que le molestó la falta de apoyo de Fox a su guerra contra Irak y se alejó, y a un Barack Obama arrogante que nunca se dignó a voltear hacia México. Lo logrado en materia comercial —multiplicar por diez el comercio exterior— fue por esfuerzo propio.

Cada presidente define su política comercial. Trump regresa al proteccionismo y a la prioridad estadounidense por empleos que se fueron en inversiones en el exterior. Pero en lugar de entender que vienen cuatro u ocho años de lo mismo, México sigue esperando a que Trump se olvide de sus promesas de campaña y se subordine a México.

Mal que bien, el tratado que entró en vigor en 1994 ha dado beneficios a México, pero lo metió en la lógica de la dependencia: nos olvidamos de reestructurar el modelo de desarrollo y México se conformó con ampliar las exportaciones. Ahora que Trump parece decidido a revisar el tratado y sacar más beneficios para los EE.UU., es la hora de que México se sienta a redefinir su futuro industrial y de comercio exterior.

El mundo no se acaba si el tratado se frena. México está obligado a un esfuerzo de reconversión industrial, para no depender de productos primarios o colaterales y crear una planta industrial más consolidada. Pero es la hora en que el gobierno de Peña Nieto, pese a las amenazas reiteradas de Trump, sigue esperando que las cosas no cambien.

El tratado ayudó a aumentar exportaciones, pero faltan dos cosas: una planta industrial nacional más amplia y sólida, y una utilización del comercio exterior para romper la barrera tope de 2.2 % de promedio anual del PIB. Pero ahí es donde los gobiernos tratadistas han fallado.

Hay tiempo y espacio para convertir el enojo de Trump en una oportunidad para México.

# Me iré de un ir

Juan Manuel Rentería



Ricardo González Gutiérrez es un hombre de 71 años, sobreviviente a tres infartos, y en el mundo artístico es mejor conocido como “Cepillín”. Nació el 7 de febrero de 1946, en Monterrey, Nuevo León. De joven estudió odontología, y para lograr que los niños aceptaran someterse a los tratamientos dentales, se pintó la cara de payaso.

Su novedoso sistema tuvo tanto éxito que lo llamaron inicialmente para que encabezara campañas de higiene dental en la Facultad de Odontología y, posteriormente, para trabajar en el canal 12, de Monterrey, donde condujo un programa infantil, de 1971 a 1977.

-¿Cómo se te ocurrió, el diseño para tu cara? -“Bueno,

no fue mío, surgió de manera espontánea en Monterrey, en el canal 6 de televisión. Estaba frente al espejo, en un camerino, tratando de pintarme la cara, y a mi lado, el tremendísimo actor Germán Robles, el de *La Dama de Negro*, el vampiro en las películas, y me dice: -¿Qué problema tienes, hijo? -¡No sé cómo pintarme de payaso, señor! -Yo te voy a pintar. Mira, alguna vez hice pantomima, a ver si te gusta este’. Y me maquillé. Dijo: ‘¡Espero que te dé suerte!’.

¡Y me la dio hasta la fecha!’.

-¿Pero no fue difícil dejar una profesión, por un proyecto artístico que podía ser fugaz?

-“¡Sí, me la estaba jugando!, pero es como todo, ¿no?

O sea, papá y mamá no siempre tienen la razón, y yo batallaba mucho con eso.

-¿Cómo logro convencerlos primero a ellos? Mi principal obstáculo no fue conseguir trabajo en la tele, fue obtener su permiso”.

Posteriormente, Cepillín viajó a la Ciudad de México a probar suerte. Recuerda con agradecimiento que fue Carmen Salinas quien le dio la primera oportunidad.

“Gracias a ella y a un primo mío, Lázaro Salazar Gutiérrez, entré al Teatro Blanquita, el mismo día que llegamos, el 7 de enero de 1977, empezamos a trabajar. Mi primo ya había sido contratado. Imagínate, Carmen Salinas le dice a Margo, que

era la dueña: -‘Oye, Margo, mete a Cepillín, es primo de mi Lazarito’. Y Margo le respondió: -‘¿Cómo crees que voy a meter un payaso aquí, al Teatro Blanquita? ¡Se lo van a acabar! ¡Le van a aventar jitomatazos, lo van a quemar! -¡Mételo!, ultimadamente, si no sirve, pues lo quitas”.

-¿Sabías el reto al que te enfrentabas?

-“¡No tenía ni idea! Yo sabía del monstruo que era la Ciudad de México, pero nunca me puse a pensar en eso; si no, me hubiera muerto del susto”.

-¿Cómo te fue en tu debut en el Blanquita, donde el público no era precisamente para payasos? -“Me fue bien, si me gritaban algo, les contestaba. Por ejemplo, me de-

# Infarto: Cepillín



Cepillín, el payaso de la tele, tiene 71 años de edad y continúa divirtiéndose a la gente con su circo, en el que lo acompañan sus hijos Cepi y Franky.

cían: ‘Mucha ropa’, y yo les respondía: -‘Allá, adentro, tengo más...’.

Gracias a su talento artístico, ingresó a Televisa con el programa diario *El Show de Cepillín*, de corte educativo y cómico, con artistas invitados, incluso algunos de corte internacional. En su programa surgieron Yuri y Salma Hayek.

Cepillín hizo famosas canciones muy pegajosas como *La feria de Cepillín* y *En el bosque de la China*, grabaciones por las que obtuvo once discos de oro, con ventas millonarias de copias.

-¿Fue difícil tu ingreso a Televisa? -‘Sí, porque llegué con Raúl Velasco y me dijo: ‘¡No, aquí no hago estrellas!’ Pero, fui a ver a Rogerio Az-

cárraga, de discos Orfeón, me dio una tarjeta, fui con el señor Canawati, que era vicepresidente de Protele, le enseñé un video que traía de Monterrey y al día siguiente ya me estaban hablando, que lo había visto Don Emilio, que le había gustado y me mandó a todos los programas, empezando por el de Jacobo Zabludovsky. De ahí que Raúl Velasco me dijo: -‘¿Cómo le hiciste? -Señor, toqué la puerta adecuada... A partir de eso, le dio cosa que fuera tan franco y, pues, convivimos, me invitó muchas veces a su programa, pero siempre quedaba algún resquemor’.

-¿Es cierto que en tu infancia tuviste problemas psicológicos? -‘Sí, fui el niño más traumatado del mundo porque

todos me decía que era adoptado, regalado, que era hijo del jardinero’.

-¿Te decían que eras feo? -‘Sí, todos, y más mis tíos’.

-¿Sentiste rechazo de niño? -‘Sí, mucho. Y de joven también. Con todo, mucha gente me dice: ‘¿Cómo es que sufriste tanto, y amas tanto?’ Yo siempre me dije: ‘Yo no puedo ser igual que como fueron conmigo’.

Cepillín sufrió tanto que estuvo a punto de tomar una trágica decisión. -¿Pensaste en quitarte la vida? -‘¡Sí, claro!’.

En 1987 Cepillín condujo el programa *Una sonrisa con Cepillín*. Dice que nunca se ha valido de las malas palabras ni de los alburas para ganar la sonrisa del público.

-¿Conviviste con Juan Gabriel? -‘Sí, cómo no, convivimos mucho, nos copiamos mucho lo que hacíamos uno del otro: él le regaló una casa a Okamura, y yo, una a mi director artístico. Yo no grabé canciones de él, no lo pude grabar, aunque me hubiera gustado. Alberto era muy sencillo, muy humano y, como yo, muy disciplinado’.

La exitosa trayectoria de Cepillín rebasó nuestras fronteras, sus programas se repitieron en muchos países como Uruguay, Chile, Costa Rica, Nicaragua, Venezuela, Panamá, Guatemala y Puerto Rico.

-¿No te causó desequilibrio mental, emocional tanto dinero y fama? -‘No, porque yo lo repartí. Mi mamá un día me dijo: ‘Has tirado mucho dinero. -No me diga eso, madre, porque parte de ese dinero ha sido para todas las vacaciones que le he pagado en Europa’.

-¿Cómo resumirías el pasó de Cepillín por Televisa? -‘Gracias al amor de la gente, a que me metí en su corazón, no me han sacado de ahí. Gracias a mis 27 LP, sigo viviendo de ello. Por lo demás, estoy agradecidísimo con Televisa. Mi gran trauma es que me inicié en la televisión, la amo y la extraño mucho’.

-¿Por qué te retiraste de la televisión? -‘No me retiré, me sacaron por ser francote, por decir lo que siento’.

En 1990 regresó a su natal Monterrey para encabezar el programa de televisión *Súper Sábados con Cepillín*. Paralelamente, trabajó en un circo que él montó y con el que hacía giras por la república y Estados Unidos.

En 2005 se retiró al sufrir un infarto al término de la función de circo. Al año siguiente regresó a trabajar en la televisora de Monterrey, pero sufrió otro infarto, por lo que dejó de trabajar.

Hace algunos meses un tercer infarto afectó su salud, pero él dice que ya está plenamente recuperado.

-¿Qué le dices a Dios? -‘Estoy endeudado con Dios, con la gente, con todo mundo, hasta con aquellos que en mi niñez y juventud me hicieron daño. Estoy en deuda porque tal vez no los entendí o no los comprendí; a lo mejor eso me sirvió para ser y para estar. Creo que hay Ricardo González y Cepillín para mucho rato todavía’.

-¿No le tienes miedo a un cuarto infarto? -‘No, pero lo único que sí les puedo asegurar es que me voy a morir de un infarto. Eso se los garantizo’.

Ampigrin®

Precio máximo al público: \$213.00  
\$73.00



Precio máximo al público: \$252.00  
\$78.00



De venta en FARMACIAS SIMILARES®

Vigencia al 28 de febrero de 2017.

Consulte a su médico.



# Elijo morir



Marilú Carrillo

Ramón Sampedro deseaba morir. Quedó inmóvil desde el cuello hasta la punta de los pies, debido a una tetraplejía derivada de un accidente. Hizo numerosas peticiones judiciales en su natal España para que le concedieran la eutanasia o, al menos, que a la persona que le ayudara a suicidarse no se le acusara de homicidio. Quería una muerte digna y legal, pero... no ocurrió, pidió a su mejor amiga que le colocara cianuro en la boca, y solo así terminó con lo que denominaba “mi infierno”.

De este polémico caso transcurrieron ya 18 años, y a la fecha, únicamente cinco países, han legalizado la eutanasia (aplicación o ingesta de sustancia letal que supone la aceleración de la muerte de una persona desahuciada): Luxemburgo, Países Bajos, Suiza, Bélgica, Colombia y en Estados Unidos, solo algunos condados. Hoy, la mirada de los interesados en el tema, está puesta en la Ciudad de México, pues, podría ingresar en esa reducida lista.

Y es que, el pasado 4 de enero, el proyecto de Constitución de la Ciudad de México aprobó el derecho a la muerte digna, con 56 legisladores a favor, 27 en contra y una abstención. La reforma abre una nueva discusión en la capital mexicana, en el que la eutanasia se considera como una opción para los enfermos.

El artículo número 11, relacionado con la autodeterminación personal sostiene:

“Este derecho humano fundamental, el de la determinación y el libre desarrollo de una personalidad, deberá posibilitar que todas las personas puedan ejercer plenamente sus capacidades para vivir con dignidad. La vida digna contiene, implícitamente, el derecho a una muerte digna”.

La iniciativa, propuesta por Jesús Ortega, del Partido de la Revolución Democrática (PRD), permitirá que los enfermos suspendan un tratamiento o que pidan la eutanasia.

Para el coordinador de la fracción del



PRI en la Asamblea Legislativa del Distrito Federal, Israel Betanzos Cortés, se define como un proceso que se inicia con la petición voluntaria y reiterada del enfermo con un padecimiento intratable, mortal, o que, por caso fortuito o causas de fuerza mayor, cuenta con una esperanza de vida menor, se encuentra imposibilitado para mantener su existencia de manera natural y con una calidad de vida mínima e incompatible con su dignidad personal.

Pero para la Iglesia católica, el supre-

mo da la vida y a él le corresponde concluirlo. ¿Es acaso la eutanasia un rechazo a la soberanía de Dios? Al respecto, habla Carlos Montiel, vocero del Consejo de Analistas Católicos: “Es un pecado contra Dios, de la misma forma en que Jesucristo vivió un proceso doloroso para llegar a la redención, los fieles también debemos imitarlo; por otro lado, el catecismo es muy específico y lo dice en el 5.º mandamiento: ‘No matarás’. La Iglesia, la Arquidiócesis y el Vaticano son uno mismo,

y llevamos una misma ideología, solo a favor de la vida; estamos en contra de la cultura de la muerte”.

¿Un paradigma religioso se impone a la autonomía ciudadana? De acuerdo con los resultados de la primera Encuesta Nacional sobre la Muerte Digna 2016, la percepción colectiva ha mutado: 68.3 % de los mexicanos considera que un paciente en fase terminal y dolorosa de la enfermedad, debería tener la opción de adelantar su muerte, si así lo desea.



• Eutanasia, un debate necesario

De esta cifra, 58.3 % está de acuerdo con que el médico aplique directamente sustancias letales al enfermo terminal que así lo solicite, para acelerar su deceso (eutanasia), y 56.4 % opina que se proporcione las sustancias letales para que él las tome por sí mismo (suicidio médicamente asistido).

Sobre los resultados, habla la doctora en ciencias bioéticas y directora de la asociación civil Por el Derecho a Morir con Dignidad, Amparo Rugarcía:

“Fueron resultados sorprendidos, y es que, debido a la infraestructura y el sistema de salud, no existen ni la confianza ni el vínculo con el médico para hablar sobre la muerte y la perspectiva propia del final de la vida. En México, no se muere bien, por lo que invitamos a un debate a favor de las personas que están con calidad de vida media o nula”.

Desde la perspectiva jurídica, la doctora Rosa María Álvarez, investigadora titular del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), asegura: “El artículo 312 indica que quien prestare auxilio o indujere a otro para que se suicide, será castigado con la pena de 1 a 5 años de prisión; si se lo prestare hasta el punto de ejecutar él mismo la muerte, la prisión será de 4 a 12 años; es decir, quien presta servicios o ayuda a consumir una muerte, se considera homicida. Regular la eutanasia implica humanismo, piedad y derecho, así como deslindar a los médicos de dichos cargos”.

Aseguran que la vida es un derecho fundamental, pero, para quienes sufren, la muerte también lo es. Y usted, apreciable lector, ¿qué opina?, ¿considera que la despenalización de la práctica se hace en pro de la dignidad?

Recuerde que existen herramientas de decisión sobre cuidados al final de la vida. Decida de manera responsable e informada. Elija a su favor.



Dra. Amparo Rugarcía, Directora y fundadora de Por el Derecho a Morir con Dignidad, A.C



Dra. Rosa María Álvarez, Investigadora titular del Instituto de Investigaciones Jurídicas UNAM



Ingeniero Carlos Montiel, Consejo de Analistas Católicos

## Editorial

### Una tragedia DE TODOS

¿Es que, de verdad, nos sorprende?

Bombardeados por malas noticias; por una cultura que promueve el odio, la confrontación y donde los medios de comunicación privilegian los hechos de sangre, por encima de la ética y el fomento de valores, ¿hay alguien que pueda lanzar la primera piedra por la tragedia vivida en Monterrey, Nuevo León?

En los últimos decenios, ha sido más fácil acusar a nuestras “autoridades” por la ola de violencia que asuela al país, sin asumir nuestra responsabilidad como padres, mentores y forjadores de las nuevas generaciones.

Nos hemos alejado de principios como los de la honestidad y en aras de una presunta libertad, ¿qué maestro puede ser ejemplo a seguir cuando toma las calles y se jacta de agredir a colegas que no pierden de vista su labor esencial y deciden hacer su trabajo?

Acaso imaginamos el ejemplo que damos cuando cientos de personas saquean una tienda y en aras de la “defensa nacional” hay quienes pueden regodearse por burlar a las autoridades.

Fiel a nuestra clásica desmemoria, de inmediato, tratamos de exculparnos señalando que el estudiante, de 15 años, tenía “problemas psicológicos”. ¡Qué vergüenza!.. No asumimos nuestra responsabilidad como sociedad enferma, omisa e indiferente a toda la basura que aliena a nuestros hijos. Sistemáticamente, modernidad al fin, hemos dinamitado a la base de nuestra sociedad: la familia.

Hemos aceptado, sin protestar, todo lo malo que viene del norte y hasta nos preocupamos —y temblamos— por un imbecil monumental como Trump, antes que hablar de nuestras fortalezas.

Lo cierto es que hemos renunciado a nuestros principios, en aras de un libertinaje informativo, donde es más importante el “like” que el fomento de valores. Nos guste o no; aceptémoslo o no, parece un retroceso educar, conducir y reprender.

Ya no sin sorpresa (porque parece “normal”), es cosa común hablar del sicariato que día con día nutre sus filas con jóvenes que no alcanzan la mayoría de edad.

Hay legiones de “Ninis” que nos tienen sin cuidado e, incluso, somos tan insensibles que los vemos drogarse en las esquinas y estamos convencidos de que esos muchachos son un problema de los demás.

Hoy, esta es una auténtica tragedia para México.

Sí, agradezcamos a los medios por su insana costumbre de buscar rating en la violencia y a la renuncia de contenidos de calidad, pero sobre todas las cosas, brindemos una ovación a todos los mexicanos que hemos permitido y consentido que esta apología del crimen se vuelva parte de nuestro diario vivir.

¿Es que de verdad nos sorprende? Damos verdadera lástima, pero como siempre, es más fácil señalar que asumir nuestra responsabilidad. Hemos claudicado ante el materialismo. Somos presos de las redes sociales y Monterrey es culpa de TODOS.



¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

### Cómo surgieron las estudiantinas

¿A usted le gusta la música? ¿Es romántico? ¿Bohemio? Entonces, le agradan las estudiantinas, sinónimo de tener cuates, de jalar parejo, para eso de andar por las calles cantando canciones que hablan del amor.

Los antecedentes de las estudiantinas se remontan a la época medieval, en Europa, porque el ser humano siempre sufre y goza el amor. Sean aristócratas, pueblo, soldados o plebe, a todos les brinca el corazón cuando se enamoran.

Por eso, surgieron los trovadores, y los juglares, que eran poetas y cantores del amor. Aquellos pertenecían a la nobleza, y estos, al pueblo. De ahí viene la poesía provenzal, la que le canta al amor.

Se dio en Francia y contagió el norte de España, donde surgieron los sopistas, unos tipos que iban en grupo cantando. Eran estudiantes pobres que no les alcanzaba la beca que les repartía el rey Alfonso X el Sabio, y cantaban en mesones, fonda y conventos por un plato de sopa. Y se les comenzó a conocer como "tunos", es decir, andaban de tuna, o sea, de pata de perro. Recorrieron caminos y universidades para ganarse el pan y estudiar, y al grupo musical se le llamó "tuna".

Se componía de guitarra, bandurria, pandero, laúd, etc. Las voces llevaban la armonía.

Usaban un jubón o chaquetilla, camisa blanca, pantalones bombachos, mallas y zapatos con hebillas a la altura del empeine, una capa y una banda sobre los hombros que cruzaba el pecho, llamada "beca", porque eran estudiantes becados por el rey, y el color de la beca señalaba que cursaban leyes, medicina, etc.

Con el tiempo, el tuno pasó a ser parte de la picaresca del Siglo de Oro español y las estudiantinas se volvieron exclusivas de las universidades, como la de Salamanca o Santiago de Compostela. Y ya en el siglo XX, la estudiantina de Madrid, llamada "Figaro", vino a América y propició que se formaran estudiantinas en este continente.

La primera en nuestro país se integró en 1881, en la Universidad de Guanajuato, y la "pegaron" al ser imitadas por otras instituciones, como la de Querétaro, UNAM y hasta universidades privadas.

Por cierto, las cintas de colores en las capas de los tunos o tunantes significaban sus conquistas femeninas. Digo, la música siempre ha sido alcahueta para el amor. ¡Ay, ojitos pajaritos!

### Simi-tiras

con Ángel Mora Suárez

#### "La mecanización"

AL PISO QUE LA HUMANIDAD AVANZA, MUCHAS COSAS HAN CAMBIADO TAMBIÉN.



## ¿Quieres ser parte de nosotros?

**Si eres médico titulado, con vocación de servicio, ¡únete a este gran equipo! al que ya pertenecemos más de 11,000 médicos en todo el país.**

Síguenos por:

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

**¡Llámanos!**  
 01 800 508 35 80, (01 55) 5422 4620  
 Ext. 4594, 4607, 4630

## Feria de libros para niños

La experiencia más grata de trabajar en ferias de libros, es ver cómo padres e hijos se acercan a los textos, cómo interactúan con ellos y cómo los eligen.

Los libros, sobre todo, los infantiles y juveniles, no suelen ser muy económicos, por lo que muchas veces hay que hacer un gran esfuerzo para poder adquirirlos. Sin embargo, hay todo tipo de obras que van, desde los que son puro texto o imágenes, hasta los que combinan texto e imagen,

de manera maravillosa. No hay diferencia entre lo valioso que llegan a ser unos de otros, pero una buena selección de ellos puede enriquecer la lectura de los niños. Es vital, para hacer buenos lectores, que los padres pierdan el miedo a leer con sus hijos, de preguntar por obras que podrían gustarles y, sobre todo, de escucharlos. Muchos padres pasan por alto este último punto, pues creen que sus hijos son muy pequeños para tomar la decisión de qué

libro comprar. No obstante, esto puede influir en que el niño no desarrolle sus propios gustos o aprenda a elegir entre aquello que le llama la atención y lo que no, lo cual es muy importante para desarrollar el interés lector.

Las ferias de libro son los espacios ideales para llevar a cabo este proceso de selección. Esto es gracias a que están repletas de especialistas en ellos, por lo que mientras los niños investigan por su

### Leer por contagio

Alejandro Portilla



cuenta, los padres pueden asesorarse sobre qué comprar. Suele ser útil saber de antemano qué gustos tiene el niño y el nivel de lectura al que está acostumbrado, pues siempre hay quienes leen más o menos que otros, hecho generalmente relacionado con tener a la mano los libros adecuados.

## Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez

Hola, amigos de la ortografía. Esta vez veremos algo sobre el uso de los dos puntos.

Hay una prueba para descubrir si estamos utilizando mal los dos puntos: quitarlos. Ejemplo:

“Las lenguas con más hablantes son: el chino, el español y el inglés”.

Esto está mal. Si eliminamos los dos puntos, vemos que no pasa nada. La oración sigue teniendo sentido y no hay ningún problema con ella. Pues bien, cuando puedes quitar los dos puntos es que **tiene** que quitarlos.

Hay quien los pone ahí porque intenta reflejar una pausa que se hace a veces en esa posición cuando estamos hablando: “Las lenguas con más hablantes son el chino, el español y el inglés”. Pero cuidado: una cosa son las pausas y otra los signos de puntuación. Si alguna vez te han dicho que los signos de puntuación están ahí para indicar cuándo hay que hacer pausas al leer, te han mentido. Lo siento. Y si te lo crees, leerás mal y puntuarás mal.

Este otro ejemplo también es incorrecto: “Una narración consta de: planteamiento, nudo y desenlace”.

En cuanto eliminamos los dos puntos, nos damos cuenta de que no hacían nada ahí; así que no podemos mantenerlos. Probablemente, alguien los puso porque estaba pensando en una pausa, lo mismo que ocurría en el ejemplo anterior. Vamos a leerlo otra vez: “... consta de planteamiento, nudo y desenlace”.

Pero insisto: una cosa son las pausas y otra diferente, los signos de puntuación. Los dos puntos se colocan después de una idea completa que sirve para anunciar algo inmediato. Ejemplo:

Y para que todo quede más claro, una regla general: **no puede haber dos puntos detrás de un verbo o de una preposición.**

fegutierrezp@gmail.com

# ¡ADIÓS AMIBA!

# ¡ADIÓS LOMBRIZ!

ANTIPARASITARIO

## Farmiver

Quinfamida - Albendazol

UNA SOLA Dosis

Reg. No. 383M2006 SSA VI      Reg. No. 173M2012 SSA VI

**Farmiver Pediátrico**  
Niños de 2 a 4 años

**Farmiver Junior**  
Niños de 7 a 11 años

**Farmiver Tabletas**  
Adultos y Niños mayores de 12 años

**Ideal para cada integrante de la Familia**

www.farmiver.com.mx  
 Contacto Comercial: info@farmacoscontinentales.com.mx  
**Fármacos Continentales, S.A. de C.V.**

SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.      Permiso COFEPRIS 163300201B1100

**Por tu Salud y la de tu Familia**



**Historias armables**

Arturo Martínez

**Apatosaurio**

Quizá una de las especies de dinosaurios más conocidas, es el apatosaurio. Hoy, lo conocemos como “brontosaurio”, gracias a ilustraciones y también por las películas que han recreado el ambiente en que existieron aquellos gigantes. Este vivió hace aproximadamente 150 millones de años, durante el periodo Jurásico.

Al parecer, han sido los mayores animales terrestres que han existido. Y seguro que así era, pues medía 23 metros de largo, algo así como 2 camiones juntos, y pesaba unas 23 toneladas, igual que unos 20 automóviles.

El cuello de los brontosaurios, era muy largo. Y es probable que eso los protegiera de sus depredadores y, de paso, les permitiera alcanzar las hojas de las copas de los árboles, o agacharse para comer helechos y hojas de los pantanos.

Su cola era muy pesada, pero poseían gran habilidad para manejarla. Podían sacudirla como látigo. Sus patas delanteras eran más cortas que las traseras y, en comparación con el cuerpo, su cabeza resultaba pequeña.

Fueron vegetarianos y, según los estudios, no masticaban la comida, sino que, como el cocodrilo, tragaban piedras para ayudar a molar las plantas que comía. Eso sí, para mantener un cuerpo tan grande, consumía grandes cantidades de hojas y hierbas.

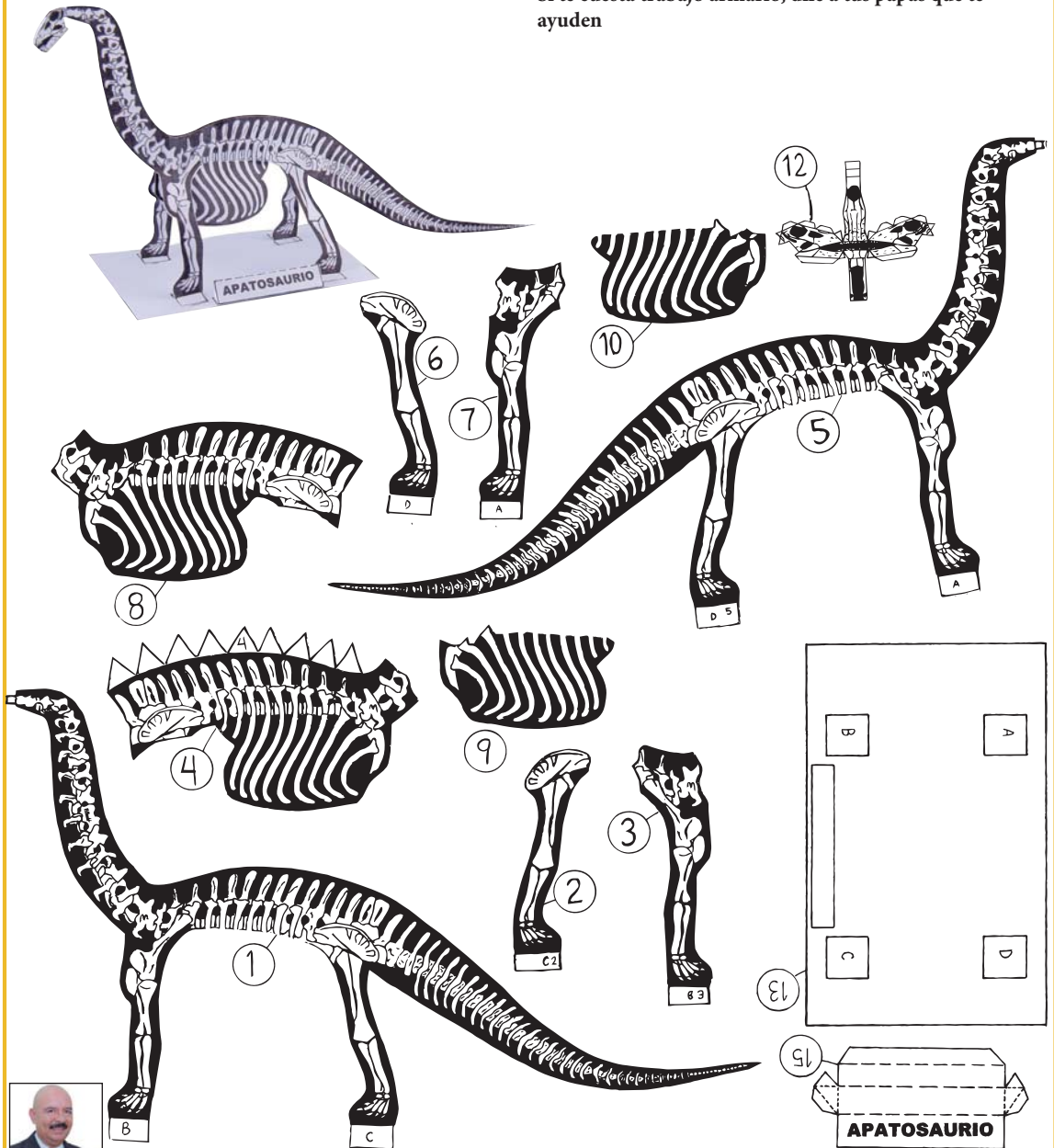
El brontosaurio tenía una particularidad: fosas nasales en la cabeza. No se sabe para qué le servían, pero suponen que podía usarlas como “snorkels”, para respirar mientras estaba bajo el agua.

Estos grandes saurios llegaban a vivir hasta 100 años y aunque gustaban de ser solitarios, también se reunían en manadas. Lo que sí, es que no eran muy inteligentes. Es decir, su cerebro era más bien pequeño, comparado con su cuerpo. Y ahora, puedes armar uno, o los que quieras. Solo recuerda que aunque eran enormes, habrá que hacerlos de un tamaño adecuado para que quepan en tu recámara.

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

- 1.- Saca copias para tus amigos
- 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond
- 3.- Con ayuda de un adulto, recorta las piezas, según el orden de los dibujos
- 4.- Dobra en línea punteada
- 5.- Arma tu modelos siguiendo la numeración en los dibujos

**Si te cuesta trabajo armarlo, dile a tus papás que te ayuden**



Edmundo Javier Olmos Vargas  
Sugerencias: gurrus\_59@hotmail.com

¿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)

# Horóscopos

**Aries** (marzo 21 - abril 20)

La influencia de Marte puede generar conflictos a lo largo de este mes, conviene afrontarlos con una actitud positiva. Te verás inclinado a realizar cambios inesperados, los cuales te llevarán hacia un camino de prosperidad. Los astros marcan contactos afectivos intensos y sorpresivos.

**Tauro** (abril 21 - mayo 21)

Marte y Venus marcan un tiempo de dudas interiores con la pareja y una etapa muy sentimental, puedes sentirte muy apasionado. Mantén tu mente clara y no la alejes de tus objetivos. No desesperes ante la falta de dinero, poco a poco se resolverá el tema de los ingresos.

**Géminis** (mayo 22 - junio 21)

Cuidate de los ataques de enemigos ocultos! Aunque son propicias las inversiones y el cobro de dinero, las negociaciones pueden ser complejas. Alguna nueva amistad amorosa puede cambiar tu vida. Pregúntate si estás listo para amar a esa persona que te pondrá a prueba. Tus opiniones no pasarán inadvertidas.

**Cáncer** (junio 22 - julio 22)

Marte podrá indicar una fuerte tensión en asuntos de trabajo. Debes tener cuidado de no caer en alteraciones psicológicas. Venus en el signo de Aries fortalecerá tus relaciones amorosas, pero tienes que cultivar la comunicación para evitar malos entendidos.

**Leo** (julio 23 - agosto 22)

La luna llena y el eclipse del día 10 de febrero indican que algunos problemas laborales están enturbiando tus asuntos económicos. Insiste hasta lograr tus objetivos y metas. El amor puede presentarse en el ambiente del trabajo, irá creciendo hasta llegar a dar sus primeros pasos hacia una relación de pareja.

**Virgo** (agosto 23 - septiembre 22)

Querido virgo, este febrero te será de mucha acción y responsabilidad, habrá una carga fuerte de trabajo. Deberás poner atención a tu salud. Evita la frustración en una relación cercana, puedes sentirte distante y, al mismo tiempo, ligado. Recuerda tus bendiciones y aclara tus sentimientos.

**Libra** (septiembre 23 - octubre 22)

Antes de obedecer un consejo ajeno, escucha a tu intuición. Posibilidades de transformación en el amor. Venus en Aries te sugiere buscar un encuentro con la familia, habla con esa persona que hace mucho tiempo no frecuentas. Acepta y cuida tus afectos más cercanos. El día 22 debes ser precavido y evitar confrontaciones.

**Escorpión** (octubre 23 - noviembre 22)

Escorpioncito, tus relaciones amorosas pueden ser sacudidas por conflictos y peleas. No se resolverán si te dejas llevar por los celos. Este 14 de febrero, la Luna en libra sugiere olvidarse de rencores y dejar atrás todo aquello que te pudo afectar. Supera las emociones negativas.

**Sagitario** (noviembre 23 - diciembre 21)

Aprende a evitar la emergencia de pensamientos negativos. En tu hogar cuida de no tener disgustos. ¡Sé prudente, sagitariano! Tu desarrollo humano se manifestará cuando seas capaz de aceptar a los demás, a pesar de las diferencias y amarlos como son.

**Capricornio** (diciembre 22 - enero 20)

Buscas una profesión que te otorgue un alto grado de autonomía, ya que te gusta hacer las cosas a tu manera y sin influencia externa. Es posible que te sientas atraído por relaciones amorosas ocultas. Mantén las debidas precauciones y sé consciente de lo que deseas.

**Acuario** (enero 21 - febrero 19)

La luna nueva y el eclipse anular de sol, del 23, marcan un clima de alerta para cuidar la economía; no obstante, abres una nueva etapa de actividad y llegan ayudas providenciales. En el amor te encanta la aventura y los riesgos en todos los aspectos de tu vida. Eres un amante de lo impredecible y de lo extraordinario.

**Piscis** (febrero 20 - marzo 20)

Quizá una persona prendió tus deseos, y te sientes inspirado con un amor que tiende a ser platónico. Es necesario que te sacudas del alma, la indolencia y la apatía, que algunos piscianos suelen tener. Tu cualidad más grande es la fe. En este mes aprovecha todo tipo de oportunidades.

Amira contigo



¡feliz cumpleaños a todos los nativos de Acuario!

“UNIDOS EN EL CORAZÓN” SEAN DICHOSOS SIEMPRE

amiradelsel@yahoo.com.mx

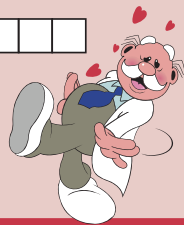
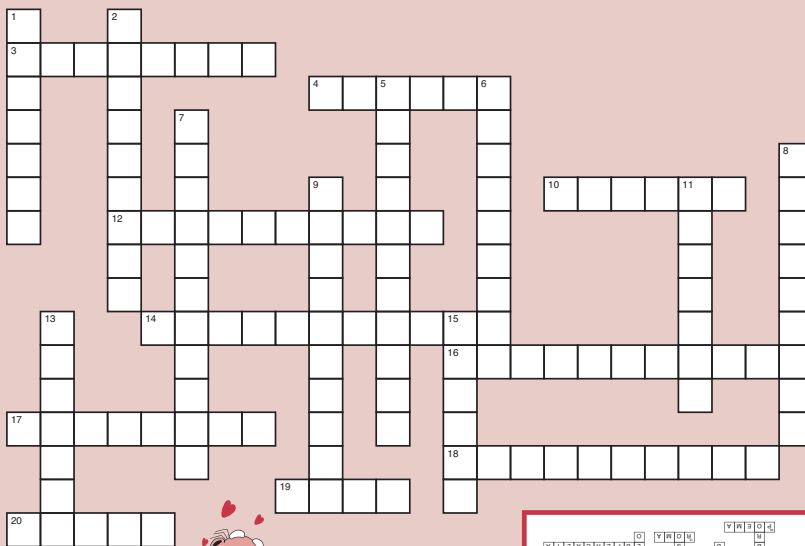


## Horizontales

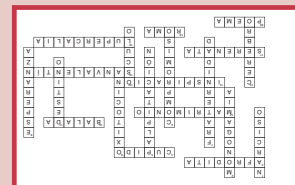
- En la mitología griega, diosa de la belleza, el deseo, la lujuria y el amor.
- Figura masculina, armada con arco y flechas, que simboliza el dios del amor.
- Composición musical de ritmo lento e instrumentación suave, de temas amorosos.
- Unión de dos personas mediante ritos o formalidades legales.
- Persona o cosa que favorece o estimula la creación artística.
- Patrono de los enamorados en el Día del Amor y la Amistad.
- Temas musicales con un dúo o trío de intérpretes que se lleva al exterior de una casa para expresar sentimientos.
- Primer nombre de la fiesta de San Valentín.
- Capital donde se inició el festejo del 14 de febrero.
- Obra literaria compuesta por versos y rimas.

## Verticales

- Figura masculina de la mitología griega, castigada por su egolatría.
- Régimen que prohíbe tener más de una pareja al mismo tiempo.
- Latido cardíaco que se percibe como si el corazón estuviera acelerado.
- Es conocida como "la hormona del amor".
- Afecto y vínculo entre hermanos o quienes se tratan como tales.
- Estado de ánimo optimista, basado en la expectativa de resultados favorables relacionado con eventos o circunstancias de la vida.
- Acuerdo formal al que llegan dos personas tras hacer ciertas concesiones cada una de ellas.
- Fuerza o causa desconocida y superior al género humano, que supone dirige todo lo que va a ocurrir.
- Órgano del cuerpo humano encargado del enamoramiento.
- También se le conoce como beso.



Solución



## Más sano y llenador que nunca

Sin duda, no es un dato menor. Que en un país habitualmente acostumbrado a hablar de la patada, la Liga Mexicana del Pacífico superara un registro superior a los 3.5 millones de espectadores, refleja no solo la calidad de las escuadras participantes y el digno escenario que se ofrece a la afición, sino de que el beisbol gana adeptos y está más sano que nunca.

Datos de esta liga revelan que a mediados de enero, en plena refriega de la etapa de playoffs, se tenía un acumulado de 380 mil asistentes a los parques de pelota, cifra histórica y que marca un hito cuando muchos hablaban de que al juego de pelota van solo “unos cuantos” aficionados de antaño.

¿Qué es lo que ha pasado?... Pues que a fuerza de calidad y un estupendo trabajo de promoción en el noroeste, la afición ha encontrado en las ocho sedes de esta liga un espectáculo digno de los mejores eventos deportivos y, sobre todo, un gran lugar para el esparcimiento sano de toda la familia.

Llena de gran satisfacción que en las gradas se encuentre cada vez a más jóvenes apoyando los colores de su equipo y estos estadios de que hablamos se tapicen con el entusiasmo de familias enteras. Durante la temporada regular, la asistencia a los ocho estadios de la LMP colmó las gradas con más de dos millones 700 mil aficionados; sin duda un gran acierto de los empresarios que apostaron por

nuevos estadios; por mejorar la infraestructura en ellos, así como el trabajo mercadotécnico que hoy también oferta productos y servicios a sus seguidores en todos sus inmuebles.

Si de este ejemplo tomaran nota las directivas de la resquebrajada Liga Mexicana de Beisbol, la gran fanaticada pagaría con creces el interés y aumentaría —aún más— el nivel del espectáculo deportivo, con el consiguiente impacto positivo en el ánimo y, obviamente, el interés por la transmisión de los juegos. La Serie del Caribe otea en el panorama y el estadio de los Tomateros, así como Culiacán completo, está más que listo para apoyar a la escuadra nacional, un gran trabuco tradicional, gracias a que

en la Liga Mexicana del Pacífico se ha conseguido un estupendo equilibrio entre los ocho equipos del circuito de invierno. Así es, porque además del trabajo tras el escritorio, se ha conseguido que el manejo atlético-deportivo mantenga estándares lógicos de un deporte profesional, con peloteros hábiles, tanto nacionales como extranjeros, así como novenas competitivas. Para los Charros de Jalisco y los Yaquis, será una temporada ya olvidada, pero queda para su afición el grato sabor de aportar grandes refuerzos a los finalistas y la certeza de que el beisbol crece no solo por la calidad de sus ligas, sino por el creciente apoyo de los amantes al juego rey.

### Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez



### ¡Carajo!

Antonio “Tota” Carbajal

## Contra las adicciones

De antemano, ofrezco una disculpa por dejar en segundo plano el fútbol, deporte que mucho me apasiona, pero esta vez, debido a que dedico gran parte de mi tiempo a ayudar a niños que, desgraciadamente, caen en la drogadicción, quiero tocar ese tema brevemente.

Drogarse es grave, y más para aquellos que inhalan thinner. Sin embargo, en el Centro de Rehabilitación “La Búsqueda”, donde colaboro mediante el deporte, en León, Guanajuato, hay personas que saben muy bien cómo atacar este gran problema.

En este análisis, a veces me pregunto: “¿Somos las madres y padres culpables de que esto suceda?”. Mucho se alega que esto es a causa de que a los progenitores les falta tiempo, pero no pongamos el pretexto de que trabajamos, pues considero que podemos tener algunas horas para estar en casa y convivir con nuestros hijos.

Debemos alejarlos de grupos problemáticos, entenderlos y, si caen en este problema de las drogas, saber que en “La Búsqueda”, y en otra institución como “Las Magdas”, no se cobra un solo centavo y se atiende cuidadosamente a los adictos.

### ¡Qué papelón!

Queda claro que el fútbol mexicano da pena. Ya vimos al América, el “papelón” que hizo en el Mundial de Clubes y en la final del Torneo Apertura. Tampoco se me olvida el 7, 7, 7 que Chile le impuso a la Selección Mexicana.

De qué carajos sirve que los clubes grandes —Monterrey, América, Tigres, León, etc.— tengan fuerzas básicas, si no les dan oportunidad a los chamacos de 17-18 años. Aunque cueste trabajo crearlo, no hay 25 jugadores mexicanos de primer nivel, a excepción de Chivas, que juega con puros mexicanos, y tiene 10 años de no ser campeón.

Hoy, los técnicos cuidan su chamba y no usan a los chamacos, ya que si pierden 3 o 4 partidos al inicio de la temporada, los “botan”, luego entonces sigue el banquete de traer bultos extranjeros y hacer “buen negocio” con intermediarios, y con uno que otro dirigente.

Que quede muy claro: México es “bueno” en la Concacaf (Norte, Centroamérica y el Caribe), pero si no nos apuramos, ni en esta zona ganaremos títulos.

P.D.- Si tienes problemas de adicción a las drogas... te podemos ayudar.

# Schumi, la leyenda

## Fernando Gutiérrez

Michael Schumacher, siete veces campeón mundial de Fórmula 1, cumplió tres años en coma profundo.

Este piloto alemán, el más laureado de la historia, empezó a competir en 1991 y dejó las pistas en 2012.

Cuando la fama y fortuna le sonreían, quiso el destino que sufriera un grave accidente. Hoy está postrado a las puertas de la muerte.

*Schumi* o el *Kaiser*, uno de los más grandes deportistas del mundo, conquistó dos campeonatos con la escudería Benetton y cinco con Ferrari. Con ello superó los cinco títulos del legendario Juan Manuel Fangio. Sumó 91 victorias, 155 podios y logró el mayor número de puntos.

Actualmente su “vida” es una desgracia: pesa menos de 45 kilos, no puede hablar ni caminar y es atendido, día y noche, por un equipo de 15 médicos, en su residencia de Ginebra. Su familia gasta unos tres millones de pesos semanales para evitar su muerte.

Schumacher se accidentó cuando esquiaba con su hijo Mick en la estación alpina de Meribel, Francia, donde es dueño de un chalet.

Michael bajaba una pendiente cuando chocó con una roca apenas visible entre la nieve, perdió el control y cayó, golpeando su cabeza contra otra roca. El impacto fue tan fuerte que partió el casco del alemán.

Desde ese día fue inducido a un coma profundo para atender sus heridas en la cabeza. El 29 de diciembre pasado cumplió tres años sin reaccionar.



*Schumi* ganó más de 700 millones de euros como piloto. Una fortuna que tenía reservada para disfrutar con su familia luego de haberse retirado.

Sin embargo, nada es seguro en la vida. El destino no siempre está en nuestras manos. Y, en este caso, ese dineral sirve ahora para cuidar a este histórico del automovilismo.

¡Vaya paradoja!

[fegutierrez@gmail.com](mailto:fegutierrez@gmail.com)

Se hace del conocimiento del público en general que **FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.**, es la titular de los registros de marca 1441152, 634747, 1529516, 905643, 934113 y 931825.

Amparando en la clase 35, 42 y 44 internacional, los siguientes servicios:

Publicidad para la comercialización de productos farmacéuticos, suplementos alimenticios, material de curación, productos de belleza, productos ópticos y de optometría.

Compra y venta de todo tipo de medicamentos y productos farmacéuticos.

Servicios médicos; servicios veterinarios; cuidados de higiene y de belleza para personas y animales; servicios de agricultura; horticultura y silvicultura.

Todos ellos registrados ante el **Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial**, como a continuación se reproducen:



Clase 35 y 44 Internacional.

**FARMACIAS SIMILARES**

Clase 42 Internacional.



Clase 35 Internacional.



Clase 35 y 44 Internacional.

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.

**CAMPAÑA PARA DETECCIÓN DE LA Hipertensión**

Toma de presión

# GRATIS

Vigencia de la publicación al 28 de febrero de 2017.

**TODOS los MARTES, de ESTE MES,** en los consultorios médicos de **Fundación Best, A.C.**

**Y tú... ¿ya te checaste?**





# SIMI FX UCII<sup>\*</sup>

## Suplemento alimenticio

a base de Colágeno No Desnaturalizado Tipo II  
(colágeno que no pierde su estructura química y por tanto su función)



Precio FARMACIAS SIMILARES<sup>\*</sup>

# \$219.00<sup>\*</sup>

Precio máximo al público \$ 904.00

\*Vigencia de la publicación al 28 de febrero de 2017.

De venta exclusiva en



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



Cine+

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com

## Ya ni la...

En otras épocas, estos meses atraían la atención por la entrega de los premios Globos de Oro, el Oscar, Goya, BAFTA, entre otros galardones importantes con que la industria cinematográfica reconoce los mejores trabajos del año anterior.

Lamentablemente, en estos días que van del 2017 no puedo pensar en otra cosa que no sean las fregaderas que la mayoría de los "servidores" públicos siguen haciendo. La nula empatía y sentido de servicio que tienen, es abrumadora. No puedo entender su nivel de "valemadrismo".

No sé si es su mala, poca o inexistente preparación, lo que les permite ver a una sociedad en decadencia y seguir minándola sin entender los catastróficos resultados que esto puede generar.

Es una burla lo que se hace en los diferentes recintos políticos: diputados y senadores que aumentan su ya abultada lista de beneficios y percepciones; secretarías de Estado que aplican incrementos a su presupuesto, sin comprobar sus gastos; gobernadores que saquean y endeudan aún más a las instancias federales. Finalmente, un presidente insensible, incapaz de conectar con la gente. Un mandatario que no logra convertir en acciones las demandas del grueso de la población. ¿Acaso no hay quien pueda frenar tanta corrupción? ¿Y cómo, si nadie tiene las manos limpias? ¿Será que no entienden las consecuencias de sus actos porque viven en una lujosa burbuja que nosotros pagamos?

Ahora lo que debería ocuparnos, en lugar de preocuparnos, es encontrar la forma de frenar a esta bola de truhanes. No podemos quedarnos con los brazos cruzados, sufriendo los resultados de su ineptitud y que sigan desestabilizando a nuestro país.

Sé que es difícil concentrar a todos en una ideología, pero creo que en este caso la mayoría exigimos cosas similares: no corrupción, no robo ni saqueos, seguridad, empatía y sensibilidad. Queremos un México próspero, alegre, vital, responsable y educado. Queremos un México libre.

# Apuestan por lo urbano

**Alejandra Cervantes**

Los nuevos ritmos, la frescura y el concepto urbano es la tendencia a la que la música se enfrenta. Pero, ¿qué sería de estas creaciones sin algo novedoso?, ¿qué es lo que hace para que una banda pase de ser un *one hit wonder* (estrella de un solo éxito) a trascender en las listas de popularidad?

Sin duda, la diferencia es el grupo musical, como es el caso de Urband5, que llegó para quedarse.

El conjunto, integrado por cinco jóvenes ambiciosos por crear ritmo y conectarse con sus seguidores, hace que sus canciones tengan éxito entre el público más joven.

Su nombre Urband5, que traducen como "tu banda", crea un concepto más personal y de propiedad con sus seguidores.

En entrevista con *Siminota Musical*, la banda afirmó ser única entre todas las demás, debido a sus ritmos, espectáculo en el escenario y entrega al público.

"Nuestra propuesta es la mezcla de sonidos. Fusionamos el pop, el dance, lo urbano, y no le tenemos miedo a otros géneros. La dedicación es otro aspecto que nos hace diferente. Día tras día nos preparamos para darle al público todo lo que ellos merecen, a cambio del cariño que nos dan", explicó la banda.

Su última producción, titulada #BPSU, cuenta con siete temas, con los cuales pretenden dar una muestra al público de su trabajo. Temas como *Love me*, en colaboración con Juan Magan, y *Como Eh*, se han convertido en éxitos en la radio y en las redes, mientras que su primer sencillo *Si tengo tu amor*, ya cuenta con más de 3 millones de vistas.

"Queremos que la gente tenga una probadita de la música y de lo que es Urband5. Si aún no sale un disco completo es porque queremos que sea algo muy especial. Seguimos trabajando con propuestas para nuevas canciones y nueva música.", afirmó Carlos Bolio, integrante de la banda.

Este grupo considera fundamental el contacto con sus admiradores a través de las redes sociales. Publicar fotografías, responder comentarios y chatear con sus fans son parte de sus tareas cotidianas.

"Amamos lo que hacemos y con disciplina trabajaremos hasta alcanzar nuestros sueños. En estos últimos años hemos pisado todos los escenarios que nos hemos propuesto; ahora la meta es llenar esos recintos con un *show propio*", concluyó Xtian Zech.



## DIOSMINA CON HESPERIDINA

farmaciassimilares.com



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

HASTA 75%  
DESCUENTO

a \$188

Precio máximo al público \$ 420.00



Su venta requiere receta, consulte a su médico.  
Vigencia de la publicación al 28 de febrero de 2017.

# Benny llegó a las 100

Alejandra Cervantes



“Don Quijote soy, y mi profesión es la de andante de caballería. Son mis leyes, el deshacer entuertos, prodirar el bien y evitar el mal. Huyo de la vida regalada, de la ambición y la hipocresía, y busco para mi propia gloria la senda más angosta y difícil. ¿Es eso, de tonto y mentecato?”

Es un párrafo de *El ingenioso hidalgo don Quijote de la Mancha*, obra publicada en 1605, que ha sido motivo para pinturas, esculturas, poesía y obras de teatro.

Una de ellas ha sido montada exitosamente en la capital del país. En la trama, Miguel de Cervantes se encuentra en la prisión de Sevilla, de finales del siglo XVI, para ser juzgado por sus ofensas contra la Iglesia; y sus compañeros de celda, ladrones y asesinos, pretenden quitarle sus pertenencias, entre las que destaca un manuscrito incompleto de la histórica novela.

Se trata de *El Hombre de la Mancha*, una obra que ahora protagoniza en México los actores Benny Ibarra, Ana Brenda y Carlos Coro-

na, en el teatro de Los Insurgentes, donde cumplió 100 representaciones, desde su estreno en septiembre. La placa conmemorativa fue develada por Diego Luna, en compañía de actores y personalidades del medio artístico.

Este musical, producido por Morris Gilbert, muestra la preparación de los actores y la versatilidad con la

que interpretan sus papeles, mientras que Benny hace gala de su trayectoria artística en el doble papel de Cervantes y don Quijote.

*El Hombre de La Mancha*, que cuenta con funciones los jueves, viernes, sábados y domingos, y homenajea la obra de Miguel de Cervantes Saavedra, a 400 años de su muerte.



## Frente a la tele

Álvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com



## Basta de malas noticias

No sé usted, pero yo, de repente me harto de recibir solo pésimas noticias acerca de que todo está mal.

¿Cuándo han estado bien? ¿Cuándo hemos dicho: “el futuro nos pinta de maravilla”? ¿Cuándo hemos dicho: “nos sobra el dinero”?

¡Nunca! ¿Qué nos hace pensar que ahora tendríamos que estar diciendo lo contrario? ¿Qué nos hace imaginar que en este instante deberíamos estar viviendo en la euforia, la riqueza y el progreso?

Por eso le tengo una propuesta insólita: no le voy a recomendar nada ni de Televisa, ni de TV Azteca, ni de los cables, las antenas al hogar o las plataformas como Netflix. Le voy a recomendar algo de la televisión pública mexicana, de nuestro querido Canal Once.

¿Por qué? Primero, porque esa televisión, aunque usted no lo crea, la pagamos todos con nuestros impuestos. Si estamos gastando nuestro dinero en algo, mínimo, tendríamos que verlo, ¿no?

Y, segundo, porque por ahí, los jueves en la noche, se está transmitiendo una joya producida por ellos mismos que se llama *Historias de vida* que nadie se puede perder.

Es una serie documental que no le pide nada a las mejores realizaciones internacionales de empresas tan ricas y poderosas como History o Discovery. Trata sobre la vida de mexicanos de diferentes épocas, desde la astróloga Julieta Fierro hasta la escritora Laura Méndez de Cuenca.

¿Y? ¿Qué tiene esto de emocionante, de interesante, de atractivo?

Que en la vida y obra de estos extraordinarios seres humanos vamos a encontrar eso que ya nadie nos está dando: esperanza, paz, inspiración.

Si ellos pudieron y pueden destacar, ¿por qué usted y yo, no? Si ellos tienen algo que enseñarnos, con qué motivarnos, ¿por qué usted y yo no tendríamos la humildad para recibirlo, para aceptarlo?

Además, no sabe usted qué programa tan más bonito, entretenido, dinámico y lleno de participaciones especiales. ¡Gran trabajo de investigación! ¡Gran trabajo de Canal Once!

Luche por ver *Historias de vida*. Existe material hasta en YouTube y la página de internet de Canal Once. Vale la pena. ¿A poco no?

# REVITRON<sup>®</sup> PLEX

farmaciassimilares.com

Precio FARMACIAS SIMILARES\*

## \$99

Precio máximo al público \$ 140.00





FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75%  
DE AHORRO

Si persisten las molestias, consulte a su médico.  
Vigencia de la publicación al 28 de febrero de 2017.



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

# FLASH INFORMATIVO:

**El Dr. Simi<sup>®</sup>**,  
con su política de ayudar  
al **pueblo de México**,  
principalmente a los  
que menos tienen,  
**se COMPROMETE** a  
mantener sus precios hasta  
el **28 de febrero**, y después  
–mientras sea posible–  
**NO LOS AUMENTARÁ**



/drsimi\_oficial

[farmaciassimilares.com](http://farmaciassimilares.com)