

# SIMINFORMA

Por Un País Mejor®

siminforma.com / Marzo 2017 / Núm. 419 / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez



## Viejos cines de la CdMx

Digo, todos tenemos nostalgia por alguno de esos viejos cines que han ido desapareciendo en la Ciudad de México. Aquellos cines enormes, muchos de ellos con más de cuatro mil localidades, y cualquier otro con mil.

Las salas de ahora parecen portátiles, para unos pocos cientos de personas. Eso sí, con servicios muy cómodos y lujosos, como la 3D, servicio de bar, etc.

Antes, eran una inmensidad, era como estar atrapado en una película de blanco y negro. ¡Uuuy!, cuántas vivencias. Cualquiera podría contar, porque muchas horas se pasaban en esos cines, cuándo se estaba tentaleando la vida, es decir, la adolescencia.

Habría muchos que recuerden con tristeza el cine Lido, que luego se llamó "Bella Época", y hoy es la librería Rosario Castellanos, aquel viejo edificio de *art déco*, lleno de recuerdos para habitantes de la colonia Condesa, en los años 60, 70 y 80.

O aquellos que vivían por los rumbos de la Ribera de San Cosme e iban al cine Cosmos, recordarán sus matines, o los domingos, con la novia, al ver el edificio de ese cine, que ahora dizque están convirtiéndolo en un Centro Cultural, pero que no sabe cuándo lo terminarán.

Y qué decir del cine Roble, el de la vanguardia cultural en la Zona Rosa, donde se exhibían las famosas muestras internacionales. Ahí se daban cita intelectuales, como Carlos Monsiváis, el cineasta Gabriel Retes o Arturo Ripstein; pintores como José Luis Cuevas y, con ellos, todos aquellos que se sentían intelectuales o artistas en ciernes. Ahora, en ese lugar, hay un edificio que sigue siendo una fábrica de sueños guajiros, el edificio del Senado.

¿Y qué tal el Latino? Actualmente, ni sus luces, ante el apabullante edificio que ocupa ese terreno, en la esquina de Reforma y Génova, Zona Rosa.

¿O se acuerdan del Mariscal? No se vale llorar. Aquellos domingos de hace años, cuando no había perdido la ingenuidad e iba encantado a los estrenos de las películas de los hermanos Almada o de Aguilar.

¿Y cómo olvidar el Variedades, en avenida Juárez?... Y ya no le sigo porque voy a llorar por el Bahía, en Tepito, o el Florida. ¿Y usted, por cuál siente nostalgia?

¡Ay, ojitos pajaritos!

# Hacia un planeta 50-50



pp. 10 y 11

## SIMI REC

30 cápsulas

Precio máximo al público \$876.00

**\$219.00**



De venta exclusiva en



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

**75%  
DE DESCUENTO**

\*Este producto no es medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien los recomienda y de quien los usa. Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2017.

# 5,600 farmacias, más dos en KidZania

• Abre el Dr. Simi su nueva *Zucursal* en Monterrey

Vicente Monroy y Miguel Ángel Sánchez, enviados

**MONTERREY, NL.-** Y si de lo que se trataba es de divertirse, nada mejor que un viaje relámpago a la farmacia y, de ahí, rápido, rápido, medicamento genérico en mano, garantizar la salud. Así, en una carrerita ganar unos *kidz* para disfrutar de más atracciones.

Agustín tiene ocho años y vive en el municipio de Apodaca; para él y sus tres hermanos es difícil dedicarse solo a jugar. Su papá es albañil; su mamá se suma a la tarea de llevar dinero a casa y él, como mayor, acaso podrá terminar la educación primaria, antes de ayudar en la manutención de la familia.

Sin embargo, ese día fue algo especial. Muy de mañana, junto a unas 200 personas, abordó uno de los dos camiones y llegaron a Monterrey. El destino, sorprendente.

A partir enero, Farmacias Similares y KidZania no solo refrendaron su compromiso con la niñez, sino que incrementaron su alianza, al abrir una segunda *Zucursal* (así con una divertida zeta) en el parque temático ciento por ciento mexicano.

Muy temprano, el Dr. Simi estaba a la entrada de la pequeña gran *Zucursal* y junto a otros personajes bailaba e invitaba a conocer su nuevo establecimiento; los invitados poco a poco llegaban, pero Agustín solo aguardaba el momento para ingresar;

vestir la bata y comenzar a vivir una experiencia que rara vez tendrá la oportunidad de experimentar, bueno... hasta ahora.

“Nuestro primer contacto con ustedes ocurrió en 2005, cuando empezamos a trabajar con la Fundación del Dr. Simi, para brindar educación y entretenimiento a pequeños de zonas vulnerables; a partir de entonces hemos crecido juntos y encontrado nuevas maneras de ayudar a los niños”, explicaba Maricruz Arrubarrena, directora general de KidZania México.

Óscar de la Sierra Arámburo, vicepresidente del Grupo Por Un País Mejor, en su oportunidad, recordó que la alianza con KidZania se concretó en 2013, con la apertura de una primera *Zucursal*, en KidZania de Plaza Cuicuilco, Ciudad de México, “y hoy llegamos a la capital de Nuevo León para abrir nuestro segundo establecimiento; podemos decir que contamos con 5,600 farmacias en el país; estamos en Chile, Guatemala, recientemente en Perú y, claro, con dos farmacias en KidZania”.

Agustín escuchaba y se abría paso entre el muro de piernas de los adultos que se tomaban la foto, apuntaban o aplaudían. Escuchaba que el objetivo de esta *Zucursal* es acercar educación y salud. “Aquí trabajamos para enseñar a nuestra niñez a que vean siempre a un profesional, porque



El corte de listón corrió a cargo del ingeniero Óscar de la Sierra, vicepresidente del GPUPM; Maricruz Arrubarrena, directora de KidZania México, y, Víctor González Herrera, director adjunto comercial y principal promotor de esta expansión

la automedicación es un serio problema en México”.

También que el concepto que ha unido a dos empresas ciento por ciento mexicanas está a punto de crecer y, en 2018, también buscará instalarse en Guadalajara, como parte del nuevo parque temático que se abrirá en la plaza Patria.

“Estamos convencidos de que, en estos momentos difíciles, los mexicanos debemos trabajar unidos y, sobre todo, enseñar a los niños para que permeen a sus familias la importancia del cuidado y prevención de la salud”, indicó Víctor González Herrera, director adjunto comercial y principal impulsor de esta idea

para acercarse a sus clientes del futuro.

“En este establecimiento, agregaba Arrubarrena Ocejo, los visitantes son vendedores y su labor es controlar la salida de medicamentos, verificando el nombre genérico y forma farmacéutica. Aquí los niños desarrollan competencias, como habilidades interpersonales, trabajo en equipo y aprenden los beneficios de la no automedicación”.

Fueron, en total, dos horas de espera, pero una vez que se cortó el listón, el propio Agustín devolvió las tijeras y fue de los primeros en vestir la bata, en la pequeña *Zucursal* de 15 metros cuadrados.

Así, con un cargamento de dos cajas de medicamento en la mano, corrió con la certeza de que este día tan especial apenas se iniciaba. Su tarea, identificar el medicamento genérico solicitado y llevarlo al pequeño hospital.

Había valido la pena desvelarse y no acudir a clases. Para Agustín y más de 200 familias, provenientes de la asociación civil Todos con Amor por un Menor Feliz, estaba por delante un día lleno de aprendizaje, emociones y trabajo.

Un día para agradecer que el Dr. Simi, como desde hace 20 años, siempre está del lado de los que menos tienen.

**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor.



Redacción

Director Vicente Monroy Yañez

Diseño

Adriana Hinojo Montes de Oca

Virginia Palacios Baeza

Reporteros

Miguel Ángel Sánchez

Moisés Sánchez

Alejandra Cervantes

Fernando Gutiérrez

Marilú Carrillo

Fabián Montes

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

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: Febrero de 2017. Periodicidad catorenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yañez. \*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\*.

# Dar de comer al hambriento

Marilú Carrillo, enviada

**SALTILLO, Coah.-** “Señor, tú que has iluminado la mente de médicos y científicos, ilumina también el corazón de la sociedad para que se apiaden del hambriento... Padre nuestro que estás en el cielo, santificado sea tu nombre...”

Con esta plegaria y un padrenuestro, la señora Irma Aguiñaga comienza el día. Después se dirige a la Central de Abasto, de esta ciudad, para surtir y preparar el menú de “El refugio de los necesitados”, comedor comunitario, fundado por ella, y donde, desde hace más de tres décadas, ofrece alimento a personas de bajos recursos.

“Hace muchos años, estaba dentro de un grupo de devotas del Señor de la Misericordia. Un buen día decidí que quería hacer algo más que rezar y, entonces, brindé apoyo a la Casa del Migrante, de Saltillo. Impulsamos la fundación de una casa para jóvenes y adolescentes embarazadas, en la diócesis, y así, hasta que iniciamos el comedor. Ahora servimos 200 platos diarios”.

—200 platos al día, siete días de la semana, ¿de dónde salen los recursos?

—Pues, Dios me socorre: la Fundación del Dr. Simi nos apoya con alimentos, cada mes. Nos llegan unos donativos, y algunos vecinos nos apoyan con frijol o azúcar, mis hijos también me ayudan. Va saliendo, Dios no nos suelta...

Así lo asegura Irma mientras acaricia el escapulario que cuelga de su cuello. En tanto, siguen llegando los comensales a la calle Múzquiz N°. 447, colonia Centro, en esta ciudad.

“Aquí, como mis frijolitos, mi guiado. La doñita nos quiere, nos abraza y hasta repetimos plato. Fuera, a veces,



Sra. Irma Aguiñaga, fundadora del comedor El Refugio de los necesitados

solo comemos una vez al día. El hambre es muy fea”, comenta uno de los visitantes.

La casa tiene también un par de habitaciones, pues Irma también da “posada” a familias sin hogar.

“La doña me ha dado un techo donde pueden dormir mis tres hijitos. Aquí comemos y dormimos calentitos, porque en la calle, donde antes nos quedábamos, se nos helaban los pies”, cuenta una beneficiaria.

Par Irma, ni sus 60 años, ni su dolor de piernas, son pretextos para suspender su labor social por los grupos vulnerables. De ahí que la Fundación del Dr. Simi la reconoció con una medalla, en la categoría Por Un País Mejor, durante la 14.ª Premiación al Altruismo 2016.

“Para mí, este apoyo significa mu-



Se sirven a diario 200 platos



Comensales agradecen el trato digno



Gracias a la doña, mis hijos tienen un techo, dice una beneficiaria

cho, me hace saber que la buena voluntad también viene de las empresas. Mientras Dios lo quiera, seguiré ofreciendo un plato de comida a mis niños de la calle, a las mamás solteras, vagabundos y todos los que quieran llegar al comedor. Los trataré con el amor que se merecen, rescatando la dignidad perdida por no tener nada en la barriga”.

Y, usted, apreciable lector, ¿ha sentido

hambre?... Irma le pide que no desperdicie comida; que, si le sobra, la regale a los trabajadores informales de los semáforos o a los niños, que le piden dinero; que lo ofrezca de corazón y con humildad, pensando en que, quizá, algún día, algún ser amado podría tener esa necesidad.

Si usted desea apoyar, en especie o como voluntariado, llame al 844 135 8684.



Fundación  
**BEST**  
A.C.

**¿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:  

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

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



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



- **Exudado Vaginal**  
desde \$199.00
- **Colposcopia**  
desde \$253.00
- **Papanicolaou**  
Convencional y Base líquida  
desde \$550.00
- **Marcadores Tumorales**  
desde \$185.00

**Recuerda que el cáncer se puede prevenir si es detectado a tiempo.**

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

Fundación  
**BEST**

Consulte previamente a su médico.



www.ssdrsimi.com.mx

**SIMITEL 01 800 911 66 66**

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

Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2017.

## Nuevo color de ojos,

El láser que permite el cambio de color del iris, el 'Stroma', ahora en fase de pruebas para confirmar que no arroja riesgos para la visión, podría ser comercializado en el plazo de uno a dos años, adelantó el oftalmólogo costarricense Claudio Örlich.

El experto realizó este pronóstico en el XIX Congreso Oftalmológico FacoElche en Alicante, España, donde presentó los resultados a nivel mundial del primer estudio científico relacionado con el cambio de color del iris y la córnea artificial, que hasta hace unos años era una técnica experimental.

Örlich señaló que la despigmentación del color del iris es un procedimiento sencillo, que se lleva a cabo en menos de 30 segundos y que no produce ningún tipo de molestia en el paciente, aunque se trata de un proceso irreversible.

El estudio, explicó, se inició hace tres años y se ha llevado a cabo en diferentes centros de Estados Unidos, México y Costa Rica.



## Logran mutar células

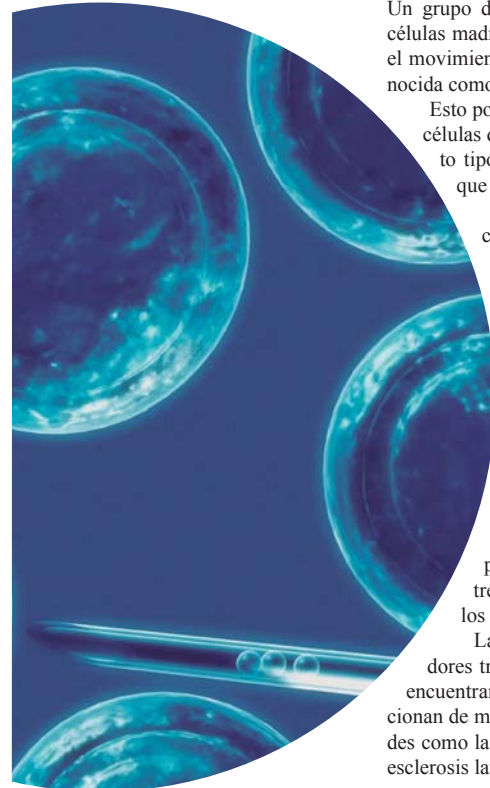
Un grupo de científicos logró convertir células madre en neuronas que controlan el movimiento, mediante una técnica conocida como programación directa.

Esto podría ser usado para regenerar células dañadas o para convertir cierto tipo de célula en otro elemento que al cuerpo le haga falta.

Los resultados, que aparecieron publicados en el journal Cell Stem Cell, demuestran que las células madre en ratones pudieron ser modificadas para producir neuronas de movimiento.

"Tomamos células madre embrionarias de ratón, que se pueden convertir en cualquier cosa; y nosotros las estamos convirtiendo en neuronas motrices espinales, al aplicar tres genes particulares", explicó en entrevista Shaun Mahony, uno de los autores del estudio.

Las células que los investigadores trabajan en los laboratorios se encuentran en la médula espinal y funcionan de manera anormal en enfermedades como la atrofia muscular espinal y la esclerosis lateral amiotrófica.



Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer

www.miguelangelferrer-mentor.com.mx



Trump, de la proeza a los dislates

La salida de los Estados Unidos del Tratado Transpacífico (TTP) constituyó un verdadero terremoto en el ámbito de las relaciones comerciales internacionales de los últimos 40 años.

El autor de la "hazaña" fue Donald Trump. Y tal "proeza" hizo pensar que el magnate-presidente seguiría en ese camino de desmontaje del tupido entramado globalizador de la economía planetaria.

Pero las primeras señales, luego del TTP, no van por ese camino. Las decisiones de Trump, post-TTP, son un abigarrado conjunto de disparates, riñas y yerros que no pueden concitar ni la simpatía ni el respaldo de las fuerzas progresistas y antineoconservadoras.

Es el caso, por ejemplo, del retiro de los fondos federales a las localidades estadounidenses que sean o se declaren "ciudades santuario", para proteger a los migrantes perseguidos. O el caso de la invalidación o negación de las visas para ciudadanos de varios países de mayoría poblacional musulmana.

O, igualmente, el caso del retiro de fondos federales para entidades privadas que promuevan, faciliten o apoyen de cualquier modo la realización de interrupciones del embarazo.

Y ahí está, asimismo, el asunto del muro en la frontera con México. Pensado como una barrera infranqueable para el paso de migrantes y de estupefacientes, la experiencia

histórica, milenaria y reciente, enseña que las vallas son inútiles para impedir el paso de lo que sea y de quien sea cuando existe la voluntad o la necesidad de ese tránsito. El resultado neto de ambas conductas será de mayores sufrimientos y costos para los migrantes y mayores precios y más criminalidad en el consumo de enervantes. El maltrato y humillaciones al gobierno mexicano son otra muestra del afán de riña y del deseo manifiesto de tratar como inferiores a sus vecinos del sur. Tal conducta solamente puede generar antipatías y disgusto hasta en los sectores más o menos proestadounidenses de la sociedad mexicana.

posible



las madre

En caso de que los científicos logren obtener células neuromotoras humanas in vitro, se pueden estudiar sus propiedades, así como la manera en la que las drogas o tratamientos las afectan.

El equipo, señaló Mahony, pretende llegar a descubrir cómo funciona el fenómeno de convertir un tipo de célula adulta específico, no necesariamente una célula madre, en otro completamente distinto.

Esto supone ventajas sobre otras técnicas, pues al programar células propias, se reducen las posibilidades de rechazo del mismo cuerpo.

"Justo como cuando trasplantas un órgano en un paciente, puede ser rechazado si no tienes un buen empate. Lo mismo sucede con las células madre, especialmente si tomas esas células de un banco donde son de una persona distinta con un genoma distinto", explicó Mahony.

El investigador de Penn State espera que algún día se puedan tomar células de la piel, por ejemplo, y convertirlas en aquellas que el cuerpo tenga dañadas: "así no tendríamos la necesidad de usar células madre", aventuró.

El científico se muestra precavido, pues sabe que la investigación aún se encuentra en fase de experimentación en laboratorio, una etapa todavía temprana.

¡ADIÓS AMIBA!  
¡ADIÓS LOMBRIZ!

ANTIPARASITARIO  
**Farmiver**  
Quinfamida - Albendazol

UNA SOLA Dosis

Reg. No. 385M2006 SSA VI  
Reg. No. 173M2012 SSA VI

**Ideal para cada integrante de la Familia**

<b>Farmiver Pediátrico</b> Niños de 2 a 4 años	<b>Farmiver Junior</b> Niños de 7 a 11 años	<b>Farmiver Tabletas</b> Adultos y Niños mayores de 12 años
---	--	--

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 16330020181100

Por tu Salud y la de tu Familia



## Sexo, sin lágrimas y sin pudor

Gabriela Jiménez V.

### Prostitución

De acuerdo con una nota periodística, se descubrió que en varios municipios de Zacatecas hay adolescentes que se prostituyen en las secundarias, dentro de la misma escuela, por 20 o 50 pesos.

Pero eso no es nada nuevo, ya antes había escuchado que esta práctica también se llevaba a cabo en Ecatepec, donde las chicas se prostituían al salir de los centros escolares. Y qué decir de los adolescentes en San Luis Potosí, donde piensan que el uso del condón es una forma de control por parte de los adultos, y que las infecciones de transmisión sexual, son un mito.

Y esto no solo pasa en México. En otros países hay un incremento de infecciones sexuales, como clamidia, sífilis, gonorrea y VPH.

¿Qué está pasando con los adolescentes?

El miedo y la culpa no funcionan, nunca han funcionado; pero hace 30 o 40 años, los adolescentes que solo convivían en familia y en su comunidad, se cuidaban de no ejercer su sexualidad por temor al rechazo social y a la reacción familiar.

En estos días, el mundo de los adolescentes no tiene límites, encuentran acceso a cualquier información y desinformación, formas de pensar y de actuar de otras culturas. Si juntamos esto a la negativa de otorgar educación sexual a niños y jóvenes, abrimos la puerta para que empiecen a ejercerla con irresponsabilidad. La venta del cuerpo se normaliza, las infecciones se ven como una mentira, los métodos anticonceptivos y de prevención de infecciones son conocidos; pero no valorados en su importancia. Su uso se vuelve innecesario y estorbo para disfrutar de la inmediatez del deseo. El razonamiento es nulo, no hay pensamiento crítico.

¿Cómo ayudar a los adolescentes? Si tienes hijos, te sugiero lo siguiente:

- Busca información de cómo abordar estos temas de sexualidad en casa
- Revisa cuáles son tus conceptos sobre el tema y cómo los expresas delante de tus hijos
- Investiga dónde van, si en la escuela reciben información en sexualidad, y pregunta cómo puedes contribuir en el hogar a reforzar esa información
- Ayuda a tu hijo con preguntas que le lleven a imaginar diversas situaciones riesgosas para ellos y, a partir de ahí, propongan cómo responder o cuidarse. Tu hijo está creciendo y entrando a un mundo lleno de información diversa, no siempre objetiva, que le puede llevar a tomar decisiones equivocadas. No vas a poder detener la sexualidad de tu hijo, pero sí puedes acompañarlo en su desarrollo, con información, respeto, disposición a escucharlo y preguntas que lo lleven a pensar.

# ¿Cómo se inicia la violencia?



La violencia es sometimiento y afecta todos los aspectos de nuestra vida: libertad, dignidad, seguridad y, así como la intimidad moral y física. La violencia no solo son los golpes, también lo es la humillación, amenazas, restricción, burla, intimidación y explotación. Un daño más sutil, pero igualmente doloroso y, para muchos, con mayores secuelas.

Pero la violencia no empieza en el noviazgo o el matrimonio, se inicia desde antes, en casa. Nace con aquellos padres que también la vivieron y aprendieron a verla como una forma de educación. Son los “ya no te quiero, si no me obedeces”, “eres una tonta por ser mujer”, “los hombres

se aguantan”, “las mujeres no sirven para el estudio”, “los hombres tienen varias parejas”, etcétera.

Los hombres aprenden a ejercer la violencia física, con gritos e insultos, y a sacar la frustración mediante golpes. Las mujeres la expresan con el chantaje, la crítica constante y la descalificación. Esto se aprende en casa y se repiten en las relaciones de pareja y en la educación con los hijos. Es un círculo constante.

Si ya detectaste que estás viviendo o ejerciendo una situación de este tipo, debes saber que puedes reaprender a expresar tus miedos, enojos y frustraciones, sin repetir patrones. Debes aceptar que lo que estás vi-

viendo no es normal ni natural, y que tienes derecho a vivir y a dar respeto, así como a buscar ayuda psicológica para evitar esas conductas aprendidas.

El detener la violencia no significa culpa solo a los hombres, ni victimizar a las mujeres. Se trata de aprender e identificar de dónde viene para, entonces, hacer un cambio real.

Para hacer frente a esta problemática, hay que empezar por mirar lo vivido y aprendido; buscar ayuda profesional. Se puede reaprender a vivir sin violencia. Lo primordial es saber que no se está solo, que existen instituciones especializadas en este tema, donde pueden ayudarnos a recuperar la tranquilidad para vivir.



Ofrecemos apoyo y orientación psicológica

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales  
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)

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!

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemx



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

HASTA **75%**  
DE AHORRO

[farmaciassimilares.com](http://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.



**EL BUEN LUNES**



**25%** de descuento  
[farmaciassimilares.com](http://farmaciassimilares.com)

Se aplica hasta \$1.500, siempre y cuando solicite su ticket al vendedor. No se aplica con otras promociones o descuentos. No se aplica en agua embotellada. Promoción válida de las 6 a.m. hasta la medianoche del lunes.



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

HASTA **75%**  
DE AHORRO



### Expedientes del poder

Carlos Ramírez  
carlosramirez@hotmail.com  
@carlosramirez

## Negociar, no rogar

Van a ser cuatro años de sobresaltos, sorpresas y, sobre todo, fricciones. Pero con la movilización nacionalista provocada por la agresiva decisión del presidente Donald Trump, de construir un muro en la frontera, el verdadero dilema de México será de dos estilos: o negociamos como república soberana o le rogamos al emperador de la Casa Blanca. En realidad, Trump no trae nada nuevo que no hayan usado contra México otros presidentes, especialmente desde Richard Nixon. Primero fue la posición estratégica de México como frontera geopolítica hacia América Latina y el Caribe. Luego se introdujo el apetito por el petróleo mexicano. Más tarde el problema del tráfico de drogas por la frontera bilateral y, finalmente, por el tratado comercial que ha producido pérdidas en el comercio exterior estadounidense.

La mejor negociación de México con el imperio es la que se basa en el hecho de que ellos tienen más que perder que nosotros, ya sea en los problemas como en el comercio. El nacionalismo mexicano pareció olvidar, por el tratado salinista, que la relación bilateral podía soslayar el conflicto histórico del siglo XIX; pero no olvidarlo para siempre. Una cosa es ver hacia adelante, sin olvidar el pasado, y otro, de plano, borrar de la memoria histórica la pérdida de la mitad del territorio nacional.

Como parecía imposible, el acoso de Trump provocó un fortalecimiento de la posición del presidente de México en la negociación con la Casa Blanca; pero a condición de defender los intereses nacionales en los temas del muro, el tratado y la deportación de migrantes mexicanos. Sin embargo, el mandatario mexicano debe dar mayores muestras de nacionalismo, porque hasta ahora ha carecido de firmeza ante el trato de Trump.

Como se vienen cuatro u ocho años de trumpismo en la Casa Blanca, México está obligado a reconstruir sus opciones nacionalistas en materia de desarrollo y geopolítica. El consenso nacional contra Trump es un detonador de la reconstrucción del modelo de desarrollo que no dependa de los caprichos estadounidenses.

Por eso, hay que negociar, no rogar.

# Un Suárez con medio s

Juan Manuel Rentería



Héctor Suárez, talentoso actor y comediante mexicano, nació el 21 de octubre de 1938. Este año cumplirá 79 de edad. Durante más de medio siglo de exitosa trayectoria, ha incursionado en el teatro, cine y televisión. Se inició en 1960, bajo la tutela del inolvidable actor Carlos Ancira, en el llamado "teatro de tesis", al lado de Alejandro Jodorowsky, Alfonso Arau, Susana Alexander y Héctor Bonilla.

Cuenta que un día acudió -contra su voluntad- a la clase sobre actuación que impartía Carlos Ancira. Sin tener estudios teatrales pidió permiso para subir al escenario y ya no pudo bajarse jamás, por lo que decidió dejar sus estudios profesionales en la Escuela Superior de Ingeniería y Arquitectura, del Instituto Politécnico Nacional.

En sus inicios participó en obras como *Kafka*, *Ionesco* y *Strindberg*. Tomó

clases de pantomima con el famoso mimo Marcel Marceau. Su trayectoria en el cine mexicano se inició en 1964.

Reconocido por su humor con denuncia social, nos recibe en su domicilio, de la Ciudad de México.

-Héctor Suárez, casi 60 años de regalar talento y buen humor. -También de reflexión, ¿no?

"A través de la comedia podemos decir cosas importantes, cosas que no podrían decirse en serio porque la gente está harta y, entonces, hay que dárselo en otros géneros del humor".

-¿Cuándo te nace la vena humorística?

-A los 9 y 10 años de estar haciendo teatro clásico.

Recuerda a Rosa María, una mujer que estudiaba actuación y que llegó a su casa para visitar a su hermano enfermo. "Me estuvo fastidiando cerca de dos meses y

medio para que yo fuera a la clase que daba Carlos Ancira, y para que ya no estuviera molestando le dije: 'Vamos ya, órale'.

"Cuando me senté frente a Carlos Ancira, algo pasó y le pedí pasar al escenario. Él les dijo a sus alumnos: 'A ver, compañeros, aquí el señor acaba de llegar de oyente y ya quiere pasar al escenario', y todos, para burlarse, dijeron: 'Sí, sí, sí'".

Y como si estuviera viviendo aquella etapa de su vida, continúa su relato:

"Ancira me puso los ejercicios de actuación que estaba enseñándoles, y acabaron aplaudiéndome, bajé bañado en sudor, como si me hubieran cambiado la sangre, algo me pasó.

"Ancira me preguntó: -'Usted ¿quién es?' -Pues soy Héctor, le dije. -¿Qué hace? -Estudio arquitectura. Y me invitó a tomar un café en la esquina de Álvaro

# siglo de risa y denuncia

Obregón y Orizaba. Al día siguiente dejé la arquitectura y me enfrasqué en esta profesión, ¡con toda mi pasión! ¡con toda mi alma! ¡con todo el amor y con todo el respeto!”.

—¿Qué han sido para ti los escenarios teatrales? —“¡Mi vida, mi estado normal!, el espacio donde necesito estar. No puedo, no podría vivir sin estar en el espacio escénico de cualquier teatro, de cualquier foro, donde a todos los personajes que hago les doy la misma pasión”.

—¿Todavía sientes pánico escénico? —No, pánico no, pero sí nervios. Cuando entro a cualquier teatro medito media hora antes de la función y al espíritu de ese teatro le pido su venia, le pido permiso para que me permita generar la magia, el asombro, la alegría, la felicidad; siempre ahí hay energía y espíritu.

—¿Cómo das el salto del teatro a la televisión? —Después de hacer casi 9 años de teatro clásico, me fui a formar a la cola, me conoce Antonio Jalife y me recomienda con Chucho Salinas y Héctor Lechuga. Tenían un programa que se llamaba *Chucherías*. Ahí fueron mis inicios en la televisión.

—¿Cuáles fueron los programas que más éxitos te dieron en la televisión?

“*Chucherías*, *Domingos Herdez*, donde hago pareja con el extraordinario Fernando Luján, y luego, muchas telenovelas”.

Recuerda Héctor Suárez que se sentaba en los pasillos de Televisión, con su cajita de maquillaje por si faltaba algún actor, él entraba a suplirlo, le apodaban el matador porque le entraba a todos los toros que le ponían. Los productores decían: “¡Allá está el matador, llámenlo!”.

—¿Cómo podías pasar de un estudio a otro haciendo un personaje cómico y actuando en una telenovela? —Son las facultades que te dan prestadas de allá arriba.

—¿Cómo nace ese humorismo diferente, con sentido de crítica social? —Yo vengo del barrio, soy raza, soy pueblo, soy de la colonia Obrera, del barrio de Xocongo, con todas las carencias que te puedas imaginar, soy “fiere” venido a más, y eso no se te quita nunca, son tus raíces, puedes depurar muchas cosas, pero lo que traes

adentro, eso no se olvida nunca. “Entonces a mis valedores, a mis hermanos, quiero enseñarles sus derechos, pero también sus obligaciones, a través de la comedia, y eso es lo que he hecho, protestar porque somos un país, esto es muy doloroso, un país sin cultura, de reclamo, nadie reclama nada. ¡Yo sí la hago de tos!”

Fue en la televisión donde Héctor Suárez plasmó un estilo de crítica social y donde logró del público una respuesta de reflexión con humor. Llevó a la pantalla chica numerosos personajes populares que representaban la idiosincrasia de los mexicanos.

Recordamos al “Flánagan”, con su clásico reclamo de “Queremos rooock”; a “doña Zoyla”, una madre dominante y manipuladora; “El no hay”, un dependiente de tienda que no le interesaba atender bien a los clientes; y el burócrata, el clásico empleado del gobierno que pone más obstáculos que soluciones para realizar algún trámite.

—Fueron muy severas las críticas al gobierno en tu programa *¿Qué nos pasa?* —Sí, y así lo pagué y lo sigo pagando.

—¿Por qué? —Porque después de ese programa se me empezó a señalar como subversivo. —¿Y no lo eres? —Pues sí decir la verdad y protestar, y exigir mis derechos, es ser subversivo, pues voy a seguir siendo subversivo y actor problema.

—¿Te censuraron? —Cómo que me censuraron, me siguen censurando hasta la fecha, tengo las puertas cerradas en todos lados; tengo que irme al extranjero a ganarme el dinero para darle de comer a mis hijos. Es muy doloroso que no pueda en mi país hacer lo que yo quiera para trabajar.

—¿El público cree lo que dice Héctor Suárez? —Sí, y eso es muy peligroso, cada vez que abra la boca debo tener mucho cuidado con lo que digo, hay veces que meto la pata y digo burradas, pero sí, la gente me cree.

Héctor Suárez recuerda la crisis emocional que le hizo buscar y encontrar a Dios. —¿Caíste en excesos? —Sí, algunas veces me llevaron a otros países. Un día desperté en El Cairo, Egipto, con un camello y tres días de lagunas mentales.

Confiesa que estuvo en AA. —¿Te sirvió? —Pero cómo no, Dios bendiga a doble A.

—¿Lloraste? —Lloré mucho, claro, sigo llorando, soy muy llorón, es muy bueno llorar, es muy bueno, es muy sano llorar.

Héctor Suárez también incursionó en el cine. Participó en películas como *El asalto*, *Despedida de soltera*, *La mujer de a seis litros*, *La alegría de vivir*, *Trampas de amor*, *El Ángel*, *Siempre hay una primera vez*, *Doña Macabra*, *Mecánica nacional*, *De qué color es el viento*, *Las fuerzas vivas*, *México*, *México ra ra ra*, *En la cuerda del hambre* y *La grilla*, entre otras.

Quién no lo recuerda en otros filmes taquilleros, como *El ministro y yo*, *Picardía mexicana*, *Lagunilla mi barrio*, *El miluso*, *Murieron a mitad del río* y *Suave patria*.

También participó en muchos otros programas de televisión como *Varietades del mediodía*, *La cosquilla*, *Sábado loco*, *loco* y *La cosa*. Fue actor de telenovelas, como *Juan Bosco*, *Las gemelas*, *El carruaje*, *El derecho de nacer*, *Velo de novia*, *Tierra de pasiones* y *Mujeres asesinas*.

Recientemente inició el espectáculo cómico musical *Estoy loco*, donde rinde homenaje a Carlos Ancira, el actor que le contagió su amor por la actuación y que le dio pleno apoyo. También destaca su admiración al inolvidable y talentoso Jesús Martínez, “Palillo”, a quien reconoce como el rey de la carpa.

—¿Te dolería dejar los escenarios? —No los voy a dejar, no tengo por qué dejarlos, voy a seguir.

—¿Tienes miedo a la muerte? —No, estoy preparado para eso, me da miedo solo un poquito porque tengo una nenita de 5 años. Fíjate, es lo único que pido: ‘Dame vida, Señor, para formar a esta nenita, ayúdame a formar a esta nenita y después llévame’.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV  
@DrSimiTV



Precio máximo al público \$796.00  
Precio Farmacias Similares®  
**\$214.00**  
30 cápsulas

De venta exclusiva  
**FARMACIAS SIMILARES**  
“LO MISMO PERO MAS BARATO”  
75% OFF

# Hacia un planeta 50-50

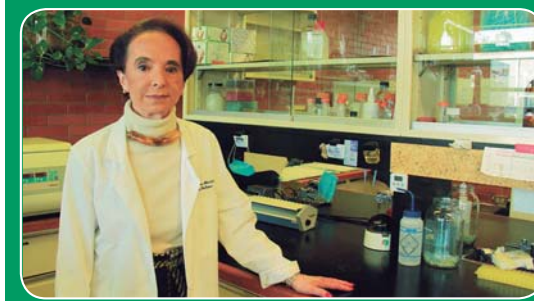
## Marilú Carrillo

“Las mujeres en un mundo laboral en transformación: hacia un planeta 50-50, en el 2030”, es el eslogan para el Día Internacional de la Mujer 2017.

Líderes mundiales adoptaron los objetivos del desarrollo sostenible al colocar en su agenda la igualdad de género y el empoderamiento femenino. ¿Por qué? Simple: ellas representan más del 50 % de la población, y de este, 40 % constituye la fuerza formal en sectores productivos.

Es decir, coadyuvan en la economía de sus naciones, dirigen empresas, realizan innovaciones tecnológicas y desarrollan investigaciones científicas de vital importancia para la salud humana.

La transición a la igualdad está ocurriendo justo ahora. La revolución digital, el emprendimiento y la pugna por



Dra. Ana María López Colomé,  
Investigadora del Instituto de Fisiología Celular, UNAM

- Lleva 40 años investigando sobre las enfermedades de la retina que ocasionan la ceguera, entre ellas, la retinosis pigmentaria y retinopatía.
- Es la primera mexicana en recibir la presea La mujer y la Ciencia L’Oreal-Unesco (2002), destinada a las mujeres más

- \*Galardón Hartley, Universidad de Southampton, (1985)
- \*Premio Nacional de Ciencias, mexicano (1994)
- \*Premio La Mujer y la Ciencia L’Oreal-Unesco (2002)
- \*Premio UNAM, Investigación en Ciencias Naturales (2002)
- \*Reconocimiento Laureana Wright, Mujer Sabia de México, Sociedad Mexicana de Geografía y Estadística (2003)
- \*Reconocimiento Sor Juana Inés de la Cruz, UNAM (2006)
- \*83 publicaciones en revistas nacionales
- \*14 capítulos en libros especializados
- \*100 presentaciones en congresos

destacadas en el ámbito de la ciencia.

- Ha contribuido a definir cómo las células nerviosas de la retina transmiten los impulsos luminosos que reciben del medio externo hasta el cerebro, donde estos últimos se integran en forma de imágenes.



políticas públicas integrales, crean nuevas oportunidades.

Por ello, *SimInforma* se suma, al reconocimiento internacional a la mujer y, muy especialmente, a una que, sin considerarse feminista, es parte de la transformación.

Es Ana María López Colomé, doctora en Química, investigadora titular de tiempo completo del Instituto de Fisiología Celular, de la Universidad Nacional Autónoma de México. Tiene 40 años de investigación sobre las enfermedades de la retina que ocasionan ceguera, entre ellas, la retinosis pigmentaria y retinopatía.

— ¿Cómo fueron los inicios de su carrera?, le preguntamos con el interés de conocer su lado humano.

— Hermosos, aunque debo confesar que yo hubiera querido estudiar medicina porque en la adolescencia me interesaban los padecimientos. Es decir, saber por qué un órgano deja de cumplir su función perfecta. Me encantaba la posibilidad de curar a alguien y devolverle su calidad de vida.

— Pero, entonces...

— (risas) Me di cuenta de que soy hipcondriaca ¡Imagínate que en cada consulta adoptara los síntomas de mis pacientes! Pensé, entonces, en lo más cercano a la medicina, que es biología, y aunque no terminaba de encantarme, no fue hasta que



tomé la materia de Bioquímica, y me dije: 'Claro, de aquí soy', e hice mi tesis en la Facultad de Medicina, en ese departamento. Luego salí, busqué trabajo, y estaba por irme a Australia para que me entrenaran sobre la misma rama. Ya tenía todo listo y en eso... ¡me casé!

— ¿Esa decisión frenó, en algún momento, su desarrollo profesional?

— No, jamás. A los 6 años de matrimonio me embaracé, tuve mi primer hijo y para no descuidar el nido, impartí clases en todas las secundarias y preparatorias que se puedan imaginar. Y bueno, las labores de la casa las hacía con gusto, además mi pasión siempre ha estado en la ciencia; sin embargo, me embaracé otra vez, tuve a mi hija, estuve con ella en casa solo una semana y me inscribí al doctorado (risas).

— ¿Tuvo algún conflicto de discriminación en ese proceso de maternidad y vida laboral?

— Ninguno, porque déjame decirte que no soy feminista de las que salen con una pancarta a gritar contra el machismo. Más bien creo y vivo la inclusión, las alianzas entre iguales. Y a pesar de que hay tres mujeres por cada 10 en este ámbito, en realidad no existen sesgos sexistas. Hay áreas científicas y tecnológicas ajenas a los supuestos de la masculinidad. Desde aquí, nosotras desarrollamos las finanzas porque administramos los presupuestos otorgados, acudimos a congresos, etc. Hacemos todo lo que pueden hacer ellos y viceversa.

— Desde luego que reconoce los logros de las mujeres en la búsqueda de mejores oportunidades a lo largo de la historia, ¿verdad?

— Por supuesto, celebro el sufragio femenino, en 1955, reconozco a las pioneras del neoliberalismo; conozco mujeres altruistas, jóvenes emprendedoras que luchan contra la brecha salarial. Consciente soy de que aún existe el mal juego de víctimas y victimarios, de tratos no dignos, pero está en nosotras fungir como agentes de cambio, sobreponernos y garantizar una verdadera y plena democracia.

El cumplimiento de estos objetivos, que incluyen, entre otros, la eliminación de la pobreza, la promoción de un crecimiento inclusivo y la reducción de las desigualdades entre y al interior de los países, deriva en el empoderamiento de las mujeres desde casa. La memoria del pasado obligará a fortalecer el presente y generar cifras alentadoras con historias de éxito en el futuro porque, como dice, la doctora López Colomé, ni la ciencia ni otras disciplinas tienen sexo.

## Editorial

### El enemigo no es de casa

El primer muro a ser derribado no está —ni estará— al norte del país. Bloque a bloque, de manera persistente, lo hemos elevado a tal altura que hoy somos incapaces de mirar más allá de nuestro propio egoísmo.

Ese muro es tan fuerte que ni las amenazas de un imbécil monumental lo hacen cimbrar y la explicación es simple: antes que cualquier empresario de medio pelo, devenido en presidente, el mexicano se ha convertido en el peor enemigo del mexicano.

Prueba de ello la obsequiamos al mundo cuando demostramos que ni para marchar con una sola consigna, somos capaces. Llámelo oportunismo, apatía o desencanto, lo triste es que lo único vibrante en México es la corrupción, la impunidad, la desigualdad y su cauda de millones de pobres.

Algunos intentaron llamarle una marcha contra Trump, pero lo cierto es que las corrientes enfrentadas, la mezquindad de unos y la ruindad de otros, envió un mensaje al mequetrefe que habita en la Casa Blanca: la fractura de la sociedad mexicana es de tal magnitud que da lo mismo repudiar el muro que arremeter contra un gobierno carente de apoyo popular, ineficaz y podridamente corrupto.

Hoy, que los infaltables agoreros se solazan por la cizaña sembrada y la manera en que acallaron a los que pedían que la marcha solo fuera anti-Trump, sería oportuno recordarles que en Estados Unidos la cacería contra nuestros paisanos es una realidad; que muy pronto hablaremos del impuesto a las remesas y, desde luego, que el TLCAN tiene los días contados.

Cierto es que ninguna sociedad en el mundo puede presumir de armonía y unidad totales; las discrepancias, en el fondo, son signos de vitalidad. Sin embargo, en nuestro caso, hemos pasado del disenso a

la ofensa y de las diferencias al odio. Ese es el verdadero riesgo, porque la violencia volcada contra nosotros mismos ha terminado, históricamente, por pasarnos factura.

La marcha por la unidad no se dio (aunque algunos festejan con cifras que ni siquiera llenarían el estadio Azteca) y tan fácil que era dejar en claro una cosa: como ciudadanos libres ejercemos nuestro derecho a protestar contra un patán racista, sin que ello nos haga olvidar que para apoyar a un gobierno amoral, este debe trabajar en poner el

ejemplo y, para empezar, encarcelar a los corruptos que hicieron de la democracia patente de corso.

Triste, pero hoy arremetemos contra todos, y acaso sin advertirlo, al final, fuimos presa de la mezquindad de unos y la ruindad de otros.

¿Hasta cuándo aprenderemos del pasado y entenderemos que en la división siempre perdemos todos?

Disenso, sí; odio, no. Resiliencia y solidaridad deben marcar el camino, porque el enemigo no está en casa. Entendámoslo.



**DIOSMINA CON HESPERIDINA**



**a \$188**  
Precio máximo al público \$ 420.<sup>00</sup>

Su venta requiere receta, consulte a su médico.  
Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2017.

**farmaciasimilares.com**

**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" 75% OFF

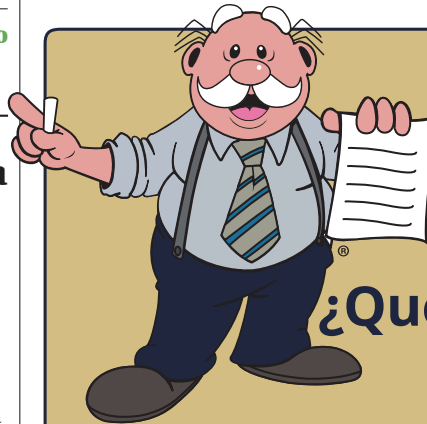


**Leer por contagio**

Alejandro Portilla

**Lectura en voz alta**

Existen muchas formas de disfrutar el proceso de la lectura, y una de las menos valoradas, pero más importantes, es leer en voz alta. Una práctica que nos beneficia en muchos sentidos, como lectores y personas. Hacerlo nos permite escucharnos a nosotros mismos y genera confianza en lo que pensamos y decimos. Esta confianza se ve remarcada en nuestra forma de interactuar. También nos ayuda a valorar nuestra voz, lo que queremos decir y a expresar mejor nuestros sentimientos y emociones. Abrir un espacio de lectura en voz alta también cumple otra parte esencial de la vida cotidiana: escuchar. Cuando alguien lee en voz alta, nos da la oportunidad de aprender a escuchar al otro y, a la vez, desarrolla nuestra imaginación, para resolver problemas diariamente. Es disfrutable realizarlo en familia o con personas cercanas, pues crea vínculos afectivos más estrechos. Por si fuera poco, aumenta nuestra concentración y atención, lo cual sabemos que cada vez es más complicado por toda la información que nos rodea en medios, como el internet o la televisión. Además, fomenta que cada persona lea por sí misma, encontrándose a gusto con los espacios de lectura y con uno mismo frente a ellos.



**¿Qué tanto sabes de español?**

Pon a prueba tus conocimientos y califícate. Cada acierto vale dos puntos. Las respuestas están al final de las preguntas.

1. ¿Se dice *verter* o *vertir* un líquido?
2. ¿Cómo es: *previendo* o *preveyendo*?
3. ¿Se *licua* o se *licúa*?
4. ¿La leche se *agria* o se *agriá*?
5. ¿*Freído* o *frito*?

**Respuestas:**

1. Lo correcto es *verter*. 2. *Previendo*. 3. Ambas formas son válidas. 4. Se puede decir de las dos maneras. 5. Los dos participios son válidos, el primero para tiempos compuestos (he freído un huevo) y el otro como adjetivo (huevo frito).

fegutierrezp@gmail.com



**Simitiras, con Ángel Mora Suárez**

Síguenos por: Simi TV @DrSimiTV

**"LA VEJEZ."**

¿QUE EDAD TIENES? UNA PREGUNTA CONSTANTE. ¿Y QUE ES LA EDAD? A SU VEZ PREGUNTO UN FILÓSOFO. ¿ES NUESTRO ORGANISMO, Y TODOS SOMOS DIFERENTES.

EL VIEJO PUEDE ESTAR MÁS SANO QUE EL JOVEN Y ÉSTE SER UN VIEJO DE 80 AÑOS...

ASÍ, CUAL ES UNA EDAD REAL? DEPENDE DE CADA ORGANISMO... LA EDAD ES SÓLO CUESTIÓN DE ESTADÍSTICA.

LA APARICIÓN DE LA VEJEZ ES TERRORÍFICA Y ES MANOSAMENTE APROVECHADA POR EL COMERCIO Y CIERTAS PROFESIONES...

EL VIEJO ES IMPRODUCTIVO Y ES SOLO ALGUIEN YA CASI MUERTO. PARA LA JUVENTUD IMPERAN LOS ESTOMAGOS DE LAVADERO "PEL COUTO A LA NALBA", CHAO.

# Proyecto mexicano finalista en NY

Un comité de 13 curadores, artistas y profesionales del mundo del arte seleccionó un proyecto de la mexicana Minerva Cuevas como uno de los 12 finalistas que competirán para ser montados como obras monumentales en el parque High Line de Nueva York.

En la primavera de este año, dos de los proyectos serán seleccionados para ser instalados durante 18 meses a partir del 2018 en el High Line, un parque creado en 2014 sobre las vías abandonadas de un tren elevado en el vecindario de Chelsea, en Manhattan.

El espacio donde las obras monumentales serán exhibidas están inspiradas en una zona similar de la plaza Trafalgar, de Londres, cuyo objetivo es “inspirar un diálogo entre el público”.

Titulado *Rumble (Retumbo)*, el proyecto de Cuevas (Ciudad de México, 1975) consiste en la escultura de un elefante de bronce de cuatro metros de longitud que penderá colgada de cabeza de una grúa de acero de siete metros de altura.

“La monumentalidad es lo que dirige nuestra experiencia de la ciudad. La figura del elefante es importante como contraste entre nuestra memoria de la naturaleza y el desarrollo urbano”, explicó Cuevas.

La artista destacó además que las grúas se han convertido en el “símbolo dominante del desarrollo urbano”, así como en una representación de las transformaciones constantes del espacio metropolitano.

La artista resaltó que, de ser seleccionada, la pieza sería instalada y develada al compás de la música de una orquesta de instrumentos de viento y percusiones que evoque los retumbos del elefante y melodías de desfiles.

La obra será inaugurada al mismo tiempo que una nueva ala del High Line, con vistas extraordinarias de Manhattan y bancas rodeadas de plantas y árboles.

Las piezas de Cuevas han sido exhibidas en exposiciones individuales en el Museo Tamayo y en el de la Ciudad de México, así como en la Whitechapel Gallery, en Londres; Van Abbemuseum, en Holanda; y Phenomena, en Suiza.



# Esomeprazol



Precio máximo al público \$729.<sup>00</sup>

**\$365.00**

Precio FARMACIAS SIMILARES®

**El BUEN LUNES \$273.75**

40 mg 14 tabletas



Precio máximo al público \$456.<sup>00</sup>

**\$186.00**

Precio FARMACIAS SIMILARES®

**El BUEN LUNES \$139.50**

40 mg 7 tabletas

**Pregunta a tu médico o gastroenterólogo por él**



De venta en:

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

HASTA 75%  
DE AHORRO

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

Su venta requiere receta, consulte a su médico.  
Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2017.



**Historias armables**

Arturo Martínez

**Una casa sobre las olas**

Dicen que en el mar la vida es más sabrosa. Y yo siempre pensé que era porque se comía rico, pero al parecer, puede ser aún más sabrosa. Y quien tiene dinero suficiente para comprar un yate para navegar, lo sabe bien.

Existe una compañía italiana que se dedica a fabricar yates de superlujo, llamada “Nauta Yachts”, que hizo el “Project Light 90M”. Se trata de un barco que mide 90 metros de la punta hasta el final, o lo que los marinos llaman de “eslora”. Quienes lo diseñaron, pensaron en que fuera un megayate, que tuviera una relación con el entorno. Esto quiere decir que su línea de diseño, sea armónica con el medio que lo rodea: el mar, las nubes, el sol, los animales marinos, etcétera. Y, claro, a la vez, fuera confortable. Y seguro que lo es: cuenta con una cubierta de sol muy amplia y otras seis, más pequeñas. En él, pueden pasar 12 personas. Dispone de cuatro camarotes, cada uno con propio baño, para los invitados. Si eres el dueño del yate, tienes un estudio, gimnasio, vestidor y hasta una cabaña-suite, además de una zona para tomar el sol al aire libre, con sillones de playa y una alberca. Pero hay más: una cabina VIP, una sala para invitados, un comedor para 14 personas y, en la cubierta de la parte de abajo, el barco puede cargar pequeños botes o lanchas, por si quieres remar un poco. Ya en altamar, para donde voltees, y no importa si estás dentro o fuera del barco, puedes admirar la maravillosa vista, mientras viajas, en promedio, a 30 kilómetros por hora.

Ahora entiendo que en el mar la vida puede ser aún más sabrosa. Así que arma tu “Project Light 90M”, bótalo al agua y lánzate a un paseo placentero, mientras observas la puesta de sol, desde mar abierto, o desde la ventana de tu cuarto. Y cómo dicen los marinos: “Con buen viento y buen amar, nos haremos a la mar”.

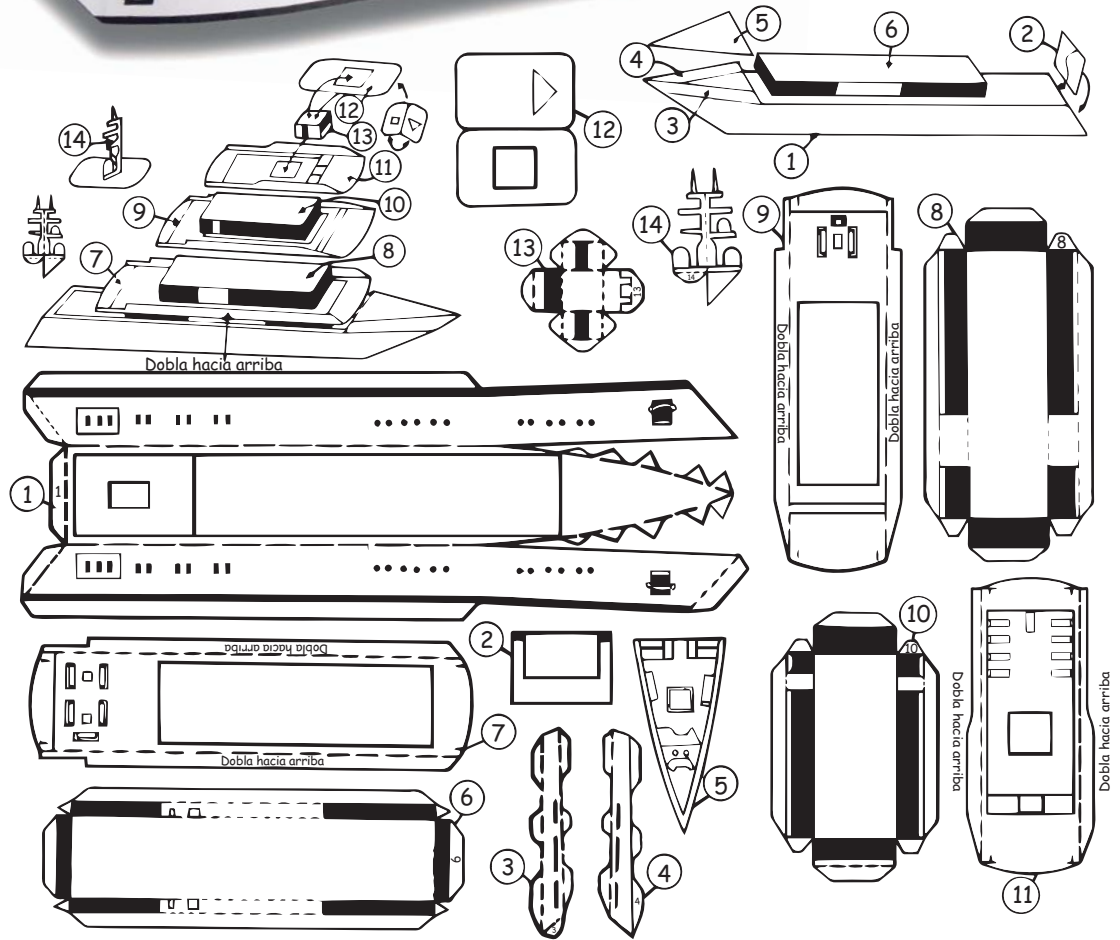
**¡Amplifícalo, por partes, del tamaño que quieras!**



- 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

## Amira contigo



### Aries (marzo 21 - abril 20)

Las circunstancias serán favorables, te darán el coraje y la voluntad necesarias para trascender obstáculos que frenan tu desarrollo. Marte es propicio para resolver asuntos familiares y médicos. Los caminos se abrirán a tu paso. ¡Siente que lo mereces! La primavera arranca en tu signo, el 20 de marzo.

### Libra (septiembre 23 - octubre 22)

Es un día para formalidades. Marte está transitando el signo de Aries; puede desestabilizar tu energía. Evita malos entendidos con la familia, pueden ser desgastantes. Todos anhelamos encontrar el alma gemela, pero los libra, desde pequeños, buscan una pareja donde exista la comunión de almas.

### Tauro (abril 21 - mayo 21)

Las situaciones de amor, familia y trabajo que no has resuelto cambiarán favorablemente. Venus y Neptuno te sensibilizan al máximo. Las vueltas que da la vida, solo son para templar. Los astros dicen que pueden surgir golpes de suerte. Los esfuerzos se materializan.

### Escorpión (octubre 23 - noviembre 22)

Marte habla de posibles conflictos por la manera de responder. Recibirás dinero. Tu extrema tenacidad, te llevará al logro de metas. La visualización es el fundamento del éxito. Para obtener lo que deseas en este nuevo ciclo de primavera, repite: "Afirmo que en mi mente hay claridad, y logro mis propósitos".

### Géminis (mayo 22 - junio 21)

Los astros aconsejan, con serenidad, hacer nuevos planteamientos de trabajo. Es importante tener presente que las cosas no son como parecen. Son buenas tus relaciones, pero a menudo puedes tener dificultades con la familia. Como padre y madre puedes ser de contrastes.

### Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21)

El pago de las deudas es un requisito para prosperar. Si se utiliza mal el crédito, pueden rebasarte los desequilibrios económicos. La libertad e independencia que tanto te gusta, la encontrarás en tu interior. Ganando tus espacios en tu trabajo, evitarás tensión. En el amor habrá sorpresas e imprevistos.

### Cáncer (junio 22 - julio 22)

La entrada de la primavera será el 20 de marzo, a las 4:29, tiempo del centro. Repite este decreto para mejorar tu vida: "Merezco lo mejor de mi ser interior, y desarrollo mi propia riqueza y madurez. Tengo que dar amor y mis deseos se realizan". Dale la bienvenida y da gracias a Dios.

### Capricornio (diciembre 22 - enero 20)

Querida cabra, sientes la necesidad de tener todo bajo control. No seas duro contigo. Aprende a perdonar y olvidar, para aligerar tu vida. Solo por hoy, no te irrites, ni te preocupes. es importante que evites los excesos de cualquier tipo y, sobre todo, que cambies tu mente en positivo.

### Leo (julio 23 - agosto 22)

Eres el creador de tu propio camino, responsable de lo que haces, no culpes a nadie de tus errores, solo transfórmalos en oportunidades. Leo, tiendes a unirte en pareja en este tiempo. Los astros marcarán acercamientos con más sentido, aunque eres muy independiente.

### Acuario (enero 21 - febrero 19)

Saturno estimulará tu voluntad y sentido del deber, para lograr estabilidad como buen acuario te sentirás inclinado a laborar por tu cuenta. Actividad en el trabajo. En el ámbito del amor deberás ser firme y constante. Deja que las fuerzas espirituales te orienten a tu favor, escucha a tu voz interior.

### Virgo (agosto 23 - septiembre 22)

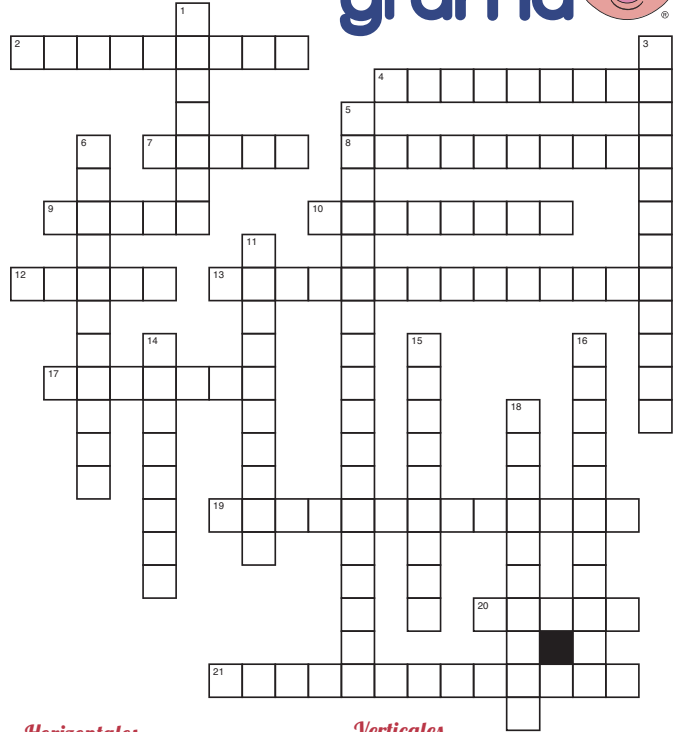
Inicias proyectos muy favorables que rendirán frutos. La entrada de la primavera, el 20 de marzo, indica que puedes obtener dinero a partir de nuevos contactos. Virgo, tiendes a simplificar y a trabajar con metas establecidas, modesto y pudoroso. Has desarrollado tu mente. Tu mensaje clave: "Yo analizo".

### Piscis (febrero 20 - marzo 20)

Tiempo propicio para tomar decisiones importantes con la pareja. En los negocios, asimila los hechos, y en el trabajo tómalos como se presenten. Así como un nadador no pelea contra el mar, sino que trata de mantenerse a flote, así debes actuar y dejar ir lo inútil.

¡Feliz cumpleaños a todos los nativos de Piscis!

"UNIDOS EN EL CORAZÓN" SEAN DICHOSOS SIEMPRE amiradelser@yahoo.com.mx

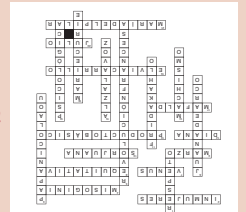


### Horizontales

### Verticales

- Entidad del gobierno federal que se encarga de erradicar la violencia hacia la mujer.
- Valor que destaca Benito Juárez para obtener la paz.
- Prueba que previene la muerte por cáncer cervicouterino.
- Significa aversión a la mujer.
- Hecho histórico que desencadenó la lucha feminista.
- Comandó al ejército real francés durante el reinado de Carlos VII. Fue quemada viva, acusada de herejía en Ruan, el 30 de mayo de 1431.
- Diosa romana que simbolizaba el amor, la belleza y la fertilidad.
- La igualdad de derechos genera una sociedad más...
- Mez del Día Internacional de la Mujer.
- Poeta y escritora mexicana, la mayor figura de las letras hispanoamericanas. Su primera publicación fue Inundación Castálida.
- Destacó por su lucha social, madre de los príncipes de Gales.
- ¿Qué regaló el Dr. Simi en todo febrero?
- Tira cómica, creada por Quino, cuyo protagonista se preocupa por la humanidad.
- Fue una luchadora a favor del sufragio femenino, apodada La Monja Roja del Mayab.
- Mes en que se realizó el primer voto femenino, en 1955.
- Primera medallista olímpica mexicana, destacó en esgrima y obtuvo la presea de plata.

### Solución





**Desde la loma de los disparos**

Baltazar Ignacio Valdez

## Diálogo y reconciliación

Son tres los temas que necesariamente deben abordarse en una columna como esta, que pretende ser de análisis y opinión: el conflicto en la Liga Mexicana, el golpe que recibió la afición mexicana que no pudo ver la Serie del Caribe, ni por televisión ni por internet, y el espléndido beisbol que jugó el representativo de México en aquel torneo.

Como se sabe, ocho de los principales equipos de la Liga Mexicana, entre ellos los Tigres de Quintana Roo, Diablos Rojos del México, Sultanes de Monterrey y Saraperos de Saltillo, se oponen tajantemente a la libre contratación de jugadores con doble nacionalidad, mientras que los demás no admiten cortapisas.

Como sucede en todo tipo de conflictos, ninguna de las partes tiene toda la razón y ninguna está totalmente equivocada.

Y tal es el caso, pues los que quieren límites desean lo mismo que don Alejo Peralta, quien fundó a los Tigres con la noble idea de formar peloteros mexicanos para darles preferencia y brindarles más y mejores oportunidades de jugar beisbol profesional.

La contraparte afirma, con razón, que los estatutos del circuito veraniego de ninguna manera pueden estar por encima de la Constitución, la que prohíbe la discriminación y garantiza todos sus derechos como mexicanos a los de doble nacionalidad.

Para colmo, Carlos Peralta, el ahora dueño de los felinos, decidió retirarse voluntariamente de la Liga y ponerlo a la venta, sin que ningún posible comprador pueda utilizar su nombre.

El empresario no debe olvidar que se puede y debe cederse en aras de un bien superior. Ese bien superior no es otro que el beisbol mexicano, cuyo camino ha estado sembrado de abrojos.

Y también cabe preguntarle: Con su retiro, ¿se va a contribuir a la preparación de muchachos nacidos y formados en México?, ¿y a sus aficionados de todo el país que se los lleve el diablo?

El conflicto puede y debe resolverse si se abandonan soberbias y caprichos, y se apela al diálogo, cuantas veces sea necesario, hasta llegar a la reconciliación. Y ni modo: se terminó el espacio, pero con permiso de ustedes, en la próxima colaboración hablaremos de los temas que se quedaron pendientes.

# “Soy actitud”

Fernando Gutiérrez



El suizo Roger Federer es más que leyenda. Su palmarés no encuentra precedentes: 18 títulos de Grand Slam, en 28 finales: cinco en el Abierto de Australia, una en Roland Garros, siete en Wimbledon y cinco en el Open estadounidense. Y todo, en 18 años de carrera, para superar a otros históricos, como Jimmy Connors, Andre Agassi, Ivan

Lendl, Pete Sampras...incluido, al gigante español Rafael Nadal.

Simplemente, este número uno del tenis mundial no parece de este planeta: habla con fluidez el alemán, francés, inglés y hasta un dialecto suizo. A sus 36 años ha acumulado una fortuna que ronda los 80 millones de dólares. Está casado con la extenista Miroslava

Vavrinec y es padre de dos gemelitas y dos gemelitos.

Además, encabeza su fundación altruista, con la que ha hecho labor humanitaria en diferentes países, lo que le ha valido reconocimientos como “el hombre más respetable del mundo”. En 2011 fue elegido como el segundo ser humano más confiable y respetado del planeta, solo superado por

el fallecido en 2013, Nelson Mandela.

Federer nació para el deporte. De niño practicó con éxito el soccer, basquetbol, cricket, tenis de mesa y bádminton antes de decidirse, a los 17 años, por el tenis. Y es que su estatura de 1.85 y su peso de 80 kilos le dan el perfil ideal para el deporte blanco.

Considerado el mejor en canchas de pasto y en duras, representó a Suiza en dos Juegos Olímpicos: Pekín 2008 (oro en dobles) y Londres 2012 (plata en individuales). No acudió a Río 2016 por una lesión en la rodilla. También ganó la Copa Davis 2014 tras vencer en la final a Francia.

Vaya, hasta en apodosos tiene récord: el Gran Roger, el Reloj Suizo, el Expreso Suizo, el Genio de Basilea y Su Majestad. Pero a menudo, se le conoce como “Federer Express” o “Fed Express”, y “FedEx”, de manera abreviada. También le dicen “The Swiss Master” o simplemente “Maestro”.

Algunas curiosidades más sobre este extraterrestre, son: desde 2004 su principal rival ha sido Rafael Nadal. Posee el récord de victorias consecutivas sobre hierba y pistas duras. Por su madre tiene doble nacionalidad: suiza y sudafricana. Y a los 22 años fue declarado no apto para el servicio militar por estar lesionado de la espalda.

La carrera de Federer se traduce en números victoriosos, récords y hazañas, como la épica final que sostuvo ante Nadal, en Australia. Interrogado sobre su secreto para acumular tantos triunfos, lo resumió en dos palabras: “Soy actitud”.

*fegutierrezp@gmail.com*

**¡Carajo!**

Antonio "Tota" Carbajal



**Papás, cuiden a sus hijos**

A medida que pasa el tiempo, cada vez son más los niños que caen en el grave problema de las drogas, y me pregunto: ¿Papá, mamá, no se dan cuenta lo que sucede en su casa? Y lo digo porque estoy enterado de esta desastrosa situación, pues León es la principal ciudad del país en la que los jóvenes son tentados por la droga, con cerca del 15.1 por ciento de un millón 700 mil menores, de 3 a 14 años.

Por eso, de lunes a viernes acudo al Centro de Rehabilitación "La Búsqueda", donde se ayuda a salir de este problema a los chicos adictos, y en el que no se cobra ni un solo centavo por darles desayuno, comida y cena, baño diario y alojamiento, mínimo, durante tres meses; pero si quieren quedarse más tiempo, con gusto los aceptamos.

A la fecha, tenemos un grupo de 15 muchachos que están en la escuela y, según testimonios de los maestros que nos ayudan, son buenos estudiantes. Desgraciadamente, no todo en la vida es dulzura, ya que les cuesta trabajo llevar la disciplina que se les exige. Suelo platicar con ellos, sobre todo porque están resentidos, debido a que sus papás los dejan ahí. Con charlas les hago ver que si son adictos, les va a servir que convivan con el grupo. Con amor y entrega, se les dan pláticas de apoyo, de cómo salir adelante, ya que las personas que están al frente de este organismo tienen mucha experiencia acerca de cómo debe tratarse.

En el grupo que colaboro tenemos más o menos entre 80-90 chicos; sin embargo, también hay mujeres y adultos. Obviamente, cada grupo está separado y con su personal aparte. Lo triste del caso es que los papás los olvidan sin saber que son buenos muchachos, que ayudan a salir adelante a sus demás compañeros.

La obligación principal es que hagan deporte, "mente sana en cuerpo sano", y asistan a sus pláticas motivacionales. Tenemos jóvenes que han estado ahí mucho tiempo, años... y son los que ayudan a otros a convencerlos de dejar las drogas, pues ellos bien saben cómo entraron y cómo han salido de este problema.

Por favor, papás y mamás, platicuen con sus hijos (as), cuiden que sus amigos sean personas de bien y que, de preferencia, estudien. Denles buenos consejos, interésense con quién o quiénes andan y, sobretodo, ámenlos.




Dr. SONRISAS

Corriendo Por Un Sueño

# 10ª SIMICARRERA

## GDL - 10K

**2 ABRIL 2017 7:00 am**

**CIRCUITO CON SALIDA Y META:**

**PRESIDENCIA MUNICIPAL DE ZAPOPAN**

Av. Hidalgo, frente a "Plaza Caudillos" en Zapopan, Jalisco.

f Simi Carrera

@simicarreras

#10Km10Sueños



**GANADOR ABSOLUTO VARONIL-FEMENIL**

# PREMIO \$10.000

PARA TODAS LAS CATEGORÍAS Y RAMAS 1.º LUGAR \$6.000, 2.º LUGAR \$4.000, 3.º LUGAR \$2.000






















BBVA Bancomer



**FARMACIAS SIMILARES**

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

#20AñosDe

**HASTA 75% DE AHORRO**



Cine+

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com

## Y sigue la matando

Al parecer, ya es una tradición que entre los nominados a los premios Oscar encontremos uno o varios nombres familiares. Un apellido que años atrás se escribió en las listas de estudiantes de las escuelas de cine más importantes de nuestro país, ya sea del CUEC (Centro Universitario de Estudios Cinematográficos) o del CCC (Centro de Capacitación Cinematográfica). Y digo "premios Oscar", solo por mencionar uno, porque, la verdad, los nombres de mexicanos exitosos los encontramos en cualquier entrega de reconocimientos, en cualquier disciplina posible y en cualquier parte del mundo.

Lamentablemente, estos reconocimientos otorgados en Estados Unidos, tienen un nuevo valor, un mensaje diferente, un peso social más grande que las palabras vacías de un discurso político. Y digo "lamentablemente", porque no es lo ideal, no es una situación que alegre a nadie.

En momentos históricos en los que deberíamos estar más unidos como sociedad, las palabras y acciones de un empresario con gafete de político afectan a algunos y pretenden inquietar a más. Afortunadamente, la respuesta de la mayoría es negativa ante estos acontecimientos y se está logrando, de alguna manera, un fortalecido gusto y orgullo por nuestro país.

Este año, Rodrigo Prieto y Gael García Bernal fueron los encargados de mantener la presencia mexicana en estos reconocimientos y dejaron en claro que los muros más altos, los discursos más racistas y las leyes más retrógradas no son suficientes para frenar la invasión de talento, calidad y sueños de un mejor futuro.

La industria cinematográfica es un buen ejemplo de cooperación y participación multilateral. La búsqueda y unión de talento, sin importar raza, credo o nacionalidad, solo tomando en cuenta la calidad de los involucrados. Es una muestra de la tendencia que deberíamos adoptar como sociedad. Seamos pacientes, inteligentes y respetuosos de todos los que nos rodean... *El respeto al derecho ajeno, es la paz.*

# Enaltece Fonsi a la sangre latina

Alejandra Cervantes

Romántico de nacimiento, Luis Fonsi hace suspirar a miles de fans con sus composiciones y su interpretación de cada canción. "El amor es el núcleo de todo, es mi esencia", lo dice con orgullo.

El artista vive su carrera y vida personal con dos facetas: el chico romántico que canta y dedica canciones al amor, al desamor y a la esperanza; y la del boricua que disfruta la fiesta, el ritmo y cómo por sus venas corre la sangre urbana de su querido Puerto Rico.

Ya son 19 años desde que este compositor, siempre apegado a los sentimientos del corazón, empezó como cantante. Sin embargo, regresa a la escena musical para entregar esa parte divertida, alegre y bailable que forma parte de su ser.

"Nosotros, como músicos, tenemos el reto de crear, fusionar y colaborar. El instinto del artista, hoy en día, es unir fuerzas".

Y qué unión más exitosa que la de dos boricuas cantando en su tierra, al mismo ritmo. *Despacito*, su nuevo sencillo en colaboración con Daddy Yankee, ha roto récords y hasta las propias expectativas del cantante. A escasos meses del lanzamiento, el video ha tenido rotundo éxito, al reunir más de 170 millones de vistas en YouTube, y en los primeros lugares de iTunes y Spotify.

"El reto fue crear una canción con letra sensual, sin ser vulgar. Esa es la línea que no me gusta cruzar, quiero que todos los que la escuchen se puedan identificar", afirmó.

El ganador del Grammy Latino por su canción *Aquí estoy yo*, dijo que le espera una nueva etapa, con un álbum que se prevé salga a la luz a mediados de este año. "Será una mezcla, una montaña rusa de emociones. Soy baile, romance y explosión, es lo que quiero trasladar al escenario".

Ante el asombro de sus seguidores por su nuevo ritmo, el cantante presume que no meditó el resultado, solo se dejó llevar por la música. "Sumamos, no restamos, solo evolucionamos. Algunas veces no hay que analizar de más el mundo musical, y solo dejarte llevar por el instinto como compositor e intérprete", añadió.

Fonsi, quien es uno de los artistas elegidos para participar en un próximo homenaje a Juan Gabriel, afirmó saber la responsabilidad que conlleva ser una figura pública: "Tenemos una voz que debe servir no solo para cantar nuestras canciones y beneficiarnos, sino para involucrarnos, crear conciencia y ayudar".

Y es que el músico, desde hace ocho años, es portavoz latino del Hospital Infantil de Investigación St. Jude, ubicado en Memphis, Tennessee, que apoya a la comunidad infantil en su lucha contra el cáncer.

Música, corazón, amor y fiesta. ¿Qué más se le puede pedir a un latino?



# Una chilena, a la conquista

Alejandra Cervantes



Vanesa Borghi, exitosa conductora en Chile, llega a México para encabezar un espacio del Dr. Simi en televisión

El equilibrio es parte fundamental de una vida saludable. Lograrlo exige constancia, disciplina y buenos hábitos que no siempre son fáciles de mantener. Sin embargo, nuestros esfuerzos y buenas elecciones nos darán frutos para poder *Vivir Mejor*.

Originaria de Argentina, pero de corazón chileno, la modelo, cantante y también conductora del matutino mexicano *Vivir Mejor*, Vanesa Borghi, es un claro ejemplo de que la belleza externa refleja nuestro equilibrio y un interior enriquecido.

En entrevista para *Siminota musical*, aseguró que su principal objetivo es ser feliz, y que el amor nutre de manera esencial al ser humano. "Necesitamos querernos, alimentarnos bien, hacer ejercicio, y rodearnos de gente que aporte cosas especiales en el día a día".

La también conductora del programa chileno *Morandé con Compañía*, aseguró que el público mexicano la ha recibido con gran cariño y el país le ha dado muy gratas sorpresas. "El equipo de producción de *Vivir Mejor*, es fabuloso. Maquillistas y el ambiente de

trabajo durante mis estancias en México son excelentes, lo disfruto mucho".

Sin embargo, esto no es lo único que Vanesa realiza. Su carrera como cantante ya comenzó a dar frutos. El sencillo *Otra noche de verano*, junto al grupo Sin Recreo, es una de las últimas colaboraciones.

La modelo, imagen de Farmacias Similares en Chile, afirmó que trabajar junto al Dr. Simi le ha dado grandes satisfacciones personales, ya que ayudar y apoyar a la gente a ser más feliz, es una de sus mejores recompensas.

"En Chile hemos hecho muchas cosas. El Dr. Simi ayuda a la población y tratamos de llevar sonrisas a quien más lo necesita. Yo soy feliz al verlos contentos. Queremos llevar una pequeña alegría y disfruto mucho el contacto con la gente. Solo quiero retribuir lo que ellos dejan en mí", dijo.

*Vivir Mejor*, que se transmite los lunes por los canales 2 y 13 de México, a las 5:20 a.m., reúne expertos que comparten consejos de salud, belleza, bienestar y sustentabilidad con el propósito de que usted viva plenamente. ¡No se lo pierda!

## Frente a la tele

Álvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com



## La fiscal de hierro

Me encanta que la competencia entre Las Estrellas y Azteca 13 se esté poniendo tan sabrosa, porque eso significa que usted y yo vamos a poder contar con mejores propuestas.

Hoy, la balanza se inclina hacia TV Azteca con *La fiscal de hierro*.

¿Por qué? Porque después de haber triunfado con *Rosario Tijeras*, estos señores rectificaron sobre el tema de la protagonista polémica, delincuente, y se fueron hacia el lado de la ley.

La fiscal de hierro es como *Rosario Tijeras*, pero en positivo, con un personaje principal que, sin dejar de ser atractivo, representa cosas buenas.

¿Como cuáles? Como la búsqueda de la justicia, el combate a la corrupción y, todo esto, sin dejar de pensar en el amor y la familia.

Sí es un asunto que debemos celebrar porque, ante la epidemia de odio que el mundo está padeciendo, las audiencias tienden a irse más con los personajes "malos", a identificarse con ellos, a desahogarse con lo que hacen.

Construir personajes "buenos" que sean tan atractivos como los "malos" y que, a la vez, sean una "válvula de escape", no es cualquier cosa.

Por si esto no fuera suficiente, *La fiscal de hierro* está muy bien producida y cuenta con un reparto que, lo mismo incluye a auténticas celebridades del espectáculo nacional, como Alejandro Camacho que, a jóvenes de indiscutible talento, como Ruy Senderos. Mención aparte merece Iliana Fox, la gran protagonista de esta telenovela. La señora está espléndida.

¿Y qué me dice de Raúl Méndez? Ese hombre es de lo mejor que ha dado este país en los últimos años.

Sí usted, como yo, quería un cambio, festeje las transmisiones de *La fiscal de hierro*, y sigala todas las noches, por Azteca 13.

Y si no le gusta, perfecto, Televisa también está haciendo lo suyo.

Aquí el tema es que, por fin, ambas televisoras se pusieron las pilas, y ahora sí tenemos un marco de competencia por contenidos en la televisión abierta privada nacional.

Elegir es un privilegio. Hagámoslo con sabiduría y no dejemos de apoyar lo hecho en México. ¿O usted qué opina?

## REVITRON<sup>®</sup> PLEX

Precio FARMACIAS  
SIMILARES<sup>®</sup>

\$99

Precio máximo al  
público \$ 140.00



farmaciassimilares.com

Si persisten las molestias,  
consulte a su médico.  
Vigencia de la publicación  
al 31 de marzo de 2017.



FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA  
75%  
DE DESCUENTO

# ¿Conoces los riesgos de tener unos **kilos** de más?

- **Diabetes**
- **Hipertensión**
- **Colesterol elevado**
- **Enfermedades del corazón**

Acude **todos** los **martes** de este mes a los consultorios de **Fundación Best** y el médico te medirá

**GRATIS:**

peso, talla, circunferencia abdominal e índice de masa corporal



Fundación

**BEST**®  
a.c.

Responsable Sanitario: Dr. Mauricio Cruz Mendoza  
Médico Cirujano, Ced. Prof. 8785409 U. T. N.

Síguenos por:

