

# SIMINFORMA

f Simi TV

@DrSimiTV

Agosto 2017 / Núm. 424 / Ejemplar gratuito



## El “pecado” de ser mayor

pp. 10 y 11

## Santiago, el primer gran fan

pp. 12 y 13



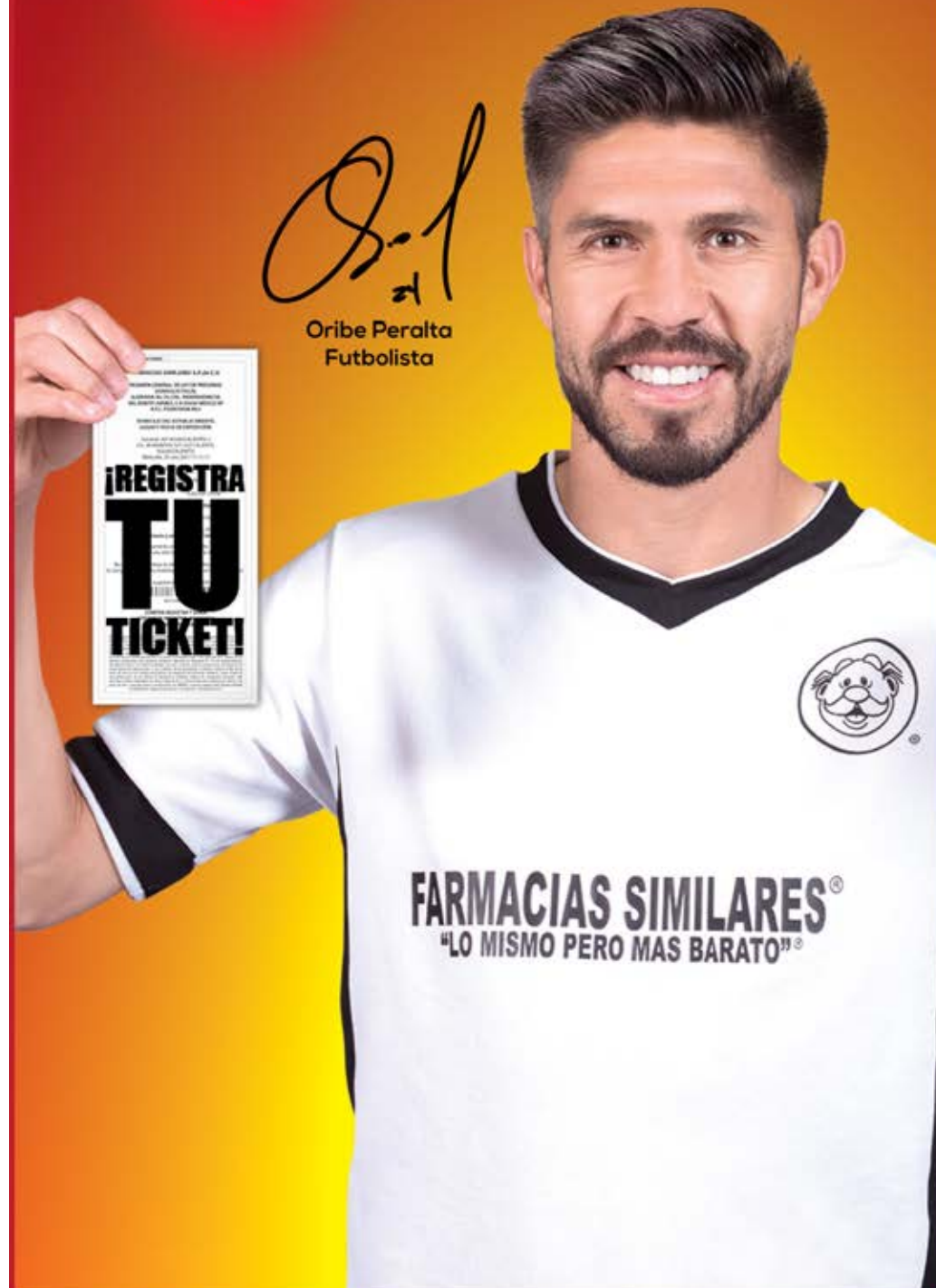
[siminforma.com.mx](http://siminforma.com.mx)



# COMPRA REGISTRA y ¡GANA!



Oribe Peralta  
Futbolista



## Padecerá 60 % infecciones urinarias



El subdirector del Hospital de Especialidades del IMSS Jalisco, Rubén Santoyo Ayala, manifestó que es probable que 60 % de la población padezca en algún momento de su vida infecciones de vías urinarias.

Agregó que 85 % de los casos se presentan en mujeres, de las cuales el 7 % se registra en personas mayores de 60 años, y el 17 % en mayores de 70 años.

La infección, explicó, puede ser recurrente y presentarse hasta tres veces en un año, o dos episodios en seis meses, “entre 25 y 50 % de los pacientes presenta infecciones de vías urinarias frecuentes”.

Comentó que la infección “es provocada por la invasión de microorganismos en el tracto urinario, y puede producirse por dos vías diferentes: por uretra o bien a través del flujo sanguíneo, en cuyo caso la infección afecta directamente a los riñones”.

Añadió que las infecciones de vías urinarias se ubican entre los 10 motivos más frecuentes de consulta en unidades hospitalarias.

Sobre el diagnóstico, puntualizó que es preciso realizar un examen general de orina, o un urocultivo si se trata de infecciones urinarias frecuentes.

Detalló que, al tratarse de una infección urinaria simple, su duración es de aproximadamente tres días, no obstante si llegara a presentarse fiebre puede indicarse pielonefritis, “es decir, una afectación directa al riñón que puede incluso derivar en insuficiencia de no tratarse oportunamente, en más de 80 % de los casos la bacteria responsable es la llamada E Colli”.

A fin de prevenir esta patología, se recomienda no aguantar las ganas de orinar, tomar líquidos en abundancia prioritariamente agua natural, mantener higiene de la zona íntima, tener cuidado al hacer uso de baños públicos y utilizar ropa interior de algodón.

“Si presenta infecciones de vías urinarias frecuentes es necesario realizarse otros estudios para descartar la presencia de cálculos renales, y no recurrir a la automedicación”.



## Amenaza por apendicitis

Náuseas, vómito o diarrea, dolor en boca del estómago o alrededor del ombligo cargado hacia el lado derecho, son síntomas que alertan de una apendicitis, por lo que deben acudir a la brevedad a urgencias, informó Josué Miguel Sarandona, jefe de Cirugía de Hospital General de Zona del IMSS en San Luis Potosí.

Este padecimiento se debe a una inflamación del tejido que se encuentra en la base del apéndice provocando obstrucción y es más frecuente en pacientes entre 15 y 40 años de edad; la mortalidad por este padecimiento es de 1 % y aunque parece una cifra baja, siguen muriendo pacientes por complicaciones de apendicitis, indicó.

La enfermedad no es prevenible, sin embargo, hay factores desencadenantes como la infección o parasitosis, lo cual se trata de un gusano que

suele penetrar en el apéndice y provocar obstrucción con una posterior inflamación, aunque es una de las causas más bajas que se presentan.

Aunque el apéndice no tiene ninguna función vital en nuestro organismo, recaló el especialista, no es recomendable extraerla de manera incidental, ya que cuando el apéndice está sano y se opera puede generar una herida contaminada, es decir que al paciente se le añade el riesgo de una infección del sitio quirúrgico o la aparición de un absceso residual.

Se recomienda que en caso de existir sospecha de una apendicitis se debe acudir de forma inmediata al servicio de urgencias, en las primeras 4 a 6 horas, para atender de manera inmediata antes de correr el riesgo de una perforación y sufrir una infección severa o bien una sepsis que pueda causar la muerte.

**SIMINFORMA**  
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

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

## En México, 1.5 millones de mexicanos tienen glaucoma y al menos 50,000 tienen ceguera a consecuencia de ello <sup>1-3</sup>

1 de cada 2 personas que la tiene no lo sabe

### ¿Quiénes están en riesgo?

- >50 años de edad
- Uso constante de gotas con corticosteroides
- Antecedentes familiares
- Miopía o hipermetropía moderada a severa
- Diabetes Mellitus
- Presión arterial elevada o baja
- Fumar
- Traumatismos oculares (aunque hayan sido hace mucho tiempo)
- Consumo de algunos medicamentos para: depresión, epilepsia, alergias
- Consumo de cocaína, anfetaminas y éxtasis

**El glaucoma** es una enfermedad del nervio óptico (el encargado de procesar las imágenes que vemos y llevarlas al cerebro), provoca una pérdida progresiva de la vista, que si no se atiende lleva hasta la ceguera. En general se relaciona con la presión intraocular elevada.

**Es silenciosa.** No provoca síntomas en sus inicios, la mayoría la detecta cuando ya se ha producido alguna pérdida visual

**¿Quiénes?** Además de los mayores de 50 años, también la presentan recién nacidos, niños, adolescentes y adultos jóvenes

### Cifras Mundiales (OMS)

- Es la 1er. causa de ceguera irreversible en el mundo.
- Hasta 2016 había por esta causa:**
- 4.5 millones de personas ciegas y para 2020 serán 11.2 millones

**Para prevenirlo o tratarlo a tiempo se recomienda que visites al oftalmólogo al menos 1 vez al año.**

**Fuentes:** 1. Glaucoma. Federación Mexicana de Diabetes. En: <http://fmdiabetes.org/glaucoma/> 2. Gilbert-Lucido ME, García-Huerta M, Ruiz-Quintero N, Gil-Carrasco F, García-López A, et al. Estudio epidemiológico de glaucoma en población mexicana. Rev Mex Oftalmol 2010; 84: 86-90. 3. Descripción del glaucoma. En: <http://www.glaucoma.org.mx/glaucoma-informacion.html>

**NUEVO GENÉRICO**

# Travoprost®

Reg. No. 374M2016 SSA IV



**PRECIO:**  
**350.00**

PRECIO MÁXIMO AL PÚBLICO M50

De venta en  
**FARMACIAS  
SIMILARES®**



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



El espacio de  
tus sueños

Gabriela Bretón

## Islas que crean continentes

Aunque estamos rodeados de medios de comunicación: internet, televisión, cine, la radio, etc., cada día nos sentimos más solos. Es como si constituyéramos millones de archipiélagos, sin puentes entre sí. Cada quien se atiende a sí mismo, cada cual con su miedo, con su lucha, con su esperanza, con su miedo. Caminamos acompañados de un celular; comemos pulsando “likes” en las redes sociales, y vemos a las personas con la mirada clavada en aparatos electrónicos.

¿No se suponía que los adelantos tecnológicos debían unirnos? Y, entonces, ¿por qué nos separan de esta manera? Hoy, podemos escribir un nombre en un buscador de internet y aparecerá; gran cantidad de información. Por otro lado, apenas conocemos a quienes están a nuestro alrededor, comenzando por las personas que viven en casa. Cada día sabemos menos de nuestros padres, hermanos, parejas e hijos.

Conectar nos permite recordar quiénes somos. Debemos dejar nuestra zona de confort y salir a buscar el calor humano, la conexión cara a cara con las personas, y dejar de tener solo contacto a través de una pantalla.

Algo muy importante es que, si nos sentimos vacíos porque no tenemos interacción con otras personas, nos seguiremos sintiendo así, aún con muchas personas a nuestro alrededor. El secreto es poder estar solos, pero sentirnos completos y felices, para disfrutar en compañía de los demás. No es necesario que tires tu celular a la basura, sino que no llenes tus vacíos personales con redes sociales y amigos virtuales. Comienza un trabajo de amor hacia esa persona que ves todos los días en el espejo, conócela y ámala tanto, que dejes de buscar afuera lo que ya es tuyo por derecho. Eso te llevará a querer conocer a las personas a tu alrededor. Así que, en vez de permanecer como islas, comencemos a construir continentes.

# AISLAMIENTO SOCIAL

Afecta a la salud tanto como la obesidad y el tabaquismo

La sanidad y el entorno social están ampliamente relacionados; así, la exclusión de una persona de la sociedad puede tener implicaciones importantes en su bienestar físico y emocional. Conoce sus consecuencias.

La **discriminación y la economía** son factores que agravan la situación.

**Consecuencias**  
Afecta los patrones de sueño e incrementa el estrés y la ansiedad; debilita el sistema inmunológico, aumentando el riesgo de sufrir infecciones y cardiopatías. Y puede llevar al suicidio.

**¿Cómo identificarlo?**

Usualmente presentará depresión, falta de interés en su cuidado personal y en las cosas que antes le importaban. En muchos casos se generan actividades compulsivas como la acumulación o adicciones.

Casi el **50 %** de adultos mayores

declaró haberse sentido deprimido alguna vez\*

\* Inegi, 2014

### Los más vulnerables

- Adultos mayores, discapacitados y enfermos
- Víctimas de algún trauma físico o psicológico
- Gente en estado de reclusión u hospitalización
- Extranjeros que no logran adaptarse a la nueva cultura

### IMPORTANTE

Si se identifican los síntomas en una persona, se debe llevar con algún experto como psicólogo y psiquiatra.



Fundación

**BEST** a.c.

Síguenos por:  

**infartos y derrames cerebrales**  
ocupan las principales causas de **muerte**  
y cada vez son **más frecuentes**  
en **gente joven**

**Factores de riesgo:**

- Obesidad
- Tabaquismo
- Presión arterial alta
- Colesterol elevado

**¿Conoces cuál es tu riesgo de sufrir un infarto o derrame cerebral?**

Todos los martes de este mes  
**GRATIS**  
te decimos qué riesgo  
tienes de padecer un  
**infarto o un**  
**derrame cerebral**

**Búsquenos junto a FARMACIAS SIMILARES®**

**Salud y sociedad**

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



**Derrota en Cancún**

Al término de la reunión de la OEA, en Cancún, en la que fue derrotada la propuesta yanqui-mexicana de intervenir en los asuntos internos de Venezuela, incluida, desde luego, una intervención militar extranjera, el canciller mexicano Luis Videgaray dijo, públicamente, sin poder asimilar la derrota, que “no es poca cosa que 20 países de la región sostengan que en Venezuela se ha roto el hilo constitucional. Y este mensaje debería ser escuchado en Caracas”.

Pero aunque Videgaray no pueda verlo, y menos aceptarlo, el mensaje de Cancún es otro y muy distinto al que asume el inepto canciller. El verdadero y satisfactorio mensaje es que 14 países latinoamericanos y caribeños no aceptaron actuar como vasallos de Estados Unidos.

El verdadero mensaje es que 14 países fueron capaces de resistir las presiones, amenazas y chantajes de Estados Unidos. Que 14 naciones actuaron con la dignidad, decoro y respeto que se deben a sí mismas. Que 14 gobiernos justipreciaron cabalmente el valor de su propia soberanía e independencia. Y esto sí que no es poca cosa, aunque Videgaray prefiera mirar para otro lado.

Hubo, sin embargo, otros mensajes no menos significativos, como la ausencia del canciller estadounidense en la asamblea. Y no es poca cosa que el patrón haya dejado hacer el trabajo sucio a sus serviles 20 empleados, México, en primerísimo lugar. Con su premeditada conducta, Rex Tillerson se ahorró la vergüenza personal de la derrota y les dejó pasar el trago amargo a sus perritos falderos, algunos de ellos auténticas dictaduras criminales disfrazadas de democracias, como por ejemplo, Guatemala, Honduras, Colombia y México.

Hubo, finalmente, aunque Videgaray no quiera verlo, otro claro mensaje: la correlación de fuerzas internas no le es favorable a los golpistas venezolanos, y tampoco les favorecen las del plano internacional.

**Durante JULIO y AGOSTO**

**Certificados Médicos**

Fundación

**BEST** a.c.



- Escolares
- Deportivos
- Laborales
- Para cursos de verano
- Prenupciales

\*Costo de certificado de acuerdo con la zona geográfica.

Recuerde, el certificado médico lo puede solicitar en cualquiera de los consultorios de Fundación Best, A. C.

Para conocer los diversos servicios, horarios y ubicaciones de los consultorios, llame sin costo al

**SIMITEL 01 800 911 6666**



### Del dicho al sexo

Leidy Constanza  
Psic. y sexóloga clínica

## ¿Sabes todo sobre sexo?

Existen muchas creencias erróneas acerca de la sexualidad. Por ello, en esta ocasión, mencionaré algunas de ellas:

Sexualidad es igual a relaciones sexuales. Casi todos hacemos esta asociación. Sin embargo, debes saber que la sexualidad abarca todas las dimensiones del ser humano: lo biológico (cuerpo, reproducción, respuesta sexual, etc.), lo psicológico (identidad, erotismo, autoestima, etc.) y social (género, orientación sexual, relaciones interpersonales, etc.).

Tener relaciones sexuales implica siempre penetración. Los medios, la pornografía y pensar que el objetivo de la relación sexual es reproducirse, limitan la experiencia sexual en hombres y mujeres. Besar, acariciar, autoestimularse frente a la pareja, dar un masaje, usar juguetes sexuales, etc., son otras formas de tener un encuentro erótico satisfactorio.

Siempre se debe tener orgasmo en la relación sexual. Esta idea lleva a que muchas mujeres, o hasta hombres, finjan tenerlos para que sus parejas no “se sientan mal”. En la vida real, hay muchos factores que pueden impedir alcanzar el orgasmo y es válido en algunas ocasiones. Sin embargo, si frecuentemente hay dificultad e insatisfacción, se debe consultar a un especialista en sexualidad.

Las técnicas, prácticas y *tips* sexuales se aplican para todas las personas. Muchos medios promueven la sexualidad, como si hubiera una receta mágica que garantiza “complacer” a la pareja. Pero, en la práctica, es más complicado de lo que parece. Cada persona es diferente, cada historia, ideas, valores, temores, inseguridades, etc., intervienen para que el encuentro sexual fluya, y la técnica sea efectiva o no.

Espero que estos datos te hayan sido útiles. Desmitificar la sexualidad te ayudará a disfrutar mucho más de ti y de tus encuentros sexuales. Si tienes dudas, puedes encontrarme en las redes sociales como “Del Dicho Al Sexo”.

## Atención psicológica por teléfono, opción eficaz

### Amy Torres\*

En experiencia propia, he escuchado a varias personas que dudan de la atención a distancia, sobre todo porque los psicólogos no ven a las personas, y el cuerpo es el que expresa lo que la boca, a veces, calla. Sin embargo, muchas veces la voz, el tono y el ritmo también lo hacen.

Desde la apertura del Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales (CNDEE), se han tomado en cuenta estos y otros factores por los que las personas se enfrentan al momento de solicitar una orientación psicológica, además de otros problemas que la sociedad misma atraviesa, como pocos recursos económicos, horarios y trayectos inconvenientes, insatisfacción de otros centros de psicología, etc.

Por ello, nuestro servicio abarca desde la línea telefónica las 24 horas, un chat a través de la página web, redes sociales, correo electrónico, hasta un canal de tv por internet que transmite, en vivo, temas de sexualidad, los martes y jueves.

Lo que se pretende es llegar a cada persona por diferentes vías de contacto para poder ser escuchadas, orientadas e informadas.

De hecho, ¡el horario es 24/7!, lo que permite que personas de cualquier parte de la república se puedan poner en contacto en el momento que lo requieran, cuando la mayoría de los servicios coinciden con el periodo laboral, lo que no solo dificulta la asistencia, sino la constancia.

Temas como violencia en la pareja, alteraciones en la conducta de niños, ansiedad y depresión, entre otros trastornos, pueden fomentar el aislamiento, vergüenza, miedo a salir de casa o aprensión para ir al psicólogo. Ello imposibilita tener la orientación de un profesional de la salud mental, de manera presencial, al menos, de forma inmediata.

Lo anterior es otro motivo por el cual se ha creado el acercamiento con los medios electrónicos, lo que para adolescentes o quienes viven en otros países, se ha transformado en un espacio seguro donde pueden exponer su caso y ser asesorados.

Uno de nuestros usuarios comentó: “Me siento tranquilo por expresar mi problemática”. Y es que el “simple” hecho de ser escuchado, auxilia en gran medida al usuario.

Sabemos que no es sencillo. Que poner en palabras los miedos, las tristezas y las condenas pesan, pero les invitamos a conocernos.

Nuestro servicio es más que una labor, es una opción al autoconocimiento mediante una orientación e intervención psicológica oportuna, de manera cálida, en un espacio de confidencialidad y profesionalismo, todo GRATUITAMENTE.

\* Psicóloga del CNDEE

# 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**  
Precio máximo al público \$ 904.00



Contiene **UCII**

\*Vigencia de la publicación al 31 de agosto de 2017.  
De venta exclusiva en



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

HASTA 75% DE AHORRO

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

# Dracaena del Dr. Simi<sup>®</sup>

Ungüento



PRECIO:  
**\$68.00**

NUEVA FORMULA

Vigencia al 31 de agosto de 2017.  
Si persisten las molestias, consulte a su médico.

De venta exclusiva en



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

HASTA 75% DE AHORRO

Vigencia de la publicación al 31 de agosto de 2017.  
BELLEZA ES SALUD. AVISO N°: 14330020200226

PRECIO FARMACIAS SIMILARES<sup>®</sup>  
**\$65**

**Protector solar**

ETERNAL SECRET  
FPS 50+  
PROTECCIÓN SOLAR  
ALTA  
RESISTENTE AL AGUA

Ligero,  
sin fragancia  
y sin color

PRECIO FARMACIAS SIMILARES<sup>®</sup>  
**\$85**

**Contorno de ojos**

ETERNAL SECRET  
GEL CONTORNO DE OJOS

Hidratación  
y suavidad

PRECIO MÁXIMO AL PÚBLICO \$170

ETERNAL SECRET

DE VENTA EXCLUSIVA EN



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

HASTA 75% DE AHORRO

Clindamicina  
Peróxido de Benzoilo 30g



Precio FARMACIAS SIMILARES®  
**\$329.00**  
Precio máximo al público \$658.00

Vigencia de la publicación al 31 de agosto de 2017.

**FARMACIAS SIMILARES®**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"  
farmaciasimilares.com

# Rubén Esparza, 70 años de ~~dis-~~capacidad artística

Juan Manuel Rentería

El guitarrista Rubén Esparza Oliva nació en Zacatecas, el 23 de septiembre de 1936. Desde niño aprendió a tocar ese instrumento para enfrentarse de manera positiva a la peor tragedia de su vida.

-¿A qué edad empezó a tocar? - “A los 11 años, después de que perdí la vista”.

-¿Cómo ocurrió? - “Un accidente, una explosión de pólvora. Entraba a una tienda cuando estaban vaciando una bolsa de petardos en un frasco, al caer estos hicieron explosión y los vidrios me cayeron en los ojos”.

-¿Hicieron esfuerzos para salvarle la vista? - “¡Sí, cómo no! Inmediatamente, en ese mismo momento me llevaron a Zacatecas. Al día siguiente los doctores dijeron que me trasladaran a Aguascalientes, porque allá había gente más especializada”.

Allá estuve 15 días internado. De Aguascalientes me trajeron a México,

donde me encamaron seis meses más”.

-¿Se logró algo? - “No se pudo hacer nada, el doctor me dijo: ‘Rubén, hicimos todo lo posible, lo único que me queda decirte es que solo las almas de acero se templan con el crisol de la vida, y tú tienes que ser una de ellas’, y aquí estoy”.

Rubén Esparza encontró en la guitarra un refugio para canalizar su talento musical. Su espíritu de superación, su tenacidad y disciplina, la habilidad en sus dedos, su gran talento musical y su creatividad fueron formando a un músico que causó la admiración de grandes compositores y cantantes de la época.

Dice que su discapacidad la convirtió en capacidad artística. “Empecé a tocar con músicos en una orquesta de mi pueblo, luego como solista y gané el primer lugar, en un concurso realizado en Zacatecas, mi tierra. Ahí triunfé y decidí venirme a México”.



-¿Es verdad que cuando se pierde un sentido se agudizan otros? - “Así es, porque te dedicas a sacar tu alma, tu tacto, y le echas ganas a la vida, caminas para adelante”.

Rubén Esparza ganó muchos otros concursos de guitarra, sobresalió en innumerables festivales musicales, y pronto encontró oportunidades de trabajo.

-¿Con qué guitarristas compartió escenario? - “Con Antonio Bribiesca, Ramón Tonatiuh, Claudio Estrada, con los mejores guitarristas, fui muy amigo de Juanito Neri, quien fue requinto de Los Tres Ases”.

-¿Por qué siempre destacó? - “Pues, creo que fueron las ganas de hacer algo en la vida”.

Cuando trabajaba en el bar El León, lo escuchó tocar un productor de cine, quien lo invitó a participar en dos películas, al lado de Pedro Infante.



Desde entonces, ha participado en más de 200 filmes. Fue guitarrista de grandes, como Lola Beltrán, José Alfredo Jiménez, Amalia Mendoza la “Tariácuri”, Juan Gabriel y Vicente Fernández, entre otros.

Cuenta que cantó a dueto con José Alfredo Jiménez. “A él le gustaba cantar conmigo esa canción que habla de una casita al pie de la montaña; él soñaba con tener algo así”.

-¿Cuántas canciones integran su repertorio? - “La verdad, era muy grande. Llegué a tener cerca de 3 mil canciones, entre boleros, rancheras, pasosdoble... todo lo que es música”.

Afirma que recuerda con mucho cariño a Lola Beltrán, quien hizo famosa la canción *Cucurrucucú paloma*, de Tomás Méndez.

-¿Durante cuántos años la acompañó? - “Unos diez años estuve trabajando a su lado”.

Dice que todos los días toca la guitarra por varias horas. También da clases y, desde luego, tiene contratos para amenizar reuniones privadas o eventos públicos.

“Siento el deseo de aprender un poquito más todavía, un poquito más, para tener más conocimientos de la guitarra, es mi deseo, seguir tocando, así hasta que me muera”.

-¿Tiene usted miedo a morir? - “No, no; estoy satisfecho, gracias a Dios, me ha dado todo, giras, una casa donde vivo tranquilo, en silencio, vivo en México, pero vivo como si fuera en provincia, al pie de la montaña”.

-¿Qué le diría a su guitarra, su compañera de siempre? - “Pues, que estoy muy agradecido de que sea mi compañera, de que esté conmigo y de que entre más cerquita esté, más la siento y la hago sentir que estoy con ella”.

Rubén Esparza ha realizado exitosas

giras en México y en muchas otras latitudes, como en Holanda, donde ganó un certamen. También es compositor y da clases de guitarra clásica y popular. Con casi 70 años de trayectoria, dice que no ha pensado en el retiro y pide a Dios le permita seguir en el mundo de la música, acariciando las cuerdas de su guitarra.

Escanea el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

t @DrSimiTV



## Expedientes del poder

Carlos Ramírez

carlosramirez@hotmail.com  
@carlosramirez



## El año más largo del siglo

Como nunca antes había ocurrido, desde 1920, la elección presidencial del primer domingo de julio de 2018 comenzó con mucha anticipación, sobre todo, con mucha movilidad política. Será un proceso muy agitado, lleno de tensiones; pero, hasta donde se tienen experiencias, también será institucional. México ha pasado por elecciones al borde de la ruptura, y siempre se ha impuesto el sentido institucional.

El dato más importante será el de la competitividad. En 1994 hubo nueve candidatos presidenciales, y solo tres con posibilidades. Para 2018 se prevén candidatos del PRI, PAN, PRD, Morena, quizá Partido Nueva Alianza, dos o tres independientes y la candidata indígena del EZLN, que quizá no alcance registro aunque sí ocupará el espacio mediático.

La otra característica a destacar en el escenario para otra alternancia posible: López Obrador, PAN y PRI arrancan como partidos con posibilidades de ganar, y se prevé que viene desde atrás algún independiente. Aunque en medios se ha disparado un Frente Opositor PAN-PRD, todo indica que será imposible que haya candidato frentista, por los enconos y divisiones.

En el PAN hay una dura pelea política, como nunca antes vista en ese partido, entre Margarita Zavala y el presidente nacional, Ricardo Anaya. Hasta ahora, los datos revelan una fractura interna, porque Margarita podría abandonar el partido si no es candidata y buscar registro como independiente. En el PRD hay temores de que un candidato sin base social o una alianza PAN-PRD con candidato panista vaya a probar una fuga electoral hacia López Obrador y Morena. En el PRI no habrá candidato este año, con seis meses de jaloneos internos entre grupos, facciones, y grupos de precandidatos. Lo que queda claro es que el candidato presidencial del PRI será designado directamente por el presidente Peña Nieto, como en los viejos tiempos del “dedazo”.

Y el escenario no puede ser peor: Trump, renegociación del Tratado de Libre Comercio, repunte de la inflación, incremento preocupante de la inseguridad y de la violencia criminal y falta de acuerdos institucionales entre las élites de todas las fuerzas sociales. Así que viene un año con el país en un carrito de montaña rusa.



¿CONOCES TU RIESGO CARDIOVASCULAR?

PAQUETE  
CARDIOVASCULAR:  
**\$89.00 PESOS**

ELECTROCARDIOGRAMA  
**\$99.00 PESOS**

• COLESTEROL  
• LIPOPROTEÍNAS DE ALTA DENSIDAD (H.D.L.)

Vigencia al 31 de agosto de 2017.

**EL BUEN LUNES**



# Cuando sobrevivir no tiene edad

• **Crece el número de abuelos que necesitan trabajar**

Miguel Ángel Sánchez

A pesar de sus 70 años, Luciana tiene que levantarse todos los días a las 5 de la mañana para irse a trabajar. Originaria de San Mateo Xalpa, delegación Xochimilco, se ve en la necesidad de conseguir su sustento, ya que desde hace 23 años quedó viuda y carece de una pensión que le ayude a cubrir sus gastos.

Debido a su edad, se ha enfrentado al rechazo de empresas cuando solicita un empleo, lo que la ha orillado a emplearse en casas, donde hace limpieza, actividad que le retribuye un ingreso de 50 pesos diarios, como máximo.

La situación que viven los adultos mayores en México suele ser repetitiva, cada vez más abuelos están obligados a buscar

empleo para subsistir, porque reciben una pensión que no les alcanza, o no la tienen, sus hijos no los apoyan, o de plano están solos.

“A los adultos mayores no hay quién les respalde, sufren abandono social y económico de la sociedad, y el de sus propias familias”, señaló Paola Martínez, trabajadora social, y directora de la Fundación Xicoténcatl, dedicada a cuidar y dar capacitación laboral a gente de la tercera edad.

El problema de los adultos mayores no es menor, según la Encuesta Intercensal 2015: en México hay 12.4 millones de personas de 60 y más años, lo que representa 10.4 % de la población total. De

ellos, más de 4.5 millones trabajan, principalmente, en limpieza o aquellos empleos donde no hay sueldo, solo propinas.

Y este número crecerá, ya que de acuerdo con las proyecciones del Consejo Nacional de Población (Conapo), en 2030, este sector aumentará 14.8 %, lo que significa que para esos años habrá

20.4 millones de abuelos, con múltiples necesidades.

“Un adulto mayor necesita alimentos, medicamento, vestimenta, y si padecen enfermedades crónico-degenerativas, tiene que comprar medicamentos muy costosos, y solo lo resolverá”, recalzó Paola.

Resolver este pendiente, explicó la

**43.8 % de los abuelos recibe ingresos por programas gubernamentales**

**10.7 % tiene apoyo de algún familiar dentro del país**

**8.2 % de alguien que vive fuera del país**

**37.3 % no tiene apoyo y debe trabajar**



**25%**  
de descuento\*

Ahora también en Análisis Clínicos del Dr. Simi®

**TODOS LOS LUNES**  
durante agosto

\*No se aplica en paquetes, perfiles u otras promociones.  
\*Se aplica todos los lunes de agosto de 2017.



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



trabajadora social, es urgente porque la expectativa de vida crece, y con ello los años en que deben emplearse para conseguir sus ingresos.

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi), estima que en 2020 los hombres vivirán, en promedio, 78 años, y las mujeres, 81, por lo que en 2050 más de la cuarta parte de la población en México será vieja.

Como ejemplo de lo que se avecina, el Instituto Nacional de Geriátrica (Inger) anunció que en el país ya hay más adultos mayores de 60 años que niños menores de cuatro, pues en 2015, 10.4 por ciento de la población tenía más de 60 años, lo que equivale a 11.6 millones de individuos, mientras los infantes de cero a cuatro años fueron 10.5 millones.

“Los abuelos se convierten en una carga social, y las familias no los valoran, los olvidan o los explotan. Hace poco llegó a mí una adulta mayor que tenía que vender gelatinas. Su cuota mínima era de 30 pesos, porque si ella no daba ese dinero en su casa no tenía derecho a comer”, reveló Paola.

Pero el panorama de los abuelos no es fácil, aunado al olvido familiar y verse en la necesidad de laborar, muchos también deben afrontar problemas de salud. Del total de adultos mayores (60 años y más) 26 por ciento tiene discapacidad, y 36.1 por ciento posee alguna limitación, según datos de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (Enadid).

Mientras tanto, algunos otros están solos, 37.2 % de las mujeres de la tercera edad son viudas, mientras que 13.4 % de los hombres también se encuentran en esta situación.

#### Vida productiva

Para Paola Martínez un adulto mayor tiene mucho que dar, ya que la gran mayoría tiene grandes conocimientos que compartir y ganas de superarse.

“El caso de Luciana es excepcional. Además de trabajar en casa, aprendió a hacer joyería y la vende, también sabe dar masajes terapéuticos, elabora pomadas naturistas y acaba de entrar a estudiar herbolaria, aparte de tomar un curso de iniciación a las artes. Es gente de trabajo, solo falta valorarla”, dijo.



## Editorial

### Malos ratos, malos funcionarios

Cuando creíamos que en materia de corrupción, impunidad y cinismo habíamos visto todo, ¡vaya que se esmeran en demostrarnos que en México se puede “pasar un mal rato”, pero jamás perderse la capacidad de asombro!

Del socavón, de sus 12 metros de diámetro y cinco de profundidad, que se originó a solo tres meses de inaugurarse, de pronto muy pocos hablan, porque muy bien protegido por el nuevo Sistema de Justicia Penal, de Guatemala nos envían un delincuente al que el debido proceso tiene que respetarle sus derechos humanos (de ahí la cara desvanecida, por si andaba con el pendiente).

Ah, porque hoy -ofrecemos una disculpa- no se les dice por su nombre: de-lin-cuen-te, sino “imputado”, en tanto la autoridad no demuestre que, en efecto, el sujeto de marras lavó dinero (¿eso es delincuencia organizada, no?); incurrió en peculado, abusó de su autoridad y en pleno incumplimiento de su deber legal, traficó influencias.

El caso es que Don Duarte de Ochoa regresó muy hípster y literalmente mandamos al socavón toda responsabilidad de un Estado que es culpable por omisión de que el malhadado Paso Express en Cuernavaca -obra licitada en 2014- se haya entregado a pesar de las denuncias en contra.

Para empezar, que una de las empresas constructoras fuera directamente ligada a Gutsa Infraestructura, inhabilitada por el gobierno, al incumplir con trabajos de reparación en la autopista del Sol y la tristemente célebre “Estafa de luz”.

Otra, el impacto ecológico que originó el desvío del drenaje a zonas de cultivo y la reserva Barranca de Chapultepec, así como la tala de más de tres mil árboles.

¿Más?... que una obra licitada por 1,045 millones de pesos, terminara costando el doble (2,213 millones) y, encima de todo, que haya sido inaugurada a pesar de los reclamos de los vecinos de Chipitlán que hablaban de la afectación en sus inmuebles, del riesgo del colapso de un muro que se levantó sobre el inútil drenaje bajo el Paso Express y las fotografías que se entregaron advirtiendo del peligro inminente de un accidente.

Nada valió.

¿Ética?... ¡por favor!; ¿alguien puede consentir que dos vidas merezcan una frase que dibuja de cuerpo entero el desprecio de la auténtica delincuencia organizada que gobierna nuestro país?

Sí, porque al hablar de “delincuencia organizada”, todos debiéramos coincidir que esta no es el narco, sino los políticos que lejos de condolerse consideran “un mal rato” la muerte de dos personas.

Así que si el individuo tuviera pudor, antes de soltar estupideces y advertir que no estaba “aferrado” al puesto y si su jefe se lo pedía, él renunciaba, el secretario de Comunicaciones y Transportes, Gerardo Ruiz Esparza, debió largarse de inmediato.

Por eso decimos que cuando creíamos no sorprendernos por nada, viene un sujeto indolente a dejarnos claro que la indecencia gubernamental no tiene límites y que siempre, pero siempre, se puede estar más abajo... más allá del fondo del socavón. Allá donde se protege el derecho humano del delincuente, ni se inmutan porque su corrupción sea exhibida y, encima, se mofan del dolor del pueblo.



# Santiago, el primer gran fan

Marilú Carrillo

Se llama Santiago Ruiz Meza, de Guasave, Sinaloa. Fue el protagonista de un video viral subido a la red, por un payaso que animó su fiesta, un cumpleaños singular, claro está, porque el pequeño eligió como temática al Dr. Simi.

“Mi niño adora al Dr. Simi, es su fan, y no dudé en organizarle un cumpleaños como debe ser, con piñata, pastel, incluso las bolsitas de dulces fueron las de las medicinas de Farmacias Similares. ¡Hasta quiso disfrazarse!, se la pasó bailando como botarga, le encanta”.

“Una señora me hizo mi disfraz con una corbata azul y un traje bien bonito, quería mis zapatotes como él, pero no había”, dijo el pequeño Santiago.

Esa inocente admiración y cariño de un pequeño hacia la imagen de la cadena farmacéutica más grande de América Latina, nos hizo volver la mirada para reconocer a los auténticos “seguidores” de un personaje creado en 1998, que

representa seguridad, solidaridad, confianza y amistad, como conceptos insignia.

Así que, nuestro querido doctor le llamó por teléfono para invitarlo a la Ciudad de México y festejar su cumpleaños número 5, otra vez, pero ahora, ¡al estilo Simi!

“Más allá de viajar a México en avión por primera vez, lo que lo emocionaba era la idea de pasar un fin de semana con su personaje favorito, porque Santi lo considera un superhéroe. Y cuando llegamos al aeropuerto, ahí lo estaba esperando el Dr. Simi, mi hijo corrió a abrazarlo, su cara le cambió”.

Se trasladaron a Kidzania, el parque temático con concepto de ciudad interactiva, donde Santi eligió la sucursal de nuestras farmacias, para trabajar, y ¡vaya que se divirtió! Hizo medicamentos, surtió recetas y tomó el rol de vendedor. Nos sorprendimos cuando el pequeño, iden-



tificó algunas sustancias y cajas: “Estas me da el doctor cuando me enfermo de la garganta”.

Entonces, los clones del Dr. Simi, caracterizados de bombero y policía, entraron con un pastel, le cantaron *Las Mañanitas*, y sopló sus velas. Después llegaron al teatro de la ciudad que, por cierto, fue reservado para que este par de amigos bailara al ritmo del “Simipasito”.

“Él está disfrutando el momento, basta con verlo para saber que está realmente feliz. Cuando llegamos al hotel, solo dijo: ‘¡Ah qué bonita casota la del Dr. Simi!’. Estoy agradecida porque nunca me imaginé que recibiríamos este premio por la afinidad y preferencia porque, pues, ¿qué empresa hace esto?, otros solo nos ven como clientes, y aquí bien que nos apapacharon”.

El siguiente día lo pasaron en el museo interactivo infantil por excelencia, y después de una comida generosa, el Dr. Simi lo llevó a descansar. Fue al cine y a

un centro de diversiones infantil. Santiago no quiso regresar a Guasave sin mostrarle al Dr. Simi las coreografías que había aprendido tan solo de verlo a las afueras de la farmacia cercana a su casa.

“Ya bailo como él, siempre me saluda, es mi amigo, me abraza; pero como está muy grandotote, se agacha”.

Su madre aseguró que los valores que definen a Santi, son la solidaridad, honradez y generosidad. “Se identifica con el personaje, con esa alegría por vivir”. Santi recibió un regalo de despedida y satisfecho con la visita abrazó a su amigo y le dijo: “Gracias por todo, Dr. Simi, te quiero mucho”.

¿Qué le parece, querido lector? Estamos en busca de los fans del Dr. Simi, aquellos que se identifiquen y aprecien al personaje, que muestren su potencial al bailar como él y, sobre todo, que sigan los valores que promueve nuestra empresa: justicia, igualdad y respeto. ¿Quién será el siguiente fan #OrgullosamenteSimi?

Mundo Simi



No es tu cumpleaños, pero es similar...


**¡Gánate el mejor día de tu vida con el Dr. Simi!**

Si a tu hijo, sobrino, hermano... le gusta el baile, ¡ayúdalo a pasar un día lleno de diversión junto al Dr. Simi®, y llevarse muchos premios!



Ganar es muy fácil



Tómale un video de **no más** de un minuto bailando el “Simipasito”, y previa autorización correspondiente\*, súbelo en los comentarios del video oficial del “Simipasito” que publicamos en el  de Farmacias Similares® el 29 de julio.

El ganador será el video que **MÁS**  reúna durante la vigencia de la dinámica.

Consulta las bases y restricciones en **facebook:**  
**@FarmaciasSimilares**

\*Recuerda que la imagen de las niñas y los niños se encuentra protegida por la Ley, por lo que se necesita la autorización de sus padres o tutores o de quien ejerza la tutela o patria potestad para poder participar en esta dinámica.





Leer por  
contagio

Alejandro Portilla

## Lectura, placer incógnito

Una lectura tiene muchos rostros que, como si fueran máscaras, los lectores decidimos vestir, según la ocasión. Puede ser un esfuerzo por interpretar al autor e indagar por qué escribió de tal o cual forma y sonsacar sus secretos conforme avanzamos.

Puede ser también que busquemos un escape a nuestra realidad; otros ojos para ver el mundo u otros mundos. O ser, en cambio, una búsqueda de nosotros mismos en otros espacios, en otras personas. Sea como fuere, la lectura puede ser tan maravillosa como un viaje por el orbe, sin necesidad de pagar aviones y hoteles. O puede no serlo. La lectura debe ser una experiencia estética motivada por el placer incógnito del texto, por lo desconocido. No sabemos qué encontraremos y no todos los textos son para nosotros. Pero todos los textos pueden llegar a serlo. En la lectura, pese al placer, hay un método riguroso y cansado que toma años en irse desarrollando dentro de nosotros.

Toma tiempo y esfuerzo ser un lector constante, y esto hay que reconocerlo siempre. Por ello, no es agradable apurar la lectura, cosa que incluso puede llegar a ser contraproducente. Alguien que usa distintas máscaras frente a un texto, es quien ha probado y degustado otros, en muchas ocasiones, alguien que ha refinado su habilidad lectora con el esfuerzo de muchas páginas dejadas atrás.

La lectura se siente como una amiga cuando la hacemos tal, cuando le damos la oportunidad de abrazarla y pasar años junto a ella. Y nos trata mal cuando la olvidamos en un rincón y la buscamos cada mucho tiempo. Hacer la lectura nuestra es hacernos de ella, volvernos "clientes frecuentes". De ahí que no hay que olvidarse nunca de ella, aunque a veces dejemos de darle una visita y sentarnos a su lado para reír o llorar, pero siempre a disfrutar.

• ¡Ay, ojitos pajaritos!

# Por las calles de la ciudad

Armando Ramírez



Hay calles en la Ciudad de México que al recorrerlas nos hablan; ¡sí!, encontramos en sus construcciones parte de la historia de México. Avenida Hidalgo, por ejemplo, es una de ellas, en el tramo que corre por la Alameda Central, que es la prolongación de la calle de Tacuba. Primero, porque en ella huyeron los españoles en la Noche Triste al ser atacados por la furia de los aztecas. Cuentan las crónicas que iban cargando sus tesoros pero, a medida que les entraba la prisa, fueron arrojándolos a los canales que corrían parejo a la antigua calzada de Tacuba.

Por eso cuando excavaron para la construcción de la línea del metro, que iba al principio hasta el pueblo de Tacuba y ahora llega hasta Cuatro Caminos, encontraron algunos de esos tesoros, uno de ellos fue un tejo de oro, que actualmente se exhibe en el museo del Templo Mayor.

A esa altura está la plaza de la Santa Veracruz, que tiene su historia. Ahí, en la mitad del siglo XX, se vendían coronas y arreglos florales para los velorios, y los floristas estaban toda la noche. Ahí se filmó una escena célebre de la película *Los*

*Caifanes*, cuando se llevan una corona de difunto. Ahí mismo está el templo de la Santa Veracruz, una de las capillas que mandó construir Hernán Cortés a la caída de Tenochtitlán. En esa plaza también está el templo de San Juan de Dios, cuya fama obedece a que se venera a San Antonio de Padua, el santo que, según la creencia popular, ayuda a conseguir novia o novio.

El templo de San Juan de Dios tenía un convento, ahora es el Museo Franz Mayer, y lo que fue parte de la sacristía de la Santa Veracruz es el Museo de la Estampa, donde puede ad-

mirarse la obra de Guadalupe Posada.

Una cuadra adelante, sobre avenida Hidalgo, encontrará el Hotel de Cortés, que en la época novohispana fue un hostel donde llegaban los novicios a la Nueva España. Ahí pasaban su primera noche para luego llegar a sus conventos. Esta construcción, en el siglo XX, fue una vecindad donde de niño vivió Germán Valdés "Tin Tan".

¿Cómo la beisbol? Y no le siga hasta San Hipólito, donde fue la batalla de la Noche Triste. Digo, luego se los cuento. ¡Ay, ojitos pajaritos!



# muelsh

Auxiliar en el tratamiento y disminución de la inflamación, comezón y molestias derivadas de la dentición infantil.

Precio Máximo al Público

\$120.00

PRECIO Farmacias Similares

\$69.00



La medicina para tu bienestar\*

Naturalmente Nartex @nartexlabs nartexlabs

www.nartexlabs.com

Vigencia al 31 de agosto de 2017.

## Horóscopos Amira contigo



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

Recibirás dinero proveniente de los otros. Mejorarás tu economía y tendrás propuestas de negocios y dinero. Se abren nuevos caminos en el aspecto profesional. Marte en el signo de Leo favorecerá tus empresas.

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

Finca tus relaciones cercanas sobre bases nuevas y actúa para lograr armonía en tu vida. Tendrás que hacer que coincidan los ideales con la realidad que vives, y mide hasta qué punto tienes el poder de realizar mucho con poco en tu trabajo.

**Geminis** (mayo 22 - junio 21)

Urano hace que tus relaciones afectivas sean cortas. Posibles disputas en el trabajo. Aumenta tu capacidad para ganar dinero; piensas en el ahorro. Tus amistades, pareja y eventos acaparan tu atención. Hay tendencia a gastar demasiado dinero.

**Cáncer** (junio 22 - julio 22)

Posibles conflictos por tu manera de reaccionar ante experiencias afectivas. Toma tus precauciones para no caer en falsas ilusiones; recibirás dinero. Los sentimientos son fantasiosos, no agrandes las cosas para que no se salgan de tu control.

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

Sientes atracción por una nueva pareja. Tomas decisiones importantes en el trabajo. Dos eclipses en este mes indican que debes confiar únicamente en tu propia fuerza. En el trabajo hay que ser activo, evita ser egoísta con otros.

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

Contratiempos y malos entendidos con tu pareja, de ti dependerá solucionarlos. El trabajo marca presiones que se verán recompensadas. Deja a un lado las limitaciones; tendrás que tomar decisiones importantes.

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

El temor a fracasar puede acercarte a experiencias sombrías que quieras alejar de tu vida. Mercurio te otorga inteligencia e intuición; tu labor será reconocida. En el amor hay facilidad de expresar cosas que te costaba trabajo decir.

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

Cambia actitudes negativas y cultiva una visión positiva de la vida. Cargas con responsabilidades impuestas por otros que no te corresponde llevar. Evita precipitarte en el amor, hay un periodo de confusión, debes aclarar tu mente.

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

Mercurio te sugiere pensar más en lo que une, y no en lo que divide tanto con tu pareja como en el ambiente de trabajo. Aislarte y actividades como la meditación pueden modificar tu vida. Hoy, la tensión familiar muestra su impacto en tu salud.

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

No es positivo caer en la actitud de arrojar culpas a los demás. Plutón desborda tus emociones. Las actitudes defensivas son un obstáculo para mejorar tus relaciones. Hoy es tiempo de adherirse más a quien amas y establecer compromisos fuertes.

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

Habrás responsabilidades que tendrás que atender urgentemente. Lucha contra la apatía, recuerda que la ociosidad es la madre de todos los vicios; por ello, puedes caer en las garras del desempleo. El éxito te exige ser propositivo y trabajar.

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

El mensaje de Venus para ti es adaptarte al medio. Te relacionas en buena onda con los demás, toma medidas que impliquen seguridad para tu familia. En el amor atiende tus presentimientos. Es propicio viajar, cambiarse de domicilio y de trabajo.

¡Feliz cumpleaños a todos los nativos de Leo!

¡No te pierdas tu programa radiofónico!

Amira contigo

Escúchanos a través de siminforma.com.mx por SimiRadio o a través de la App Tuneln

**Todos los viernes 6. P.M. Con el lucero de la tarde**

“Después de escucharnos tu vida no será la misma”

**Consultas: amiradelsers@yahoo.com.mx**



**Desde la loma  
de los disparos**

Baltazar Ignacio Valadez

## Envidia de la buena

El único mexicano que ganó un puesto en el Juego de Estrellas 2017 fue Roberto Osuna, el cerrador de los Azulejos de Toronto, uno de los equipos que, desgraciadamente, anda dando tumbos en la Liga Americana. El hecho demuestra que el actual no es tiempo de vacas gordas para nuestro beisbol, pues ni la Liga de Verano ni la de Invierno han producido figuras, de esas que jalan aficionados a los parques y que les llenan el ojo a los buscadores de la Gran Carpa.

Igual estuvieron los campeones Cachorros de Chicago, pues ninguno de sus jugadores quedó en el roster del Juego de Estrellas, lo que resulta triste y humillante. Creo, sin embargo, que para el próximo año se sacarán la espina y colocarán por lo menos un par de figuras.

El mandón es el beisbol dominicano, ya que diez de sus figuras fueron seleccionadas para participar en el juego de media temporada, reservado para las luminarias del beisbol mundial. La verdad, siento envidia, pero de la "buena", porque la envidia "mala" fue definida por Santa Teresa de Ávila como "el inmenso dolor que se siente por el bien de los demás".

Por lo que a mí toca, ningún dolor siento por tantas y tantas figuras que produce el beisbol dominicano; por el contrario, experimento una gran alegría por el prestigio que se ha ganado la pelota caliente latinoamericana, gracia a jugadores legendarios, como Luis Aparicio, Luis Tiant, Juan Marichal, Roberto Clemente, Aurelio Rodríguez y, desde luego, el gran Fernando "Toro" Valenzuela.

A propósito de esto, vale decir que me parece por demás interesante la propuesta de que se forme una selección con jugadores latinos de la actualidad, y que se enfrenten en una serie de cinco juegos contra estrellas selectas estadounidenses. Tres de esos encuentros podrán llevarse a cabo en territorio estadounidense y dos en algún estadio latino. Pero usted, ¿qué opina?

# Pacquiao para presidente

**Fernando Gutiérrez**

Manny Pacquiao (38 años) nació para el boxeo. Su físico y actitud están hechos para eso. La violencia y abandono familiar que sufrió de niño, lo pusieron en camino de los cuadriláteros. Supo canalizar ese sufrimiento hacia un deporte que, paradójicamente, también es cruel, doloroso y corrupto. Pero en ese escenario encontró la forma de vaciar su coraje.

Fue en un gimnasio, donde dormía tras ser echado de su casa por el padre, donde aprendió la disciplina del boxeo. Lo demás fue cosa de su talento y aptitudes físicas. Hoy es uno de los mejores peleadores de todos los tiempos, uno de los más adinerados y quizá el primer deportista que termine como presidente de un



país, Filipinas, que lo vio nacer, crecer y donde ha donado sumas millonarias para construir escuelas.

Y todo, en el nombre de Dios, porque, eso sí, es católico hasta el tuétano. Y de eso da testimonio cuando, antes de un combate, se arrodilla en una esquina para implorar la ayuda divina.

Pero este personaje, de trato bonachón, no es un extraterrestre. Es de carne y hueso, con problemas comunes, que debe resolver todos los días, como es el caso de su dieta, muy estricta para su condición de guerrero de alto nivel: solo come arroz al vapor, acompañado de pollo o res, diario. Se alimenta cinco veces al día, consumiendo un promedio de 8 mil calorías con el fin de mantener su peso y energía. ¡Ah!, y no bebe agua helada porque la considera perjudicial para la salud, así que solo la toma al tiempo o caliente.

Por si fuera poco, realiza más de 2,500 abdominales por día y corre varios kilómetros muy de mañana.

Le encanta la música y tuvo una breve carrera como cantante y actor, sin éxito. Bueno, "zapatero a tus zapatos", diría la abuelita.

Es un hombre interesado por la política de su país, y muy aficionado a la fotografía. Tiene un perro de la raza Jack Russell, llamado "Pacman", en honor a su apodo. Este can, de nueve años, lo acompaña diario cuando sale a correr.

También es entrenador y jugador de un equipo de basquetbol en Filipinas y, por si fuera poco, es el primer atleta filipino de la historia en aparecer como personaje de un juego de video.

Pacquiao, a punto del retiro, es un ejemplo de superación, lucha, entrega y corazón. Ya está en el Olimpo.

*fegutierrezp@gmail.com*

# Unas águilas ochenteras

América, uno de los equipos más populares del balompié mexicano, vivió su mejor época en la década de los 80, en la que conquistó cinco títulos de los 12 que ha logrado en primera división.

Emilio Diez Barroso, presidente del equipo de 1981 a 1996, revolucionó al conjunto en todos los sentidos: cambió la imagen de los "Cremas" a las "Águilas", la cual incluyó no solo el mote, sino también el uniforme, y la fórmula para ser un cuadro ganador.

Durante su gestión, el club capitalino logró el primer y único tricampeonato que ostenta, en las temporadas 1983-84, 1984-85 y Prode 85, en las que derrotó a dos de sus más acérrimos rivales, Guadalajara y Pumas de la UNAM, así como al Tampico Madero.

Luego de siete años sin título, en la campaña 1983-84, el cuadro dirigido por Carlos Reinoso se midió en la final con el "Rebaño Sagrado", al que venció 5-3 en el global, luego de empatar 2-2 en el Jalisco y de imponerse 3-1 en el estadio Azteca.

En la campaña siguiente repitieron en la final, ahora contra Pumas, con el que igualaron 0-0 en la "ida" y 1-1 en la "vuelta", por lo que, de acuerdo con el reglamento, debieron jugar un partido de desempate, 3-1 favorable para los de Coapa en La Corregidora.

El tricampeonato llegó en el Prode 85, sin seleccionados, concentrados rumbo al Mundial de México 86. Tras caer 4-1 con Tampico Madero en la "ida", lograron una histórica remontada 4-0 para lograr el título. Los dos últimos fueron bajo el mando de Miguel Ángel "Zurdo" López.

La década se complementó para ser casi perfecta solo algunos años después, ya que lograron el bicampeonato de las campañas 1987-88 y 1988-89, en las que lograron los títulos al vencer a Pumas y Cruz Azul.

En esas dos campañas también el equipo celebró los títulos de Campeón de Campeones, mientras que a nivel internacional conquistó la Copa de Campeones de Concacaf en 1987.



Fanático 17

3 DE SEPTIEMBRE

7:00 AM

CIRCUITO REFORMA

SIMI CARRERA

CDMX 2017/10 y 5 KM

En apoyo a:

f Simi Carrera

@simicarreras

#MisiónTarahumara

GANADOR ABSOLUTO 10K 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

Todos los ganadores recibirán trofeo conmemorativo

INSCRIPCIÓN: \$200

CUPO LIMITADO: 10,000 CORREDORES

CENTROS DE INSCRIPCIÓN:

**POR INTERNET:** En [www.asdeporte.com](http://www.asdeporte.com) pagando con tarjeta de crédito (Visa, MasterCard o American Express) a partir de la presente convocatoria.  
**INNOVASPORT:** En tu tienda más cercana.  
**FARMACIAS SIMILARES\*:** Asignadas en la CDMX y zona metropolitana, de 08:00 a 20:00 hrs.

Notas importantes:

- \*Precios sujetos a cambio sin previo aviso
- \*Las inscripciones por Internet son más costo por servicio.
- \*Las inscripciones extemporáneas estarán sujetas a disponibilidad.
- \*No se recibirán inscripciones por teléfono
- \*Las inscripciones no son reembolsables
- \*Las inscripciones no son transferibles

www.simicarreras.com.mx

SIMITEL: 01 800 911 66 66

#20AñosDe

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

75%

DE DESCUENTO

**BBVA Bancomer** **GELpharma** **e.pura** **ONEFOUR**  
**home&health** **Farmiver** **Docler** **CHARLES** **SENYE**



Cine +

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com

## La libertad del diablo

En ocasiones, me preguntan: “¿Qué opinó del cine mexicano?”, insinuando que este es un género cinematográfico más, que se puede analizar o comentar como alguna película de terror, ciencia ficción o comedia romántica, pero no es así. El cine mexicano es una industria, una organización que abarca todo lo relacionado con las películas, las salas de proyección e, incluso, las leyes que tienen injerencia en su realización.

Por esto es extraño y un poco molesto escuchar a algunas personas decir: “A mí no me gusta el cine mexicano”, como si ver una película de comedia mala representara a toda la industria, como si Eugenio Derbez y Martha Higareda fueran los iconos del cine nacional. Afortunadamente, no es así, la industria cinematográfica en nuestro país es mucho más de lo que nos ofrecen las salas comerciales. Si en verdad ponemos un poco más de atención a todo lo que se produce, no podríamos decir: “No me gusta el cine mexicano”.

Tenemos instituciones como la Cineteca Nacional, que entre sus múltiples aportaciones está la de mantener un espacio para la proyección de películas que, lamentablemente, no tienen un lugar en las salas comerciales, y no por su calidad, sino por la falta de dinero y contratos con cadenas como Cinépolis o Cinemex. Muchas veces son estas películas, que no cuentan con grandes apoyos económicos, las que representan un retrato real de nuestra sociedad. Son realizadas por apasionados del cine, personas que incluso gastan su dinero solo por amor y dedicación, por su compromiso y necesidad de plasmar lo que viven y lo que les rodea. Un ejemplo de esto es *La libertad del diablo* (2017), un documental de Everardo González. Una cruda recopilación de testimonios de personas involucradas en la triste, agobiante y dolorosa guerra contra el narcotráfico. Un retrato que le da voz a víctimas, autoridades y victimarios. Escuchar las palabras de dolor de quienes perdieron a sus seres queridos, seguidas de un intento de humanización de los victimarios, que describen sus sentimientos al arrebatar una vida, es un potente impacto audiovisual, una radiografía de nuestra realidad social actual. Una gran película mexicana.

## Se defiende a la séptima potencia

Fabián Montes

Con presencia en México y Estados Unidos, la Séptima Banda promociona su nueva discografía *Micha y Micha*.

Esta agrupación, conformada por 19 músicos, llega con este disco a la cúspide del éxito luego de vivir varias transformaciones, ya que en sus inicios se hacía llamar “Banda Chelis”.

“Empezamos con el nombre de un profesor que estimábamos mucho, después lo cambiamos a Banda San Luis, seguido por Banda Aventura, pero por cuestiones legales nos transformamos a Séptima Banda, el cual nos ha gustado mucho, y si en algún momento es necesario, peharemos por él”, aseguró el grupo.

Séptima Banda comentó para *Siminforma* que los 12 temas que incluye su nueva producción han generado un gran éxito y nos explican el nombre de este.

“Escogimos *Micha y Micha* porque incluimos seis temas en vivo y seis que fueron grabados en estudio, consideramos que era algo novedoso, y a la gente le ha gustado”.

Entre las 12 canciones se incluye el sencillo *Se defiende*, que estuvo nominado a Mejor Canción para “La Troca”, de los Premios Juventud 2017.

“Este sencillo salió antes en Estados Unidos que en México y logró ubicarse

en los primeros lugares de la lista Billboard”, contó la agrupación, que nació en Guamúchil, Sinaloa.

Con la fiesta en la sangre, la agrupación está de gira con Gerardo Ortiz en *Dos mundos, una historia número 5*.

“Esta gira consiste en 40 presentaciones que finalizaremos en noviembre, no hemos llegado ni a la mitad, pero vamos muy bien; además, no abandonamos las presentaciones exclusivas de Séptima Banda”.

Este grupo admitió que los constantes conciertos los han llevado a consolidar una familia cercana.

“No tenemos conflictos entre nosotros, sabemos respetarnos, incluso con quién sí o con quién no hacer algo”.

Contaron que siempre tienen la mira hacia adelante y en cada entrega ponen su mayor esfuerzo.

“No hemos desistido de trabajar ni un solo momento, tratamos de hacer buena música, que venga del corazón, y la gente le da palomita a lo que hacemos”.

Así que entra al canal de Séptima Banda en YouTube, donde tiene más de 150 mil suscriptores para escuchar sus canciones, y opina sobre este nuevo álbum, *Micha y Micha*.



Higiene es salud. Vigencia al 31 de agosto de 2017.

De venta en  
**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" 75%

# De la música, a la actuación

Fabián Montes



Márama vive una historia de telenovela con su sencillo *Nena*, y no es para menos, pues es la canción tema de *Mi marido tiene familia*, producción de Juan Osorio (divertida historia donde el amor toma un punto clave para el desarrollo de la trama).

Este grupo uruguayo, que se ha presentado en los escenarios de su tierra, Chile y Argentina, llegó a México con un estilo fresco, la cumbia pop, un ritmo con el que pretenden hacer bailar a todos los mexicanos.

“Es un género que se compone de historias, estructuras y melodías del pop, pero al ritmo de la cumbia que hacen una

mezcla de un baile alegre que habla del amor y de la vida”, comentan.

Con la dicha de estar en la lista de los 10 más escuchados en Spotify Argentina, con los temas *Loquita*, *Todo comenzó bailando*, *Bronceando* y, por supuesto, *Nena*, nos comentan que en el trabajo interpretado por Daniel Arenas y Zuria Vega tendrán un espacio especial.

“En la trama hay un bar que se bautizó con nuestro nombre, *Márama*, un lugar que los personajes frecuentan; además nos verán en nuestro papel de actores, no diremos en qué capítulo ni cómo, para que sigan la historia”.

La agrupación, que traspasó la vida musical, admite que su visita a México les ha dado grandes satisfacciones.

“Nos ha ido muy bien en México, desde las oportunidades como agrupación hasta el trato con la gente; aquí son cálidos, nos trata como si fuese nuestra casa; aunque aún no nos acostumbramos al picante, como las enchiladas”.

Y agregan:

“El siguiente paso es entrar a Estados Unidos, después de que todo México nos conozca y, si se puede, seguir actuando”.

Así que si quieren moverse al ritmo de las telenovelas, escuchen al grupo *Márama* con su estilo de cumbia pop.

## Frente a la tele

Álvaro Cueva  
alvaro@alvarocueva.com



## El vuelo de la victoria

La vida está llena de sorpresas, como la telenovela *El vuelo de la victoria*, de Televisa.

¡Qué melodrama tan más bonito, fresco, entrañable y familiar!

Y no, no se deje llevar por las apariencias, incluso tratándose de una telenovela clásica, muy en el estilo de la vieja empresa de Emilio Azcárraga Milmo; aquí hay innovaciones.

El ritmo al que ocurren las situaciones, por ejemplo, es mucho más dinámico que el utilizado en el pasado, y a la tradicional historia de amor se le suman situaciones que se relacionan con otros asuntos mucho más de hoy, como la comunicación o el deporte.

Pero, ojo, sin hacer a un lado la perspectiva humilde, popular.

En resumen, estamos hablando de una buena telenovela y eso, en estos tiempos de *La piloto* y *Nada personal*, créame, es un hallazgo.

*El vuelo de la victoria* cuenta la historia de una chica pobre que a base de honestidad, trabajo y entrenamiento físico triunfa en la vida, el deporte y el amor.

Sí, yo sé que suena de lo más convencional, pero le juro que hay una audiencia desesperada por esta clase de contenidos que, desatendida por el espejismo de otras plataformas, ya no estaba recibiendo telenovelas de verdad.

*El vuelo de la victoria* es una telenovela de verdad, un concepto que nos remite a lo mejor de lo mejor que se hacía en los tiempos de Thalía, Adela Noriega, Verónica Castro y Lucía Méndez.

Ojalá que usted también la pueda sintonizar todas las tardes. Está perfectamente bien programada entre *Como dice el dicho* y *La rosa de Guadalupe*.

Su reparto no puede ser más atinado, desde Paulina Goto, Andrés Palacios y Mane de la Parra hasta Susana Dosamantes, René Strickler y Jorge Poza. ¿Y qué me dice del escritor, el gran Carlos Romero (*Marimar*), o de la productora Nathalie Lartilleux (*Corazón indomable*)?

*El vuelo de la victoria* es un pequeño gran acontecimiento para quienes amamos las telenovelas.

Por favor, luche por verla con el mismo amor con el que veía aquellas grandes telenovelas de antes. Nos hacía falta algo así. ¿A poco no?

## Carcajada del corazón

¿Es inicio de semana y no sabe qué hacer? No se preocupe, en el Foro Shakespeare podrá ver la obra *Puro Amor*, propuesta teatral dirigida por Paloma Mozo, protagonizada por Adriana Montes de Oca, Marcos Radosh y Rubén Enríquez.

Con esta puesta en escena, compuesta por *sketches* para adultos y adolescentes, se pretende divertir al público a través de la dualidad entre el amor y el desamor. No se la pierda los lunes, a las 20:45 horas. La obra estará hasta el 25 de septiembre en Roma No.7, colonia Condesa.



# COMPRA REGISTRA y ¡GANA!



**20  
AUTOS**



**20  
MOTOCICLETAS**



**200  
PANTALLAS 40"**

REGÍSTRATE EN:

- SIMITEL 01 800 911 6666
- [www.farmaciasimilares.com](http://www.farmaciasimilares.com)
- APP Farmacias Similares®



*Oribe Peralta*  
Oribe Peralta  
Futbolista



Titular: Farmacias de Similares, S.A. de C.V. con domicilio en Alemania número 10, Col. Independencia, Benito Juárez, Ciudad de México. Por cada compra de algún producto participante en "Farmacias Similares" dentro de la República Mexicana, se tendrá una oportunidad de participar y ganar 1 de los 20 automóviles Nissan March 2017 transmisión manual con aire acondicionado, o 1 de las 20 Motos MB Motos, modelo Retro 150 CC, o 1 de las 200 pantallas planas Sony de 40 pulgadas, Modelo KDL-40W650D. Solo participarán tickets de compra emitidos entre los días 01 de agosto de 2017 y 30 de septiembre de 2017; no participan productos clasificados como medicamentos y/o agua embotellada en todas sus presentaciones, ni tickets de compra mayores de \$1,499.99 M.N. Los tickets deberán registrarse en la App "Farmacias Similares" o en [www.farmaciasimilares.com](http://www.farmaciasimilares.com) o llamando al SIMITEL: 018009116666, proporcionando: Nombres(s), apellidos, teléfono, e-mail (obligatorio para el registro en App), domicilio, código participante de ticket y el monto del mismo. Fecha límite para el registro de tickets: 06 de octubre de 2017 a las 23:59 horas (tiempo del centro). Fecha de sorteo: 20 de octubre de 2017 a las 12:00 hrs. (tiempo del centro) en el domicilio citado. Información, aclaraciones, bases, mecánica, reclamo de premios, otras restricciones y aviso de privacidad en [www.farmaciasimilares.com](http://www.farmaciasimilares.com) y/o en SIMITEL. Publicación de resultados: 20 de octubre de 2017 en los medios citados para el registro de tickets y el 23 de octubre de 2017 en los periódicos "El Universal" y "Reforma". Permiso SEGOB: 20170293P508 con vigencia: del 01 de agosto al 20 de octubre de 2017; total de premios: 240 con valor de premio mayor de \$144,900.00 M.N. I.V.A. incluido; fianza número: 2277-02539-9 Afanzadora Insurgentes, S.A. de C.V. G.F. Aserta.

**#20AñosDe**



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO