

SIMINFORMA

Por Un País Mejor®

siminforma.com / Octubre 2017 / Núm. 426D / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



¡Estamos en pie!







25%

de descuento*

Ahora también en

Análisis Clínicos del Dr. Simi®

TODOS LOS LUNES

durante octubre

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



Análisis Clínicos del Dr. Simi

"La calidad es lo primero"

Editorial

Puño en alto; hay esperanza

En el último libro del nuevo testamento -en la religión católica- se habla de las grandes calamidades que azotarán a la humanidad, pero en ningún momento se asienta que aun en las peores circunstancias, sale a flote, resurge impetuosa, la solidaridad propia de un pueblo forjado en el crisol de la adversidad.

Dos horas después de recordar el terremoto de 1985, el remecimiento abrupto de la tierra nos remontó 32 años atrás; echó la memoria y el pánico atrás.

Muchos no habían nacido o eran muy pequeños, pero igual que entonces, la fuerza de la voluntad pasó por encima de las autoridades.

Ocioso hablar de cuál de los sismos ha sido más devastador; lo mejor es que en medio de la adversidad, puño en alto, en señal de fuerza, México se levanta.

Mi México que se crece al castigo y sea en forma de una cadena humana hombro a hombro, portando tortas y sándwiches, organizan el tránsito o anotando el nombre de los desaparecidos, rescata lo mejor de nosotros mismos.

Llevando agua y orando. Dando un masaje... "Aquí hay un baño y agua caliente".

"Siéntate un momento y come"... para seguir la ingente tarea.

"Llevo víveres, ayuda para descargarlos" y de inmediato se organizan; "en las motocicletas es más fácil llegar", instantes después legiones de motores rugen con medicamentos hacia las zonas más afectadas.

El caos está en la mente de los que quieren controlar la esperanzadora ola humana que se desborda por todos los rincones de la ciudad y aquellas entidades afectadas, donde -incluso- se llega antes que las cámaras.

Que los medios abyectos de siempre sigan inventando sus historias y busquen convertir a pseudocomunicadores en "héroes"; seres egoístas que hablan en primera persona, cuando en mi México todos hablan en plural y hay un héroe en el voluntario, en el rescatista, en todos y cada uno de los que entonan el glorioso himno nacional que nos arenga a luchar con valor. "Somos uno" y todos, mano a mano, sabemos que esto apenas comienza.

México está en pie, puño en alto y listo para moverse hasta el lugar donde hace falta la ayuda.

En esta urgencia, todos somos México y para nosotros no hay distinción, porque estés en el norte, en el sureste, en Chiapas y Oaxaca; en Puebla, Morelos, Guerrero o la Ciudad de México, ahí hay ese rostro que rescata y hace emerger lo mejor de nosotros mismos; ese carácter del que es capaz de conmoverse, erizar la piel, limpiar el llanto y continuar.

¿Qué diferencia encontramos entre el sismo de 1985 y su regreso inimaginado ni en cuento de terror, 32 años después?

Salvo la inmediatez con que la comunicación fluye y permite responder con prontitud a través de las redes sociales, lo cierto es que mi México se crece al castigo y está de pie, porque ni esta ni mil réplicas más nos derrumban.

Somos uno, tenemos carácter, nos conmovemos, limpiamos el llanto y a lo que sigue. Hay vida; la vimos renacer de entre los escombros; hay esperanza, brota en cada uno de los que tomaron las calles.



Precio Farmacias Similares®
\$299.00
10 cápsulas 200 mg

Precio máximo
al público \$ 501.⁰⁰

Precio Farmacias Similares®
\$142.00
14 cápsulas 75 mg

Precio máximo
al público \$ 406.⁶⁷



Precio Farmacias Similares®
\$169.00
28 cápsulas 150 mg

Precio máximo
al público \$ 670.⁰⁰

De venta exclusiva



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

CONSULTE A SU MÉDICO. SU VENTA REQUIERE RECETA.
Vigencia de la publicación al 31 de octubre de 2017



**Sexo, sin lágrimas
y sin pudor**

Gabriela Jiménez V.

Apoyo psicológico gratuito

Existe un adagio popular que dice: “Nos llueve sobre mojado”. Y, literalmente, a los mexicanos “nos llovió y nos tembló”. Aunque, claro, también tenemos otros problemas: depresión económica, narcotráfico, inseguridad, desempleo, deuda externa, etcétera. Todos estos acontecimientos causan una afectación emocional, estrés constante y elevado, trastornos de ansiedad, crisis de pánico, somatizaciones, depresión y, posiblemente, hasta ideas suicidas.

El cuerpo y la mente reaccionan ante esta serie de factores psicosociales, y también se accionan una serie de mecanismos compensatorios para expresar o sacar tanta tensión, mediante la violencia, acciones compulsivas, alcohol, drogas, compras, sexo, juego y la necesidad de querer dominar la vida de los demás. Es cuando se cae en una espiral de angustia y depresión continua.

La atención psicológica es fundamental en la vida de los seres humanos, no solo en momentos de desastre o contingencias médicas. Ir al psicólogo se vuelve fundamental cuando se tienen problemas de pareja, comunicación, violencia, pérdida de trabajo, amigos, seres queridos, o ante una adicción o acción compulsiva para evadirse de una realidad que es o fue dolorosa. Frente a estos hechos, hay que darle reconocimiento y difusión al apoyo psicológico. Con esa visión integral, respeto y deseos de ayudar a la población mexicana, Víctor González Torres abrió camino al crear el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, donde con el número telefónico 01 800 911 6666, opción 3, se da asesoría gratuita, en todo momento.

Llámanos, estamos aquí para ayudarte.



Qué hacer y qué NO, después de un desastre

Gabriela Jiménez

Vivimos con la esperanza de que la vida y salud, estarán presentes en nosotros y los seres que amamos de forma constante. Pero situaciones como las del martes 19 de septiembre, nos hacen ver una realidad distinta.

Cuando se vive un desastre natural, como un terremoto; hay distintas fases de reacción y acción necesarias de conocer.

En la fase del impacto: al momento del evento la persona se desorganiza, surge el miedo a la muerte, propia y de un ser amado. Hay llanto, desesperación y una gran necesidad de entender qué está pasando.

Qué hacer: es fundamental que las personas se desahoguen, escuchar y acompañar en el momento.

Qué NO hacer: evitar frases como, “ya pasó”, “no llores”, “tenemos que estar fuertes” todo aquello que lleve a pedir a la persona detener una emoción; es necesario que se exprese.

La negación: la persona se bloquea ante el evento y su mente intenta volver a la

normalidad que se tenía antes del impacto.

Qué hacer: permitir que la persona exprese sus ideas y acompañarle.

Qué NO hacer: insistirle en que entienda qué está pasando, llevarle incluso con agresión a que enfrente la situación, llevándole a ver zonas dañadas con la intención de que “entre en razón”.

Conciencia del hecho: en este punto surge el dolor de la pérdida que se haya tenido, los sentimientos afloran.

Qué hacer: dejar que la persona exprese el llanto, las imágenes de los eventos aparecen de forma constante en conjunto con los sentimientos de tristeza y dolor.

Qué NO hacer: coartar la libre expresión de sus emociones e ideas; minimizar sus pérdidas haciendo comparaciones de otras personas; pedir fortaleza y dejar atrás el pasado, centrándose solo en el futuro.

Elaboración del suceso: la persona necesita expresar sus dudas sobre el futuro, cómo irá organizando su vida.

Qué hacer: escuchar y hacer preguntas que le lleven a encontrar sus propios recursos para ir acomodando el cambio que ha tenido su vida.

Qué NO hacer: pedirle a la persona que no hable de futuro, que se centre en lo que vive día con día, ya que debe aprender que no se tiene nada seguro.

Cualquier evento de crisis se conjunta con ciertas características de personalidad o procesos vitales de vida que se tengan en el momento del evento (divorcio, duelos o cambios de domicilio, por ejemplo) así como redes de apoyo y autoestima que pueden llevar a alguien a enfrentar la crisis de manera rápida y adaptarse al cambio que tuvo su vida.

Todos expresamos y vivimos de forma diferente un mismo evento, pero lo que sí tendría que ser homologado es el respeto, el apoyo y la escucha de todos. Buscar la asesoría psicológica en crisis, ayuda a expresar, entender y reincorporarse a la vida diaria.

ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

Reconócelo y actúa

El Síndrome de Estrés Postraumático que se presenta luego de una experiencia como el sismo del pasado 19 de septiembre, durará en un 20 por ciento de la población hasta por 20 años si no es atendido a tiempo. Conoce qué es y cómo tratarlo.

SÍNTOMAS

Hipersensibilidad al entorno

Tener la sensación constante de que está temblando.

Es normal hasta **2** semanas después del evento traumático

Ansiedad exacerbada

Irritación, ira, trastornos del sueño, dificultad para concentrarse.

Desolación

Tener pensamientos de angustia constantes, tristeza e incertidumbre.

Repetir el trauma

A través de flashbacks o pesadillas.

RECOMENDACIONES

- Platicar sobre lo vivido y hacer actividades disfrutables como escuchar música.
- Evitar exponerse constantemente a imágenes y noticias relacionadas con el sismo y buscar la manera de sentirse más seguro, como preparando un kit de emergencia.

Ampigrin
Ampicilina

Precio máximo al público \$363.00
\$78.00



De venta en:
FARMACIAS SIMILARES

Vigencia al 31 de Octubre de 2017.

Reg. No. 74558 SSA IV

Consulte a su médico.



Caravana de ayuda



Tras concluir con intensas jornadas de ayuda en Chiapas y Oaxaca, por el sismo del 7 de septiembre, el Banco de Alimentos de Fundación del Dr. Simi se dirigió a las zonas afectadas por el terremoto del 19 de septiembre para activar el Plan Simi III que lleva a ayuda a los lugares más necesitados del país.

Los dos primeros puntos en los que la brigada se instaló fue en Atlixco e Izúcar de Matamoros, Puebla, en la cual se ofreció consulta médica gratuita, medicamento sin costo y, además, se realizó un trabajo emocional para los poblados que asistieran con Fundación del Dr. Simi.

“El trabajo que hacen es muy importante, yo llegué muy nerviosa, pero gracias al Dr. Simi estoy más calmada; los médicos atendieron de forma oportuna y amable a mi hija que sufrió golpes durante el sismo”, comentó la señora María González, mientras señalaba a una joven con un niño en brazos.

Simultáneamente, se entregó apoyo a la comunidad de Santa Cruz Cuautomatitla, también en Puebla, en donde, se repartieron despensas, cobijas y colchonetas, principalmente a las personas que, lamentablemente, perdieron todo.

“Gracias a ustedes y al Dr. Simi. Él sí se preocupa por nosotros. Ya teníamos un poco de ayuda, y ahorita con lo que nos viene a entregar, con las colchonetas, las cobijas y despensas podremos seguir adelante”, afirmó Teresa Marín, una de las damnificadas por el siniestro.

Otra zona en la que Fundación del Dr. Simi tendió su mano, fue en Jojutla, Morelos; un punto en donde la fuerza del terremoto causó daños a planteles educativos, comercios y hasta al palacio municipal.

El apoyo que se brindó en la zona fue principalmente para aliviar las lesiones físicas de los habitantes, a través de consultas médicas y la entrega de kits de primeros auxilios.

Este trabajo “mano a mano” fue posible gracias al apoyo de todos los voluntarios que brindaron su ayuda en forma de víveres, con su esfuerzo o su tiempo en el alivio de nuestros hermanos que más lo necesitan.

De esta forma, Fundación del Dr. Simi, de la mano de los colaboradores de las diferentes áreas que conforman el Grupo Por Un País Mejor, lograron darle un brillo de esperanza a las zonas afectadas por el sismo del 19 de septiembre.

“Continuaremos trabajando en donde sea necesario, es la misión de nuestro fundador, Víctor González Torres: ayudar a los que menos tienen. Estaremos al tanto de las necesidades en toda la república mexicana”, indicó Carlos Téllez, coordinador de Fundación del Dr. Simi.



a #FuerzaMéxico



El sismo que unió

Moisés Sánchez

Pasaron 32 años para que de nueva cuenta aflorara la solidaridad de miles de mexicanos, sobre todo de jóvenes, quienes se sumaron a las tareas de rescate, luego del sismo de 7.1 que sacudió la zona centro de nuestro país.

Fuera llevando víveres, como voluntarios en centros de acopio, o sacando escombros en cubetas de plástico, cerca de 30 mil jóvenes, junto con elementos de la Cruz Roja, el Ejército Mexicano y la Marina actuaron con un solo propósito: rescatar con vida a los atrapados en los escombros.

Habían transcurrido un par de horas del simulacro para conmemorar a los fallecidos del terremoto de 1985, cuando la tierra se empezó a mover de manera violenta.

El Sismológico Nacional reportó un movimiento telúrico con intensidad de 7.1 grados en la escala de Richter, con epicentro en Morelos y Puebla, a 120 kilómetros de la capital y con un movimiento trepidatorio y oscilatorio.

En unos instantes, las redes sociales daban cuenta de los 38 edificios colapsados. Las sirenas de los vehículos de emergencia anunciaban que la Ciudad de México se encontraba herida nuevamente.

Las delegaciones Benito Juárez, Coyoacán, Cuauhtémoc, Tlalpan, Xochimilco e Iztapalapa se quedaron sin energía eléctrica y agua potable, y algunas colonias presentaban fugas de gas.

De inmediato, el gobierno federal activó el Plan MX, que desplegó a miles de efectivos del Ejército y Marina, además de 2 mil elementos de la Policía Federal de la Ciudad de México, quienes se desplazaron a las construcciones derrumbadas para realizar labores de rescate.

La demarcación más afectada fue la Benito Juárez, con 40 edificios dañados en su estructura; seguida de la Cuauhtémoc, con 28; Xochimilco, 20 y, al menos, 5 en Coyoacán.

Durante días el corredor Roma, Condesa, Nuevo León, Álvaro Obregón, Narvarte y Del Valle ha contado con la presencia de jóvenes de diversas institu-



Recuento del sismo:

- 500 inmuebles en la Ciudad de México en código rojo
- 700 mil personas sufrieron desabasto de agua

Inicia la reconstrucción

A dos semanas de los acontecimientos el Gobierno Federal ha anunciado que las tareas de búsqueda y rescate de personas atrapadas en inmuebles colapsados en la Ciudad de México han concluido.

Ahora iniciará un plan para la reconstrucción de la ciudad que brindará montos de 2 millones de pesos y 20 millones de pesos para la reedificación de viviendas y edificios considerados como pérdida total.

ETERNAL SECRET.

\$84.00

ETERNAL SECRET.

AGUA MICELAR 5 en 1

- Desmaquilla
- Limpia
- Elimina impurezas
- Hidrata
- Suaviza

En un solo paso

Cant. Neto: 200 ml

Salud es belleza

Vigencia de la publicación al 31 de octubre 2017

De venta exclusiva

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

75% OFF

a los “Millennials”



Fundación Dr. Simi

- Entregó 69 toneladas de ayuda
- Consultas gratis



El Fondo de Desastres Naturales (Fonden) ha iniciado la entrega de apoyos en el municipio de Asunción Ixtaltepec, en Oaxaca, uno de los más afectados donde entregó una tarjeta bancaria por 15 mil pesos para viviendas con daños mayores y de 120 mil con daño total.

Una de las inquietudes de la sociedad civil es la transparencia de los recursos destinados a esta reconstrucción, para ello se ha destinado una página para que cualquier ciudadano pueda conocer a detalle la manera en la que se están destinando los recursos.

Sin duda falta mucho por hacer pero con la fuerza que caracteriza a nuestra raza pronto estaremos de pie.

Eso me pra zol
Oferta



2x
\$269
Caja con 7 tabletas 40 mg

Pregunta por él a tu médico o gastroenterólogo

Vigencia al 31 de diciembre de 2017.
Su venta requiere receta, consulte a su médico.

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

¡CUIDA TU PANZA



Si persisten las molestias, consulte a su médico.
Precio máximo al público \$135.00. Precio Farmacias Similares* \$49.00
Reg. N°: 194M2014 SSA VI

#20AñosDe



FARMACIAS SIMILARES

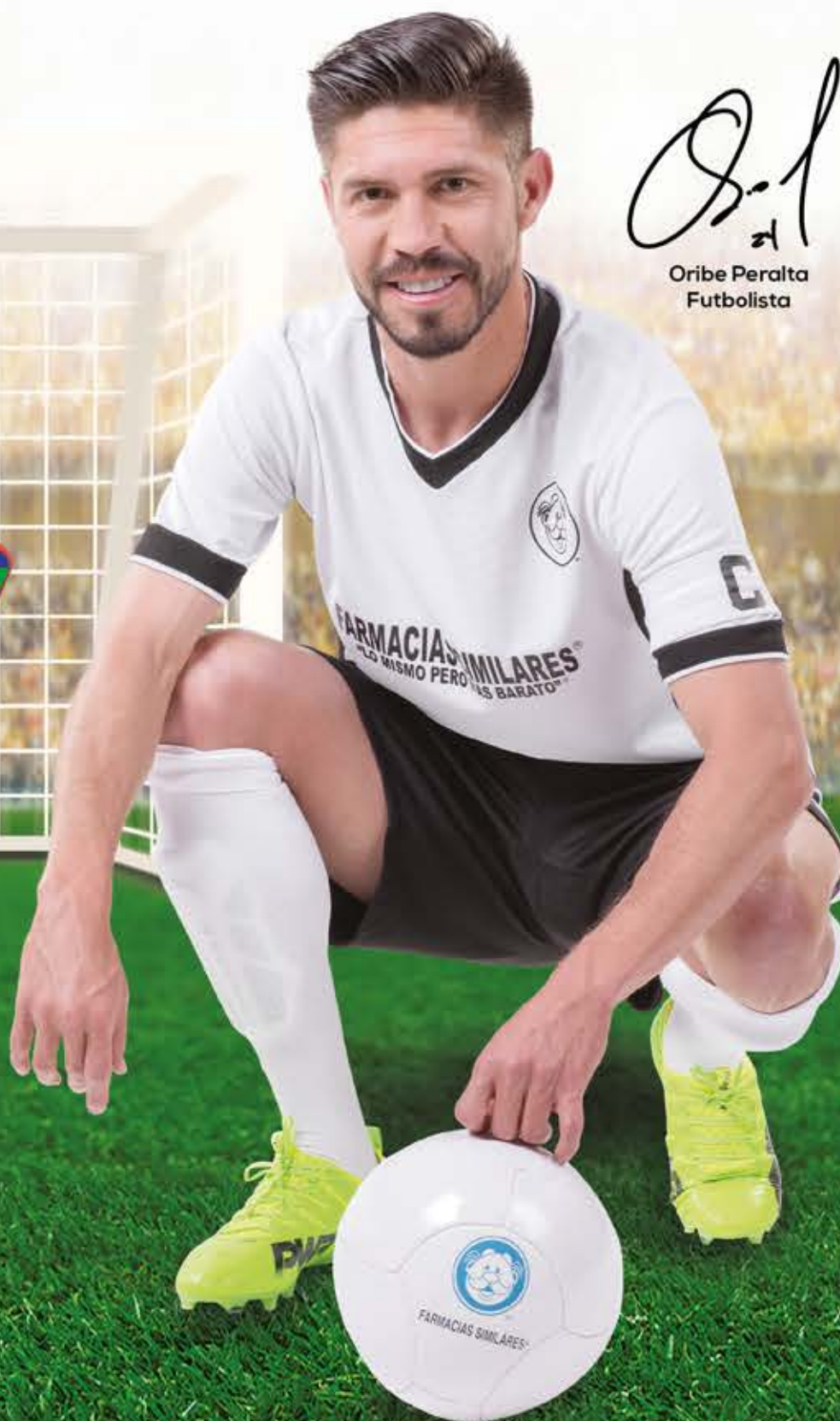
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHO

HITA!



Oribe Peralta
Futbolista



farmaciassimilares.com

• Herminia Pasantes, pilar de la neuroquímica en nuestro país

“Se ama con el cer

Juan Manuel Rentería

Herminia Pasantes Ordóñez nació en la Ciudad de México, el 18 de diciembre de 1936. Tiene 80 años. Es bióloga, catedrática, académica e investigadora emérita de la Universidad Nacional Autónoma de México. También es doctora en ciencias por la Universidad de Estrasburgo, Francia. Desde hace más de 50 años ha realizado investigación y docencia en neurobiología.

-¿Por qué su apasionada entrega al estudio del cerebro?

“Porque es el órgano más importante del cuerpo humano, lo que nos hace seres humanos y nos distingue de los animales”.

-¿Qué tanto sabemos de nuestro cerebro?

“Poco, aunque hemos conocido muchísimo en las últimas décadas”.

-¿Lo utilizamos al cien por ciento?

“Lo podemos utilizar tanto como lo necesitamos. El cerebro tiene una calidad maravillosa, la neuroplasticidad. Entonces, entre más lo usemos, más trabaja. No hay, hasta ahora, un límite. Se va adaptando a nuestros deseos. Por supuesto, un genio va a utilizar más su cerebro que yo, pero este va a responder a lo que quiere el individuo. Su uso es infinito”.

-¿El amor se siente o se piensa?

“El corazón es una bomba aburrida, lo único que hace es contracción-relajación para mandar sangre a todos lados, especialmente, al cerebro; no hace nada más. El que manda es el cerebro. Entonces, sentimos, procesamos y respondemos al amor con el cerebro, aunque el corazón late más rápido cuando estamos enamorados”.

-Entonces, ¿hemos vivido engañados por canciones y poesías que dicen “te amo con el corazón”?

“Por supuesto, como digo, el corazón nada más manda sangre, es lo único que sabe hacer. El enamoramiento está en una zona antigua del cerebro, un poco animal. Procesamos lo que queremos pensar so-

bre el amor en el cerebro. El amor se siente en el circuito de las emociones: tristeza, felicidad, satisfacción por la comida, satisfacción por un atardecer... Claro, la corteza no manda mucho, porque uno se enamora, generalmente, del peor, y lo sabemos, pero no podemos salirnos de ese enamoramiento porque es un circuito muy fuerte”.

-¿En qué consisten sus estudios sobre el edema cerebral?

“El edema cerebral es un grave problema clínico, todos los días mueren muchas personas por esa causa, como resultado de un golpe muy fuerte en la cabeza. Por ejemplo, quienes se caen de las motos, los que chocan en su automóvil... Cualquier golpe fuerte en la cabeza induce edema cerebral. Entonces, hay que reducirlo de inmediato, como se pueda, ya sea abriendo el cerebro o el cráneo para sacar el agua. Es un problema de alto riesgo, puede causarle la muerte al individuo muy rápidamente.

“Yo me he centrado en estudiar cuáles son sus mecanismos, porqué se hinchan las células y cómo contrarrestarlo. Ha-

sido una carrera muy interesante”.

-¿Qué puede ocurrir si no se controla el agua en el cerebro?

“Si es muy severo el hinchamiento de las células, entonces, por física pura, el cerebro se empieza a salir por esa parte del cráneo, la más blanda, y empieza a oprimir a grupos neuronales que controlan el latido cardíaco y la respiración. Las personas mueren por paro cardiorespiratorio, en un momento”.

-¿Con edema cerebral se puede tener una vida normal?

“Depende del grado de severidad, por ejemplo, en la vejez hay un edema moderado, muy leve, y se puede vivir; durante el embarazo también hay un poquito de edema cerebral; cuando los chicos toman éxtasis en las discotecas, por efecto de la droga, tienen un desbalance en la regulación de la temperatura y empiezan a tomar agua muy rápido. Bailando sienten un calor insoportable y, por beber agua, terminan en el hospital, con edema cerebral”.

-¿Qué daños irreversibles pueden ocasionar las drogas al cerebro?



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

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

“Cerebro, no con el corazón”



“Las únicas drogas que matan neuronas son el alcohol en cantidades muy altas, los inhalantes, solventes y cementos. Otras no matan neuronas, pero alteran la conducta y la personalidad, frecuentemente, de manera irreversible”.

-¿Por qué asocia el cerebro con la orientación sexual?

“En la semana, más o menos, 18 de gestación, empieza a definirse el cerebro como masculino o femenino”.

-¿Las inclinaciones sexuales se adquieren, se heredan o las decide el cerebro?

“No, no se adquieren, las puede decidir un poquito el cerebro, y la corteza frontal es la que piensa y manda. Determina si una orientación no conviene porque el entorno es muy adverso, las inclinaciones sexuales se inician en el cerebro, se manifiestan en él, pero la persona puede decidir una inclinación por otra”.

-¿Qué es la muerte cerebral?

“Es cuando las neuronas ya no funcionan, ya no se conectan, y entonces solo funciona la parte del cuerpo que corresponde al sistema periférico vegetativo,

encargado de regular el corazón, intestinos y músculos, pero las funciones intelectual y emocional, ya desaparecieron”.

La doctora Pasantes es pionera en la investigación de la neuroquímica en México, junto con los doctores Guillermo Massieu y Ricardo Tapia. Forma parte del grupo de investigadores fundadores del Instituto de Fisiología Celular de la UNAM. Ha recibido innumerables reconocimientos, entre ellos, el Premio UNAM en Investigación en Ciencias Naturales, y el Nacional de Ciencias y Artes.

Es miembro de la Academia Mexicana de Ciencias y del Seminario de Cultura Mexicana.

Ha realizado importantes investigaciones sobre los mecanismos que generan y modulan las emociones en el cerebro, los efectos de las drogas psicoactivas, el cerebro y la orientación sexual, la enfermedad y la muerte del cerebro, entre otras. Ha sido conferencista invitada en más de 30 reuniones internacionales, realizadas en una decena de países. Es autora del libro *De neuronas, emociones y motivaciones*.

¿Qué tanto sabes de español?



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

1. ¿A un hombre que domina varias lenguas se le puede llamar *polígloto*?
2. ¿Se dice *una detective privado* o *una detective privada*?
3. Para referirse a la orilla de un río, ¿se dice *el margen izquierdo* o *la margen izquierda*?
4. ¿Por qué algunas palabras como *azúcar* o *mar* admiten tanto el masculino como el femenino?
5. ¿Se debe escribir *la edición decimasexta* o *décimosexta*?

Respuestas:

1. Sí. Se trata de un adjetivo de doble terminación. Así que es correcto decir *polígloto* o *políglota*.
2. Cuando el nombre de una profesión u oficio es un compuesto formado por un sustantivo y un adjetivo, es obligatorio que haya concordancia de género entre ellos. En consecuencia, es correcto *una detective privada*.
3. Puede usarse cualquiera de las dos formas, aunque se prefiere el femenino porque *margen* es un sustantivo ambiguo, al igual que otros homónimos comunes en cuanto a género: *editorial*, *guarda*, *esperma*, *capital*, *clave*, *cólera*, *cura*, *frente*, *orden*, *parte*.
4. *Azúcar* o *mar* son palabras de género ambiguo, es decir, pueden usar los dos géneros.
5. Ninguna de las dos formas es correcta, pues cada una contiene un error diferente. La primera, *decimasexta*, tendría que ir en dos palabras: *décima sexta*. La segunda, *décimosexta*, no concuerda en género con *edición*, y no llevaría acento por ser una palabra compuesta. Además, en los ordinales compuestos, hasta la segunda decena, pueden escribirse en dos palabras.

fegutierrezp@gmail.com

ERNESTO “CHE” GUEVARA

La imagen más reproducida en la historia

A 50 años de su asesinato, conoce más de la mítica fotografía del político, escritor, periodista, médico y comandante de la Revolución Cubana que está en playeras, carteles, adhesivos y cientos de objetos más.



ALBERTO DÍAZ “KORDA”

El fotógrafo cubano es el autor de la imagen, quien luego se convirtió en fotógrafo de líderes revolucionarios.

1960 EN CUBA

La tomó durante el entierro de las víctimas de un buque belga que cargaba armamento y estalló en La Habana.

QUÉ PASÓ DESPUÉS

En 1967 se la regaló a Giangiacomo Feltrinello, un publicista italiano que la usó para un libro; luego, cuando el revolucionario falleció, la utilizó en productos para vender.



IMPACTO

La espontaneidad al momento de capturar la mirada del revolucionario: indignada y enfadada, la convirtió, después de su muerte, en un ícono del siglo XX y en un símbolo de rebeldía en movimientos políticos.

RECLAMO

Korda no cobró derechos por la fotografía, excepto cuando se usó en publicidad.

CARRERO.
2017

Sepia

Itraconazol, Secnidazol
Cápsulas
33.3 mg/ 166.6 mg

NUEVA IMAGEN



\$134.00



Su venta requiere receta médica



DE VENTA EN
**FARMACIAS
SIMILARES®**

\$255.00 precio máximo al público.

Vigencia al 31 de octubre de 2017.



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

Angustia en el Yankee Stadium

El 20 de septiembre se vivió una gran angustia en el Yankee Stadium por una niña que recibió un pelotazo en la cabeza y le hizo perder el sentido. De inmediato fue trasladada a un hospital y, según informe de la directiva Yankee, está fuera de peligro. Con esa espléndida noticia descansó el alma de Tood Frazier, primera base de los Mulos de Manhattan, autor del foul que golpeó a la pequeña.

Lo sucedido da lugar para reiterar lo propuesto en una colaboración anterior: que en todos los estadios, de manera obligatoria, se coloque malla protectora, por lo menos, hasta la primera base por el lado derecho y la tercera por el lado izquierdo.

Ciertamente, existe la tradición de que buena parte de los aficionados al beisbol estén muy cerca de los jugadores, así como tener la posibilidad de atrapar una pelota, más todavía cuando es bateada por los superestrellas, o se trata de juegos especiales como los clásicos, los playoffs y la Serie Mundial.

A todos los involucrados nos debe quedar claro que nada, absolutamente nada, está por encima de la seguridad de los aficionados, entre ellos una gran cantidad de niños y personas mayores. Lo dicho: el Muro de los Lamentos se hizo para los desprevenidos.

Corazón de ángel y no de diablo

Cambiando de tema, digo que don Alfredo Harp Helú es dueño de los Diablos Rojos del México, pero no por eso tiene corazón de pingo, sino de ángel, pues resulta que su fundación duplicará cada peso que done el público para la reconstrucción en las zonas de Oaxaca y Chiapas, castigadas por los huracanes y los sismos.

Es grato que este empresario y otros más sigan los pasos de don Víctor González Torres, el famoso Dr. Simi, quien ha trabajado sin descanso a favor de la solidaridad y Por Un País Mejor.

Jackie Robinson

Fernando Gutiérrez

Uno de los mejores ejemplos de inteligencia emocional es Jackie Roosevelt Robinson, el primer jugador negro admitido en las Ligas Mayores. Él abrió la puerta a grandes peloteros de color, pero no fue tan sencillo. Tuvo que soportar andanadas de insultos y discriminación antes de ser reconocido por todos como un fuera de serie.

Robinson nació en 1919 y vivió una de las peores épocas de racismo en Estados Unidos, cuando los negros tenían prohibido sentarse en la parte delantera de los camiones o entrar a restaurantes al lado de los blancos. Eso, entre muchas otras limitaciones que lo acompañaron antes y durante los años que jugó para Brooklyn Dodgers.

Desde su adolescencia, Jackie mostró grandes aptitudes para practicar deporte. Destacó en tenis, basquetbol, fútbol americano, atletismo y ya no se diga en el beisbol. Su hermano Mack fue medalla de plata en los Juegos Olímpicos de Berlín (1936).

Su vida no fue fácil. Creció en la adversidad por ser nieto de un esclavo y porque su padre lo abandonó a los seis meses de haber nacido.

Vivió el bombardeo japonés a Pearl Harbor, que lo llevó a enlistarse en el Ejército, pero no llegó a estar en combate debido a ser enjuiciado por una corte marcial tras desobedecer la orden de sentarse en la parte trasera del autobús militar. Sin embargo, fue absuelto.

Fue Branch Rickey, mandatario de los Dodgers, quien cambió su vida al contratarlo, pese a una lluvia de críticas. Y fue con una condición: Robinson debía aguantar todos los ataques racistas, sin chistar. Pese a su temperamento explosivo, Jackie soportó groserías de los aficionados. A veces, hasta le lanzaban gatos negros al campo de juego.

El 15 de abril de 1947 se convirtió en una fecha de gran expectación por su debut en las Grandes Ligas. Y con ello, amenazas de muerte, cartas intimidatorias, pitchers que le tiraban a la cabeza, receptores que le escupían sus zapatos...

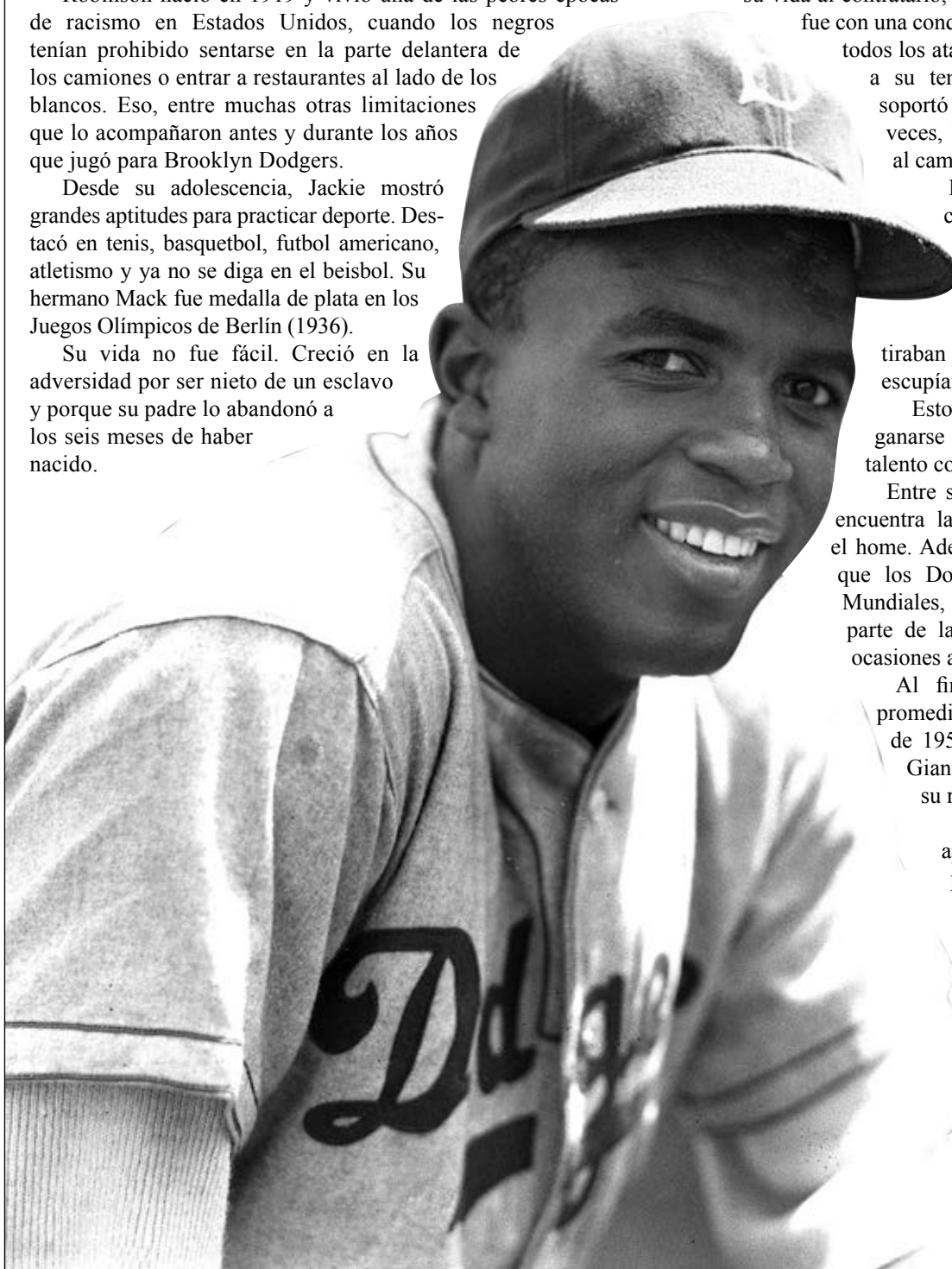
Estoico, Jackie soportó todo, hasta ganarse el respeto de todos gracias a su talento como pelotero.

Entre sus marcas más importantes se encuentra la de haberse robado 19 veces el home. Además, fue muy importante para que los Dodgers arribaran a seis Series Mundiales, de las diez temporadas que fue parte de la institución, y asistió en seis ocasiones al Juego de Estrellas.

Al final de su carrera logró un promedio de bateo de .311. En diciembre de 1956 se trasladó a los New York Giants pero un mes después anunció su retiro.

En la Serie Mundial de 1972 apareció nuevamente frente al público, enfermo de diabetes y casi ciego. Murió a los 53 años, no sin antes haber sido un incansable activista por los derechos humanos de los negros.

Hay una película, titulada 42, el número que portó en su franela, hoy retirado como un eterno reconocimiento de las Ligas Mayores. Véanla y admiren a este ejemplo de inteligencia emocional.



CONOCE LOS FACTORES DE RIESGO DEL CÁNCER

El 80 %
de los casos de cáncer
son curables
si se detectan
en forma temprana

En mayores de 20 años,
los de mayor frecuencia en México, son:
• Mama • Cervicouterino • Próstata

Acude a consulta con los médicos de

Fundación

BEST®
a.c.

para mayor información

Síguenos por:  



Fundación
BEST®
a.c.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



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



3x3 olímpico



Pese a la falta de apoyo al basquetbol 3x3 en el país, los jugadores Pablo García, Diego Sierra, Jorge Luis Pérez y Joaquín Villanueva sueñan con ver a México en esta modalidad en los Juegos Olímpicos Tokio 2020.

El Comité Olímpico Internacional (COI) y el Comité Organizador Tokio 2020 anunciaron la aprobación de la modalidad de basquetbol 3x3 en el calendario de pruebas de la justa veraniega.

La Federación Internacional de Baloncesto (FIBA) presentó en la Ciudad de México una etapa del Tour Mundial 3x3, dentro del programa de promoción de esta modalidad, en la que el equipo UNAM México quedó en la posición 11, al perder sus dos encuentros.

"Vamos en camino, creo que nos hace falta más roce internacional. En el verano anterior fuimos a Brasil sin Joaquín, porque estaba lesionado, y solo fuimos tres. Estoy seguro que si viajamos a Europa, a Canadá y Sudamérica lo podemos hacer mucho mejor", expuso Pablo García.

Por su parte, Diego Sierra compartió que compitieron con buen nivel y que "se perdieron los partidos no por mucho. Creo que existe un panorama bueno para que esto mejore en los próximos años".

"En todo el país hay talento. El basket es el segundo más practicado y la gente le da una bienvenida calurosa a este torneo. Para Juegos Olímpicos deberá seleccionarse por juego, por capacidad", dijo el también alero-tirador.

"Como es una modalidad nueva en el país no hay un apoyo, un seguimiento en cuestión de preparación, nosotros lo hacemos por propia cuenta y queremos que nos volteen a ver".



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

DE VENTA EN
FARMACIAS SIMILARES®

Trenza su destino

Fabián Montes

Mon Laferte está en su plenitud musical, tan solo a cinco meses del lanzamiento de su discografía *La Trenza*. La cantante chilena ya figura en cinco nominaciones de los Latin Grammy Awards.

El mismo trabajo musical fue galardonado con un doble disco platino en su tierra natal, y otro disco de platino en México, lo cual evidencia el rotundo éxito de su tercer álbum de estudio.

Por ello, la poseedora de dos *sold out* en el Auditorio Nacional de la Ciudad de México y un par en Pabellón M de Monterrey, participa en las categorías de *Álbum del Año* y *Mejor Álbum de Música Alternativa* con *La Trenza*, así como, *Grabación del Año*, *Canción del Año* y *Mejor Canción Alternativa* con su sencillo *Amárrame*, el cual cuenta con más de 113 millones de reproducciones en YouTube.

Sin embargo, la autora de *Tu falta de querer*, espera grandes retos en la octava edición de los Latin Grammy Awards, porque entre los artistas y grupos con los que competirá están Shakira, Nicky Jam, Café Tacvba, Luis Fonsi e incluso el colaborador de su sencillo, Juanes, quienes desean los codiciados tocadiscos dorados.

Así que esperamos con ansias el 16 de noviembre, noche en la que Las Vegas recibirán a grandes personalidades y conocedores de la composición melódica para presenciar un evento que ha marcado un hito en el mundo de la música.

Mientras tanto, Mon Laferte continúa con su gira #Amárrame-Tour, la cual tiene presentaciones hasta el 7 de octubre en el Auditorio Nacional y fechas agendadas en España y Chile, que, sin duda, ayudarán a sumar puntos para el momento de la premiación.

Y en lo que llega ese día, puedes escuchar toda su música, incluyendo su sencillo *Amárrame*, en las diversas plataformas digitales, así como en formato físico.

No dejes de cantar al ritmo de *La Trenza* en compañía de Mon Laferte.



Gillette® Prestobarba Ultragrip 3

\$33.90
2 piezas

Vigencia de la publicación al 31 de octubre de 2017.

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

ADULTO

Collifrin

\$25.00

Collifrin
Oximetazolina
Solución

Descongestivo Nasal
Extra Humectante
con Glicerina

12 Horas de Acción

Literatura exclusiva para profesionales de la salud.
Consulte a su médico.
Reg. No. 492M2004SSA VIU8

De venta en:
FARMACIAS SIMILARES®

Vigencia al 31 de Octubre de 2017.
Consulte a su médico.

Travesía por los recuerdos

Fabián Montes

Coco llega a la pantalla grande, y con ella, la explosión de nuestra cultura mexicana, porque el próximo éxito de Pixar decidió adentrarse a la misteriosa y fascinante tradición del Día de Muertos.

El filme, protagonizado por un pequeño de nombre Miguel Rivera, con el sueño de ser un músico consagrado, fue dirigida por Lee Unkrich, aclamado cineasta por la cinta *Toy Story 3*, ganadora como Mejor Película Animada en los Oscar 2010, así como su codirector, Adrián Molina, quien diseñó el storyboard de *Monsters University*.

“Es una historia que trata de recordar, ya que nuestro protagonista se aventura a la *Tierra de los muertos*. Me siento identificado con la historia porque mi madre es de Jalisco y su ascendencia está en México”, afirmó Molina en una visita al país, para presentar adelantos de la película, junto a la productora Darla K. Anderson.

Coco marcará historia al ser el primer largometraje animado en inaugurar el Festival Internacional de Cine de Morelia, en su quincuagésima edición, además, México contará con el estreno anticipado el 27 de octubre, mientras que en Latinoamérica será el 23 de noviembre.

El trabajo que pone en alto a la cultura mexicana tiene la participación especial de Gael García Bernal, como la voz de Héctor, un travieso y divertido esqueleto, además de mostrar el talento tricolor mediante el doblaje de Marco Antonio Solís, César Costa, Angélica Vale, Eugenia León, Cecilia Toussaint, Héctor Bonilla y Jaime López, entre otros.

Andrés Bustamante, actor y humorista que prestará su voz para *Coco*, comentó: “En esta época tan difícil para México y el mundo, me parece fabuloso formar parte del apapacho que Pixar Animation Studios le da nuestro país, y que en todas partes del mundo puedan ver nuestras tradiciones”.

Angélica María, actriz y cantante, expresó: “Me siento orgullosísima de formar parte de este hermoso proyecto que habla de nuestras costumbres, tradiciones, de nuestro sentir y principalmente de la familia, pues si algo tenemos bello en México es el amor a los nuestros”.

La musicalización de *Coco* estuvo a cargo de los grupos de Camilo Lara, Banda Tierra Mojada y Grupo Mono Blanco, quienes le dieron los sonidos, desde el son jarocho hasta el ritmo de banda.

Te proponemos iniciar la celebración de Día de Muertos con una travesía por la *Tierra de los muertos*. Viaja por los recuerdos con tus seres queridos y disfruta de este prometedor filme, sazonado con mucha salsa mexicana.



Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com



Volver al *MasterChef*

En estos tiempos tan complicados, no hay nada mejor que regresar a casa, al origen, y ver en la televisión algo que va a gustar, divertir sanamente y nos va a dejar algo bueno.

Como *MasterChef* México 2017, cuya más reciente temporada está triunfando en Azteca 13.

¡Qué cosa tan más hermosa! A pesar de ser un concepto muy conocido, siempre nos está sorprendiendo, involucrando. Y algo que yo jamás les dejaré de agradecer, es su espíritu familiar.

A diferencia de lo que sucede con otras emisiones de la televisión abierta nacional, ya no se diga de los cables o de las plataformas como Netflix, este “reality show” se puede ver con los hijos y con los abuelos.

¡Es como un milagro! ¡Como la legendaria televisión de antes!

¡Y qué rico estar todos juntos frente a la pantalla! ¡Qué precioso poder hacerlo sobre algo tan positivo como la comida! Cuando hablamos de comida, lo hacemos de cultura, de geografía, tradiciones, valores, recuerdos...

No sé usted, pero yo prefiero mil veces disfrutar de esto, que perder mi tiempo con historias de narcotraficantes, asesinos y políticos corruptos.

Además, esta temporada de *MasterChef* México viene corregida y aumentada, los capítulos fluyen a una velocidad alucinante, la producción se ve mucho más bonita y el reparto es una gloria.

Hay hombres y mujeres de todas las edades, de todos los niveles socioeconómicos, de todas las regiones. No hay manera de que usted vea eso y no se identifique con alguien o no quiera copiar alguna receta para hacerla en casa.

Porque esa es otra cosa, mirando este programa dominical de TV Azteca, uno aprende desde la importancia de los “emplatados” hasta cualquier cantidad de secretos para cocinar más sabroso.

¿O me equivoco?

En estos tiempos tan complicados, no hay nada más mejor

que regresar a casa y ver *MasterChef* México 2017.

Por favor, búsquelo, gócelo, vívalo. Le va a encantar. Se lo garantizo.



Calidad *al*
mejor precio

    /drsimi_oficial

farmaciassimilares.com



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO[®]