

SIMINFORMA

Por Un País Mejor®

siminforma.com / Marzo 2018 / Núm. 431 / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



Equidad... ¿utopía o realidad?



pp. 10 y 11

Apoyo que cura

Alejandra Cervantes, enviada

SAMACHIQUE, Chih. A más de 350 kilómetros de la ciudad de Chihuahua se encuentra el Hospital Misión Tarahumara, una clínica ubicada en esta localidad, en donde se trabaja todos los días para mejorar la salud de la población taráumuri.

Pero hacerlo no ha sido algo fácil, esto requiere de muchos apoyos. De ahí que, para alcanzar ese cometido, se sumó a esta tarea la 11.ª Simicarrera de la Ciudad de México, un evento atlético que forma parte del circuito deportivo que encabeza Farmacias Similares por varias ciudades del país, y que se ha caracterizado por realizar carreras con causa.

La Simicarrera capitalina, que se llevó a cabo el pasado 3 de septiembre, logró que más de 10 mil corredores dejaran atrás el sedentarismo y que, aparte, corrieran para apoyar a nuestros hermanos tarahumaras, ya que lo recaudado por el concepto de inscripciones fue destinado al hospital que encabeza el doctor estadounidense Michael Berkeley.

Así que a seis meses de llevar a cabo dicha competencia, el donativo empieza a beneficiar a más de 900 tarahumaras, ya que el dinero fue invertido para adquirir un nuevo equipo de rayos X, que hoy permite detectar entre la población indígena casos de fracturas, además de tuberculosis y enfermedades respiratorias.

“El equipo anterior era muy viejo, tenía más de 40 años. Ahora tenemos uno nuevo, de alta tecnología, que facilita la detección de enfermedades, de manera oportuna. El hospital, sin un aparato como este, no podría



funcionar”, expresó el doctor Berkeley.

Con esta ayuda, el transporte es otra de las áreas beneficiadas, ya que se compró un elevador para dar mantenimiento a los diez vehículos del hospital. Con su óptimo estado, es posible la

entrega de donativos a lo largo de la sierra, el abastecimiento de víveres y traslado de pacientes entre comunidades.

“El elevador hace las tareas más sencillas y las reparaciones más eficaces y seguras. Aquí remplazo muchos

amortiguadores y frenos. No solo es más fácil, sino que también uno se siente a gusto al realizar su trabajo”, explicó José Martín Baltazar, encargado del taller mecánico.

Otra sección que también tendrá cambios es la bodega del hospital. Esta actualmente se encuentra fuera de sus instalaciones y cuenta con un extenso surtido de equipo médico, alimentos no perecederos e instrumentos para el nosocomio, por lo que es necesario reubicarla cerca del nosocomio.

“Es de suma importancia que podamos reacomodarla, pues en muchas ocasiones las enfermeras tienen que ir por cosas durante la madrugada, y no es seguro para ellas. Así que estamos trabajando en eso”, resaltó Michael Berkeley.

Luz para Chikué

El apoyo brindado por esta justa deportiva no solo benefició al Hospital Misión Tarahumara, también lo hizo con la comunidad de Chikué, a 35 kilómetros de Samachique. Aquí la falta de energía eléctrica dejó de ser una necesidad gracias a la 11.ª Simicarrera.

Con la instalación de 16 celdas solares, una escuela, un comedor y un albergue, únicos en esta región, ya pueden garantizar una mejor educación para los niños que habitan esta comunidad.

Celestina Cruz, maestra de primaria y encargada de la educación en Chikué, contó que 20 alumnos acuden regularmente al plantel, pero que muchos de ellos llegan a faltar al provenir de poblaciones lejanas. Es por eso que “contar con el albergue les dará un hogar a fin de que puedan acomodarse y estudiar toda la semana”.

Además, contar con corriente eléctrica también mejorará la salud de los menores que asisten a la escuela, ya que con una bomba se podrá sacar agua potable de un pozo que está a 163 metros de profundidad. Contar con el vital líquido ayudará a disminuir las enfermedades gastrointestinales entre los niños.

“Gracias a estos servicios de salud, luz y agua, adultos y niños de la sierra salieron beneficiados. Todo el equipo en la sierra tarahumara estamos muy agradecido con los que participaron en la carrera y que trajeron a los taráumuris una mejor calidad de vida”, concluyó el doctor Berkeley.



El Hospital Misión Tarahumara recibió el donativo de la 11.a Simicarrera de la Ciudad de México, que hoy beneficia a más de 900 rarámuris de la sierra de Chihuahua



El aporte de NUTRIENTES que te falta...



En tres deliciosos sabores:

- Fresa
- Vainilla
- Chocolate

*Aliméntate sanamente.
Consulta a tu médico,
visítalo regularmente.

DE VENTA EXCLUSIVA EN

Reg. San. 001F2016.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75%
DE AHORRO



Gritar a un niño

Patricia Carrillo*

Los gritos son una cara más de las muchas que tiene la violencia. Se reciben principalmente en la infancia y dejan marcas muy profundas toda la vida. Las consecuencias son varias, sobre todo de tipo emocional, físicas e, incluso, neurológicas. Por mencionar algunas, tenemos el deterioro de la imagen de sí mismo, baja autoestima, sensación de inutilidad e inseguridad.

¿Qué le pasa al cerebro de los niños cuando sus padres les gritan? El grito activa las alertas innatas de peligro. Provoca que diversas sustancias en el cerebro se produzcan y, con ello, el corazón se acelera, se transpira,

el cuerpo se estremece y las pupilas se dilatan y se segrega cortisol, la hormona del estrés que prepara para dar respuesta al peligro.

“Crecer con niveles elevados de cortisol trae consecuencias a largo plazo, ya que el estrés genera modificaciones estructurales y tiene repercusión en la conducta”, explica el neurólogo infantil, Nicolás Schnitzler, especialista del Instituto de Neurología Cognitiva.

Los gritos activan un área del cerebro de los niños, e impide que hagan lo que se les solicita. Después de un grito es más difícil el proceso de pensamiento

o razonamiento, ya que se entra en un modo de supervivencia que solo permite tres respuestas: huir, luchar o paralizarse.

Es decir, el cerebro detecta una alerta de amenaza y desconecta su área pensante porque toda su energía se pone en modo de supervivencia.

De ahí las tres posibles reacciones: huir (aislarse física o mentalmente), luchar (actitud combativa donde enfrenta al adulto y grita más fuerte) o paralizarse. Ninguna de las tres ayuda a que el niño haga caso. Efectivamente, en ese momento el niño no piensa de manera clara y rápida (porque no puede)

y el resultado es lo contrario al deseado.

Hay estudios científicos que demuestran que los gritos, el maltrato verbal y la humillación, o la combinación de los tres, pueden alterar la estructura cerebral infantil, haciendo que los dos hemisferios se desconecten. El resultado de esta poca integración de las dos mitades del cerebro produce cambios de personalidad, baja estabilidad emocional y atención dispersa.

El grito tiene una propiedad sonora única, que no posee ninguna otra forma de expresión del lenguaje humano. Nada

produce un énfasis similar, ya que impacta y activa el centro neuronal del miedo.

Para lograr que los niños nos escuchen, debemos evitar que nuestra imagen como adulto, así como las palabras que empleamos, se devalúen, y es justamente lo que ocurre cuando gritamos en vez de hablar.

Ahora que lo sabemos, tomemos conciencia de que los gritos y las amenazas, no van a conseguir el cambio de conducta deseado. Al contrario: a los más pequeños les infunden terror, y ante los más grandes se pierde autoridad.

* **Psicóloga del CNDEE**

SIMINFORMA
Por Un País Mejor.

Presidente de Grupo Por Un País Mejor Víctor González Torres

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

500,000 ejemplares

siminforma.com.mx simi_
Conmutador: 54 2

Caricaturistas Jorge Aviña y Ángel Mora Servicio de Agencia M
Coyoacán 40 Col. Santa Cruz Atoyac, Del. Benito Juárez C.P. 03310



Salud y sociedad

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

Margarita

Hasta donde la memoria me alcanza, la primera vez que se habló públicamente de relevar al candidato presidencial del Partido Revolucionario Institucional (PRI) fue en el sexenio de Díaz Ordaz. El candidato era Luis Echeverría. El asunto no pasó de ser un rumor para después convertirse en una especie de leyenda urbana.

La segunda ocasión se dio en el sexenio de Carlos Salinas. El candidato era Luis Donaldo Colosio. Esta vez se realizó por el asesinato del abanderado tricolor. Lo sustituyó el economista politécnico Ernesto Zedillo.

Al final de ese sexenio, el abanderado tricolor fue Francisco Labastida, economista de la UNAM. De este nunca se dijo que iba o podía ser relevado. Pero sí corría la especie de rumor por la falta de empuje de su candidatura: gris, floja, sin el clásico desbordado y decisivo apoyo de Los Pinos. Quizás ya había sido tomada la decisión de entregarle la Presidencia de la República a un instituto político distinto al PRI, concretamente a Acción Nacional.

Ahora de nuevo se habla públicamente de la falta de gas de la candidatura priista y del posible relevo del candidato. Y así, casi automáticamente, viene a la memoria el caso de Labastida. ¿Se repetirá la historia? No debe olvidarse que si Peña llegó a Los Pinos fue porque el panista Calderón le abrió desde adentro las puertas de la casa presidencial. Y nada de extraño tendría que Peña quisiera devolver el inmenso favor recibido.

La cuestión sería en qué persona pudiera ser devuelto. ¿En Ricardo Anaya? Quizá. Pero sería una devolución menos grata al calderonismo que si fuera, por ejemplo, en la persona de Margarita Zavala, esposa de Felipe. Eso sí sería regresar el favor completo.

Pero ¿ella tiene con qué ganar la elección presidencial? En realidad eso no importa. Lo central es que Peña tenga la voluntad de hacerla presidenta.

HASTA
75%
 DE AHORRO



**Análisis Clínicos
 del Dr. Simi**

"La calidad es lo primero"



**OBESIDAD =
 colesterol alto y
 diabetes mellitus**

*Durante marzo
 nos unimos a Fundación Best,
 para luchar contra el sobrepeso
 y la obesidad.*

QUÍMICA SANGUÍNEA

32 ELEMENTOS

A solo:

\$499.00*

*Precios sujetos a cambio sin previo aviso. Válido durante marzo de 2018.
 Responsable sanitario Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón, Ced. Prof.: 4451415-UNAM



Depresión e infartos, consecuencia del trabajo excesivo

Si una persona labora 11 horas al día, es dos veces más propensa a padecer depresión, y si lo hace durante 55 horas a la semana, su riesgo de sufrir un infarto es 33 por ciento mayor, afirmó Rodolfo Nava Hernández académico de la Facultad de Medicina.

Tales datos son preocupantes si se considera que México, según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), es el país en el que se trabaja más al año -dos mil 246 horas-, y en el que las personas se retiran a la edad más avanzada -73 años-, cuando el promedio de vida es de 75.

Nava Hernández indicó que parte de este problema se debe a que quienes organizan los esquemas laborales son los patrones, y lo hacen con escaso acotamiento de la autoridad.

Ellos establecen los horarios de entrada y salida, los salarios, los niveles jerárquicos en las empresas y hasta las obligaciones de cada quien. Al mismo tiempo, entorpecen y frenan cualquier in-

tento de impulsar mejoras en ese ámbito.

Explicó que la mayoría de las legislaciones en el mundo establecen que una persona tendría que laborar 40 horas a la semana, como máximo, pero la nuestra estipula 48, sin contar el tiempo extra.

Lo anterior llega a generar afectaciones orgánicas, psicológicas y hasta sociales, pues el esfuerzo excesivo deteriora las relaciones familiares e interpersonales, expresó el coordinador de Salud en el Trabajo, de la Facultad de Medicina.

Para el experto, uno de los aspectos más inquietantes derivados de esta sobrecarga es el estrés, porque aumenta el cortisol, hormona que incrementa los niveles de azúcar, favorece la diabetes y debilita el sistema inmunológico.

También causa problemas digestivos, estimula la secreción de ácido gástrico, eleva la presión arterial y ocasiona infertilidad, irritabilidad, palpitaciones,

cansancio o dolores de cabeza permanentes, además de falta de apetito o gula, entre otros.

El experto señaló que los japoneses tienen la palabra, “karoshi”, que significa muerte por exceso de trabajo. Se calcula que dos mil 300 nipones fallecieron en 2015 por ese motivo.

Las leyes de ese país consideran que si alguien perece en dichas circunstancias, el gobierno aportará a su familia 20 mil dólares, mientras que la empresa contratante desembolsará hasta un millón y medio de dólares si se demuestra que el deceso se debió a desmesura ejercida contra su empleado.

En contraste, México cuenta con una de las legislaciones más atrasadas en este punto, a tal grado que nuestra nación no reconoce como enfermedades laborales las derivadas del estrés, a pesar de toda la literatura médica al respecto y a sus notorios impactos en el bienestar de los individuos, puntualizó.

Luchando contra la automedicación

Automedicarse contra cualquier síntoma de dolor leve, moderado o severo, puede ocultar una enfermedad grave, por lo que es importante acudir al médico para determinar la causa, someterse a análisis y tratamiento adecuado.

Así lo expuso el jefe de la Unidad de Servicio de la Clínica para el Dolor y Cuidados Paliativos, del Hospital General, Miguel Jiménez Olvera, quien explicó que cualquier dolencia es solo un síntoma de alarma que se valora de acuerdo con su intensidad, en una escala de cero a 10, donde a partir de siete, es extremo.

El especialista indicó que en diferentes padecimientos se presentan dolores con esas características de intensidad, como es el caso de la migraña, caracterizada por un dolor muy intenso que incapacita a la persona y la obliga a recostarse.

También están los distintos tipos de cáncer, cuando los tumores de metástasis causan un dolor tan intenso que, incluso, requieren manejo de analgésicos muy poderosos, abundó el especialista.

Expuso que las neuralgias cráneo-faciales, como la del trigémino y glossofaríngeo, son enfermedades menos comunes, pero causantes del llamado ‘dolor del suicida’, porque no se puede vivir padeciéndolo”.

Refirió que en la Clínica del Dolor, las principales causas de consulta están relacionadas con enfermedades neoplásicas o tumores, padecimientos degenerativos como lumbalgia, dorsalgia, problemas degenerativos de la cadera, rodilla y hombro.

Asimismo, anotó que existen problemas de tipo metabólico, sobre todo los asociados a la diabetes mellitus, las neuralgias cráneo-faciales y, con menos frecuencia, los dolores vasculares, como la insuficiencia arterial de diferentes etiologías o problemas de tipo venoso.

“No debemos automedicarnos. Siempre que tenemos un dolor, debemos acudir al médico para que identifique cuál es la causa y, de acuerdo con estudios previos, determine el diagnóstico y así establecer el tratamiento a seguir”, puntualizó.



QUE NO TE PARTA EL DOLOR



KETOPROFENO PARCHE 30 mg
Precio máximo al público \$75.00
Precio Farmacias Similares® \$34.00
Reg. N°: 240M2009 SSA VI

Si persisten las molestias, consulte a su médico.

farmaciassimilares.com



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



Melquiades Sánchez Orozco, el pincel del micrófono

Juan Manuel Rentería

Melquiades Sánchez Orozco lleva más de 70 años de locutor, y medio siglo como la voz oficial del estadio Azteca, pero tiene otra faceta poco conocida: es un espléndido pintor.

- ¿Cómo nace tu inclinación por los pinceles y los colores?

- Bueno, por principio de cuentas, mi padre era pintor, pero no de cuadros, él se dedicaba a la pintura comercial, allá en Tepic, Nayarit, de donde soy originario. Pintaba rótulos, retablos y, de vez en cuando, en octubre, remozaba monumentos en el panteón.

- ¿Entonces te gustó la pintura por imitarlo o por gusto?

- “Pues, primero por imitación; contagia el olor de aguarrás, el aceite de linaza, los colores, de bote o de tubo, y después por vocación. Entonces, elegí mi camino. Tuve influencias de la pintura europea, por unas laminillas que me llegaban de allá, los cuadros que aparecían en las cajitas de cerillos, de esos de La Central, y algunas casonas tipo europeo que había allá en mi tierra. Entonces, me incliné por la pintura francesa, al principio de los impresionistas; después busqué mis propios caminos”.

- ¿Inicialmente qué pintura te atraía?

- “La de los impresionistas, como Pizarro, Edoard Manet, Claude Monet, Renoir. Cuando me trasladé a Guadalajara estuve en la Escuela de Bellas Artes, de Jalisco, y recibí enseñanzas de un maestro de La Sorbona, París; también de Eugenio Mingorance, amigo de Picasso, y que me ayudó mucho a colocar mi obra”.

- ¿Cuál fue el primer cuadro que vendiste?

- Fue una pintura de una calle de Guadalajara, siguiendo la escuela de los impresionistas que pintaron los grandes bulevares de París. Yo

pinté escenarios de Tlaquepaque, Zapopan, y gustaron mucho.

“Vendía mis cuadros muy baratos, los de 30 por 40 centímetros, en 35 pesos, y ellos los daban en 175”.

- ¿La pintura ha sido un refugio en tu vida?

- Ha sido, más bien, un medio de expresión. Yo recuerdo que me ponían en apuros al preguntarme: ‘¿Bueno, usted es locutor o pintor?’. Hasta que se me ocurrió decirles: ‘¡Pues miren, los dos son medios de comunicación, no importa cómo me comunique, hablando o pintando!’

- ¿En qué momento fusionaste la pintura con la locución?

- Cuando apareció la locución yo tuve que hacer las dos cosas, no dejé la pintura, el trabajo original. La locución se me presentó por casualidad. Resulta que era muy aficionado a todo lo que funcionaba con electricidad, hacía radios de galena, de bulbos, amplificadores..., y una vez estuve frente a una estación de radio, en Tepic, y me confundieron con alguien que iba a hacer una prueba como locutor. Les dije que yo era el aspirante y me pusieron a anunciar. Me dijeron que tenía buena voz, y me quedé a trabajar.

Melquiades Sánchez Orozco quedó huérfano de padre y madre, y después de un tiempo de sufrimientos que le ocasionaron unos tíos con los que vivía, decidió probar suerte en la Ciudad de México. Su primer trabajo como locutor fue en Radio Cadena Nacional y, posteriormente, en 1958, logró ingresar a la XEW, de Emilio Azcárraga Vidaurreta.

Trabajó en innumerables cabinas de radio en la Ciudad de México, entre las que destacan RCN, Radio Centro, XEDF, XEB, XEQ, Radio 660

- ¿Cuál prefieres de tus dos pasiones, la pintura y la locución?

- Ambas me emocionan, da lo mismo en el estadio gritando ¡gooooo!, que estar frente del caballete tratando de comunicar algo.

Sánchez Orozco ha presentado exposiciones de pintura en varias salas de exhibición de la Ciudad de México y en el extranjero.

“En una exposición que la Sociedad Norteamericana de Acuarelistas presentó en Nueva York, seleccionaron un cuadro mío. También fue expuesta otra de mis obras en Phoenix, Arizona. Y en el Palacio de las Bellas Artes he expuesto cuatro veces”.

Asimismo, realizó varias pinturas de los estudios de Telesistema Mexicano, hoy Televisa. Trabajó al lado de famosos maestros de la radio, como Manuel Bernal, Luis Ignacio Santibáñez, Luis Cáceres, Luis M. Farías y muchas otras voces de la época de oro radiofónica.

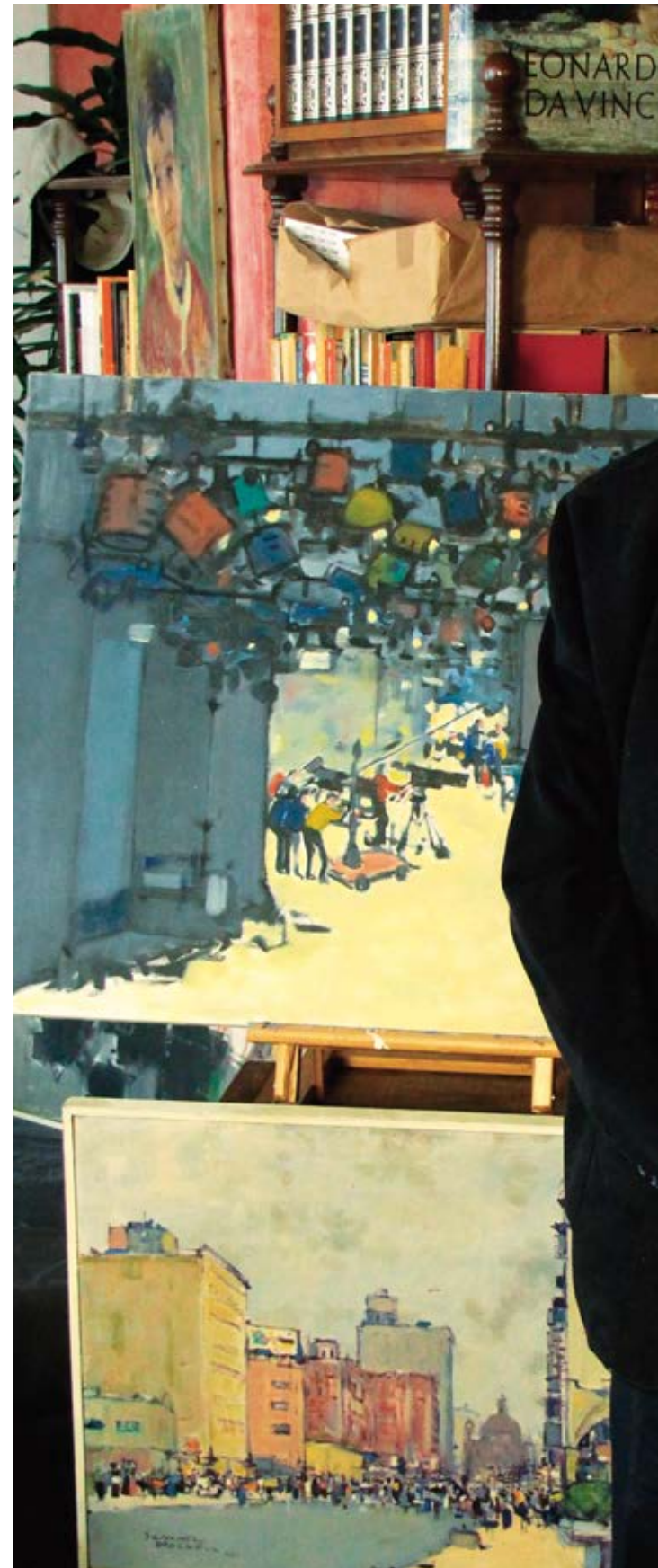
Actualmente es locutor de canal 5 de Televisa y locutor oficial del estadio Azteca, donde ingresó desde que nació el coloso de Santa Úrsula, hace 50 años. Fue locutor oficial de las Copas Mundiales México 70 y México 86, del Mundial Femenil y del Juvenil, en 1975.

Este admirado locutor y pintor tiene 90 años de edad.

- ¿Qué le dirías a Dios en este momento?

- “Pues, gracias, muchas gracias, porque me trajo aquí, a veces no sé para qué, y otras digo, pues seguramente para algo, aprender a vivir y dar lo que puedo dar a los seres humanos.

Un ejemplo de vida porque, a pesar de sus problemas de salud, que le impiden caminar con normalidad, sigue siendo un apasionado del pincel y del micrófono.





Ahora en polvo

Glucosamina / Condroitina

**MSM
Zinc
Magnesio
Vitaminas**
20 sobres



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

Precio FARMACIAS SIMILARES*

\$149.00

Precio máximo \$396.⁷²

**Sabor
arándano
con fresa.**



Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2018.

DE VENTA EN



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

Expedientes del poder

Carlos Ramírez
carlosramirez@hotmial.com
@carlosramirez



Incertidumbre y pesimismo

El fin de las precampañas y el comienzo de las campañas electorales han dejado un sentimiento de pesimismo social; ninguno de los candidatos ofrece una salida a las tres crisis nacionales: económica, con un PIB anual promedio de 2,2 %; política, por el agotamiento de la funcionalidad del sistema/régimen/Estado; y social, con carencias del 80 % de los mexicanos.

Lo que hemos visto son candidatos preocupados por sí mismos, deseosos de llegar al poder, y sin un diagnóstico real de los problemas nacionales. Los dos meses de precampaña se usaron para la *chacota* política, ignorando las demandas sociales.

En los tres meses formales de campaña real —del primero de abril al 27 de junio, ya con registros y propuestas registradas en el INE— no deben esperarse sorpresas; tres candidatos de coalición y posiblemente tres candidatos independientes se van a disputar aproximadamente 52 millones de votos, 60 % del padrón. Los candidatos de partidos son los que tienen más posibilidades de ganar, en tanto que los independientes carecerán de recursos, estructura y capacidad mediática.

Los candidatos ya han mostrado sus posibilidades: el del PRI, José Antonio Meade, mantendrá la continuidad del modelo neoliberal que tiene al país con una tasa promedio anual de PIB de 2,2 %, desde 1983; el del PAN, Ricardo Anaya, tuvo la presidencia azul en el periodo 2000-2012 y nunca propuso reforma alguna para superar el modelo priista y cogobernó con el PRI; y López Obrador es un candidato-caudillo con el objetivo de restaurar el modelo cardenista-priista que llevó al colapso socioeconómico de 1973-1983. Sin ofertas para sacar al país de la crisis, la competencia será por el poder y por la ocupación de posiciones políticas; nada más. En estos meses de precampañas se ha notado pesimismo por la falta de propuestas y de incertidumbre por lo que vaya a pasar después de las elecciones y de la toma de posesión del próximo presidente de la república.

Lo único cierto es que el sistema/régimen/Estado priista dejó de funcionar, y los desafíos económicos, políticos y sociales requieren una nueva república. Así de sencillo y así de complejo.

Equidad...

¿utopía o realidad?

#YoTambién
#HeForShe

Marilú Carrillo

Durante el último trimestre de 2017, la elevada cifra de feminicidios en países de habla hispana provocó en redes sociales una manifestación colectiva; lo hizo con el #YoTambién.

En tanto, usuarios de todo el mundo se identificaron con la campaña de la Organización de las Naciones Unidas “#HeForShe”, que tiene como objetivo impulsar políticas públicas para la igualdad de género y la promoción de derechos humanos.

Estos “hashtag” se volvieron “trending topic”, dando lugar a un movimiento virtual sin precedente, que la ONU consideró para conmemorar el Día Internacional de la Mujer con el lema “Ahora es el momento, las activistas rurales y urbanas transforman la vida de las mujeres”.

Para conmemorar la fecha, *Siminforma* le presenta a tres mexicanas cuyas contribuciones están haciendo frente a los grandes retos de la humanidad, a partir de ciencia, tecnología y altruismo.

La doctora Elena Álvarez Buylla, es investigadora titular en el laboratorio del Instituto de Ecología, de la UNAM, especialista en genética molecular y evolución de plantas, fundadora de la Unión de Científicos Comprometidos por la Sociedad, e integrante de la delegación mexicana de Pugwash (Organización de científicos, filósofos y humanistas, creada en 1957 por Albert Einstein, Frédéric Joliot Curie y Bertrand Russell, con el objetivo de debatir sobre el desarme nuclear, el crecimiento demográfico y el desarrollo económico).

Reconocida por sus aportaciones a la comprensión de los organismos genéticamente modificados y su contribución al entendimiento de la progresión del cáncer epitelial (tejido que recubre cavidades y superficies estructurales).

Álvarez Buylla ha merecido más de 45 galardones, entre ellos, el Premio Nacional de las Ciencias 2017.

- ¿Qué es un transgénico?

- Es aquel organismo que ha sufrido una recombinación genética en su material hereditario, no por una cruce natural con otra especie, sino por métodos de laboratorio.

Es romper las barreras reproductivas de ADN recombinantes de diferentes especies que normalmente no pueden entrecruzarse, como los virus, bacterias, diferentes genes de plantas y animales. Se sabe que acumulan agrotóxicos (sustancias que combaten plagas), como el glifosato (herbicida), la OMS lo reconoce como un cancerígeno en animales y humanos.

- ¿Cuál es el escenario con la introducción del maíz transgénico en México?

- La polinización dispersará el genoma en los maíces nativos mexicanos, y esto pone en riesgo el mayor reservorio genético de maíz que hay en el mundo. De esto depende la seguridad alimentaria.

Creo que todo investigador debe tener un pie anclado en su laboratorio y otro en la sociedad, llevo el activismo en la solapa con orgullo, mis colegas me dicen “es que ya te volviste activista”, y yo respondo “sí, y tú, ¿por qué no?”.

Hablamos también con Linda Franco, CEO de la Startup Machina, compañía que integra tecnología a la ropa, de manera funcional y adaptable con un enfoque futurista. Fue nombrada por *Forbes* como una de las treinta promesas menores de treinta años y conferencista de *Women 2.0*. La empresa creó playeras que cambian de color con la temperatura del cuerpo, una chamarra que hace música a partir del movimiento, y Out Body Experience, una plataforma tecnológica portátil para videojugadores, a partir de sensores de movimiento.

- Te lanzaste en un sector tan vanguardista, con una tecnología naciente ¿Qué te inspiró a emprenderlo?
- Mi socio y ahora esposo, hizo una tesis en la universidad, sobre tecnología en

Las mujeres representan más del 50 % de la población y el 40 % de la fuerza laboral

¿Conoces los riesgos de tener **Kilos** de más?

MEDICIÓN GRATIS
de peso, talla, circunferencia abdominal e índice de masa corporal

Todos los martes
de este mes

Responsable sanitario: Dr. Ángel Gracia Ramírez Céd. Prof.: 0753913-UNAM

Fundación **BEST**

Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2018. **Síguenos por:**  

EL BUEN LUNES

25%

de descuento

la ropa. Le dijeron que era futurista, muy ambicioso, poco viable y lo reprobamos. Estábamos en proceso si lo corrían de la escuela o no, y para demostrar lo contrario, empezamos a idear.

- Todos los emprendedores creen ser el próximo Jobs o Disney, ¿qué piensas de tu caso?

- No sé, nos hemos equivocado mucho, pero prefiero verlo como oportunidades. Al día siguiente me levanto con toda la actitud porque estoy haciendo lo que me gusta. De lo que me he percatado entre emprendedores o “locos aferrados”, es que tenemos una visión clara que nos pica a salir y aventarnos. Desde el principio, quería ser la marca número uno de ropa tecnológica, no sabía cómo, pero lo queríamos.

Otra mujer destacada es Rosalba Osoria Torres, cuarto lugar en la categoría Por Un País Mejor, de la Premiación Nacional al Altruismo 2017, reconocida por el gobierno de Coahuila como “Una mamá fuera de serie”; 30 años dedicados a la labor social, con impacto en más de 5 mil beneficiarios,

como migrantes, mujeres embarazadas, débiles visuales, enfermos en etapa terminal y damnificados.

- ¿Qué representa su labor altruista?

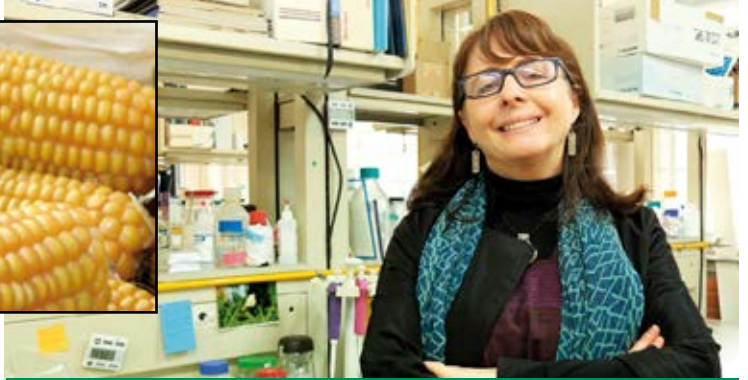
- Desde 1955, que trabajaba en una farmacia, me di cuenta de la necesidad de servir, y eso representó un impulso, ahora significa ver la cara de agradecimiento de los enfermos cuando voy a visitarlos, haciendo labor de barrio, las sonrisas de los pequeños me llenan, incluso cuando le pido dinero a los que tienen, lo hacen contentos porque van a ayudar, y eso me impulsa también.

- ¿Qué satisfacciones tiene su contribución social?

- Mi corazón siente mucha alegría; no tengo esposo, y servir al que menos tiene me llena el alma. Tengo 82 años y mientras Dios me dé fuerza y salud, lo seguiré haciendo con mucho gusto.

En la era digital y con la igualdad puesta en la agenda de distintas naciones, *Siminforma* celebra la vida y aportaciones de mujeres destacadas.

Ni la ciencia ni otras disciplinas tienen sexo o género



Elena Álvarez Buylla: “Los transgénicos son una falsa promesa, elijamos nuestra alimentación”



Linda Franco: “Me sentiría muy mal al darme por vencida, porque todavía no sé si he dado mi máximo”



Rosalba Osoria: “Mi vida está al servicio del necesitado, hasta que Dios me lleve”



FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



farmaciassimilares.com

Se aplica hasta \$1,500, siempre y cuando solicite su ticket al vendedor. No se aplica con otras promociones o descuentos. No se aplica en agua embotellada en ninguna de sus presentaciones. Promoción válida de las 6 a.m. a las 12 de la noche del día lunes.

Ampigrin

Ampicilina



Precio máximo al público \$252.00

\$83.00

De venta en:

FARMACIAS SIMILARES

Vigencia al 31 de Marzo de 2018
Consulte a su médico.



“Pero sigue siendo el rey”,

libro sobre José Alfredo

A 92 años del natalicio de José Alfredo Jiménez, el hijo del cantautor mexicano presentó el libro “Pero sigue siendo el rey. Un encuentro con mi padre”, en el que relata una serie de anécdotas que tuvo con el afamado personaje.

El texto editado por Planeta Mexicana, bajo el sello Booket M. R, contiene cinco capítulos en los que José Alfredo Jiménez Gálvez se refiere a los inicios de su padre en la música. El resto se titulan: Camino a Guanajuato, Las Ciudades, Te solté la rienda y La última morada.

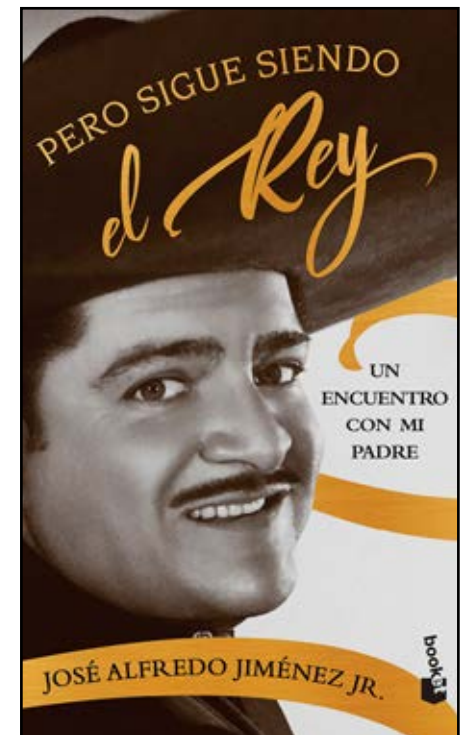
“Algunas de las anécdotas las he traído toda la vida y volverlas a recordar me regalaron sonrisas, pero algunas muchas lágrimas”, platicó el primogénito de José Alfredo.

De las cosas positivas que recuerda y que comparte en el libro, dice, están las vacaciones o cuando el autor de “Un mundo raro” y “Si nos dejan”, se lo llevaba a trabajar en las giras.

“Una vez se le rompió el pantalón antes de entrar al escenario. Cómo reíamos de esos sucesos. También en el libro hablo de lo que le gustaba comer. Son anécdotas que pasan y que luego uno no cree”.

Los recuerdos más tristes que guarda de José Alfredo Jiménez es el de su cumpleaños número 18, pues “fue un 9 de noviembre de 1973. Mi padre se escapó del hospital, se robó las llaves del coche. Se puso una pachuqueña y un sarape para poder ir a verme. Cuando llegó a la casa, yo le abrí la puerta y me dijo: ‘ya te arruiné tu cumpleaños, ¿verdad? ¿Adónde quieres ir?’. Lo vi con el cutis muy grisáceo. Sus ojos azules tan bonitos que tenía, ya no lucían el brillo que los caracterizaba, ahora eran amarillentos”.

José Alfredo, quien es director general del Catálogo de Oro de la SACM, compartió que le respondió a



su padre que mejor se quedaran en casa y pidieran un pollo que le gustaba del tío Luis.

“Oímos música, jugamos dominó en la tarde y en la noche ya se empezó a sentir mal. Le pidió a su secretario que lo llevara al hospital. A los 14 días se nos fue”.

Aunque haya transcurrido mucho tiempo después de su muerte, José Alfredo Jiménez Gálvez destacó que su música continuará vigente a través de las generaciones.

“Para plasmar todo lo que él fue, se hubiera escrito un libro tipo La Iliada y La Odisea. Cuando canto las rolas de José Alfredo, a la gente le gusta que le cambie la letra porque son canciones que se adaptan al lenguaje de la raza y estarán en nuestro corazón para siempre”.

José Alfredo Jiménez Jr. comentó que aún tiene mucho más que contar acerca de su padre, como por ejemplo, su trabajo en el cine. De modo que, consultaría con su hermana si editan un segundo volumen.

¿Has visto a..?

Karla Romero Tezmol



Sexo: Femenino
Edad: 12 años
Estatura: 1.40 m.
Tez: Morena clara
Ojos: Medianos, café oscuro
Cabello: Lacio, negro
Fecha de nacimiento: 09/04/2004

Señas particulares:
Cicatriz en ceja izquierda.
Circunstancia:
Desapareció en el Municipio de San Pablo del Monte, Tlaxcala, el 13 de enero de 2016.

Si conoces, has visto o sabes algo de esta persona, llama o escríbenos.
¡Ayúdale a regresar a casa!



hasvistoapgr.gob.mx
www.gob.mx/pgr

¿Has visto a..?

Zuyin Sánchez Cotlame



Sexo: Femenino
Edad: 16 años
Estatura: 1.55 m.
Tez: Morena clara
Ojos: Medianos, café oscuro
Cabello: Lacio, castaño oscuro
Fecha de nacimiento: 03/05/2000

Señas particulares:
Cicatriz en pómulo y en brazo, ambas del lado derecho, usa brackets.

Circunstancia:
Desapareció en el Municipio de Córdoba, Veracruz, el 2 de julio de 2015.

Si conoces, has visto o sabes algo de esta persona, llama o escríbenos.
¡Ayúdale a regresar a casa!



hasvistoapgr.gob.mx
www.gob.mx/pgr

¿Has visto a..?

Luis Manuel Organista Herrera



Sexo: Masculino
Edad: 15 años
Estatura: 1.52 m.
Tez: Morena clara
Ojos: Grandes, café oscuro
Cabello: Lacio, negro
Fecha de nacimiento: 08/02/2000

Señas particulares:
Ninguna.
Circunstancia:
Desapareció en el Estado de Guerrero, el 09 de febrero de 2010.

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



hasvistoapgr.gob.mx
www.gob.mx/pgr



¿Qué tanto sabes de español?

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

1. ¿Está bien la siguiente frase: *Los despachos se encuentran en lo que es el centro del edificio?*
2. ¿Qué cuesta la entrada o cuánto cuesta la entrada?
3. ¿Por qué no se recomienda decir *en cuyo caso?*
4. ¿Es correcto decir *Hagan un círculo delante nuestro?* ¿Y *hagan un círculo alrededor nuestro?*
5. ¿Está bien dicho *Mi Juanito ya va al colegio?*

Respuestas:

fegutierrezp@gmail.com

1. Es incorrecto porque la expresión *lo que* es carece de contenido. Puede suprimirse y la oración queda perfecta. Igualmente incorrecta es la expresión *lo que viene siendo*. Evítela.
 2. La primera opción es propia de la lengua coloquial, mientras que la segunda corresponde a un registro más cuidado.
 3. No es apropiado decirlo en secuencias que carecen de valor posesivo. *Cuyo* debe aparecer siempre con un sustantivo: *El chico cuya chaqueta se había perdido*. En lugar de *en cuyo caso*, se recomienda *en tal caso*, *en ese caso*, *por tal causa*, *con ese fin*.
 4. La primera es incorrecta. La segunda, no. Lo correcto es *Hagan un círculo delante de nosotros*.
 5. No es adecuado. Los nombres propios de personas no aceptan la combinación con artículos. Lo correcto es *Juanito*, *mi hijo*, *ya va al colegio*. Igualmente erróneo es decir *He visto a la Juana*. Hay que suprimir el artículo.

¡Ay, ojitos pajaritos!



Armando Ramírez

Un palacio poco visitado por los mexicanos

Un edificio del Zócalo que causa curiosidad, pero al que poca gente se atreve conocer es el Palacio Nacional. Y no crea que ingresar es difícil o que cobren. Ya dentro, constatará que hay más paisanos que chilangos visitando ese histórico inmueble.

Para adentrarse en él, tan solo hay que ir a la puerta que está en la calle de Moneda. No se mosquee si ve que hay soldados a la entrada. Están para cuidar, no para prohibir el paso. Ahí, hay una oficina, enseñe su credencial de elector, y listo.

Adentro se asombrará de los patios tan amplios. Hay un jardín botánico con diferentes especies de la flora del territorio nacional. Llama la atención la altura de los muros y el grosor de los arcos. Están las llamadas “ventanas del tiempo”, donde podemos asomarnos para mirar algo de las escalinatas que formaron parte de las casas de Moctezuma. Hernán Cortés las sepultó para construir su palacio.

Ese inmueble lo heredó Martín Cortés, hijo del conquistador. Era un joven reventado que, incluso, le dio por independizar al país; pero bastó un “estate quieto” del gobierno novohispano para que olvidara esas ideas exóticas.

Incluso vendió su casa para que el lugar pasara a ser aposento de los diferentes virreyes de la Nueva España, hasta que llegó la Independencia, firmada por Agustín de Iturbide, quien se proclamó Agustín I, pero poco le duró el gusto al reyezuelo, pues a los seis meses lo echaron de palacio, para que Guadalupe Victoria se proclamara primer presidente de la república mexicana. Bueno, este edificio, ya nombrado “Palacio Nacional”, fue ocupado por Maximiliano y Carlota, aunque también tenían su vivienda en el Castillo de Chapultepec. Ella dejó huella porque, en su paranoia de ser asesinada, mandó construir una escalera personal, llamada “de la emperatriz”, la cual puede verse hasta la fecha.

También hay que visitar el área donde vivían Benito Juárez y Margarita Maza, o los murales del gran Diego Rivera, el viejo de Frida Kahlo... Eso y más hay en este lugar, que bien vale recorrer. Digo, el Palacio Nacional es de todos los mexicanos.

200 años de Frankenstein

MARY SHELLEY

A la hija del filósofo William Godwin y la escritora feminista Mary Wollstonecraft, su madrastra le negó una educación formal, pero su padre (y ella misma) procuró acercarla a la cultura, ciencia y literatura. Conoce más de su obra emblemática.

Nació

30 de agosto de 1797 en Londres, Inglaterra.

Murió

(por un tumor cerebral) 1 de febrero de 1851 en Londres, Inglaterra.

OTRAS OBRAS DESTACADAS

- Matilda (1819)
- El último hombre (1826)
- La suerte de Percy Warbeck: Un romance (1830)
- Falkner (1837)

IMPACTO

La novela continúa como un referente cultural que ha servido de inspiración a películas, personajes y hasta canciones.

2 SIGLOS DE FRANKENSTEIN

Esta novela fue publicada el 11 de marzo de 1818 y convertida en mito universal, cuenta la historia de una criatura creada por un estudiante a partir de cadáveres humanos.

ORIGEN

El poeta británico Lord Byron hizo una apuesta con un grupo de escritores para crear una historia de terror. Mary se basó en una de sus pesadillas y los experimentos del físico italiano Luigi Galvani.



¡Carajol!

Antonio "Tota" Carbajal

Desperdicio de mexicanos

Se dice, y con razón, que cada país, pueblo, colonia y barrio tiene lo que merece, y me enoja que esto se vea en el fútbol mexicano, aunque la pregunta es: ¿Sigue siendo mexicano? Lo pregunto porque cada vez hay menos futbolistas nacionales.

No es la primera vez que hablo de la gran cantidad de extranjeros que llegan a nuestro país. Algunos han sido buenos y dejan escuela. En mi época hubo muchos y además excelentes amigos; desgraciadamente no todos hacen bien las cosas, solo andan de un equipo a otro.

Me apena que en la actualidad haya técnicos que en lugar de enfilar a jugadores mexicanos decidan fichar a extranjeros que siguen son convencer, y que esto pegue a escala internacional cuando jugamos contra otras selecciones. ¿Acaso no lo hemos visto con la selección? Insisto, juega o juegan con ella. ¿Ya se nos olvidó la goliza que nos metió Chile? (7-0). Y como no encuentran cabida aquí, los mexicanos se ven obligados a emigrar, pero ¿cuántos de ellos van al extranjero a equipos de primer nivel, como lo hizo Hugo Sánchez al Real Madrid; Javier Hernández al Manchester United, o Rafael Márquez al Barcelona.

Es de sabios reconocer que nuestros futbolistas, por desgracia, no juegan con equipos de gran estatura en Europa, tal es el caso de Andrés Guardado, en el Real Betis; Raúl Gudiño, en el Apoel de Chipre; Antonio Briseño, en el Feirense de Portugal, y otro caso de estos puede ser el de Enrique "Paleta" Esqueda, quien recientemente ingresó al Arka Gdynia, de la liga polaca. Los dirigentes mexicanos siguen sin

querer darse cuenta de que, con el exagerado número de extranjeros permitidos en los equipos de la liga, causan un gran desgaste en nuestro nivel, debido a la escasa oportunidad que se da a los jóvenes mexicanos. Como dato curioso, cabe mencionar el gran incremento en el mercado de fichajes, cuyos costos pueden llegar a los 30 millones de euros. Amigos y enemigos: ¿acaso eso no alcanzaría para formar a jugadores nacionales de buena calidad?

Salud y apoyo en Zapopan

Fabián Montes, enviado



ZAPOPAN, Jal.- A sus escasos nueve años, Elías es un niño agradecido con la vida. Esta le ha dado lo que necesita para ser feliz, aunque también lo haya hecho pasar por una prueba muy dura al padecer síndrome dismórfico antes de su nacimiento.

En palabras llanas, varias partes del rostro de Elías no pudieron desarrollarse, incluidos sus ojos. Es un chico invidente que desde muy pequeño, acude a la escuela Helen Keller, en este municipio conurbado de la metrópoli tapatía. En este organismo lo ayudan a desarrollarse como cualquier niño de su edad; asiste a clases con las que ya aprendió a leer y escribir, además de tocar el piano, porque él es un músico nato que aspira un día a ser un gran concertista o, quizá, locutor de radio.

La historia de Elías es una de las 98 que atiende esta institución, la cual fue creada en 1987 por ocho profesores de educación especial para atender los casos de ceguera en niños de Jalisco, entidad que alberga a más de 70 mil invidentes. Lleva el nombre de la mítica Helen Keller, una estadounidense que en el siglo pasado venció a la adversidad pese a ser ciega y sordomuda. Ella representa un símbolo de superación mundial.

Sin embargo, atender las necesidades de sus beneficiarios requiere de mucho apoyo. Los servicios que brinda a los menores, de 3 meses a 15 años de edad, implican un desembolso importante que sería imposible sin el apoyo de la sociedad.

Carrera con causa

Desde hace 11 años, las Simicarreras, parte del circuito deportivo que encabeza Farmacias Similares por varias ciudades del país, se han distinguido por llevar salud y apoyar diversas causas sociales, y en Jalisco, este año se sumarán a la labor de la escuela Helen Keller.

El próximo 22 de abril se llevará a cabo la 11.ª Simicarrera, en Zapopan, con el lema "Corro para verlos sonreír", actividad en la que 3,400

corredores apoyarán en la educación y desarrollo de los 98 niños que ayuda el organismo, ya que lo recaudado por inscripciones será donado íntegramente.

"Con lo que nos apoye la Simicarrera podremos adquirir máquinas Perkins (para la escritura en Braille), bastones de aluminio e impresoras Braille. En verdad, es muy importante lo



Con su inscripción, más de 3,400 corredores ayudarán a la escuela Helen Keller

98 niños con problemas visuales serán beneficiados con equipo para su educación

La 11.ª Simicarrera se realizará en Zapopan, el 22 de abril

que nos darán porque esto representa que los niños continúen de la mejor manera su educación y desarrollo", puntualizó Eduardo Aviña, presidente del patronato de la escuela.

Así que ya lo sabe, asista a la 11.ª Simicarrera, de Zapopan, para ganar salud y apoyar a estos niños que merecen un mejor futuro.

11^a **2018 GDL - 10K** **simi**  **carrero** 
CORRO para **VER** los **sonreír**

f Simi Carrera

@simicarreras



DOMINGO 22 ABRIL 7:00 am

CIRCUITO CON SALIDA Y META: PRESIDENCIA MUNICIPAL DE ZAPOPAN

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

INSCRIPCIÓN: \$200 **CUPO LIMITADO:** 3,000 **CORREDORES SIMITEL:** 01 800 911 66 66 / simicarreras.com.mx

Consulte términos, condiciones y restricciones disponibles en la página simicarreras.com.mx

GANADOR ABSOLUTO VARONIL-FEMENIL

PREMIO \$10.000

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



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

La Serie del Caribe 2018

Como se sabe, los Criollos de Caguas, de Puerto Rico, con toda justicia y mérito, conquistaron la corona de la Serie del Caribe 2018, celebrada en la zona metropolitana de Guadalajara, con las luces y sombras propias del importante evento beisbolero.

Creo, sin embargo, que para el pueblo dominicano la serie resultó negra, en virtud de que a sus Águilas Cibaeñas les sacaron la victoria de la bolsa, pues en la llamada “fatídica” séptima entrada, los Criollos de Puerto Rico fabricaron cinco grandes carreras para darle la voltereta al marcador y al resultado final del partido.

Digo lo anterior porque el beisbol es el deporte nacional de la hermana República Dominicana, donde al decir del cronista Ernesto Jerez, solo se practican tres deportes: primero, beisbol; segundo, beisbol, y tercero beisbol.

Algo semejante le ocurrió al beisbolero cubano, cuyo equipo también echó al voladero una buena ventaja y terminó derrotado por las Águilas dominicanas que, al siguiente día, pagó los platos rotos frente a los ahora bicampeones Criollos de Puerto Rico.

En cuanto a los Tomateros de Culiacán, equipo representativo de México, pienso que a pesar de haber sido eliminados en la primera ronda, su beisbol tuvo calidad y suficiente fuerza competitiva.

Sostengo, además, que el fracaso de los anfitriones Tomateros de Culiacán, puede calificarse como la luz más brillante de la Serie del Caribe, pues dejó en claro que en el heroico y tradicional evento, nos hay sucios arreglos a favor del buen negocio por encima de la limpieza y transparencia del deporte.

Y para cerrar esta colaboración en el *Siminforma*, digo que da gusto advertir que en los últimos años, México se ha convertido en el lugar ideal para celebrar la Serie del Caribe, por sus facilidades, su esmero en la organización y el apoyo de los aficionados al Rey de los Deportes en un país dominado por el futbol.

La Araña Negra

Fernando Gutiérrez



La Copa del Mundo está cada vez más próxima y, por tanto, es oportuno pintar el perfil de Lev Ivánovich Yashin, la Araña Negra, aquel mítico arquero de la desaparecida Unión Soviética.

Es el único portero que ha ganado el Balón de Oro (1963). Hoy se le honra como imagen del póster oficial del Mundial Rusia 2018, un merecido homenaje porque este guardameta jugó en la época de los grandes, como Pelé, Beckenbauer, Eusébio, Banks... Aquí tuvimos el gusto de disfrutar sus atajadas bajo el marco, durante el Mundial de 1970.

El escritor uruguayo Eduardo Galeano, futbolero como pocos, lo describió así: “Tapaba el arco sin dejar ni un solo agujerito. Este gigante de largos brazos de araña, siempre vestido de negro, tenía un estilo despojado, una elegancia desnuda que desdeñaban la espectacularidad de los gestos que sobran”.

Era tan seguro en su portería que se consideraba una proeza anotarle un gol. Dicen que Eusébio, el fabuloso atacante portugués, le pidió perdón por convertirle en el partido por el tercer puesto del Mundial de Inglaterra 1966, uno de los cuatro que jugó Yashin.

Lev revolucionó la forma de ‘portear’: siempre vestía de negro, fue el primero en usar guantes, en sacar con las manos y no pateando el balón. Además, ordenaba a su defensa con una voz de gran mando. Siempre portaba boina y admiraba al cosmonauta Yuri Gagarin, el primero en orbitar la Tierra. Decía que en sus vuelos por el balón era como viajar en el cosmos.

La Araña Negra empezó como portero del hockey sobre hielo. Nació el 22 de octubre de 1929 y fue guardameta del equipo de la fábrica de herramientas para la que trabaja en la Segunda Guerra Mundial.

Yashin fue un portero completo, de casi 1.90 de estatura, muy ágil y seguro bajo los palos. Ganó cinco títulos de Primera División Soviética y tres Copas de la Unión Soviética con el Dínamo de Moscú, club en el que pasó toda su carrera deportiva. Con su selección fue campeón en los Juegos Olímpicos de Melbourne 1956 y de la Eurocopa 1960. También estuvo en los Mundiales de Suecia 1958, Chile 1962 y México 1970.

“Fue ganador de muchos premios y reconocimientos: la Orden Olímpica del COI, el mejor portero del Siglo XX



por la IFFHS, portero del Siglo XX por la FIFA, galardonado con la Orden del Mérito de la FIFA, incluido en el Dream Team de la FIFA (equipo de ensueño) de la historia de los Mundiales por la FIFA, galardonado con la Orden de Lenin y ganador del Balón de Oro por *France Football*”.

Con el Dínamo de Moscú registró 270 partidos sin conceder gol de los 326 encuentros que disputó.

También era famoso por frases, como esta: “La clave es fumar un cigarrillo para calmar los nervios y después tomar un buen trago de licor para tonificar los músculos”.

Bueno, un crack de ese tamaño podía darse esos caprichos, sin mermar su rendimiento. Hoy lo recordamos por su entrega, pasión y convicciones.

fegutierrezp@gmail.com

Horóscopos

Amira contigo



Aries (marzo 21 - abril 20)

Aclara las confusiones con la pareja; no debes temer a la verdad. Saturno te sugiere ser cauto en asuntos laborales. Los planetas te exigen más trabajo. Habrá nuevas oportunidades y lecciones de vida para aprender. Urano indica que es importante renovar tu vida.

Tauro (abril 21 - mayo 21)

Recuerda que la inteligencia y tu gran voluntad, combinadas, te llevarán a un camino constructivo. De marzo a mayo debes tener cuidado con los gastos. Será necesario encontrar soluciones en los asuntos financieros. La Luna y Mercurio favorecen la profundidad de tu mente.

Géminis (mayo 22 - junio 21)

Céntrate en tu espíritu para saber discernir entre deseos fértiles y caprichos estériles. Todo tenderá a ir mejor si le das su debido tiempo. Finalmente, obtendrás recompensas. La entrada de la primavera, el día 20, indica muchos negocios nuevos y oportunidades de crecimiento.

Cáncer (junio 22 - julio 22)

Posees un sentido de la percepción invaluable. Neptuno y Júpiter te permiten agilizar tus proyectos de trabajo. La rapidez con la que actúes hará la diferencia para tener éxito. La presión de trabajo será alta, lo que significa que tendrás que mantener el equilibrio entre el trabajo y tu vida personal.

Leo (julio 23 - agosto 22)

Este marzo traerá un gran alivio mental, pero no permitas que el enojo se apodere de ti. Regresa la persona amada después de una crisis. Quizá te estabilices y haya mayor madurez. Las metas se logran por el trabajo. Algunas cosas tendrán que sacrificarse para lograr otras.

Virgo (agosto 23 - septiembre 22)

Vigila que el dinero no se escape de tus manos. La luna nueva en Piscis, el 17 de marzo, indica que debes ser prudente, no solo en decisiones de trabajo, sino en tus relaciones cercanas. Es un mes para ser práctico. No hagas promesas que no se puedan cumplir.

Libra (septiembre 23 - octubre 22)

Estos tiempos te implicarán sacar fortalezas y habilidades de donde menos esperabas; cada día aprendes algo más de la vida. La pareja te pide entrega. Pueden presentarse viajes interesantes. Elimina en lo posible y delega aquellas tareas que prefieres no hacer.

Escorpión (octubre 23 - noviembre 22)

Físicamente te encuentras bien, pero debes controlar los excesos, principalmente, de tabaco o alcohol. Elimina la tensión y conserva la calma. La intuición hará que descubras asuntos nuevos. El benéfico mayor, Júpiter, y el ánimo positivo que posees te ayudarán al éxito en todo.

Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21)

La luna llena del 1 de marzo indica que tienes que arreglar asuntos pendientes en tu trabajo. Tus vínculos afectivos son profundos. Venus favorece la realización de un amor. En la salud es bueno que te dediques a ti. Cuídate y date atención; temporada positiva de tranquilidad y beneficios.

Capricornio (diciembre 22 - enero 20)

Muéstrate abierto cuando la suerte se presente y no dejes ir el momento; eres hábil para aprovechar las oportunidades. En lo familiar, toma en cuenta los sentimientos de los otros. Las ganancias están indicadas, pero no seas impaciente. Las cosas pueden tomar tiempo para materializarse.

Acuario (enero 21 - febrero 19)

Tomas medidas que implican protección y seguridad, responsabilidades que tendrás que atender. Urano y Neptuno pueden traerte sorpresas y, tal vez, ser víctima de gente deshonesto. No tengas miedo de hacer algunos compromisos; tampoco intentes ser comprensivo y diplomático.

Piscis (febrero 20 - marzo 20)

Los cambios de humor frecuentes pueden afectar negativamente tus relaciones personales y profesionales. No es positivo caer en la actitud de arrojar culpas a los otros. Con la pareja sigue el camino del corazón para no equivocarte. Este tiempo es bueno para viajar y hacer cambios de domicilio.

*¡Feliz entrada de la primavera!
20 de marzo, a las 10:16 a.m., tiempo del centro, unidos en el corazón*

¡No te pierdas tu programa radiofónico! **Amira contigo**

Escúchanos a través de siminforma.com.mx por SimiRadio o con la App TuneIn **Todos los viernes, 6. p.m.** Después de escucharnos, tu vida no será la misma. **Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx**

Crema de manos con Karité

ETERNAL SECRET

20% Manteca de Karité

CREMA PARA MANOS

hidratación profunda y prolongada
con Aromas Cuidadosamente

Cont. Net. 30 g

Producto ultra humectante para manos
Disminuye los efectos de manos reseacas,
las humecta y mantiene suaves e hidratadas

Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2018. **Precio buen lunes**

Precio martes a domingo \$45.00 **\$33.75**

DE VENTA EXCLUSIVA EN

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

3 HOJAS
para 7 afeitadas
suaves

\$33.90
2 piezas

Gillette® Prestobarba Ultragrip 3

BARBA PULCRA
Cada día

NUEVO NOVO

Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2018.

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

Ilusionada y enamorada de banda

Fabián Montes

Terminó el mes de Cupido, pero el amor de Lucero sigue rondando la esfera musical; en esta ocasión, con su nuevo material discográfico *Más Enamorada con Banda*, secuela de su álbum número 23, el cual recibió disco de oro, el 15 de septiembre, en la plaza cívica de Culiacán, Sinaloa.

“Le agradezco a la gente por el éxito de *Enamorada con Banda*. Nos dimos cuenta de la aceptación del nuevo proyecto, con el sello de la banda sinaloense, como anteriormente fue con el mariachi.

“Por eso, en esta entrega, repetimos la mancuerna con el productor Luciano Luna, sobre todo, por su experiencia en el género norteño”.

Este disco contiene cinco temas inéditos, con la autoría del productor, y siete covers de distintas generaciones musicales.

Este disco también tiene un DVD de un concierto en vivo que se llevó a cabo el 8 de febrero, en el Centro Cultural Roberto Cantoral.

“Personalmente, me encantó la idea del espectáculo porque no hay necesidad de hacer un videoclip por canción, que genera una gran inversión de tiempo. Además, durante una función, estoy más cerca del público, con el que comparto



una experiencia divertida por la gente que me acompaña, las canciones y los cambios de vestuario.

Acerca de incursionar en el regional mexicano, comentó:

“Claro que para este género se requiere una interpretación especial; más

allá de una perfección técnica y vocal, que siempre ayuda, es imprimir ese sentimiento, crear tu propio estilo; pero la sangre mexicana corre por mis venas”.

Mientras tanto, Lucero se prepara para su concierto el 6 de julio, en el Auditorio Nacional.

“¡Estoy muy entusiasmada! Será un *show* con todos los géneros, voy a presentar las canciones que mi público conoce, habrá baladas, rancheras, interpretaciones con mariachi, incluso, la banda sinaloense en vivo. Espero que no se pierdan y me dediquen esa noche”.

Sin reclamo al éxito

Fabián Montes

Desde Guasave, Sinaloa, BebeTo llegó para promocionar su nuevo sencillo, *Seremos*, que ha superado los 27 millones de reproducciones en YouTube.

“Es un tema de desamor, un reclamo a esa persona, que por diversas circunstancias ya no está con el enamorado. Se basa en la idea de que él es el único que puede ofrecerle el amor que ella busca”.

Esta canción es de la autoría de Espinoza Paz, quien reveló en Instagram la dupla sinaloense para estrenar el siguiente material discográfico de Carlos Alberto García Villanueva, nombre real de BebeTo.

“Sin duda, le agradezco por creer en este proyecto, por imprimir su inspiración en la letra y por estar a la cabeza en esta producción.

“Respecto al disco, me gustaría que fuera una sorpresa porque aún faltan detalles por definir. Solo puedo adelantar que será un material para todos los gustos, y no pasará de medio año para presentarlo”.

En cuanto al videoclip, BebeTo no dudó en indicar su preferencia a *Seremos*, grabado en las Dunas de Yeso, de Cuatro Ciénegas, Coahuila.

“Es el video con el rodaje más corto, empezamos al mediodía y terminamos a las cinco de la tarde. Buscamos retratar la belleza de caminar sobre el desierto, fue una experiencia muy relajada”.

El cantante, que saboreó por 20 semanas el puesto número 15 en *Regional Mexican Airplay* de la lista Billboard con *Eres mi necesidad*, habló sobre los obstáculos en esta carrera:

“Uno de los sacrificios más grandes, en cualquier ámbito musical, es alejarse de la familia, es parte de ser cantante. Te ausentas por días o meses, y te pierdes fechas importantes; sin embargo, cuando ves crecer el proyecto, te das cuenta de que valió la pena; es una sensación muy bonita”.

A sus 28 años, comentó sus metas y sus sueños para este 2018:

“Lo que sigue es trabajar duramente para tener más resultados. Mi sueño es hacer un *show* completo en el Auditorio Nacional, así que entregaré toda mi energía para cumplirlo este año”.





Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

El César

Quien diga que la televisión abierta privada nacional está estancada, no sabe lo que está diciendo. Nada que ver entre las historias que se están contando hoy, tanto en Televisa como en TV Azteca, y las del pasado. En este momento, por ejemplo, Azteca Uno está transmitiendo

El César, y no sé usted, pero estoy convencido de que esto es un acontecimiento. Estamos hablando de una serie programada en un horario que antes solo se utilizaba para telenovelas. No estoy alucinando, *El César* no es una telenovela, viene de los cables y de las antenas directas al

hogar, donde el concepto de serie sigue siendo algo fundamental. Pero, ojo, no es cualquier serie, es la biografía de Julio César Chávez, un hombre, un boxeador. ¿Qué tiene esto de interesante? Que abre el espacio a un público más allá de lo femenino, que apela a audiencias que apuestan por algo más que el romance. *El César* es para los amantes del drama y también para los amantes del deporte, de la historia y de la política. Por si esto no fuera suficiente, es una producción llena de pro-

fundos mensajes familiares y de superación personal. Sí, ya sé lo que está pensando: Álvaro, o está vendido a TV Azteca, o ya se volvió loco. Aquí hay drogas. ¿Cómo es posible que esto mande mensajes positivos? Ni estoy vendido a TV Azteca, ni me he vuelto loco. Atrás de *El César* se encuentra la marca más familiar del mundo: Disney. Y si esta ha creído en la biografía de este boxeador es porque ha encontrado en ella cosas que nos van a ayudar como familias.

Yo solo le recuerdo que hace muy poco tiempo, en ese mismo horario, en ese mismo canal, se transmitían “refritos” de lo más convencionales, como *Hombre tenías que ser* y *Entre el amor y el deseo*. ¿Si aprecia el cambio? ¿Si se da cuenta de la evolución? Por favor, ya no se queje de la televisión abierta privada nacional, y atreva a disfrutar de novedades, como *El César*. ¿O usted qué prefiere? ¿Que nos vuelvan a poner *La loba* y *La mujer de Judas*?

La marca más usada por odontólogos en el mundo

Oral-B PRO essential \$15.90

Oral-B LIMPIEZA PROFUNDA 2x1 \$29.90

Oral-B \$14.00

Oral-B \$23.90

Oral-B SATIN \$49.00

Crest completo \$16.90

Higiene es salud.

Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2018.

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

ANTIPARASITARIO

Farmiver

Quinfamida - Albendazol

UNA SOLA Dosis

Tratamiento de amebiasis intestinal...

Farmiver pediátrico Niños de 2 a 4 años

Farmiver Junior Niños de 7 a 11 años

Farmiver Tabletas Adultos y niños mayores de 12 años

Reg. No. 385M2006 SSA VI

Reg. No. 173M2012 SSA VI

Info@farmacoscontinentales.com.mx
www.farmiver.com.mx

Fármacos Continentales, S.A. de C.V.
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS
CONSULTE A SU MÉDICO

Permiso COFEPRIS 173300201B0101

contactanos

Facebook icon

Por tu Salud y la de tu Familia



PRODUCTOS NUEVOS



Panax ginseng

Auxiliar en el tratamiento a los procesos de disminución de la capacidad física y falta de concentración

Precio FARMACIAS SIMILARES®

\$69.00

Precio máximo al público \$246.00



Matricaria recutita (Manzanilla)

Limpieza y descanso para tus ojos

Precio FARMACIAS SIMILARES®

\$38.90

Precio máximo al público \$62.30



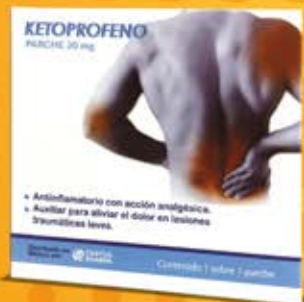
Valeriana officinalis

Auxiliar en el tratamiento de trastorno de ansiedad, trastorno del sueño

Precio FARMACIAS SIMILARES®

\$89.00

Precio máximo al público \$198.00



Ketoprofeno

Antiinflamatorio con acción analgésica, auxiliar para aliviar el dolor en lesiones traumáticas leves

Precio FARMACIAS SIMILARES®

\$34.00

Precio máximo al público \$75.00



Ruscus

Prevención y tratamiento de hemorroides

Precio FARMACIAS SIMILARES®

\$124.00

Precio máximo al público \$297.00

Vigencia de la publicación al 31 de marzo de 2018.