



## Amor, palabras y tradición oral

Los cuentacuentos son como aquellos juglares que nos remontan a años pasados; con la magia de la palabra nos transportan a mundos mágicos. A pesar de que las nuevas tecnologías parecen extinguirlos, aún hay soñadores que a través de sus relatos fomentan la imaginación y tienen la habilidad de acercar a los niños a la creatividad.



**ETERNAL SECRET**

**FPS 50+**

**PROTECCIÓN SOLAR MUY ALTA**

**RESISTENTE AL AGUA**

CREMA FACIAL PARA PIEL SENSIBLE & MIXTA

Protección efectiva sin sensación pegajosa

UVB UVA

Cont. Net. 60 g

**ETERNAL SECRET**

**Pide tu demostración GRATIS en farmacia**

**BLOQUEADOR \$65.00**

De venta exclusiva en

**FARMACIAS SIMILARES**

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Salud es belleza.  
Aviso N°. 143300202D0226  
Vigencia al 31 de julio de 2018.

**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor.

Presidente de Grupo Por Un País Mejor Víctor González Torres

**500,000 ejemplares**

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

Servicio de Agencia Notimex Imprenta en México División Comercial Av. México Coyoacán 40 Col. Santa Cruz Atoyac,  
Del. Benito Juárez C.P. 03310 Distribuidores en México Farmacias Similares, El Sol de México

siminforma.com.mx simi\_informa@porunpaismejor.com.mx

Redacción México: 54 22 01 18

Conmutador: 54 22 45 00 Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: julio de 2018. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. "Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".

# Simiverano, apoyo en Iztapalapa

Marilú Carrillo

En Iztapalapa, la alcaldía más extensa y poblada de la ciudad de México, donde 60 % de la economía local se genera a partir del trabajo informal o negocios familiares, el inicio del periodo vacacional puede representar una inquietud para los padres.

Pausar la dinámica laboral para cuidar a los pequeños, podría mermar las finanzas de casa. Eso lo sabe Fundación del Dr. Simi; por ello, el Centro Comunitario del Dr. Simi Iztapalapa 1, inició el tradicional curso de verano, y en esta su novena edición, dio la bienvenida a veinte niñas, de entre 5 y 12 años, provenientes de colonias aledañas al corazón iztapalapense, como la Hank González, Agraristas y Cuauhtémoc.

“El curso tiene el objetivo de fomentar el desarrollo y bienestar de las familias, sobre todo a los niños de la zona, por lo que planteamos un itinerario creativo y divertido. Esta semana inaugural tendrán diferentes actividades como manualidades, baile, reciclado, entre otras”.

A esto, se suman salidas de carácter cultural y recreativo, así como pláticas de integración social, comentó Monserrat Suárez, subgerente de Fundación del Dr. Simi.

El día se inició con una clase de zumba, en la que el Dr. Simi mostró sus mejores pasos; posteriormente, la psicóloga Patricia Carrillo, del Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales (CNDEE), ofreció el taller “Combatiendo la violencia escolar”.

Con la dinámica del “buentratómetro”, se destacó la trascendencia de las sanas prácticas en la convivencia; los asistentes participaron con experiencias escolares y familiares.



Después del lunch, los voluntarios del área de Contraloría compartieron un taller temático de pintura en cerámica: “El ahorro”.

“Es la primera vez que asisto a un voluntariado, se me hizo una actividad buena porque salimos de lo cotidiano para convivir con los chicos y pudimos aportar algunos consejos para el ahorro que es tan importante hoy en día”, expresó Claudia Palomares Rodríguez, analista contable.

“Me enfoqué en la importancia de administrar el dinero porque es un hábito importante que debemos aplicar para tener finanzas sanas”, externó Eduardo Ramos Einar, asistente contable.



“Siempre es agradable colaborar con niños porque hace diferente el día, se vuelve más ameno y lo hacemos con mucho gusto en el área”, dijo Patricia González Sosa, asistente de Gerencia.

El Simiverano, además, es posible gracias a las alianzas, donadores y empresas socialmente responsables.

Agradecemos a Colorim empresa de colorantes que otorga talleres de moldeado en plastili-

na; Fundación Amparo Serrano que da taller de dibujo y pintura; GP Soona, asociación que encabeza el Festival Móvil de Cine Churumbela, que además otorgará talleres de apreciación del séptimo arte a nuestros niños para que puedan realizar un cortometraje. La esencia de un Centro Comunitario es brindar cursos gratuitos y efectivos que refuercen la educación, potenciar la recreación, integrar asistencia médica y activar la economía local. Y en eso, el curso de verano es pieza clave.

Ya contamos con

# MINOXIDIL\*

Caja con frasco atomizador de 60 ml de solución al 5%

Precio máximo al público \$996.00

Precio Farmacias Similares®

## \$249.00



Reg. N.º: 328M2017 SSA VI



Vigencia al 31 de julio de 2018.

\*Si persisten las molestias, consulte a su médico.

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

De venta en



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO



## CONTAMINACIÓN, detonante de diabetes

La contaminación del aire exterior, incluso a niveles considerados seguros, contribuye a presentar un mayor riesgo mundial de diabetes, de acuerdo con investigadores estadounidenses.

Especialistas de la Universidad de Washington destacaron que los hallazgos plantean la posibilidad de que reducir la contaminación puede bajar los casos de diabetes en países de pésimo medioambiente, como India, o Estados Unidos.

La diabetes es una de las enfermedades de más rápido crecimiento, y afecta a más de 420 millones de personas en el mundo. Las principales causas son una dieta poco saludable, un estilo de vida sedentario y la obesidad.

No obstante, esta nueva investigación indicó que el grado de la contaminación del aire exterior cumple un papel muy importante en la vida de los seres humanos.

Ziyad Al-Aly, principal autor del estudio, comentó que la investigación muestra un vínculo significativo entre la contaminación del aire y la diabetes en todo el mundo.

“Encontramos un mayor riesgo, inclu-

so con niveles de contaminación, considerados actualmente seguros por la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (EPA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS)”, resaltó.

Lo anterior es importante porque muchos grupos de presión, principalmente industriales de EU, argumentan que los niveles actuales son demasiado estrictos y deberían relajarse.

La universidad precisó que si bien la creciente evidencia ha sugerido un vínculo entre la contaminación y la diabetes, los investigadores no han intentado cuantificar esa carga hasta ahora.

“En las últimas dos décadas ha habido investigaciones sobre la diabetes y la contaminación. Queríamos unir las piezas para una comprensión más amplia y sólida”, afirmó.

Por esta situación –alertó–, alrededor de 8.2 millones de años de vida sana se perdieron en 2016, debido a la diabetes relacionada con la contaminación, lo que representa, aproximadamente, 14 por ciento de ese tiempo por causa de dicha enfermedad.

## Revisar su “face” en el baño podría causarle hemorroides

Pasar largo tiempo en el baño revisando dispositivos móviles, tiene una consecuencia directa en las hemorroides.

Estas venas, que se encuentran en el ano, llegan a dar comezón, dolor, sangrado y ardor cuando son afectadas por estreñimiento, embarazo, diarreas, tabaquismo, obesidad y, ahora, por la lectura de móviles en el sanitario, lo que acaba con la idea de que la enfermedad hemorroidal es hereditaria.

En México, 5 % de la población general presenta síntomas relacionados con este mal, y aunque es rara antes de los 20 años, es probable que en el futuro sea más frecuente en personas jóvenes, debido al uso de dispositivos móviles en los sanitarios, por más de 10 minutos.

Esta costumbre tiene mucho tiempo, antes era de revistas, periódicos libros, etc.”, señaló Miguel Ángel Rosado Martínez, especialista en coloproctología, del Hospital Sedna, de la Ciudad de México.

Con los dispositivos electrónicos, los menores siguen el ejemplo de los mayores en casa, aun cuando no hay evidencia científica de que aumente la incidencia, la realidad es que sí se están viendo pacientes con enfermedad hemorroidal a menor edad, puntualizó.

Mencionó que cuando se va a evacuar, si no hay un soporte duro, y se pasa mucho tiempo sentado en el retrete, se desprende el tejido pélvico, un fenómeno parecido al de las várices en las piernas.

“Con las hemorroides pasa lo mismo; al someter a las venas del ano a mucha presión (estar largo tiempo sentado en el baño), estas se van haciendo grandes y aumenta la posibilidad de complicarse con sangrado o la formación de coágulos”, subrayó.



### Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer

www.miguelangelferrer-mentor.com.mx



## Conducta indigna

No hay exageración alguna si se afirma que Donald Trump es la figura planetaria más censurada y odiada. Y la menos simpática. Tiene en su contra a medio Estados Unidos, a la Unión Europea, a los pueblos de América Latina, a las naciones árabes y musulmanas, a China, a Rusia, a la comunidad homosexual y a otras minorías de todo el mundo. Incluso los más fervientes admiradores estadounidenses guardan distancia respecto del antipático magnate. Ciertamente, una cosa son los pueblos, las comunidades y los individuos, y otra, los gobiernos. Y debe reconocerse que entre los gobiernos Trump tiene amigos, aliados, cómplices y sirvientes. Entre todos estos puede citarse a los del llamado Grupo de Lima, a Israel, Arabia Saudita y Japón.

Un ejemplo de esta distancia entre pueblos y gobiernos, es México. Por lo que toca al sentimiento popular, y salvo prueba en contrario, nadie en este país muestra simpatía, o respeto por el mandatario yanqui. Pero es muy distinto desde el punto de vista del gobierno.

En México, a pesar de los maltratos, insultos, humillaciones y desprecios de que ha sido víctima el gobierno de Enrique Peña Nieto, nada parece minar la buena relación entre ambos Estados. Unos vínculos no propiamente de amistad. Y ni siquiera de complicidad, sino solo de franca y abyecta servidumbre. El magnate ordena agredir a Venezuela, y el gobierno mexicano cumple veloz y eficazmente la instrucción.

Qué importa que Trump haya llamado a los mexicanos “animales, ladrones, narcotraficantes y violadores”. Hay que aguantar todo. Las órdenes no se discuten.

Tampoco importa que al acatarlas se violen las leyes del país y las normas jurídicas internacionales. Y que se violente de modo flagrante y cínico la sana y sabia política de no inmiscuirse en asuntos de otros países. ¿Cómo explicar esta conducta de sumisión a Estados Unidos? ¿Qué razón oculta obliga al gobierno mexicano a comportarse tan indignamente?

# INTOLERANCIA A LA LACTOSA

## Conoce los síntomas y consecuencias

La intolerancia a la lactosa, que sufre 75% de la población mundial, repercute en las actividades diarias de quien la padece, genera un costo socioeconómico y, además, cuando es congénita puede poner en riesgo la vida. Identifícala.

### ¿QUÉ ES?

La lactosa, que es el azúcar de la leche y los productos lácteos, es absorbida o digerida en el organismo por la lactasa; cuando el intestino delgado no produce suficiente cantidad de esta enzima, entonces habrá intolerancia a la lactosa.

### CÓMO CONTRARRESTARLA

Consuma productos deslactosados o fermentos lácteos como el yogur. Consulta a tu médico para saber si puedes agregar enzimas de lactasa a la leche normal o bien tomarlas en cápsulas.

### ¿QUÉ LA ORIGINA?

Puede ser una deficiencia heredada, que es común en niños y adolescentes; o secundaria, o sea, derivada de enfermedades como gastroenteritis. Cuando es congénita será persistente e incluso puede poner en riesgo la vida.



### CÓMO SUPERAR CONSECUENCIAS

Al dejar de consumir lácteos se corre el riesgo de tener una deficiencia de calcio, vitamina D, riboflavina y proteínas, que puede conducir a la pérdida de masa ósea y, a largo plazo, osteoporosis. Por ello es necesario consumir suplementos de calcio y vitamina D, y alimentos como verduras de hoja, brócoli, sardina, camarón, atún, almendras, frijoles y huevo.





Fundación **BEST**® a.c.

UNIDOS PARA AYUDAR

Síguenos por:  

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

**Factores de riesgo:**

- Obesidad
- Tabaquismo
- Presión arterial alta
- Colesterol elevado

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

**Conoce cuál es tu riesgo de sufrir un infarto o derrame cerebral**

Vigencia de la publicación al 31 de julio de 2018.



## La escoliosis puede iniciarse en la niñez

A esta enfermedad se le considera un problema de salud pública, y se caracteriza por una deformidad en la columna que adquiere la forma de “S” o “C”, con una incidencia en el mundo de 0.3 a 3 por ciento, en la población infantil.

El doctor Jaime Federico Andrade, rector del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), en Guadalajara, Jalisco, explicó que en 65 por ciento de los casos se desconocen sus causas, pero las hay congénitas, como defectos en el cierre de la columna (espina bífida) y trastornos neuromusculares.

Añadió que los niños pueden llegar a presentar deformaciones de hombros y caderas, alteraciones en la caja torácica y problemas de tipo respiratorio.

“Los niños no atendidos pueden tener

problemas cardiovasculares, les puede ‘faltar’ el aire y llegar a fallecer durante la niñez y adolescencia”, afirmó el especialista Francisco Cruz López, subdirector de Reespalda A.C., fundación que brinda atención médica y tratamiento a menores de bajos recursos que padecen deformidades de columna.

Cruz López consideró que es muy importante detectar de manera oportuna la enfermedad, la cual puede revertirse mediante tratamiento o por medio de cirugía. “En Guadalajara se puede tratar una escoliosis, igual o mejor que en muchas ciudades de Estados Unidos o Europa” enfatizó.

Jalisco es el primer estado de la república que instituyó un Día Estatal de la Escoliosis, que se celebró el 4 de julio.

# ¿Cómo expresar lo que siento?

Amy Torres\*

¿Cuántas veces le ha ocurrido que lo que expresa no concuerda con lo que piensa?

En ocasiones, cuando hay conflictos con la pareja, por ejemplo, lo externa con enojo, gritos, insultos o quizá golpes. Estas manifestaciones pueden ser aprendidas de diversas fuentes: la familia, el entorno social, experiencias amorosas previas, etcétera.

Es decir, en ciertas situaciones podemos haber

aprendido a NO expresarnos de manera asertiva. Pero ¿qué puede hacer?

Parte fundamental es saber qué quiere comunicar. Si no se tiene claro el mensaje, el cómo lo interprete el otro, puede poner en duda su contenido. El psiquiatra francés Jacques Lacan lo expone así: “Usted podrá saber lo que dijo, pero nunca lo que el otro escuchó”.

Solemos “darle vueltas” a lo que queremos decir y, a veces, se da más información de la necesaria. Entonces, ¿cómo lo digo? En este punto, se in-

vita a reflexionar sobre qué tono de voz utilizar, qué palabras elegir, y hasta en qué momento lo hace.

¿Qué sucederá cuando usted se acerque a su hijo y no se enfoque solo en sus malas calificaciones?

Toda problemática puede generar reacciones, algunas válidas. Pero si lo que quiere es comunicarse o preguntar algo, hay que prestar atención a esos detalles.

\*Psicóloga del CNDEE



Sexo, sin lágrimas y sin pudor

Gabriela Jiménez V.

## Chica plástica

La idea de que las cirugías plásticas son más demandadas por las mujeres, es un concepto que ha cambiado con los años. El porcentaje de hombres que recurren a ellas va en aumento, porque mejoran la apariencia y el estado de ánimo.

Hay quienes opinan que es vanidad y negación de la edad, y están en todo su derecho de hacerlo, pero ¿qué creen? Hay otros que no piensan igual. ¿Y quién tiene la razón? ¡Ambos! La decisión de cómo enfrentar el paso de los años es un derecho y responsabilidad individual.

Ejemplo: una chica que quiere someterse a un aumento mamario porque nunca ha estado conforme con el desarrollo natural de su cuerpo, huye de las relaciones de pareja y recrea en su mente el rechazo y la burla por tener senos pequeños.

Invariablemente, su historia se alimentaba de su inconformidad, ya que no podemos negar que hay gustos para todos, y que seguramente podría encontrar una pareja que viera más allá de lo pequeño de sus pechos. Pero con esa misma premisa, quien la amara, la iba a querer, operada o no. Entonces, ¿cuál es la diferencia? Es simple y sencillamente la forma en la que ella se ve a sí misma.

Podría tener el amor y aceptación de alguien, pero siempre habría esa inconformidad interior. Entonces, ¿por qué no recurrir a la cirugía? Por el miedo a las complicaciones, a los costos o al cuestionamiento de aquellos (generalmente, la familia) que dicen “qué mal que no te aceptes como eres”.

Pero les aseguro que si tuvieran la oportunidad, muchos de estos que critican, también recurrirían a un cirujano plástico; claro, si no tuvieran terror a sus propios cuestionamientos.

Quien haga “algo”, lo que sea, para sentirse mejor con su apariencia y reforzar el autocuidado, siempre será benéfico en su salud emocional. Pero ¿y los excesos? Hay una diferencia entre mejorar o modificar algo que no te gusta y que te hará sentir mejor, y la fantasía de que a partir del cambio la vida girará radicalmente, que amor y suerte llegarán de inmediato.

Todo tiene un justo medio, saber estar en él, es parte del proceso de maduración física y emocional y, claro, la asesoría psicológica siempre ayuda a aterrizar las ideas.



Ofrecemos apoyo y orientación psicológica

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

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

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemx

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

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

**PLANTAS EN ARMONIA® SOMNI**  
Para antes de conciliar el sueño.  
Cort. Net. 120 ml

**PLANTAS EN ARMONIA® ESPIFREE Loción Spray Corporal**  
Deliciosa sensación al percibir su despejante aroma.  
Cort. Net. 120 ml

**Mezcla de aceites esenciales de Pasiflora, Melisa, Lavanda y Mandarina.**  
Precio máximo: \$130.00  
Precio Farmacias Similares\*  
**\$88.00**

**Mezcla de aceites esenciales de Eucalipto, Pino, Tomillo y Lavanda.**  
Precio máximo: \$134.00  
Precio Farmacias Similares\*  
**\$88.00**

Vigencia de la publicación al 31 de julio de 2018.

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

**¿Sabía que...** el colesterol y los triglicéridos elevados en la sangre; aumentan el riesgo de infartos, aterosclerosis y otras enfermedades como obesidad y diabetes? **Valore su riesgo cardiovascular**

**PAQUETE RIESGO CARDIOVASCULAR**  
**\$345.00\***

- Colesterol
- Glucosa
- Triglicéridos
- HDL (colesterol bueno)
- LDL (colesterol malo)

**PERFIL RIESGO CARDIOVASCULAR**  
**\$611.00\***

- Biometría hemática
- Examen general de orina
- Química sanguínea de 24 elementos
- Electrocardiograma
- Tele de tórax (una proyección)

**Revise su nivel de COLESTEROL**

\*Vigencia durante julio y agosto de 2018. Se aplican restricciones por zona geográfica.

**Collicort**  
Hidrocortisona

**Hidrocortisona Crema 1.0 %**  
Precio máximo al público: \$177.00  
Precio Farmacias Similares\*  
**\$69.00**



Vigencia al 31 de julio del 2018.  
Reg. No. 111M2001 SSA IV

De venta en **FARMACIAS SIMILARES**® Consulte a su médico. 

**¡Que NO se piquen contigo!**

**Simipulsera**®  
repele a los mosquitos.

**\$16.00 C/U**

Vigencia de la publicación al 31 de julio de 2018.

De venta exclusiva en:  
**FARMACIAS SIMILARES**®  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" **HASTA 75% DE AHORRO**

**TAMPAX**®

Vigencia de la publicación al 31 de julio de 2018.

**PRECIO \$42.90**



**Tampón N°1 del mundo en ventas\***

Fuente: Euromonitor International Ltd. Basado en el valor de ventas al por menor de tampones en el 2016. Consulte a su ginecólogo. Higiene es salud. Aviso: 18330020180400

De venta en **FARMACIAS SIMILARES**®  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" **HASTA 75% DE AHORRO**



# Ejemplo de democracia

Aunque existieron diferencias políticas, el 1 de julio los mexicanos vivimos las elecciones más importantes de la historia, y la democracia nos unió con un solo objetivo: mejorar a México.

Una de las formas en que una sociedad muestra su madurez es esta, cuando respeta la libertad de opinión y decisión del otro. Hoy México se ha enfrentado a la posibilidad de mostrar su madurez y su civilidad.

Tenemos un recorrido histórico de todo tipo de acontecimientos, que a veces nos han hecho progresar y otras nos han hecho tropezar. Ese camino, es el que nos ha llevado a tomar,

como bloque ciudadano, una opción distinta a las que habíamos optado a lo largo de nuestra historia.

Hemos dado nuestra voz a probar nuevos caminos, nuevas metas, nuevos horizontes. Y así como hemos tomado la decisión en conjunto, así deberemos seguir hasta el cumplimiento de esas metas.

Este ejercicio democrático, en el que elegimos a cerca de 18,300 puestos de elección popular, entre ellos, el de presidente de la república, sirvió entonces para empezar a trabajar en la transformación que muchos mexicanos deseamos.

Si bien las fuerzas políticas

mostraron una postura dura y crítica durante el proceso electoral, al finalizar este, se antepuso el llamado a la reconciliación para construir una nación más justa.

El trabajo de hacer que un país avance, no puede ser de una sola persona. Tiene que implicar a 122 millones de voluntades dispuestas a construir el país del que nos sentimos orgullosos, que nos haga sentir seguros y dignos.

Enhorabuena, por todos. Enhorabuena, por México.

## #MéxicoUnido

En este proceso electoral, el ingeniero Óscar de la Sierra, vi-

cepresidente del Grupo Por Un País Mejor (GPUPM), envió un mensaje de unidad:

“Los mexicanos tuvimos la oportunidad de salir a votar y, claramente, hay un ganador con el que todos debemos trabajar, haya sido o no de nuestra preferencia. Desde nuestra trinchera, como mexicanos, debemos apoyar al próximo presidente de la república”.

El directivo invitó a colocar en las redes sociales #MéxicoUnido, con el fin de dejar las diferencias de lado y no separarnos por nuestras ideas políticas.

Con el corazón puesto en México, recordó que lo mejor siempre será trabajar, hombro



con hombro, en beneficio de nuestro país.

“Es momento de demostrar que México está hecho de gente buena, trabajadora, honrada y de individuos que van a sacar adelante a este país. Felicito al ganador y los invito a que todos se sumen por el bien de México”, concluyó.

# Morena, bajo la lupa

El Movimiento de Regeneración Nacional (Morena), un instituto joven que logró su registro en 2014, se posicionó en las elecciones del 1 de julio como un partido fuerte, pero ahora, tras los sufragios, está en la mira de la ciudadanía para verificar que cumpla sus compromisos de campaña.

En su segundo año de participación en comicios federales, el partido fundado por Andrés Manuel López Obrador, presidente electo de México, no solo se adjudicó el Poder Ejecutivo de la nación, sino también cinco gubernaturas (Veracruz, Chiapas, Morelos, Tabasco y la Ciudad de México), además de 252 ayuntamientos en territorio nacional.

En total, el organismo político gobernará a más de 56 millones de mexicanos, algo así como el 47 % de la población

nacional, de acuerdo con el Consejo Nacional de Población (Conapo).

Morena, que se inició como una organización civil en 2011, en sus primeros cinco años como partido ha logrado más de lo que han podido hacer sus adversarios, como Movimiento Ciudadano.

El partido de color guinda en estos comicios ganó en La Paz, Baja California Sur; Morelia, Michoacán; Othón P. Blanco, Quintana Roo; Hermosillo, Sonora; Culiacán, Sinaloa; Toluca, Estado de México, Oaxaca, Puebla y Zacatecas.

Al norte del país, en Baja California Sur, Morena obtuvo el triunfo en tres alcaldías; en Campeche, se llevó dos de los

**morena**  
movimiento regeneración nacional



11 municipios. En Chihuahua también logró cinco de las 64 alcaldías; en Coahuila, cuatro de las 38 presidencias municipales, mientras que en Colima se hizo de cuatro de 10 municipios.

Sin duda, un principio ganador que ahora quedará bajo la lupa del pueblo y que, de gobernar bien o mal, se lo premiará o se lo castigará los ciudadanos en los próximos comicios.

## Congresos a modo



Trabajo y Encuentro Social dominaron las legislaturas; solo les faltaron unos pocos distritos.

En el Estado de México, tierra natal del presidente Enrique Peña Nieto, ganó en 42 de los 45 distritos locales. Además de que los morenistas consiguieron 20 de los 21 escaños de Sonora, y 11 de 15 en Durango.

En Oaxaca, estado gobernado por el PRI, se adjudicaron 24 de las 25 diputaciones, igual que en Colima y Tlaxcala, donde solo les faltó una curul para quedarse con todo.

En la Ciudad de México, logró 30 de los 33 distritos.

En otros 10 estados, en localidades dominadas por PRI, PAN y el Partido Verde, los de

Morena se convirtieron en primera minoría.

El grupo encabezado por López Obrador se hizo de 21 de los 30 distritos veracruzanos; 16 de 26, en Puebla; 19 de 24, en Sinaloa; 18 de 28, en Guerrero; 10 de 25, en Nuevo León, y 9 de 21, en Chiapas, entre otros.

En pocas palabras, el político tabasqueño y sus huestes tendrán el dominio de los congresos estatales, considerados posiciones clave para cualquier partido político, pues de ellos depende la aprobación del presupuesto de cada entidad, pero también la revisión de las cuentas públicas de los mandatarios locales. Ello abre la puerta a la posible rendición de cuentas que tanto pregonó López Obrador.

Morena y sus aliados electorales tuvieron carro completo en las elecciones del 1 de julio, porque ganaron espacios federales y también la mayoría en 11 de las 27 legislaturas locales.

Así, Andrés Manuel López Obrador podrá llevar a cabo sus planes de campaña, ya que prácticamente ganó todos los escaños en Hidalgo, Morelos y Tabasco. En otros ocho estados, Morena, el Partido del

**BIC**  
**COMFORT 3**

**\$13.90**

**COMFORT 3 SENSITIVE** BLISTER 1 PZ.

**\$13.90**

**COMFORT 3 NORMAL** BLISTER 1 PZ.

**\$13.90**

**COMFORT 3 WOMEN** BLISTER 1 PZ.

Higiene es salud.  
Vigencia al 31 de julio de 2018.

DE VENTA EN  
FARMACIAS  
SIMILARES

# Se regalan palabras, se regala sabiduría

Alejandra Cervantes

Desde tiempos remotos, el ser humano ha compartido ideas, mitos y leyendas con sus seres más cercanos. Las tribus se reunían alrededor del fuego para relatar historias y mantener sus creencias, tradiciones que hoy no han muerto.

Invadidos por un mundo tecnologizado, hay quienes buscan alternativas que disminuyan esa dependencia a los “gadgets” y nos devuelvan al mundo de la imaginación y la creatividad.

Ellos son los cuentacuentos o narradores orales, que nos trasladan a mundos mágicos mediante la palabra. Con ademanes, expresión corporal y mitos, generan el disfrute, entretenimiento y, lo más importante, la educación en sus espectadores.

Sí, lo leyó bien. Los cuentacuentos brindan mucho más de lo que parece. De

acuerdo con los especialistas, el beneficio de los cuentos, sobre todo en la población infantil, va más allá de fomentar la imaginación. Los narradores orales tienen la habilidad de acercar a los niños a la creatividad, lo cual, además, resulta divertido.

La neuropediatra Nancy Barrera afirma que “los cuentos son una fuente nutritiva que amplía y mejora el lenguaje, facilita el aprendizaje y da pie al juego, fundamental en los primeros años de vida”.

Estudios psicológicos han comprobado que el porcentaje de actividad cerebral se reduce a 5 por ciento cuando se ve televisión, lo que convierte al individuo en un simple espectador. Mientras que cuando se escuchan historias la actividad cerebral asciende a 80 por ciento. Es decir, enciende todas las partes neuronales implicadas en la lectoescritura.



Las funciones de cuentacuentos también fomentan la sana convivencia. Acercan a las personas, las reúnen en grupos y comparten el mismo espacio.

**No se tiene un censo, pero se especula que en el país hay alrededor de 500 cuentacuentos. Muchos de ellos realizan su actividad al aire libre y de manera gratuita.**

El acercamiento a la literatura por medio de los narradores orales, resulta ser una ventaja más de este oficio, que si bien muchas veces lo encontramos en funciones gratuitas, poseen un enorme valor.

Qué importante es acercar a los niños a la literatura y a los relatos. Y, por qué no, como adultos conectarnos con el área creativa e imaginativa de nuestro ser. El desarrollo de estas capacidades sociales e intelectuales favorecerá no solo la creación literaria, sino el crecimiento como individuo en sociedad.

Benjamín Briseño, narrador oral de profesión, y cuentacuentos de Regaladores de Palabras,

explica que quienes ejercen esta profesión reciben muchas satisfacciones en su quehacer. Llevar una responsabilidad educativa en sus palabras no es tarea fácil; es introducirse en las fibras emocionales de cada persona. “Cada individuo puede interpretar un cuento de manera distinta, de acuerdo con su propia historia”, asevera.

¿Usted conoce a los cuentacuentos? No se quede con las ganas. Bien vale darles una oportunidad a estos regaladores de historias, de anécdotas y narradores de aventuras. Aparte de obsequiarnos momentos llenos de magia y diversión, nos dan herramientas para desarrollar nuestra mente y vivir mejor.

**Arnica**  
Montana NárteX  
**TU ALIADO EN TODO MOMENTO**

ARN Arnica  
Globulinas  
Inflamación y Moretones  
Precio máximo al público \$68.00  
Precio Farmacias Similares \$36.00\*

ARN Arnica  
Globulinas  
Precio máximo al público \$82.50  
Precio Farmacias Similares \$43.00\*

\*Vigencia al 31 de julio 2018.

**muelshn**  
solución

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

muelshn  
Precio máximo al público \$120.00  
Precio Farmacias Similares \$74.00\*

**NARTEX LABS**

La medicina para tu bienestar\*  
**CONSULTE A SU MÉDICO**  
Responsable de la publicación: NárteX Lab

\*Vigencia al 31 de julio 2018.



**¡Ay, ojitos pajaritos!**

Armando Ramírez

## El Maracaná de Tepito

En el mero centro del barrio de Tepito, hay una iglesia, la de san Francisco de Asís; también, un mercado de alimentos: carne, abarrotes, verduras, frutas y fondas. Ese centro es, en realidad, una plaza, la de fray Bartolomé de las Casas.

Ojo, no lo confunda con la calle, del mismo nombre.

En el centro de tal plaza, existe un campo de fútbol conocido como el “Maracaná de Tepito”; está alambrado, tiene pasto artificial, gradas para el público, vestidores y regaderas, que comparten con los que entrenan en el gimnasio de box.

Hace años, famosos boxeadores, hoy ya retirados, daban clases a jovencitos,

entre ellos José Medel, el Huitlacoche, campeón nacional y retador al campeonato mundial de peso gallo. Pero se le atravesaron el brasileño Eder Jofre y un japonés de apellido Harada, y perdió las dos veces. Sin embargo, siempre fue admirado por su técnica tan depurada.

Rodolfo Martínez fue otro de los maestros de este gimnasio. Campeón mundial gallo, venció a los mejores

**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

**Ideal para cada Integrante de la Familia**

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

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

del orbe, como al michoacano Rafael Herrera, a quien le decían el Mudo, pues era de pocas palabras; pero fue un impresionante boxeador y un gran maestro con los chiquillos del barrio. En el campo de fútbol jugó muchas veces Bernardo Hernández, el Manolete, campeón goleador a principios de los años 70, en la Liga Mexicana. Jugaba en el Atlante, como el Chale Silva, lateral derecho de ese equipo; el Chivo Cázares,

mediocampista del Guadalajara; y del primer Pachuca, el Bobo Madrigal; del Cruz Azul, Beltrán Plata y Juan Manuel Medina. Ellos patearon la pelota en ese campo. Cuauhtémoc Blanco jugaba ahí, pero en una canchita de fútbol rápido. En esos años, alrededor del campo, no había puestos de comerciantes; ahora está oculto por el comercio. Antes la gente del barrio laboraba como obreros, trabajaban en fábricas, como la Clemente

Jacques, la Consolidada, chocolatería La Azteca, etcétera. Esas empresas estaban alrededor del barrio, pero se fueron por la crisis económica de los años ochenta. En el "Maracanã de Tepito" había fiesta en las tardes: se jugaba fútbol, se practicaba box y se platicaba en las esquinas. Ahora, casi no tiene actividad y los jovencitos juegan a otra cosa, como a imitar personajes de las películas de Bruce Willis.



## ¿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. ¿Qué son los homónimos?
2. ¿Y los antónimos?
3. ¿Qué son los parónimos?
4. ¿Y los homófonos?
5. ¿Qué son los sinónimos?

fe gutierrezp@gmail.com

Respuestas:

1. Cuando una palabra se pronuncia como otra, pero tiene diferente significado. Ejemplo: halla (del verbo hallar) y aya (niñera).
2. Cuando una palabra expresa una idea opuesta o contraria. Ejemplo: día y noche.
3. Cuando una palabra se asemeja a otra por su forma o sonido. Ejemplo: vendido y vendido.
4. Cuando una palabra suena igual que otra, pero tiene distinto significado y, a veces, diferente grafía. Ejemplo: tuvo y tubo.
5. Cuando las palabras son diferentes, pero tienen igual significado. Ejemplo: empezar, comenzar, iniciar.

# DENOMINACIÓN DE ORIGEN

## El reconocimiento a los productos mexicanos

### REQUISITOS

- Tener características únicas de calidad que lo distingan de otros parecidos
- Ser identificable con el nombre de la región que lo produce

### VENTAJAS

- Obliga a mantener la calidad de los productos
- Protege legalmente a los productores
- Fomenta el empleo formal y el consumo local e internacional

La charanda, el chile habanero, el mango ataúlfo, el sotol y la vainilla recibieron por primera vez certificaciones de origen que les da mayor valor agregado, los protege y, además, avala que su calidad está ligada a factores naturales y forma tradicional de elaboración. Conoce los productos con esta distinción.

Desde 1958 se estableció en México

16 productos mexicanos tienen denominación de origen



BEBIDAS

ARTESANÍAS

PRODUCTOS NATURALES



Precio Farmacias Similares®

**\$266.00****CELECOXIB 200 mg  
10 cápsulas**Precio máximo  
al público \$ 501,38

Precio Farmacias Similares®

**\$89.00****PRAZOSINA 1 mg  
30 cápsulas**Precio máximo  
al público \$ 180,82

Precio Farmacias Similares®

**\$142.00****PREGABALINA 75 mg  
14 cápsulas**Precio máximo  
al público \$ 406,67

Precio Farmacias Similares®

**\$169.00****PREGABALINA 150 mg  
28 cápsulas**Precio máximo  
al público \$ 670,39CONSULTE A SU MÉDICO. SU VENTA REQUIERE RECETA.  
Vigencia de la publicación al 31 de julio de 2018.

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



# Lo bueno, lo malo y... lo de siempre

**Fernando Gutiérrez**

La fiesta mayoritaria por el triunfo de López Obrador se astilló con la desilusión popular tras la eliminación mexicana en el Mundial. El balance es el de siempre: ¡Ya merito!...

Ahora, a esperar otros cuatro años por ese quinto partido...

Luego de la euforia desbordada por el inesperado triunfo sobre Alemania, vino el sabor agrio que dejó el partido frente a Corea del Sur, el revés 3-0 ante Suecia, y finalmente, la frustración contra Brasil, más técnico, más mañoso, más protegido, más todo. No por nada es el pentacampeón mundial.

En suma, el paso mexicano por las canchas rusas fue de lo bueno a lo malo y terminó con lo de siempre: un triste regreso a casa.

Algo falta. ¿Qué pasa?

La selección nacional padece un eterno problema: la definición, el ataque, el gol. Nada menor, pues el fútbol se trata de eso, de anotar. ¿De qué sirve dominar si no se vence al portero rival?

No condenemos a ciegas. Las ilusiones crecieron después de superar a Alemania, un gigante que llegó destartado al Mundial. Luego tembla-

mos con una agónica victoria sobre los coreanos y nos derrumbamos contra los suecos.

Y Brasil nos colocó en nuestra realidad, no la que pregonan los telecomentaristas, encargados de engañar con falsas ilusiones a los aficionados, sino en el verdadero nivel del Tri, aún muy lejano de los colosos europeos y sudamericanos.

Todo lo anterior deja una enseñanza: los seleccionados ya no son tan ratoncitos, pero tampoco son los leones que nos hacen creer los medios de comunicación, en general.

No tenemos al mejor equipo del mundo, pero tampoco al peor. ¡Vaya consuelo!

¿Qué pasa? ¿Falta de técnica, estrategia equivocada, mala suerte, el clásico "no era penalti", delanteros que fallan, el árbitro injusto, la cancha, el rival?...

¿Alguien tiene la respuesta?

P.D. Hubo un ganador mexicano. Felicitaciones a esa noble afición que se gastó miles de pesos en un viaje lejano, que gritó hasta enrojecer, y que terminó ahogada, con la ilusión de un paso que jamás llegó: el quinto partido.

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



# Las grandes decepciones en Rusia

La Copa del Mundo en tierras zaristas dejó grandes sorpresas, entre ellas, la derrota de selecciones que, por tradición y calidad futbolística, era impensable que quedaran fuera en las primeras rondas:

Alemania, campeón defensor, sucumbió desde el primer partido a manos de México. Luego del 1-0, los teutones recompusieron el camino ante Suecia al ganarle 2-1, pero volvieron a perder 2-0 ante Corea del Sur y no hubo para más; el cuadro germano tuvo que hacer las maletas de regreso a casa.

Argentina, una de las preferidas para obtener la copa por la calidad de sus jugadores, entre ellos Lionel Messi, no funcionó en la cancha y “arañó” una calificación a octavos de final, que Francia se encargó de terminar con un 4-3.

España, campeón de 2010 en Sudáfrica, avanzó a octavos de final, pero cayó ante el anfitrión Rusia. Aunque perdieron en penaltis, los futbolistas ibéricos fueron una gran decepción en el torneo.

Portugal, el equipo comandado por Cristiano Ronaldo, avanzó a octavos de final luego de un titubeante inicio al empatar 3-3 frente a España. En la segunda fase se topó con Uruguay que le propinó un 2-0, para darles su boleto de regreso.



## ... Y los que no llegaron

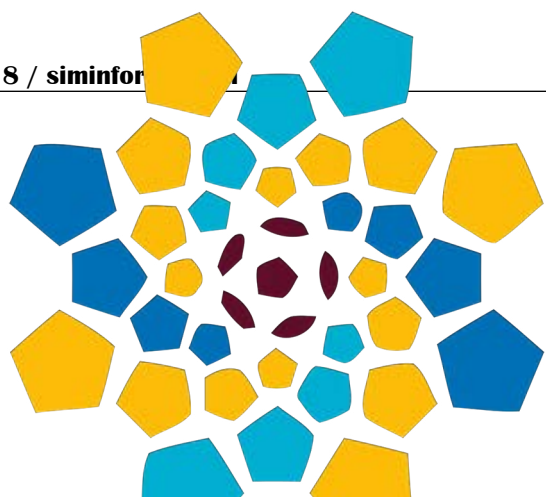
Aunque la Copa de Rusia dejó grandes sorpresas, como la clasificación por primera vez en su historia de Islandia y Panamá, así como el regreso de Perú y Egipto a la justa mundialista, luego de 36 y 28 años de ausencia, respectivamente, también hubo equipos importantes que no llegaron.

Italia, cuatro veces campeona del mundo, se perdió la competencia luego de caer 1-0 durante el repechaje de la UEFA, ante Suecia. Desde hace 60 años la “azzurra” era infaltable en la fiesta mundial del balompié.

Otro caso es Chile. Tras ser bicampeona de América y contar con la mejor generación de futbolistas de su historia, quedó fuera tras posicionarse en la sexta casilla de la clasificación de la Conmebol, empatando en puntos con Perú, pero lejos por diferencia de goles.

De igual forma, Holanda no logró completar el milagro que requería en Ámsterdam y terminó con cualquier posibilidad de clasificación, en octubre pasado de 2017.

Estados Unidos también se quedó en el camino. Pese a ser campeón de la Copa Oro, además de potencia en la Concacaf, cayó ante Trinidad y Tobago durante la última fecha de clasificación.



## Otras promesas para

# qatar 2022

Mucho se ha hablado que para armar a la selección nacional se debe pensar en jugadores nacionales; sin embargo, la tendencia mundial es tomar en cuenta a aquellos futbolistas que mejor jueguen, sin importar su ascendencia.

Casos como los de Francia, Alemania, España, Argentina e Inglaterra, que tienen entre sus filas a futbolistas con orígenes africanos, marroquíes, italianos o de otras nacionalidades, ejemplifican lo que puede hacer México de cara a los siguientes años.

Estos son algunos jugadores que podrían refrescar al combinado nacional:

### Alejandro Alcalá

Quizá el que más notoriedad ha cobrado en los últimos meses. Este chico de 13 años, nacido en Estados Unidos, pero de padres mexicanos, fue bautizado como el "Messi mexicano". Juega como delantero en el equipo Stockton Rebels, en California, y ya fue considerado en la Sub-15 de México. Este zurdo, poseedor de un gran drible, podría llegar al próximo Mundial con 17 años.

### Joao Maleck Robles

De padre camerunés y madre jalisciense, Joao demostró sus cualidades futbolísticas en Chivas y Santos, lo que lo llevó a ser fichado por el Porto B, de Portugal, donde

actualmente sigue su crecimiento futbolístico para consagrarse en el conjunto de los "Dragones". Con apenas 18 años, es otra excelente opción para Qatar, pues llegaría con 22 primaveras.

### Christian Ehrnhofer Rodríguez

Este austriaco-mexicano, de 20 años, es hincha de las Chivas. Actualmente juega en las fuerzas básicas del Rapid Viena, en Austria. Se desempeña como lateral derecho y, entre sus sueños, espera algún día jugar en una liga competitiva y también regresar a México para vestir los colores del cuadro tapatío.

### Fernando Corvera Blum

Con apenas 18 años, hizo historia en ser el primer mexicano en sumarse a las filas del Borussia Dortmund, de Alemania. De padre mexicano y madre belga, este medio llega como una de las promesas para el cuadro germano, por lo que en los próximos años podría ser una joya en la selección mexicana.

### Adrián Goransch

El poblano de 18 años actualmente está en la categoría Sub-19 del Wolfsburg, equipo al que pertenece desde la Sub-13, ya ha salido campeón con la Sub-19 donde juega desde hace un año. Su padre es alemán y su mamá mexicana, le va a los pumas y se desempeña como mediocampista o lateral.

Simi Carrera  
@simicarreras

**12ª SIMI CARRERA**  
CDMX 5,10 K

Hábitat para la Humanidad México, A.C.

**7:00 A.M.**  
**30 DE SEPTIEMBRE**  
**CIRCUITO REFORMA**

GANADOR ABSOLUTO 10K VARONIL - FEMENIL

**PREMIO \$10,000**

Para todas las categorías y ramas 1.º LUGAR \$6,000, 2.º LUGAR \$4,000, 3.º LUGAR \$2,000

simicarreras.com.mx  
SIMITEL: 01 800 911 66 66

Consulta términos, condiciones, restricciones, costos, entrega de paquetes y premios por categoría en simicarreras.com.mx (apartado convocatoria)  
Consulta aviso de privacidad en simicarreras.com.mx (apartado aviso de privacidad)  
Fecha límite para inscripción, 29 de septiembre de 2018

DEVLYN D BBVA Bancomer SAN'S GEL pharma  
Perigo Decof  
e.puro home&health

FARMACIAS SIMILARES  
"LO MISMO PERO MAS BARATO" 75% DE DESCUENTO

**29 DE SEPTIEMBRE**  
**1:00 P.M.**  
**CUPO: 500 NIÑOS**  
Centro Deportivo "Benito Juárez"

9ª SIMI CARRERA CDMX KIDS

Hábitat para la Humanidad México, A.C.

Consulta términos, condiciones, restricciones, costos y entrega de paquetes en simicarreras.com.mx (apartado convocatoria)  
Consulta aviso de privacidad en simicarreras.com.mx (apartado aviso de privacidad)  
Fecha límite para inscripción, 29 de septiembre de 2018



## Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

## La corrupción alcanzó a la LMB

Mediante un memorándum filtrado a los medios de comunicación, se hizo pública la noticia de que la oficina del comisionado de las Grandes Ligas, Rob Manfred, decidió suspender todas las actividades de transferencias y firmas con la Liga Mexicana de Beisbol. El problema se vio venir desde noviembre del año pasado, cuando se desató un escándalo que terminó con la destitución de René Gayo, quien ocupaba el cargo de jefe de buscadores de talento de los Piratas de Pittsburgh, en Latinoamérica. El motivo fue no manejar con transparencia y verdad las transferencias o ventas de novatos. Para no darle vueltas al asunto, se puede y se debe afirmar que el cáncer de la corrupción ataca todo nuestro cuerpo social y que, también, alcanzó a parte de los propietarios y directivos de nuestro circuito profesional veraniego. Y claro, a los declarados y consumados amantes del Rey de los Deportes, nos duele hasta el alma que eso suceda. Siempre nos llenó de orgullo y legítima satisfacción que, en México, el beisbol fuera el deporte que exportara el mayor número de jugadores, cuyos excelentes contratos han sido enviados hasta por los profesionales del futbol nacional.

Lo anterior toma mayor relieve si se reflexiona que, por muchas causas, el balompié es el favorito de las empresas televisivas, las que entre otras cosas, hacen que la sociedad desayune, coma y cene con el deporte de las patadas. El reclutamiento de millones de sus aficionados, es fruto de los auténticos lavados cerebrales que las televisoras practican. Respecto del caso que nos ocupa, lo importante es que se le abran las puertas a la transparencia y se le cierren a la oscuridad. No se olvide que la simulación es corrupción. Tanto o más debe hacerse para que ni el beisbol ni los prospectos mexicanos salgan perdiendo. Espero, en fin, que para cuando se publique esta columna, el conflicto se haya resuelto con base en la rectitud de intenciones y el requisito insoslayable de la buena voluntad.





Fabián Montes

Belanova regresa y ahora el trío mexicano nos ofrece un *Viaje al centro del corazón*, con 10 temas del electro-pop, que dan la bienvenida a su sexto álbum de estudio, en su versión física y digital.

“Es un disco que recorre la esencia de Belanova porque tiene los estilos que a nuestro público le gustan, desde el dance hasta el electro y el pop. En lo personal, potencia el ritmo que nos ha caracterizado”.

Las letras de estas canciones fueron escritas por Denisse Guerrero, vocalista de la agrupación, a excepción de *Cástate Conmigo*, que tuvo como coautora a Claudia Brant, compositora argentina.

“Es parte de nuestro proceso creativo, yo escribo las letras, Richie se encarga del bajo, mientras que Edgar se ocupa de la programación”.

*Viaje al centro del corazón* fue grabado en dos partes, primero, a cargo del productor Argentino Sebastián Krysz, en los estudios Sonic Ranch, en Texas; después, junto con el grupo Hymner, inte-

grado por Joel Isaksson y Oskar Nyman, en Estocolmo.

“Realizar este trabajo fue toda una experiencia; el pop, en general, va cambiando, se vuelve más cercano a la gente y es difícil encasillarlo. Por eso, a nosotros nos gusta experimentar con diferentes tipos de sonidos.

“Contamos con la influencia de diversos músicos, como Zoé y Café Tacvba, sin embargo, el electro-pop es el género en el que nos desarrollamos dentro del catálogo musical, para que nuestros fans nos encuentren con mayor facilidad”.

Simultáneamente al lanzamiento de este disco, la agrupación promociona su tercer sencillo, *Polaroid*, un tema que figura dentro del estilo de Belanova al mezclar una letra melancólica con un ritmo para bailar, cuyo video ya alcanza más de 16 mil visitas en YouTube.

“Estamos muy contentos con los resultados de nuestros dos primeros sencillos: *Cástate conmigo* y *Nada es Igual*. Así que con *Polaroid* estamos muy op-

timistas, seguro que a la gente le va a gustar.

Además de la música, el álbum viene con un concepto en el diseño del disco, a cargo del tapatío Ricardo Luévanos, quien ha colaborado con artistas como Jesse & Joy y marcas como Juka, incluso, suma más de 18 mil seguidores en Instagram.

“Resulta un trabajo visual muy atractivo, quedamos sorprendidos al verlo físicamente. Invito a quienes quieran el disco, que lo busquen en este formato porque bien vale tenerlo en las manos”.

El grupo confesó que, al contar con una trayectoria de más de 17 años, el secreto para lograr la inspiración es ser muy observador, ya que cualquier cosa te puede llevar a una canción.

“Nuestra proyección es que las siguientes generaciones vean nuestra música como un legado que les ayude a ampliar el panorama musical; mientras tanto, los invitamos a seguir este viaje con nosotros. Es un álbum que les va a gustar”.

Cine +

Ivan Cruz Mejía  
ivancruzmejia@gmail.com



## Unidos...

Después de meses de campañas electorales, despilfarro de dinero y malestar social, se presenta el primer gran reto para el nuevo representante del Poder Ejecutivo: mitigar el hartazgo de la gente y logra la unidad.

En teoría, el proceso debe ser como en sexenios pasados, siempre existen sectores contentos con los resultados, beneficiados o favorecidos por quienes llegan al poder, y otros que se quedan con cierta molestia al ver que sus representantes se atoraron en el camino.

Esto no debería distar del pasado, pero -siempre hay un ‘pero’- el cambio de régimen que se vivió en esta ocasión y las condiciones en las que se encuentra el país, serán un gran reto para todos.

Tal vez el “todos” parezca un sueño, o un deseo que se relaciona más con el romanticismo que con el realismo; pero, en verdad, si no reconocemos y aceptamos la participación de todos en este proceso, el gobierno entrante no podrá armar de nueva cuenta el rompecabezas que le van a entregar.

Hay piezas que solo tenemos nosotros, sin ellas nunca podremos construir una nación sólida. Todos decimos estar ‘hasta la madre’ de nuestra situación, que ya no podemos aguantar más abusos porque merecemos un mejor futuro, pues el momento es hoy y en nuestras manos está la oportunidad de lograrlo.

En nuestra historia reciente, sufrimos uno de los eventos más tristes y aterradores que puede vivir una sociedad, el terremoto del 19 de septiembre del 2017. Un hecho que, ahora lo descubrimos, generó un nuevo nivel de baja en la clase política porque se robó dinero de las donaciones para los damnificados.

Sin embargo, nos recordó la capacidad que tenemos cuando nos unimos. Diferentes trabajos documentales, como *19 – 17* (2017), *7.1 Una Nación* (2017) o *El dolor y la esperanza* (2017), de la reconocida productora Canal seis de julio, nos muestran la fuerza, el valor y la capacidad que tenemos cuando nos unimos como sociedad, cuando tenemos un mismo objetivo: nuestro bienestar.

¿Se puede? Ya lo demostramos con esa reacción del año pasado. Unidos somos más fuertes. México nos necesita más que nunca, somos más chingones de lo que creemos, merecemos Un País Mejor.

# **¡Gracias México!**



**Gracias por hacernos**

**CREER**

**SOÑAR y**

**REFRENDAR**

**que, a pesar de la adversidad,  
estamos hechos para construir  
grandes cosas.**



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

**HASTA  
75%  
DE AHORRO**

**Empresa orgullosamente mexicana**