SIMINFORMA
Por Un País Mejor©
Siminforma
siminforma.com / Octubre 2018 / Núm. 438 / Ejemplar gratuito / Simi TV @DrSimiTV
SUSCRIBIRSE

Mi vida en internet

Foto: Fabián Montes

Siminforma
Publicado en octubre 2018

pp. 10 y 11

Al día, más de mil millones de horas de video se reproducen en YouTube

A continuación REPRODUCCIÓN AUTOMÁTICA

Foto: Miguel Angel Sánchez

El 68, ciclo cerrado

pp. 8 y 9

Foto: Fabián Montes

Camila, herencia musical

p. 18

Te proponemos − plástico + vida

Marilú Carrillo

La humanidad genera 280 millones de toneladas de plástico anualmente, material que tarda de 800 a mil años en desintegrarse, casi un milenio de estancia en el planeta con impactos irreversibles al ecosistema. Su vida no le alcanzará para ver la desaparición de las bolsas que utilizó en su última visita al supermercado. Quienes aún no nacen pagarán las consecuencias de este uso irracional…

De acuerdo con el estudio "The New Plastics Economy: Rethinking the future of plastics provides", de la Fundación Ellen MacArthur, el plástico es el primer material sintético creado por el hombre; su uso está registrado desde la civilización egipcia y tuvo auge tras la Segunda Guerra Mundial.

En 1957, Estados Unidos creó la primera bolsa de polietileno para sándwich, un producto innovador que simpatizó con estudiantes y amas de casa; más tarde, a finales de los 60, surgió un modelo para basura. La creatividad seducía al consumidor; en los 70, las tiendas departamentales aprovecharon para imprimir sus marcas, y en 1982, los supermercados las incluyeron para desplazar la tradicional bolsa de mandado.

Así, la practicidad se mezcló con la insensatez… La vida citadina, en constante innovación, la modalidad restaurantera de "para llevar" y el *boom* del consumo de agua embotellada, han provocado catástrofes y muertes, a partir del desecho plástico.

En 1988, en Bangladesh, las consecuencias del tornado Daulatpur-Saturia se agudizaron por la obstrucción plástica en 90 % de canales, tuberías y coladeras. El ministerio de rescate aseguró que, de haber existido conciencia sobre el manejo de este tipo de desechos, se habría evitado el deceso de más de mil personas ahogadas en su intento por destapar los conductos.

Autoridades chiapanecas de la Comisión Nacional de Áreas Protegidas, en 2001, extrajeron del Cañón del Sumidero unas 13 mil 726 bolsas arrastradas por el río Grijalva, que ponían en riesgo la fauna.

Sin embargo, ese mismo año, la Agencia de Protección Ambiental de EE.UU., encontró en el círculo polar Ártico una foca estrangulada con una bolsa de plástico.

A las orillas de las playas, las tortugas mueren ahorcadas con los arillos plásticos de los "six-pack"; por fragmentos de popotes incrustados en la nariz, o por haber tragado una bolsa que comprimió su intestino.

Las investigaciones de la economista y científica Ellen MacArthur revelan que, de continuar así, en 2050, habrá una tonelada de plástico por cada 3 toneladas de peces, animales que, de acuerdo con una reciente publicación de la Universidad de Uppsala, Suecia, se están volviendo "adictos al plástico". Una vez que lo prueban, continúan el consumo sustituyendo al plancton y, adivine qué, seguramente muchos de ellos forman parte de nuestra cadena alimenticia.

Prueba de ello es la llamada "sopa de plástico", un conjunto flotante de desechos, resinas y nylon, de 1.400 km2. Se ubica en el Pacífico Norte a 100 km de Hawái, descubierta accidentalmente por un oceanógrafo, en 1997.

Algunos aseguran que, el plástico "llegó para quedarse"; lo verdaderamente urgente es transitar al uso responsable y a la toma de decisiones ecológicamente conscientes en la vida diaria, como rechazar las bolsas plásticas o sustituirlas por las de tela.

Por ello, Farmacias Similares ha lanzado una iniciativa para erradicar el uso indiscriminado de las bolsas plásticas.

Bajo el lema: "Menos plástico, más vida", Farmacias Similares lanza SíMIplaneta, campaña de sensibilización ambiental.

Cuando visite nuestras sucursales, el vendedor le preguntará si quiere bolsa; recuerde decir: "Sin bolsa, por favor".

Hasta diciembre de 2019, por cada bolsa que los clientes no se lleven, Farmacias Similares donará el equivalente a una fundación que coadyuve en la preservación de especies, saneamiento de mares y conservación de ecosistemas mexicanos.

#SíMIplaneta

Menos plástico, Más vida.

Se hace del conocimiento al público en general que **FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.,** es titular de los registros de marca 1441152, 634747, 1529516, 905643, 934113, 931825, 1433442, 1832809 y 1841328.
Amparando en las clases 35, 42 y 44 internacional, los siguientes servicios: Publicidad para la comercialización de productos farmacéuticos, suplementos alimenticios, material de curación, productos de belleza, productos ópticos y de optometría.

Compra y venta de todo tipo de medicamentos y productos farmacéuticos.

Servicios médicos; servicios veterinarios; cuidados de higiene y de belleza para personas y animales; servicios de agricultura; horticultura y silvicultura.

Servicios médicos; servicios veterinarios; tratamientos de higiene y de belleza para personas y animales; servicios de agricultura; horticultura y silvicultura.

Publicidad; gestión de negocios comerciales; administración comercial; trabajos de oficina.

Todos ellos registrados ante el **INSTITUTO MEXICANO DE LA PROPIEDAD INDUSTRIAL**, como a continuación se reproducen:

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"
HASTA 75% DE AHORRO
Clase 35 y 44 Internacional

FARMACIAS SIMILARES
Clase 42 Internacional

HASTA 75% DE AHORRO ®
Clase 35 Internacional

®
Clase 35 y 44 Internacional.

SIMI
Clase 35 Internacional

HASTA 75% DE AHORRO
Clase 35 y 44 Internacional.

Por lo anterior, cualquier uso de dichas marcas registradas sin la autorización previa de **FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.,** implica una violación a la legislación en materia de propiedad industrial.

Precio Farmacias Similares®
$132.00
TERRAMICINA 500 mg
16 cápsulas
Precio máximo
al público $ 254.49

Precio Farmacias Similares®
$69.00
TERRAMICINA 0.005 g
tubo con 10 g
Precio máximo
al público $ 136.21

Precio Farmacias Similares®
$93.00
TERRAMICINA 125 mg
24 pastillas
Precio máximo
al público $ 164.82

CONSULTE A SU MÉDICO. SU VENTA REQUIERE RECETA.
Vigencia de la publicación del 1 al 31 de octubre de 2018.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

Plan Simi III: ayuda mano a mano

Marilú Carrillo

En tan solo 12 horas, el centro y norte de Sinaloa quedaron bajo el agua. En ese tiempo llovió 40 por ciento de lo previsto en todo el año.

El Servicio Meteorológico Nacional precisó que la depresión tropical 19-E fue la primera en esa zona y, además, la más fuerte de la última década en la entidad: de 18 municipios, 11 fueron declarados “zona de emergencia”.

Cuatro pérdidas humanas, dos mil 900 personas desalojadas, puentes derrumbados, familias desaparecidas y colonias incomunicadas es el saldo de las atípicas lluvias, del 16 al 20 de septiembre pasado.

De inmediato, Fundación del Dr. Simi, A.C., activó el Plan Simi III: ante el embate de la naturaleza, acción y solidaridad.

Y con el propósito de atenuar los estragos de los fenómenos naturales, la brigada médico-asistencial se desplazó a las zonas del desastre para llevar alimento, artículos de primera necesidad, consulta médica y medicamento gratuito a los damnificados.

“Con nueve toneladas, llegamos al municipio de Culiacán para ofrecer apoyo a las tres comunidades más afectadas: Loma de Rodriguera, Los Mezcales y La Cascada.

Nueve toneladas de alimentos no perecederos, artículos de primera necesidad, medicamentos y productos de limpieza fueron entregadas en comunidades de Sinaloa, Sonora y Michoacán

“Dado que la depresión tropical 19-E tocó tierra al sureste de la Isla Lobos, en Sonora, agregamos a la ruta, las comunidades de La Ladrillera, Bahía de los lobos y Enrique Landa de dicho estado, así contabilizamos 500 familias de escasos recursos que recibieron mano a mano los víveres necesarios”. comentó Astrid García, directora de Fundación del Dr. Simi.

En tal escenario, lo más importante es la empatía, y la entrega sin intermediarios genera una sensación de “acompañamiento” durante la fase de reconstrucción.

Cabe recordar que la atención médica es vital, pues la curación de heridas causadas por la remoción de escombros, evita infecciones posteriores o la propagación de males gastrointestinales, además de que el suministro idóneo de medicamento, alivia patologías de tipo viral derivadas del contacto con agua contaminada.

“Con apoyo de Fundación Best se logró también ofrecer atención médica en Michoacán, pues con el desbordamiento de ríos y represas en el municipio de Peribán, la visita se hizo obligada en este punto”, agregó la directora.

No existe tecnología capaz de prevenir desastres naturales, solo la solidaridad y formación de grupos de apoyo, lograrán acciones prioritarias para el bien común. Que la unidad, con o sin la catástrofe de por medio, sea un sello que distinga a nuestro país.

Fundación del Dr. Simi es una asociación civil sin fines de lucro, cuyo objetivo es ayudar a los que menos tienen en los rubros de salud, alimentación, educación y deporte. Si su intención es donar víveres. Llame al centro de acopio: 01800 911 6666 y 54220109

Salud y sociedad

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

Rectificación de Graue

Dando muestras de sensatez política y de sensatez a secas, Enrique Graue, rector de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), aceptó dar satisfacción a la totalidad del pliego de demandas de los estudiantes del Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH), plantel Azcapotzalco.

Una reacción ciertamente tardía, pues el rector se negó inicialmente a dar atención y solución a los problemas del CCH, demandas absolutamente justificadas.

Ante la solicitud, Graue decidió -como se dice popularmente-, "hacerse pato". Pero como se veía que la muchachada no iba a ceder, optó por el viejo recurso de la amedrentación, vía el uso de la violencia porril.

Quizás nada más pensó en aporrear a los demandantes; acaso no quería que corriera sangre; tal vez no pensó en que hubiera heridos de gravedad o incluso muertos.

Y no hubo muertos, pero sí heridas graves, de esas que ponen en serio peligro la vida. Y aunque al principio Graue pretendió zafarse de esa conducta criminal, nadie le creyó. Y solo encontró apoyo en las corruptísimas autoridades judiciales del gobierno perredista-priista-panista de la Ciudad de México.

Y no solo no encontró el respaldo de la comunidad universitaria y de otras instituciones de educación media y superior. Peor aún: recibió el más firme repudio social a su conducta de propiciar, fomentar, permitir o avalar el uso de los porros. Y, desde luego, también se topó con el rechazo (o la falta de apoyo) del presidente electo, Andrés Manuel López Obrador, de Morena y del nuevo Congreso de la Unión.

Graue se quedó solo. Y ni modo: a rectificar y a prometer no volver a usar o tolerar la violencia criminal para mantener el hueso, los privilegios y el autoritarismo, tipo José Narro, Jorge Carpizo y Francisco Barnés de Castro, rectores priistas de infausta memoria. No más porros, ni halcones, ni halconazos.

Sin fatiga

la vida se disfruta mejor

Carlos Alejo Góngora*

Foto: Fabián Montes

¿Le ha pasado alguna vez que, a mitad del día, no siente la suficiente energía para terminar sus actividades? Seguramente es porque tiene múltiples tareas, pero...¿le gustaría concluir la jornada con mucha pila a fin de disfrutar de su tiempo libre? Si es así, este artículo va a interesarle.

El estilo de vida actual, con tantas actividades por realizar, presiones del trabajo, estrés y mala alimentación, ocasiona que andemos agotados y "arrastrando la cobija". Por fortuna, hoy es posible ganarle la batalla a la fatiga de manera natural e inocua consumiendo Rhodiola rosea, acompañada de vitaminas del complejo B.

La Rhodiola rosea es una planta que crece principalmente en las regiones montañosas de Europa y Asia, por ejemplo, en Rusia, Siberia, el Himalaya, Suecia, Irlanda y el Ártico. Se le conoce también como raíz de oro o del Ártico.

Tiene una historia legendaria. El médico griego Dioscórides documentó sus aplicaciones médicas, y los vikingos dependían de ella para mejorar su fuerza física y resistencia, mientras los emperadores chinos la usaban para preparaciones medicinales.

Las pruebas científicas sobre los beneficios de la Rhodiola llegaron a partir de la década de 1960, con numerosos estudios clínicos y publicaciones científicas de los soviéticos, lo que permitió clasificarla en la categoría de plantas adaptógenas.

En 1968, el doctor Israel Brekhman, de la Academia de Ciencias de Rusia, expuso que para que una planta pueda considerarse adaptógena debe poseer las siguientes características:

• Aumentar la resistencia del organismo y normalizar la respuesta corporal ante los desequilibrios originados por jornadas largas de trabajo y estrés, como suelen ser la fatiga o el agotamiento. Además, presentar total inocuidad.

En pocas palabras, debe adaptarse a los requerimientos de mayor energía requerida ante jornadas de trabajo fuerte y estrés.

La Rhodiola, al contrario de otras sustancias utilizadas como energizantes, no produce efectos secundarios, como nerviosismo o ansiedad, y no crea hábito; además, alerta a nuestro organismo y le permite responder con mayor rapidez y adaptación a las situaciones estresantes, algo así como si ejerciera el papel del entrenador que ayuda al organismo a funcionar mientras aprovecha sus mejores capacidades.

Es importante recordar que cuando una situación nos estresa se utiliza demasiada energía, ya que el organismo pone en alerta y en acción a distintas partes del cuerpo, como el cerebro, las hormonas, músculos, corazón, etcétera.

Acerca del estrés, el doctor Hans Selye dice: "Es una respuesta del organismo ante cualquier demanda que se le imponga". Dicho de otra forma, es la respuesta a situaciones variadas, indispensable para poder sobrevivir; el problema es que, al utilizar esta energía se causa agotamiento, lo que se traduce en falta de capacidad física y mental para realizar nuestras actividades diarias.

Y aquí entra en juego la Rhodiola, ya que al consumirla el organismo responde mejor ante situaciones de estrés, lo cual permite no consumir los recursos del cuerpo de manera inmediata. Tendremos, pues, energía durante todo el día.

Ahora ya lo sabe. No se quede sin pila. ¡Active su día!

*** Nutriólogo**

SIMINFORMA Por Un País Mejor
Octubre 2018
Edición 438
Víctor González Torres Presidente de Grupo Por Un País Mejor
500,000 ejemplares
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
Redacción
Director Vicente Monroy Yáñez
Diseño
Adriana Hinojo Montes de Oca
Virginia Palacios Baeza
Servicio de Agencia Notimex Imprenta en México División Comercial Av. México Coyoacán 40 Col. Santa Cruz Atoyac, Del. Benito Juárez C.P. 03310 Distribuidores en México Farmacias Similares, El Sol de México

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: septiembre 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".

Ampigrin®

Ampicilina

Precio máximo al público $252.00

$83.00

Precio máximo al público $303.00

$78.00

De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia del 1 al 31 de octubre de 2018.
Reg. No. 74558 SSA IV

Expedientes del poder
Carlos Ramírez
carlosramirezh@hotmail.com
@carlosramirezh

El líder y el estadista

Aunque se lo habían escrito varias veces y con suficiente anticipación, los primeros dos meses de ejercicio del poder como candidato ganador-presidente electo le han servido a López Obrador para calibrar la diferencia entre el líder de la plaza pública y el funcionario dirigente de un gobierno.

Pero el camino del desencanto no será fácil de transitar, sobre todo cuando buena parte de su campaña se dedicó a vender expectativas. Y en la toma de decisiones resulta que las cosas no se pueden cambiar y otras, peor aún, no se deben modificar.

La crisis de expectativas sociales será el primer problema de López Obrador como presidente en funciones, y más cuando por la razón que fuera adelantó la toma del poder y prefiguró decisiones contrarias a sus compromisos.

Lo que se puede perfilar ahora es un adelanto de López Obrador como jefe del ejecutivo federal en la relación dialéctica promesas-realidades. Por el tono de sus decisiones, nos encontramos con un político que encabezó una rebelión contra el sistema priista, pero que desde el poder está mandando mensajes de que no habrá cambio de sistema/régimen y que su definición de gobierno estará basada en la eficiencia y honradez del mismo modelo tricolor.

Y ahí estará el principal problema de su gobierno: aún con reformas y modernizaciones, el sistema político/económico/social priista ya no da para responder a las demandas de 120 millones de mexicanos y más de doce millones de ilegales en los Estados Unidos.

El modelo neoliberal salinista y la apertura comercial con el Tratado de Libre Comercio con los EE. UU. y Canadá, ha demostrado que solo alcanza para darle bienestar a un tercio de los mexicanos, y aún dentro de ellos, cuando menos, la mitad mantiene alguna carencia social y no pocas insatisfacciones.

El desafío es muy claro: cada año se incorporan a la economía un millón de mexicanos que necesitan empleo en el sector formal; pero la economía solo puede crecer 2.2 % promedio anual. Si el gobierno de López Obrador no trabaja para este punto en particular, habrá fracasado.

El gobernante debe ponerse por encima del líder de masas.

El 68, un ciclo cerrad

Juan Manuel Rentería

El 2 de octubre de 1968 es una fecha importante en el ideario mexicano. Mencionarla nos remite a la masacre de estudiantes reunidos en la Plaza de las Tres Culturas, en Tlatelolco, para exigir libertad y justicia por la represión del gobierno. Ahí, el Batallón Olimpia del Ejército mexicano disparó contra ellos.

A 50 años de ese hecho histórico, hay quienes se afanan en no olvidarlo, una manera de reprochar el abuso gubernamental; otros, como Joel Ortega Juárez, exdirigente estudiantil, consideran que ese movimiento ya debe dejarse de lado.

“La idea del ‘2 de octubre no se olvida’ ha hecho que estemos dando vueltas al mismo círculo. Ese ciclo se cerró hace 50 años. Seguir con ello ya no se puede, los jóvenes de hoy tienen que ir para adelante y no cargar esa fecha como una lápida”.

Articulista y escritor, Joel Ortega recién publicó el libro Adiós al 68: “Este movimiento es algo que no debe volver a pasar, porque fue una masacre, una matanza, de la cual algunos salimos vivos”.

A sus 72 años, contiene la respiración y mira hacia el cielo, para luego revelar que aquel día hubo 58 muertos. Sus afirmaciones son producto de una exhaustiva investigación hecha al lado de Miguel Eduardo Valle, el “Búho”, otro de los participantes en la protesta.

“El día de la matanza descubrimos que fueron 58 los muertos, pero durante todo el movimiento, del 26 julio al 2 de octubre, fueron en total 68, un número cabalístico, porque también fueron 68 días del movimiento, y Gustavo Díaz Ordaz murió a los 68 años”.

Para este hombre, la masacre fue un crimen de Estado, hecho por el que el gobierno de México acabó juzgado, en 2004, por el delito de genocidio, tras aplicar una política de exterminio para frenar el movimiento estudiantil.

“Empezó con la toma del Politécnico, en 1956, y el ciclo se cerró el 10 de julio de 1971, con la masacre de Corpus Christi. Fueron 15 años de política permanente para suprimir al movimiento estudiantil, cuya única demanda era la libertad”.

Fotos: Miguel Angel Sánchez

Joel Ortega, quien ha sido duro crítico de las políticas gubernamentales, enfatiza que pedir libertad no solo se suscitaba en México, ya que este tipo de situaciones se presentaban, en ese año, en casi 70 países, desde los más avanzados (Alemania, Italia, Francia, Estados Unidos); hasta otros empobrecidos (Pakistán, Marruecos, Ghana), aunado a los socialistas (Polonia, Checoslovaquia y Hungría).

“Como en otros lugares, en este país no había libertad, todo lo controlaba el Estado. Al día siguiente de la matanza, la prensa nacional reprodujo la versión del gobierno, y cambió las cosas. Según ellos, los estudiantes fueron los que dispararon primero”.

De acuerdo con su investigación esta teoría fue rechazada. En su libro estipula que mientras el ejército afirmó que francotiradores dispararon contra ellos, desde los edificios de Tlatelolco, en un documento del director del Servicio Médico Forense, se reportó que 22 de los 24 cuerpos que recibieron tenían trayectoria de bala horizontal y solo dos presentaban heridas de bala descendente, lo que acabó con esa gran mentira.

“[Pese a todo], nuestros compañeros fueron juzgados y sentenciados por 17 delitos. Fueron acusados de ataques a las vías generales de comunicación, pandillerismo, subversión, disolución social y homicidio, o sea nos incriminaron de lo que habían hecho ellos, convirtió a las víctimas en victimarios”.

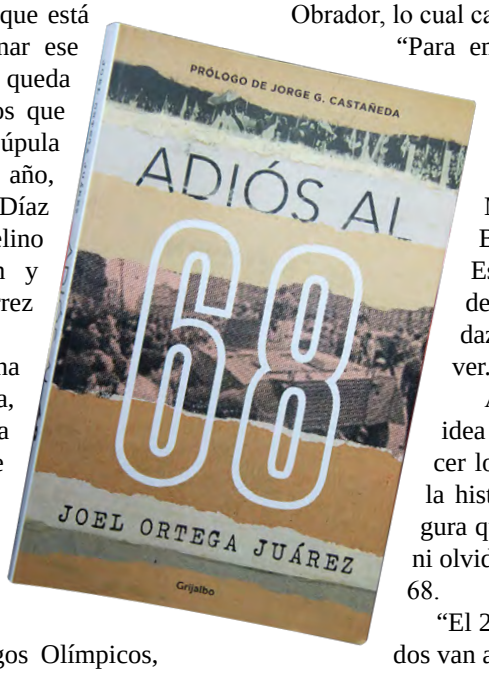
Con el tiempo –relata–, el gobierno tuvo que retractarse. Luis Echeverría, exsecretario de Gobernación y luego presidente de México, nunca promulgó una ley de amnistía para los acusados, simplemente redujo los cargos y, con ello, pudieron salir libres bajo caución.

Joel Ortega, quien pudo salvar su vida gracias a que ese día corrió hacia Reforma y se ocultó en vecindades de Peralvi-

lo: Joel Ortega

llo, donde la gente lo ocultó hasta que el ejército se fue del lugar.

"Aunque con el tiempo Echeverría fue procesado, juzgado, condenado y padeció prisión domiciliaria, por el delito de genocidio, salió libre mediante un amparo, y a pesar de que está pendiente culminar ese proceso, solo él queda vivo de todos los que formaban la cúpula del poder en ese año, como Gustavo Díaz Ordaz, Marcelino García Barragán y Francisco Gutiérrez Barrios.



"Esa fue una acción deliberada, planeada, de una maldad terrible para defender el poder. El 2 de octubre estábamos a 10 días de la inauguración de los Juegos Olímpicos, y el gobierno mexicano, obsesivo con la imagen, no podía darse el lujo de un movimiento en la calle, ante todas las delegaciones del mundo reunidas aquí. Otro factor fue su pavor de que se fueran sumando los trabajadores, pues ya había contingentes de electricistas, petroleros y maestros. Entonces, decidieron ponerle un alto".

Ante la pregunta de si con ello lograron aplastar el movimiento, Joel Ortega responde que "sí", porque al final hubo 58 muertos, 500 heridos, 3 mil detenidos, y un sentimiento de soledad cuando regresaron a Ciudad Universitaria, donde estudiaba y defendía la autonomía de la institución.

A final de cuentas –expresa–, el movimiento del 68 sirvió para que la gente aprendiera que es posible quitarse las cadenas. "Nos adueñamos de las calles, eran nuestras, la gente nos apoyaba, hasta algunos policías lo hacían. Con el 68 sembramos la semilla de la libertad, no se valía tener la bota en el cuello, y coincidimos que nos la podríamos quitar, que no eran invencibles, que les podíamos ganar".

Por ello, Joel Ortega se muestra molesto cuando le dicen que el 68 se cristalizó con el triunfo de Andrés Manuel López Obrador, lo cual califica de mentira.

"Para empezar, el tabasqueño era del PRI en esos años, y estuvo siempre en contra. Su gente, como Porfirio Muñoz Ledo, Manuel Bartlett, Javier Jiménez Espriú, eran jilgueros del gobierno de Díaz Ordaz; no tienen nada que ver.

A 50 años, con la firme idea de que volvería a hacer lo mismo si se repitiera la historia, Joel Ortega asegura que jamás habrá perdón ni olvido por lo ocurrido en el 68.

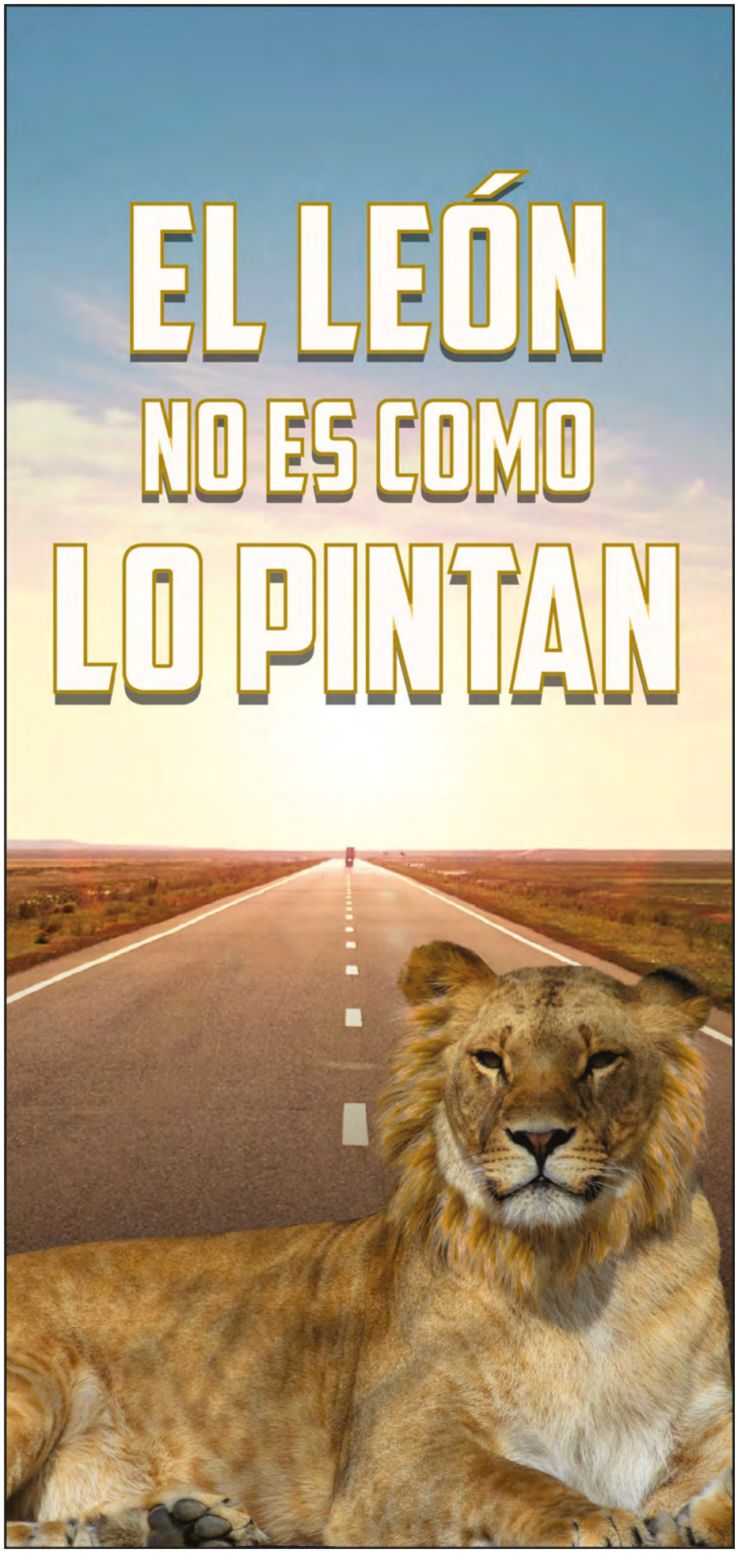
"El 2 de octubre los diputados van a poner una placa dedicada a la generación del 68; hablarán el rector de la Universidad, el director del Politécnico, un representante de un seudocomité del 68, y los jefes de las fracciones parlamentarias. Solo quiero que me digan: ¿la vida de la gente que cayó ahí, vale esa placa? La segunda matanza del 68, sería eso, perdonar".

La mejor forma de cerrar ese capítulo –puntualiza–, es que el Estado establezca en la Constitución un artículo en el que se diga: 'En el 68, el 71, la guerra sucia, Acteal y Ayotzinapa, el Estado ha cometido crímenes contra la sociedad'.

"Aquello fue imperdonable; ponerlo en la Constitución serviría para que nunca vuelva a ocurrir".

Joel Ortega levanta la mirada y expresa que hoy más que nunca debemos defender la libertad y la capacidad de pensar, ya que el hombre sin libertad deja de ser humano.

"El 68 fue una gran fiesta libertaria; gracias a ella la vida sigue, por eso debemos seguir luchando".



Mi vida en

Fotos: Fabián Montes

Fabián Montes

La brecha entre el cibermundo y la realidad tangible disminuye progresivamente. La influencia de un creador de contenidos sobre los espectadores de la web, es igual a su popularidad en redes y puede llegar, prácticamente, a cualquier parte del planeta.

El ejemplo es la plataforma de YouTube, líder en contenidos multimedia al reproducir diariamente más de mil millones de horas de video, que abre el camino a miles de personas a un mundo de expresión y difusión de sus ideas, denominados, *youtubers*.

Jaime Jedany Guadarrama Hernández
Youtube: Jedany
Facebook: Jedany
Twitter: @Jedany
Instagram: Jedany

Uno de estos creadores es Jaime Jedany Guadarrama, conocido en la red como “Jedany”, quien, además de estudiar ciencias de la comunicación, se dedicó a la actuación.

“Lo que me motivó a ser un *youtuber* fueron las ganas de compartir lo que creo, pienso y siento; además, mi carrera y el teatro van de la mano con el mundo digital”.

Esta plataforma de fácil acceso alcanza a más de 88 países; es decir, que los videos pueden viajar por Estados Unidos, Alemania e incluso Rusia y Argelia, lo que incrementa sus posibilidades, pero también los retos.

Eduardo Villar Padilla, mejor conocido como “Lalo Villar”, es un creador de contenidos y dueño del canal *La Ruta de la Garnacha*, quien explicó que lo más complicado es atreverse a ejecutar la idea, por el temor al fracaso.

“Yo me tardé tres años por las voces internas que me decían: ‘no va a tener éxito’, o ‘debes invertir tu tiempo en un empleo estable’. Tras hacerlo, el siguiente paso fue enamorar a la gente con mi trabajo”.

Eduardo Villar Padilla
Youtube: La Ruta de la Garnacha
Facebook: La Ruta de la Garnacha / Lalo Villar
Twitter: @larutagarnacha / @lalovillarp
Instagram: larutadelagarnacha / lalovillarp

En la red, otro factor importante es la competencia, ya que el número de usuarios en YouTube asciende a mil millones, sin contar a aquellos en otras plataformas, quienes pueden ser creadores o jueces en este espacio digital.

Luisa Fernanda Domínguez, *youtuber* y dueña del canal *Pekis Dom*, sostiene que es importante destacar entre los otros usuarios que dan consejos sobre belleza:

internet

"Lo complicado al entrar en el mundo digital es que muchas personas se enfocan al mismo campo, entonces, debo presentar o integrar algo diferente a los otros canales".

Por su parte, Jedany opinó: "Como decía Winston Churchill: 'El éxito es la habilidad de ir de fracaso en fracaso, con entusiasmo'. No creas que mi primer video tuvo muchísimos *likes* y *views*, porque la gente comenta y destroza horrible tu trabajo. Después te vas formando y logras ofrecer un contenido que les agrade".

Aunque lo consumes en minutos, para generar un video, se requieren aproximadamente de dos horas de planeación, cuatro de grabación, cuatro de edición, una hora para subirlo a la plataforma y otra para difundirlo en redes; es decir, más tiempo que una jornada laboral.

Luisa Fernanda Domínguez Rangel
Youtube: Pekis Dom
Facebook: Pekis Dom Mua
Twitter: @PekisDom
Instagram: pekisdom / pekisdommua

"Si quieres hacer buen contenido debes ser profesional; necesitas planear los días de grabación, el material, el equipo que vas a usar y de qué hablarás", afirmó Jedany.

Mientras, Pekis Dom comenta: "He visto que mucha gente se convierte en profesional durante el proceso, eso me impresiona; inician en un tema y, conforme avanzan, mejoran en contenido y estructura.

"Una ventaja es que soy una profesional en el tema de la belleza, así que me desenvuelvo sin temor a equivocarme".

Ser un creador de contenidos en YouTube también es un negocio. Desde julio de 2016, la red ha pagado más de dos mil millones de dólares a los titulares de derechos que decidieron monetizar sus contenidos.

"Si a mí me preguntas, yo percibo más que cuando trabajaba para una agencia de publicidad; ahora, gano igual o mejor. Todo depende de cuánto tiempo dedique, porque si dejas de subir videos, también tu dinero se ve mermado", comentó Lalo Villar.

"En mi caso, la red me sirve para darme difusión; entonces, al estar dentro de la *web*, recibo más llamados o me contratan con mayor facilidad como actor", explicó Jedany.

Al tener un alcance de miles o millones de visitas en sus videos, principalmente por aquellos que oscilan entre los 18 y 34 años, se han vuelto los *influencers* de las nuevas generaciones, es decir, líderes de opinión en sus campos particulares.

"Sí hay una responsabilidad que cada persona debe tomar, no es obligatorio hablar de cierta manera por tener muchos seguidores; pero por mis valores y mi edad, creo que busco un respeto a la gente que ve mi trabajo", aseveró Lalo Villar.

Trabajar en internet es versátil y complejo. Se necesita entrega y dedicación para cosechar las satisfacciones de la red.

"Llega el momento en que estás harto de la carga de trabajo, pero cuando ves que un video donde tú estuviste involucrado llega a 'x' número de reproducciones, te das cuenta de que tu esfuerzo fue valioso", comentó Mario Tello, representante de Lalo Villar.

"Mi papá se preocupaba por mí, me decía que cambiara el rumbo y buscara algo más serio. Cuando vio lo que estaba logrando, se disculpó y me dijo: 'Hijo, estoy muy orgulloso de ti'", reveló el dueño de la *Ruta de la Garnacha*.

Este es solo un fragmento de internet, del cual usted forma parte a diario con su dispositivo móvil. Si quiere ser un creador de contenidos, el primer paso es intentarlo.

¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

Dos colonias y un estadio de futbol

La colonia Asturias surgió a causa de un estadio de futbol: el parque Asturias, que era de madera, financiado por el Centro Asturiano; pero la decisión de un árbitro, (Fernando Marcos, luego afamado comentarista en televisión,) enardeció a la gente y quemó las gradas.

Era tanta la afición de españoles y mexicanos por el futbol, que atiborraban el estadio y no solo eso, cerca, a unas dos calles, estaba la plaza de toros Vista Alegre, bautizada así porque en la ciudad de Bilbao había una llamada igual.

La plaza estaba en lo que ahora es la esquina de avenida del Taller y San Antonio Abad; por cierto, esa colonia se llama Vista Alegre. La colonizaron españoles, quienes tenían negocios en el centro y como el éxito les sonrió construyeron sus casas que evocaban a las de su terruño.

Por cierto, en un viejo edificio de la calle de Ramón Aldana, cerca de San Antonio Abad existe una placa donde se lee: "Valente Quintana. Detective", famoso detective de la primera mitad del siglo XX, quien aquí tenía su oficina.

En los límites de la Vista Alegre, en el sur, es la calzada de Chabacano, ahí comienza la colonia Asturias. El estadio del parque Asturias se encontraba en donde ahora hay un centro comercial.

La Vista Alegre se construyó en 1933 y la Asturias, en 1936. Lo único que había en esa época por esos lares eran la plaza de toros, el estadio de futbol y el hospicio para niños expósitos, construido por el gobierno de Porfirio Díaz.

En los terrenos del hospicio ahora está el cuartel de Guardias Presidenciales. Digo, antes eran las afueras de la ciudad. Uy… uuuuuy.

Un producto de GEL pharma

Vuelve a ser tú

Que no te detenga la **inflamación,**
el **dolor abdominal** y el **estreñimiento,**
causados por el estrés y malos hábitos alimenticios.

Prueba la **triple acción** en cápsula blanda
contra los síntomas del Síndrome
de intestino irritable y colitis.

- Antiespasmódico
- Regulador de tránsito intestinal
- Supresor de gases

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES® nesajar www.nesajar.com

Si persisten las molestias por más de 5 días, consulte a su médico. Permiso COFEPRIS 1733002T1B0045

Nesajar®
Pinaverio, Dimeticona
Síntomas de colitis
Dolor abdominal y cólicos
Antiespasmódico
Regulador del tránsito intestinal
Inflamación
16

Si la vida no para, tú tampoco.

¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal

Una generación de esperanza

Dolorosas fueron las derrotas de la selección mexicana. Primero frente a los uruguayos, con un contundente 4-1; luego 1-0 ante los estadounidenses; pero déjeme decirle que valió la pena. Aunque la selección uruguaya estuvo conformada por un plantel mundialista, y la de Estados Unidos por un grupo renovado de calidad, me pareció una buena idea que Ricardo "Tuca" Ferretti enlistara a jugadores de corta edad para esta fecha FIFA. Estos jóvenes, la nueva generación de representantes tricolores, requieren mayor experiencia internacional. No es nuevo el tan discutido tema de quiénes serán los convocados para el Mundial de Qatar 2022, por lo que es necesario hacer esta clase de convocatorias. Invito a estos jóvenes a que aprovechen la oportunidad y demuestren ser merecedores de ese honor que no cualquiera recibe.

Pasando al futbol local, Dorados de Sinaloa, equipo de la liga de ascenso, contrató a Diego Armando Maradona como su nuevo director técnico. Este hecho ha sido muy polémico, pues es bien sabido que el argentino y México no han llevado una buena relación.

También es criticada la falta de calidad de Maradona como director técnico, pues en ocasiones se dedica a dar más espectáculo que en cumplir su función como entrenador. Aunque en su primer partido dio una gran sorpresa, al derrotar 4-1 a Cafetaleros de Tapachula, esperemos que quien fue campeón del mundo en 1986, cumpla de forma eficiente su trabajo.

Cambiando el tema al futbol europeo, la UEFA decidió modificar su formato de fechas FIFA al eliminar los simples partidos amistosos y crear un nuevo torneo llamado "UEFA Nations Club", en el cual participan 55 países pertenecientes al Viejo Continente, acomodados en varios grupos, en diferentes divisiones, por lo que la posibilidad de realizar encuentros amistosos con una selección europea será extremadamente baja.

La duración de este torneo no coincidirá con eliminatorias para la Eurocopa o el Mundial. Con este formato, los europeos solucionan la falta de competitividad que en ocasiones se mostraba, pues a veces tenían duelos entre selecciones muy calificadas contra otras de bajo nivel. Ello generaba encuentros poco entretenidos, con resultados muy predecibles.

¡Carajo!, y acá ¿cuándo se aprenderá a buscar la calidad?

Pero qué necesidad...

Fernando Gutiérrez

Lo vimos anotar su gol tramposo con la "mano de Dios", en México 86. Lo vimos hundirse en las drogas cuando jugó en Italia. Lo vimos borracho e insultante en el Mundial de Rusia. Lo escuchamos burlarse de la selección mexicana antes de ganarle a Alemania. Lo vimos agredir a un camarógrafo al llegar a Culiacán.

Pese a todo ello, será el segundo técnico mejor pagado en la Liga de ascenso. Percibirá 150 mil dólares mensuales por un contrato de 11 meses. Solo "Tuca" Ferretti lo superará en ganancias. Este recibe 3.8 millones de dólares anuales en los Tigres, más lo que le dan por dirigir interinamente los fracasos de la selección mexicana.

Pero Ferretti es otra cosa, aunque malhablado y malhumorado no anda en escándalos de estupefacientes o borracheras. El, a lo suyo, el futbol, su vida.

Pero el otro, el que arribó a México con facha de "chavorruco", es ahora el ojo del huracán. No lo dudamos, pronto desatará su furia contra lo que sea. Así es, intolerante, majadero, agresivo. No le importa el lugar ni las personas. Se envalentona y agrede a cualquiera. Le gusta el jaleo, empinar el codo y burlarse de quien se le ponga enfrente.

¿Qué no hay ya suficientes problemas en Culiacán, para echarle encima a un tipo con ínfulas de rey?

Usted ya lo adivinó, nos referimos a Diego Armando Maradona, una exgloria del futbol, un "ya fue", un pasado. Hoy solo es el lado oscuro del ser humano.

No entendemos por qué Dorados de Sinaloa decidió contratarlo. Dicen que fue por recomendación de Antonio Mohamed. Vaya usted a saber.

Su carrera como técnico ha sido gris: empezó en 1994 con resultados dispares. Dirigió a Argentina hasta los cuartos de final en el Mundial 2010 y luego condujo a los clubes Al Wasl y Al-Fujairah en los Emiratos Árabes Unidos. Levantó montones de dólares y regresó a Argentina.

Este Maradona no cabe en ningún lugar. No es ni la sombra de aquel que hizo el gol del siglo en el Mundial de 1986, en México, cuando asombró a todos por su capacidad y talento en la cancha, barriendo desde medio campo a toda la defensiva inglesa.

Hoy, solo quedan recuerdos de aquella hazaña. Era el "Pelusa", ídolo muy querido por4 sus genialidades futbolísticas. Hoy, aquella gloria es opacada por un tipo casi sexagenario, gordo, desaliñado, de mal aspecto y peor carácter. En suma, una mala persona.

Maradona no es un ejemplo para nadie, porque en la vida se trata de ser buena persona y hacer lo correcto.

Como decía Juan Gabriel: "Pero qué necesidad".

fegutierrezp@gmail.com

Foto: Notimex

¡Nuevo!

Gel Vaginal

con Ácido Láctico

El gel vaginal con Ácido Láctico favorece el equilibrio natural de la flora vaginal ayudando a prevenir infecciones vaginales y su recurrencia.

Contiene 3 aplicadores prellenados, desechables y fáciles de utilizar.

Se recomienda aplicar 1 vez por la noche para aliviar síntomas como:

- irritación
- ardor
- flujo vaginal

Ofrece además un efecto de humectación gracias a su composición de gel a base de agua 85%.

CONSULTE A SU MÉDICO

De venta en Farmacias Similares

No. De Aviso 183300202C4208

GEDEON RICHTER®

Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

El tesoro del control

Como se sabe, durante la primera mitad de la campaña, Luis Severino, el lanzador cubano de los Yanquis de Nueva York, fue casi invencible, y miles de aficionados lo eligieron para el Juego de Estrellas, además de ser candidato a ganar el codiciado premio Cy Young. Pero después del Juego de Estrellas, Severino comenzó a ser apaleado hasta por equipos muy por debajo de los .500 de porcentaje.

Algunos dicen que su caso es un misterio, pues el lanzador cubano no perdió ni su tremenda velocidad ni su salud.

Lo cierto, sin embargo, es que la caída libre del estelar yanqui sí tiene explicación: perdió el tesoro del control. Entre la velocidad y el control, sin duda es más importante lo segundo, pues se puede ganar sin alcanzar las 100 millas, pero sí con control.

Así lo demuestran casos como el del dominicano Bartolo Colón, quien, a los 45 años, se convirtió en el pitcher latinoamericano con más juegos ganados en las Grandes Ligas, al rebasar las 245 victorias, este año.

Entre esos milagros de longevidad profesional, está nuestro Ramón Arano, el famoso “Tres Patines”, quien lanzó en 32 temporadas de la Liga Mexicana.

La carrera profesional del veracruzano fue verdaderamente asombrosa, pues resulta que, con 62 años a cuestas, subió a la loma de los disparos para enfrentarse a los Tecolotes de Laredo, y permitió solo cuatro hits, entre ellos un jonrón de su sobrino Wilfredo Arano. Dejó el encuentro empatado a una carrera, por lo que no tuvo decisión.

Y lo dicho: el gran “Tres Patines” perdió varias millas de velocidad, pero no el control, ese que sin duda constituye el gran tesoro de quienes nacieron para subir a la loma de los disparos.

Y claro, tampoco perdió la disciplina, ni otras virtudes humanas que todos debiéramos tener.

Juegos Olímpicos sustentables en Tokio

Los Juegos Olímpicos de Tokio 2020 desean convertirse en los primeros en apoyar a la ecología y la sostenibilidad, ya que durante su desarrollo prevén usar energías renovables, construir la villa de los atletas con madera reutilizable y fabricar las medallas con metales desechados.

Tanto el comité organizador como el gobierno de la capital nipona se han apoderado de las 3R (reducir, reutilizar, reciclar), con lo que quieren crear un legado del evento respetuoso con el medioambiente y que ayude a Tokio a convertirse en una ciudad de vanguardia en el uso de infraestructuras eficientes.

Tokio 2020 anunció un plan de sostenibilidad con la idea de trabajar por las cero emisiones a través del uso de renovables, como la promoción de vehículos de nueva generación, modelos eléctricos o de hidrógeno, así como la instalación de paneles solares y otros sistemas geotérmicos en los centros de competición.

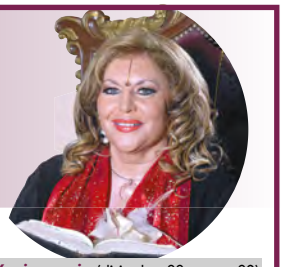
La organización cuenta con el apoyo de poderosos patrocinadores, como el fabricante Toyota Motor, que prevé introducir en la capital japonesa más de 100 autobuses que funcionan con hidrógeno, el primero fue entregado en 2017, para prestar servicio antes de los Juegos, cuando se prevé un elevado número de visitantes.

El hecho de que en torno al 60 por ciento de las instalaciones para las competiciones ya exista este tipo de transporte, ofrece impulso en la reducción de contaminantes.

Los Juegos que la capital japonesa acogerá en menos de dos años contará con 43 sedes: 8 son nuevas, 25 existentes y 10 temporales.

Foto: Shutterstock

Horóscopos Amira contigo



Aries (marzo 21 - abril 20)

Saturno indica evitar presiones de quienes ejercen la autoridad. Es probable que los astros te marquen un final de ciclo; vendrá un cambio, para bien. Tu arcángel protector es Samael, su acción libera tu mente de presiones, transforma temores y ansiedades y deja aflorar lo mejor de ti.

Tauro (abril 21 - mayo 21)

Recuerda que la prosperidad comienza en el pensamiento. Debes ser cauto en el manejo del dinero, casi todos los tauro son hábiles para generar abundancia. Deja el pasado atrás, ama, y no permitas que tu autoestima se vea afectada por nada. Urano indica que perdurarán los contactos basados en libertad.

Géminis (mayo 22 - junio 21)

Requieres esfuerzo y astucia para lograr tus deseos en el desarrollo profesional. Habrá una resistencia al cambio, por conservar lo que te pertenece. Contradicciones tanto en los negocios como en el amor. Buscarás nuevas actividades profesionales que te satisfagan y sean bien remuneradas.

Cáncer (junio 22 - julio 22)

Júpiter reforzará la confianza en ti mismo, a pesar de que los astros te han traído por la calle de la amargura, y no sabes si vienes o vas. No desesperes, se siembra para cosechar; el éxito está más cerca de lo que te imaginas, los esfuerzos fructificarán y te seguirán a donde vayas.

Leo (julio 23 - agosto 22)

Evade contactos afectivos que puedan resultar tiránicos, ya sea de tu parte o de la pareja, o que vengan de la familia. Maneja tus relaciones con tacto. Necesitarás afirmarte y defender tus derechos en el campo profesional. Puede venir un buen periodo económico que deberás aprovechar.

Virgo (agosto 23 - septiembre 22)

Evita rivalidades, existe demasiado estímulo planetario en este mes para los nacidos bajo este signo. La unión de la mente y el corazón te ayudarán a tomar decisiones con sabiduría. Se cierran algunos ciclos y se abren otros. Una luna llena esplendorosa en Tauro, el día 24, puede favorecer tu economía.

Libra (septiembre 23 - octubre 22)

La luna nueva en tu signo, el día 8, indica que es necesario modificar tus actitudes en el amor, o te alejas o te acercas demasiado con la persona amada; evita los extremos. Hay que aprender a huir de las malas programaciones de tus pensamientos. "Al mal tiempo buena cara".

Escorpión (octubre 23 - noviembre 22)

El exceso de vitalidad puede volverte más exuberante, cuida tu cuerpo y tu mente, por medio de terapias y disciplinas espirituales te equilibrarás. Establece contactos con personas que sean dignas de tu confianza y dale tiempo a que fructifique lo sembrado. Júpiter en tu signo favorece los viajes.

Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21)

Sé feliz ante cualquier circunstancia, concentra tu energía, no es sano realizar muchas actividades al mismo tiempo. El aspecto financiero sigue marchando, utilízalo para realizar cosas constructivas; dale tiempo. "Roma no se construyó en un día". Recuperas la comunicación perdida con tu pareja.

Capricornio (diciembre 22 - enero 20)

La luna creciente en tu signo, el próximo 16 de octubre, marcará encuentros con personas que afectarán tu vida, ya sea para bien o mal, a pesar de que puede haber sorpresas, es un tiempo propicio para el amor. Requieres observar cautelosamente tu economía.

Acuario (enero 21 - febrero 19)

Con la pareja continuarás en una etapa romántica, pero serás incapaz de comprometerte, no te sientes preparado para amar. Déjate llevar por tu ingenio, querido acuariano. Cuida tu sistema nervioso y practica disciplinas místicas, como la meditación, el yoga, o terapias psicofísicas.

Piscis (febrero 20- marzo 20)

La salud física y mental será un reflejo de tu aspecto interior, más vale que elimines la tensión y te relajes. Date la oportunidad de transitar por caminos nuevos en el trabajo, fluyendo con la vida. Es necesaria la paciencia, de algún modo, mi querido piscis, llegará a ti el dinero que quieres y necesitas.

¡Feliz cumpleaños, nativos del signo de Libra!

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx **Escúchala en simiradio.fm**

SUDOKU

Completa la cuadrícula, de manera tal que cada fila, columna y área de 3 por 3 celdas, contengan del 1 al 9, sin repetirse

	3			7		6		
		6	8			7		
7	8							
2		5			4	8	7	6
			2	8		3		
	4			6			5	2
	9	2					8	3
		4						
6	7	8	3					5

		7		6	3			
	3			8				5
	9			2	5	7	1	
9	5	8			1	4		
4		3						9
2	6						5	7
6		9				8		4
		4			9	5	3	

Soluciones

4	3	1	5	7	9	6	2	8
5	2	6	8	1	3	7	4	9
7	8	9	4	2	6	5	3	1
2	1	5	9	3	4	8	7	6
9	6	7	2	8	5	3	1	4
8	4	3	7	6	1	9	5	2
1	9	2	6	5	7	4	8	3
3	5	4	1	9	8	2	6	7
6	7	8	3	4	2	1	9	5

5	4	7	1	6	3	2	9	8
1	3	2	9	8	7	6	4	5
8	9	6	4	2	5	7	1	3
9	5	8	3	7	1	4	2	6
4	7	3	2	5	6	1	8	9
2	6	1	8	9	4	3	5	7
6	1	9	5	3	2	8	7	4
7	8	4	6	1	9	5	3	2
3	2	5	7	4	8	9	6	1

Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Mi marido tiene más familia

Cada vez es más difícil hablar de telenovelas. ¿Por qué? Porque carecen de prestigio, porque las mismas televisoras se han encargado de matarlas.

A diferencia de lo que sucede en otros lugares del mundo, como Corea del Sur, Brasil o Turquía, para nosotros, alguna vez potencia, el tema está agotado.

Por eso, en medio de esta crisis, cuando miro algo como *Mi marido tiene más familia*, del productor Juan Osorio, de Televisa, le doy gracias a Dios.

Mi marido tiene más familia no solo es un éxito de "rating" y de ventas; es una propuesta maravillosa, fresca, sana, moderna, un rayo de esperanza, una muy clara demostración de que sí hay futuro para las telenovelas nacionales.

Y mire que está programada en el horario más complicado de toda la televisión abierta, cuando las audiencias van llegando del trabajo a sus hogares, cuando están al aire los programas más exitosos de todos los canales.

Pero con todo y eso, destaca *Mi marido tiene más familia.*

¿Por qué? Porque a pesar de tener un lenguaje audiovisual de vanguardia, todo el tiempo está pensando en los televidentes.

Aquí hay historias para los niños, jóvenes, adultos y hasta para las personas de la tercera edad; historias que combinan el amor y la diversión con asuntos de particular valentía, como las dificultades a las que se enfrentan hoy las parejas de este país o situaciones de diversidad sexual.

Y siempre hay una solución, información extra y armonía.

Ni hablar del reparto. Esta telenovela es mágica porque no solo reúne a leyendas del espectáculo mexicano, como Silvia Pinal y Carmen Salinas, sino que tiene lo mejor de las nuevas generaciones y "actorazos" del más alto nivel.

Y a pesar de estar inspirada en un formato coreano, es tan mexicana, tan oaxaqueña, tan bonita, tan entrañable.

No sé usted, pero yo amo hasta lo que comen los personajes de esta joya. ¡Me encanta!

Por favor, véala. Por favor, búsquela. Todavía hay futuro para las telenovelas nacionales. *Mi marido tiene más familia* lo demuestra. ¿A poco no?

Herencia musical

Fabián Montes

Foto: Fabián Montes

El talento de Vicente Fernández no solo lo heredó uno de sus hijos; ahora también su nieta Camila Fernández Guinart sorprende en la escena musical y presenta su prodigiosa voz con su disco EP, titulado *Mío*.

"Considero que para ser artista se nace y se aprende; van de la mano. En mi caso, desde que estaba en la panza de mi mamá escuché cantar, porque tanto en la familia de mi madre (América Guinart), como en la de mi padre (Alejandro Fernández), siempre que se reúnen cantan todos; así que crecí en un entorno musical".

Este material incluye cinco temas, el reflejo de la personalidad de la tapatía, quien desde la infancia abrigaba el sueño de ser cantante.

"Recuerdo que organizaba mis propias presentaciones con mi familia y amigos. Además, le insistía a mi mamá para que me ingresara al mundo de la música, pero siempre me dijo que era muy pequeña. Fue hasta los 16 años que me dio luz verde".

Durante la entrevista, Camila -de 20 años-, precisó que su debut junto a su padre fue el 14 de septiembre de 2014, en el MGM Gran Hotel & Casino de Las Vegas, donde interpretó el sencillo *Hoy tengo ganas de ti*.

"Yo estaba de vacaciones allá, entonces, mi padre me llamó para preguntarme si esa noche quería cantar con él. Accedí, aunque no tenía nada preparado, ni siquiera el vestido.

"Estaba supernerviosa, pero gracias a Dios, mi familia estaba enfrente del escenario, así que solo me concentré en ellos y fue como cantar en familia".

En el EP *Mío*, Camila buscó incluir un estilo propio, ya que pretendió alejarse de las rancheras al incursionar con los estilos de blues, jazz, soul y regué.

"Desde que empezaba a cantar, mi padre me dijo que buscara mi propio estilo, entonces, cree un género mío, por ello, su título.

"Además, la música que hago viene tanto de la influencia de mi padre y de mi abuelo, así como de artistas como Beyoncé, Eran James, Aretha Flanklin y Alabama Shakes".

En su último sencillo incluyó *El hijo de la innombrable*, que suma más de 93 mil reproducciones en YouTube.

"La inspiración de mis canciones viene de mis experiencias, de la conexión con mis amigos, una persona desconocida o de películas y libros.

"Este EP muestra quién soy, y que voy para adelante y, como me dijo mi padre: 'el miedo no existe, es solo un pensamiento'".

Los aliados en casa

$17.90
Pasta Dental Crest Complete
100 mL

$42.90
Tampax
8 piezas

$15.00
Shampoo Restauración
100 mL

$54.00
Cera
Fijación Firme
75 g

$15.00
Shampoo Anticaída
90 mL

$29.90
Cepillo dental limpieza profunda
2 piezas

$14.00
Cepillo dental infantil
1 pieza

$15.90
Cepillo Dental Viaje Pro-Compac
1 pieza

$11.90
Toalla sanitaria nocturna flujo abundante
5 piezas

$54.00
Espuma Gillete Sensitive
175g / 179 mL

$49.00
Hilo dental sabor menta
25 m

$31.90
Pasta dental niños Oral B
75 mL / 100 g

$33.90
Rastrillo triple hoja para caballero
2 piezas

Higiene es salud. Vigencia del 1 al 31 de octubre de 2018.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

ACTIVA TU DÍA

Precio máximo al público $496.00
En Farmacias Similares® a solo
$ 139.00

Si persisten las molestias, consulte a su médico.
Reg. No. 003P2012SSA VI
*Vigencia del 1 al 31 de octubre de 2018.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

farmaciassimilares.com