



DEJAMOS DE USAR
MÁS DE **25** MILLONES
DE BOLSAS DE PLÁSTICO

SIM NFORMA

Por Un País **Mejor**®

siminforma.com / Febrero 2019 / Núm. 442D / Simi TV  @DrSimiTV 



Algoritmos de amor



Foto: Alejandra Cervantes

pp. 10 y 11



Explota
tu instinto

DEJAMOS DE USAR
 MÁS DE **25**
 MILLONES
 DE BOLSAS DE PLÁSTICO



Por cada **BOLSA** que **NO** te lleves, **DONAREMOS** su costo en pro del medioambiente

MENOS
PLÁSTICO
MÁS
VIDA

simiplaneta.com

#SÍMiPlaneta

#CuidemosJuntosElPlaneta



Dr. Simi®

FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO"



Enemigo invisible

Alejandra Cervantes

Es lamentable encontrar noticias sobre la gran cantidad de especies marinas que mueren a causa de los desechos contaminantes en los océanos, como bolsas, popotes y botellas PET.

De acuerdo con un informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (FAO), alrededor de 800 especies de moluscos, crustáceos y peces se alimentan con residuos plásticos.

Pero eso no es todo: un estudio de la Universidad de Exeter, Inglaterra, examinó los tractos digestivos de 50 mamíferos y, para sorpresa de los investigadores, en la mayoría de los animales encontraron microplásticos en su organismo.

Pero ¿qué son los microplásticos? La acción del agua, los microorganismos y la luz solar degradan el plástico hasta reducirlo a pequeñas partículas de pocas micras de longitud. Algunas son tan pequeñas que el plancton microscópico las confunde con comida.

Al respecto, un estudio de la Universidad Lund, Suecia, encontró que los peces que comían zooplancton contaminado con microplásticos experimentaron un cambio en su comportamiento depredador y en la disminución de su apetito.

El microplástico no solo proviene de los desechos, como vasos y envases, sino también de materiales como el nylon, usado en múltiples creaciones de prendas de vestir.

Al momento de que la ropa entra a la lavadora despiden fibras cien veces más delgadas que el cabello humano, las

cuales escapan a los sistemas de filtración caseros y de plantas de tratamiento. Su destino final son los océanos y su integración a la cadena alimenticia.

También consumimos plásticos

Un estudio realizado por investigadores de la Universidad Médica de Viena y la Agencia Estatal para el Medioambiente de Austria mostró que el propileno y el PET fueron encontrados en heces humanas de voluntarios que consumieron alimentos envasados y pescado. Los investigadores hallaron 20 microplásticos por cada 10 gramos de materia fecal.

Aunque todavía se sabe poco del impacto de las microfibras en la salud de los seres vivos, estas podrían sumarse en un futuro a la discusión pública, la cual se ha enfocado a plásticos de un solo uso, pero no en los materiales sintéticos como poliéster, nylon y acrílico.

Louise Edge, jefa de la campaña contra el plástico en los océanos de Greenpeace Reino Unido, calificó estos hallazgos como “vergonzosos” y añadió que el estudio muestra el nivel de contaminación de nuestros océanos, lo cual merece atención urgente.

¿Cómo ayudar?

La buena noticia es que Farmacias Similares, comprometida con el medioambiente y la vida marina, ha tomado acciones para disminuir los plásticos que cobran la vida de más de 100 mil mamíferos cada año.



Hasta 800 especies de moluscos, crustáceos y peces son consumidores de plástico y microplásticos



Gracias a su apoyo, desde octubre de 2018 al cierre de enero de 2019, se han ahorrado 21 millones 626 mil 368 bolsas de plástico.

Su decisión es muy importante. Por cada bolsa de plástico que NO se lleve al realizar una compra, se donará su equivalente a una fundación encargada del saneamiento de las costas y mares mexicanos.

Diga siempre #SíMiPlaneta.

SIMINFORMA
Por Un País Mejor.

Febrero 2019
Edición 442D

Víctor González Torres Presidente de Grupo Por Un País Mejor

500,000 ejemplares

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

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



Fundación
BEST®
a.c.

CAMPAÑA PARA DETECCIÓN DE LA Hipertensión



TODOS los MARTES
de **ESTE MES**,
checa tu presión

GRATIS

en los consultorios médicos de
Fundación Best, A.C.

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



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



Prenupcial 1

Grupo sanguíneo y factor RH, VDRL

\$133.00*

Prenupcial 2

Grupo sanguíneo y factor RH, VDRL y VIH

\$328.00*



ssdrsimi.com.mx  
SIMITEL 01 800 911 66 66
Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón
Céd. Prof.: 4451415-UNAM



*Válido durante 2019. Se aplican restricciones por zona geográfica.
Consulta sucursales con este servicio, en ssdrsimi.com.mx

Pacientes con cáncer también lidian con trastornos mentales

El 47 % de los pacientes con cáncer presentan alteraciones psiquiátricas, principalmente angustia y depresión, aseguró Humberto Bautista Rodríguez, miembro de la Sociedad Mexicana de Oncología, A.C.

En un estudio en el que se analizó la conducta de 4,000 enfermos -detalló el especialista-, se observó que 43 % de enfermos de pulmón mostraban niveles elevados de angustia, seguidos por los pacientes con un mal a nivel cerebral (42.7 %), y de aquellos que padecen la enfermedad de Hodgkin (37.8 %).

La carga emocional en una persona que vive con cáncer -explicó Bautista-, se manifiesta de diferentes maneras: inicia al momento del diagnóstico (hecho que lo hace sufrir alteraciones), luego con las reacciones al

tratamiento y, posteriormente, con los posibles eventos adversos.

“Los diagnósticos psiquiátricos más comunes en los pacientes con enfermedad oncológica son las reacciones o trastornos adaptativos, los del estado de ánimo y los de ansiedad; pero en el caso de los pacientes con enfermedad oncológica en el sistema nervioso central (SNC), el diagnóstico psiquiátrico predominante es el trastorno orgánico cerebral (alteraciones en el comportamiento), en su totalidad, 41 %”.

La prevalencia de depresión en enfermos con cáncer oscila entre 20-25 %, y aumenta según el grado de incapacidad física, al igual que el avance de la enfermedad y del dolor, puntualizó.

Aquellos pacientes con tumores de cabeza y cuello, tienen un riesgo superior de

desarrollar trastornos depresivos mayores. Esto se debe -dijo-, a la deformación que sufren en el rostro y a la disfunción del órgano o área afectada directamente por el tumor, razón por la que en este grupo hay un riesgo mayor de suicidio comparado con otros tipos de cáncer.

También, dentro de las alteraciones psiquiátricas -señaló Bautista-, se pueden encontrar procesos delirantes, como trastornos orgánicos de la personalidad, demencia, trastornos compulsivos, alteraciones cognitivas y déficit neurológicos adicionales.

Acerca de las mujeres que tienen cáncer ginecológico, adelantó que 28 % presentan morbilidad psicopatológica, en la que se identifican problemas de depresión (28 %), imagen corporal (22 %), autoestima (36 %), afectación en las relaciones de pareja (26 %) y ansiedad (34 %).

La Organización Mundial de Salud (OMS) estima que para el 2030 se registrarán, aproximadamente, 280 mil pacientes oncológicos, mientras que en México el diagnóstico de tumores malignos irá en aumento por diversas causas, como la presencia de enfermedades crónicas degenerativas y el envejecimiento de la población.

Las tasas de supervivencia a cualquier tipo de cáncer son muy variables y siempre por debajo del 100 %, por lo que el impacto psicológico y psiquiátrico en los pacientes puede tener efectos negativos en la calidad de vida.

“Los problemas emocionales también tienen maneras complicadas de presentarse, por lo que debe haber una atención integral con un equipo interdisciplinario de especialistas para tratarlas y

ayudar al paciente”, subrayó el también coordinador del Servicio de Psico-Oncología en el Centro Médico Nacional Siglo XXI.



Foto: Miguel Sánchez

Infecciones vaginales, factor de infertilidad

Las infecciones vaginales, que pueden afectar la etapa fértil, constituyen una de las primeras causas de consulta de mujeres, advirtió Érika Salinas González, especialista de Fertilización in Vitro.

Al estudiar e investigar la infertilidad -señaló-, es necesario dar seguimiento a los padecimientos relacionados, como las infecciones vaginales.

De hecho -destacó-, aproximadamente, 95 por ciento de las pacientes que acuden al ginecólogo lo hacen por presentar algún tipo de flujo vaginal infeccioso.

“Las infecciones vaginales afectan la fertilidad de las mujeres, y estas patologías generan cuadros clínicos variados que van desde procesos no complicados hasta síntomas graves, como los cuadros sépticos, los cuales pueden llegar a comprometer la vida”.

Cuando existe la presencia de una infección vaginal -afirmó-, las mujeres pueden presentar exudado vaginal, irritación vulvar y mal olor, malestares por los que se genera un crecimiento excesivo de bacterias en la vagina, denominada “vaginosis bacteriana” (VB).

La especialista agregó que la presencia de VB se asocia a un mayor riesgo de infección en el tracto genital superior e infecciones de transmisión sexual como VIH, lo que afecta a un tercio de las mujeres sexualmente activas en el mundo.

No obstante, Érika Salinas explicó que existen alternativas para aquellas mujeres que han presentado infecciones vaginales, y desean tener un bebé, tales como la Fertilización in Vitro, tratamiento con mayor porcentaje de éxito.



Condón TRIPLE PLACER 3 CONDONES
\$25.00
 PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA
 PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE*
23.00

Safe ON
 Con Safe ON sigue disfrutando más.
TRIPLE PLACER
 Puntos repujados, estrías y formas anatómicas para máxima sensación.
 Contenido: 3 Condones Premium

Condón ULTRA SENSITIVO 3 CONDONES
\$25.00
 PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA
 PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE*
23.00

Safe ON
 Con Safe ON sigue disfrutando más.
ULTRA SENSITIVO
 El más delgado para ultrasensibilidad*.
 Contenido: 3 Condones Premium

farmaciassimilares.com
 f t i

Prevención es salud.
 Vigencia al 28 de febrero de 2019.
 *Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO"



HASTA
75%
 DE AHORRO

AMOR, también es cuidarte

El shampoo íntimo que te cuida

Myfem®

SHAMPOO
 PARA HIGIENE ÍNTIMA EXTERNA
 DE USO DIARIO

HIPOALERGÉNICO

AYUDA A BALANCEAR EL pH

INGREDIENTES NATURALES
 EXTRAÍDOS DE LA LECHE

MI FEMINEIDAD
 MI BELLEZA
 LIRIO DE DÍA

10% GRATIS Cont. Net. **220 ml**

Precio resto de la República:
\$64

*Precio zona fronteriza norte \$60

- Ayuda a balancear el pH
- Es Hipoalergénico
- Ingredientes naturales que cuidan tu piel

Vigencia al 28 de febrero de 2019.
 *Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.

HIGIENE ES SALUD . AVISO COFEPRIS NÚM. 193300202D0029 www.myfem.com.mx /Sientete Naturalmente Única

Duelo romántico

Verónica Galindo*

La pareja es uno de los vínculos más importantes en la vida de las personas. Involucra un sinfín de emociones y sensaciones agradables para el individuo (Sánchez Aragón, 2016); pero también tiene su contraparte: la separación. Esta se vive como un suceso sumamente doloroso, intervienen sentimientos de enojo, tristeza, miedo y nostalgia (Patrón, 2004) y derivado de esto se iniciará un proceso de DUELO.

A pesar de que ambos miembros de la pareja pueden estar involucrados emocionalmente, surgen diversos factores para que haya un rompimiento, entre ellos, poca similitud, diferencia de edades, nivel de educación, atractivo físico, infidelidad, engaño y maltrato.

Una vez dado el rompimiento, se inicia el proceso de duelo, considerado un sinónimo de despedida o muerte de un ser querido, por generar sentimientos de pérdida (Valencia Toledano & Sánchez Aragón, 2018).

Esto también se aplica ante el rompimiento con la pareja; va a generar algunos cambios en los pensamientos, emociones y conductas, presentes en quien vive el rompimiento. Este puede aparecer como un hecho traumático, pues se termina un vínculo significativo con otra persona.

En las investigaciones de la Dra. Sánchez Aragón y Martínez Cruz (2014) se encontraron cuatro fases dentro de este duelo romántico:

- *Negociación
- *Hostilidad
- *Desesperanza
- *Pseudoaceptación

Debido a que las respuestas emocionales pueden ser complicadas, las personas llegan a experimentar las etapas de manera simultánea, avanzar o retroceder en estas o incluso saltarse algunas.

Algunos de los sentimientos, emociones y conductas presentes en las distintas etapas son los siguientes:

Sensaciones físicas: ataques de pánico, fatiga, ansiedad, debilidad muscular, vacío en el estómago, etc.

Emociones: culpa, desamparo, tristeza, impotencia confusión y enojo.

Pensamientos: inseguridad, incapacidad, obsesión y rumiación.

Conductas con llanto, alteraciones del sueño o alimentación, hiperactividad, aislamiento social, conducta distraída y la búsqueda de la pareja.

La elaboración del duelo puede tener dos resultados: la adecuada da lugar a un enriquecimiento personal, un crecimiento individual y psicosocial; la inadecuada puede generar problemas para el desarrollo a nivel psicológico, biológico y psicosocial y derivar en alguna forma de duelo patológico.

* **Psicóloga del CNDEE**

Sexo, sin lágrimas y sin pudor



Gabriela Jiménez V.

Tras la llegada de los hijos

Cuando se forma una relación de pareja y se planea tener hijos, surge un proyecto de vida basado en los deseos y expectativas de cada uno; pero no siempre van en el mismo sentido, o la realidad es otra.

La llegada de los hijos demanda tiempo de ambos, más de la madre por ser la cuidadora primordial para el desarrollo del bebé. La parte que le toca al padre no es menor, es la económica y también dar tiempo al hijo.

Este cambio que sufre la pareja los lleva a una sobrecarga tensional, no hay un descanso adecuado, hay dudas y miedos con respecto al cuidado del bebé, y esto los lleva a estar poco tolerantes y tensos con la pareja.

Este periodo de crisis puede conducir a afianzar la relación con el aprendizaje de nuevas formas para resolver conflictos y expresar emociones, sin agredirse o culparse. Es importante la asesoría psicológica en este aprendizaje.

Pero en todo este proceso, es fundamental no descuidar la vida sexual, algo que lamentablemente pasa a segundo o tercer plano de importancia. El cansancio, los cambios hormonales y físicos de la mujer llevan al desinterés en el tema. El hombre cae en la sensación de abandono, de poco reconocimiento en lo que hace y en su aportación a la familia. Así, se crea una serie de interpretaciones que desembocan en fantasías de desamor.

La crisis en este punto conlleva a pensar, en muchas ocasiones, si es válido continuar en la relación, y la respuesta común es "me quedo por los hijos". Esta visión de sacrificio no resuelve nada, solo aumenta la frustración y el enojo. Lo mejor es quedarse por la pareja, por los planes de vida que hicieron con amor y emoción.

Los hijos no deben convertirse en un lazo que apriete y asfixie, sino que una los existentes desde el inicio de la relación.

La vida es un constante cambio; adaptarse a estos procesos ayuda a encontrar la felicidad.



LOXcell[®] NF

Reg. No. 372M2007 SSA VI

Reg. No. 188M2013 SSA VI



PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES. SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.

Agustín Portillo Lozoya, el pintor irreverente

Juan Manuel Rentería

Agustín Portillo Lozoya nació en la Ciudad de México el 29 de noviembre de 1960. Desde los 9 años le gustaba pintar, por lo que su padre lo obligó a que estudiara pintura. Agustín rechazó esa obligatoriedad y abandonó los pinceles.

Decidió estudiar Ciencias Políticas, pero sorpresivamente dejó la carrera cuando descubrió que la pintura era, en efecto, su verdadera vocación. Tenía 21 años. Sus obras pictóricas impactaron favorablemente entre los críticos de arte.

-¿Cómo explicar tu inicial rechazo y posterior gusto hacia el arte de pintar?

-Cuando te obligan a algo, hay un natural rechazo, por eso dejé de pintar durante tres años entre los 15 y 18 años, y sorpresivamente regresé a pintar por vocación, no por obligación.

-¿En qué momento dejaste la universidad para reconciliarte con la pintura?

-A los dos años de la carrera, con muy buenas calificaciones, además estaba yo becado por la Universidad.

Fue en la galería Arvil donde montó su primera exposición, muy exitosa. En 1988, expuso su obra “Ánimas y exánimas”, y vendió toda la colección.

-Eso no es nada fácil

-Pues, los directores de la galería me comentaron que solamente habían comprado una colección completa a Rufino Tamayo y a Francisco Toledo.

En 1990, decidió involucrarse en el activismo político para defender los derechos de los artistas. Junto con otros pintores, escultores, grabadores, fotógrafos, escritores y caricaturistas, se manifestó en contra del sistema de becas de Conaculta, que injustamente asignaba las becas vitalicias a personajes muy famosos y adinerados, quienes no las necesitaban, como Octavio Paz, Legorreta, González de León y Francisco Toledo. En ese entonces, el monto de cada beca era de 45 mil pesos mensuales.

-¿Qué lograste con esa lucha social?

-Nos unimos entre 70 y 90 artistas, entre escritores, críticos, curadores, fotógrafos, grabadores y caricaturistas para manifestar nuestra inconformidad y pedir que suprimieran esas becas. Propusimos que los mismos artistas rechazaran esas becas, solo nos hizo caso el arquitecto Abraham Zabludovsky,

quien donó su beca a jóvenes arquitectos para que estudiaran en Israel.

Agustín Portillo se convirtió en enemigo del régimen que encabezaba Vicente Fox, a quien calificó de mentiroso por no cumplir su promesa de ayudar a los exponentes del arte y la cultura. Portillo fue extraditado a Estados Unidos, donde su obra pictórica resultó muy elogiada.

Fue entonces cuando Portillo pintaba rostros desfigurados de los personajes de la alta burguesía. Su novedosa técnica expresionista gustó mucho y fue expuesta en varias salas de Chicago y de otras ciudades norteamericanas. Después de cuatro años de haber sido deportado a Estados Unidos, regresó a México.

-¿Por qué te dicen ‘el pintor irreverente’?

-Porque no me callo, porque hago las denuncias, porque no me he dejado comprar y por las novedades que imprimí a mis pinturas.

-¿En qué consisten?

-Distorsiono los rostros en una técnica que llamo “tumorismo”, y plasmó tumores en la cara de los personajes que dibujo. En la serie América, donde expuse estas pinturas con protuberancias, presenté la cara del pintor José Luis Cuevas, y fue muy exitosa”.

-Tus obras han causado airadas protestas también

-Sí, por supuesto, esta serie en México ha causado inconformidad.

Su pintura lo mismo gusta que disgusta. Recientemente inició la colección pictórica “Infancia interruptus”, donde plasma el sufrimiento en que viven miles de niños víctimas del hambre, la explotación, guerra, prostitución, abuso sexual y violencia.

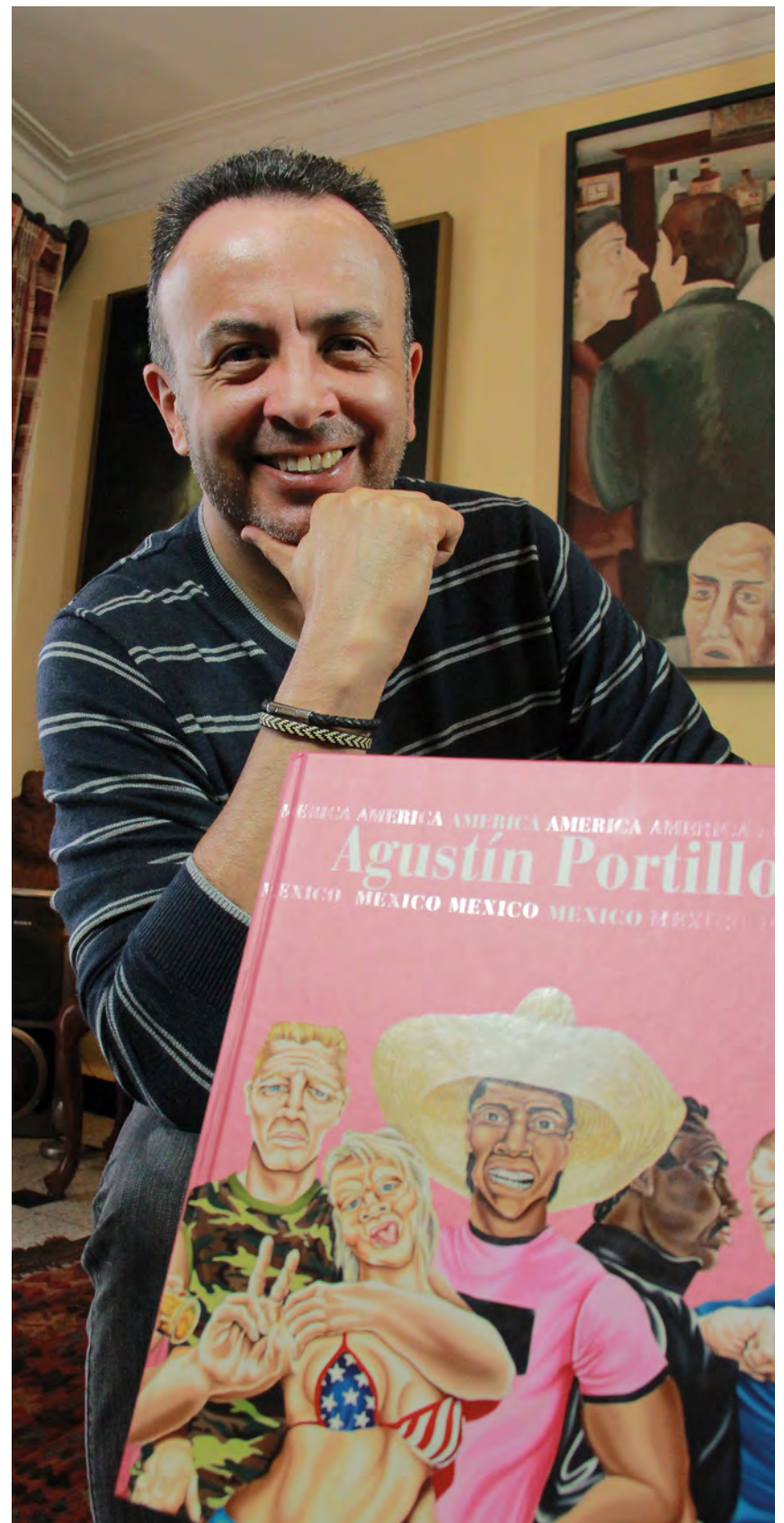
Agustín Portillo ha expuesto en galerías y museos de México, Estados Unidos y Europa.

-¿A dónde piensas llegar con la colección “Infancia interruptus”?

-Estamos en contacto con la Unicef para llegar al mayor número de personas y tomar conciencia de que debemos cambiar la realidad de estos niños.

-¿Vas a seguir con tus protestas en la pintura aunque te vuelvan a meter a la cárcel?

-La cárcel no me atemoriza, me pueden poner una pistola y dispararla, no me interesa, a mí lo que sí me interesa, es que merecemos un México mejor, diferente al que tenemos.



COFEPRIS: 163300201B3364 Consulte a su médico. El producto debe acompañarse con dieta y ejercicio.

Este año sí cumpla

ORLISTAT

60mg

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

farmaciassimilares.com

f t y i

Algoritmos

Alejandra Cervantes

México evoluciona en el ámbito digital, y el internet se ha convertido en un parteaguas en la vida nacional: ha cambiado los hábitos de 43 % de los usuarios.

Observe usted:

- Tiempo promedio conectado en la red: 8 horas con 12 minutos, 11 más que en 2017.

-El 53 % de los internautas prefiere ver películas o escuchar música en línea, en lugar de hacerlo en DVD o CD.

-El 46 % opta por hacer sus movimientos bancarios en internet.

-Casi 4 de cada 10 mexicanos conectados solicitan transporte particular por medio de aplicaciones.

(Estudio de Hábitos de los Usuarios de Internet 2018, Asociación de Internet.mx)

Pero en este vaivén de usos que le damos a la red, hay un área de gran desarrollo: las relaciones personales. Mediante cientos de aplicaciones, los mexicanos buscan diversión, amistad y amor en sus dispositivos móviles.

De acuerdo con la Asociación de Internet.mx, 40 % del tiempo que los mexicanos utilizan para estar conectados lo dedican exclusivamente al uso de alguna red social, y 1 de cada 10 busca pareja en este mar de posibilidades.

"Personas que tal vez no se hubieran conocido de otra manera por estar remotamente distantes, lo han logrado gracias a la tecnología. El buscar pareja en línea es un fenómeno mundial", afirma Enrique Culebro, presidente de la Asociación de Internet.mx.

En promedio, cada usuario en México utiliza cinco redes sociales, siendo Facebook la fa-

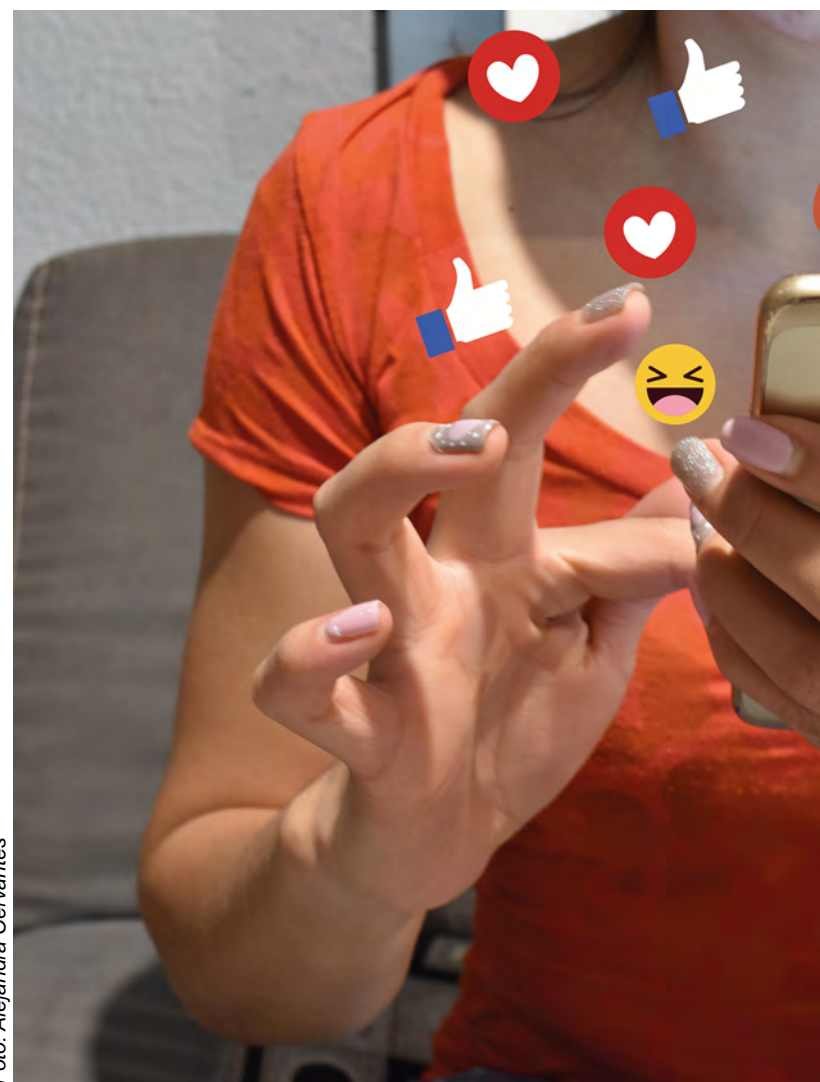


Foto: Alejandra Cervantes

vorita. Mientras, solo 1 % no se encuentra inscrito en ninguna. Otras aplicaciones, como Tinder, Grindr, o Scruff, con más de 100 millones de usuarios alrededor del planeta, conectan gente con intereses y gustos similares.

Sin embargo, no todo es miel sobre hojuelas. Ya que, de acuer-

do con especialistas, la ciencia de "ligar" o enamorarse digitalmente conlleva más que textos e imágenes, y limita la comunicación entre los vinculados.

Eduardo Araiza, psicoterapeuta Gestalt explica que 75 % del lenguaje de los seres humanos no es verbal. Señas, gestos y movi-

El 37 % de los internautas mexicanos aún prefiere conocer gente de manera tradicional

de amor

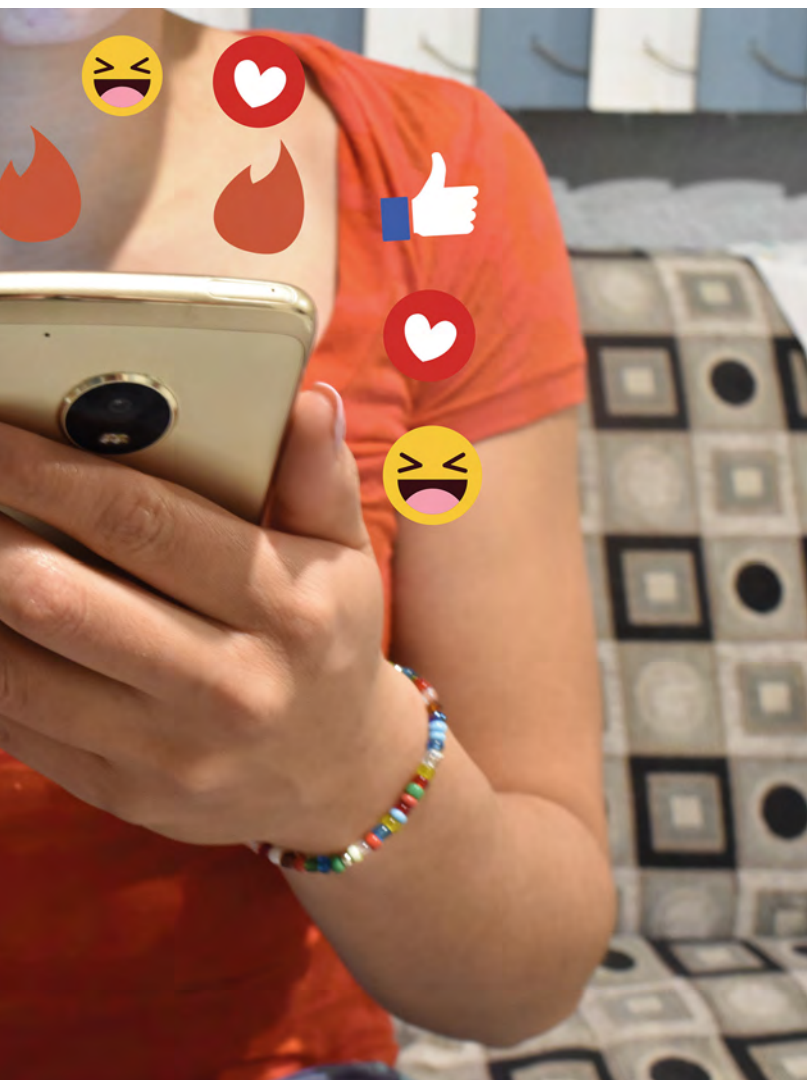


Foto: Cortesía

Eduardo Araiza, psicoterapeuta Gestalt



Foto: Cortesía

Enrique Culebro, presidente de la Asociación de Internet.mx

mientos corporales son parte de nuestra comunicación, los cuales nutren y complementan los mensajes.

“Cuando establecemos lazos a través de una aplicación no recibimos información extra de la persona.

Nuestra comunicación es limitada y comenzamos a generar expectativas a raíz de fotografías

y textos que podemos ver en las redes sociales”.

Asimismo, cada vez que hacemos contacto físico con otra persona, el cuerpo produce oxitocina, llamada “hormona del amor” o “del abrazo”, la

cual genera beneficios al cuerpo. Este contacto es fundamental en el ser humano para crear

Del tiempo que ocupan los mexicanos en internet, el 40 % es utilizado en redes sociales

vínculos efectivos, por lo que, el contacto digital, por sí solo, es deficiente.

La seguridad de los usuarios es otro ámbito en tela de juicio. Compartir fotografías y datos personales puede poner a los conectados en situación vulnerable si no se hace un uso correcto de las aplicaciones móviles.

“Cualquier tecnología puede representar un potencial riesgo en esas condiciones. Esto se resuelve con la educación del usuario. La tecnología, en sí, no

causa riesgo, este lo provocan quienes usan estas herramientas para los fines que no son los destinados”, indica Culebro.

Sin duda, las aplicaciones sociales y la posibilidad de acercarnos a más personas desde la comodidad del hogar, es una opción para establecer vínculos que nutran nuestro entorno, y no para sustituir a los que tenemos cerca.

Así lo demuestra 37 % de la población mexicana conectada que, a pesar de la infinita variedad de aplicaciones que existen para tener citas, prefieren conocer gente de manera directa.

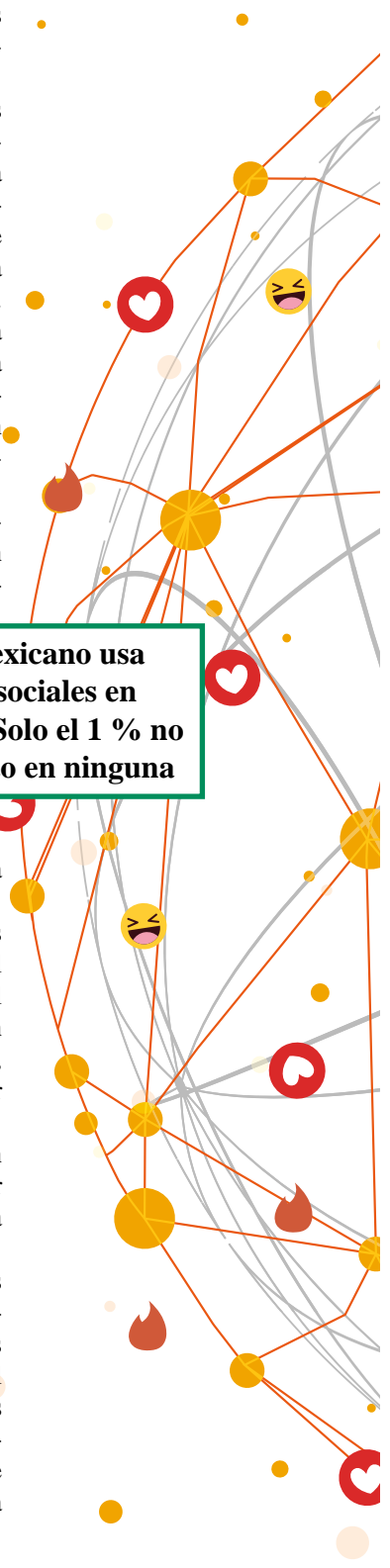
“Necesitas saber que las aplicaciones y redes sociales son una herramienta que no solucionará las cosas; además, tienes que ser coherente con lo que presentas en la aplicación o el medio digital y lo que eres en realidad”, subraya Eduardo Araiza.

Las posibilidades que nos brinda internet son inmensas. El futuro de la convivencia digital normalizaría la comunicación constante con los seres queridos, las relaciones a distancia y estar más conectados con el entorno.

La oportunidad está en aprender a usarlas para explotar sus beneficios en pro de la vida laboral, social y educativa.

“México cada vez está más conectado y se aprovecha mejor la tecnología; pero debemos entenderla, sacarle jugo y que el fin último sea el tener relaciones reales, cercanas, físicas. El propósito es hacer una sinergia entre dos vertientes, la digital con la personal”, puntualiza Culebro.

Cada mexicano usa 5 redes sociales en promedio. Solo el 1 % no está inscrito en ninguna





Precio resto de la república
\$94.00
Precio zona fronteriza zona norte* \$88.00

Crema corporal
DERMOCOSMÉTICA
pH
NATURAL

- Hidratación por 24 hrs.
- Con vitamina E.
- Hipoalergénica.

Piel normal y sensible
Cont. Neto 250 ml.

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

Higiene es salud.
*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.
Vigencia al 28 de febrero de 2019.



QUIMIKAN
BENZOCAINA
Solución
200 mg / 1 mL

BENZOCAÍNA
Solución bucal c/aplicador 10 ml 200 mg / 1 ml

Precio máximo al público \$190.00
Precio Farmacias Similares®
\$117.00

*Si persisten las molestias, consulte a su médico.

Vigencia al 28 de febrero de 2019.

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

Un poeta con estrella y estrellado

Armando Ramírez

Hay poetas que nacen con estrella y su memoria persiste por los siglos, como Manuel Acuña. La leyenda dice que se suicidó por un amor no correspondido, el de la bella Rosario de la Peña, quien trajo de un ala a las mentes más brillantes de la cultura en México, en el siglo XIX. Algunos de sus enamorados fueron Ignacio Ramírez el Nigromante, el cubano José Martí y Manuel Acuña.

Ella vivía donde ahora se encuentra el Palacio de las Bellas Artes; ahí, escritores tomaban chocolate o té en animadas tertulias literarias, pero solo Manuel Acuña se deprimía ante los desdenes de Rosario.

El poeta coahuilense era un pobre estudiante de medicina, se hospedaba en los cuartos de esa antigua escuela, en la plaza de Santo Domingo, habitaba el número 14, donde vivió el novelista Juan Díaz Covarrubias, a quien Acuña llamó el "poeta mártir", pues encontró la muerte en la batalla de Tacubaya, fusilado por los conservadores.

Acuña padecía depresiones constantes y su pasión era ligarse a mujeres poetas o jovencitas lavanderas, como dos de sus amantes, y sostenía relaciones con ellas al mismo tiempo que pretendía a Rosario. A ella le atraía; sin embargo, no quiso dar su brazo a torcer.

Un día, ella le confesó estar embarazada, y él decidió suicidarse con cianuro. Lo encontró muerto su amigo Juan de Dios Peza, quien escribe una crónica al respecto.

Peza describe a la multitud que se arremolinó en la plaza de Santo Domingo. Como si hubiera sido la muerte de Jim Morrison o Pedro Infante, la gente lloraba y recitaba sus poemas, entre ellos, el Nocturno a Rosario: "Pues, bien, yo necesito decirte que te adoro...". Y los versos premonitorios: "¡Adiós por última vez, amor de mis amores;/ luz de mis tinieblas, la esencia de mis flores;/ mi lira de poeta, mi juventud, adiós!". El poeta atormentado murió cuando tenía 24 años. ¡Ay, ojitos pajaritos!

TESTOSTERONA
SOLUCIÓN INYECTABLE
250 MG / 1 ML

Precio máximo \$352.00
PRECIO FARMACIAS SIMILARES®
\$189.00

Su venta requiere receta médica.
Vigencia al 28 de febrero de 2019.
Reg. No. 47334 SSA IV

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO®

MONUMENTO A LA REVOLUCIÓN

Referente de la Ciudad de México

Un 30 de enero de 1904 se firmó el contrato para edificar este monumento, originalmente concebido como Palacio Legislativo Federal. Conoce su historia en el marco de sus 115 años de existencia.



Palacio Legislativo Federal

Fue la primera intención que tenía Porfirio Díaz para celebrar el centenario de la independencia mexicana.

Émile Bénard

Arquitecto francés a quien le encargaron la construcción del Palacio Legislativo en 1904.

El movimiento revolucionario y la falta de recursos

hicieron que los trabajos se detuvieran en 1912.

Carlos Obregón Sancilla

Arquitecto mexicano que rescató la estructura para aprovecharla en un monumento, el cual concluyó en 1938.



Estructura

- Cuenta con una cúpula doble de 80 metros de diámetro.
- Se sostiene por cuatro columnas que representan a independencia, la ley agraria, la ley obrera y las leyes de reforma.
- Sirve de mausoleo, pues resguarda los restos de Francisco I. Madero, Venustiano Carranza, Francisco Villa, Plutarco Elías Calles y Lázaro Cárdenas.

20 años se abandonó el proyecto



Museo Nacional de la Revolución

Exhibe más de 400 piezas relacionadas con esta etapa de la historia mexicana y es uno de los pocos recintos en el mundo que puede ser explorado en su totalidad.

¿SABÍAS QUE...

desde 2015, los turistas pueden acceder al Monumento y el recorrido incluye la cimentación, las columnas, el mirador y las linternillas? cuenta con un elevador de cristal que permite una vista de 360 grados de la ciudad, a 65.7 metros de altura.

Fuentes: NTX Cultura, cdmx.gob.mx, mmm.mx, wradio.com.mx. Investigación, redacción: Marisela Miranda. Edición: Emanuel Ávila y Jennifer Rosado. Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoría.

¿Qué tanto sabes de español?

Esta vez, van algunas perlas pescadas en los diferentes espacios noticiosos y de anuncios de la televisión mexicana. Sirvan para no repetir esos garrafales errores y aprender a expresarnos con propiedad.



1. "Compras de pánico" (muy repetida con motivo de la tragedia huachicolera de Tlahuelilpan, Hidalgo).
2. "Pronósticos del tiempo" (escuchada todos los días con guapas conductoras).
3. "Se roban lo que no es suyo" (lo dicen los irreflexivos conductores cuando se refieren a los pobladores que se llevan ilegalmente la gasolina).
4. "Encabeza el primer lugar" (otra barbaridad de los noticieros deportivos)
5. "Previa cita" (lo vemos en anuncios).

fegutierrezp@gmail.com

Respuestas:

1. El pánico no se compra. No vamos a una tienda y decimos: "Deme un kilo de pánico". En todo caso, son compras desesperadas o causadas tras el pánico de algún suceso.
2. El tiempo no se pronostica, son las variantes del clima lo que se vaticina. Son asuntos muy diferentes. Pregúntele a Einstein.
3. ¿Acaso robar no es apropiarse de lo ajeno?
4. Si lo encabeza es que va en primer lugar. No son necesarios más comentarios.
5. Si hacemos una cita, siempre será antes. Las citas posteriores, no existen.

Un producto de **GEL**
pharma[®]
INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA

¿CON LA INFLAMACIÓN TE SIENTES COMO GLOBOS?



Dile **adiós** a

- La inflamación
- Gases
- Malestar intestinal

Causados por la colitis y el síndrome de intestino irritable.



Si la vida no para, tú tampoco.

De venta en farmacias Similares

 nesajar www.nesajar.com

El uso de este producto solo alivia las molestias, síntomas o malestares, no cura enfermedades. Permiso COFEPRIS 1833002TIB0393

El volei, por un boleto a Tokio

Las selecciones varonil y femenil de México disputarán en Rusia el Torneo de Clasificación Olímpica Intercontinental de Voleibol de Sala de la FIVB.

Será a partir de agosto, que los equipos nacionales participen en este certamen, cuya meta es conseguir el pasaporte a los juegos olímpicos de Tokio 2020.

La Federación Internacional de Voleibol (FIVB) dio a conocer que luego de analizar cada una de las ciudades aspirantes, se determinó elegir a aquellas con mejor calidad de organización para el certamen de mayor relevancia de este año.

Así, los concursos femeninos se disputarán del 2 al 4 de agosto y serán seguidos por los torneos masculinos del 9 al 11 del mismo mes.

En el sector femenino, la escuadra nacional, que contará con las internacionales Samantha Bricio y Andrea Rangel, fue colocado en el Grupo E, junto con Rusia, Corea y Canadá. En tanto el masculino fue instalado en el pelotón E, al lado de Rusia, Irán y Cuba.

De acuerdo con este proceso selectivo, las selecciones ganadoras de cada grupo (seis en cada rama) jugarán en formato de round-robin en agosto y se unirán al anfitrión, Japón, en los Juegos Olímpicos Tokio 2020.

Sin embargo, aquellas representaciones que no logren su objetivo en el torneo Intercontinental podrán seguir con su misión en enero de 2020, con cada una de las cinco confederaciones continentales que organizarán su propio certamen.

Casi listo el Salón de la Fama del Beisbol

Las obras de construcción del nuevo Salón de la Fama del Beisbol Mexicano, al interior del Parque Fundidora, fueron supervisadas por el empresario Alfredo Harp Helú. El recinto será inaugurado el 20 de febrero.

Durante el recorrido, Harp Helú elogió la mano de obra de quienes laboran en la construcción del nicho beisbolero que rendirá tributo a jugadores, entrenadores, árbitros, dirigentes y cronistas.

“Agradezco a todos los que participaron en este majestuoso inmueble. Cuando trabajamos todos juntos, México es un verdadero campeón”.

Este salón volverá a abrir sus puertas después de ocho años, cuando el 25 de agosto de 2011, el entonces presidente de la Liga Mexicana de Beisbol, Plinio Escalante, informó que las instalaciones cambiarían de sede, debido a que el patrocinador, Cervecería Cuauhtémoc Moctezuma-Heineken, decidió cerrarlo.



Foto: FAHHO



Listo, el calendario del Tri

Como parte de su preparación para disputar la Copa Oro, la Selección Nacional de México enfrentará a Venezuela, el miércoles 5 de junio, en Atlanta, Estados Unidos.

Este será el tercer duelo del Tri bajo el mando del técnico argentino Gerardo Martino, luego de los juegos ante Chile y Paraguay, en marzo próximo.

El encuentro con Venezuela se desarrollará en el estadio Mercedes-Benz y será de preparación para encarar la Copa Oro, la cual comenzará el 15 de junio y donde México buscará recuperar la hegemonía del área.

La escuadra nacional se verá las caras con Chile, el 22 de marzo, en San Diego, California, y el 25 contra Paraguay, en Santa Clara, California.



ETERNAL SECRET®

**Polvo compacto
tono medio FPS 50**

Precio zona fronteriza norte*
\$121.00

Precio resto de la república
\$129.00



**Polvo compacto
tono claro FPS 50**

Precio zona fronteriza norte*
\$121.00

Precio resto de la república
\$129.00

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO®

Vigencia al 28 de febrero de 2019.
Cofepis: 143300202D0226.

Salud es belleza.

*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.



Foto: Notimex

Oootra vez...

Fernando Gutiérrez

Y aquí vamos de nuevo.

Desde que se fundó (1927), la selección mexicana de fútbol ha tenido 43 entrenadores, sin ningún logro valioso.

La gran mayoría de los técnicos han sido mexicanos, pero también ha tenido a los siguientes extranjeros: César Luis Menotti, Cayetano Rodríguez, Ricardo La Volpe y Gerardo Martino (Argentina), György Orth y Árpád Fekete (Hungría), Juan Luque de Serrallonga y Antonio López Herranz (España), Juan Carlos Osorio y Luis Pompilio Páez (Colombia), Alfred Crowle (Inglaterra), Bora Milutinovic (Serbia), Ricardo Ferretti (Brasil) y Sven-Göran Eriksson (Suecia).

De ellos, destacan Manuel Lapuente, por ganar la Copa FIFA

Confederaciones 1999; Miguel Mejía Barón y Javier Aguirre, por el subcampeonato de la Copa América en Ecuador 1993 y Colombia 2001; Raúl Cárdenas y Bora Milutinovic, por su trabajo en los Mundiales de 1970 y 1986, respectivamente, aunque les ayudó el ser anfitriones. Nada para la historia.

El primer entrenador en la historia del Tri fue el mexicano Adolfo Frías Beltrán. Y el que más veces ha dirigido a la selección es Ignacio Trelles, con 106 partidos. Mientras, Bora Milutinovic ha sido el de más victorias: 54. Tampoco, nada digno de escribir a casa.

Y lo más reciente: El colombiano Juan Carlos OSO-rio clasificó a la selección a Rusia 2018 y entró a la historia como el cuarto extranjero

en lograrlo. En Rusia vino su gran triunfo contra Alemania, pero luego, el abismo y la nada, como siempre.

Ahora es el presente del argentino Gerardo Martino.

Entonces, brotan las preguntas: ¿El problema en la selección ha sido el técnico o los jugadores? ¿Es cosa de mentalidad, complejos, inferioridad técnica? Esbozamos una teoría: cualquiera puede nacer en México, pero no sentirse mexicano. Es decir, no vemos identidad ni orgullo de pertenencia en los jugadores. En pocas palabras, no se la "parten" en la cancha a la hora buena. Solo van por los billetes.

Entretanto, esperamos otro Mundial. Aquí vamos de nuevo, a tejer sueños y más sueños...

fegutierrezp@gmail.com



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

Jalisco, también en beisbol

En Jalisco no solo hay futbol, también beisbol y del bueno, tanto que los Charros recientemente se coronaron en la Liga Mexicana del Pacífico, tras ganar en seis juegos a los aguerridos Yaquis de Ciudad Obregón.

Sobran razones para felicitar a sus directivos, pues han logrado darle estabilidad al equipo en una entidad donde muchos pensaron que el Rey de los Deportes no tenía futuro.

Seguramente que a los aficionados de toda la república

nos dio un gran gusto ver que, durante los cuatro encuentros jugados en casa, los ahora campeones Charros de Jalisco tuvieron parque lleno y un ambiente de maravilla.

Aliciente adicional para el equipo jalisciense, es que por primera vez ganó el derecho de participar en la Serie del Caribe 2019.

Como se sabe, el equipo que resulta campeón de la Liga Mexicana del Pacífico, gana el derecho de participar en

el torneo caribeño; pero por el cínico dictador Nicolás Maduro, hubo la necesidad de retirar la sede del evento a Barquisimeto, Venezuela.

En virtud de que Panamá salió al rescate, la Serie del Caribe 2019 no fue cancelada, y los de casa Toros de Herrera dio a los panameños su segundo título en la Serie del Caribe de beisbol, al derrotar en la final por 3-1 al equipo cubano Leñadores de Las Tunas, donde Charros de Jalisco terminó cuarto.

Gracias, Lainez

Fernando Gutiérrez

En México, las cosas estás así: más de la mitad de la población se dedica al comercio informal; unos 60 millones viven con algún grado de pobreza; 4 de cada 100 hombres y 6 de cada 100 mujeres de 15 años y más no saben leer ni escribir; 1 % de la población acumula el dinero que podrían producir 95 % de los mexicanos, en tanto dos terceras partes de los bienes y propiedades del país –tierras, empresas, explotaciones mineras o activos financieros–, se concentran en las manos del 10 % de los más adinerados.

Más claro: somos el país número 20 con más millonarios del mundo; pero también el décimo quinto donde existen más miserables, sobre todo, con problemas para alimentarse dignamente.

Tal panorama nos servirá para entender mejor la euforia que despertó la exportación del juvenil futbolista Diego Lainez, ahora examericanista, quien se convirtió en el jugador número 50 que el balompié nacional coloca en Europa.

Lainez es el traspaso más caro en la historia del futbol mexicano: el Betis pagó casi 15 millones de euros por sus derechos.

El jugador mexicano por el que un club del exterior había desembolsado más era Héctor Herrera, ex del Pachuca: 11 millones de euros del Oporto, en 2013.

A Lainez le queda un récord por romper: el mexicano más caro de la historia aún es Raúl Jiménez, por quien el Benfica pagó 22 millones de euros al Atlético de Madrid, en 2015.

Ahora bien, Lainez, centrocampista zurdo, de apenas 18 años, es una promesa, tiene facultades, pero aún tiene mucho que aprender. Hay que esperar. Debe ganar fuerza física para compensar su baja estatura y depurar su técnica.

Fue descubierto por el argentino Ricardo Antonio La Volpe, en 2017. Tenía 16 años cuando debutó en la Primera División. Es rápido en el regateo y sueña alto. Es entrón, va a todas, aunque un tanto desbocado, producto de su juventud y sed de triunfo.

Lainez comienza un sueño en el Viejo Mundo. Pero aquí muchos ya lo ven como el Messi mexicano. Tranquilos, calma. Aún no cuaja. Cosa de tiempo.

Mientras, los fanáticos desbordan su emoción. ¿Saben por qué? Ellos y todos nosotros estamos ansiosos de buenas noticias, no importa que sean futboleras.

Se entiende: estamos hartos de los noticieros sangrientos, entre femicidios, secuestros, asaltos, explosiones huachicoleras...

Gracias, Diego Lainez. Ya se nos había olvidado festejar algo...

fegutierrezp@gmail.com



Foto: Notimex



Cine +

Ivan Cruz Mejía
ivancruzmejia@gmail.com

Roma

En los últimos meses se ha generado otro caso particular relacionado con una película, su distribución y el gusto de esta entre la gente. *Roma* (2018), escrita y dirigida por Alfonso Cuarón, ha logrado atraer las miradas de los medios de comunicación y el público en general.

El aspecto interesante de esto es la recepción que ha tenido entre los cinéfilos. Presenciamos otro ejemplo del poder de la sobreexposición de un producto en los medios y la necesidad de algunos espectadores por sentirse parte de un acontecimiento popular.

La propuesta audiovisual del realizador pasa a segundo plano, se eclipsa por el placer de comentarla en los cafés, o que se obtuvo alguno de los escasos boletos para acceder a una de las pocas salas de cine que proyectaron esta película antes de su estreno masivo en Netflix. Si la vio en la pantalla grande, como recomendaba el realizador, ya usted era parte de un selecto grupo de cinéfilos.

El trabajo del director está anclado a una serie de eventos y personajes que mantienen una estrecha relación con su pasado. Es una propuesta de cine de autor que le permite alejarse de las convenciones establecidas por los géneros cinematográficos, otorgándole la libertad necesaria para reforzar esta historia personal.

En el transcurso de este mes se realizará la entrega del Óscar, en la que seguramente se llevará una estatuilla más Alfonso Cuarón. Automáticamente, decenas de medios de comunicación publicarán lo orgullosos que "estamos" por esta película y lo alto en que Cuarón ha puesto el nombre de México. Algunos, como *Sopitas*, se aventurarán a decir que estamos viviendo una época dorada del cine mexicano.

Lo único que puedo decir es que valdría la pena volver y analizar los números de las otras películas que se producen. Esas que no tienen los reflectores de los medios, ni el dinero de Netflix. Esas que, en ocasiones, no logran ver la oscuridad de una sala de cine y que algunas de ellas también merecen premios y, principalmente, nuestra atención.

YA CONTAMOS CON



SUBSALICILATO DE BISMUTO*

118 ml

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$49.00

- Acidez
- Indigestión
- Diarrea



farmaciassimilares.com

*Si persisten las molestias consulte a su médico. Vigencia al 30 de abril de 2019.

De venta en



Dr. Simi®

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"





Foto: Tania Elias

Kalimba, vocero del amor

Tania Elias

Una carta cargada de sentimientos acumulados fue la materia prima para crear *¿Dónde está el corazón?*, nuevo sencillo de Kalimba, disponible en todas las plataformas digitales.

Para este artista, entonar sus melodías es un recorrido de personajes, personas y, sobre todo, de exnovias, pues considera que la clave para cantar es sentirse identificado con las emociones, no importa si viviste algo o no.

“Hasta hoy, no he podido componer una canción de algo con lo que no me identifique. El chiste es realmente sentirlo, por eso hice dos canciones que son vivencias personales: *Tocando fondo* y *Duele*”.

Divertido, afable y con su sonrisa encantadora, su sello personal desde que se inició en el mundo del espectáculo a la edad de 2 años, el cantante se autotituló “vocero de las emociones”, pues considera que tiene la responsabilidad de decir lo que él y millones de personas sienten.

“Tu música se convierte en una responsabilidad, sin ser una carga, sin ser políticamente correcta. Es importante saber cómo cuidar con tus melodías los corazones de las personas que lo están viviendo y las que lo puedan vivir”.

Después de tanto sufrimiento, de haber amado tantas veces y de hacer un breve recorrido por su pasado, el cantante de *Se me olvidó* dice que el dolor es parte de la vida cotidiana,

al igual que las buenas experiencias; por ello, considera que para superar los problemas debe tenerse una fuerte relación con Dios y no dejar pasar el momento por dudas o miedo.

Ahora, con *¿Dónde está el corazón?*, Kalimba conmueve a su público con una balada pop, inspirada de un amor que conoció tiempo atrás en *La Voz Perú* y que nunca pudo florecer por miedo a intentar algo.

Los toques de la guitarra acústica plasman el dolor de una pérdida, de aquello que no se puede recuperar, y logra que el público se identifique no solo con la letra, sino también con la música.

Aunque esta canción profundiza en los sentimientos, el cantante, de 36 años, considera que *Nunca sabrás*, de su álbum de 2007 *NegroKlaro*, es su predilecta porque, además de ser muy triste, fue la primera vez que la escribió por alguien.

“Antes le cantaba al amor, a la vida, pero con *Tú sabrás*, yo le escribí a alguien que tenía nombre y apellido. Como fue la primera vez, creo que encontré una fórmula y dije que iba a ser honesto con mi corazón, por eso empecé a escribir de esa forma”.

Finalmente, y con los sentimientos a flor de piel, Kalimba invita a su público a ver su video musical, el cual se estrenó el 31 de enero en su página de YouTube y tiene más de 500 mil reproducciones.

Memorias de un poeta

Tania Elias

José María Napoleón es un poeta que convierte las vivencias en rimas, las palabras en estrofas y la música en emociones.

Desde octubre de 1969, cuando grabó su primer material, hasta su disco titulado *El Poeta de la Canción*, el ganador del OTI 1977, ha recorrido en casi 50 años de trayectoria, un sinfín de experiencias que han marcado su carrera.

“Un día, grababa *‘era la mar, la mar, la mar y yo el navegante’*, y no sabía que estaba en el estudio Alberto Aguilera, mejor conocido como Juan Gabriel. Cuando salí, lo saludé y me preguntó: *‘¿Por qué dices eso de era la mar? ¿No puedes expresar no tengo dinero, ni nada que dar?’*”, cuenta con alegría.

Las historias que plasma en sus composiciones son experiencias que ha visto a lo largo de sus 68 años de edad, las cuales lo definen como un hombre cálido. “Conozco las historias. Vivo las canciones, me comprometo con ellas y me duelen”.

Con influencia de cientos de libros de poesía que lo inspiran a crear obras llenas de emotividad y ensimismado en sus recuerdos, dice que no se debe caer en la rutina; en aquel hábito que lo destroza todo.

“El día que todo sea igual, ya no tendrá la misma esencia. Es como amar a una mujer, nunca debe ganar la costumbre, pues, aunque se bese la misma boca, debe ser de manera distinta, con tanto amor, con tanto respeto”.

Estas memorias, convertidas en baladas, serán entonadas este 21 de febrero a las 20:30 horas, en una noche única, donde el “Poeta de la canción” enamorará una vez más a los espectadores, en el Auditorio Nacional, con temas como *El Grillo*, *Pajarillo*, *Vive* y melodías nuevas de su más reciente material discográfico, acompañados por el Mariachi Imperial Azteca y un cuarteto de cuerdas.

Finalmente, el artista oriundo de Aguascalientes, reconocido con el Premio a la Excelencia Musical por la Academia Latina de la Grabación, no dio detalles de que esta sea su última producción o de querer alejarse de la música, pues eso siempre formará parte de su alma. “Los compositores no se acaban con un disco, se terminan cuando la vida para su corazón”.

Si quiere disfrutar de la entrevista completa, no se pierda *Siminota Musical*, los miércoles, a las 00:30 horas, por Azteca 7.



Foto: Tania Elias



Condomes

ALFA[®]

Explota
tu instinto



alfaformen.com

 /AlfaForMenOficial  /AlfaForMenOficial

Prevención es salud.
Vigencia del 1 de febrero al 31 de marzo de 2019.

De venta exclusiva en



Dr. Simi

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO[®]