

SIMINFORMA

Por Un País **Mejor**®

siminforma.com / Abril 2019 / Núm. 444 / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



Niños con mucho genio



Fotos: cedat.com.mx

pp. 10 y 11

Explota tu instinto





Colillas, enemigo letal del medioambiente

Alejandra Cervantes

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, alrededor de 7 millones de personas en el planeta mueren al año por el consumo de tabaco, y uno de cada dos niños es fumador pasivo.

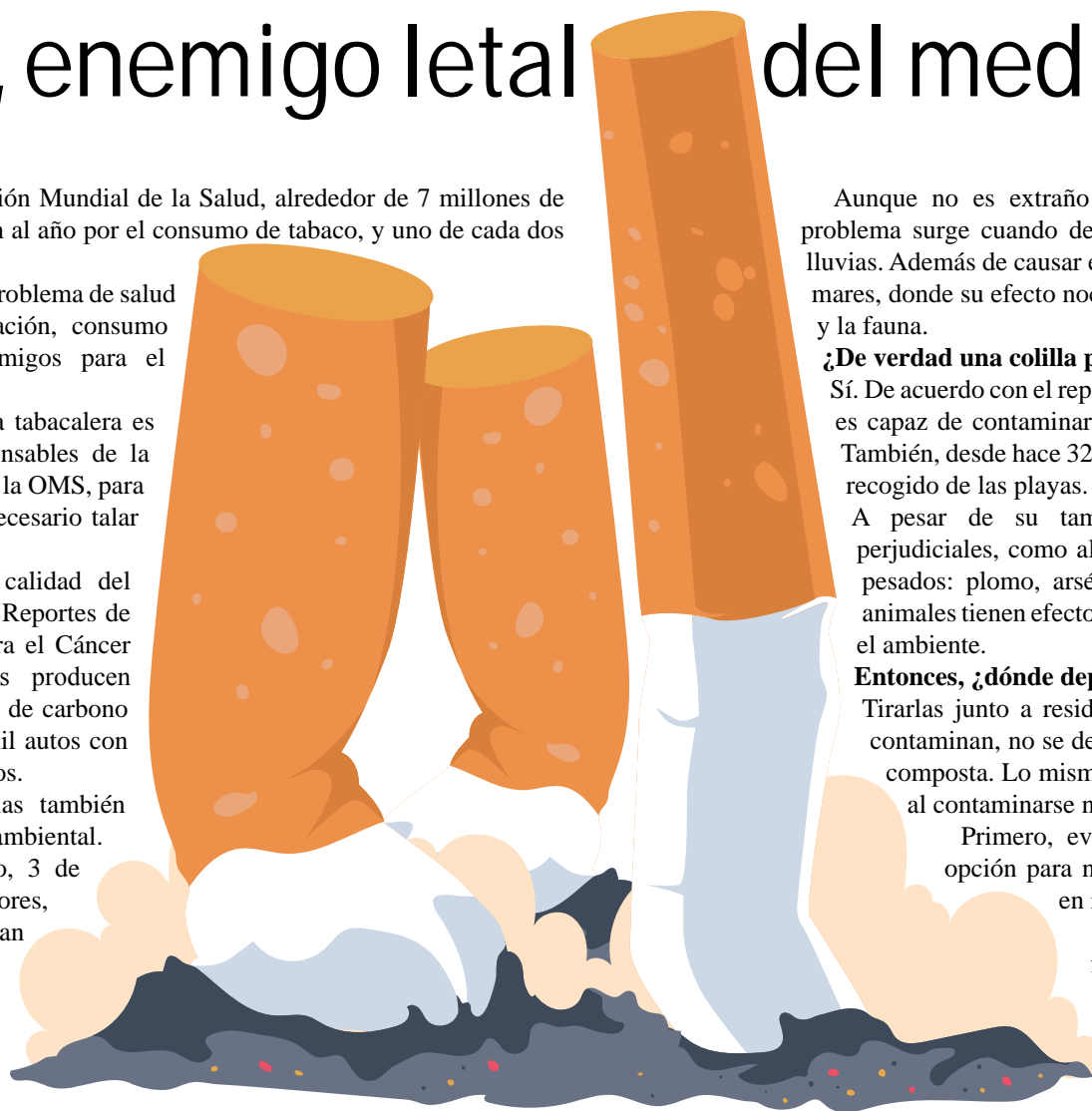
Este hábito no solo es un problema de salud pública, sino que su fabricación, consumo y desecho representan enemigos para el medioambiente.

Para empezar, la industria tabacalera es una de las principales responsables de la deforestación. Según datos de la OMS, para elaborar 300 cigarrillos, es necesario talar 8 árboles.

Al consumir tabaco, la calidad del aire también se ve afectada. Reportes de la Asociación Española contra el Cáncer afirman que los fumadores producen 225 mil toneladas de dióxido de carbono cada año, equivalente a 12 mil autos con recorridos de 10 mil kilómetros.

El desecho de las colillas también constituye un fuerte impacto ambiental.

En la Ciudad de México, 3 de cada 10 personas son fumadores, y 56% de las colillas terminan en el piso; mientras que, a escala mundial, cerca de 10 mil millones de cigarrillos o colillas son desechados diariamente al aire libre.



Aunque no es extraño ver colillas en las calles, el verdadero problema surge cuando desembocan en coladeras por efecto de las lluvias. Además de causar estragos en el drenaje, llegan a ríos, lagos y mares, donde su efecto nocivo se multiplica contra el medioambiente y la fauna.

¿De verdad una colilla puede causar daño?

Sí. De acuerdo con el reporte de Ocean Conservancy, una sola colilla es capaz de contaminar 8 litros de agua de mar y 50 de potable. También, desde hace 32 años, más de 60 millones de colillas se han recogido de las playas.

A pesar de su tamaño, las colillas contienen sustancias perjudiciales, como alquitrán, nicotina hidrocarburos, y metales pesados: plomo, arsénico y cianuro, que al ser ingeridas por animales tienen efecto de veneno en sus organismos y contaminan el ambiente.

Entonces, ¿dónde depositarlas?

Tirarlas junto a residuos orgánicos no es buena idea, estos se contaminan, no se degradan y se imposibilita transformarlos en composta. Lo mismo ocurre con los residuos reciclables, pues al contaminarse no pueden ser aprovechados.

Primero, evite arrojar las colillas al piso. La única opción para no contaminar otros residuos es colocarlas en recipientes y botes de basura no reciclable.

Considere reducir o evitar el hábito de fumar, por su salud y por el medioambiente. Los beneficios de consumir tabaco son nulos en comparación de los que usted y su entorno tendrían si dejara de hacerlo. Vale la pena reflexionar y pasar el dato.

SIMINFORMA
Por Un País Mejor

Redacción
Director Vicente Monroy Yáñez

Diseño
Adriana Hinojo Montes de Oca
Virginia Palacios Baeza

Abril 2019
Edición 444

Víctor González Torres Presidente de Grupo Por Un País Mejor

500,000 ejemplares

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



NUEVO

eturi^{on}
ATORVASTATINA

10 MG TABLETAS
CAJA CON 30 TABLETAS

Precio Farmacias Similares®
\$119.00
ATORVASTATINA 10 mg
30 tabletas

vitaless

NUEVO

eturi^{on}
ATORVASTATINA

20 MG TABLETAS
CAJA CON 30 TABLETAS

Precio Farmacias Similares®
\$239.00
ATORVASTATINA 20 mg
30 tabletas

vitaless

NUEVO

eturi^{on}
ATORVASTATINA

40 MG TABLETAS
CAJA CON 30 TABLETAS

Precio Farmacias Similares®
\$419.00
ATORVASTATINA 40 mg
30 tabletas

vitaless

Pfizer

MINIPRES®
Prazosina
Cápsulas
1 mg

Caja con 30 cápsulas

Precio Farmacias Similares®
\$89.00
PRAZOSINA 1 mg
30 cápsulas

Pfizer Viales

Celecoxib
Cápsulas
200 mg

Caja con 10 cápsulas

Precio Farmacias Similares®
\$229.00
CELECOXIB 200 mg
10 cápsulas

Pfizer Viales

Pregabalina

Cápsulas
75 mg

Caja con 14 cápsulas

Forma: Cada cápsula contiene: Pregabalina 75 mg Endoste clip

Precio Farmacias Similares®
\$142.00
PREGABALINA 75 mg
14 cápsulas

Pfizer Viales

Pregabalina

Cápsulas
150 mg

Caja con 28 cápsulas

Precio Farmacias Similares®
\$169.00
PREGABALINA 150 mg
28 cápsulas

CONSULTE A SU MÉDICO. SU VENTA REQUIERE RECETA. Vigencia al 30 de abril de 2019.



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





Salud y sociedad

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

El aborto seguro

La interrupción del embarazo que no conlleva la muerte de la gestante, es decir, el aborto seguro, es una conquista reciente de la especie humana. Es un producto del siglo XX, resultado de un portentoso avance científico alcanzado en esa centuria: los antibióticos.

Antes de la aparición de estos, podían realizarse, y se hacían, interrupciones de embarazo; pero en una inmensa proporción el resultado era la muerte de la preñada.

Sin embargo, con los antibióticos, el aborto puede efectuarse en condiciones de máxima seguridad para la vida de la gestante.

Desde luego, también contribuyen a este hecho otros avances científicos, como la anestesia, la asepsia, la antisepsia, y la imagenología, así como técnicas quirúrgicas altamente desarrolladas.

Todas estas conquistas científicas han permitido dejar de lado las controversias ideológicas que, hasta no hace mucho, eran o podían ser determinantes a la hora de la decisión de la embarazada. El asunto se ha simplificado, pues la determinación de acudir al aborto no implica riesgo de muerte. Esto explica que cada año crezca en todo el planeta el número de embarazos interrumpidos. También contribuyen a este hecho dos factores adicionales. El primero es la despenalización del aborto en un número también creciente de países. Esta despenalización posibilita reducir sustancialmente el costo económico del aborto realizado en instalaciones hospitalarias privadas.

El otro es el costo económico, factor siempre presente en cualquier decisión humana y social. Este se reduce a cero cuando, como pasa en México y en muchas otras naciones, el Estado, como garante del derecho a la salud de la población, toma a su cargo la práctica del aborto.

El hoy inexistente riesgo de muerte por aborto, puede ser catalogado como uno de los mayores avances científicos de la humanidad, comparable a las vacunas, los antibióticos y la quimioterapia anticancerosa.

Se unen por la salud

Porque su compromiso de cuidar la salud llega a todos los rincones y organizaciones del país, Análisis Clínicos del Dr. Simi firmó un convenio con el Sindicato de Trabajadores de la UNAM (STUNAM), para que los colaboradores universitarios puedan acceder a estudios gratuitos y prevenir enfermedades, como: obesidad, diabetes y cáncer de mama.

Durante 2019, se pondrán módulos de Análisis Clínicos del Dr. Simi en las instalaciones de la UNAM, tanto en facultades como en preparatorias y CCH's. Además, estos contarán con la atención especializada de médicos y odontólogos de Fundación Best.

En lo que va del año, Análisis Clínicos ha atendido a más de 130 pacientes en diferentes escuelas de la Universidad, como FES Acatlán, CCH Vallejo, CCH Naucalpan, CCH Azcapotzalco y Prepa 3, entre otras. Algunos de los estudios realizados sin costo alguno son chequeo exprés, electrocardiograma y mastografía.

Para más información sobre horarios, sedes y otras fechas en que acudirán a las sedes de la UNAM, es necesario acudir con el delegado sindical del STUNAM correspondiente, o bien, revisar las redes sociales de Análisis Clínicos del Dr. Simi, en Facebook y Twitter.

Fechas confirmadas:

Sede: Comisiones Mixtas, Ciudad Universitaria:
18, 19 y 20 de junio.
26, 27 y 28 de noviembre.



Los colaboradores universitarios podrán acceder a estudios gratuitos para prevenir enfermedades, como obesidad, diabetes y cáncer de mama



Algunos de los estudios realizados son chequeo exprés, electrocardiograma y mastografía

YA CONTAMOS CON

SUBSALICILATO DE BISMUTO* 118 ml

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$49.00

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

f t i o s farmaciasimilares.com



ACCU-CHEK® Active

Roche

Recuerda que para monitorear tu glucosa el verdadero ahorro está en las tiras, no en el medidor.

No. de Autorización: 1933002T1B0062

¿Ya checaste el precio de las tiras?

- ✓ Simple
- ✓ Preciso
- ✓ Accesible

De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Haz check con

✓ **ACCU-CHEK®**




Plusgel®

\$38.00

Precio Farmacias Similares®

Plusgel®

Hidróxido de aluminio, Hidróxido de magnesio, Dimeticona

Tableta 200 mg, 200 mg, 20 mg

Pronto Alivio

- Antiácido
- Antiardor
- Antigas

Sabor: Menta Limón

Preso con 50 tabletas masticables



De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 30 de abril de 2019.
Reg. No. 82520 SSA VI



¿Qué retroalimenta una enfermedad emocional?

Luis García*



Foto: Notimex

Es verdad, todos nos hemos enfrentado a situaciones adversas o eventos desagradables que nos crean ansiedad o depresión; sin embargo, hay ocasiones en que, sin motivo aparente, las personas llegan a sentir mucha tristeza, inseguridad, miedo, baja autoestima, irritabilidad y poco control de impulsos.

Son varias las causas por lo que esto sucede; por ejemplo, llevar una vida sumamente rutinaria, sin objetivos o metas personales, sentirse inútil, solo o poco valorado, carecer de redes sociales saludables y no disfrutar de espacios de esparcimiento o recreativos.

En 2018, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) señaló que 29.9% de los habitantes mayores de 12 años sufren algún nivel de depresión ocasional. Y estos son solo los casos identificados, por lo que deben existir más personas con algún problema emocional, no diagnosticado ni tratado.

No es posible evitar los eventos que nos lleven al desequilibrio emocional; pero sí podemos prevenir caer en la depresión o en algún otro trastorno.

Tener una vida activa ayuda mucho; pero cuando el estrés es grande, hay que buscar espacios de relajación personal o de esparcimiento, y no correr el riesgo de un trastorno de ansiedad.

Salir a caminar, correr o hacer ejercicio son buenas opciones, además de que cuidas tu cuerpo. Tener amigos también es fundamental, pues sentirse aceptado es parte de una salud emocional. Ser asertivo, fomentar relaciones familiares saludables y aprender algo nuevo complementarán muy bien este proceso.

Asimismo, no niegue la tristeza o el dolor y, lo más importante, hay que sentirse útil y encontrar alguna actividad que nos permita ayudar a los demás. Recordemos: el que no vive para servir, no sirve para vivir.

Si presenta alguna problemática emocional, le podemos ayudar. Marque al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales: 01 800 911 66666, opción 3. Es gratis. O bien, nos puede escribir a centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx.

* Psicólogo del CNDEE

7 CONSEJOS PARA CONSERVAR ALIMENTOS en temporada de calor

Los alimentos se descomponen más rápido durante la temporada de calor, lo que puede causar diarrea o cólera. Entérate de cómo mantenerlos en estado óptimo.



12^a Simi Carrera



Puebla
2019
5 y 10 k
Fundación
DEVLYN



#ParaVerLaVida

19 de mayo
7:00 h

Parque lineal Estrella de Puebla

Premio GANADOR ABSOLUTO 10K FEMENIL - VARONIL

\$ 10,000

CUPO LIMITADO A 3,000 COMPETIDORES SIMICARRERA Y SIMIKIDS A 400 NIÑOS.

PARA TODAS LAS CATEGORÍAS Y RAMAS 10 K

1.er LUGAR \$6,000, 2.o LUGAR \$4,000, 3.er LUGAR \$2,000

Consulta términos, condiciones, restricciones, costos, entrega de paquetes, premios por categoría y rama en simicarreras.com.mx (apartado convocatoria). Consulta aviso de privacidad en simicarreras.com.mx (apartado aviso de privacidad). Fecha límite para inscripción, 18 de mayo de 2019.

10^a Simi Kids

Al término de la carrera de adultos Simi Carrera @simicarreras simicarreras.com.mx



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

Expedientes del poder

Carlos Ramírez
carlosramirez@hotmmail.com
[@carlosramirez](https://www.facebook.com/carlosramirez)



100 días: caja de Pandora

En un discurso sobre el fin del siglo XX, el escritor Carlos Fuentes dijo: "Hay años que parecen siglos, y siglos que parecen años". Los primeros 100 días del gobierno de López Obrador han sido agobiantes, minuto a minuto, paso a paso. Y faltan 2 mil 92, porque hay en el sexenio dos años bisiestos.

Sería equívoco tratar de dar conclusiones de lo que apenas comienza. Pero hay suficiente evidencia para señalar que, por ahora, se trata de un gobierno que busca la popularidad mediante decisiones basadas en abrir la caja de Pandora de los gobiernos priistas anteriores, sin ninguna alternativa para recomponer la crisis.

A pesar de los datos de la corrupción, la ineficacia y las herencias malditas sobre el gobierno de Peña Nieto, la estrategia de destapar las irregularidades del pasado no conduce a ninguna parte, salvo a un reconocimiento del valiente que lo hace. Pero en el fondo no ha habido ninguna propuesta de reorganización de sistema/régimen/Estado.

Los primeros 100 días no dibujan el sexenio. Habrá que esperar a que llegue el Plan Nacional de Desarrollo, en mayo, el primer informe en septiembre y las comparecencias de secretarios del despacho presidencial para explicar las cifras del primer corte de caja.

La evaluación de los primeros cien días ha partido de la popularidad en encuestas, siempre basadas en reacciones/expectativas y no en un análisis cuantitativo. Sí ha habido, por ejemplo, mucha denuncia de corrupción; pero hasta ahora no hay castigo de responsables ni corrección de defectos de gobierno que permiten las corruptelas. Ha habido, también, actos de contrición sobre la falta de resultados de fondo en seguridad, pero la estrategia sigue adelante. Y en economía, el gobierno lucha por tratar de convencer que una tasa del PIB de 1.2% —hasta ahora—, en 2019, no es sinónimo de crisis ni de recesión.

El gobierno de López Obrador no será calificado por las conferencias mañaneras, sino por resultados concretos en tres puntos: PIB de 4%, altos funcionarios de gobiernos anteriores presos por corrupción y una baja de cuando menos 50% en la cifra de homicidios en el país.

La caja de Pandora le puede dar popularidad, pero no eficacia.

Nacido para boxear

Juan Manuel Rentería

Carlos Zárate Serna nació en el barrio de Tepito, Ciudad de México, el 23 de mayo de 1951, y desde niño le gustó el boxeo.

Dice que en la escuela fue muy peleonero. Sus ídolos eran Ultiminio Ramos, José Medel, Efrén “Alacrán” Torres, “Mantequilla” Nápoles y Vicente Saldívar.

Nos cuenta que en la escuela sacaba las bancas para formar un rudimentario cuadrilátero, un niño tocaba la campana y otro la hacía de réferi. Con unos guantes que le habían regalado y ante un retador, organizaba, como juego, sus funciones de box.

—¿Por qué te gustó el boxeo?

—En la colonia Ramos Millán, un señor que se dedicaba a la política, hacía funciones todos los 15 de septiembre, en la explanada de la alcaldía Iztacalco, y me habló, porque yo me peleaba dos o tres veces al día, me gustaba, y cuando tenía 16 años me invitó a que participara en una pelea, y ahí empezó mi carrera.

—¿Cómo se dio tu primera oportunidad en el boxeo amateur?

—Pues, después de que peleé dos o tres veces en la explanada de la alcaldía Iztacalco, fui a entrenar al gimnasio La Gloria, y ahí empecé a pelear amateur. Entonces, busqué a un mánager de prestigio y encontré a Arturo “Cuyo” Hernández. Le platiqué que yo quería ser parte de su equipo, y me dijo: ‘A ver, súbete a boxear con este chamaco’. Y me subí nada menos que contra Halimí Gutiérrez, un retador al campeonato mundial. Nos dimos duro y eso me brindó la oportunidad de pelear por los Guantes de Oro, que gané en 1969, cuando tenía 18 años de edad.

Sus primeras 23 peleas las ganó por nocaut.

—¿Nunca te dio miedo de ser noqueado?

—No, para mí, realmente, el

boxeo era un juego, era gozarlo arriba del ring, era mi pasión.

—¿Cuál fue tu récord como profesional?

—Tuve 70 peleas, gané 66, por nocaut 63 y perdí 4.

—¿Cuál fue la pelea más difícil?

—Cuando me casé... No, no es cierto. Hubo varias, la de Paul Ferreri, y la primera defensa estuvo muy difícil, era un peleador zurdo muy bueno, australiano, y llegamos hasta el round 12; pero en ese lapso le corté la ceja y, pues, le sangró bastante, más de la cuenta, y detuvieron la pelea. Yo terminé molido.

Carlos Zárate fue campeón mundial de peso gallo, de 1976 a 1979. Guadalupe Pintor le arrebató el campeonato, el 3 de junio de 1979, decisión con la que Zárate no estuvo de acuerdo.

Durante su carrera profesional recibió bolsas millonarias y fue nombrado el mejor peleador del año en 1977.

—¿Ganaste mucho dinero en el boxeo?

—Pues no como se gana ahora, pero sí una buena lana, Y, bueno, cuando llegué al campeonato mundial se acabó la pobreza. Vinieron los amigos, las mujeres bonitas, los buenos billetes, coches, lujos, y, pues, vivía y yo desahogadamente.

—¿De cuánto estamos hablando?

—Pues, más o menos unos 18 o 20 millones de pesos; pero en ese tiempo podías comprar un edificio de 10 pisos, en un millón

—¿Lo despilfarraste?

—Sí, como todo, el que no está preparado para la fama... La fama es muy peligrosa, es muy alcahueta, si no sabes controlarla, te vas para abajo.

—¿Cuánto tiempo conservaste el campeonato de peso gallo?

—Diez veces defendí la corona, por eso tengo la etiqueta de

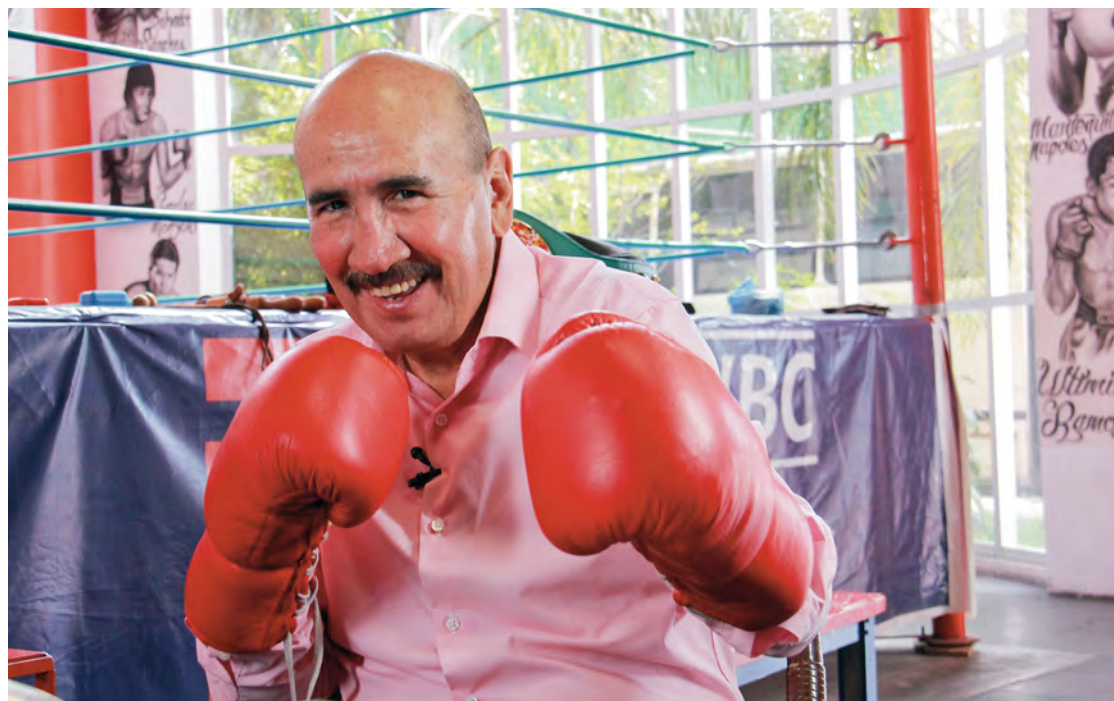


Foto: Victoria Landá

ser el mejor campeón de todos los tiempos de peso gallo.

—¿Cómo fue que perdiste el título gallo?

—En una pelea muy discutida contra Lupe Pintor. La pelea fue muy dividida, lo tumbé, lo corté, lo dejé todo golpeado, y, pues, él era muy fuerte y los últimos tres rounds apretó, lo sentí muy fuerte; pero yo creo, muy sinceramente, que el público tiene la última palabra.

Carlos Zárate solicitó una revancha a José Sulaimán, quien aceptó, pero Lupe Pintor se accidentó en una motocicleta y Zárate se alejó por completo del gimnasio.

—Empecé a tomar mis copas, con amigos, y ya después no eran copas, eran botellas, y ya no regresé al box, estuve dedicado a mis amigos de parranda.

Zárate ocupa un lugar en el Salón de la Fama del Boxeo. Después de un retiro de cinco años, regresó a los cuadriláteros a pelear en peso supergallo, y disputó dos veces el campeonato. Perdió en ambas ocasiones.

Entonces, decidió retirarse; pero quedó emocionalmente noqueado cuando las derrotas ensombrecieron su carrera como boxeador.

Cayó en el mundo del alcohol y las drogas. Perdió familia y los millones de pesos que había ganado como espléndido boxeador. Dice que tocó fondo y que vivió en la soledad y en la miseria, inclusive trató de suicidarse.

—¿Llegaste a pensar en el suicidio?

—Sí, yo vivía en el hotel Antas, ahí en Mixcalco, en plena Merced. Estaba en el cuarto piso, drogado, y tuve una crisis de ansiedad. Pensando en mi familia, traté de lanzarme por la ventana, cuando llegó un muchacho y lo impidió, pidiéndome que me calmara.

Tuvo serios problemas de salud, por lo que fue intervenido quirúrgicamente a corazón abierto. Un día, llegaron sorpresivamente su esposa y sus pequeños hijos al modesto cuarto de hotel que ocupaba.

“Cuando se abrió la puerta del elevador, al verlos sentí emoción y tristeza, fue algo horrible que me vieran completamente echado a perder.

—¿Lloraste?

—Sí, cómo no, lloré mucho, nos abrazamos los cuatro y les prometí dejar las adicciones y vivir como una familia normal.

Esa visita lo motivó para alejarse de las adicciones. Con la ayuda de José Sulaimán, entonces presidente del Consejo Mundial de Boxeo, logró su rehabilitación.

—¿Hace cuánto dejaste las adicciones?

—Ya voy a cumplir 14 años.

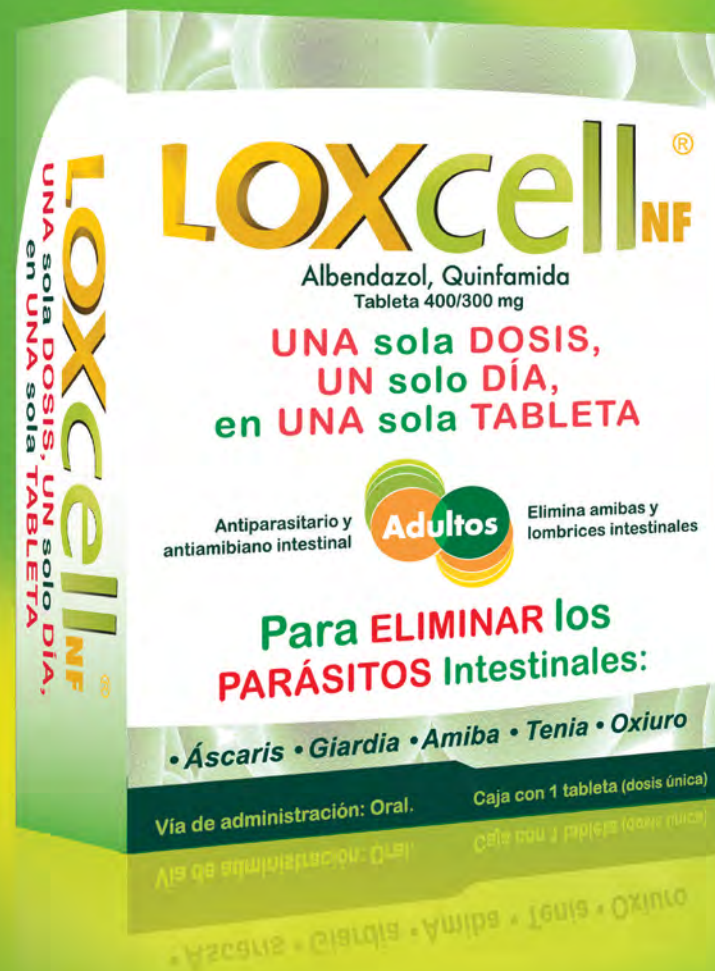
Dice que Dios lo iluminó. Recuerda con mucho agradecimiento a Arturo “Cuyo” Hernández, como mánager excepcional, quien formó a otros campeones mundiales, como Lupe Pintor, Ricardo “Finito” López, Alfonso Zamora y Rubén Olivares.

Actualmente entrena a jóvenes boxeadores en un gimnasio de Iztacalco.

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.

Niños con genio...

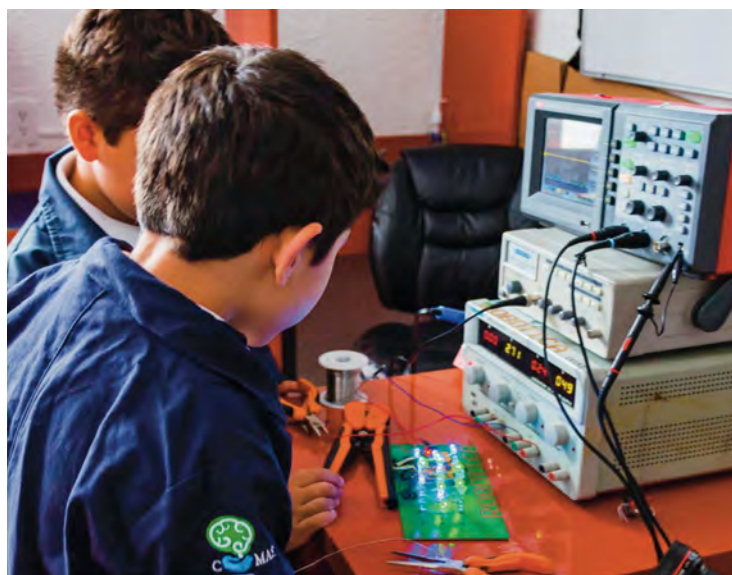
Moisés Sánchez

¿Su hijo se distrae con facilidad en la escuela? ¿Los especialistas le diagnosticaron trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), autismo o síndrome de Asperger? Tal vez forme parte del 93 % de niños superdotados, mal diagnosticados en nuestro país.

Y es que en México hay un millón de niños genio, con capacidades intelectuales superiores, que pueden ser los futuros Einstein o Steve Jobs, por su coeficiente intelectual (CI) mayor a 130 puntos.

Detectarlos no es cosa fácil; en marzo de este año el Centro de Atención al Talento (Cedat) realizó el “Perfil del sobredotado” en México, con más de 8 mil 500 casos. A partir de esta investigación, encontraron que la hiperactividad se da en la mayoría de los infantes.

Según explica Andrew Almazán Anaya, director del Departamento de Psicología e Investigación del Cedat, esta se manifiesta por el deseo innato de conocer; y no como en el caso del TDAH, que existe hiperactividad por una disfunción cerebral.



La detección de las características de superdotación en la niñez, es crucial. Lo ideal es contar con el diagnóstico antes de los tres años, o incluso previo a su ingreso a la escuela, e incrementar las posibilidades de un mejor desarrollo, ya que, de no hacerlo, con el paso de los años las capacidades pueden disminuir y algunas atrofiarse.

Otras particularidades que observaron en los niños, son: aprendizaje rápido, intervención en pláticas de adultos y comprensión de ellas, gusto por conversar con gente mayor, por armar objetos o estructuras, tendencia a imponer

sus reglas, sensibilidad en el área emocional y baja tolerancia a la frustración. Esto último genera la búsqueda incansable por conseguir siempre sus objetivos.

Fuga de cerebros

Según datos del Cedat, 50 % de los jóvenes superdotados, migran para continuar sus estudios o trabajar en otros países. Las razones son multifactoriales, pero vale la pena saber cómo se sienten aquí y qué buscan afuera.

Los niños y jóvenes con alto coeficiente intelectual en México, apenas llegan a 3 % de la población; tienen gran impacto en el desarrollo de alta tecnología y en la creación de empresas,



puestos de trabajo y hasta en el ámbito social, al influir de manera positiva en el resto de la sociedad.

Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal), México es el primer país de emigración calificada de América Latina y el sexto a nivel mundial. Entre 2000 y 2012, el número de inmigrantes mexicanos altamente calificados en EE.UU., se multiplicó casi cinco veces más que la migración en general.

Enfrentan discriminación

Las personas superdotadas también enfrentan discriminación; además, son poco visibles,

Planteles en los que pueden estudiar los jóvenes superdotados, a pesar de no alcanzar la edad tradicional requerida:

Universidad del Valle de México, Tecnológico de Monterrey, Instituto Politécnico Nacional, Universidad Tecmilenio y Universidad de Guadalajara



PANCHITA y ¿?



e ingenio



Fotos: cedat.com.mx

por lo que se requieren políticas públicas que mejoren sus condiciones educativas y de acceso al conocimiento.

Andrew Almazán, consideró que ha habido cierto estancamiento en el reconocimiento a las personas superdotadas

aunque, a finales de 2017, ya se había aprobado una reforma a la Ley Federal de Educación en la Cámara de Diputados.

Asimismo, comentó que esta modificación buscaba conseguir que el criterio oficial para ser considerado como superdotado sea tener un CI de 130

puntos o más, criterio universal de la Organización Mundial de la Salud, y el cual ya había sido publicado en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México; y que permitiría, que un superdotado mexicano fuera equiparado con



Dr. Andrew Almazán Anaya

una persona con altas capacidades intelectuales de otro país.

Sin embargo, dijo, hubo una señal de los legisladores, para retomar las modificaciones a la Ley Federal de Educación y reconocer a estas personas como minoría vulnerable que requiere centros educativos especiales, y ratificar el 30 de mayo como el Día Nacional del Superdotado, con la finalidad de visibilizar a esta población.

Explicó que reconocer a este segmento, permitiría el desarrollo de leyes contra la discrimi-

nación, lo que significaría que aquellos niños genio que se les negara el acceso a un museo o un libro de grados, considerados como más avanzados, se pudiera recurrir a la legislación contra la discriminación.

Además, con lo anterior, las escuelas tendrían que ser más cautelosas en la realización de diagnósticos o en limitar el acceso al conocimiento; lo que fomentaría, además, referirlos a instituciones especializadas, finalizó.

www.cedat.com.mx





¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal

León, ejemplo de buen futbol

Hoy dedicaré este espacio, si ustedes me lo permiten, a comentar un poco de la excelente actuación del equipo León en el presente torneo. Tuvieron que pasar muchos años para que la "fiera" volviera a la senda del triunfo, cosa que me alegra por el plantel actual.

Solo dos equipos esmeraldas han conseguido una racha de triunfos seguidos, el de la temporada 1975-1976, y el del que formé parte con el señor López Hernández, en 1955-1956. No estábamos tan mal cuando llegamos a esa marca. Lo que pasa hoy con el León me hizo recordar mi época de jugador, la que viví muy intensamente. Hoy, de igual manera, la vivo, pero como aficionado al futbol.

En esta parte, debo hacer mención especial al técnico Ignacio Ambriz por lograr un equipo competitivo.

Nacho se distingue por hacer una carrera profesional madura, algo lenta pero segura, cosa que habla muy bien de él, pues su trabajo como auxiliar en España, al lado de Javier Aguirre, demuestra lo aprendido en el Viejo Continente.

Los jugadores esmeraldas están en buen momento, es un grupo unido y no parece que haya dimes y diretes, del porqué uno juega y el otro no. Ahí se refleja la mano del técnico.

Ojalá León siga así, que no pierdan el piso, pues en ocasiones, cuando hay estos halagos hacia los jugadores, parece que les dicen "caíganse" y realmente se caen.

Lo mejor es jugar con humildad, porque ser humilde es ser buen jugador, buena persona, que se hable bien de ti en otro aspecto, además de lo meramente futbolístico.

Para terminar, en cuanto a la selección nacional, espero que el técnico Gerardo Martino, mire hacia los equipos que lo están haciendo bien, como León, y extraiga

de ellos jugadores mexicanos de gran nivel, y no se case con las mismas figuras nacionales. Lo ideal es dar chance a otros para mostrar una cara diferente del Tri, y quizás, por ahí, podamos finalmente ganar algo más.



NUEVO SABOR

Guaraná

¡PRUÉBALO!
a solo

\$16.90 c/u



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

HASTA
75%
DE AHORRO

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

De autos

Fernando Gutiérrez

A lo largo de 120 años, ¿qué ha pasado desde que los chilangos o mexiqueños vieron correr el primer auto en la ciudad, hasta hoy, con el rugido de los bólidos de Fórmula Uno?

Terminaba el siglo XIX, y Fernando de Teresa, un junior millonario que vivía en la esquina de Palma y 16 de Septiembre, se convirtió en el primer automovilista capitalino.

Era 1895, nacía Sara García y moría Manuel Gutiérrez Nájera. Época de desigualdades: la aristocracia porfiriana contrastaba con las "garbanceras" y sombrerudos en calzones de manta. Una ciudad pequeña, chaparrita, poco poblada.

Los ciudadanos aún caminaban y bostezaban al paso de las carretelas, cuando este personaje mandó traer de Toulon, Francia, un auto Delaunay Belleville, descapotable, de estilo muy deportivo. En internet se pueden ver imágenes de esta joya, envidiable ayer y hoy.

En la madrugada del 6 de enero de 1895 lo corrió a todo lo que daba, nada más y nada menos que a ¡16 kp/h!

Una locura para esos años cuando los capitalinos solo tenían que cuidarse de los caballos que jalaban carretas y ensuciaban los empedrados.

Imaginamos que, para aquellos habitantes, acostumbrados al silencio y la calma, fue como ver algo endemoniado, una máquina ruidosa, amenazante.

La hazaña fue publicada por *El Siglo Diez y Nueve*, con el siguiente encabezado: "Carruaje misterioso":



Foto: wikipedia.org

El sábado último, a las altas horas de la noche, cruzó por las principales avenidas de la ciudad un coche misterioso que hizo santiguar a más de una vieja tímida e ignorante de los prodigios de la industria moderna.

Se deslizaba como una saeta, anunciando su paso por medio de una bocina semejante a la de la bicicleta y obedeciendo con admirable precisión a la mano que lo guiaba, según se echaba de ver por los cambios rápidos que le obligaban a hacer para salvar los obstáculos que encontraba a su paso. Parecía un landó de corte airoso.

Años después la ciudad fue invadida por los automóviles, de todas marcas, sobre todo Ford, marca que derivó, coloquialmente, en "fotingo", cuando la gente quería referirse a una carcacha.

Ha transcurrido más de un siglo y todo ha cambiado en nuestra metrópoli: los autos se han apoderado de las calles, hechas y rehechas para ellos, no para los peatones.

Una ciudad cruzada por circuitos, periférico, viaducto, ejes viales, segundos pisos... Y si bien ya no puede conducirse a toda velocidad, queda el recuerdo de aquella lejana urbe que ya no volverá.

Hoy es una ciudad-automóvil, donde sus habitantes aman la velocidad, aunque sea de lejitos, como ocurre con los grandes premios de Fórmula Uno, en el autódromo Hermanos Rodríguez, donde los bólidos pueden ir a 300 kp/h, muy lejos de "la saeta" del junior De Teresa... ¡Qué tiempos aquellos, señor don Simón!

fegutierrezp@gmail.com



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

Hasta los más tozudos tigristas tenemos fiesta en el corazón por la inauguración del nuevo estadio de nuestro mayor rival, los Diablos Rojos del México. No es un evento cualquiera, sino el que pone en marcha un inmueble que anuncia el renacimiento del beisbol mexicano. Alfredo Harp Helú es el nombre de este lucero en el horizonte. Se trata del ofrecimiento de honor a quien ha entregado sangre, sudor y lágrimas no solo a favor de sus queridos Diablos, sino de todo nuestro deporte. Las batallas libradas por don Alfredo están en la mente de quienes, durante décadas, hemos atestiguado las dificultades sufridas por la heroica Liga Mexicana de Beisbol.

Nuevo estadio y fiesta en el corazón

¿Cómo no recordar esa lluviosa noche del 1 de junio del año 2000, cuando los Diablos y los Tigres jugaron por última vez en el Parque del Seguro Social? Dolió hasta el alma decirle adiós a esa reliquia deportiva que, sin recato alguno, vendió Genaro Borrego Estrada. Diablos y Tigres se refugiaron en el Foro Sol, pero el cambio de casa nunca acabó por convencer a los aficionados y, para colmo, Carlos Peralta le pegó duro al beisbol capitalino con el traslado de sus Tigres a la ciudad de Puebla. Don Alfredo, en cambio, prometió mantener a los Diablos como equipo de la Ciudad de México, compromiso que cumplió a pesar de mil adversidades, entre ellas la salida también forzada del Foro

Sol y el terremoto en 2017 que puso en peligro la construcción del ahora nuevo estadio que, con justicia, lleva su nombre. Pero pasaron los amargos días y un hermoso sueño cobró vida: tras décadas de ser migrantes sin casa, los Diablos ahora son dueños de una joya arquitectónica y señores de un palacio hecho solo para jugar beisbol. El 23 de marzo del 2019, fecha de la significativa inauguración del Alfredo Harp, se recordará como el inicio del vigoroso renacimiento del beisbol mexicano. Para que así sea, espero que todos los que amamos al Deporte Rey, haremos lo mucho y lo poco que nos corresponda.

Un “infierno” de lujo

Los Diablos Rojos del México estrenaron casa: el estadio Alfredo Harp Helú, y aunque perdieron ante los Padres de San Diego, el fervor beisbolero por este equipo se vio reforzado por la afición que los sigue desde su fundación, el 11 de febrero de 1940.

Durante la inauguración del recinto, ubicado en la Ciudad de los Deportes de la Magdalena Mixhuca, Ciudad de México, estuvieron el presidente Andrés Manuel López Obrador y la jefa de gobierno Claudia Sheinbaum. El estadio tuvo un costo de 3 mil 500 millones de pesos. Es un “infierno” de lujo.

Aunque el partido ofrecido por los Diablos no fue el mejor, su compromiso con la afición prevalece, a pesar de haberse mudado varias veces desde el cierre y posterior demolición del mítico Parque del Seguro Social.

Ahora, en la Liga Mexicana de Beisbol, los Diablos quieren levantar por decimoséptima vez la corona; sin embargo,

será un trabajo difícil, puesto que los Sultanes de Monterrey quieren repetir su excelsa participación del año pasado.

La batalla de los Leones de Yucatán ante los Sultanes de Monterrey es el inicio de la temporada, la cual trae nuevas sorpresas en los 120 juegos, divididos en dos vueltas.

Tanto los Saraperos de Saltillo, quienes trabajaron para dar resultados de calidad, como los Olmecas de Tabasco y los Guerreros de Oaxaca son fuertes rivales del título, el cual se disputará entre los 16 equipos.

Entre las sorpresas, los Algodoneros de la Unión Laguna, encabezados ahora por Francisco Orozco, darán mucho de qué hablar y mostrarán jugadas especiales en esta nueva etapa.

Los aguerridos de la corona son los Diablos, que pelearán arduamente por la victoria, no obstante, los Sultanes quieren retomar su triunfo del año pasado, para así sumar dos campeonatos consecutivos.

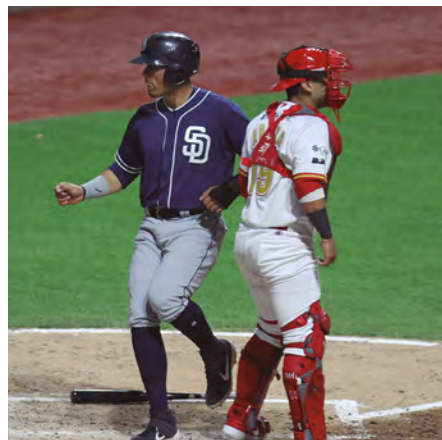


Foto: Notimex

Todo listo, prepárense fanáticos del beisbol a disfrutar esta gran temporada que será recordada como una de las mejores.

Numeralia del nuevo “infierno”:

- Capacidad para 20 mil aficionados
- Salón de la fama
- Museo del Beisbol
- Pantallas gigantes
- Restaurante, mini estadio, gimnasio y jaula de bateo
- Venta de los tradicionales tacos de cochinita.

Ahorra 25%

Llévate 2 cajas

de tiras Ultra 50+10



Promoción válida de martes a domingo

Vigencia al 30 de abril de 2019. Consulte a su médico y lea las instrucciones de uso. Las imágenes mostradas son de carácter ilustrativo y pueden variar con respecto del producto final.

farmaciassimilares.com



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"





PRUEBA RÁPIDA DE DETECCIÓN DE DROGAS

Prevenición es salud.
Vigencia al 30 de abril de 2019.
*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.

Precio zona fronteriza norte: \$279.00*
Precio resto de la república:

\$299.00

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"




¿Conoces los riesgos de tener

Kilos de más?

MEDICIÓN GRATIS

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

Todos los martes de este mes



Válido todos los martes de marzo y abril de 2019.
Dr. Ángel Gracia Ramírez. Céd. Prof.: 0753913-UNAM

Síguenos por  

Confesiones entre amigas

Tania Elías

Para las crisis femeninas, la risa está permitida. Cierto: las penas con pan son menos; pero si le sumamos una carcajada, los problemas se tornan más llevaderos.

Ser mujer no es fácil. Cada etapa implica diversas crisis existenciales; sin embargo, una de las más significativas es llegar a los 30 años. Sí, esa edad donde las preguntas se arremolinan en la cabeza y todo parece complicarse: la renta, los horarios, las deudas, la independencia, el trabajo, el amor...

Para ejemplificar estas vivencias, el productor Morris Gilbert presenta una vez más *Confesiones de mujeres de 30*, donde María Gonllegos, Patricia Gallo, Paola Arrijoja y Ana Cecilia Anzaldúa exponen algunos de los problemas propios de esta edad.

“A los 30 años, ya no eres la joven de 20, y te sientes más adulta; entonces, te preguntas: ‘¿Qué quiero?, ¿estoy en el lugar indicado?, ¿me gusta lo que hago o necesito un *refresh*?’”. Es la edad para reinventarte y saber qué deseas de esta vida”, cuenta María.

Los consejos y el toque que cada actriz le confiere a su personaje son los condimentos, la sazón, inyectado al texto del dramaturgo brasileño Domingos de Oliveira; además, el hecho de estar ambientada en la época actual es un plus para que se identifiquen las espectadoras modernas.

“La obra se adaptó a la actualidad; no obstante, las crisis de las mujeres siguen siendo las mismas, aunque ahora expresadas en las redes sociales y otro tipo de convivencias”, expresa María.

Entre risas y baile, mucho baile, las protagonistas hacen al público un confidente más de sus aventuras. Quien las entiende, ríe y, sobre todo, interactúa con ellas.

“El cuarto acompañante es el público; a él le contamos nuestras experiencias y lo hacemos cómplice. Entonces, eso le gusta al auditorio, pues se convierte en el amigo de la vieja loca que habla de sus penas”, dice Paola.

Entre tantas confesiones, la puesta en escena actual, y la que duró 15 años en cartelera con la participación de Dalilah



Foto: Notinex

Polanco, Lorena de la Garza y Georgina Levin, trata de analizar lo más profundo del ser; es decir, saber dónde se está parado y resolver las penas cotidianas.

Aunque los años pasan, no hay crisis que valga la pena y es mejor tomar las cosas con alegría, tal y como lo hacen las chicas de *Confesiones de mujeres de 30*.

Horarios: viernes, 19:00 y 21:00 h; sábado, 17:00 y 19:00 h; domingo, 16:30 y 18:30 h.

Lugar: teatro Fernando Soler (Velásquez de León # 31, colonia San Rafael, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México).



Cine +

Ivan Cruz Mejía
ivanacruzmejia@gmail.com

¡Ay, mis hijos!

Dicen que el amor más profundo e incondicional es el de padres e hijos. Claro, esto no es una regla, existen casos que podrían probar que dicho lazo afectivo no siempre funciona. Así como hay mujeres y hombres que, al momento de ver a sus retoños por primera vez, caen rendidos por un amor espontáneo que los marca de por vida, hay quienes ese contacto no les genera nada, incluso se crea cierta repulsión y se corta una relación a futuro. Ojalá pudiera hablar de una experiencia propia, pero por el momento esa etapa sigue en planes, metas o sueños de compartir una familia, así que la cinematografía me servi-

rará para tratar de entender esta conexión. El largometraje más reciente de Steve Carell, *Beautiful boy: siempre serás mi hijo* (2018), retrata las complicaciones de la relación de un padre con su primogénito. Lo que aparentemente era una interacción envidiable, una relación abierta, libre y llena de amor, es puesta a prueba por la adicción a las drogas del joven. Esta realidad, que viven muchos padres, pone a prueba la relación con sus hijos, y lleva al límite el amor por ellos. Muchos creen que con la atención, cuidados y cariño es suficiente para arrancarlos de ese mundo de adicción, pero no siempre es así.

La película retrata el sufrimiento de los padres al sentirse incapaces para ayudar a sus hijos. La desesperación de ver cómo se va apagando la vida de sus seres amados y, por más esfuerzos que hacen, lo único que logran es alejarlos. ¿Se imaginan negarle algún tipo de ayuda a un hijo como muestra del más profundo amor? Lograr ver con claridad y entender que no siempre demostramos lo que sentimos otorgando todo lo que se nos pide. Tener la fortaleza de separarnos de nuestros seres amados para darles la oportunidad de crecer y darles una oportunidad de vida.

Mexicanas y empoderadas

Tania Elías

Tres mujeres fuertes, emprendedoras y trabajadoras se unen para contar sus experiencias personales y profesionales en *Los mandamientos de una mujer chingona*, una serie de conferencias que iniciaron en California y pasarán por cuatro ciudades más de Estados Unidos.

Adela Micha, periodista que entrevistó a personalidades como Óscar de la Renta y Juan Pablo Escobar, hijo del narcotraficante colombiano Pablo Escobar; Rebecca de Alba, presentadora y modelo que condujo *Project Runway Latinoamérica*, y en 2018 creó la *Fundación Rebecca de Alba* para apoyar a las personas con cáncer; y Susana Zabaleta, soprano y actriz que participó en los *Monólogos de la vagina*, *El violinista en el tejado* y condujo por seis años *Susana Adicción*, son las ponentes que contarán sus experiencias de vida.

“El objetivo es hablar de lo que significa para cada una esta carrera de 30 años, y que todas las generaciones se sientan identificadas, aunque sea con alguna de nosotras. Queremos compartir puntos de vista y escuchar las opiniones del público. Es una oportunidad maravillosa de mujeres que se han esforzado y siguen esforzándose, pues queremos que nuestra experiencia sirva

para las mujeres que buscan su camino”, dice Adela.

Las vivencias, los retos y los obstáculos son algunos de los temas que abordarán en estas conferencias, ideadas durante una charla casual entre amigas.



Foto: Consecuencias

“Hace mucho tiempo teníamos esa idea; pero por nuestros quehaceres no coincidimos; entonces, un día la compañía Noches de Parranda nos ofreció hacer *Los Mandamientos de una mujer chingona*, y el año pasado empezamos a trabajar en la propuesta”, cuenta Rebecca.

Las tres coincidieron en que ser multidisciplinarias y esforzarse día tras día, es un reto que las mantiene vigentes, sobre todo, porque son ejemplo de que el esfuerzo y la perseverancia son claves “para ser chingonas”.

“Lograr ser reconocida, es una de las cosas más difíciles. En Monclova, Coahuila, soy conocida como la hija del doctor Zabaleta; sin embargo, aquí no lo era y me costó trabajo. Así que todo ese camino es lo que vamos a compartir”, apunta Susana.

Finalmente, Rebecca confiesa que algo fundamental para llegar a ser reconocidas en sus diferentes carreras, es que, desde un principio, se negaron a ser “mujeres adorno”.

“Cuando empezamos, siempre éramos las compañeras; es decir, las co-conductoras. Ya después pudimos producir, crear programas y mostrar nuestra creatividad. Nos hemos negado a ser un adorno, y las mujeres no debemos permitir serlo, sino ir más allá de eso”.



Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Doña Flor

Después del éxito de *Silvia Pinal, frente a ti*, Las Estrellas nos vuelve a sorprender, ahora con *Doña Flor y sus dos maridos*.

¿En dónde radica la sorpresa? En que no estamos hablando de una telenovela más del montón, sino de un enorme clásico de la literatura brasileña, adaptado para la televisión nacional.

Por tanto, cuando usted vea esta producción de Eduardo Meza (*Papá a toda madre*) no solo se divertirá, también recibirá algo más: picardía, reflexión y cultura.

¿Pero sabe qué es lo más interesante de este lanzamiento? Que *Doña Flor y sus dos maridos* fue un texto particularmente escandaloso cuando salió al mercado en 1966.

Tanto que, por supuesto, se hizo en cine y en telenovela en varios países. ¡Ya se imaginará lo que provocó!

¿Cuál es la nota? Que el equipo del señor Meza supo convertir aquello en una verdadera telenovela mexicana, en una grandiosa historia de amor, particularmente tierna y familiar, diferente de todo lo hecho antes. La verdad, este nuevo melodrama, es una revelación. El tema ya no es la supuesta inmoralidad de una mujer que, mediante el realismo mágico, vive una dualidad amorosa.

Ahora es la trascendencia del amor, el derecho a elegir que tienen todas las mujeres, el empoderamiento femenino y una larga lista de situaciones cien por

ciento positivas y necesarias para un país como México.

Está de más decirle que aquí hay un gran reparto encabezado por puras figuras famosas en el cine, el teatro y las series de Netflix, como Ana Serradilla (*La viuda negra*), Joaquín Ferreira (*Club de Cuervos*) y Sergio Mur (*Las chicas del cable*), y que la realización de esta telenovela es admirablemente cinematográfica.

Doña Flor y sus dos maridos se perfila para ser uno de los melodramas seriados más dulces de la temporada. Por favor, luce por verlo.

Si lo suyo son las telenovelas, le va a encantar. Y si no, si lo que le gustan son los libros, también. Se la recomiendo.



Campaña contra la

OBESIDAD

CHECK UP

\$543.00

- Biometría hemática
- Examen general de orina
- Química sanguínea 24 elementos
- Electrocardiograma

Vigencia al 30 de abril de 2019.



Síguenos por



ssdrsimi.com.mx

SIMITEL 01 800 911 66 66

Promoción válida durante 2019.

Consulte restricciones en ssdrsimi.com.mx

Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón

Céd. Prof.: 4451415-UNAM



¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

La Lagunilla

Allá por los rumbos de las calles de Nicaragua, Brasil, Paraguay, Honduras, en lo que llamamos la Lagunilla, en 1536, había una ermita y enfrente estaba un terreno ocupado por un tianguis, donde desahogaba el lago de Tenochtitlan y se formaba una pequeña laguna.

La Iglesia, al ver la multitud que iba al lugar, ascendió a la ermita a parroquia, y en 1640 construyeron un templo grande, y luego el actual que data de 1740. La plaza se había convertido en un tianguis, donde los puestos también eran viviendas. Así fue naciendo el barrio de la Lagunilla.

Pero, a la vez, llegaron las familias pudientes, y por ser tan céntrico, aunque fuera un barrio indígena, se aposentaron en las calles de Brasil, Nicaragua, Chile o en callejones, como Nazarín del Toro. No por nada de estas casas, en los siglos XVIII y XIX, salieron los criollos que participaron en la lucha por la Independencia de México.

Algunas todavía sobreviven, como la de Leona Vicario que, aunque no está estrictamente en la Lagunilla, se encuentra en las calles de Brasil y Bolivia; pero, por ejemplo, la de la familia Tagle, en Brasil y Nicaragua, o la de María Rodríguez del Toro de Lazarín, heroína de la Independencia, en el callejón de República de Chile. En 1833, la ciudad sufrió una epidemia del cólera y las familias ricas, se fueron a lugares seguros y rentaron sus casas.

También estuvo la fábrica de tabaco antes de que fuera trasladada a la Ciudadela, y los puestos de los tianguis dejaron de ser habitacionales para las familias, estas se fueron a rentar un cuarto en aquellas casonas. Muchas de ellas se convirtieron en vecindades, aún en pie. A finales del siglo XIX, Porfirio Díaz ordenó construir un nuevo mercado.

Este mercado fue sustituido por los de 1956. Y donde estuvo el tianguis indígena de 1533, ahora hay un jardín dedicado a Leona Vicario, enfrente está la iglesia de Santa Catarina. Además, hay tiendas de vestidos de XV años y mueblerías. Digo, cómo cambian los tiempos. Total, qué tanto es tantito.

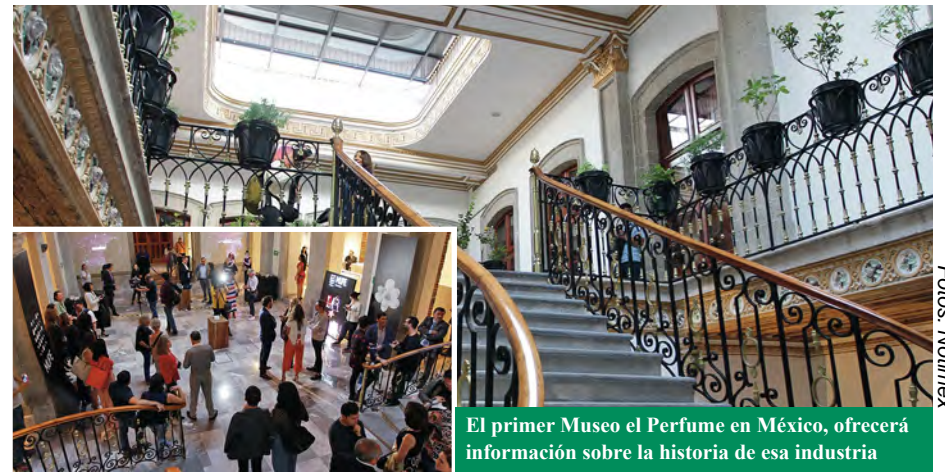
Tendrá México primer Museo del Perfume

En la casona ubicada en la calle de Tacuba, número 12, Centro Histórico capitalino, se abrirá el primer Museo del Perfume (Mupe), en nuestro país, donde se ofrecerá a los visitantes información sobre la historia de esa gran industria, la labor de los perfumistas, las materias primas y la aportación de este ramo al mundo.

“Será el primero de su tipo en México y abrirá el 18 de julio. La propuesta es mostrar la historia y aportación que este país ha dado al mundo sobre el tema”, dijo Crisanto Romero, director del lugar.

Se contará con espacios para fabricar aromas, videos informativos, salas interactivas para hablar del origen del perfume y lo que ha hecho México en este campo.

“El perfume es importante en nuestra vida, nos hace recordar momentos. Quién no recuerda el aroma de un bebé, el de la casa, el de la comida de nuestra mamá y



El primer Museo el Perfume en México, ofrecerá información sobre la historia de esa industria

hasta a los abuelitos. Todos los momentos de nuestra vida están marcados por ciertos aromas”.

Será en la antigua casona que perteneció a Carmen Romero Rubio, la segunda esposa del expresidente Porfirio Díaz,

donde el Mupe instalará una importante colección de fragancias creadas de 1850 a 1970.

La entrada tendrá un precio accesible, con descuento especial para estudiantes y adultos mayores.



Zapata, olvidado por el cine

La gratitud y admiración de los campesinos hicieron de Emiliano Zapata una leyenda, uno de los personajes más representativos de la Revolución Mexicana, por su defensa incansable de la propiedad de la tierra; sin embargo, su figura ha sido poco retomada por el cine.

A diferencia de Francisco I. Madero y Pancho Villa, el líder morelense, cuyas frases “Tierra y Libertad” y “La tierra es de quien la trabaja” resumen los ideales de los campesinos, apenas cuenta con cuatro referencias en la cinematografía, la

primera de ellas, de Hollywood.

En 1952, el director estadounidense Elia Kazan llevó por primera vez al “Caudillo del Sur” a la pantalla grande en *¡Viva Zapata!* (*Zapata the Unconquerable*), con Marlon Brando, protagonista, y Anthony Quinn como su hermano Eufemio.

En 1970, Antonio Aguilar produjo y escribió el guion de *Emiliano Zapata*, dirigida por el entonces joven cineasta Felipe Cazals.

La cinta fue filmada en 70 milímetros

y para la época se convirtió en una de las primeras épicas de gran escala, costosas y poco convencionales jamás realizadas en México; contó con asombrosos sets, y también muchos extras.

Luego de 17 años, Antonio Aguilar repitió el papel en *Zapata en Chinameca*, de Mario Hernández, aunque con menor éxito. Esta cinta estuvo enfocada en cómo se armó el plan para asesinarlo en la hacienda de Chinameca.

La versión más reciente del “Caudillo del Sur” llegó a los cines en 2004, con *Zapata. El sueño del héroe*, de Alfonso Arau, con Alejandro Fernández como protagonista.

La cinta es probablemente una de las más ambiciosas sobre el revolucionario, con un reparto que incluyó a Lucero y Jaime Camil; sin embargo, recibió fuertes críticas porque no se apegó a la historia real.



Los aliados en casa

 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$17.90 <small>precio para frontera norte \$16.90</small></p> <p>Pasta dental Crest Complete 100 mL</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$15.00 <small>precio para frontera norte \$14.00</small></p> <p>Shampoo restauración 100 mL</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$15.00 <small>precio para frontera norte \$14.00</small></p> <p>Shampoo control de caspa 90 mL</p>
 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$29.90 <small>precio para frontera norte \$28.90</small></p> <p>Cepillo dental limpieza profunda 2 piezas</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$15.90 <small>precio para frontera norte \$14.90</small></p> <p>Cepillo dental viaje Pro-Comp 1 pieza</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$14.00 <small>precio para frontera norte \$13.50</small></p> <p>Cepillo dental infantil 1 pieza</p>
 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$49.00 <small>precio para frontera norte \$46.00</small></p> <p>Hilo dental sabor menta 25 m</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$49.00 <small>precio para frontera norte \$46.00</small></p> <p>Hilo dental sabor menta 25 m</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$54.00 <small>precio para frontera norte \$51.00</small></p> <p>Espuma Gillette Sensitive 175 g / 179 mL</p>
 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$21.00 <small>precio para frontera norte \$20.00</small></p> <p>Rastrillo para dama Venus Simply3 1 pieza</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$33.90 <small>precio para frontera norte \$31.90</small></p> <p>Rastrillo hoja triple para caballero 2 piezas</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$54.00 <small>precio para frontera norte \$51.00</small></p> <p>Espuma Gillette Sensitive 175 g / 179 mL</p>
 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$31.90 <small>precio para frontera norte \$29.90</small></p> <p>Pasta dental niños Oral B 75 mL / 100 g</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$24.00 <small>precio para frontera norte \$23.00</small></p> <p>Pantiprotector uso diario super absorbente 18 piezas</p>	 <p>Precio resto de la república</p> <p>\$11.90 <small>precio para frontera norte \$11.50</small></p> <p>Toalla sanitaria nocturna flujo abundante 5 piezas</p>

Higiene es salud. Vigencia al 30 de abril de 2019.

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

Horóscopos *Amira contigo*



Aries (marzo 21 - abril 20)

La intensa luna nueva, del 5 de abril, te trae suerte. Si quieres tener la situación económica controlada, mantén una disciplina férrea. Recibirás dinero. ¡Feliz cumpleaños, mi querido Aries! Disfruta de todos los talentos que Dios te confirió. Evita estar preocupado, el esfuerzo te sacará adelante.

Tauro (abril 21 - mayo 21)

Urano en tu signo, el planeta de los cambios, trae sorpresas. Te verás precisado a propiciar transformaciones, y a darle mayor empuje a la energía constructiva. Comparte tus sueños con los seres que te rodean. Buenas ganancias en este mes por el empeño en tus propósitos de trabajo.

Géminis (mayo 22 - junio 21)

Puedes avanzar en el trabajo, aunque la Semana Mayor interrumpirá tu continuidad. Los astros indican que este mes es propicio para firmar contratos y pedir aumento. Conserva tu mente positiva, siempre. Apenas tendrás tiempo de ajustar algunos pendientes.

Cáncer (junio 22 - julio 22)

Podrás planear de manera ambiciosa tu trabajo. La luna llena en Libra, el día 19, y la entrada del sol, en el signo de Tauro, el 22, podrían ayudarte a que todo sea un éxito. Es tiempo propicio para lograr tus propósitos. Tu naturaleza es sensible e intuitiva. Tú mensaje clave: "Yo, siento".

Leo (julio 23 - agosto 22)

Querido Leo, Mercurio y la luna llena, del 19 de abril, indican que es tiempo de renovar las creencias negativas. Acepta el devenir de las cosas, la llama de la esperanza será una fuerza positiva para eliminar las cargas que has acumulado por conflictos de familia y de trabajo.

Virgo (agosto 23 - septiembre 22)

La ambición no siempre trae cosas buenas, así que procura usar tu creatividad para salir adelante. La luna llena y Marte muestran que es un mes productivo en el área laboral. Cuida tu alimentación y controla inestabilidad de carácter que puede inclinar al conflicto.

Libra (septiembre 23 - octubre 22)

La luna llena en tu casa significa que tengas cuidado con la desconfianza en tu trabajo, quizá generes un ambiente de nerviosismo. Si las oportunidades no llegan hoy a tu puerta, sal a buscarlas. Evita actuar por impulso, querido Libra, "abarcas mucho y poco aprietas".

Escorpión (octubre 23 - noviembre 22)

La luna llena, del 19, nos dice que cobrarás un dinero pendiente. La gente más sana son los que actúan con madurez. Podrías tomar decisiones equivocadas y afectar tus intereses profesionales, así que "ponte las pilas". Con la pareja, los astros anuncian sorpresas e imprevistos que pueden favorecerte.

Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21)

Suelta las cargas, lo que ya no es importante. Tendrás que hacer cambios en los negocios y cortar lo negativo. Posibles viajes de trabajo. Periodo favorable para el dinero y el amor. Cuidate del estrés y de rivalidades. Venus en este periodo puede traerte algunas ventajas.

Capricornio (diciembre 22 - enero 20)

Se estimularán tus afectos. Fluye con tu trabajo. Hay que renovar ilusiones y autoestima. La fuerza de voluntad debe estar presente. Tienes necesidad de aclarar falsedades en el trabajo y amores. Podrás avanzar profesionalmente. En lo económico se verán alternativas en caminos más despejados.

Acuario (enero 21 - febrero 19)

La luna llena en Libra y el sol en Aries favorecen el terreno afectivo. Cuando hay casta en el alma, logras lo que te propones. Los astros cambian con pasos graduales, pero firmes. Tienes que enderezar las situaciones en desequilibrio tanto personales como en el trabajo.

Piscis (febrero 20 - marzo 20)

En el ámbito del amor deberás ser firme y constante. Deja que las fuerzas espirituales te orienten a tu favor. Abre negocios, dinero y trabajo, los días 5, 12, 19. "El buen juez por su casa empieza". Antes de juzgar, fíjate en ti mismo. Debes seguir tus corazonadas.

Unidos en el corazón. Que tengan un mes pleno de bendiciones. No te pierdas los horóscopos de la semana con Amira, en *Todo un show*, todos los lunes, a la 1:50 p.m. por Azteca Uno.

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx



De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



Historias armables

Arturo Martínez

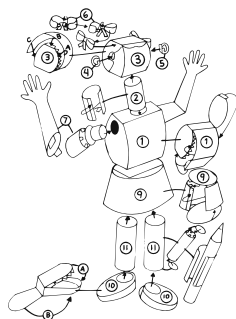
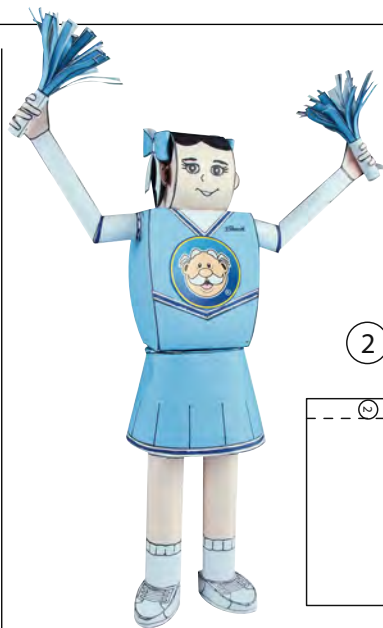
¡Venga una porra!

Si se trata de animar al público, ahí está la porra. Bueno, así le decimos en México a los gritos de apoyo en lugares públicos, como los estadios. Los grupos de porras más organizados comenzaron en Estados Unidos, por los años 1800, en la Universidad de Princeton, cuando varios jóvenes escribieron la primera canción para animar a sus equipos deportivos. Luego, por ese tiempo, Johnny Campbell, un joven integrante de un grupo de seis animadores, creó la primera porra para el equipo de su escuela, en Minnesota. Así que -se asegura-, él fue el primer porrista. Luego, los grupos se organizaron más y usaban megáfonos para que al gritar sus porras, la gente los escuchara. Hasta entonces los porristas solo eran hombres. Pero cuando estalló la Primera Guerra Mundial, y los hombres tenían que reclutarse en el ejército, las porras eran formadas por mujeres. Y más adelante, cuando los conflictos cesaron, fueron mixtas.

Para llamar más la atención y lograr la participación del público, los grupos comenzaron a realizar acrobacias, giros y vueltas. Y luego, invitaron a que el público participara con cartulinas de color que, al juntarlas, formaban una imagen.

Así, las porras y los porristas evolucionaron de tal modo, que empezaron a escribirse libros de asesoramiento para rutinas y ejercicios. Se formaron bandas musicales y se emplearon aditamentos, como pompones, listones o bastones. Las porras tienen tanto éxito que se organizan competencias para mostrar sus habilidades, donde gana el grupo con más técnica, más alegría y más vistoso. En algunos países, estos torneos son transmitidos por televisión. Y se requiere tal fuerza y destreza que algunos reconocen esta actividad como un verdadero deporte. Aunque otros no. Por lo pronto, aquí tienes a una porrista, dispuesta a dar maromas, hacer giros, animar al público y antes que todo eso... a ser armada.

Forma tu propio equipo de animación e invéntale una porra. O corea con ella la que todos conocemos: "A la bio, a la bao, a la bim, bom, ba..."

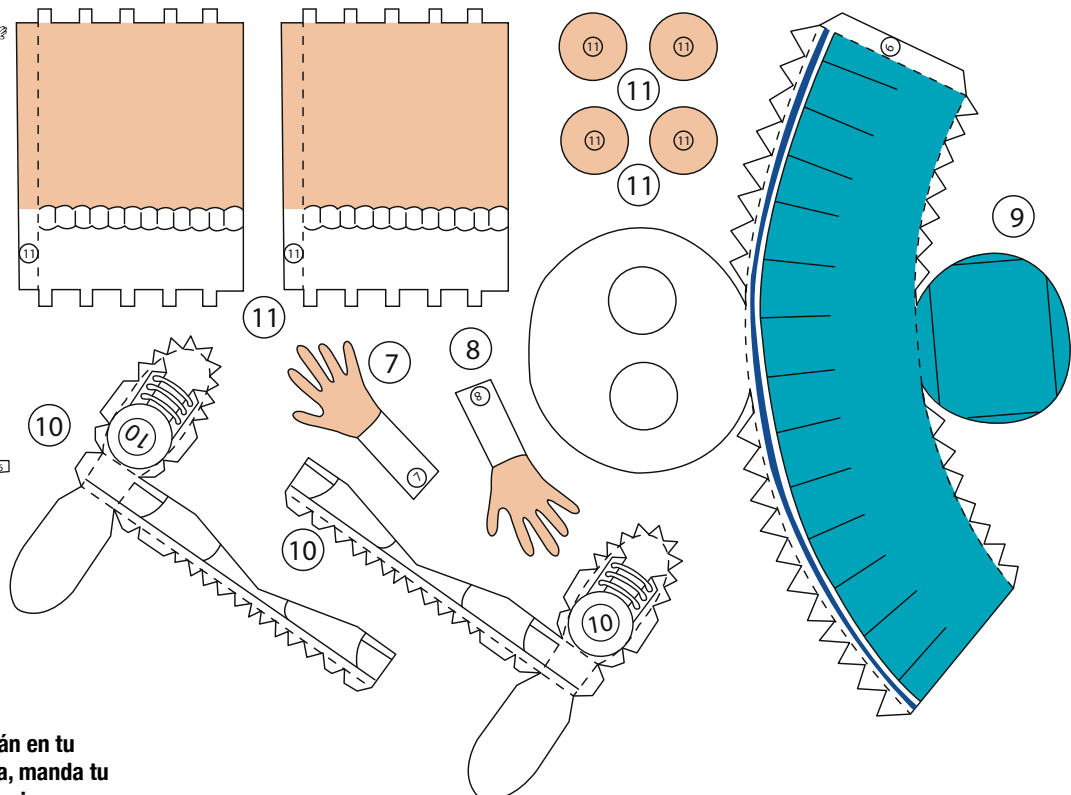
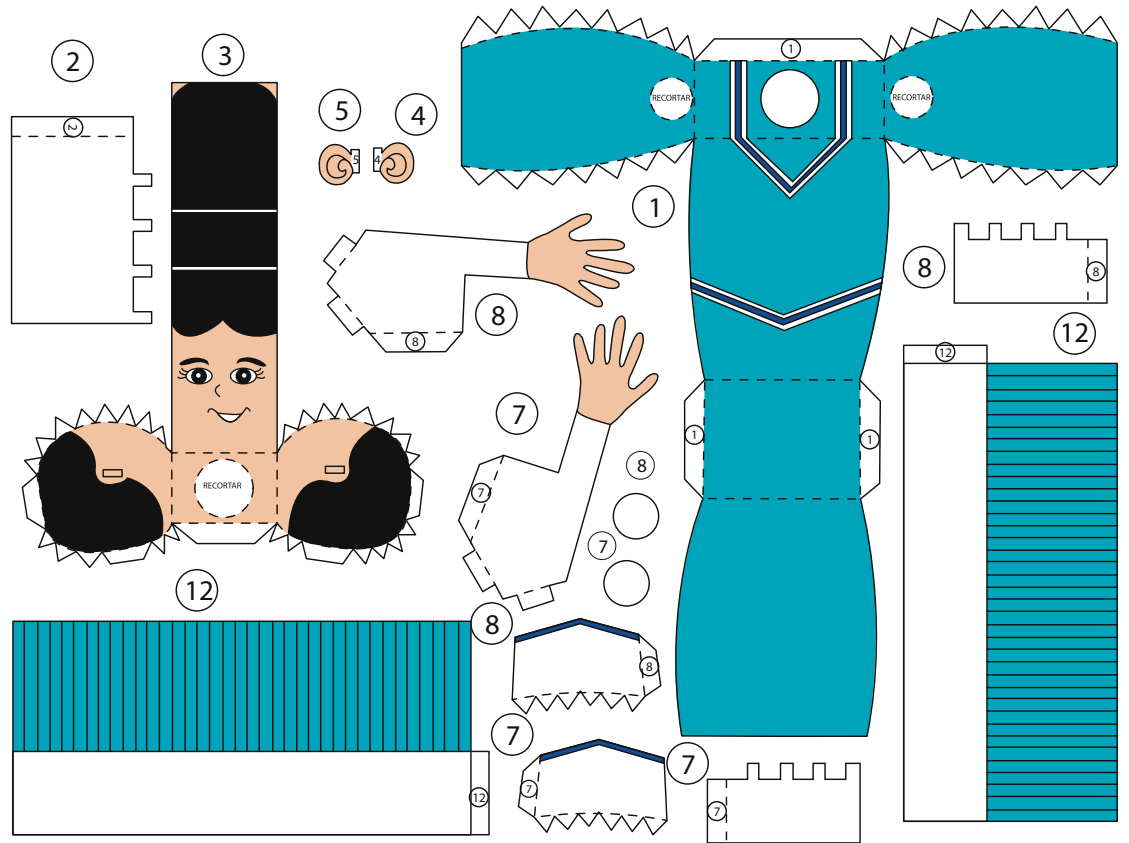


Edmundo Javier Olmos Vargas

¿Cuántas figuras has armado y están en tu colección? Si tienes una sugerencia, manda tu correo a simi_informa@porunpaismejor.com.mx

¡Amplifícalo, por partes, del tamaño que quieras!

- 1.- Saca copias para tus amigos
- 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond
- 3.- Con ayuda de un adulto, recorta las piezas según el orden de los dibujos
- 4.- Dobra en línea punteada
- 5.- Arma tu modelo siguiendo la numeración en los dibujos



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](https://www.facebook.com/nesajar) www.nesajar.com

El uso de este producto solo alivia las molestias, síntomas o malestares, no cura enfermedades. Permiso COFEPRIS 1833002T1B0393.

Este año sí cumplo

ORLISTAT

60mg



farmaciasimilares.com

COFEPRIS: 163300201B3364 Consulte a su médico. El producto debe acompañarse con dieta y ejercicio. Vigencia al 30 de abril de 2019.

De venta en



Dr. Simi

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



ASTAXANTINA

Colágeno Hidrolizado
Cápsulas

Precio zona frontera norte: \$232.00
Precio resto de la república:

\$249.00

*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región frontera norte. Salud es belleza. COFEPRIS: 143300202D0226 Vigencia al 30 de abril de 2019.

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO