

# SIMINFORMA

Por Un País Mejor<sup>®</sup>

siminforma.com / Mayo 2019 / Núm. 445 / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



## Desempleo: ¿duelo u oportunidad?



Foto: Miguel Sánchez

pp. 10 y 11



# CUIDA TU PANCHITA



# “NO” al unichel

**Victoria Landa**

El poliestireno expandido es un material plástico derivado del petróleo, y es cancerígeno. Se elabora de benceno (un químico usado para elaborar plástico) y, una vez convertido en estireno (caucho sintético), se le inyectan gases que lo amplían como espuma.

Debido a su practicidad el uso de unichel se ocupa en empaques, construcciones y desechables para el sector alimenticio y manualidades, además, es higiénico y buen aislador térmico. Sin embargo, es un gran generador de basura, nocivo para la salud, medioambiente y ecosistemas.

La Asociación Nacional de Industrias del Plástico (Anipac), afirma que anualmente se consumen ¡125 mil toneladas de unichel en México!

Efectos:

- Los gases químicos utilizados en su elaboración destruyen la capa de ozono

- Al llegar a los océanos, las especies marinas, como tortugas, aves y peces, lo confunden con alimento, y mueren por ingerirlo. De acuerdo con un estudio realizado por el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, más de ocho millones de toneladas de plástico llegan al mar cada año.

- Al quemarse genera gases que producen un efecto invernadero, y libera sustancias tóxicas, nocivas para nuestro sistema respiratorio

- Contamina los alimentos calentados en el microondas, ya que produce dioxinas, las cuales son cancerígenas

El poliestireno expandido no es biodegradable y tarda más de 100 años en desintegrarse.

## Centros de acopio

**Marcos & Marcos, calle H. Ayuntamiento N.º 8, San Juan, Tultepec, Estado de México.**

**Rennueva, calle de Mimosas, N.º 63, colonia Santa María Insurgentes, alcaldía Cuauhtémoc.**



Foto: Miguel Angel Sanchez

Para reducir su consumo, debemos usar materiales sustentables, llevar nuestros propios envases en vez de usar desechables, y buscar productos donde la envoltura sea reciclable, como cartón, papel o los elaborados a base de maíz y papa, 100% biodegradables.

Existen centros de acopio en la Ciudad de México. Rennueva es una empresa emergente que recicla y compacta el plástico del unichel y lo convierte en materia prima, lista para un nuevo uso. Produce 100 kilos de unichel reciclado al día. Usted puede

acudir a ella en la calle de Mimosas, N.º 63, colonia Santa María Insurgentes, alcaldía Cuauhtémoc.

Marcos & Marcos es otro centro de acopio que utiliza el unichel para enmarcar fotografías. Se encuentra en calle H. Ayuntamiento N.º 8, San Juan, Tultepec, Estado de México.

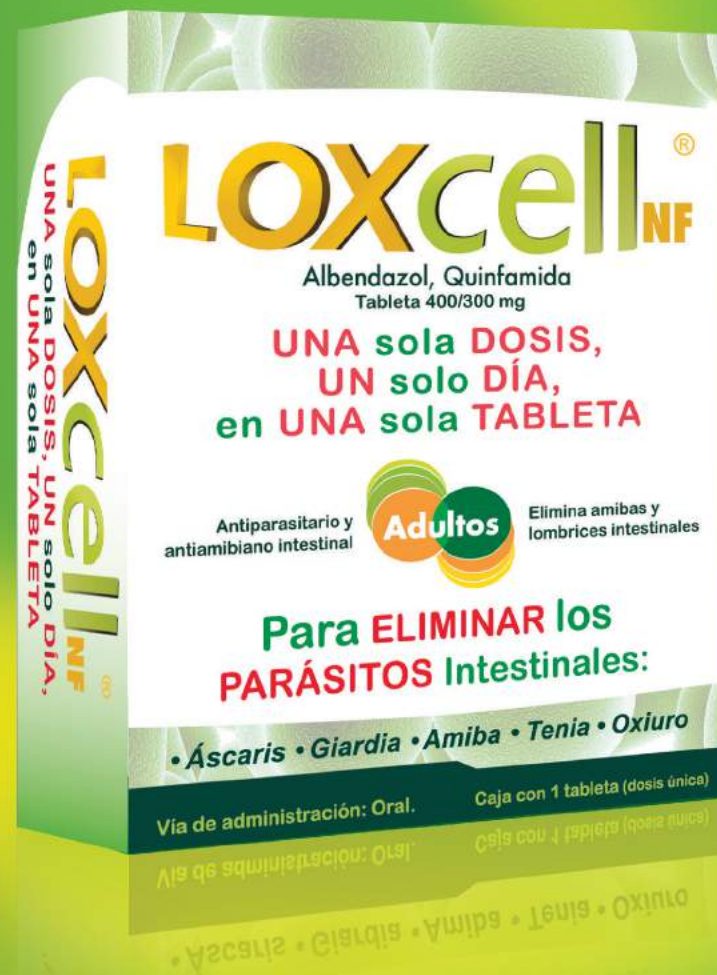
Lo urgente es fomentar una cultura del acopio y reciclaje; asumir un compromiso en pro del medioambiente; decirle “no” al plástico, y empezar a operar un cambio en nuestro planeta.

**Reduce, Reutiliza y Recicla. #SíMiPlaneta**

# LOXcell<sup>®</sup> 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.

# No es un mito: el corazón sí se rompe



Foto: Alejandra Cervantes

El síndrome del corazón roto afecta principalmente a las mujeres, y es causado por vivir en constante estrés y tensiones, pasar por la pérdida de un ser querido o una ruptura amorosa.

Este padecimiento, descrito recientemente en la literatura médica, se caracteriza por un abombamiento en el ventrículo izquierdo del corazón, señaló Marcelo Ramírez Mendoza, jefe de Cardiología del Hospital General de México "Dr. Eduardo Liceaga".

Los síntomas —explicó—, son similares a los de un infarto, por lo que comúnmente se confunde con este tipo de evento cardíaco.

El 90 por ciento de los casos de este síndrome se pre-

senta en mujeres de entre 50 y 55 años de edad, periodo de inicio de la menopausia. También se diagnostica en varones de entre 65 y 67 años, adultos jóvenes e incluso en niños.

Estrés, tensiones, preocupaciones y dolor literalmente pueden "romper el corazón", porque al presentarse este tipo de emociones el sistema nervioso genera una carga de adrenalina que provoca una cardiomiopatía de Takotsubo, también conocida como "síndrome del corazón roto".

Los pacientes ingresan al hospital con el diagnóstico de un infarto, incluso, el electrocardiograma y los análisis de sangre para identificar las enzimas cardíacas muestran re-

sultados que lo confirmarían.

Sin embargo, cuando se realiza un cateterismo o un ecocardiograma, se descubre que no existen lesiones típicas de un infarto, como puede ser la obstrucción de alguna arteria.

"Lo que sí se observa es un abombamiento del corazón; es ahí cuando se cambia el diagnóstico al del síndrome del corazón roto", apuntó el experto.

Expuso que, al no haber daño grave en el corazón, 95 por ciento de los pacientes se recuperan en un lapso de entre cuatro y ocho semanas, con medicamentos para controlar los síntomas, como el dolor de pecho y regulación del ritmo cardíaco.

## Variantes genéticas impulsan medicamentos contra obesidad

El descubrimiento de variantes genéticas en personas relacionadas con la obesidad, diabetes tipo 2 y enfermedades del corazón, podría llevar al desarrollo de nuevos medicamentos para perder peso.

Un estudio de la Universidad de Cambridge precisa que en el Reino Unido hay cerca de cuatro millones de personas con este tipo de variantes genéticas, que pueden ser utilizadas para modificar el trabajo del MC4R, uno de los genes clave en la regulación del peso.

Los investigadores demostraron que aumentar la actividad del MC4R, puede proteger a las personas contra el sobrepeso. Entonces el hallaz-

go podría fomentar el desarrollo de nuevos medicamentos que "copien" el efecto protector de las variantes genéticas, para lograr o mantener la pérdida de peso con dicho gen.

El estudio, donde se encontraron 61 distintas variantes genéticas naturales, dirigido por el Instituto de Ciencia Metabólica Wellcome Trust-MRC, en la Universidad de Cambridge, examinó el gen MC4R en medio millón de voluntarios de la población del Reino Unido.

Los resultados de laboratorio arrojaron que las variantes del gen MC4R relacionadas con un mayor riesgo de obesidad detuvieron el funcionamiento del gen, mientras que las

variantes que ofrecían protección contra la obesidad mantuvieron el gen "activado".

Cerca del seis por ciento de los participantes tenían variantes genéticas, lo que generó que el receptor permaneciera "encendido". Este tipo de personas comían menos, lo cual podría explicar su menor peso.

"Este estudio revela el hecho de que la genética cumple un papel importante en el motivo por el que algunas personas son obesas, y otras tengan la suerte de tener genes que las protegen de la obesidad", dijo Sadaf Farooqi, líder del proyecto.



**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor

Redacción  
Director Vicente Monroy Yáñez

Diseño  
Adriana Hinojo Montes de Oca  
Virginia Palacios Baeza

Mayo 2019  
Edición 445

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

# DIABETES

En México, **12 millones de personas**, entre los **20 y 79 años**, padecen diabetes, lo que nos coloca en el **5.º lugar mundial** en esta enfermedad.

Consecuencias de una **diabetes** fuera de control:

- Ceguera
- Daño y amputación de miembros inferiores
- Daño en los riñones
- Infartos
- Disfunción eréctil (impotencia)



Todos los **martes**, de este mes, **hazte la prueba gratuita** en los consultorios médicos de **Fundación Best, A.C.**

¡Con un **diagnóstico oportuno**, un tratamiento y el control adecuados, puedes evitar complicaciones y mejorar tu calidad de vida!

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



## Salud y sociedad

### Migraciones

Miguel Ángel Ferrer

www.miguelangelferrer-mentor.com.mx



Los desplazamientos de población son tan antiguos como la especie humana. Durante milenios, cuando el hombre vivió de la caza, la pesca, la recolección de frutos y el pastoreo, las migraciones eran la condición esencial de la existencia de cualquier grupo humano.

Pero desapareció con el descubrimiento-inventación de la agricultura, hace diez mil años. El cultivo de la tierra permitió al ser humano convertirse en sedentario. Pero el sedentarismo no terminó con las migraciones. Estas, simplemente, se modificaron y adquirieron nuevos rasgos y motivaciones.

Entre las múltiples e infinitas razones de individuos y grupos sociales para emigrar hay una motivación siempre presente a lo largo de los milenios. Es la necesidad, el propósito o el deseo de mejorar sus condiciones materiales de existencia. Puede decirse, en síntesis, que la motivación económica es la causa principal, siempre presente de las migraciones.

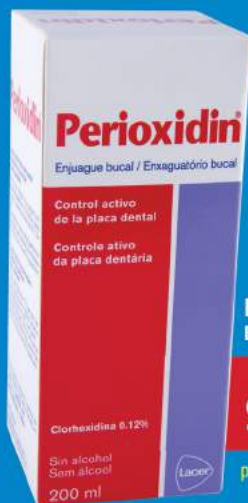
Y esta fue la causa de las grandes migra-

ciones europeas hacia el Nuevo Mundo a partir del llamado “descubrimiento de América”. Y son razones económicas las que explican los desplazamientos de población actuales hacia Europa y Estados Unidos.

Y también explican las migraciones del campo hacia la ciudad, las cuales han marcado el devenir demográfico característico del siglo XX en todo el planeta. Así, luego de milenios de predominio de la población rural, a comienzos del presente siglo, por primera vez en la historia de la humanidad, la población urbana es mayor que la rural.

Este hecho significa que individuos y grupos humanos consideran que las posibilidades de mejoría en sus condiciones materiales de existencia son mayores en las urbes que en el campo.

Por ello, y hasta donde es posible hacer previsiones, es claro que esta tendencia hacia la urbanización y el relativo des poblamiento del campo se prolongará y fortalecerá en el futuro.



Peroxidín\*\*  
Enjuague bucal / 200 ml

**\$215.00**

precio zona frontera \$201.00



Jabón de azufre  
con lanolina 100 g

**\$33.00**



Jabón neutro  
100 g

**\$13.30**

precio zona frontera \$12.50



Shampoo de  
manzanilla / 100 ml

**\$16.90**

precio zona frontera \$16.00



Shampoo lavanda  
y lechuga / 250 ml

**\$46.00**

precio zona frontera \$43.00



Cloroxazona /  
Ketoprofeno\*\*  
10 tabletas 250 / 50 mg

**\$71.00**

Reg. N.º: 14110 SSA VI

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

Higiene es salud. Vigencia al 31 de mayo de 2019.  
\*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región frontera norte.

De venta en



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

**Collifrin**

**\$26.00**  
Precio Farmacias Similares\*

**Collifrin**  
Oximetazolina  
Solución Infantil  
0.025%  
Extra Humectante con Glicerina  
12 Horas de Acción  
Caja con Frasco con 20 mL

**\$29.00**  
Precio Farmacias Similares\*

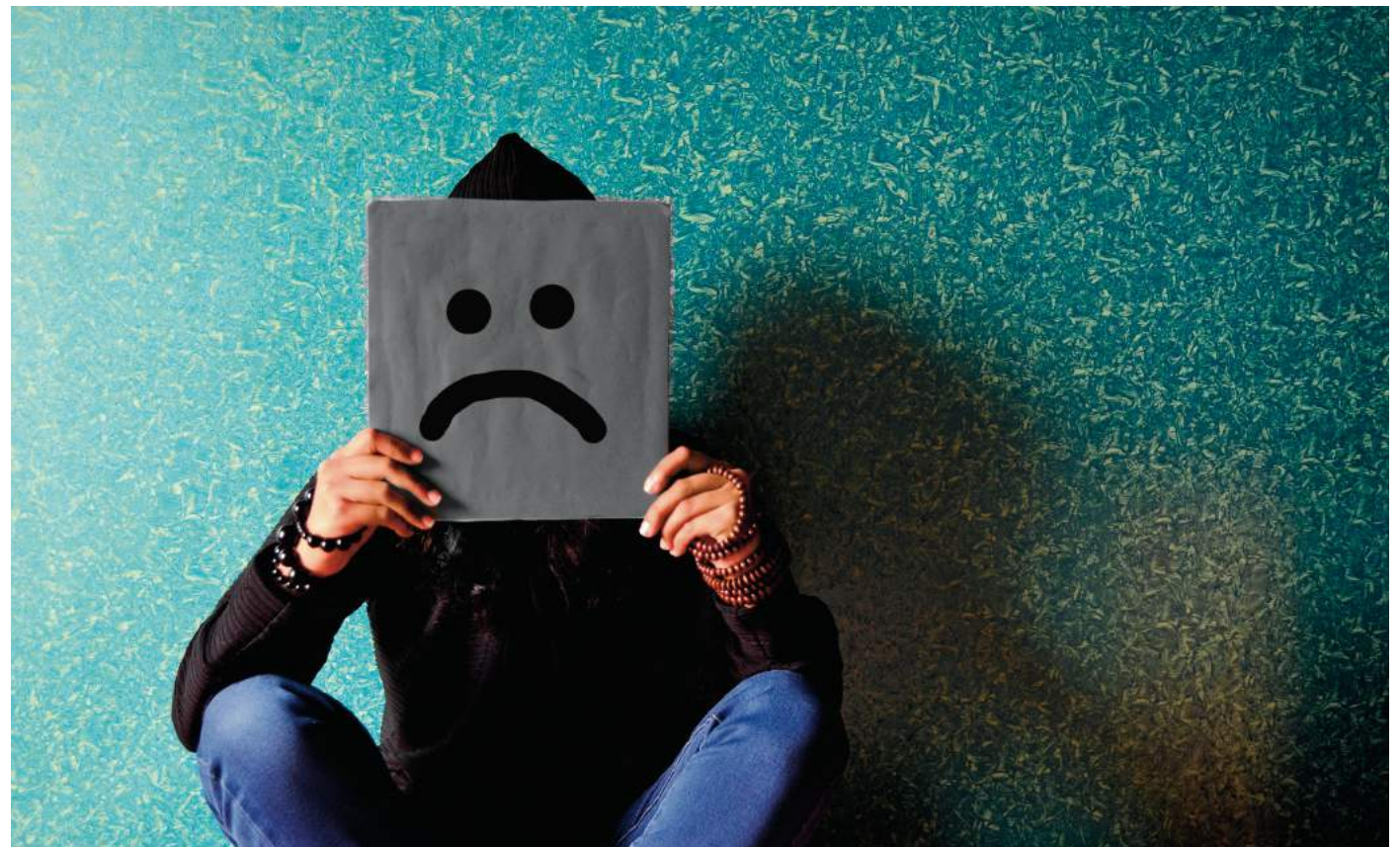
**Collifrin**  
Oximetazolina  
Solución Adulto  
0.05%  
Extra Humectante con Glicerina  
Caja con Frasco con 20 mL

De venta en  
**FARMACIAS SIMILARES**<sup>®</sup>  
Consulte a su médico.

Vigencia al 31 de mayo de 2019.  
Reg. No. 492M2004 SSA VI

# ¿Es normal temer a la muerte?

Roxana González\*



¿Qué es la muerte? Es una pregunta que nos planteamos todos en algún momento de la vida, nos hace reflexionar sobre nuestra existencia, permanencia, final y trascendencia.

Es un momento de incertidumbre, una experiencia única, pues no lo hemos experimentado nunca; no es como “tropezar con la misma piedra”, o contar “cómo nos fue en la feria”.

Por ello, es común que llegemos a tener sensaciones de ansiedad ante esa idea, sobre todo si vienen a la mente formas catastróficas de morir, con dolor o agonía. También para muchos genera angustia pensar cómo lo vivirán los seres queridos.

¿Cuántas ocasiones nos pasa que, al saber de alguien cercano a la muerte o que atraviesa por la pérdida de un ser querido, nos paralizamos?

Esta reacción es normal, sobre todo

cuando quisiéramos hacerle saber al otro que también nos sorprende la muerte, especialmente cuando no hemos pensado que es un proceso inevitable.

Culturalmente nos han enseñado que los mexicanos se burlan de la muerte; pero en realidad es una forma de acercarnos a un momento ineludible para todos. A pesar de verla de manera cómica y cotidiana, siguen presentes una serie de mitos respecto de cómo se debe reaccionar ante la muerte de un ser querido.

Y es frecuente escuchar en los velorios frases como “ya no llores, déjale descansar”, “tienes que ser fuerte por los demás”, “afrota la vida sin dolor”, “ya está descansando, ¿por qué sufres?”, por mencionar algunas.

No se dan cuenta de que al decir esto llevan a la persona a esconder su dolor, pensando que, con ello se resuelve, se ayuda o se madura.

Si usted evita hablarlo, la mente queda como olla exprés, pero sin válvula de escape, en peligro de estallar en cualquier momento. Lo quieran o no, el cuerpo termina por expresar lo que se quiere callar. Comienzan, entonces, dentro de los signos y síntomas más frecuentes, trastornos como la depresión y la ansiedad.

Cuando se sabe que alguien morirá próximamente y le atemoriza pensar en ello, hable cómo se sentiría ante un profesional, ya que trabajar sobre sus propias creencias o limitaciones, le dará mayor control de esta situación.

En el CNDEE contamos con psicólogos que pueden escucharle y apoyarle. Llame al 01 800 9116666, opción 3, de manera gratuita. O bien, escríbanos a [centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx](mailto:centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx)

\* **Psicóloga del CNDEE**



Ofrecemos apoyo y orientación psicológica

GRATUITA



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



Roche

Haz chek con  ACCU-CHEK®



**Glucómetro  
Accu-Check® Active**

1 pieza

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$479.00\*

**\$514.00**

PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA



**Tiras Accu-Chek®  
Active**

10 tiras reactivas

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$123.00\*

**\$132.00**

PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA



**Tiras Accu-Chek®  
Active**

60 tiras reactivas

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$307.00\*

**\$329.00**

PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA



**Accu-Check®  
Softclix**

25 lancetas

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$61.00\*

**\$65.00**

PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA

Prevención es salud. Vigencia al 31 de mayo de 2019.

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

\*\*La imagen mostrada en este material es de carácter ilustrativo y puede variar con respecto del producto final.



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



¡ADIÓS AMIBA!  
¡ADIÓS LOMBRIZ!



  
Fármacos Continentales

ANTIPARASITARIO

**Farmiver**

Quinfamida - Albendazol

UNA SOLA  
**Dosis**

**Farmiver Pediátrico**  
Niños de 2 a 4 años

**Farmiver Junior**  
Niños de 7 a 11 años

**Farmiver Tabletas**  
Adultos y Niños  
mayores de 12 años



Reg. No. 385M2006 SSA VI

Reg. No. 173M2012 SSA VI

**Ideal para cada  
integrante  
de la Familia**

De venta en **Farmacias de Similares**

[www.farmiver.com.mx](http://www.farmiver.com.mx)

Contacto Comercial:

[info@farmacoscontinentales.com.mx](mailto:info@farmacoscontinentales.com.mx)

**Fármacos Continentales, S.A. de C.V.**

SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.

Permiso COFEPRIS 163300201B1100



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

# Musacchio: “El periodismo, en peligro de extinción”

**Juan Manuel Rentería**

Humberto Musacchio López, periodista y escritor desde hace más de 50 años, afirma que las redes sociales están afectando al periodismo escrito.

—¿Por qué afirmas eso?

—Porque muchos lectores están pasando al periodismo virtual del internet, y en este circulan muchas noticias generadas por personas que no son profesionales; en ocasiones, quienes reciben esa información la dan por buena y se han visto auténticas barbaridades. Si alguien nos dice que mataron al arzobispo, y circula en redes sociales, a lo mejor lo vamos a creer millones de personas, y eso es grave, es uno de los riesgos inherentes a esa libertad que hay en los medios virtuales.

—¿Qué tan grave puede ser la publicación de noticias falsas en internet y redes sociales?

—Es altamente nocivo y, por desgracia, no veo cómo lo podemos evitar; si tú o yo publicamos noticias falsas, nos corren, no hay de otra; pero en internet cualquiera puede publicar cualquier cosa, esto es lo grave del asunto.

Humberto Musacchio López nació en Ciudad Obregón, Sonora, el 26 de octubre de 1943. Estudió economía en la Universidad Nacional Autónoma de México, pero dejó la carrera para dedicarse al periodismo, desde 1969.

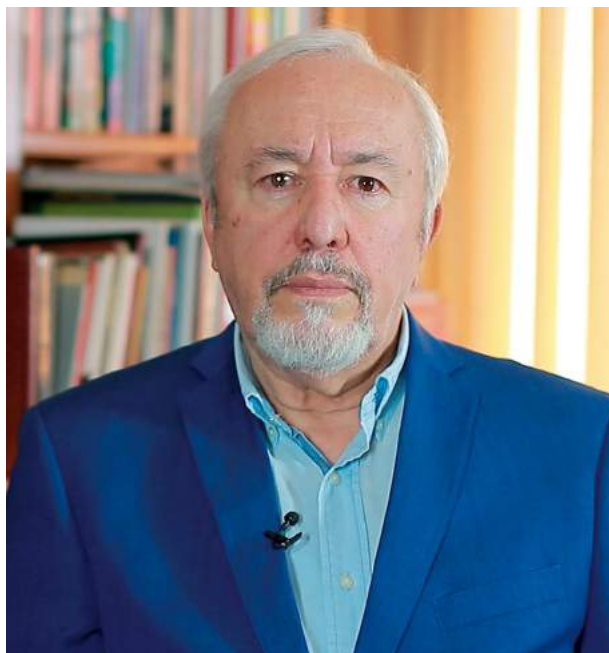
—¿Por qué dejaste la carrera?

—Yo fui cabeza del movimiento del 68, abandoné el trabajo que tenía porque quería una revolución; soy sobreviviente de la matanza de Tlatelolco y acabé en una crisis, como toda mi generación. Nos habían derrotado a balazos, muchos muertos, muchos encarcelados.

“Fue muy doloroso y, entonces, la carrera me resultó poco interesante. Yo quería transformar este país, que hubiera justicia; así, empecé a escribir por mera necesidad y dejé la carrera”.

Desde sus inicios en las tareas informativas, se especializó en el periodismo cultural. Fue jefe de las secciones culturales de *El Universal* y *Unomásuno*.

También fue subdirector del diario *La Jornada* y director de *Comala*, suplemento cultural del *El Financiero*. Asimismo, dirigió las revistas *Kiosko* y *Mira*.



Musacchio ha colaborado en la revista *Siempre!* y en el diario *Reforma*. Durante más de 50 años de ejercer el periodismo cultural, ha publicado su columna La República de las Letras.

—¿Cómo nace esa columna?

—En los años 90, se me ocurrió abrir el suplemento con una sección de notas breves que pudiera jalar más a los lectores, lo intenté y funcionó. La República de las Letras es una columna de informaciones breves sobre hechos culturales, casi todos de actualidad, aunque algunos sin serlo, la ilustran.

Humberto Musacchio es autor de quince libros, entre ellos *Ciudad Quebrada*, donde hace una detallada crónica del terremoto que sacudió a México el 19 de septiembre de 1985.

—¿Cuál ha sido tu más grande satisfacción dentro del periodismo y como escritor?

—Bueno, no soy gente de premios, ni de nada, incluso me he dado el lujo de rechazar algunos.

—¿Por qué?

—Creo que los premios no nos hacen ni mejores ni peores, somos lo que somos; perdón, pero tengo esa idea, sé que esta actitud no es muy popular en el gremio, pero uno no trabaja para premios, uno trabaja para que lo lean, para que lo escuchen, para que lo vean, en el caso de la radio o la televisión, pues es el mayor premio, precisamente, el reconocimiento del público.

Entre sus obras escritas destacan *Historia del Periodismo Cultural en México*, *Hojas del Tiempo* y *Urbe Fugitiva*. Es autor de diccionarios enciclopédicos del Estado de México, Nayarit y del entonces Distrito Federal.

—¿Qué anécdotas recuerdas como periodista?

—La vez que quise entrevistar a don Manuel Álvarez Bravo, el gran fotógrafo mexicano, a quien yo siempre he admirado mucho. Ya estaba muy grande y creo que lo agarré en un momento de mal humor porque le hacía la preguntas y él me respondía con monosílabos, “sí”, “no”, o solo levantaba los hombros; fracasé rotundamente, ese es mi gran fracaso como entrevistador, porque sencillamente no me quiso contestar.

Actualmente escribe en *Excelsior* y *Siempre!*. Llevó a la radio su columna en el programa *La República de las Letras*, del que es conductor.

Musacchio lamenta que haya perdido importancia la difusión de la cultura en la prensa, cuando antaño alcanzó un gran auge en la publicación de las diversas expresiones artísticas. Recordó que había periódicos con suplementos culturales de siete y ocho páginas, ahora reducidos a una o dos. Aseguró que los editores y dueños de periódicos no acaban de entender la importancia económica del periodismo cultural.

—¿Qué opinas del periodismo actual?

—Bueno, el periodismo tal como lo conocemos está en peligro de extinción, algunos profetas dicen que para el 2050 no van a existir los medios escritos, que va a ser periodismo virtual porque incluso el periodismo por televisión también está en crisis, y el periodismo radial creo que se defiende un poquito. El periodismo escrito tiene los días contados, según estos profetas.



## BENZOCAÍNA\*

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

Precio máximo al público \$190.00

Precio Farmacias Similares® **\$117.00**

Vigencia al 31 de mayo de 2019.

De venta en



### FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA  
75%  
DE AHORRO

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

## PRUEBA RÁPIDA PARA DETECCIÓN DE DROGAS



Precio resto de la república:

# \$239.00

Precio zona fronteriza norte: \$223.00\*

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

Prevenición es salud. Vigencia al 31 de mayo de 2019.

De venta en



### FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA  
75%  
DE AHORRO



### Expedientes del poder

Carlos Ramírez  
carlosramirez@hotmail.com  
@carlosramirez

## Seguridad: no es por ahí

Entre jalones y estirones, el Congreso aprobó la estrategia nacional de seguridad pública, el apoyo al programa de paz y la Guardia Nacional, propuestas por el gobierno del presidente López Obrador. Y si bien es cierto que la crisis de seguridad es compleja, las cifras de violencia criminal son mayores a periodos anteriores.

Algo está fallando y los estrategias gubernamentales no aciertan a saber qué no está dando resultados. De acuerdo con el escenario de inseguridad, cuando menos, hay cinco puntos sin solución:

1. La estrategia se creó para los cárteles del crimen organizado, pero las cifras de violencia criminal ocurren en la delincuencia al menudeo.
2. Los responsables de la política de seguridad han resultado eficaces para la planeación; no para los operativos.
3. El gabinete de seguridad no cuenta con una oficina eficaz y funcional de inteligencia criminal para monitorear a los delincuentes.
4. El proceso de organización de la Guardia Nacional carece de un método programático y no tiene un programa de comunicación social; y por los resultados, las conferencias matutinas del presidente López Obrador no alcanzan para construir un consenso social a favor del nuevo cuerpo.
5. Finalmente, el éxito de la estrategia de seguridad va a depender de las policías estatales y municipales porque las cifras de alta criminalidad son del fuero común, y la Guardia opera en el federal.

El gabinete de seguridad pública debe tener la suficiente flexibilidad para ajustarse a las contingencias y no ahogarse en las expectativas de corto plazo. Los datos revelan un aumento en la criminalidad al menudeo, sin capacidad para atender a grupos delincuenciales de dos o tres personas y movilidad por todas las ciudades. Ahí es donde las policías locales tienen la necesidad de aumentar su grado de eficiencia; pero su capacitación y controles de confianza andan por debajo de las exigencias. Por tanto, la seguridad federal debe tomar el control de la reorganización de las seguridades estatales y municipales. Si no, el presidente López Obrador se quedará muy pronto sin argumentos para confirmar que se hace algo, cuando las cifras oficiales de criminalidad siguen creciendo por encima de los gobiernos de Calderón y Peña Nieto.

# Desempleo: ¿due

### Miguel Sánchez

Raúl Cortés lleva días sin comer ni dormir bien; en la maquiladora donde trabaja ha habido recortes y teme que un día lo despidan. Esta situación ha mermado su estado de ánimo, tal y como les sucede a las demás personas que ahí laboran.

“El empleo representa seguridad económica y emocional; con el ingreso se asegura el sustento familiar y esto da estabilidad. Entonces, pensar en perderlo desata una serie de emociones a las cuales es necesario ponerles atención”, asegura Loany Toledo, psicóloga clínica.

Los efectos del desempleo afectan a miles de mexicanos en los últimos meses. Tan solo en diciembre de 2018, este se situó en 3.6%, el índice más alto en los últimos años, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi).

Cerca de 1.9 millones de personas fueron despedidas en los ámbitos gubernamental y empresarial, situación que en 2019 parece no ser diferente: en los primeros cuatro meses del año, el desempleo llegó a 3.5% de la población económicamente activa, y alcanza los 54.9 millones de individuos.

“Cuando alguien piensa que perderá el empleo, o cuando lo pierde, vive situaciones de estrés, ansiedad y angustia. Esto impacta su parte física, biológica y psicológica; afecta su sueño y alimentación, comienza a tener problemas de colitis, gastritis, dermatitis, dolores de migraña, por la presión económica”, detalla la especialista.

Enfrentar una situación así —explica Loany—, depende mucho de la capacidad de resiliencia de cada persona. “No es lo mismo perder el empleo cuando tienes 18 o 20 años y vives en casa de tus papás, sin responsabilidad alguna, que cuando llegas a los 37 o 40 y eres jefe de familia, o cuando se es adulto mayor y las posibilidades laborales son casi inexistentes”.

Además, esto también tiene que ver con el género: afecta más a los hombres que a las



Quedarse sin empleo genera estrés, ansiedad y angustia. Impacta la parte física, biológica y psicológica; afecta el sueño y alimentación, comienzan problemas de colitis, gastritis, dermatitis y dolores de migraña

# lo u oportunidad?



Foto: Miguel Sánchez

mujeres. Socialmente, los varones son vistos como proveedores, y dejar de aportar a la casa implica un fracaso para ellos, incluso saberse inservibles por no ser capaces de encontrar un empleo.

### Cómo afrontarlo

Isabel Cruz, psicóloga clínica, detalla que una amenaza de despido no es tan grave comparada con la situación real de ser liquidado. “Se vive un duelo, porque hay una pérdida, y las emociones que conlleva pueden sumir a la persona en una severa crisis emocional que, de no mejorar, requiere apoyo de un especialista porque esto puede llevarla a una profunda tristeza o, incluso, al suicidio”.

Para sobrevivir a la pérdida del empleo se requiere convertir los pensamientos malos en positivos, explotar sus habilidades, abrir redes de comunicación y, sobre todo, ser apoyados por la familia

Perder el empleo es una crisis más de la vida, entonces se debe afrontar como tal y no como una pérdida irreparable.

“Quienes pasan por ello necesitan reforzar su actitud, convertir los pensamientos malos en positivos, requieren analizar sus habilidades o desarrollar otras para ampliar su campo laboral, abrir redes de comunicación que les permitan conectar con nuevos empleos y, sobre todo, ser apoyados por su familia; deben arroparlos, más cuando son personas mayores con menos opciones laborales”.

Loany Toledo considera que la necesidad es una fuente inspiradora para llevar a las personas a abrirse paso por caminos inesperados.

“Los más emprendedores no son quienes desean explorar nuevos negocios, sino aquellos con esa necesidad, porque se quedaron sin empleo. La necesidad mueve, y en ese momento el cerebro comienza a ponerse más creativo para buscar nuevos ingresos, aunque no sea de lo que se hacía antes”.

Cuando esta situación se presenta —resalta—, es momento de descubrir otras facetas de nosotros mismos, de analizar qué podemos hacer y echar a andar nuevos negocios que nos permitan ganar el sustento para darle seguridad a nuestra familia. Esto, a cualquier edad, porque somos capaces de eso y más.

**GLUCÓMETRO  
ONE TOUCH  
ULTRAMINI**

DE ~~\$599.00~~

A **\$539.00**



PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE\*

DE ~~\$558.00~~

A **\$502.00**

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



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

\*\*La imagen mostrada en este material es de carácter ilustrativo y puede variar con respecto del producto final. Vigencia al 31 de mayo de 2019.



DE VENTA EN  
**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"





¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal

## El buen futbol existe

Aunque existen casos tristes como el de Chivas del Guadalajara y Pumas de la UNAM, dentro de la Liga hay casos de éxito y gloria. Uno de ellos es León, el cuadro dirigido por Ignacio Ambriz, es ejemplo de que cuando se quiere, se puede.

Hoy por hoy, los "panzas verdes" son los líderes del torneo, cuentan con la mejor defensa y la mejor delantera, además de tener al máximo rompedores del momento, el ecuatoriano Ángel Mena, un jugador desechado por Cruz Azul, lo cual demuestra que se debe dar confianza a los jugadores para sacar su máximo potencial.

Pero más allá de poner récords en torneos cortos, de golear al Atlas (5-2) y al Puebla (3-0), su paso perfecto deja constancia de que todos pueden jugar bien al futbol cuando hay confianza, compañerismo y entrega a su equipo y no solo los millones que se ganan con jugosos contratos.

Felicito al técnico Nacho Ambriz, a quien se le consideraba un entrenador poco ofensivo, quien ha logrado encontrar el balance entre su ataque y su defensa en el torneo clausura 2019.

### El billete también juega

Luego del descenso del Veracruz y la goleada que le propinó el Pachuca (9-2) es sencillo visualizar que un puñado de billetes no devuelve la honra ni el futbol a un equipo que carece de dirección.

Los jugadores jarochos necesitan un golpe anímico más que económico para recomponer el camino, y eso le pasa de la misma manera a las Chivas. El equipo tapatío con Tomás Boy no ha podido ser mejor y su eliminación de la Liguilla confirma la grave situación que pasa cuando se aleja la confianza en sí mismos.

Obviamente, esta situación no solo es de los equipos mexicanos, también los grandes europeos sufren por ello. Ahí está el caso del Real Madrid, eliminado en octavos de final de la UEFA Champions League, lo mismo que la Juventus de Cristiano Ronaldo, equipos de chequera grande, pero que no les basta para salvar un poco su reputación. Los jugadores deben volver a su origen: amar el futbol y disfrutarlo.

# 76 años de Coliseo

Fernando Gutiérrez

1943: el mundo se estremecía con la Segunda Guerra Mundial, México veía nacer al Paricutín, y en la Lagunilla surgía la memorable arena Coliseo, en la calle de Perú 77, para ser más precisos. Años de bonanza y de modernidad para nuestro país.

Sábados por la noche. La ciudad escuchaba la potente voz del anunciador por excelencia, Antonio Padilla "Pícoro" —gordito de esmoquin, siempre bien envaselinado—, en esa catedral de lucha y box. Un personaje cuya popularidad creció por salir en la tele, todavía en blanco y negro, y en las películas del México en los años 50. Gritos históricos:

—¡Lucharáááán a dos de tres caídas, sin límite de tiempo...!

—¡Pelearááááán 15 rounds...!

Hoy, el embudo coliseíno festeja 76 años. Abrió sus puertas el 2 de abril de 1943, con capacidad para poco más de cinco mil aficionados, aunque la noche en la que el Santo le quitó la máscara a Black Shadow se abarrotó con más de seis mil, y muchos se quedaron afuera.

Este histórico recinto, donde desfilaron las primeras grandes figuras de la lucha libre (Santo, Blue Demon, Médico Asesino, Tonina Jackson, Cavernario Galindo, Mil Máscaras, Huracán Ramírez...) fue idea de Salvador Lutteroth, quien la construyó con 40 mil pesos que se ganó en la Lotería Nacional. Fue el primer escenario deportivo con aire acondicionado, en América Latina.

Y si hablamos de los años 50, ¿quién de niño, en ese entonces, no disfrutó de las funciones de lucha o box transmitidas por la tele, con las voces muy educadas de Enrique Llanes, Jorge "Sonny" Alarcón, Antonio Andere, Pedro "Mago" Septién...? ¿Y qué chamaco no jugó con sus luchadores de plástico?

En su inauguración, el gigante de acero y concreto presentó la lucha entre Santo y Tarzán López. Esa noche fue la más triste para el Enmascarado de Plata: perdió en dos caídas al hilo. Y aunque fue el gran ídolo de siempre, nunca olvidó esa derrota.

La Coliseo empezó con localidades de 3.00 y 2.00 pesos. Funcionó a toda su capacidad hasta 1956 cuando se abrió la Arena México, con aforo para 17 mil espectadores, en la colonia Doctores.

Don Salvador Lutteroth González es y será reconocido como el padre de la lucha libre en México. Le dio el empujón profesional al crear la Empresa Mexicana de Lucha Libre.

Pero el embudo de la Coliseo ha sido también escenario de legendarios boxeadores: Rubén "Púas" Olivares, Ricardo "Finito" López, Guadalupe "Lupe" Pintor, Raúl "Ratón" Macías, José Ángel "Mantequilla" Nápoles, Ultiminio Ramos, Salvador Sánchez...

¡Ah, México de mis amores!

fegutierrezp@gmail.com



Foto: wikimedia.org/Mexch



Fotos: Adriana Hirajo

Visite a su médico, él sabe cuál es el mejor tratamiento para usted.

Precio Farmacias Similares®

**\$186.00**

**Esomeprazol  
40 mg  
7 TABLETAS**



Precio Farmacias Similares®

**\$365.00**

**Esomeprazol  
40 mg  
14 TABLETAS**



De venta en

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



Dr. Simi

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO®

Vigencia al 31 de mayo de 2019  
Si persisten las molestias, consulte a su médico  
Registro Sanitario No. 106M2001 SSA IV



### Enamorada de la TV

Flor Rubio

## ¿Por las buenas o por las malas?

En la vida hay una verdad de Perogrullo: las cosas se resuelven por las buenas, o por las malas. Por las buenas, se solucionan más fácilmente y todos quedan contentos en medida de lo posible. Por las malas, los problemas se complican y siembran rencores. Por estas razones me encanta observar la inteligencia de artistas que despachan con buena actitud y buen humor las situaciones más incómodas. ¿Ejemplos?: Victoria Ruffo nos hace reír cuando opina sobre el hecho de que Derbez la llame “fiera”, o bromea con su (falso) “odio” hacia Ninel Conde. Maribel Guardia se carcajea divertida junto con los reporteros cuando le preguntan si ya va a tramitar su “credencial de adulto mayor”. Así, ¿nosotros, cómo resolvemos cada asunto en nuestra vida: por las buenas, o por las malas? ¡¿Ah, verdad?!

**¡Harán convención de... Reality shows!**  
¿Se imaginan reunidas en un mismo salón a Laura Bozzo, Rocío Sánchez Azuara, a las “estrellas” que estuvieron en *Big Brother*, y otros reality shows? En el verano del 2020, MTV realizará en Estados Unidos la primera convención de este tipo de programas (*shows* de la realidad). La actual cultura popular está marcada por la televisión que aborda problemas cotidianos -*La rosa de Guadalupe*, por ejemplo-, algo que antes solo veíamos como ficción en telenovela. Desde los años 90 se han producido en vivo con personas comunes que ganan notoriedad por hablar de sus pleitos maritales o familiares, su diversidad étnica o sexual, o enojos con vecinos. Hay público para todo.

#### El semáforo del show:

**Verde (¡Adelante!): Yalitza Aparicio.** Inteligencia es –dice el diccionario- la capacidad de aprender, razonar, adaptarse, decidir, y formarse una idea de la realidad. La maestra oaxaqueña ha dado una lección al asimilar su éxito descomunal. Aunque, alerta: siempre la fama puede deslumbrar y zandarrear al más inteligente.

**Amarillo: Alejandra Guzmán.** Con detenerse cinco minutos para contestar a reporteros, ¡se evitaría rumores y escándalos!

**Rojo: Luis Miguel, Alejandro Fernández.** Más allá de su carisma e imagen pública, el verlos en dudosas situaciones denota que un poco de paz en el espíritu ayuda a serenarse. Lo material no lo es todo.

En este mes de Mamá



ETERNAL  
SECRET

tu mejor regalo



En la compra de  
**3** productos  
de nuestra línea



f /ETERNALSECRETMX  
farmaciasimilares.com  
eternalsecret.com.mx

Salud es belleza.

COFEPRIS 143300202D0226.

Vigencia al 31 de mayo de 2019.



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





**ETERNAL SECRET**  
FPS 50+  
PROTECCIÓN SOLAR MUY ALTA  
RESISTENTE AL AGUA  
CREMA FACIAL PARA PIEL SENSIBLE & MIXTA  
Protección efectiva sin sensación pegajosa

**Pide tu demostración GRATIS en farmacia**



**ETERNAL SECRET**  
BLOQUEADOR \$65.00  
Precio zona frontera norte: \$61.00

De venta exclusiva en



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

HASTA 75% DE AHORRO

Salud es belleza. Aviso N°. 143300202D0226  
Vigencia al 31 de mayo de 2019.  
\*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región frontera norte.

# Plusgel®



## \$38.00

Precio Farmacias Similares®

**Plusgel®**  
Hidróxido de aluminio, Hidróxido de magnesio, Dimeticona  
Tableta 200 mg, 200 mg, 20 mg Masticable

- Pronto Alivio
- Antiácido
- Antiardor
- Antigas

Sabor Menta Limón  
Frasco con 50 tabletas masticables

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

Vigencia al 31 de mayo de 2019.  
Reg. No. 82520 SSA VI





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

## ¿Diabetes?

Para un diagnóstico temprano y un mejor control



**Paquete diabético**

- Examen general de orina
- Hemoglobina glucosilada
- Química sanguínea (6 elementos)

Precio Zona Fronteriza Norte \$431.00\*\* **\$469.00\***

**Paquete diabetes 2**

- Examen general de orina
- Química sanguínea (6 elementos)

Precio Zona Fronteriza Norte \$290.00\*\* **\$315.00\***

**Paquete diabetes 3**

- Glucosa
- Hemoglobina glucosilada

Precio Zona Fronteriza Norte \$225.00\*\* **\$245.00\***

# GRATIS

Un electrocardiograma en la compra de uno de los paquetes mencionados

\*Promoción válida durante mayo y junio 2019.  
\*\*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región frontera norte.

Consulta sucursales más cercanas en **ssdrsimi.com.mx**

Síguenos por






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

# Peewee enamora con *Tú lo sabes*

Tania Elías

El multifacético Peewee regresa a la escena musical con *Tú lo sabes*, un tema fresco, alegre y urbano, realizado con su amigo Juan Magán, productor y DJ español.

“Poco a poco llevamos a cabo la melodía y la letra. Durante el proceso nos fuimos imaginando con quién podría quedar perfecta y pensamos en Juan, con él ya había trabajado antes”, comenta Irvin Salinas Martínez, nombre real del cantante.

Nacido en Estados Unidos, Peewee explica que durante la realización de este tema se involucró en cada proceso creativo, porque considera importante conectarse con lo que pasa día con día e irse preparando para nuevos retos.

“Mi parte favorita es crear melodías. Se me hace muy fácil escuchar acordes de lo que sea. Al principio es puro tararear y te salen ciertas palabritas que a veces quedan bien y, si no, debes buscar otras”, explica el intérprete de 30 años de edad.

La evolución del artista, desde que comenzó como solista y estuvo en Kumbia Kings, luego en Kumbia All Starz, se refleja en canciones como *Solo tú y Me provoca y me domina*. Ahora, con *Tú lo*



Foto: Tania Elías

*sabes* pretende cautivar al público por sus nuevos matices y ritmos, y consolidarse como icono de la música urbana.

“La música es parte de mi vida. Antes de Kumbia Kings tomaba una clase

de canto y hacía eventos. Durante esa etapa también fui parte de una agrupación donde cantábamos antes de los partidos de fútbol americano. Fueron experiencias donde crecí, viajé y conocí muchos lugares, así que he disfrutado cada uno de mis procesos de crecimiento”, cuenta el también actor que participó en la telenovela *Camaleones*.

El trabajo de Peewee se ve reflejado en el cariño del público que lo ha seguido a lo largo de su carrera, y se siente agradecido por el apoyo que ha tenido durante tantos años.

“En Chalco tuve uno de mis primeros conciertos como solista. Ese día cayó una tormenta y a la gente no le importó, a mí menos, y fue una bonita experiencia. Muchas gracias por el cariño de todos ustedes”.

*Tú lo sabes* forma parte de un EP con canciones que serán lanzadas una por una. El tema ya está disponible en las plataformas digitales. Por lo pronto, Peewee planea un *show* con la participación de un DJ; incluirá éxitos de sus inicios.

Fb: @peeweemusic

Tw: @PeeWeeMusic

Instagram: @peeweemusic

## Los Sebastianes... a través del vaso

Tania Elías

Colmados de éxitos y con seis años de trayectoria, el grupo Los Sebastianes está satisfecho de que la canción *A través del vaso* haya sido del gusto del público.

“Cerramos el 2018 y dijimos: ‘¿qué metemos?’. Entonces llegó esta canción, la introdujimos a finales del año pasado y fue la más escuchada y más llorada”, dice Armando Celis, vocalista de la banda.

El tema de Horacio Palencia, realizado para un grupo local que se desintegró, fue heredado a Los Sebastianes y, gracias a sus arreglos musicales, la melodía tuvo una aceptación total del público, no solo nacional, sino también en El Salvador, Honduras, Puerto Rico y Guatemala, entre otros.

“Desde que entran las trompetas la gente grita con este tema de desamor ranchero. Fue otro giro de Los Sebastianes, y nos puso en primer lugar siete semanas. Es un honor que la gente de Colombia, Cuba y Venezuela te mande videos y les guste”, dice Rafel Kelly, también vocalista.



Con más de 775 mil seguidores en su canal de YouTube, y más de nueve temas en el top 10 de la radio mexicana, la banda está en su mejor momento, y sus integrantes se sienten afortunados de formar parte de esta agrupación sinaloense.

“Estoy agradecido con Dios por nuestro éxito. Poco a poco se han integrado muchachos que le dieron frescura a la banda, como Rafa que llegó de 15 y Andrés, de 17”, explica Armando.

El grupo planea superarse día con día y continuar los preparativos de su nueva producción discográfica, la cual incluye duetos con Joey Montana, Sebastián Yatra, Lucero, La Séptima Banda, además de un par de covers y temas inéditos que esperan gusten al público.

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 31 de mayo de 2019.

De venta en  
FARMACIAS SIMILARES  
“LO MISMO PERO MAS BARATO”

75%  
de descuento



**NUEVO** eturion ATORVASTATINA 10 mg 30 tabletas **\$119.00**

**NUEVO** eturion ATORVASTATINA 40 mg 30 tabletas **\$386.00**

**NUEVO** eturion ATORVASTATINA 20 mg 30 tabletas **\$239.00**

MINIPRES® Prazosina 1 mg 30 cápsulas **\$89.00**

Celecoxib 200 mg 10 cápsulas **\$229.00**

Pregabalina 75 mg 14 cápsulas **\$142.00**

Pregabalina 150 mg 28 cápsulas **\$169.00**

CONSULTE A SU MÉDICO. SU VENTA REQUIERE RECETA. Vigencia al 31 de mayo de 2019.

Frente a la tele



Álvaro Cueva  
alvaro@alvarocueva.com

Un poquito tuyo

Imagen Televisión es un canal muy joven y, por lo mismo, recibe poca atención de la prensa, pero la verdad, tiene cosas muy buenas, como la telenovela *Un poquito tuyo*.

¿Qué es esto? Una producción orgullosamente mexicana, protagonizada por Marjorie de Souza, Jorge Salinas, Lorena Herrera y muchos excelentes actores de todas las generaciones.

Sí, es importante esto de las generaciones porque a diferencia de lo que sucede con algunas series demasiado pensadas para mercados muy específicos, *Un poquito tuyo* es para toda la familia.

No solo la pueden ver jóvenes, adultos y ancianitos. Hay historias para los jóvenes, los adultos y los ancianitos.

Yo amo de manera particular este proyecto porque es como eran las telenovelas de antes, pero al mismo tiempo, tiene muchas de las cosas más maravillosas de la actualidad.

¿A qué me refiero con lo de “las telenovelas de antes”? A que es un concepto sano, sin violencia, sin vulgaridades, para relajarse, recrearse la pupila y pasarla bien.

¿Qué le trato de decir con lo de “las cosas maravillosas de la actualidad”? Que tiene mucho sentido del humor, que se tocan los temas del momento y que el ritmo es ágil, dinámico, entretenido.

Es como una telenovela, pero no. Es como una serie, pero no. Es algo muy sabroso, bonito, entrañable.

¿Sabe de qué trata? De valores familiares, del amor verdadero, de cosas con las que cualquier mexicano se puede identificar, y está muy bien hecha.

Tiene locaciones en lugares tan hermosos, como Los Cabos; todo se ve cuidado, moderno y la música es muy pegajosa. Hace que uno se ponga de buenas.

¿Pero sabe qué es lo mejor? Las actuaciones.

Me llama la atención algo que muy pocas veces percibo cuando miro un melodrama mexicano: aquí se nota que los actores están gozando su trabajo. Por lo mismo, el público se contagia y lo goza. Por favor, luche por ver *Un poquito tuyo*, de lunes a viernes, a las 19:30, por Imagen Televisión. Le va a gustar. De veras que sí.



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





¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

## La Güera era tremenda

La Güera Rodríguez era guapa, muy atractiva, con el glamur de las mujeres de la época, inteligente, ilustrada, hábil, audaz y sin miedo a los poderes político o eclesiástico. Con decirles que un alto jerarca de la Santa Inquisición la quiso enjuiciar por su vida inmoral y libertina; pero se salvó porque ella le advirtió que le sacaría a la luz sus trapitos íntimos. Y sanseacabó...

María Ignacia Rodríguez de Velasco de Osorio Barba y Bello Pereyra, la Güera, nació en 1778. Se casó con el militar José Jerónimo de Peralta cuando ella tenía 15 años, y tuvieron cuatro hijos. Un día la cachó en adulterio con su compadre, un canónigo, y cuando vio, la recibió con un golpazo y un balazo que no la hirió. La Güera fue a los tribunales para acusar a su marido por intento de asesinato, y este la demandó por adulterio, pero José Jerónimo falleció antes del juicio.

La Güera, todavía tiernita, se volvió a casar con un anciano muy rico, pero el hombre falleció unos meses después por "un enfriamiento de destape de cobijas". La interrogante era si ella tuvo que ver en el fragor de esas cobijas. La cosa es que heredó toda su riqueza.

Doña Ignacia, libre, guapa, inteligente y alegre tuvo en su haber una colección de hombres históricos: se sabe que agarró tiernito a Simón Bolívar, 16 años, cuando tuvieron unos entres; después fue el barón de Humboldt. Se cuenta que este ilustre intelectual fue invitado al Zócalo para la inauguración de la obra maestra de Manuel Tolsá, la escultura ecuestre de Carlos IV, mejor conocida como "El Caballito". Humboldt iba acompañado por Nacha Rodríguez, su amante.

Y cuando los asistentes exclamaban estar admirados ante la obra maestra, ella no estuvo de acuerdo. Decía que las pelotas de los seres vivos nunca eran parejas, sino una más grande que la otra. Entonces, los periodistas le preguntaron su opinión al barón y este contestó: "Háganle caso, de eso ella sabe mucho".

También fue amante de Agustín de Iturbide, quien estaba tan enamorado que, cuando el Ejército Trigarante tenía planeado entrar por la calle de Tacuba, ingresó por la Profesa, hoy Madero, porque la Güera vivía en esa calle y lo esperaba en el balcón de su casa, con flores.

Estas son solo algunas de las aventuras amorosas de esta mujer que tuvo que ver con la Independencia de México.



Respuestas:

## ¿Qué tanto sabes de español?

Entérate de cinco datos curiosos sobre nuestro idioma:

1. ¿Quién dictamina las normas del español correcto?
2. ¿Cuántas palabras tiene el español?
3. ¿Español o castellano?
4. ¿Todas las palabras existen?
5. ¿Cuántas personas hablan español en el mundo?

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

1. La voz rectora es la Asociación de Academias de la Lengua Española, formada por 22 academias: 19 en Hispanoamérica, una en España, una en Estados Unidos y otra en Filipinas. (Actualmente está en proceso la de Guinea Ecuatorial). Como ves, no hay un organismo oficial porque las decisiones en el uso de la lengua las toman sus propietarios: los hablantes.

2. Aunque la última edición del Diccionario de la Lengua Española tiene 93 111 palabras, existen muchas voces más en diccionarios especializados, además de los neologismos que surgen sin parar. Su número es incalculable.

3. Son dos nombres válidos para un mismo idioma, pero los dialectólogos se inclinan más por el término "español" para designar la lengua general de España, América y algunas otras partes del mundo. Y "castellano" para referirse a sus orígenes, en la Castilla de los reyes católicos Fernando e Isabel.

4. Aunque las palabras no estén en el diccionario, todas existen desde el momento en que alguien las dice o escribe, porque la lengua la hace el pueblo y es del pueblo. El idioma es un ente vivo, todos los días evoluciona y cambia.

5. El español tiene más de 550 millones de hablantes. Después del chino e inglés, es el idioma más importante en el planeta.

## Mexicanos, los mayores coleccionistas

México le apuesta al arte. De acuerdo con el Reporte Global del Mercado del Arte de Art Basel y UBS, en 2018 se colocó como el país latinoamericano con más coleccionistas.

Presentado en la feria Art Basel de Hong Kong, el reporte expone que, contrario a lo registrado en 2017, México sobrepasó a Brasil como centro del coleccionismo de alto nivel en la región.

De acuerdo con las cifras históricas presentadas en el documento, el país ha fluctuado entre dos y cuatro coleccionistas incluidos en el Top 200, desde 1990 hasta la fecha.

En 2018, sus dos principales competidores, Brasil y Argentina, tuvieron cada uno 2 coleccionistas en el Top 200, cuyos nombres no son revelados.

Uno de los principales hallazgos generales del reporte es que, entre 2017 y 2018, el mercado mundial del arte creció 6 por ciento, a un estimado de 67 mil 400 millones de dólares.

No obstante, se apunta en el reporte, Latinoamérica fue la región que menos crecimiento de riqueza tuvo, con una caída del 5 por ciento del poder adquisitivo en los adultos.

Sobre México, se espera que sea uno de los mercados de mayor crecimiento en cuanto al comercio electrónico durante los próximos cinco años, con



países como China, India, Indonesia y Sudáfrica.

Por su parte, la casa Morton Subastas aseguró que el coleccionismo de obra gráfica va en incremento en México, a lo cual tuvo que tomar acción e inauguró su departamento especializado en Obra Gráfica, y en 2019 presentó la primera subasta.

Entre las piezas que compusieron esta subasta se encontraron firmas como Pablo Picasso, Joan Miró, Andy

Warhol, José Luis Cuevas y Vicente Rojo.

La plataforma se integró por una carpeta de José Luis Cuevas que posee cinco litografías, las cuales forman un Gigante 244 x 77 centímetros de la que solo existen 100 reproducciones; una de ellas es parte de la colección del Moma de Nueva York.

Además, se destacaron 45 grabados al linóleo de Pablo Picasso, editados en 1963, de los que solo hay 520.

# Horóscopos

Amira contigo



## Aries (marzo 21 - abril 20)

La luna nueva del 4 de mayo puede marcar el inicio de nuevos logros. Evita alteraciones emocionales. Es conveniente tomar con más seriedad las palabras de quienes están más cerca de ti y te acompañan en tu destino. Todo cambia y tiene su propia razón de ser.

## Tauro (abril 21 - mayo 21)

¡Querido Tauro, feliz cumpleaños! Recuerda que tu felicidad depende de ti mismo. Comunica lo que verdaderamente necesitas decir y actúa con sabiduría. Recibirás buenas noticias. Se podrá ir lento en el trabajo, pero seguro. Sé agradecido, las finanzas mejorarán.

## Géminis (mayo 22 - junio 21)

Marte en tu signo indica que no soportas verte bajo presión. Evita situaciones desagradables, como divergencias y altercados. Es aconsejable tener un momento para desconectarte. Necesitas estar en un ámbito relajado. Te haría bien practicar yoga y meditación.

## Cáncer (junio 22 - julio 22)

Deja atrás pasadas decepciones. Tienes que poner de tu parte para salir de esa inactividad en la que te encuentras. Para mejorar tu buena vibración y atraer mejores cosas en tu vida lleva un cristal de cuarzo contigo, fortalecerá tu campo áurico y te protegerá.

## Leo (julio 23 - agosto 22)

La luna creciente del día 11 te marcará con nuevas experiencias amorosas. Será recomendable hacer un examen de conciencia, cambia lo que tengas que cambiar. El equilibrio y la prudencia deberán guiar tus acciones. Haz a un lado el orgullo y confía.

## Virgo (agosto 23 - septiembre 22)

Deja el pasado y lo que ya no te sirve. Evita discusiones, los astros marcan un aumento en tu vida social, lo que te permitirá establecer interesantes relaciones. Enfócate de nuevo en las cosas que valen la pena y presta atención para recuperar el estatus en tu trabajo.

## Libra (septiembre 23 - octubre 22)

Recibirás la noticia de un nuevo empleo, más satisfactorio que el actual. Trabaja duro y no te duermas en tus laureles. Tus sentimientos pueden llevarte a una atracción amorosa. Es buen tiempo para firmar contratos y cobrar dinero.

## Escorpión (octubre 23 - noviembre 22)

Estás en un periodo de enriquecimiento que te será muy favorable. Si decides viajar, esas salidas serán buenas al igual que los contactos en el extranjero. La luna llena en tu signo, el día 18, es muy intensa, indica celos en el amor. Tienes que cuidar tus emociones.

## Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21)

Marte en Géminis te inclinará a sentirte un poco irritado y más claridoso. Intenta el bajo perfil en el trabajo hasta que pase la tempestad. Lograrás tus metas. Ten cuidado con un compañero, enemigo oculto; intentará hacerte la vida difícil.

## Capricornio (diciembre 22 - enero 20)

Querido Capricornio, no te rindas. Tú situación económica te inquieta, ya que el ambiente laboral es de tensión y las responsabilidades se incrementan día tras día. Tendrás mucho trabajo, lo que te provocará un poco de estrés. ¡No pierdas la calma!

## Acuario (enero 21 - febrero 19)

El ingreso del sol en Géminis, el día 21, significa que quizá llegue a tus manos un dinero inesperado. Tienes toda la inteligencia para crecer en el trabajo. Es tiempo de equilibrar el querer y el poder. El descanso logrará más ideas creativas para hacer realidad lo que anhelas.

## Piscis (febrero 20 - marzo 20)

La luna menguante del 26 en tu signo señala que lo pasado ya pasó y no hay más por hacer. Entonces, suelta y deja ir lo que ya no podrás cambiar. Tal vez haya algo que aprender de las experiencias pasadas. Reflexiona y practica yoga. Te hará bien.

*Unidos en el corazón.*

*Un tiempo pleno de bendiciones para todos.*

Horóscopos de Amira en *Todo un show*, Azteca Uno, lunes 1:50 p.m.

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

Condomes  
**ALFA**<sup>®</sup>  
*Explota tu instinto*

alfaforn.com  
f /AlfaForMenOficial  
i /AlfaForMenOficial

\*Prevención es salud. Vigencia al 31 de mayo de 2019.

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

HASTA 75% DE AHORRO<sup>®</sup>

# CUIDA TU PANCHITA

#GánaleAl  
MalEstar



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

Si persisten las molestias, consulte a su médico. Vigencia al 31 de mayo de 2019.



Dr. Simi

## FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA  
75%  
DE AHORRO