



EL OFERTÓN*
del Dr. Simi

3x2

De martes a domingo, consulte los productos participantes en
farmaciassimilares.com

** No se aplica con otras promociones o descuentos. Consulte a su médico.*



Dr. Simi

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



SIM NFORMA

Por Un País **Mejor**®

siminforma.com / Junio 2019 / Núm. 446 / Versión digital / Simi TV  @DrSimiTV 



Se nos va el burro



Foto: Tania Elías

pp. 10 y 11



Aluminio: peligro latente

La contaminación del plástico, sobre todo por las bolsas, es una de las principales causas para que las especies acuáticas y terrestres sufran los estragos de este material.

Una familia mexicana consume al año más de 650 bolsas, mientras en el mundo se desperdician 200 mil cada segundo.

El daño puede ser subsanado mediante la disminución de su uso, pero ¿qué pasa con otros materiales, como el aluminio?

Este es el tercer elemento más abundante en el planeta, después del oxígeno y silicio. Es un metal extraído de la tierra y puede ser reciclado, es decir, pasa por un proceso donde se crean nuevas láminas para ser reutilizadas.

Debido a esto, muchos eligen esta opción para empacar sus productos; no obstante, su producción destruye las áreas naturales, provoca la erosión del suelo, contribuye al calentamiento global porque vierte millones de toneladas de gas de efecto invernadero al año y propicia la lluvia ácida debido al dióxido de carbono, óxido de azufre y óxido de nitrógeno expelido.

Para su fabricación se necesitan 15.000 kWh a fin de completar los procesos de purificación. Además, produce un fango rojo altamente contaminante para los ríos.

La solución

Una lata de aluminio tarda 10 años en convertirse en óxido de hierro; empero, puede aumentar debido a los componentes de este metal.

En México se consumen más de 277 mil toneladas de aluminio anualmente; es decir, cada persona tira alrededor de 180 latas al año, y generan 15 millones 400 mil residuos por día, lo que provoca un daño al planeta.

La solución sería propiciar su reciclaje para evitar la contaminación porque, con la electricidad que se necesita para elaborar solo una, se pueden fabricar 20 latas recicladas y ahorrar 95 % de la energía requerida.

Aunque hay empresas que se unen al cuidado del planeta, y se han impulsado campañas para dividir el aluminio, cartón, vidrio y plástico, aún se debe difundir la importancia de reciclar, reducir y reutilizar materiales dañinos al medioambiente.

Fuente: Arzyz



Fumador pasivo, candidato a la hipertensión

El tabaquismo pasivo en el hogar o el trabajo se relaciona con un aumento de 13 por ciento en el riesgo de hipertensión (presión arterial alta); y vivir con un fumador más de 10 años, lo incrementó a 17 por ciento, reveló un estudio de la Universidad de Sungkyunkwan, Seúl, Corea del Sur.

Hombres y mujeres no fumadores fueron igualmente afectados, aunque la posibilidad de padecer presión arterial alta aumenta a mayor duración del tabaquismo pasivo, incluso las cantidades más bajas

son peligrosas, subrayó Byung Jin Kim, uno de los autores de la investigación.

Los participantes con hipertensión fueron 4 por ciento más propensos a estar expuestos al humo de segunda mano en el hogar o en el trabajo, que aquellos con presión arterial normal.

La presión arterial fue más alta en personas expuestas al humo pasivo en el hogar o en el trabajo (7.2 por ciento) en comparación con quienes no estuvieron expuestos.

Investigaciones anteriores han sugerido una relación entre el tabaquismo pasivo y la hipertensión en los no fumadores. Pero la mayoría de los estudios, se limitaron a mujeres y usaron cuestionarios autoinformados en los que los encuestados generalmente indican no fumar.

Este es el primer estudio que evalúa la asociación entre el humo de segunda mano y la hipertensión en personas que no fuman, verificadas por los niveles urinarios de cotinina.

El análisis incluyó a 131 mil 739 nunca fumadores, un tercio de hombres y una edad promedio de 35 años.

Los resultados sugieren que es necesario mantenerse alejado del humo de segunda mano, no solo de reducir la exposición, dijo el científico.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la presión arterial alta es la principal causa de muerte prematura en el planeta: casi 10 millones de defunciones en el último año.



Foto: Alejandra Cervantes

Haz check con

ACCU-CHEK®

Roche

ACCUCHEK® Active

Intuitive handling
• Velocidad 100% Free
Fácil de usar

ACCUCHEK® Active

10 Tiras

ACCUCHEK® Active

10 Tiras reactivas

ACCUCHEK® Softclix

25 Lancets

50+10

Para la determinación de la glucemia



Glucómetro
Accu-Chek® Active

1 pieza
PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$479.00*
\$514.00
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



Tiras Accu-Chek®
Active

10 tiras reactivas
PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$123.00*
\$132.00
PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA



Accu-Chek®
Softclix

25 lancetas
PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$61.00*
\$65.00
PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA

Prevención es salud. Las imágenes mostradas en este material son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final. Vigencia al 30 de junio 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"



Descubren fármaco contra cáncer de mama



El ribociclib es un nuevo fármaco que mejora las tasas de supervivencia de las mujeres que padecen cáncer de mama, afirmaron investigadores estadounidenses.

Los descubrimientos, presentados en la reunión anual de la Sociedad Estadounidense de Oncología Clínica en Chicago, mostraron que el tratamiento con dicho fármaco aumentó 70 % las tasas de supervivencia después de tres años y medio, frente a 46 % de las mujeres que recibieron el tratamiento tradicional.

La tasa de mortalidad fue 29 % menor que cuando las pacientes recibieron un placebo.

Sara Hurvitz, responsable de la investigación, dijo: "Realmente puedes obtener una mejor respuesta, una mejor eliminación del cáncer, al agregar este inhibidor al ciclo celular".

Cabe destacar que el tratamiento es menos tóxico que la quimioterapia tradicional porque ataca de manera selectiva a las células cancerosas, al bloquear su capacidad para multiplicarse.

Se estima que en 2019 se diagnosticarán 268 mil casos nuevos de cáncer de mama, solamente en Estados Unidos, la principal

causa de muerte por ese mal en ese país, entre mujeres de 20 a 59 años.

Aunque el cáncer de mama avanzado es menos común entre las mujeres más jóvenes, su incidencia aumentó 2 % por año, entre 1978 y 2008, dentro del grupo de las mujeres de 20 a 39 años, según un estudio anterior.

El nuevo ensayo, que analizó más de 670 casos, incluyó solo a mujeres menores de 59 años con cáncer avanzado (etapa 4) para el cual no habían recibido una terapia de bloqueo hormonal previa.

"Son pacientes diagnosticadas muy tarde, en una etapa avanzada de su enfermedad; por ello nos emociona tanto esta terapia, porque beneficia a muchas pacientes en esas etapas", detalló Hurvitz.

El descubrimiento consiste en administrar al paciente una píldora diaria, durante 21 días, seguidos de un descanso de una semana para permitir que el cuerpo se recupere. Dos tercios de los pacientes tienen una disminución de moderada a grave en el recuento de glóbulos blancos.

Jamie Bennett, una vocera de la empresa Novartis, que comercializa el medicamento bajo la marca Kisqali y financió la investigación, dijo que una dosis de 28 días cuesta 12,553 dólares (alrededor de 240 mil pesos).

Pero, agregó: "La mayoría de los pacientes en Estados Unidos, con seguro, no pagarán nada por su receta de Kisqali".

Perioxidin®

EFICACIA TERAPÉUTICA ANTISÉPTICA
que se adapta a cada necesidad
con el sabor más agradable



Colutorio para enjuague bucal

- Elevada **sustantividad** oral comprobada
- **Máxima eficacia** antiséptica
- **Mejor sabor** = mejor cumplimiento
- **Doble acción** antimicrobiana
- Clorhexidina **100% activa**

Uso ideal para

- **Enfermedad periodontal** (Gingivitis y Periodontitis)
- **Cirugías y extracciones** en cavidad oral
- **Procedimientos periodontales** (raspados, alisado radicular, curetajes)
- **Enfermedad bucofaríngeo**

Lacer

Soledad

Luis Conrado*

Entre los individuos existe miedo a estar solo, tanto que se llegan a tolerar relaciones de sufrimiento, otras de tipo tóxico, o se mantiene el duelo tras una separación, todo por el peso de cargar con la soledad. Incluso, solo leer la palabra, ya resulta atemorizante para la mayoría.

Sin embargo, la soledad no es física, sino psicológica. Seguramente le ha pasado que aún en medio de un gran número de personas tiene la sensación de estar solo. O, por el contrario, se encuentra en su habitación, y siente la compañía de sus allegados.

El problema del miedo a la soledad es el de enfrentarse a los “demonios internos”. En realidad, no es más que la relación con nosotros mismos.

Cuando hablamos de alguien con miedo a la soledad, nos referimos a que no se lleva bien consigo mismo, no se acepta tal cual es, por lo que debe hacer las paces con su pasado y presente.

Le puede servir usar el siguiente pensamiento: “Yo (su nombre) reconozco que, a veces, me puedo caer muy mal, y ni yo me soporto; que hay aspectos de mi vida sin gustarme, y no me gustarán jamás, porque no estoy obligado a eso, pero sí a aceptarlos. También sé que he sabido salir de muchas situaciones, con la capacidad de enfrentar la adversidad, incluso sin el apoyo de los demás: fui yo quien tomó las decisiones y actuó en consecuencia. Por lo tanto, me reconcilio

conmigo, me acepto en mis peores momentos y en mis mejores versiones. No le tengo miedo a la soledad porque sé estar conmigo mismo”.

Y si revisa su pasado, verá la verdad: pese a tener la compañía de los demás, siempre ha actuado solo. Por ejemplo, usted hizo solo un examen importante, ni su mamá, ni su pareja lo hicieron por usted; buscó ese trabajo usted, consiguió ese puesto con su trabajo, nadie fue a trabajar por usted. Si se da cuenta, siempre ha estado en armonía con su soledad; no obstante, en algún momento aprendió a tenerle miedo, sin razón, y convertiste en su propio verdugo, en su juez más duro.

Mejore la relación consigo mismo. Mírelo de esta forma: das tanto por los demás, te desvives tanto por los otros, que bien puedes hacer lo mismo contigo. Sé tu mejor relación de amor.

Si pasa por esta situación o por algún otro problema emocional, en el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, tenemos psicólogos especializados para ayudarlo. Marque al 01 800 911 66 66, opción 3; estamos las 24 horas. Sintonícenos también todos los martes y jueves, en punto de las 18:00, en la página SimiRadio, de Facebook, o en nuestro programa en vivo *SimiChat*, donde abordamos todo tipo de temas de interés para su salud emocional.

* **Psicólogo del CNDEE**





Ofrecemos apoyo y orientación psicológica

GRATUITA

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

Te invitamos a ver nuestro **Chat de sexualidad** todos los **martes y jueves** de 16:00 a 17:00 hrs a través de www.siminforma.com.mx

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemx

Llama sin costo al 01 800 911 66 66, opción 3 www.serfelicisepuede.com.mx
¡Acércate a nosotros, queremos ayudarte!

NUEVO

eturion
ATORVASTATINA 10 mg
30 tabletas

NUEVO

eturion
ATORVASTATINA 20 mg
30 tabletas

NUEVO

eturion
ATORVASTATINA 40 mg
30 tabletas

Celecoxib
Capsulas 200 mg



Sexo, sin lágrimas y sin pudor

Gabriela Jiménez V.

Aprender a cuidarse

Cada día nos enteramos de situaciones violentas en el país: asesinatos, violaciones, desapariciones... Nos enfrentamos a una realidad que asusta, y nos lleva a buscar formas de protegernos.

Entiendo que la violencia la vivimos todos, pero voy a centrarme en las mujeres, porque somos el blanco de un grupo de sociópatas que andan a la caza.

El entorno familiar es clave para que las mujeres aprendan a protegerse, a decir “no”, a pedir y aceptar la ayuda. Cada hogar tiene sus propios mecanismos de comunicación, de límites y normas. Pero ante el incremento de la violencia, son necesarias nuevas formas de interacción con las hijas.

- Un factor primordial que impide a las mujeres defenderse y establecer límites, es que aprenden a verse como objetos con un valor, y que este se pierde o se gana si cumplen las peticiones o demandas de los demás.

- Negarles la posibilidad de tomar decisiones y equivocarse. Se aprende del ensayo y error. Hoy, sigue vigente la idea de tener a las hijas enclaustradas para protegerlas, pero la sobreprotección no protege, inutiliza.

- Prohibido hablar de sexualidad. Se cree que mientras menos se hable de ello, se salvaguarda la decencia de las hijas. Esto es exponerlas a infecciones, embarazos no planeados y a ser presa fácil de un “experto” que les diga si está bien o no. Ante la ignorancia de un tema, cualquiera se puede presentar como especialista.

- Venderles a las hijas la historia de que las mujeres dóciles, amables y “débiles” son bien apreciadas. El carácter fuerte es solo permitido a los varones. Nada más falso. Si no se sienten capaces de defenderse, serán presa fácil de la violencia.

- Educación. Limitarlas por el hecho de que se van a casar y tener hijos, imposibilita el desarrollo cognitivo. El conocimiento les da herramientas para razonar y buscar alternativas de solución a los problemas.

La mejor protección para las mujeres es que aprendan a sentirse y verse como seres libres, fuertes e inteligentes, que también pueden proteger, decidir, pensar y desear. Si tiene alguna duda, puede llamarnos al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales: 01800 911 66 66, opción 3.

Reflujo, algo más que un malestar

El reflujo es nocivo en niños y en adultos: puede provocar neumonías, aseguró María Ailín Cobián Meda, jefa del área de Fisiología Pulmonar y del Servicio de Inhaloterapia, del Hospital de Especialidades, del IMSS Jalisco.

En los niños, agregó la especialista, un médico deberá descartar alguna malformación que afecte tórax, amígdalas y pulmones.

En el caso de adultos, un experto buscará lesiones en la tráquea y cuerdas vocales.

Cobián Meda aconsejó que, desde temprana edad, también se deben identificar factores de riesgo de asma, de origen metabólico, genético o ambiental.

“También debemos tomar medidas de autocuidado, como protegernos de los cambios bruscos de temperatura, vacunarnos contra la influenza cada año, sobre todo si ya sufrimos de algún problema pulmonar porque hay más probabilidad de infección”, añadió.

El reflujo en los bebés recién nacidos, explicó, es un síntoma que debe ser tratado de manera oportuna por un médico, debido a que, junto a otras condiciones de salud, predispone al paciente a sufrir asma en etapas posteriores de la vida.

Detalló que el niño aspira desde temprana edad, de manera permanente, su propio líquido gástrico “y de inicio el mayor riesgo es que fallezca de forma súbita por una broncoaspiración, o a mediano o largo plazos pueda desarrollar hiperreactividad bronquial, una condición crónica que facilita la aparición del asma”.

“Una hiperreactividad bronquial en la infancia, sumada a problemas de la función gástrica, a obesidad o sobrepeso, y alergias al polen, polvo o medicamentos, exponen a la persona a desarrollar asma moderada o grave”, apuntó.



Foto: Miguel Sánchez

¡ADIÓS AMIBA!
¡ADIÓS LOMBRIZ!



F
Fármacos Continentales

UNA SOLA
Dosis

ANTIPARASITARIO
Farmiver[®]
Quinfamida - Albendazol

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

Contacto Comercial:

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**

Se nos va el burro

Tania Elias

Desde China hasta Guatemala, pasando por Grecia y Timbuktú, el burro forma parte de muchas culturas en el mundo; tan es así, que escritores, ilustradores, creativos de cine y televisión, así como filósofos, se han inspirado en él para la realización de sus obras.

El noble asno que cabalgaba Sancho Panza; Platero, el protagonista del libro *Platero y yo*, de Juan Ramón Jiménez, y Burro, el compañero del ogro Shrek, son algunos ejemplos de la trascendencia de este animal de carga, un icono en la vida cotidiana.

La historia

Domesticado en el norte de África, hace 4 mil 700 años, e introducido al continente americano, en el siglo XV, por Cristóbal Colón, el *Equus asinus* es un mamífero resistente al trabajo duro: puede soportar más de 50 kilos de carga y recorrer 20 kilómetros en seis horas.

Eduardo Santurtún, director interino de la oficina de The Donkey Sanctuary, en México, asociación británica dedicada a la protección y cuidado del burro, explica que este animal es fundamental en la historia de México porque ha sido utilizado como medio de transporte y para trabajos en la agricultura y minería.

“Fue importante en la parte económica y social de la Colonia. Sin embargo, durante la Revolución Industrial se logró la mecanización de la agricultura para lograr sistemas de producción más rápidos y eficientes, lo que propició una baja en su población”.

Según cifras de The Donkey Sanctuary, hay alrededor de 50 millones de burros y mulas en el mundo; no obstante, a pesar de



Los burros son animales resistentes al trabajo duro y tienen un carácter apacible



Eduardo Santurtún, director interino de las oficinas de The Donkey Sanctuary en México

que México ocupa el cuarto lugar en población del equino, su situación no es favorable, porque ya no hay tantas personas que los utilicen en sus cultivos.

Santurtún afirma que la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), estima que

hay 3 millones 200 mil burros en el país, divididos en Guerrero, Oaxaca, Puebla, Veracruz y Guanajuato; sin embargo, Raúl Flores, administrador general de Burrolandia México, A.C., sostiene que en 2006 existían medio millón de ellos, pero la cifra actualmente es de 300 mil.

“Si bien no hay una cifra específica, la población ha disminuido porque las personas lo han remplazado por máquinas; además, el aumento en la demanda de *ejiao*, una gelatina asiática a base de la piel de asno, propicia su venta en el mercado legal e ilegal”.

Por suerte, existen diferentes asociaciones encargadas de proteger y cuidar a esta especie.



La Feria Nacional del Burro una celebración orgullosamente otumbense

Un futuro prometedor

Cada primero de mayo, desde hace 54 años, el municipio de Otumba, en el Estado de México, se viste de gala con la festividad que honra y refuerza la importancia de los jumentos en el país.

“Nosotros no festejamos el Día del Trabajo, sino el Día del Burro. Así que cada año realizamos diferentes actividades para reconocer al más trabajador de todos: el burro”, indica Flores.

El aprecio es tal que, en 2006, un grupo de ciudadanos se unió para crear Burrolandia, la



Raúl Flores, administrador general de Burrolandia México A.C.

primera reserva de América Latina que rescata y protege a los burros maltratados.

“Contamos con 37 de ellos, algunos sacados de rastros, y otros son donaciones. Los visitantes pueden tomarse una foto

con ellos y contribuir en su conservación”, apunta Flores.

La asociación refuerza la relevancia del mamífero mediante pláticas y actividades lúdicas, para que las personas convivan y tengan presente el peligro que corren estos animales.

Aunado a ello, The Donkey Sanctuary y la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia, de la UNAM, crearon un programa que involucra a estu-

diantes y habitantes de 200 comunidades rurales, para proveer atención médica y zootécnica a más de 24 mil asnos por año.

Las acciones que realizan estas asociaciones, junto con el empeño del municipio mexiquense, son un paso para aumentar la población de burros y que las personas entiendan el valor de esta especie.

Sin embargo, aún hay mucho trabajo por hacer para evitar que se nos vaya el burro...

Conozca cuáles son las cruza más comunes
 Caballo + burra = burdégano
 Burro + yegua = mulas
 Burro + cebra = cebrasno



El santuario tiene el objetivo de cuidar y proteger a los burros



Expedientes del poder

Carlos Ramírez
 carlosramirez@hotmial.com
 @carlosramirez

Plan de Desarrollo: ¿realidad o utopía?

La presentación del Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024 puso ya un rostro a la propuesta del presidente Andrés Manuel López Obrador: fijar metas cuantitativas viables, o agotarse en el discurso ideológico.

El desafío es enorme: reconstruir un modelo de desarrollo de crecimiento con bienestar social, luego de cuarenta años de neoliberalismo.

Pero el camino es complicado: no basta solo con discursos o ataques. La reformulación del modelo de desarrollo se debe hacer en un momento de agotamiento

de los instrumentos sociales, de penuria presupuestal y de falta de cuadros capacitados para la técnica económica.

La parte más importante es la del ingreso. En los años de Echeverría y López Portillo se aumentaron los gastos sociales, pero sin equilibrar los ingresos fiscales, la inflación llegó de pronto y ella llevó a la devaluación.

El reto de López Obrador es triple:

1. La desigualdad. Tres datos concretos: 50% de la fuerza laboral está en la informalidad porque no se pueden pagar salarios justos; 80% de los mexicanos

vive con una o cinco carencias sociales, y 70% de las familias tiene el mismo ingreso que el 10% de las familias más ricas.

2. El gasto. Durante todo el periodo pos-revolucionario se ha eludido el aumento estratégico de impuestos y el gasto se financia con deuda, emisión de dinero o con quitarles fondos a unos programas sociales para dárselos a otros.

3. El PIB. De 1983 a 2018, el PIB promedio anual fue de 2%; López Obrador puso la meta de 4%, y se requiere 6% para responder a expectativas; además,

urgiría 8% para comenzar a atender la deuda social con los sacrificados del periodo neoliberal.

Estas tres metas exigen un nuevo modelo de desarrollo que no se percibe en el PND. Usar el que sigue vigente quizá pudiera llevar el PIB a 3%, pero no más allá porque los cuellos de botella despertarían la inflación. Pero uno nuevo tendría, como condición, un gran acto social de desarrollo que no se ve en el ánimo antineoliberal presidencial.

De ahí que el PND sea más utópico que realista.

YA CONTAMOS CON

SUBSALICILATO DE BISMUTO* 118 ml

Pepto-Bismol Plus

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$49.00

• Acidez • Indigestión • Diarrea

farmaciassimilares.com

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

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO



CUIDA TU PANCHITA



#GánaleAl MalEstar

farmaciassimilares.com



Si persisten las molestias, consulte a su médico.
Cofepris 19330020180640.



Dr. Simi

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

12 Cultura

Junio 2019 / siminforma.com



¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez

Orozco y Berra, para curiosos

Don Manuel Orozco y Berra es uno de los hombres con fama de ser sabio, erudito, y gran investigador de la historia de México en el siglo XX. Fue un liberal que, como muchos intelectuales, cometió errores garrafales, como cuando Maximiliano llegó al poder, y aceptó un alto puesto en su gobierno, y ya sabrán, al triunfar Benito Juárez, lo encarcelaron por cuatro años que no cumplió. Juárez lo perdonó y le dieron un cargo para que mal viviera. Así y todo, legó a la investigación histórica de México grandes trabajos.

Nació en la Ciudad de México, y el 8 de junio se cumplen 103 años de ello; haga cuentas, nació en 1816; y esto viene a cuento por un libro que escribió sobre la historia de la Ciudad de México. No es una crónica, sino el trabajo de un investigador. Se trata de un clásico publicado por diferentes editoriales, no es caro y son un poco más de 200 páginas repletas de datos curiosos, históricos, que nos permite ver cómo era el desarrollo de la Ciudad de México en el siglo XIX; por ejemplo, cuántas garitas había para que el comercio

pagara sus impuestos: eran seis y estaban en Peralvillo, San Lázaro, la Viga, la Candelaria, Belén y San Cosme. O cómo fue surgiendo el alumbrado de la ciudad ante la inseguridad. Casi dos siglos después de la caída de Tenochtitlán, las autoridades no pensaban en iluminar las calles. Y ya sabrán, los atracos y riñas en la oscuridad estaban a la orden del día. La gente pudiente "salía a las calles en la noche portando un farol y en cada tienda o comercio se ponía un hachón en sus puertas, atizado con rajas de oco-te, que producían una claridad pasajera

mientras estaba abierto el comercio". También cuenta cómo el virrey Revillagigedo autoriza al impresor Manuel Antonio Valdés un servicio de alquiler de coches y cupés, en 1793. El reglamento obliga a este antecedente de los taxis a pintar la caja del coche de color verde con guarnición amarilla. Igual hay información sobre este tipo de servicios, teatros, toros, el agua, la pavimentación. Digo, si usted es curioso de la Ciudad de México, se entretendrá leyendo *La Historia de la Ciudad de México*, de Orozco y Berra. Total, qué tanto es tantito.

CAFÉ

México, 11.º productor mundial

El clima, el suelo, la altura y topografía del país hacen que el café mexicano sea uno de los mejores del planeta, pero no podría serlo sin los caficultores. Conoce los datos de la producción del café cereza.

PRODUCCIÓN NACIONAL

860 mil 970 toneladas fue la producción en 2018

Intervienen más de **550 mil** productores



480 municipios de **14** estados lo cultivan

VERACRUZ

Especificaciones:
Café Veracruz es su denominación de origen; se destaca por su aroma intenso y sabor a especias, por los profundos suelos volcánicos y clima altamente húmedo de la entidad. Su acidez viene de la altitud de sus plantaciones y de su fermentación recién despulpado



2.º productor nacional con **24%** de la producción total del país



209 mil 536 toneladas fue la producción en la entidad en 2018



5 de los 10 principales municipios productores de café en Veracruz son de la sierra:

- Tezonapa
- Zongolica
- Huatusco
- Ixhuatlán del Café
- Totutla



55 mil 158 toneladas producen en conjunto*



354 millones 84 mil 66 pesos es el valor de la producción*



*Datos de 2017
Fuentes: gob.mx, infosiap.siap.gob.mx, veracruz.gob.mx | Investigación y redacción: Julia Castillo | Diseño: SanEdith Becerril | Fotografía: Ernesto Álvarez



ETERNAL SECRET®

Pide tu demostración **GRATIS** en farmacia

BLOQUEADOR

\$65.00

Precio zona frontera norte: \$61.00*

EternalSecretMX
eternalsecret.com.mx

Salud es belleza. Aviso N°. 143300202D0226 Vigencia al 30 de junio 2019.

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

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA **75%** DE AHORRO

ADULTO

Collifrin

\$29.00

Precio Farmacias Similares®



De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 30 de junio 2019.
Reg. No. 492M2004 SSA VI

Alimentan la esperanza

Victoria Landa



Foto: Victoria Landa

De los 123 millones de habitantes que hay en México, 53.4 millones viven en pobreza y 9.4 millones en pobreza extrema, lo que significa que realizan dos comidas al día, afirma el Inegi.

Lo lamentable es que en el país se desperdician más de 20 millones de toneladas de alimento al año, según datos de la Asociación Alimentos Para Todos (APT), que lucha contra la desnutrición.

Desde hace 3 años, Fundación del Dr. Simi colabora con APT, que reúne mil 400 toneladas de comida y bienes básicos al mes, con el fin de hacer que los alimentos que aún sirven lleguen a la gente más necesitada.

“Recuperamos alimento sin valor comercial, pero que todavía se puede aprovechar por personas que lo necesiten; seleccionamos, clasificamos los alimentos y conformamos paquetes de 10 a 11 productos, de los cuales 3 son de canasta básica, abarrotes y productos de higiene personal o para el hogar”, explica Mariana Jiménez, gerente de relaciones institucionales de la APT.

Con los productos se arman despensas y se distribuyen a más de 60 mil personas en la Ciudad de México, Estado de México, Tlaxcala, Morelos, Puebla e Hidalgo.

De acuerdo con la APT, si se rescatara 50% del alimento desperdiciado, se podría dar comida al total de la población en pobreza extrema del país.

Para promover la ayuda y la distribución de alimentos, Fundación del Dr. Simi convocó a un grupo de voluntarios; se die-

ron cita 35, provenientes de franquicias, sucursales y Sistemas de Salud, todos con muchas ganas para armar paquetes alimentarios.

“Ayudar es una gran labor, dar un poquito de nosotros puede lograr muchos cambios. El voluntariado es muy padre, te sientes bien contigo mismo; es muy bueno poder ayudar de esta manera. Si tuviera la oportunidad de volver a ayudar, lo haría sin pensarlo”, expresa, Ibeth Estrada, de Sistemas de Salud del Dr. Simi.

Monserrat Suárez, subgerente de Fundación del Dr. Simi, afirma: “Tenemos una máxima del contador Víctor González Torres: ‘El que aprende a dar, al dar es muy feliz’; y lo que hacemos es fomentar la cultura de ayudar, contribuir a la comunidad, empoderar y ayudar a los que menos tienen”.

Fundación del Dr. Simi y la APT hacen intercambios y operan la logística de ciertos donativos, para que ambas instituciones cumplan sus objetivos y así beneficiar a una mejor alimentación y acceso a más variedad de alimentos.

Todos podemos apoyar y mejorar la vida de quien lo necesite. Al donar su tiempo y esfuerzo, podemos lograr muchos cambios. Únase al Plan de Voluntariado Social, de Grupo Por Un País Mejor, y ayude a que más personas mejoren su calidad de vida.

Escríbanos un mail a fdmsuarez@fundaciondrsimi.org.mx con atención a Monserrat Suárez, teléfono 54224572 o en www.apt.org.mx.

GLUCÓMETRO ONE TOUCH ULTRAMINI



DE \$599.00

A \$539.00

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE*

DE \$558.00

A \$502.00

farmaciassimilares.com



Prevención es salud. La imagen mostrada en este material es de carácter ilustrativo y puede variar respecto del producto final.
*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.
Vigencia al 30 de junio 2019.

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES "LO MISMO PERO MAS BARATO" **15% DE DESCUENTO**



¿Aftas?

come sin dolor

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



QUIMIKAN
 BENZOCAÍNA
 Solución 200 mg / 1 mL

Auxiliar en el tratamiento de las aftas y úlceras bucales

Espera unos segundos para que se forme una película protectora

Caja exhibidor con un frasco con 10 mL de solución y aplicador integrado a la tapa

QUIMIPARMA

farmaciassimilares.com

f t y i

Vigencia al 30 de junio 2019.
 Si persisten las molestias, consulte a su médico.
 Reg. N.O. 232M2017 SSA VI

FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO" **75% de ahorro**

¿Qué tanto sabes de español?



Aprende más de tu idioma.
 Habla y escribe correctamente.

1. ¿Cuándo escribir *si no* y cuándo *sino*?
2. Diferencia entre *vasto* y *basto*.
3. Escribir *atravez* en lugar de *a través*.
4. Confundir *sobre todo* con *sobretodo*.
5. ¿*Mediodía* o *medio día*?

Respuestas:

1. *Si no* se usa en frases condicionales: *Si no estudias, reprobarás el examen*. En cambio, *sino* sirve para contraponer una idea positiva a una negativa: *No quiero estudiar, sino trabajar*.
2. *Vasto* significa *dilatado, muy extendido o muy grande*: *Hay vastas zonas del Polo Sur que aún no han sido exploradas*. Por su parte, *basto* entre otros significados, es *grosero, sin pulimento*: *Juan era un tipo basto, no sabía comportarse en ningún lado*.
3. *Atravez* no existe. *A través* denota que algo pasa de un lado a otro, es decir, lo atraviesa: *La luz pasa a través del cristal*. *La mujer caminó a través de la ciudad*.
4. *Sobre todo*, en dos palabras, significa *especialmente, mayormente, principalmente*: *A mí me gustan, sobre todo, las películas de acción*. En cambio, *sobretodo* equivale a *un abrigo, un impermeable*: *Llevo un sobretodo cuando salgo en invierno, para protegerme del frío*.
5. Decimos que a las 12 es *mediodía*, en una sola palabra: *Al mediodía, almorzamos en la cafetería de la escuela*. Cuando está en dos palabras, nos referimos a la mitad de un día: *Pasé medio día encerrando los coches, y estoy rendido*.

fegutierrezp@gmail.com

ABEJAS

Fundamentales para la alimentación
 Conoce el trabajo de las polinizadoras más importantes del mundo.

POLINIZADORAS
 Al obtener el alimento de las flores fomentan en las plantas la capacidad de fecundarse

PRODUCCIÓN DE MIEL
 Deben visitar **4 millones** de flores y volar **4 veces** la distancia alrededor de la Tierra para producir **1 kg** de miel

51 mil toneladas de miel, producción nacional en 2017

Hay cerca de **2 millones** de colmenas en México, cada una con hasta **60 mil** abejas

2,190 millones de pesos, valor de la producción de miel en 2017

AMENAZAS

- Crisis climática
- Insectos invasores
- Pesticidas
- Cambios en el uso de la tierra y monocultivos

Casi **80%** de los cultivos alimentarios del mundo dependen de la polinización de las abejas

NTX NOTIMEX

Fuentes: un.org, sagarpa.gob.mx, oei.es, gob.mx, biodiversidad.gob.mx. Actualización: Julia Castillo. Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoría.



VICK

Vick VapoRub® Inhalador
 Alcanfor, Mentol Solución 197 mg, 197 mg Para inhalación

¡Dése un buen respiro!

Indicado como auxiliar en el tratamiento de nariz tapada, catarro y gripe

Blister con 1 inhalador

Auxiliar en el tratamiento de nariz tapada, catarro y gripe

Mentol / Alcanfor*
 197 mg / 197 mg / solución

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$49.50

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

DE VENTA EN

FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO" **75% de ahorro**

Junto a la muerte

Fernando Gutiérrez

Entre los deportes más mortíferos está el automovilismo. Los accidentes son tan aparatosos como devastadores. Los pilotos van sentados junto a la muerte, a veces, hasta a 300 kph, pero arriesgan la vida solo para dar un espectáculo vibrante al público. Se juegan el último aliento, segundo a segundo, en la arrancada, rectas, curvas y rebases.

Sí, en la Fórmula Uno ha habido un sinfín de choques mortales; pero dos de ellos han obligado a cambiar las normas de seguridad para los pilotos, en los trajes, guantes, cascos y zapatos, así como en los autódromos y vehículos.

Uno de ellos fue el de Ayrton Senna, quien estrelló su bólido de frente contra un muro de contención, en el Gran Premio de San Marino 1994, cuando apenas se corría la séptima vuelta. Falleció hecho pedazos.

El brasileño apenas tenía 34 años y su tragedia fue un parteaguas: obligó a las escuderías a reforzar los automóviles, modificar las barras de protección en los circuitos y a fortalecer el material de los cascos para evitar daños mayores al cerebro.

El otro accidente fue el que urgió a modificar los trajes de estos valientes pilotos. Ahora los protegen contra un incendio del auto. Nos referimos al del austriaco Niki Lauda, devorado por las llamas, dentro de su Ferrari, en la segunda vuelta del Gran Premio de Alemania 1976.

Su auto y él se convirtieron en una enorme bola de fuego. Lauda milagrosamente salvó la vida, y tuvo que ser sometido a múltiples operaciones en la cara y cuerpo, deformados por las quemaduras.

Siempre valiente, tiempo después, Lauda volvió a las pistas, pero pronto decidió retirarse porque las secuelas de su accidente no le permitían estar al cien. A la postre, cobraron su vida por daños pulmonares y renales, a los 70 años.

Destacamos a Lauda por ser ejemplo de actitud y valentía. Lo recordamos mostrar, sin pena, el rostro marcado por numerosas cirugías plásticas, y con gorra para esconder su cráneo sin pelo; pero sonriente, entusiasmado por estar de vuelta en los autódromos, pisar

otra vez las pistas y vivir las carreras como dirigente de alguna escudería.

Lauda no se convierte ahora en leyenda. Ya lo era, lo fue desde el día de su accidente; desde el momento en que dibujaba una mueca, a manera de una sonrisa, en su rostro quemado.

Este austriaco de hierro no solo sobrevivió a las fuertes quemaduras. También lo hizo contra el dolor físico de años. Su ejemplo fue tan grande que, en 2013, se estrenó la película *Rush*, donde se le exalta como un valiente que peleó por su vida hasta el último respiro.

Sobre su accidente, alguna vez dijo: “Cuando llegué al hospital sentía que estaba muy cansado y quería dormir. Pero sabía que no era solo dormir, era algo más. Y entonces simplemente luchas... luchas con tu cerebro. Oyes ruidos y simplemente intentas escuchar lo que te están diciendo e intentas mantener tu cerebro funcionando para conseguir que el cuerpo luche contra las heridas. Creo que estuvo bien hacer eso porque así es como pude sobrevivir”.

fegutierrezp@gmail.com





Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

Yanquis: de la angustia, a la alegría

En el inicio de la campaña regular 2019, de las Grandes Ligas, por los Yanquis no se daban ni tres cacahuates, pero por lo bien que han caminado, les acomoda muy bien el famoso refrán popular de que “no hay mal que por bien no venga”.

Así es de considerarse, porque la extensa lista de lesionados con que arrancaron la temporada permitió el descubrimiento de otros talentos, lo que hizo posible armar un roster plagado de suplentes que resultaron una maravilla en el terreno de juego.

De esta manera, pasaron de la angustia a la alegría.

Para nada es fácil llenar los zapatos de estrellas como Giancarlo Stanton, Didi Gregorius, Miguel Andújar, Aaron Hicks, Luis Severino y CC Sabathia, pero los suplentes resultaron tan buenos que los Bombarderos del Bronx se han mantenido entre los mejores de su división.

Un botón de muestra lo encarna el colombiano Gio Urshela, quien, por su excelso fildeo y bateo oportuno, de plano ya se adueñó de la tercera



base, antes ocupada por el dominicano Miguel Andújar.

En sus tres campañas anteriores, Urshela fue un jugador de remplazo y medianía con Cleveland y los Azulejos de Toronto, pero lo que ha hecho con los Yanquis, sencillamente es de milagrería. La historia se repite y vemos cómo algunos se derrumban al vestir el legendario uniforme a rayas, mientras otros se agigantan y llegan a pisar el Everest.

El mánager yanqui Aaron Boone supo motivar y sacar lo mejor de sus jugadores de remplazo, pero si los lesionados regresan con su conocido alto nivel de juego, no le será fácil decidir con quiénes armar su alineación en cada encuentro.

Como dicen en mi rancho: “Más vale que *sosobre* y no que *fafalte*”.

Frente a todo este panorama, se puede decir que los Yanquis tendrán muy buena banca y son candidatos a ser protagonistas del clásico de octubre 2019.

En fin, algo hemos visto y mucho nos falta por ver.

Foto: Notimex

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



UNDOS PARA AYUDAR®
Fundación
BEST®
a.c.



¿Diabetes?



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



Contamos con paquetes para diagnóstico temprano y un mejor control

Paquete diabético

\$469.00*

- Examen general de orina
 - Hemoglobina glucosilada
 - Química sanguínea (6 elementos)
- Precio zona frontera norte \$431.00**

Paquete diabetes 2

\$315.00*

- Examen general de orina
 - Química sanguínea (6 elementos)
- Precio zona frontera norte \$290.00**

Paquete diabetes 3

\$245.00*

- Glucosa
 - Hemoglobina glucosilada
- Precio zona frontera norte \$225.00**

*Promoción válida al 30 de junio de 2019. **Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región frontera norte.

ELECTROCARDIOGRAMA GRATIS

En la compra de uno de los paquetes en promoción.



Síguenos por [ssdrsimi.com.mx](https://www.facebook.com/ssdrsimi) / **SIMITEL 01 800 911 66 66** / Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón. Céd. Prof.: 4451415-UNAM Válido durante mayo y junio 2019.



Cine +

Ivan Cruz Mejía
ivancruzmejia@gmail.com

Más de lo mismo

En los últimos años, la comedia romántica ha dominado la producción fílmica nacional. Se dice que la preferencia del público de este género sobre los otros, le da el valor y la capacidad de mantenerse con los números más altos en copias distribuidas para su proyección y, principalmente, el dinero recaudado en cartelera. Pero ¿la elección del público es por el gusto de ver esas películas o tendrá que ver más con la oferta de las salas de cine a la hora de elegir una? Le propongo un ejercicio de memoria. ¿Recuerda alguna película mexicana que no sea comedia romántica? En los últimos meses, aparte de *Roma* (2018), que a pesar de ser una película "mexicana" contó con un presupuesto atípico proveniente de empresas extranjeras, ¿qué filmes nacionales fue a ver al cine? Es difícil recordar alguna película así. Seguro recordaron *Mirreyes vs. Godínez* (2019), *Como novio de pueblo* (2019), *En las buenas y en las malas* (2019), *No manches Frida 2* (2019), *La boda de mi mejor amigo* (2019) o *Dulce familia* (2019).

¿Entonces el público las ve porque las prefiere, o simplemente es una consecuencia de la oferta? Hablando en particular de una de las últimas películas mencionadas, *La boda de mi mejor amigo* (2019), es un ejemplo de la pobre propuesta de la industria cinematográfica comercial en nuestro país. Una adaptación de la historia protagonizada por Julia Roberts y Cameron Diaz, estrenada en 1997. Aparentemente hay una carencia de escritores con talento para generar nuevas historias, así que se apuesta por rehacer películas gringas. Claro, por qué no copiar filmes de la industria con más calidad de manufactura en el mundo, estamos a la par de capacidades y seguro no se van a notar o evidenciar nuestras carencias. Ya podemos ver los avances de *Como si fuera la primera vez* (2019), remake de la película de Adam Sandler y Drew Barrymore, estrenada en 2004. Copiar para tratar de ganar dinero sin importar la nula propuesta creativa es la nueva tendencia de nuestra industria.

Deleita Paty Cantú con Deluxe Live

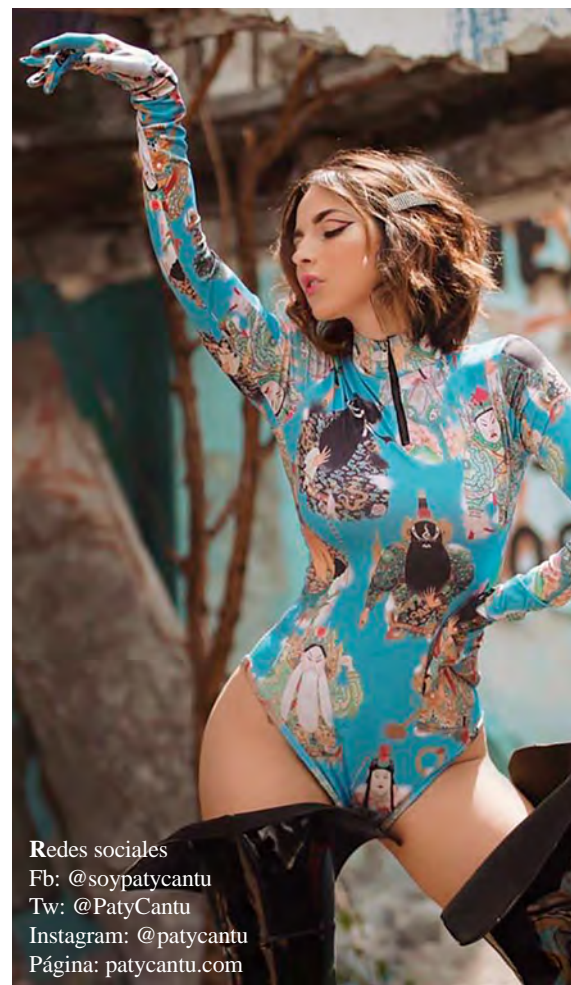
Paty Cantú es la mexicana que cautivó a España con su gira Deluxe Live, la cual ha recorrido diferentes recintos de México, Guatemala y Ecuador.

El Joy Eslava, recinto madrileño que ha albergado a diferentes artistas, se vistió de gala para presentar el primer show en directo de la cantante, quien deslumbró por su voz y vestuarios.

Tras 10 años de trayectoria, la tapatía cantó los éxitos que la han posicionado como una artista clave en la música pop; además, disfrutó la presencia de cantantes españoles, un plus en esta presentación.

Paty, al lado de Miriam Rodríguez y David Bustamante, exconcursantes de *Operación Triunfo España*, abrieron el concierto con el tema *No fue suficiente* y *Contigo*, respectivamente. Posteriormente, Antonio José la acompañó con *Valiente* y terminó con la emotiva interpretación de Pablo López: *Déjame ir*.

La artista, reconocida con varios premios internacionales, continuará sus presentaciones para cautivar a sus fans con su amplio repertorio de temas, incluidos los de su álbum #333, una fusión de R&B, hip hop, pop, cumbia y electrónica.



Redes sociales
Fb: @soypatycantu
Tw: @PatyCantu
Instagram: @patycantu
Página: patycantu.com

Foto: Paty: Facebook de Paty Cantú @soypatycantu

Greeicy cumple su más grande sueño

Victoria Landa

Todo comenzó a sus 13 años; su carisma y talento la llevaron a ser finalista del famoso *reality show* Factor X. Tras sobresalir en el concurso, Greeicy Rendón tomó el camino de la actuación y colaboró en diferentes éxitos: *Cuando salga el sol*, *Esmeralda* y *Chica Vampiro*, producción de Nickelodeon que le ayudó a ser reconocida internacionalmente.

Después de varios años en la actuación, la cantante colombiana se arriesgó y decidió dar un brinco a la música. “La música siempre fue mi sueño de toda la vida y decidí aventurarme en este camino. Yo siempre digo: ‘si tienes miedo, hazlo con miedo’”.

En 2017 estrenó su primera canción, *Brindemos*, que alcanzó millones de reproducciones en YouTube, lo que provocó su popularidad en todo el continente, por su perfecta composición entre el pop y el reguetón.

Sin embargo, la cantante afirma no sentirse amarrada a un género, “Por ahora me gusta el pop con base urbana, pero estoy abierta a abarcar otros géneros; me gusta de todo”.

Greeicy, de 26 años, se describe en tres palabras: apasionada, exigente y loca.



Redes sociales:
Facebook: Greeicy Rendón
Instagram: @greeicy1
Twitter: Greeicy_Rendon

Foto: Victoria Landa

Hasta el momento, su más grande hit es *Amantes*, canción a dueto con su actual pareja, Mike Bahía, con más de 400 millones de visitas. “Amantes es de las canciones más importantes para mí. Creo que la admiración viene después del amor y a Mike Bahía lo admiro, lo respeto, es mi guía e inspiración”.

Greeicy se inspira en las historias de otras personas; expresa que admira a Selena y a Shakira, y le gusta la gente apasionada y disciplinada, como el colombiano J Balvin.

Ahora la actriz, compositora y cantante cumple su más grande sueño: presentar *Baila*, su primera producción discográfica. “Me siento agradecida porque la gente ha sido buena conmigo. En estos dos años me han recibido con mucho amor y he tenido la oportunidad de cantar con artistas que nunca había imaginado”. Además, asegura que la carrera de un artista depende mucho de la gente y ella se siente feliz, dichosa y agradecida por su público.

“Aprendí mucho con *Baila*, me siento ansiosa y emocionada. Ya quiero ver la reacción del público. Espero que disfruten mucho el disco”.

Enamorada de la TV



Flor Rubio

El escándalo de Ale Guzmán y su hija

Risas y lágrimas de la vida real son la mejor materia prima para los melodramas televisivos. Por eso *La rosa de Guadalupe* y *Como dice el dicho* captan las mayores teleaudiencias.

Pero los sentimientos afloran en todas partes, y un ejemplo es el rompimiento entre Alejandra Guzmán y su hija Frida Sofía. Esta reclama a la madre porque la inundó de riquezas, pero no le dio tiempo de calidad. La abuelita, Silvia Pinal, deja que las aguas retomen su nivel: ya lo vivió con Silvia Pasquel, Stephanie Salas, Michelle Salas/Luis Miguel, y más. Los choques entre padres e hijos ocurren en todas las familias, pero la diferencia es que ellas son ricas y famosas, y viven bajo la lupa. Otras figuras que sufren rompimientos —y ojalá los resuelvan—, son José José, Alfredo Adame, Andrés García, Merle Uribe, y varios más. Y hay otros que sanaron sus heridas, como Ninel Conde y su hija Sofía. Derbez y su hijo José Eduardo. En su maduración, muchos jóvenes viven una revolución en su mente: mezclan sentimientos de gratitud con reclamos, y anhelan independencia, pero a la vez desean calidez o cercanía. Nos reflejamos en la vida de algunos famosos, y por eso atraen sus historias. ¡Somos seres sensibles, no robots!

¡Qué diferente información sobre Juan Gabriel!

En la historia de la televisión, la época actual se caracterizará por dos temas: fuerte competencia, y la mayor producción de contenidos que se haya realizado. ¿Conoce a alguien que logre ver al menos una décima parte de los programas disponibles? Yo no. Las empresas de comunicación usan estrategias para ganar audiencias y patrocinios. Pero público —y anunciantes— aprendieron a diferenciar calidades: ya no aceptan “espejitos” a cambio de su tiempo. Como ejemplo está el tema de Juan Gabriel. Una manera ha sido abordarlo con periodismo serio, fuentes confiables y verificables. Otra forma ha sido inventar historias falsas y escandalosas. Las mentiras llaman la atención, pero una sola vez...

Llega Kenny Man con *Ni Gucci ni Prada*

Tania Elias

Kenny Man es la nueva revelación del género urbano: su sencillo *Ni Gucci ni Prada* ha causado revuelo en las plataformas digitales, y durante su visita a México se le otorgó el disco doble de platino por altas ventas.

“Primero escribí una versión en rap, pero la simplifiqué y me arriesgué a sacarla. Para la letra de la canción, pasé por una situación similar porque conocí a una chica sin interés en si yo tenía plata o no”.

El panameño probó suerte con este género después de haber trascendido como rapero en su país natal.

“En 2008 empecé a hacer rap. Diez años después busqué otro tipo de música y conocí a Mr. Sike, un colega que me

apoyó en muchos sentidos para sacar mi sencillo”.

Sus raíces latinas y el ritmo en su sangre son características que poco a poco lo consolidan dentro del gusto del público. Ahora con *Ni Gucci ni Prada* y su producción *New Beginning*, pretende renacer de sus cenizas e imprimir frescura a su estilo.

Asimismo, su talento para el *freestyle* es de gran ayuda a la hora de componer sus canciones, las cuales van más allá de un “muévelo, mami”.

“Este tipo de música no me llena tanto como el rap, pero mis canciones tienen contenido, como un libro, pero bailable”.

Kenny Man optó por este nombre porque *canny* en inglés significa ‘ingenioso’ y *man*, ‘hombre’, y decidió mezclar

su talento con el colombiano Sebastián Yatra para crear un *remix* de esta melodía.

“Somos estilos diferentes, él es más sutil y romántico, además tiene mejor voz que yo. Hicimos un contraste y quedó muy bien”.

Además de este tema, Kenny grabó *No todavía*, con

Lalo Ebratt y Yera de Tropical Minds, éxito que se refleja en su canal de YouTube con más de 4 millones de *views*.

Mientras, el latino seguirá trabajando para que, en un futuro no muy lejano, pueda colaborar con artistas de la talla de Nigga, J Balvin y Daddy Yankee, entre otros.



Redes sociales
Fb: @kennymanoficial
Tw: @kennymanoficial
Instagram: @kennymanoficial

Foto: Tania Elias


Condomes ALFA[®]


Explota
tu instinto



*Prevención es salud.
Vigencia al 30 de junio 2019.

alfaformen.com

 /AlfaForMenOficial

 /AlfaForMenOficial

De venta exclusiva en



Dr. Simi

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

