

En Farmacias Similares® a sólo \$69.00*
Higiene es salud. Aviso N.º 193300202D0477
Vigencia al 30 de noviembre de 2019.



Siéntete

#MiDulceSecreto
farmaciasimilares.com



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



HASTA
75%
DE AHORRO



**FRESCA,
TRANQUILA
Y SEGURA**

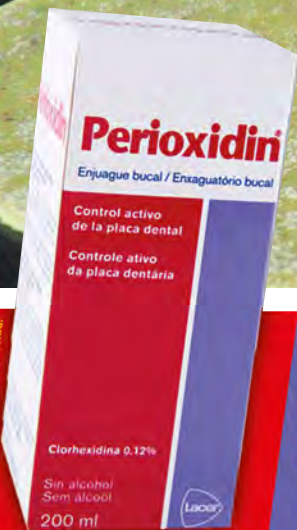
SIMINFORMA

Por Un País Mejor®

siminforma.com / Noviembre 2019 / Núm. 451 / Versión digital / Simi TV  @DrSimiTV 



Revolución culinaria



pp. 10 y 11

Foto: Tania Elias

ENJUAGUE BUCAL
CLORHEXIDINA**

Precio zona fronteriza norte \$201.00*
Precio resto de la república

\$215.00

Valido al 30 de noviembre 2019.
*Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en
el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.



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

HASTA
75%
DE AHORRO

No todo lo que contamina es CO2

Alejandra Cervantes

En la última década, los medios de comunicación, autoridades y las campañas de conciencia ecológica se han dedicado a mostrarnos los severos efectos del cambio climático en nuestro planeta.

Aunque los principales actores de este fenómeno son los gases de efecto invernadero, no se puede señalar al CO2 como el único responsable de los desastres ecológicos y ambientales.

Para ponernos en contexto: el CO2 (dióxido de carbono) es el principal actor en esta lucha climática, y el ser humano es el responsable por liberar toneladas de él a la atmósfera, lo cual no solo aumenta la temperatura, sino que perdura miles de años en la tierra.

Los CCVC, ¿qué son?

Estas siglas se refieren a los Contaminantes Climáticos de Vida Corta. Significa que, a pesar de tener en común con el CO2 su presencia en la atmósfera, estos duran de pocos días, hasta máximo 15 años en ella.

De acuerdo con el programa de las Naciones Unidas, la Coalición de Clima y Aire Limpio (CCAC) determinó que los efectos de estos gases representan anualmente más de 3.4 millones de muertes prematuras en el mundo, principalmente en niños, y también un aumento de las enfermedades respiratorias, como enfisema, asma y bronquitis.

Uno de estos contaminantes es el carbono negro. Este gas es resultado de la combustión incompleta, por lo que podemos encontrarlo en toda actividad donde se involucre la quema de combustibles, como cuando se cocina con carbón o leña, o bien, en los motores diésel.

Si bien las partículas de este gas tienen un periodo de vida medido en horas o semanas, este absorbe la luz del sol y calienta los alrededores; también puede afectar la formación de las nubes y cambiar los patrones de lluvia.



Foto: Tania Elias

anteriores se forma en la troposfera mediante complejas reacciones fotoquímicas; sin embargo, sus impactos son perjudiciales para la salud, así como nocivos en cultivos agrícolas y en bosques.

Conocer y tomar en cuenta los diferentes gases que afectan nuestro planeta, es fundamental para elaborar planes correctos de mitigación, así como adaptar prácticas en los países, que no solo detengan el cambio climático, sino cuiden la calidad del aire.

Algunos autores lo consideran como el segundo contaminante que más contribuye al cambio climático, después del CO2.

Por otro lado, los hidrofluorocarbonos son un grupo de productos químicos manufacturados para uso en aerosoles o en refrigeración. La emisión de estos gases podría incrementarse casi veinte veces de no tomarse las medidas para reducir su consumo.

El ozono es otro contaminante, pero a diferencia de los



Mejórate

por solo **\$15.90**



Si persisten las molestias, consulte a su médico.



DEJAMOS DE USAR
MÁS DE **80.5**
MILLONES DE BOLSAS
DE PLÁSTICO*

*Ahorro de bolsas, al 30 de octubre 2019.



farmaciassimilares.com

Vigencia al 30 de noviembre 2019.

Las imágenes mostradas en este catálogo, son de carácter ilustrativo y pueden variar con respecto del producto final.

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



¿DE LO INFLAMADA TE SIENTES COMO PIÑATA?

Dile adiós a:



Síntomas
de colitis



Dolor
abdominal



Inflamación




Cólicos



Causados por la colitis
y el síndrome de intestino irritable.

Si la vida no para, tú tampoco.

De venta en Farmacias Similares.

 nesajar www.nesajar.com

Si persisten las molestias por más de 5 días, consulte a su médico. Permiso COFEPRIS 1833002T1B0396

Realizan prótesis de mano con PET y PVC

Con materiales económicos (PET, PVC y fibra de carbono), un grupo médico y fisioterapeutas de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) diseñaron una prótesis robótica de mano.

Ello fue un proyecto coordinado por el Departamento de Informática Biomédica de la facultad, y se elaboró de forma personalizada con el objetivo de mejorar y potenciar las actividades cotidianas de un paciente de 20 años, quien perdió la extremidad superior derecha por un accidente laboral.

El protocolo para desarrollarla, informó la gaceta universitaria, incluyó una evaluación clínica integral del paciente: antecedentes familiares, personales, patológicos y no patológicos, sociodemográficos, esferas psicológicas y comorbilidades.

La Facultad de Medicina señaló que dicha prótesis, al ser inteligente y funcional, permite a la persona una mejor adaptación en la



Foto: cronica.com.mx

esfera biopsicosocial, lo que mejora la calidad de vida, disminuye la dependencia, e incluso en el futuro incorporarse a sus labores.

Se busca una prótesis estética, de bajo precio y que potencie las actividades básicas, para que el paciente se sienta cómodo y mejore su aspecto. Con esto, se preten-

de reducir los costos en salud por discapacidad.

“Por ello, con miras a una producción masiva, se pensó en materiales económicos, diseño personalizado, y al alcance de todos, consecuencia del trabajo multidisciplinario”, publicó la Facultad de Medicina.

- sueño + riesgo

Dormir menos de cinco horas diarias puede incrementar hasta 21% el riesgo de muerte, generar alteraciones en la concentración, estrés y bajo rendimiento académico, afirmó la psiquiatra Maritza Sandoval Rincón.

Especialista en la Unidad de Trastornos del Movimiento y Sueño de la Secretaría de Salud, Sandoval explicó que durante el sueño se realizan diversos procesos, como la fijación de memoria, regulación del apetito y saciedad, que tienen un impacto positivo en la salud.

“Cuando no dormimos bien, estos procesos no se realizan, y puede haber repercusiones en la salud”, alertó.

Las primeras consecuencias son alteraciones en la concentración y problemas en la ejecución de tareas motoras; pero cuando la privación del sueño se hace crónica, hay estrés, aumento de riesgo cardiovascular y peligro de mortalidad.

“El riesgo de muerte entre quienes duermen menos de cinco horas, es 21% mayor que en aquellos que duermen entre siete y ocho horas. La explicación es lógica: no se están cumpliendo todos estos procesos, y eso merma la salud”.

Agregó que una persona adulta necesita dormir entre siete y ocho horas; sin embargo, a fin de lograrlo, se debe dar la importancia necesaria al sueño y mantener horas específicas para dormir y despertar, además de evitar siestas durante el día y no consumir sustancias estimulantes.



GLUCÓMETRO

ONE TOUCH[®] ULTRA MINI[®]

DE ~~\$599.00~~

A **\$539.00**

Prevención es salud. La imagen mostrada en este material es de carácter ilustrativo y puede variar con respecto del producto final. Vigencia al 30 de noviembre 2019.



ONE TOUCH® ULTRA®

Tiras Reactivas 10

Precio resto de la república

\$135.00

Precio zona fronteriza
norte \$126.00*



ONE TOUCH® ULTRASOFT®

Lancetas

Precio resto de la república

\$65.00

Precio zona fronteriza
norte \$61.00*

ONE TOUCH® ULTRA®

Tiras Reactivas 50+10

Precio resto de la república

\$499.00

Precio zona fronteriza
norte \$465.00*

Consulte a su médico y lea las instrucciones de uso. Las imágenes mostradas son de carácter ilustrativo y pueden variar con respecto del producto final. Vigencia al 30 de noviembre de 2019. *Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.

farmaciassimilares.com



Dr. Simi

DE VENTA EN

FARMACIAS SIMILARES

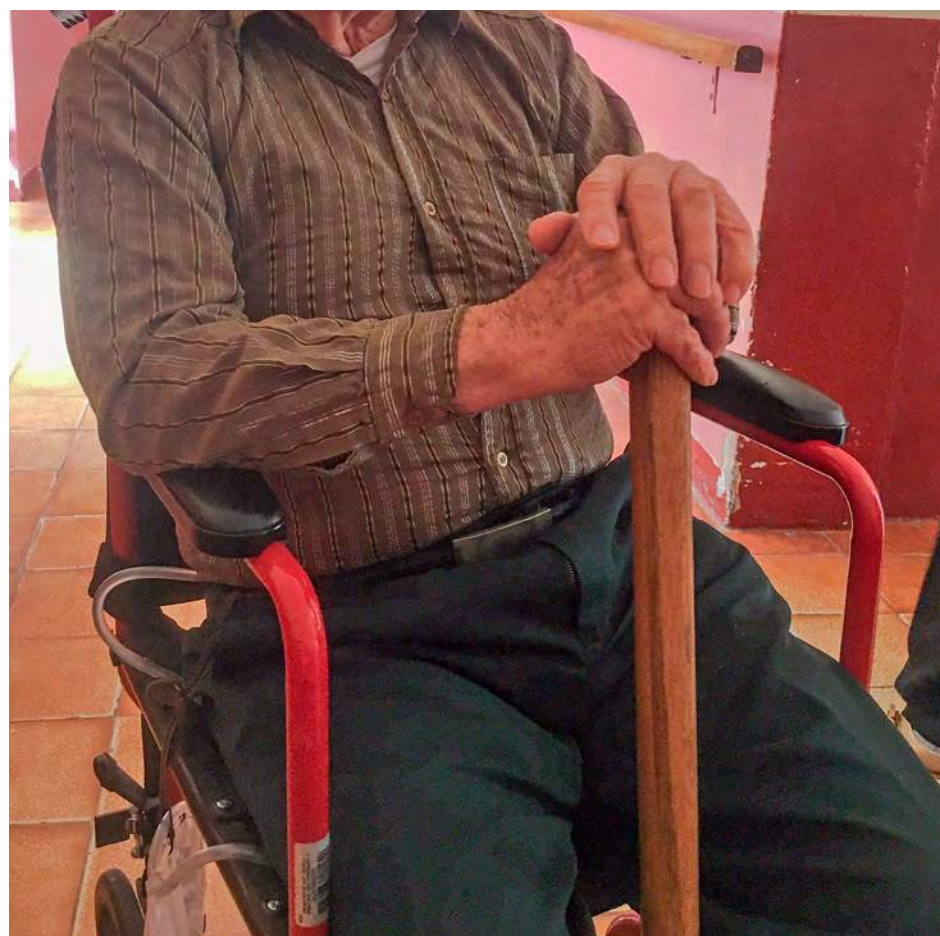
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

Noviembre 2019 / siminforma.com

Salud 5

Proteja al adulto mayor de las caídas



Fotos: Notimex

En nuestro país, 11 de cada 100 personas de 70 años y más, han sufrido una caída, mientras que en China, por ejemplo, la incidencia es de solo dos de cada 10. Este es el principal riesgo de mortalidad entre adultos mayores de México, aseveró Eduardo Sosa Tinoco, especialista del Instituto Nacional de Geriátrica (Inger).

El índice de caídas de personas mayores aumentó en la última década, y representa un problema de salud y mortalidad: 40% de quienes se caen, fallece en los siguientes dos años por complicaciones propias del suceso.

“Muchas veces no acuden a recibir atención porque se piensa que es normal que las personas de ‘edad avanzada’ sufran estos percances. Cuando se llega a los centros de salud, solo se atiende la lesión o fractura, no se hace una evaluación de por qué razón ocurrió la caída para lograr la prevención”, detalló.

Sosa Tinoco refirió que la prevención es primordial; un adulto mayor que sufrió una caída, tiene una probabilidad de 60% de que le vuelva a pasar.

Indicó que este problema se relaciona con el envejecimiento poblacional y el uso indiscriminado de sedantes, lo que

afecta la fuerza y el equilibrio de los ancianos.

El geriatra comentó que los familiares pueden ayudar a la prevención, al llevar a una persona que ha sufrido una caída a un centro de atención médica, para una evaluación integral a fin de prevenir más accidentes.

En la evaluación se deben considerar —precisó—, los medicamentos, si la persona tiene problemas de visión o en articulaciones que le dificulten el movimiento, así como valorar el ambiente y el hogar donde realiza sus actividades.





**Sexo, sin lágrimas
y sin pudor**

Gabriela Jiménez

Cuando la verdad se convierte en mentira

No podemos negar que algo pasa en la sociedad; cada día hay más violencia. Basta ver los periódicos o redes sociales para saber de agresiones. Y uno de los temas más recurrentes, es lo que sucede en la pareja.

Por ejemplo, algo devastador para el otro, es hacerle creer que todo lo que ve, escucha y vive, es producto de su imaginación.

Ante un acto violento, es común escuchar esta justificación: “Fue tu culpa, si no hubieras hecho tal o cual cosa, eso no habría pasado”; o casos cuando la pareja olvida una cita o una promesa: “Yo nunca te dije o prometí nada, tú te inventas esas historias; nada de eso es cierto”. Esto genera en el otro una confusión hasta el punto de creer que, efectivamente, puede estar enloqueciendo.

Una de las opciones cuando se vive esto es: “Cierra los oídos y abre bien los ojos”. Si lo que la persona dice no checa con lo que hace, hay algo que no está bien. La mejor manera de desenmascarar la mentira, es poner atención en los actos del otro. Alguien te puede decir “te amo” y golpearte, o pedirte perdón con una sonrisa sarcástica. Hay que ver y analizar antes de escuchar.

Existen personalidades en donde el mentir es un hábito, o mostrar eficiencia y sumisión para después manipular sus errores. Culpar a los demás es parte de su estilo de vida y valores. Esto se aplica en todos los ámbitos de su vida: amigos, pareja, trabajo y familia. Son personas que no han aprendido a vivir de otro modo, ya que esta forma les ha funcionado hasta el momento. El costo es para quien convive con ellas.

No sería adecuado emitir un juicio de valor, de si son buenos o malos, han aprendido a vivir de esa manera. Aquí, quien tiene que marcar el límite y buscar la ayuda profesional, es la persona o personas que viven con alguien de esas características, y concluir que no desean seguir en esa relación.

Si quieres más información y asesoría profesional, llama al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, 800 911 66 66, opción 3. La ayuda es gratuita y disponible las 24 horas.

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 30 de noviembre 2019.
Reg. No. 82520 SSA VI



Comunicación en la pareja

Nancy Vargas*



Foto: Noimex

En las redes sociales circulan infinidad de “memes” sobre las dificultades en pareja; más allá de las ocasiones en las que el objetivo es engañar o abusar de una de las partes, la realidad es que muchos de los problemas en las parejas tienen como trasfondo la comunicación.

De acuerdo con los expertos, el proceso ya es de por sí complejo, pues no solo interviene el mensaje, sino el lugar y momento en el que se transmite, así como la entonación, el volumen y las pausas, entre otros factores. A esto hay que añadir la enorme influencia del “amor romántico”, creencias erróneas que pueden destruir una relación.

Una de ellas es el pensar que este sentimiento conlleva un “poder especial”, por el cual cada uno debe saber lo que el otro necesita o quiere, sin que se lo diga. Eso es falso. El amor de una pareja puede ser inmenso y generar mucha satisfacción, pero siempre será necesario comunicarse de manera directa y clara.

Otra creencia del amor romántico, es que hablar de ciertos temas, como el manejo del dinero, la forma en la que se prefiere tener sexo, o incluso de los enojos y las diferencias como pareja, es de “mal gusto”. Sin embargo, estos asuntos son trascendentales en toda relación, pues sirven para establecer límites, identificar

expectativas, hacer planes y clarificar los valores e intereses.

También se piensa que, si de verdad se ama a la pareja, entonces se debe “contarle todo” y evitar que haya secretos, lo que lleva a invadir la privacidad del otro y a pretender, incluso, controlar su vida, lo cual tampoco es sano.

La creencia anterior va ligada con los celos, un sentimiento que se considera indispensable “si es que verdaderamente hay amor”, y que se permite en modos extremos, como interrogatorios continuos sobre los momentos que no están juntos o con revisiones del celular y redes sociales.

En la pareja debe haber un espacio de individualidad, implica tener derecho a no hablar de relaciones pasadas, ni de todo lo que se realiza cotidianamente o de las amistades que cada uno tiene.

Si te identificas con alguna de estas situaciones, o quieres saber cómo mejorar la comunicación en tu relación, te invitamos a comunicarte al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales, 800-911-66-66, opción 3, o si lo prefieres, por correo electrónico a centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx, el servicio es gratuito

* **Psicóloga del CNDEE**

Ofrecemos apoyo y orientación psicológica **GRATUITA**

Te invitamos a ver nuestro **Chat de sexualidad** todos los martes y jueves de 18:00 a 19:00 hrs a través de www.siminforma.com.mx

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

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemex

Ampigrin®

Ampicilina

\$86.00



De venta en

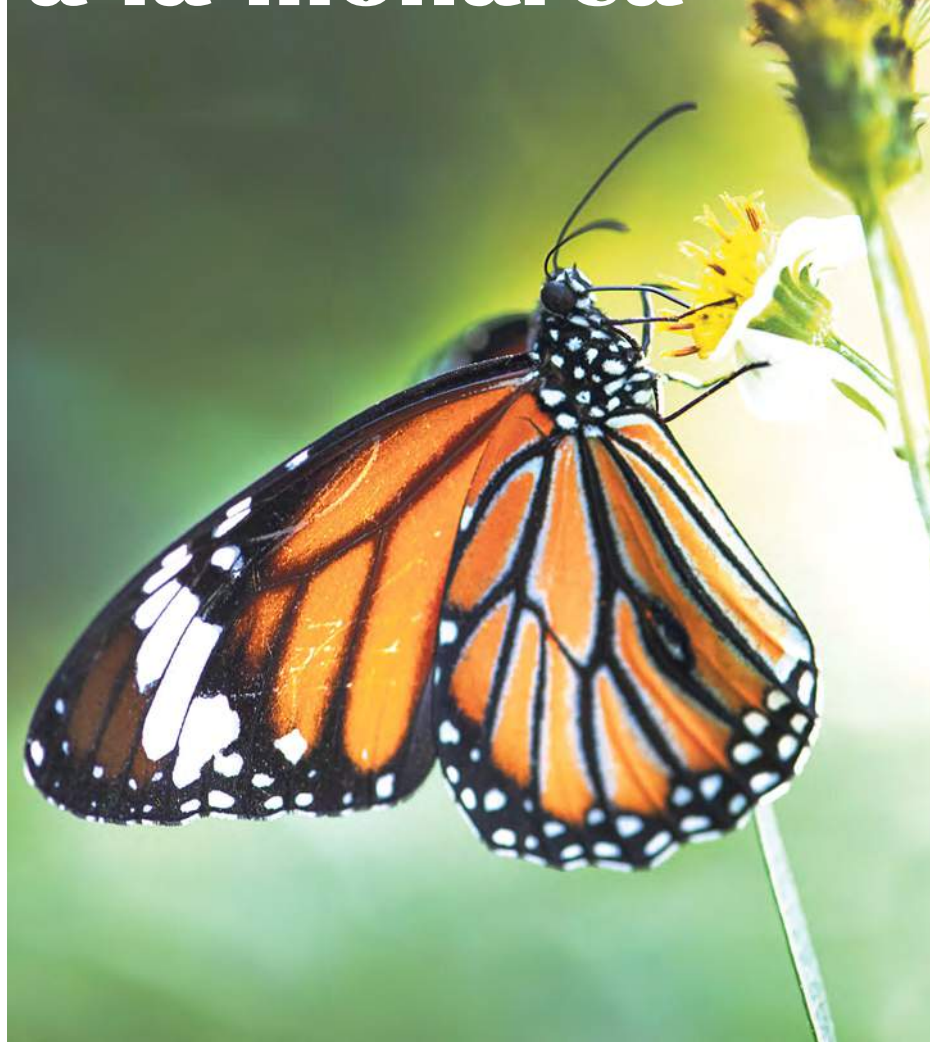
FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 30 de noviembre 2019
Reg. No. 74558 SSA IV



México recibe a la monarca



Con una campaña de monitoreo que invita a proteger a las mariposas monarca, se inició la llegada de estos insectos a los santuarios del Estado de México y Michoacán.

La Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat) informó que la llegada es puntual durante los primeros días de noviembre en los bosques de oyamel de El Rosario, Sierra Chincua y Cerro Pelón, en la Reserva de la Biosfera Mariposa Monarca.

Pese a las intensas lluvias y fuertes vientos, el arribo de miles de mariposas (*Danaus plexippus*) comenzó a registrarse en Ciudad Acuña, Coahuila.

“La temporada 2019-2020 empezó en agosto pasado, al emprender las mariposas su recorrido de más de cuatro mil 500 kilómetros desde el sur de Canadá, cruzan-

do Estados Unidos y el norte de México”, precisó la dependencia.

Explicó que, a la fecha, en los bosques de oyamel de las entidades citadas, los insectos forman racimos y realizan el reconocimiento de los sitios donde hibernarán durante los siguientes cinco meses.

La mariposa está incluida en los programas oficiales de conservación porque es de suma importancia para México y el mundo. Incluso, existe la campaña “Protejamos a las Monarca”, mediante la cual se podrá registrar la observación de ejemplares con un monitoreo nacional.

“Contribuye a la conservación de este espectacular fenómeno natural. Observa tu entorno, el cielo, el jardín escolar y los parques, y registra tus observaciones en la Plataforma Nacional de Monitoreo de la Mariposa Monarca”, señaló la Semarnat.

QUIMPHARMA

QUIMIKAN
BENZOCAÍNA

Precio Farmacias Similares®

\$117.00



GUAXOQUIM

GUAIFENESINA / CITRATO DE OXOLAMINA

Precio Farmacias Similares®

\$51.00



FIDOIN-Q
IBUPROFENO SUSPENSIÓN

Precio Farmacias Similares®

\$46.00



Productos OTC

Vigencia al 30 de noviembre 2019.

*Si persisten las molestias, consulte a su médico.



De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

Vitamina tu vida

Aristo Caps RB
Rhodiola rosea y vitaminas

- FATIGA
- BAJO RENDIMIENTO
- DESGASTE FÍSICO

Reg. No. 003920255A VI
COFEPRIS:19330020180192

\$ 154.00
Si persisten las molestias, consulte a su médico.

farmaciassimilares.com
Vigencia al 30 de noviembre 2019.
Los vitamínicos son un medicamento y el uso en exceso puede ser perjudicial para la salud.
Para mayor información sobre el uso correcto de los vitamínicos, consulte a su médico.

Frasco con 30 cápsulas

PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Primeras molestias:

- Esguimiento nasal
- Tos con o sin flemas
- Fiebre
- Dolor en garganta y oídos
- Ronquera

Evita complicaciones; acude a los consultorios de Fundación Best si padeces estos síntomas.

Recuerda NO automedicarte

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

UNIDOS PARA AYUDAR

Fundación **BEST** S.C.

Síguenos por:



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

HASTA 75% DE AHORRO

Expedientes del poder

Carlos Ramírez
carlosramirez@hotmail.com
@carlosramirez

Morena no es partido

La disputa por la presidencia del partido Morena, las decisiones unilaterales de militantes al margen de la organización, como el gobernador electo de Baja California, y los regaños del presidente López Obrador, han dibujado un panorama negativo para el partido en el poder.

López Obrador fundó ese partido solo como aparato electoral para su candidatura presidencial, y nunca ha

tenido el interés de convertirlo en el pivote de negociación con sectores sociales. Y para reafirmar su decisión de no ir cargando a Morena desde Palacio Nacional, ya amenazó con salirse de este si se siguen cometiendo errores. Abandonado al jaloneo de sus militantes, grupos y tribus, Morena va a sobrevivir hasta 2021. Y para las elecciones de 2024, lo que quede de ese partido-movimiento tendrá que

ser reorganizado por el candidato que compita por la presidencia. Lo relevante de Morena es que significa lo que la gente espera. López Obrador no se ha comprometido con otros liderazgos legislativos y de gobernadores, pero Morena seguirá ganando gubernaturas con la esperanza de los votantes locales de que el presidente beneficie a sus mandatarios. No será así: AMLO solo va a trabajar

para su presidencia, no para los gobernadores morenistas. La decepción de votantes locales en Chiapas, Tabasco y Veracruz podría minar las expectativas de los candidatos morenistas a gubernaturas en 2021. Morena va a salir lastimado de la elección de su próximo dirigente, pero en el despacho presidencial de Palacio Nacional no existe interés por el futuro del partido. Morena no será un PRI.



YA CONTAMOS CON

SIMI

BCAA

LEUCINA ISOLEUCINA VALINA

2:1:1

60 cápsulas de 600 mg c/u

PRECIO FARMACIAS SIMILARES*

\$199.00

farmaciassimilares.com

PRODUCTO NUEVO

De venta exclusiva en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE DESCUENTO

Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo consume y de quien lo vende. Vigencia al 30 de noviembre 2019.

YA CONTAMOS CON

90 años 20% GRATIS*

sal de uvas

picot

Bicarbonato de sodio, Acido tartárico, Acido cítrico

Pulverizado

2.485 g (0.2165 g x 1.9485 g)

Caja con 10+2 sobres

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE DESCUENTO

farmaciassimilares.com

Si persisten las molestias, consulte a su médico.

Revolución culinaria

Tania Elías

La Revolución mexicana marcó un parteaguas en la historia moderna del país: además de acabar con la dictadura de Porfirio Díaz, influyó en diversos aspectos sociales, como el arte culinario.

Del budín a la discada

El Porfiriato abrió las puertas a la inversión extranjera y soñó con hacer de la capital mexicana un segundo París, algo que solo se logró en la aristocracia.

A pesar de los avances, como la instalación de la industria eléctrica, los ferrocarriles y la inauguración del hospital psiquiátrico La Castañeda, cuna de esta especialidad en el país, la etapa estuvo marcada por la desigualdad de clases sociales: pocos ricos y muchos pobres.

La parte culinaria no fue la excepción en los cambios: la comida francesa no faltaba en las casonas de la gente acaudalada, mientras en las cocinas de la clase trabajadora se preparaban guisos a base de maíz, chile y frijol.

Marco Antonio Alonso, chef especialista en comida mexicana, explicó que en los banquetes de la alta sociedad era común encontrar budines, suflés, pasteles y crepas, entre otros platillos con influencia de países europeos.

“Al finalizar la Independencia y la larga lucha por el poder entre conservadores y liberales, se cerró la puerta con España y comenzó el comercio con Francia. Debido a que Díaz Mori intentaba copiarle a este país, su influencia gastronómica fue enorme,

incluso trajo a cocineros como Sylvain Dumont, quien realizó festines”.

Después de que Francisco I. Madero promulgó el Plan de San Luis, documento que instaba a los ciudadanos a levantarse en armas para derrocar a Díaz, comenzó la Revolución, que marcó no solo la historia, sino también la gastronomía mexicana.

Durante la lucha armada, las mujeres, Adelitas, fueron parte importante: muchas engrosaron las filas, y otras se dedicaron a curar enfermos y cocinar platillos que aprendieron de sus madres y abuelas.

“Llevaban su molcajete, metate, ollas y costales de maíz, lentejas y frijoles a todos lados. Hacían sus cocinas improvisadas en cualquier lado, incluso arriba de los vagones de trenes en movimiento. Se las ingeniaban para hallar ingredientes, como quelites, epazote y, a veces, animales para preparar sus guisados”.

Eduardo Monroy, historiador de la Escuela Nacional de Antropología e Historia (ENAH), señaló que las diferencias de las regiones eran notorias, pues variaban los platillos que se consumían.

“La División del Norte comía machaca (carne seca desmenuzada), mientras que el Ejército Libertador del Sur, cecina, pipianes y moles. Ambas tropas se alimentaban de tamales, tortillas y pulque que mantenían la energía de los soldados”.

Debido al ingenio de las cocineras se crearon varios platillos, entre los que destacan la “discada”, llamada así porque se cocinaba en un disco de una máquina de



La cocina regional influyó en la gastronomía actual del país





Marco Antonio Alonso, chef especialista en comida mexicana



Eduardo Monroy, historiador de la Escuela Nacional de Antropología e Historia (ENAH)

arado, y el mole de olla, que actualmente no puede faltar en la mesa de los mexicanos.

Un legado gastronómico

Al finalizar la Revolución mexicana, con la promulgación de la Constitución de 1917, los gobernantes sentaron las bases del México actual y, poco a poco, se forjó una cultura gastronómica basada en los guisados tradicionales.

“Este movimiento popularizó la comida regional; se consideró como la verdadera cocina. También hubo migración de los estados a la capital y fue cuando los restaurantes comenzaron a vender huevos a la Zacatecas, carnitas a la michoacana y enchiladas potosinas. Ya en los años sesenta se consolidaron los guisos tal y como los conocemos hoy”, dijo el historiador.



Foto: William Henry / wikipedia.org

Personajes de la Revolución y sus gustos:

- A pesar de su preferencia por lo francés, Porfirio Díaz no olvidó sus raíces y tuvo cocineras de su natal Oaxaca
 - Se dice que Francisco I. Madero era vegetariano
 - A Venustiano Carranza le gustaba comer cabeza de chivo hervida
 - Pancho Villa era abstemio y le encantaban las maldadas de fresa; sin embargo, se dice que era tanto su desagrado al alcohol, que fusiló a varios soldados por violar la ley seca
 - Emiliano Zapata disfrutaba tomar mezcal, pulque y atole de ciruela
 - Cuentan que, para celebrar una victoria, Álvaro Obregón pidió guajolote con mole y pulque porque esa era la comida del pueblo
 - Un día, Villa fue a La Ópera Bar, ubicado en el centro histórico de la Ciudad de México, y lanzó un balazo al aire para llamar la atención
- Aunque algunos historiadores difieren, estas versiones forman parte de la cultura popular de los mexicanos.

Gracias a esta riqueza culinaria, en 2010, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco) nombró patrimonio inmaterial de la humanidad a la comida tradicional mexicana.

De nosotros depende que el legado gastronómico que dejó la Revolución se siga transmitiendo de generación en generación.



Farmacias Similares®

Esomeprazol
40 mg/7 tabletas

Precio Farmacias Similares®
\$186.00



Esomeprazol
40 mg/14 tabletas

Precio Farmacias Similares®
\$365.00



Budesonida
Suspensión 0.125 mg/mL

Precio Farmacias Similares®
\$ 129.00



Vigencia al 30 de noviembre 2019

Budesonida
Suspensión 0.250 mg/mL

Precio Farmacias Similares®
\$ 159.00



De venta en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO®

Festival de cine con medios alternativos

La cuarta edición del Festival Internacional de Cine con Medios Alternativos (Ficma), del 27 al 30 de noviembre en diferentes sedes de la Ciudad de México, estará dedicada a las narrativas transmedia, informó su director general, Miguel Ángel Ramírez.

Explicó que se contará con cinco talleres, seis conferencias y mesas redondas sobre las narrativas transmedias, además de que se inscribieron 676 proyectos de 70 países, entre ellos, Estados Unidos, India, Irán, Brasil, España, Alemania, Argentina, Rusia, Italia y Austria.

Destacó que el Ficma surgió en 2016 y fue visto como una brecha entre los festivales cinematográficos tradicionales mexicanos, y encontraron un nicho para incursionar en las nuevas tecnologías y los nuevos lenguajes digitales. El encuentro, explicó, busca difundir, exhibir y fomentar los contenidos audiovisuales con base en las nuevas tecnologías y medios

alternativos, como los *smartphones*, *drones* y realidad virtual, entre otras.

Ramírez señaló que, en materia de contenidos, explora y analiza las expresiones contemporáneas, como las narrativas transmedia, series web, social web, plataformas digitales, cultura pop, a las cuales considera como los nuevos lenguajes digitales y visuales actuales.

A cuatro años de haber surgido este festival, su director señaló que entre los logros destacados está el hecho de difundir la tecnología y reconocer los nuevos lenguajes audiovisuales que, en algún momento, se pensó que eran para aficionados o historias de *influencers*.

Por su parte, Cristian Calónico Lucio, director del Fideicomiso para la Promoción y Desarrollo del Cine Mexicano en la Ciudad de México, indicó que el Ficma contará con su ayuda en esta edición, y confió en que el próximo año el jurado los vuelva a elegir para ser acreedores al apoyo.





De barrio en barrio

Fernando Gutiérrez
fegutierrezp@gmail.com

Sea este un homenaje a todos los cronistas de la muy noble y leal Ciudad de México. Sus obras nutrirán este espacio, dedicado a los amantes de la historia.

Hospital de Jesús

Fue el sitio de su primer encuentro. Cortés trató de abrazar a Moctezuma II, pero los guardianes de este lo impidieron. Al tlatoani nadie lo tocaba. Era el 8 de noviembre de 1519. Cuatro años más tarde todo había cambiado. En el lugar se levantó un hospital para los soldados españoles heridos en los combates contra los aztecas. Una construcción propia de la época: patios, arcadas, fuentes y árboles, tipo convento. Aquí, mucho tiempo después, se realizó la primera autopsia para los estudiantes de medicina de la Real y Pontificia Universidad de México. También hay un busto de Hernán Cortés, obra de Manuel Tolsá. Pero el edificio original está oculto desde 1934, debido a una construcción de cinco pisos, ordenada cuando se amplió la avenida 20 de Noviembre. Aledaña está la iglesia de Jesús Nazareno, donde se

dice descansan los restos de Cortés. Otros aseguran que permanecen ocultos en un lugar secreto, por temor a profanadores. En su interior hay también un cuarteado mural de Orozco. Es el hospital más antiguo del continente, y funciona desde 1524, pero fue terminado 130 años después. Ocupa toda una manzana: Mesones, 20 de Noviembre, República de El Salvador y Pino Suárez, antes calzada Iztapalapa, una de las tres que unían a la Tenochtitlán con tierra firme. Acerca de su nombre, hay una leyenda: Petronila, una mujer internada, soñó con un Cristo que luego unos indígenas representaron en una escultura. Les quedó exacto y ella decidió que se rifara entre los hospitales de la ciudad. Aunque se sorteó varias veces, siempre lo ganó el mismo edificio, a partir de entonces llamado "Hospital de Jesús".



Foto: Fernando Gutiérrez

Pfizer

- NUEVA IMAGEN** **pregabalina** vitales¹ Precio Farmacias Similares[®] **\$142.00** PREGABALINA 75 mg 14 cápsulas
- NUEVA IMAGEN** **pregabalina** vitales¹ Precio Farmacias Similares[®] **\$169.00** PREGABALINA 150 mg 28 cápsulas
- MINIPRES** Pfizer Precio Farmacias Similares[®] **\$89.00** PRAZOSINA 1 mg 30 cápsulas
- Celecoxib** vitales¹ Precio Farmacias Similares[®] **\$199.00** CELECOXIB 200 mg 10 cápsulas
- eturion ATORVASTATINA** vitales¹ Precio Farmacias Similares[®] **\$139.00** ATORVASTATINA 10 mg 30 tabletas
- eturion ATORVASTATINA** vitales¹ Precio Farmacias Similares[®] **\$239.00** ATORVASTATINA 20 mg 30 tabletas
- eturion ATORVASTATINA** vitales¹ Precio Farmacias Similares[®] **\$386.00** ATORVASTATINA 40 mg 30 tabletas

Consulte a su médico. Su venta requiere receta. Vigencia al 30 de noviembre 2019.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA **75%** DE AHORRO[®]

Angelitos de Cristal

Tania Elias

Uno de cada cien mil niños mexicanos nace con osteogénesis imperfecta (OI), enfermedad genética caracterizada por la formación inadecuada o deficiente del colágeno óseo (sustancia que fortalece el esqueleto), y provoca la debilidad de los huesos al grado de fracturarse por cualquier golpe o caída.

La OI, conocida como la enfermedad de “los huesos de cristal”, también afecta los músculos, dientes, oídos, propicia la malformación y baja estatura; además, repercute en el sistema respiratorio porque la caja torácica es más pequeña de lo normal.

Los síntomas varían de acuerdo con la gravedad de este mal, constituido por más de 15 tipos. El II es el más grave, e incluso mortal, y el I, el más leve y frecuente. Si no se trata a tiempo, puede ser perjudicial para los pacientes, quienes muchas veces reciben diagnósticos erróneos.

Nace una esperanza

Irma Crespo supo hace siete años de que su hijo Jesús padecía este mal.

“Me enteré de su enfermedad a los pocos días de nacido y la genetista de Querétaro nos dijo que él no tenía posibilidades de sobrevivir”.

Angustiado, buscó varias opciones para tratarlo y encontró a Angelitos de Cristal, IAP.

La institución surgió por la necesidad de varias familias para saber más sobre esta enfermedad y, después de varios años, y con el fin de apoyar a más personas, principalmente de escasos recursos, en 2003 fundaron este organismo que brinda rehabilitación, apoyo económico y difusión.

“Llevamos un registro superior a 500 pacientes y cada año atendemos a 150. Los apoyamos con medicamento, hospitalización ambulatoria y clavos telescópicos, llamados así porque ‘crecen’ junto con el niño. También realizamos congresos en la Ciudad de México y traemos especialistas para brindar nuevos métodos de atención”, explicó Patricia Hernández, directora de este organismo.

Los pacientes tienen tratamientos de electroterapia, hidroterapia y fisioterapia para mejorar su movilidad. Además, la mayoría de ellos son operados con cuatro a seis clavos iniciales y, conforme crecen, se les cambian para darles una mejor calidad de vida.

Ayuda, de corazón

Gracias a la labor que realiza Angelitos de Cristal, Fundación del Dr. Simi puso manos a la obra y, desde hace más de seis años, apoya con despensas mensuales y medicamento; además, en 2016, esta institución fue una de las ganadoras en la Premiación al Altruismo y pudo colocar un piso especial para evitar lesiones en los pequeños.

Este año, Farmacias Similares, mediante Fundación del Dr. Simi, donó un “compresero” es-



pecial para darles un tratamiento más eficiente a los niños que necesitan del área de electroterapia.

Con esta labor, Farmacias Similares, junto con Fundación del Dr. Simi, reafirman el compromiso de amor, ayuda y entrega, realizada desde hace más de 25 años por nuestro fundador, Víctor González Torres.



NOQUEA AL DOLOR

farmaciassimilares.com

HASTA 75% DE AHORRO

DE VENTA EN

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Angelitos de Cristal I.A.P. recibió un “compresero” para las terapias de sus pacientes

**FRESENIUS
KABI**
caring for life



Fórmula para
alimentación enteral
especializada



*Vigencia al 30 de noviembre 2019.

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Dieta Polimérica sin Fibra baja en carbohidratos, adicionada con omega-3 y antioxidantes sabor Moka y Fresa. Registro Sanitario No. 002F2016

Dieta Polimérica sin Fibra hipercalórica sabor Fresa y Chocolate. Registro Sanitario No. 003F2016

Dieta Polimérica sin Fibra sabor Vainilla, Fresa y Chocolate. Registro Sanitario No. 004F2016

**ETERNAL
SECRET®**



**COMPRA
EN LÍNEA**

eternalsecret.com

Salud es belleza. Aviso N°. 1433002020226. Vigencia al 30 de noviembre 2019.



De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Qué le pasa a Ochoa

Dentro del fútbol hay diversas situaciones que me gustaría comentar, así que empecemos con el balompié local. Primero que nada, quisiera hablar de la situación actual del Club América. El equipo dirigido por "El Piojo" Herrera no ha podido conseguir la victoria desde hace tiempo, lo que me parece decepcionante, teniendo una plantilla tan completa de jugadores. Es posible que las lesiones sean un

factor que influya para este mal paso, pero una organización como esta debería estar preparada para todo tipo de eventualidades que pudieran presentarse. Otro problema en el conjunto de las Águilas, es el momento por el que atraviesa el portero Guillermo Ochoa. Hace algún tiempo regresó como una contratación estrella al América, debido al excelente nivel futbolístico mostrado, pero siendo sinceros, su desempeño

ha dejado mucho que desear; Ochoa no ha estado fino desde que llegó a México, pues recibe, en promedio, dos goles por partido, aunque hay que mencionar que la culpa no es solo suya, la defensa también debe hacer su trabajo correctamente para poder ayudarlo. Pasando al fútbol de selecciones, me parece acertado que la selección mexicana haya convocado a jugadores jóvenes para conformar su plantilla.

¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal



Creo que esta estrategia le permite al técnico observar a los que tienen potencial para aumentar su calidad, así como analizar a los que serían el futuro de nuestro fútbol. Realmente lo que he visto de esta selección me ha agradado mucho, los jóvenes parecen estar motivados y emocionados por representar a su país. Espero que puedan mantener su calidad, y sigan creciendo.

No se olvida

Fernando Gutiérrez

Era el sexenio diazordacista. El país estaba en ebullición, y más, la Ciudad de México. De aquellos años a la fecha, se lograron libertades, quizás ahora muy relajadas. Pero hubo una mujer que emprendió el feminismo bien entendido: Enriqueta Basilio Sotelo. Ese 12 de octubre, no se olvida. Aún está viva su imagen: trepando a toda velocidad los 92 escalones hasta llegar al pebetero que encendería en la inauguración de los Juegos Olímpicos de México 68, en CU. Siempre delgada, subió de un jalón, con los tenis de la secundaria y una playera blanca que había guardado de los Panamericanos de 1967. No le habían dado el uniforme oficial...

Fue la primera mujer en prender un pebetero olímpico. (Solo lo ha repetido Cathy Freeman, en Sidney 2000). Ya pasaron 51 años. Afectada por el mal de

Parkinson durante dos décadas, y una lesión en la cadera, se fue a los 71. Todavía alcanzó un homenaje y los festejos por aquellos juegos que rompieron el mito de la altura de la Ciudad de México. Juegos de la Amistad, los últimos en realizarse a puertas abiertas. El terrorismo deportivo surgió en Múnich 72.

Exdiputada federal, de 1.76 de estatura y 59 kilos, confesó en entrevistas que, en los ensayos, la antorcha le quemaba la mano. Tuvieron que hacerle otra, especial, más liviana y con cubierta térmica. Cosas del destino: a los 11 años portó una antorcha escolar; a los 20, la olímpica. Antes de ella, los organizadores habían pensado en María Félix, Elsa Aguirre y Amalia Hernández; pero ganó la mexicalense. Sí, cosas del destino.

Su esbelta figura, espíritu deportivo y

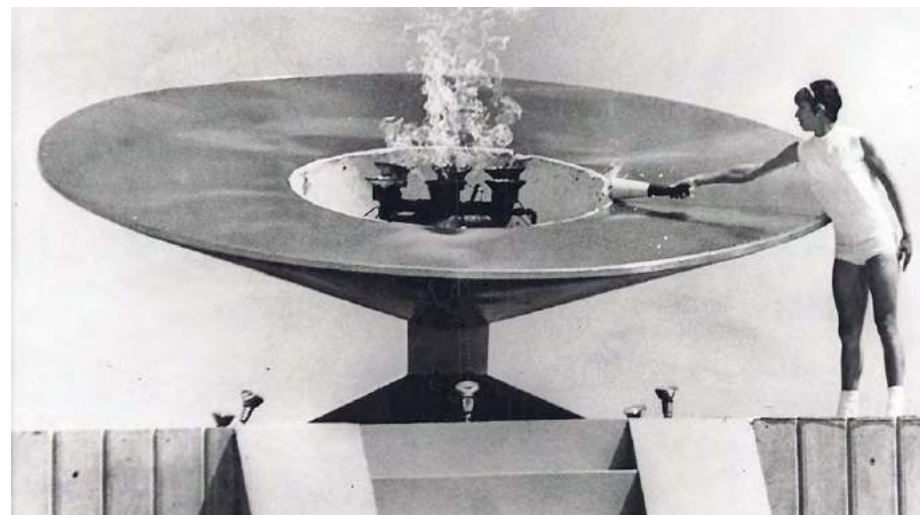


Foto: commons.wikimedia.org/ (Gazaco01)

entusiasmo quedaron inmortalizados en un documental de Alberto Issac, que fue nominado para el Oscar. Pocos saben que, después de que el mundo la vio encender el pebetero, salió discretamente del estadio, enfundada en un overol prestado por un trabajador. Tenía que concentrarse en sus competencias. Así era de comprometida y responsable.

Madre de tres hijos (Mario, Enriqueta y Oliver), y abuela de una nieta (Constanza), falleció el 26 de octubre de 2019, un día antes del 51 aniversario de la ceremonia de clausura de México 68. Ese 12 de octubre, no se olvidará. Queta tiene una placa colgada a la entrada del Olimpo y la cuida el mismísimo Zeus.

fegutierrezp@gmail.com

Van taekwondistas por plaza olímpica



Foto: Notimex

México colocó a cinco representantes en el Grand Prix final de Moscú, Rusia, a disputarse 6 y 7 de diciembre, donde se definirán por medio del ranking las plazas olímpicas para el taekwondo de Tokio 2020.

Los taekwondistas María Espinoza, Briseida Acosta, Brandon Plaza, Carlos Navarro y Carlos Sansores son quienes participarán entre los primeros 16 del ranking olímpico de este mes.

Briseida Acosta, con 298.85 puntos, y María Espinoza, 286.43, ambas en +67 kilos, ocupan la séptima y octava posición, respectivamente.

Brandon Plaza se ubica en séptimo sitio en -58 kilos, con 231.08 unidades, mientras Carlos Navarro, en esa misma categoría, es décimo, con 223.28, y Carlos Sansores, en +80 kilos, duodécimo, con 202.60 unidades.

Por medio del ranking se clasificarán los primeros cinco de cada categoría y se dará una plaza por país en cada peso. Por tanto, México tiene posibilidades de

conseguir esos boletos en el Grand Prix final, el cual repartirá 80 puntos.

Hay otros taekwondistas nacionales cerca del top 16, quienes dependen del recorrido de lugares, por ejemplo, si hay un deportista lesionado o que en una categoría existan tres del mismo país, ya que solo clasifican dos por nación.

Daniela Souza, en -49 kilos, se encuentra en el sitio 20, con 174.765 puntos; Victoria Heredia (-67 kg), en 25, con 135.14; René Lizárraga (-80 kg), en 20, con 199.61, y Bryan Salazar (+80 kg), en 22, con 167.35.

César Rodríguez ocupa la posición 14, en menos de 58 kilos, con 220.64 puntos, y en su caso, en ese peso, ya hay dos mexicanos clasificados.

La primera opción para conseguir las plazas olímpicas es por la vía del ranking olímpico, y el corte se hará después de culminar el Grand Prix final de Moscú; la segunda, en el clasificatorio continental, en Costa Rica, en marzo próximo.

Con información del Comité Olímpico Mexicano

Capsiflu[®]

TOTAL

Reg. No. 484M2005 SSA VI



PRECIO:
\$28.00

CAJA CON 12 CÁPSULAS

CODIGO EAN:
7502234760345

All for Healthcare Conectando con tu bienestar

CONSULTA A SU MÉDICO LEA INSTRUCCIONES DE USO 18330020182265

TU CORAZÓN TIENE ALGO QUE DECIRTE CUÍDATE.

Monitor de Presión Arterial de brazo HEM-7120

Escucha tu corazón, mide tu presión en casa

connect OMRON

DISPONIBLE EN Google Play

DESCARGA EN EL App Store

800 277 2509 / 55 5901 4300 omronhealthcare.mx/blog

El logotipo de Google Play es una marca comercial de Google LLC. El logotipo de la App Store es una marca de servicio de Apple Inc.

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES®

OMRON®

CONSULTA A SU MÉDICO LEA INSTRUCCIONES DE USO

CON TU AYUDA, SUS AVENTURAS JAMÁS TERMINAN

• Cómodos y silenciosos

• Incluye 2 mascarillas flexibles para niño y adulto

800 277 2509 / 55 5901 4300 omronhealthcare.mx/blog

NE-C801KD

OMRON® Conectando con tu bienestar

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES®

Esto no se acaba hasta que se acaba

Alejandra Cervantes



Foto: Paola Osorio

De pie, en el escenario y con los aplausos del público de fondo es como Aida Cuevas imagina el último minuto de su vida.

Atrás ha quedado su etapa difícil, comentó, cuando retirarse de la música fue una idea que pasó por su mente. “Cuando iba a cumplir 30 años de carrera pensé tirar la toalla, fue cuando hubo una tremenda crisis en la música mexicana. Me sentía desamparada, sola y sin apoyo de los medios”, confesó en entrevista para Siminota Musical.

Hoy su carisma refleja la energía que la ha posicionado como la máxima exponente de la música mexicana, talento que le ha otorgado más de 300 premios a lo largo de su carrera, incluyendo el Grammy y el Grammy Latino.

“La música ranchera es mi pasión, amo el género. Esta es la música que siento. Yo no canto por moda, sino por convicción, y cuando uno hace algo con entrega, así es como lo recibe el público”, señaló Cuevas.

Ahora, después de 44 años de carrera musical, la intérprete lanzó su álbum número 39 titulado *Totalmente Juan Gabriel Volumen 2* para rendir tributo al “Divo de Juárez”, con quien compartió amistad y escenario en múltiples ocasiones.

“Todo lo que Juan Gabriel me dio lo

hizo de manera incondicional, con cariño y con mucho respeto, y eso lo llevaré por siempre en mi corazón”, añadió la cantante.

Cuevas comentó que, aunque el divo no pudo ver esta recopilación, le obsequió en vida más de 60 temas, así como un dueto que lleva por nombre *Gracias por todo*, canción que forma parte del nuevo álbum.

“La idea de armar este tributo surgió por mi hijo Rodrigo, quien es mi productor y también ahijado de Juan Gabriel”. Asimismo, anunció que a finales de 2019, Valeria, su hija de 23 años, seguirá sus pasos al hacer su aparición como intérprete de música ranchera.

Doña Lucha Villa, Lola Beltrán y Amalia Mendoza son algunos nombres que Aida cita al mencionar la fuente de su inspiración, y aseveró que admira a todo aquel que sea capaz de subir al escenario, ya que este requiere tenacidad y disciplina.

“Yo siempre les dejo una tarea a los papás: hagan que sus hijos pequeños conozcan y escuchen a los artistas mexicanos para que se empapen de este legado que nos rodea y que debe hacernos sentir orgullosos. No debemos dejar morir la música mexicana, es la identidad de todo un país”, finalizó la intérprete.

Que NO te afecte EL INVIERNO



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





Paquete especial***

- Tele de tórax (1 proyección)
- Espirometría s/broncodilatador

\$470.00* Precio zona frontera norte **\$438.00****

Paquete respiratorio 1

- Eosinófilos en moco nasal
- Exudado faríngeo

\$265.00* Precio zona frontera norte **\$247.00****

Paquete respiratorio 2

- Biometría hemática
- Eosinófilos en moco nasal
- Exudado faríngeo
- Exudado nasal

\$477.00* Precio zona frontera norte **\$444.00****

***Consulta sucursales con este paquete en ssdrsimi.com.mx *Promoción válida durante noviembre, diciembre 2019 y enero 2020. **Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región frontera norte. Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón. Céd. Prof.: 4451415-UNAM. **SÍGUEMOS POR**   **SIMITEL 800 911 66 66**



Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Programa de revista

¿Cuál es el mejor programa de revista de la televisión abierta privada nacional? ¿Hoy, Venga la alegría o Sale el sol? Esta pregunta es más complicada de lo que parece. ¿Mejor para quién? ¿Con base en qué criterios? Hoy, de Las Estrellas, es un cañonazo de rating, pero lo es por una inteligentísima combinación de factores. Primero, hablamos del concepto más sólido de todos, del que tiene más años, del que va con los hábitos y costumbres de las multitudes. Segundo, su reparto es de puras queridísimas figuras de la conducción, estrellas indiscutibles de Televisa o que se han hecho en esta empresa, incluida su magnífica productora. Y tercero, Hoy, es algo más que un programa de revista; es la fuente de muchas cosas importantes que pasan en las diferentes plataformas del consorcio de Emilio Azcárraga. Sería imperdonable que algo así no funcionara. ¿O usted qué opina? Venga la alegría es una joya de Azteca Uno porque, aunque no goza ni de la antigüedad ni de la estabilidad de Hoy,

tiene un grupo de seguidores de una fidelidad admirable. Pocas audiencias aman tanto un programa de revista como los fans de esta emisión de TV Azteca, que en los últimos meses ha luchado por darle un giro a su estructura para ofrecerle más y mejores secciones a sus televidentes. ¿Y qué me dice de Sale el sol? Nadie, en todo México, maneja un menú de contenidos tan amplio y positivo, un nivel de calidad audiovisual tan alto, ni tiene un reparto tan armonioso como estos señores de Imagen Televisión. ¿Entonces por qué no le va tan bien como a Hoy o Venga la alegría? Porque Imagen Televisión es un canal nuevo que no llega a las mismas plazas que Las Estrellas y Azteca Uno, pero no nos confundamos. Eso no significa que no pueda superar a su competencia en fondo, forma o comercialización. ¿Ahora entiende cuando le digo que esto es más complicado de lo que parece? ¿Usted con quién se queda? ¿Cuál es, a su parecer, el mejor programa de revista de la televisión abierta privada nacional?

NUEVO

Cboost®

La cantidad de **Vitamina C** que necesitas en esta **TEMPORADA INVERNAL**

\$74.00



Vitamina C
10 diferentes nutrientes
Antioxidantes Electrolitos

POLVO EFERVESCENTE SABOR MANDARINA (10 sobres)

Vitamina B, electrolitos y antioxidantes.

De venta en **Farmacias Similares®** 

Vigencia al 30 de noviembre 2019.

Enamorada de la TV

Flor Rubio



José José, cariño... y la historia que continuará

El funeral en México y Miami de José José todavía no tiene un final escrito, pues se avizora conflicto por sus bienes y regalías. Luego que depositaron en una tumba la mitad de sus cenizas, junto a las de su madre, doña Margarita, su hijo José Joel declaró: "Esto no ha terminado". Dos días después, Jorge Medina, escritor de la serie *José José: El Príncipe de la Canción*, reveló que prepara la película *Mr. Sold Out: José José*, en la que habrá revelaciones explosivas sobre su esposa Sara y su hija Sarita, quienes -afirma- engañaban al cantante ya muy enfermo; le decían que sus otros hijos, José Joel y Marysol, querían apoderarse de su herencia, y por ello contrataron investigadores para descubrir si Laura Núñez -su asistente- lo estaba ¡envenenando! **Fue como telenovela** Más de 10 días se habló sobre José José, como telenovela, con un capítulo nuevo cada día: ¿cómo murió?, ¿dónde quedó su cuerpo?, ¿por qué no quiso ver a sus hijos mayores en sus últimos 20 meses de vida?; de las "villanas Saras"; y, ¿Anel complicó todo al advertir que iría hasta su ataúd para decirle: "Nos vemos en el cielo, corazón"? Al final, quedó la imagen de dos hijos como víctimas... y dos villanas. **Del príncipe, una enseñanza...** La vida de José José es un ejemplo, porque, por una parte, es expresión de admiración a un hombre talentoso, bueno y de enorme corazón. Pero por otra, es una enseñanza para cultivar el plano espiritual y evitar errores que tienen repercusiones. José nació con virtudes prodigiosas para cantar, que comenzó a minar desde joven hasta aniquilar su carrera. Su madre, llena de dolor, lo internó en una clínica de rehabilitación cuando él tenía 23 años; lo demás, ya es historia... Queda lo bueno. Gracias, José José. Siempre te recordaremos.



Haz check con **ACCUCHEK®**



Glucómetro Accu-Chek® Active

1 pieza

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$479.00*

\$514.00

PRECIO RESTO DE LA REPÚBLICA



Accu-Chek® Softclix

25 lancetas

PRECIO ZONA FRONTERIZA NORTE \$61.00*

\$65.00

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

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

**Las imágenes mostradas en este material son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final.

De venta en



Dr. Simi®

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



®