



70%

de los mexicanos padece sobrepeso
y casi una tercera parte sufre de obesidad*



Que tu peso no te pese

Paquete prevención

Química sanguínea de 32 elementos y TSH
\$625.00**

Precio zona fronteriza \$582.00***

Perfil tiroideo

\$439.00**

Precio zona fronteriza \$409.00***

La obesidad en México* (s.f). Recuperado de <https://www.gob.mx/issste/articulos/la-obesidad-en-mexico>. **Válido al 30 de abril 2020. *Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte. Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón. Céd. Prof.: 4451415-UNAM. SIMITEL 800 911 66 66



SIMINFORMA

siminforma.com.mx Abril 2020 Núm. 456 Por Un País Mejor®

Vocecitas de la fortuna



Págs. 10 y 11
Foto: Víctor Macedo



El doctor en filosofía, Héctor Zagal, integrante del Sistema Nacional de Investigadores, profesor en la Universidad Panamericana, UNAM e ITAM, además de ser un prolífico escritor, ahora se suma al gran equipo de columnistas de Siminforma. ¡Bienvenido! a la única publicación donde reiteramos que LO BUENO TAMBIÉN ES NOTICIA.



¿Problema psiquiátrico o maña? Edilberto Peña.
Pág. 7



Crece el fútbol de EE. UU. "Tota" Carbajal.
Pág. 14



Fin de una era. Flor Rubio.
Pág. 17

¿Qué tanto cuidamos nuestro planeta?

Alejandra Cervantes Neri
@Lilly_alee

Mucho se habla de las deforestaciones masivas, la acumulación de desechos y la contaminación de los mares. Mientras, los planes de acción quedan cortos para resarcir el daño provocado a la Tierra.

Pero ¿cuándo comenzamos a preocuparnos por esta?

Cada 22 de abril se celebra el Día Internacional de la Madre Tierra, con el afán de invitar a la población, más allá de la reflexión, a cambiar hábitos y sumar acciones en pro de los ecosistemas.

El origen de esta celebración data de 1970, cuando en Estados Unidos surgieron las primeras protestas en contra de la contaminación del aire por el uso masivo del automóvil, así como la irresponsabilidad de las industrias. En aquella época el medioambiente no era prioridad en la agenda política, (bueno, al parecer, tampoco en esta).

Sin embargo, vivimos otra realidad, donde el cambio climático y el aumento en la temperatura del planeta cumplen un papel trascendental. Ante esta crisis, la mayoría de los gobiernos se limitan a compromisos climáticos dictados en el Acuerdo de París, sin implementar medidas extraordinarias para disminuir el daño.

Actualmente, la Tierra vive un calentamiento de 1,1 °C; pero, de acuerdo con la Organización de las

Naciones Unidas, podría llegar a 3,2 °C durante este siglo.

¿Cuáles serían las consecuencias? Con un calentamiento de más de 1,5 °C, 70 % de los arrecifes de coral morirán; y a 2 °C se perdería, prácticamente, ciento por ciento de ellos.

Los insectos encargados de la polinización de plantas y cultivos también perderían la mitad de su hábitat. En cuanto al nivel del mar, con 2 °C, aumentaría su nivel 100 centímetros; mientras, las sequías, tormentas y fenómenos meteorológicos extremos incrementarían su periodicidad.



Foto: Agencia Reforma



Foto: Agencia Reforma

Según el Informe sobre la Brecha de Emisiones 2019, estamos cerca de rebasar los límites y condenar a los seres vivos a un futuro con graves impactos climáticos.

Greenpeace, en su sitio web, sugiere una lista de acciones individuales para poner en marcha en nuestros hogares; por ejemplo: reducir la potencia eléctrica, adquirir electrodomésticos de mayor eficiencia energética, utilizar focos

led, no dejar enchufados cargadores y transformadores, optar por el uso de celdas solares, entre otros.

No podemos esperar a las medidas dictadas por los gobiernos. Debemos tomar conciencia individual, reunirnos con la familia y platicar opciones de cambios en nuestros hábitos para detener el calentamiento global.

Difundémoslo: ¿qué hace su familia para cuidar la Tierra? / SiMiPlaneta

Presidente de Grupo Por Un País Mejor
Víctor González Torres

500,000 ejemplares / Abril 2020 Edición 456
Redacción

Director Vicente Monroy Yáñez
Diseño

Adriana Hinojo Montes de Oca
Virginia Palacios Baeza

Servicio de Agencia Reforma Imprenta en México División
Comercial Av. México Coyoacán 40 Col. Santa Cruz Atoyac, Del.
Benito Juárez C.P. 03310 Distribuidores en México Farmacias
Similares, El Sol de México

siminforma.com.mx
simi_informa@porunpaismejor.com.mx

Redacción México: 55 54 22 01 18

Conmutador: 55 54 22 45 00

Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: marzo 2020. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. "Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".

farmaciassimilares.com

-FATIGA + ENERGÍA

Si persisten las molestias, consulte a su médico. Vigencia al 30 de abril 2020. Reg. No. 003P2012S SA VI. COFEPRIS: 203300201B0129 Precio Farmacias Similares® \$154.00



Cambio climático

Carlos Álvarez*

www.carlosalvarezflores.com

@calvarezflores

Sustancias tóxicas en el hogar

La vida urbana nos ha hecho cada día más exigentes y sofisticados. No tenemos tiempo y queremos todo rápido. Hace 60 años solo usábamos el jabón en polvo “Roma” para lavar todo: pisos, ropa, trastes... y le decíamos “detergente”. Usábamos jabones Colgate Palmolive y Camay, una saponificación clásica de una grasa o aceite con sosa cáustica, color y aroma. Llegados los 70, empezamos a cambiar con más tipos de jabones y detergentes. Pero para los 80, el tema de la contaminación de las aguas residuales obligó a repensar las fórmulas y los tipos de sustancias que debíamos usar.

El avance fue tan rápido, que los gobiernos y sus regulaciones ambientales fueron rebasados. En México, tenemos 32 años con la Ley General de Equilibrio Ecológico y Protección al Ambiente y, por supuesto, no hemos podido regular adecuadamente cientos de sustancias químicas que usamos en casa (prácticamente todas con algún grado de toxicidad). Como ejemplo, las pinturas con plomo en juguetes para los niños; sartenes de cocina con teflón*, algo muy tóxico en su fabricación; quitacochambre, que es sosa cáustica; tineres, solventes petroquímicos cancerígenos; aromatizantes para la casa, derivados del petróleo; raticidas e insecticidas, también tóxicos; el radiolito para los moscos, altamente tóxico para los niños; el cloro, enemigo número uno del planeta, abusamos de su uso para limpiar pisos, paredes como si nuestra casa fuera un quirófano; limpiadores de todo tipo, algunos con amoníaco, muy tóxico y peligroso cuando se mezcla con cloro, porque se produce cloruro de amonio (gas) altamente tóxico. Usamos pasta de dientes con flúor, a pesar de que desde 2001 sabemos que no previene la caries y es tóxico. Nuestra norma NMX-Q-901-CNCP-2016 (Biodegradabilidad de los detergentes domésticos-especificaciones y método de prueba) tiene apenas 4 años. Por eso es urgente que regulemos las sustancias mediante la Ley General para la Gestión Integral de Sustancias Químicas. ¡No hay mucho tiempo!

*Carlos Álvarez Flores, presidente de México, Comunicación y Ambiente, AC. Experto en gestión de residuos y cambio climático



Dr. Simi

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



La violencia de género nace en casa

Gustavo Felipe Ramírez Pérez
centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx

“Pareces vieja, lloras como niña, es juego de hombres, no son muñequitas, los hombres no lloran...”. Son algunas expresiones de la educación machista, heredada por generaciones. Las reproducimos y marcamos diferencias: lo femenino como si fuera un insulto; subordinamos a las mujeres y fomentamos la violencia contra ellas.

Entender el problema de la violencia de género implica adentrarnos en factores culturales, históricos, sociales y contextuales que favorecen este tipo de violencia; sin embargo, vamos a hacer referencia a la educación en el seno familiar, productor de ideologías de género.

La construcción de una cultura machista en los varones comienza desde antes de nacer; se elige el color de su ropa: azul para niños, rosa para niñas, el primer rasgo que los diferenciará. Además, se determinarán roles y estereotipos esperados para cada uno. Luego seguimos con la elección de nombre, el tipo de ropa, etc.

Los niños aprenden sobre roles y género, no solo con lo que se les dice, también con lo que ven en casa, de ahí la importancia de educar con congruencia: “no puedo decirle a mi hijo que ayude a levantar la mesa o lavar ropa que él mismo ensució, si yo mismo le delego esa responsabilidad a mi esposa, porque

creo que eso le toca, pues yo trabajo y vengo cansado, pensando que la labor doméstica no es propiamente un trabajo por no ser remunerado”.

Hay mucho trabajo por hacer en casa, para contribuir en ese camino de erradicar la violencia contra las mujeres. Cada vida, cada contexto, cada situación familiar es distinta. Seamos conscientes de lo que les enseñamos a niños y niñas, sin segregarlos con tantas diferencias marcadas, dejemos que vivan su niñez, que sean lo que quieran ser, mientras eso les haga felices. La educación basada en límites es necesaria para favorecer su sano desarrollo y formación en valores; alejémoslos de esa cultura patriarcal y machista. / Salud



Foto: Agencia Reforma



Foto: Agencia Reforma

Sarampión, al alza

El sarampión va al alza. El mes pasado se registraron 16 casos comprobados (nueve adultos y siete niños) en el país, y aunque se impusieron cercos vacunales, los niños son aún el sector de mayor riesgo por quedar expuestos a la sordera o discapacidad intelectual.

En 2019, dos estudios — uno en la revista *Science Immunology*, y otro en *Science*— mostraron evidencia sobre las consecuencias de este virus en el sistema inmunológico de niños contagiados.

De acuerdo con estas publicaciones, el sarampión se reproduce y destruye algunos subconjuntos de células inmunes responsables de los anticuerpos, y causa un fenómeno conocido como “amnesia inmunológica”.

Esta enfermedad puede

aniquilar hasta 70 % de los anticuerpos de un niño afectado.

Varios investigadores observaron que esta infección viral deja a los infantes vulnerables ante otras enfermedades y contagios. Muchos mostraron una respuesta inmune suprimida hasta cinco años después de haberla padecido. No obstante, los especialistas afirmaron que sí puede haber recuperación de la memoria inmune, pero es lenta.

Para evitar la propagación del virus, principalmente en los pequeños, Susana López Cherrétón, integrante de la Academia Mexicana de Ciencias, dijo que se debe aplicar la vacuna triple viral (también inmuniza rubéola y paperas) y estar al tanto de las indicaciones de las instituciones de salud. / Salud

Con información de la UNAM

Ante esta CONTINGENCIA SANITARIA, provocada por el coronavirus, el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales (CNDEE) pone a tu disposición, las 24 horas, la línea de ayuda psicológica.

Solo marca 800-911-6666, opción 3, y una de nuestras psicólogas especialistas te brindará apoyo.



¡Acércate a nosotros, queremos ayudarte!

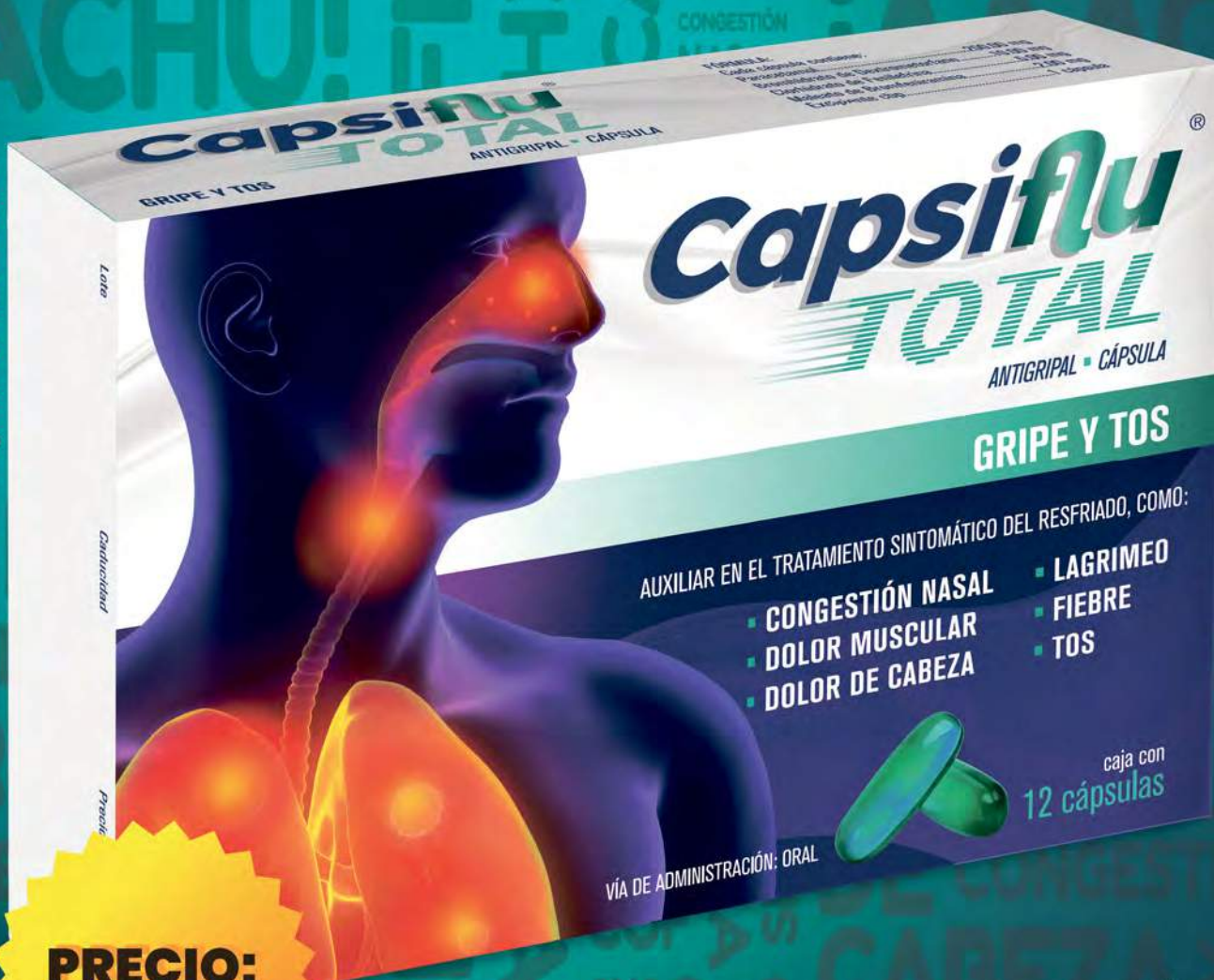
Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales
@cndeemx

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

www.serfelizisepuede.com.mx

Capsiflu[®] TOTAL

Reg. No. 484M2005 SSA VI



PRECIO:
\$29.00

CAJA CON 12 CÁPSULAS

CODIGO EAN:
7502234760345

CONSULTE A SU MÉDICO

® Marca Registrada

Vigencia al 30 de abril 2020

Aumenta dengue en el país

El dengue es una enfermedad producida por el virus de la familia de los *Flavivirus*. Este se propaga por medio de la picadura de un mosquito hembra, principalmente

de la especie *Aedes aegypti* y, en menor medida, del *A. albopictus*. También transmiten la fiebre chikunguña, la amarilla y la infección por el zika.

Los síntomas más frecuentes son fiebre alta, náuseas y vómitos, erupciones en la piel, sangre en encías y nariz, debilidad, dolor muscular y articular, tos y malestar de garganta.



Foto: Agencia Reforma

Cuida a tu familia

Enjuaga, Humecta y Limpia tu Nariz

PROTÉGETE
de agentes extraños

Nassal



Cont. Neto 30ml

Para niños y adultos

Registro No. 0694C995SA

Si persisten las molestias
consulte a su médico.

La Organización Panamericana para la Salud estimó que en América Latina los casos de dengue han aumentado considerablemente.

El año pasado se registraron 3 millones 139 mil 335 casos, el mayor número de casos en el continente.

México es uno de los países más vulnerables; en lo que va del año se han registrado más de mil 455 casos, un aumento del 104.6 % comparado con 2019.

Los estados más afectados son Veracruz, Tabasco, Quintana Roo y Jalisco, donde se concentra 66 % del total de los casos.

Ante ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS), afirmó que la manera de controlar o prevenir su transmisión es luchar contra los mosquitos vectores.

Eliminar correctamente los desechos sólidos, fumigar zonas donde pueda haber mosquitos, como maderas y neumáticos; limpiar y vaciar los recipientes donde se almacena agua, así como el uso de repelente, mosquiteros y vestir ropa de manga larga son algunas de las recomendaciones para evitar la propagación del virus. / Salud

siminforma.com.mx



#Psicosalud

* Edilberto Peña
@Edilberto_pena

¿Problema psiquiátrico o maña?

Una pregunta frecuente en pacientes que van al consultorio y en personas que buscan saber sobre salud mental, es: “¿Cuándo sé si

lo que siento es motivo de ir al especialista?”. Es decir, quieren conocer la intensidad y el momento indicado donde las emociones, sentimientos o conductas se transforman, de algo cotidiano y explicable, en una enfermedad. La respuesta es contundente: cuando afecta la funcionalidad. Los psiquiatras acostumbramos revisar la funcionalidad de un individuo con base en su desempeño en las diferentes

áreas de influencia de su vida:
1) Salud integral: es imposible que alguien pueda sentirse bien, si no está sano en lo físico y orgánico.
2) Familiar: quien sufre un padecimiento de salud mental, se aísla y no tiene una adecuada convivencia con su primer círculo, no participa, se muestra irritable y deja de disfrutar de este contacto cercano.
3) Pareja: son frecuentes las disfunciones sexuales, incluida

la disminución en la libido, por lo cual la persona afectada por un desorden neuropsiquiátrico deja de acercarse a su pareja, y hasta presenta rechazo en este tema.
4) Laboral: en promedio, un paciente falta 40 días al año a su trabajo y su desempeño es 60 % inferior con respecto de alguien sano en el área emocional y conductual.
5) Social: las personas dejan de asistir a reuniones, incluso

con sus amigos más íntimos, no toleran las concentraciones con gente, tipo cines y restaurantes, y prefieren quedarse en casa. Pierden la espontaneidad de generar un plan o una salida.
Conclusión: las emociones y conductas con el mundo que nos rodea, son las que determinan si se debe acudir al experto en salud mental.

*Psiquiatra. Director CISNE México.

De venta en
FARMACIAS SIMILARES®
Consulte a su médico.

Vigencia al 30 de abril 2020.
Reg. No. 82520 SSA VI



¿Conoce los riesgos de tener kilos de más?

MEDICIÓN GRATIS

de peso, talla e índice de masa corporal

TODOS LOS MARTES DE ESTE MES

Responsable sanitario: Dr. Ángel Gracia Ramírez, Céd. Prof. 0253514-000011.
Válido todos los martes hasta abril 2020.



Fundación **BEST**®
A.C.

Síguenos por:
f t

Reencuentro con México

Chucho Gallegos, 60 años en los espectáculos

Juan Manuel Rentería

A sus 78 años, Jesús Gallegos Rosales (Chucho Gallegos) sigue vigente en el periodismo de espectáculos. Nació en la Ciudad de México, el 7 de diciembre de 1941.

—¿Qué han sido más de seis décadas en el mundo del espectáculo?

—A mi edad, sigo trabajando y lo hago con muchísima pasión y actitud, que es lo que nos mueve cuando somos hombres maduros, o los muchachos de ayer, como decía Neruda.

—¿Cómo recuerdas tu infancia en la colonia Pantitlán?

—Fue de carencias, pero feliz. Había balnearios, me la pasaba en las zanjas donde desahogaban las albercas y me dedicaba a cazar acociles que tostábamos y comíamos con tortilla y salsa martajada.

Recuerda con nostalgia aquella época del *rock and roll*, en la que todos hablaban de personajes famosos, como Elvis Presley, James Dean y Marlon Brando. Chucho cursó hasta el tercer año de la carrera de maestro, pero se dio cuenta de que el magisterio no era su vocación. Estudió periodismo técnico.

—¿Cuál fue tu primera chamba en el mundo del espectáculo?

—Fue en el *Atisbos*, de 1962 a 1983, de don René Capistrán Garza, del movimiento cristero. Un periódico que manejaba la Mitra, era su vocero disfrazado.



Foto: Archivo Siminforma

—¿Publicaban tus notas?

—En ese entonces reportaba para un periodista de espectáculos, le llevaba mis notas y él las firmaba con su nombre. Recuerdo que me tocó cubrir cuando el inolvidable Carlos Amador chocó su Cadillac convertible. Iba con

varias integrantes del famoso ballet Tropicana, de La Habana, Cuba, que había traído a México. El automóvil tenía capacidad para 8 y él llevaba a 14. Fue la primera nota que firmé con mi nombre. Luego de algún tiempo el periódico quebró.

Jesús Gallegos trabajó posteriormente en el periódico *ABC*, y en 1965 se incorporó a la sección de espectáculos de *El Sol de México*.

En 1968 desempeñó tres trabajos, el primero como reportero en el citado diario; el segundo, en la revista *Té-*

le-Guía, y como jefe de redacción y reportero del matutino *Hoy Domingo*, con Jacobo Zabłudovsky, en la sección de lo insólito.

Jesús Gallegos fundó la revista *TVyNovelas*, y fue creador de los premios que otorgaba esa misma publicación a lo mejor del espectáculo. Logró que se editara también en Estados Unidos, Perú, Puerto Rico, Chile, Colombia y Argentina.

Entrevistó a innumerables personajes, como María Félix, Juan Gabriel y Agustín Lara, quien lo corrió de su residencia por una nota que le disgustó.

—¿Las entrevistas que más satisfacciones te dejaron?

—Las de Julio Iglesias y Luis Miguel. Con Julio conviví cerca de un mes en Las Vegas hasta que conseguí la entrevista.

Chucho Gallegos trabajó varios años para Televisa. En 2006 se incorporó como columnista en el periódico *Reforma*. Cuatro años más tarde fundó el diario *Basta*, donde actualmente es jefe de la Sección de Espectáculos. Participó en el programa radiofónico *La Hora Domecq*, alternando con Pepe Alameda y Jacobo Moret. También ha sido comentarista en Radio Trece y en Radio Fórmula. Ha trabajado sin descanso más de 60 años en el periodismo de espectáculos.

—¿Satisfecho, Chucho?

—Mucho, pero quiero aportar más al mundo del espectáculo. / **Reencuentro con México**

Roche

Haz chek con **ACCUCHEK®**

<p>Glucómetro Accu-Chek® Active</p> <p>1 pieza</p> <p>Precio Farmacias Similares*</p> <p>\$514.00</p>	<p>Accu-Chek® Softclix</p> <p>25 lancetas</p> <p>Precio Farmacias Similares*</p> <p>\$65.00</p>	<p>Tiras Accu-Chek® Active</p> <p>60 tiras reactivas</p> <p>Precio Farmacias Similares*</p> <p>\$329.00</p>
---	---	---

Prevenición es salud. Vigencia al 30 de abril 2020. Las imágenes mostradas en este material son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final.



Expedientes del poder

Carlos Ramírez
 indicadopoliticomx@gmail.com
 @carlosramirez

Mujeres divinas o equidad de género

Como siempre, eventos inesperados posicionaron en crisis el tema de las mujeres y las agresiones de género. Como siempre, las autoridades han mostrado oídos sordos. Y como siempre, pasadas las fechas simbólicas, todo regresa a la normalidad... anormal.

Antes había ocurrido con niños, estudiantes, campesinos, obreros, clases medias; los temas oscilan entre la crisis de bienestar y en la inseguridad creciente. Todos se indignan, se ponen algún moño simbólico y se dan golpes de pecho.

Las instancias de poder han sido rebasadas: los tres niveles de gobierno, los liderazgos políticos y sociales, los partidos, las salas legislativas donde se cocinan las leyes, los medios de comunicación.

Varios meses de denuncias de feminicidios y agresiones de género contra las mujeres no han de encontrar una sola iniciativa para atenderlas. La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida sin Violencia, es letra muerta, papel para la basura, reglas incumplidas.

Los incidentes previos y durante las celebraciones del Día de la Mujer, este año, escalaron violencia. La queja de feminicidios impunes fue respondida con manifestaciones por la jefa de gobierno de la Ciudad de México, Claudia Sheinbaum... Marchas con batallones de mujeres entrenadas para golpear con toletes, pero ninguna medida para atender feminicidios y las agresiones de género.

Ellas no quieren ser las "mujeres divinas" de la canción de cantina, entonada por borrachos que llegan a sus casas a golpear a sus esposas o a consentir a sus amantes. Quieren equidad, acceso sin restricciones a posiciones de poder y enfoque de género.

La oportunidad está en el ambiente tras la marcha del 8M y el paro del 9M. Las mujeres deben luchar y de los posicionamientos deben salir leyes, colectivos de estudio, movilizaciones permanentes y que las ONG hagan lo que las autoridades no hacen.



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



Spray desodorante para pies con triclosán
 160 ml

\$54.00



Su venta requiere receta, consulte a su médico. Vigencia al 30 de abril 2020.



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





Foto: Eduardo Ramos

Las vocecitas de la fortuna

Axl Agüero
@axl_aguero

Jared tiene 10 años y practica piano después de la escuela. Nicole, 8, y le gusta mucho pasar tiempo con sus primos y el ajedrez.

Ambos llevan una vida normal, como otros pequeños de su edad, pero aparte de jugar, comer dulces, reír y hacer travesuras, son la voz de la fortuna. Ellos, junto con otros 38 menores, son los niños gritones de la Lotería Nacional, el sorteo más antiguo de México.

Esta tradición nació con un objetivo: realizar el sorteo con

transparencia, y los niños, al ser la representación más clara de la imparcialidad y la inocencia, fueron escogidos para llevar a cabo el anuncio de los números ganadores.

Desde el primer evento de la entonces Real Lotería de la Nueva España, celebrado el 13 de mayo de 1771, ya se contaba con la presencia de niños gritones. Eran huérfanos de hospicio. Posteriormente, el puesto fue ocupado por descendientes de soldados y burócratas. En 2001, se incluyó a las niñas y, en 2017, se abrió la convocatoria a chicos con capacidades diferentes.

Nicole y Jared no llevan mucho tiempo en esta actividad, pero ambos



Foto: Víctor Macedo

coinciden en sentirse muy felices por su labor. Portan su uniforme con orgullo y siempre se emocionan cuando les toca cantar.

“Me costó mucho trabajo aprender a cantar los números

ETER SEC

BLOQUEADOR 50+
125 g
facial y corporal
\$ 129.00

BLOQUEADOR 50+
60 g
facial y corporal
\$ 67.00

ETERNAL
SECRET


FPS 50+

PROTECCIÓN SOLAR
MUY ALTA
RESISTENTE AL AGUA

CREMA FACIAL PA
EL SENSIBLE &

Protección efectiva
sin sensación pegajosa

Cont. Net. 60g

eternalsecret.com.mx 

Salud es belleza. Vigencia al 30 de abril 2020.
Aviso Cofepris N.º 143300202D0226



porque cuando ya estás en el sorteo, no puedes equivocarte. Poco a poco fui aprendiendo y la pena se me fue quitando.”, comentó Jared, quien lleva apenas 5 meses en esa tarea.

Él se interesó en formar parte de los niños gritones cuando en la escuela le dejaron de tarea investigar sobre ellos. Desde ahí le llamo la atención. Cuando recuerda su primer sorteo, se sonroja; confiesa que le dio un ataque de risa, por estar nervioso.

Las niñas también gritan fuerte

A Nicole, su padrino le contó sobre esta tradición. Cuando los vio en la televisión, por primera vez, se enamoró de los uniformes y de la forma de cantar los números.

A pesar de ser tan pequeña y tener una voz muy ligera, cuando le toca subir a gritar, se convierte en una persona fuerte, seria y disciplinada.

“Para mí, ser niña gritona significa dar alegría a las personas porque se ganan un premio. Les cambiamos la vida. Es bueno que haya niñas dentro este grupo. Todos somos iguales y merecemos las mismas oportunidades”.

No todo es gritar

Se podría llegar a pensar que para ser gritón de la Lotería solo se debe tener una voz muy fuerte y clara, pero, en realidad, este puesto requiere de un perfil específico y muchas capacidades. Cada año se lanza una convocatoria con los siguientes requisitos:

- Tener entre 8 y 11 años
- Promedio mínimo de 8.5
- Carta de buena conducta
- Voz clara y audible
- Buena memoria visual
- Disponibilidad de horario

Cuando cumplen los requerimientos, se les realiza una audición, y se ponen a prueba sus habilidades para hablar en público, su expresión corporal y su memoria visual. Al final, solo 12 son los afortunados en incorporarse al equipo.

Después comienza su proceso



Foto: Agencia Reforma



Foto: Victor Macedo

Los niños gritones hicieron trascender las palabras: ¡Premio mayor...Premio mayor! Por sus manos han pasado los números que han hecho felices a miles de familias desde 1771, cuando fue el primer sorteo de la Lotería Nacional

de capacitación, enfocado en la recreación de un evento real de la Lotería. Los niños ensayan, aprenden a usar los instrumentos para realizar la elección al azar de los números ganadores y después cantarlos. Los pequeños están en constante entrenamiento y actualización. Pueden formar parte hasta los 15 años y suelen realizar viajes por toda la república mexicana para los distintos sorteos de la Lotería.

Estos chicos reciben una beca económica y, según su participación, se va rolando entre todos los compañeros. Esto los ayuda en sus estudios y esparcimiento.

Un futuro prometedor

Más allá de representar a la institución, estos niños y niñas reflejan valores, como disciplina, constancia, reciprocidad, honestidad y trabajo en equipo.

Mantener viva esta tradición es importante; sirve como un impulsor de actividades complementarias en su educación y les ayuda a desarrollar un sentido de compromiso, confianza y fe en sí mismos.

La convocatoria la puede consultar en la página oficial de la Lotería Nacional: <http://www.lotenal.gob.mx/México>



De barrio
en barrio

Fernando Gutiérrez
fegutierrez@gmail.com

Los cines

Hace 124 años llegó a México el cinematógrafo. El 14 de agosto de 1896, representantes de los hermanos Louis y Auguste Lumière, inventores de esta maravilla, proyectaron películas para Porfirio Díaz en el Castillo de Chapultepec. Días después ofrecieron una función pública en la Droguería Plateros (hoy calle de Madero. Ver foto). Allí estuvo el Salón Rojo, el primer cine de América Latina. Se proyectaron *Llegada del tren a la estación de La Ciorat* (1896) y *Salida de los obreros de la fábrica* (1895). Tal fue el impacto de la primera que los espectadores se levantaron asustados de sus asientos al ver venir de frente la locomotora.

El cinematógrafo dio paso a la modernidad. Los cines eran el pasatiempo favorito, con enormes salas, dos plantas y superdecoradas en su interior, como el Metropolitan, Palacio Chino o el Ópera. Había cines más exclusivos en Reforma: Latino y Roble. Otros eran populares: San Cosme, Orfeón, Colonial, Nacional. Hubo cines de arte en la Zona Rosa y en avenida Juárez. También de porno: Savoy, Teresa y Arcadia, antes familiares.

Tenían butacas de madera y vendedores en los pasillos: "Chicles, muérganos, helados". La gente gritaba "cácaro" al operador cuando fallaba la película. Y se hacían largas filas para comprar boletos en las matinés, programa doble con películas de El Santo, Tarzán o Clavillazo. Había permanencia voluntaria y pasaban cortos (muy largos) como el Noticiero Continental, documentales de Ángel Bilbatúa, escenas deportivas en la voz de Fernando Marcos, o de sociedad con Agustín Barrios Gómez. ¡Qué tiempos!



Foto: Fernando Gutiérrez

Cultura

Entretención en tiempos de covid-19

En las últimas semanas, hemos sido testigos de la cancelación y postergación de actividades artísticas, culturales y académicas; ha sido necesario modificar nuestros hábitos y maneras de interactuar, y para aminorar el impacto, se ha recurrido al internet gratuito.

Por ejemplo, la Ópera Metropolitana ofrece una serie de funciones nocturnas, vía "streaming".

La Filarmónica de Berlín brinda acceso al Digital Concert Hall, con varias de sus presentaciones bajo la dirección de Simon Rattle, Claudio Abbado, Gustavo Dudamel y Kirill Petrenko. Lo mismo sucederá con la Ópera Estatal de Viena.

Google Arts & Culture tiene disponibles recorridos virtuales por casi 2,500 museos de clase mundial, entre ellos, el Musée d'Orsay, el MoMA, la Gallerie degli Uffizi, el Rijksmuseum, el Reina Sofía y la Tate Britain.

De México, en Google Arts & Culture también es posible revisar las colecciones permanentes y dar un paseo virtual por los

museos del Palacio de Bellas Artes, Nacional de Antropología, Dolores Olmedo, Frida Kahlo, Soumaya, de Arte Popular y Munal, así como ver las colecciones Blaisten, de la Fundación Televisa, del Archivo Casasola, de la Fototeca Nacional y del Archivo General de la Nación.

La plataforma mexicana FilminLatino tiene una colección de obras de cine, títulos de maestros del cine del siglo XX, así como de cineastas considerados jóvenes promesas.

La Filmoteca de la UNAM, en su página *Cine en Línea*, permite ver cintas que forman parte del acervo rescatado, resguardado y digitalizado por la máxima casa de estudios, entre ficciones y documentales realizados entre 1900 y 1990.

La Unesco muestra su Biblioteca Digital Mundial, con más de 19,000 artículos de 193 países, entre libros, mapas, manuscritos, fotografías, afiches, grabaciones de sonido, de video, revistas y hasta periódicos de los siglos IX a. C. a la fecha.

¿Usted ya hizo alguna de estas visitas virtuales? / [Cultura](#)

¿Qué tanto sabes de español?

Aprende más de tu idioma.
Habla y escribe correctamente.

1. ¿Cómo se escriben los nombres propios extranjeros de personas?
2. ¿Es correcto decir *exconvento de Santa Clara*?
3. Palabras válidas con hache y sin ella
4. ¿Es *antiimpacto*, *anti impacto* o *anti-impacto*?
5. *E*, *he* y *¡eh!*, ¿cómo diferenciarlas?



fegutierrez@gmail.com

Respuestas:

1. Hay dos posibilidades: escribirlos en su forma original o adaptarlos a la ortografía de nuestra lengua: Angela Merkel o Ángela Merkel.
2. No. El prefijo *ex* solo se usa con personas o cargos. Cuando de trata de inmuebles lo correcto es decir *antiguo convento de Santa Clara*.
3. En algunas palabras la hache está en proceso de desaparecer. Así, es válida su escritura de las dos formas: *bataola* o *batahola*, *buardilla* o *buhardilla*, *desarrapado* o *desharrapado*, *sabiondo* o *sabihondo*.
4. La forma actual es *antiimpacto*. Es decir, se suprime la repetición de vocales, siempre y cuando no se caiga en confusiones, como en *reelaborar* y *relaborar*, con significados diferentes.
5. *E*: conjunción copulativa: *padre e hijo*. *He*: primera persona el singular del presente de indicativo: *He buscado por todos lados*. *¡Eh!*: interjección utilizada para llamar, preguntar o advertir: *¡Eh, escúchame!*

Fuente: RAE

Est

★ Cor
★ con

R



¡Tan natural
el amor por t

el día del niño

Consiéntelos
con productos

Ricitos
de Oro



como
tu bebé!



SALUD ES BELLEZA. 143300202D0255



Comprimidos
del Dr. Zagal

Héctor Zagal
@hzagal

De viruelas y cosas peores

El temor por las enfermedades ha acompañado al ser humano a lo largo de la historia. Actualmente, sabemos de la existencia de microorganismos capaces de causarnos los peores males. Pero también contamos con medicamentos para vencerlos y hábitos higiénicos que nos protegen de ellos.

Vayamos al siglo XVI, al momento en que indígenas y españoles se encontraron. Sin entrar en tecnicismos, simplemente digamos que los “bichitos” de aquí no eran los mismos “bichitos” que los de allá. Se inició así un penoso proceso que algunos llaman “la unificación microbiana del mundo”. A ambos bandos les fue mal, aunque a los indígenas les tocó la peor parte. A lo largo del siglo XVI, fueron azotados por terribles males para los que no tenían cura ni resistencia inmunológica.

Se tienen identificadas siete plagas que acabaron con la vida de millones de indígenas. La primera, en 1520, fue la de viruela, que causó, entre otros, la muerte de Cuitláhuac. Y la última, entre 1595 y 1596, fue de sarampión. Según algunos cálculos recientes, este encuentro biológico es responsable en 90 % de la caída de la población indígena. Las cifras son impactantes: de 80 millones de habitantes alrededor de 1520, la población bajó a 10 millones hacia 1570.

Viajemos en el tiempo a una época no tan distante. En 1918, llegó a México la mal llamada “gripe española”. Se le conoce así porque, aunque la enfermedad azotaba a otros países como Francia y Estados Unidos, fue España (país neutral en la Primera Guerra Mundial), el primero en publicar datos sobre este mal. Los países beligerantes, por el contrario, censuraban la información. Esta epidemia cobró la vida de 50 millones de personas en el mundo, entre 1918 y 1920. En México, se estima que hubo alrededor de 300 mil muertos en cuestión de meses. Según los periódicos de la época, en México ocurrían entre 1,500 y 2,000 muertes al día. Era tal era la cantidad de muertes que existía un carrito especial que todos los días recogía los cadáveres.

Había tal miedo a la enfermedad, que cuando alguien estornudaba, la gente decía “¡Jesús te ayude!” en lugar de “¡Salud!”. Así de grave era la gripe. Mi abuela, que sobrevivió a la epidemia, siempre conservó esa costumbre.

Sapere aude: ¡Atrévete a saber!



¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal

Crece el futbol de EE.UU.

Recientemente, en los medios se habla mucho de un tema sumamente importante: el desarrollo de la liga de futbol de los Estados Unidos, la MLS. Ha crecido en popularidad y calidad. Un caso excepcional. Creo que los estadounidenses cuentan con una capacidad increíble para organizar torneos y ligas, y lo podemos constatar en sus campeonatos más populares, como la NFL, de futbol americano, y la NBA, de basquetbol. También escuché en algún lado que se tiene la meta de que la MLS, en algunos años, supere los ratings y la popularidad del beisbol. En mi opinión, si los dueños de las franquicias realmente se lo proponen, pienso que lo lograrán, e incluso podrían llevar su futbol a un nivel mucho más alto. Otra situación muy polémica de la que también me gustaría comentar es sobre las oportunidades que tienen las mujeres en nuestro futbol. Si bien existe una liga femenil, esta no recibe la atención que se merece; además, hay una gran diferencia en privilegios entre jugadores y jugadoras. La Federación Mexicana de Futbol debería hacer algo para promover el futbol femenil, pues muchos de sus partidos son emocionantes y llegan a dar una muestra de gran calidad. Por ello, invito a la gente que, una vez superada la contingencia, asista a los juegos de la Liga MX Femenil y muestre apoyo a fin de que crezca.

Por último, en el deporte mundial se han estado tomando diversas medidas para contener la pandemia del coronavirus; en Italia y España se suspendió la liga. Es una lástima que esta situación afecte al deporte y a la comunidad en general, pero esperemos que pronto la pandemia quede superada.

Fanático

Mujeres, mujeres, mujeres

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

¿Sabía usted que de las 69 medallas olímpicas ganadas por México, 17 han sido aportadas por mujeres?

Quienes iniciaron esta cosecha fueron Pilar Roldán (esgrima) y Maritere Ramírez (natación), en los Juegos de 1968.

La cuota se incrementó a partir de Sydney 2000, con la halterista Soraya Jiménez, la primera mujer en ganar presea de oro para nuestro país.

La cuota creció así: Atenas 2004, tres metales; Beijing 2008, tres más; Londres 2012, seis; Río de Janeiro 2016, dos.

Cita especial merece la sinaloense María Espinoza, con oro, plata y bronce en Beijing 2008, Londres 2012 y Río 2016, respectivamente, en taekwondo.

Las mujeres, de ser el 5 por ciento de la delegación mexicana en Montreal 1976 pasó a ser casi el 50 por ciento en Atenas y Beijing.

De las 17 preseas ganadas por mujeres, dos son de oro, siete de plata y ocho de bronce.



Aquí, la lista de medallistas

• MÉXICO 1968

María del Pilar / Plata/ Esgrima
María Ramírez/ Bronce/ Natación

• SIDNEY 2000

Soraya Jiménez/ Oro/ Levantamiento de pesas

• ATENAS 2004

Iridia Salazar/ Bronce/ Taekwondo
Ana Gabriela Guevara/ Plata/ Atletismo
Belem Guerrero/ Plata/ Ciclismo

• BEIJING 2008

Damaris Aguirre/ Bronce/
Levantamiento de pesas
Paola Espinoza/Tatiana Ortiz/
Bronce/ Clavados
María Espinoza/ Oro/ Taekwondo

• LONDRES 2012

Luz Acosta/ Bronce/ Levantamiento de pesas
Laura Sánchez/ Bronce / Clavados
María Espinoza/ Bronce/ Taekwondo

Mariana Avitia/ Bronce/ Tiro con arco
Paola Espinoza/Alejandra Orozco/
Plata/ Clavados

Aída Román /Plata/ Tiro con arco

• RÍO 2016

María Espinoza/ Plata/ Taekwondo
Guadalupe González/ Plata /
Atletismo

Pero no solo han destacado las mujeres en Juegos Olímpicos. También en deportes no olímpicos: Lorena Ochoa (golf), Paola Longoria (ráquetbol), Karla Wheelock (alpinismo) y María del Carmen Mancilla, *la Hormiga Atómica*, ganadora del maratón capitalino en 1993, 1995, 1996 y 1997.

Las mujeres incursionan ya en todas las disciplinas deportivas: futbol, toros, boxeo, lucha...

¿Qué haríamos sin ellas?

/ Fanático



YA CONTAMOS CON

TESTOSTERONA \$189.00

SOLUCIÓN INYECTABLE

Su venta requiere receta, consulte a su médico. Vigencia al 30 de abril 2020. farmaclassimilares.com

De venta en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

¡ NUEVO PRODUCTO !

ML-PRIM[®]

Metocarbamol / Ibuprofeno

Cápsulas 375mg / 200mg

CON ACCIÓN ANTIINFLAMATORIA



¿EJERCICIO?

NO ENTRENES CON EL DOLOR

CON **ML-PRIM[®]**
ALIVIO A LA PRIMERA



FÓRMULA EN
CÁPSULA BLANDA

3 en 1

- RELAJANTE MUSCULAR
- ACCIÓN ANALGÉSICA
- ANTIINFLAMATORIA



SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.
LEA LAS INSTRUCCIONES DE USO, NO EXCEDA LA DOSIS RECOMENDADA

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES  ML-Prim www.ml-prim.com

Permiso COFEPRIS 1933002T1B0296

Reumophan®

TE AYUDA A ALIVIAR
EL DOLOR



- 1 Analgésico
- 2 Anti-inflamatorio
- 3 Relajante Muscular

TE ALIVIA Y DESINFLAMA

AUT. NO. 133300201B4646 REG. NO. 14110 SSA VI
CONSULTE A SU MÉDICO



Fanático

Tokio 2020, la gran duda

Programados del 24 de julio al 9 de agosto próximos, los Juegos Olímpicos de Tokio son la enorme interrogante debido a la pandemia del coronavirus.

Por un lado, los organizadores prosiguen con los trabajos para este certamen; por otro, continúan las reuniones entre el Comité Olímpico Internacional, los comités nacionales y representantes de deportistas, para encontrar la mejor solución.

De momento, no se habla de cancelación o de postergar estos juegos. Sin embargo, priva la incertidumbre porque la Organización Mundial de la Salud afirma que la pandemia podría extenderse dos meses más.

“Cuando todos los deportes paran sus actividades y aplazan los grandes eventos, el COI no se decide a tomar una resolución. Esto es aterrador”, afirma el presidente de la Federación Francesa de Natación, Giles Sezionale.

Cabe recordar que Tokio 2020 planea reunir a 11 mil deportistas de todo el mundo, y para ello ha hecho una inversión de 11.500 millones de euros.

Entre los deportistas

hay preocupación porque el virus ha causado la muerte de ocho mil personas en el mundo. Este sector piensa que lo mejor sería posponer los Juegos.

“El COI debería considerar que expondríamos nuestra salud, la de nuestras familias y de mucha gente que asista a las competencias”, afirmó en Twitter la saltadora griega de pértiga, Ekaterina Stefanidi.

También es importante tener en cuenta que muchos atletas no han podido entrenarse debidamente por las medidas sanitarias impuestas en sus países, y sus rendimientos no serían los ideales. / Fanático



TOKYO 2020



Es tan **precisa...**
que indica **de cuántas semanas**
está embarazada

Prueba de embarazo digital
1 pieza

\$179.00

farmaciassimilares.com

Su venta requiere receta, consulte a su médico. Vigencia al 30 de abril 2020.
Productos disponibles solo en CdMx y A. M.; Puebla y A. M.; Monterrey y A. M.; Guadalajara y A. M.; A. M. (área metropolitana).

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Farándula



Enamorada
de la TV

Flor Rubio

Un Pee Wee muy romántico

Axl Agüero Herrera
@axl_aguero

Pee Wee presentó su nuevo sencillo *Más que sexo*: un recordatorio para retomar aquellos detalles tiernos e inesperados en las relaciones de pareja, pues ayudan a fortalecer los lazos afectivos.

Con una fusión entre el *Dembow*, característico del reguetón, ritmos de *reggae* y una letra romántica, esta canción representa una etapa muy importante para el intérprete, pues tuvo la oportunidad de participar en la coproducción y darle su toque personal.

El videoclip ya está disponible en todas las plataformas y se puede ver a un Pee Wee sensible, detallista, atento, y respetuoso con las mujeres.

Al opinar sobre toda la serie de movimientos surgidos contra la violencia de género, el joven expresó su preocupación por la situación. Reconoció la valentía de las mujeres y reafirmó la importancia de alzar la voz y luchar por sus derechos.

siminforma.com.mx



Fotos: Karla López (Kai Ale)

“Para mí la mujer significa todo. Sin ella, simplemente, no existiríamos; es amor, pasión, fuerza. Esta canción salió en un momento perfecto y funciona como un homenaje a todas las

chicas que son importantes en nuestra vida”.

Con esta producción, el intérprete espera comenzar a planear una gira Latinoamérica.
/ Farándula

Fin de una era

Todos queremos que la vida sea mejor. Las mujeres encabezan un cambio histórico, es el fin de la era de machismo. Por ejemplo, Silvia Pasquel reclamó, más con ternura que con enojo, el que a su familia, el clan Pinal, lo presentaran como “un burdel”. Fabiola Campomanes, devastada emocionalmente, relató la violencia que padeció por un exnovio, enloquecido de celos y alcohol. Ninel Conde ocupa gran parte de su tiempo para explicar que no es “una cualquiera, ni cocainómana, sino una madre trabajadora”. Solo son tres casos de mujeres, pero hay muchos más.

Me impresionó leer cómo en la década de los cincuentas, un productor cinematográfico terminó con la carrera de la actriz Leticia Palma, pues ella no aceptó ser su amante y lo abofeteó, según relato del periodista e historiador Héctor de Mauleón (*El Universal*, 5/III/2020). Esta razón fue pretexto para expulsarla y humillarla ien plena asamblea de la otrora poderosa ANDA!... y nunca más volvió a filmar. Cantinflas intentó defenderla, pero no lo consiguió ante el embate de Jorge Negrete, mandamás del sindicato en aquel entonces. Y es que el charro cantor estaba quebrado económicamente y comprometido con el abusivo productor, del que recibía ayuda económica para cubrir sus crecientes gastos médicos.

Por eso el movimiento #UnDiaSinNosotras es histórico, pues la revolución de la información da voz a las mujeres como nunca antes para expresar su inconformidad.

#UnDiaSinNosotras no me parece una manifestación contra el gobierno. Sí, en cambio, la exigencia de seguridad para nuestras familias y el hartazgo contra el machismo abusivo: no más Juanes Charrasqueados, que eran “muy hombres”, parranderos y a las mujeres se llevaban sin dejar ninguna flor...

Las mujeres comúnmente encabezan cambios sociales, y hoy piden respeto, detener la violencia. Nunca nos acostumbraremos a ello.

Vivamos en paz, con respeto e ilusión a futuro. ¿No les parece mejor?

Farándula



Frente a la
tele

Álvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com

Farándula

Nueva etapa para Paty Cantú

Sexo en Canal 22

¿En qué piensa usted si le digo “Canal 22”? Seguramente en una señal pública muy digna, culta, incluso elitista, que ha tenido diferentes administraciones, unas más afortunadas que otras.

¡Pues, qué cree! La administración que ese canal tiene hoy es la cosa más libre y abierta del mundo, y a las pruebas me remito: Estos señores no solo están apostando por más de 30 producciones originales en tiempos de austeridad, cuando se supone que deberían hacer menos.

¡Están trabajando contenidos insólitos, maravillosos, para audiencias cada vez más numerosas en México y Estados Unidos! De todos ellos, le quisiera recomendar uno, particularmente bueno: *El sexo nuestro de cada día*.

¿Qué es? Un programa sobre sexualidad, como no ha habido otro, en toda la historia de la televisión mexicana.

¿Por qué? Porque es irreverente, divertido, actual, inteligente, porque funciona y ayuda, porque hace que uno cambie, que crezca y entienda.

Además, tiene invitados del más alto nivel, muchas secciones, grandes especialistas, entrevistas con personalidades internacionales y, lo mejor de todo: atención al televidente.

Sí, usted pregunta y ellos le responden. Esto, que suena tan básico, casi nadie lo hace, y menos cuando se trata de un tema tan íntimo.

Conduce el gran Pedro Kóminik, una de las máximas estrellas del cabaret mexicano, un señor al que bien vale ver y admirar.

El sexo nuestro de cada día se transmite todos los sábados, a las 22:00, por Canal 22, pero usted puede verlo cuando quiera y como quiera por YouTube, donde, por cierto, tiene material extra.

Es un concepto tan positivo, tan exitoso, que su segunda temporada, la que está actualmente al aire, va a tener el triple de capítulos, y no solo eso, cada episodio dura el doble de antes.

Es un verdadero acontecimiento tanto en el contexto de los medios públicos como en el de toda la industria de la televisión mexicana. No verlo sería un error. ¿O, usted, qué opina?

Farándula

Axl Agüero Herrera
@axl_aguero

Para Paty Cantú, la historia de las mujeres ha cambiado. Ya no viven la típica tragedia de telenovela en donde sufrían y se deprimían por una decepción amorosa. Hoy, protagonizan su propia vida, y un ejemplo es el nuevo sencillo de la cantante, *Cuando Vuelvas*, un himno al heroísmo, al renacimiento y al empoderamiento femenino.

El videoclip cuenta una historia ambientada en el lejano Oeste. Cantú es la protagonista y personifica a una chica sumisa, a expensas de un hombre indeciso y sin voluntad. La narrativa va desvelando su transformación en una mujer fuerte, independiente y dueña de sus decisiones. La letra complementa y clarifica la nueva etapa personal y profesional de Paty. El video ya cuenta con más de dos millones de reproducciones en YouTube, y fue producido por talento 100 % mexicano, acotó la cantante.

La compositora anunció este lanzamiento, parte de su nuevo álbum, *La mexicana*, un retorno a sus raíces poperas acompañadas de fusiones e influencias de la música *country*.

La artista reafirmó su apoyo total a la causa de todas las mexicanas que luchan por erradicar la violencia de género y la desigualdad. Aprovechó para manifestar su compromiso por actuar en pro de la presencia de más féminas en la industria musical.

Destacó la importancia de pedir ayuda profesional cuando una mujer se encuentra en vulnerabilidad. Se sinceró con el público y comentó la importancia de este nuevo álbum, convertido en su salvación después de haber vivido una etapa difícil en su vida.



Foto: Axl Agüero

La mexicana contará con colaboraciones sorpresa y cada tema formará parte de una revelación emocional, apuntó. El álbum completo estará

disponible en agosto de este año en todas las plataformas. Próximamente se anunciarán fechas para su gira internacional. / Farándula

siminforma.com.mx

Pfizer

NUEVA IMAGEN

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

NUEVA IMAGEN

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

Celecoxib
Cápsulas
200 mg
Caja con 10 cápsulas
Precio Farmacias Similares®
\$199.00
CELECOXIB 200 mg
10 cápsulas

eturion
ATORVASTATINA
vitalis
Precio Farmacias Similares®
\$139.00
ATORVASTATINA 10 mg
30 tabletas

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

eturion
ATORVASTATINA
vitalis
Precio Farmacias Similares®
\$386.00
ATORVASTATINA 40 mg
30 tabletas

Consulte a su médico. Su venta requiere receta. Vigencia al 30 de abril 2020.

De venta en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Siminteresa



Horóscopos
¡Felicidades arianos!

Amira contigo

Facebook: Horóscopos de Amira
Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

Nos vemos pronto
en Multimedia

♈ Aries (marzo 21 - abril 20) / Tener más paciencia será lo sensato hasta el logro de tus metas. Dedícate a corregir lo que habías descuidado. No permitas abusos contra ti. Venus y Marte, tu planeta gobernante, intensifica tus relaciones amorosas y las vuelve tormentosas y pasionales; evita discusiones. Pide y os será dado. Escribir tu petición puede ayudarte a liberar tus miedos y resistencias.

♉ Tauro (abril 21 - mayo 21) / Tiempo propicio para remodelar tu casa. Posees inclinaciones conservadoras, pero mente abierta. La cualidad que abre tu camino es la voluntad, conciencia y generosidad. La luna creciente del primero de abril indica que puedes obtener ganancias con las ventas. Cuidate en los asuntos del trabajo.

♊ Géminis (mayo 22 - junio 21) / Los astros aconsejan ir a paso lento pero seguro en el trabajo. Tu nerviosismo refleja miedo ante el esfuerzo. La energía negativa de otros puede afectarte. Tu número de buena suerte en juegos de azar y la lotería, es el 3. Vístete de amarillo. Piedra de buena vibra: el ámbar. En el amor, tus parejas compatibles son sagitario, aries, libra, leo y acuario.

♋ Cáncer (junio 22 - julio 22) / Amigo, es tiempo de ir más allá de los obstáculos. Las situaciones no se presentan de la mejor manera, toma las cosas como vienen. La timidez te rebasa, puedes sentir dificultades para expresar tus sentimientos. Las mujeres de este signo se inclinan por bordados y encajes, usan broches y pendientes de la abuela.

♌ Leo (julio 23 - agosto 22) / Hay que darse cuenta y utilizar las posibilidades para comenzar empresas. Repite en voz alta: "Estoy abierto a una solución amorosa, aquí y ahora, con mi pareja". La piedra de buena suerte que fortalece tu aura, es el topacio. Sirve para reforzar y aumentar tu poder magnético. Usa perfumes de nardos y rosas.

♍ Virgo (agosto 23 - septiembre 22) / Mente positiva y sin excesos te ayudarán a aligerar la carga de responsabilidades que te agobian; confrontas puntos de vista y malentendidos. Los astros indican que puedes atraer gente bien situada en el trabajo. Procura que tus actos de benevolencia sean comprendidos. Las experiencias emocionales pueden influir en tu cuerpo.

♎ Libra (septiembre 23 - octubre 22) / Se abrirán nuevos caminos y recibirás dinero de amigos. Mejorará tu economía y tendrás propuestas de negocios. Evita la ansiedad e inquietud por mantener tu relación con la pareja. Pon un cristal de cuarzo rosa atrás de la puerta de tu recámara, en particular, si te quieras casar.

♏ Escorpión (octubre 23 - noviembre 22) / Tu energía mental, si es de abundancia y prosperidad, te otorgará el poder de volver realidad tus anhelos y de ser pleno. Controla tu fuerte temperamento; la luna llena del 7 de abril afecta tus emociones. Habrá que ser más paciente, hay una gran carga de actividad. Te encontrarás con un amor que te mueve el tapete, pero que ya no frecuentas.

♐ Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21) / La visualización es el fundamento del éxito. Para lograr lo que deseas repite: "Afirmo que en mi mente hay claridad y logro mis propósitos". Debes tener persistencia en tus anhelos. Necesitas cambiar pensamientos de limitación y escasez por otros de conciencia y abundancia. Con el tiempo llegarás a tener mucha riqueza.

♑ Capricornio (diciembre 22 - enero 20) / El pago de las deudas es un requisito para prosperar. Si se utiliza mal el crédito, pueden rebasarte los desequilibrios económicos. Los astros te dicen tener tolerancia contigo mismo y con los demás. Hoy estás más preocupado por la familia, y quizá ocuparán tu tiempo las luchas en el trabajo. Dedicale más atención a filosofías y terapias espirituales que rejuvenecen el cuerpo y el alma.

♒ Acuario (enero 21 - febrero 19) / Saturno y Marte, recién ingresados a tu signo, indican aplicar más esfuerzo, pese a los contratiempos. Refuerza la confianza en ti mismo, hay posibles retrasos y contrariedades en el trabajo que podrás superar. Practica la respiración profunda, inhala y exhala para disolver cualquier energía negativa.

♓ Piscis (febrero 20 - marzo 20) / Este mes, es propicio firmar contratos. Los logros en el trabajo pueden estar más a la mano de lo que crees; define tus propósitos. Es importante tener ingresos adicionales para generar más dinero. Cuidado con los celos y peleas. Coloca una flor blanca y enciende una vela; pide salud, amor, trabajo y dinero. Recibirás bendiciones.

 **Nesajar**[®]
Pinaverio, Dimeticona



¿DE LO INFLAMADA TE SIENTES COMO
FLOTADOR?

Dile adiós a



Síntomas
de colitis



Dolor
abdominal



Inflamación



Cólicos

Causados por la **colitis**
y el síndrome de intestino irritable.



Si tu vida no para, **tú tampoco.**

www.nesajar.com



(Síguenos en
Facebook)

De venta en Farmacias Similares