



Brigada de Monitoreo Biológico de Milpa Alta

Año de creación: 2014

Lugar de trabajo: San Pablo Oztotepec, Milpa Alta, Ciudad de México.

Relevancia: Milpa Alta es un pulmón para la capital, zona de recarga de mantos acuíferos para 23 millones de habitantes.

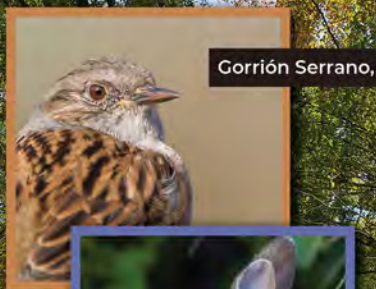
Labor de grupo: Avistamiento de fauna, reforestación, mantenimiento y educación ambiental.

Proyecto: Resiembra de pasto en zonas afectadas por cambios de uso de suelo, incendios y malas prácticas de reforestación.

Cantidad destinada al proyecto: 1 millón 100 mil pesos.

Área a intervenir: 10 hectáreas de pastizal.

Beneficio: Mantener el hábitat del gorrión serrano y el teporingo, especies endémicas y en peligro de extinción.



Gorrión Serrano,

Teporingo

simiplaneta.com
#CuidemosJuntosElPlaneta
#SiMiPlaneta



No te pierdas los detalles de cada proyecto.

SiMiPlaneta

Por más y mejores bosques en Jalisco

Alejandra Cervantes Neri
@Lilly_alec

Dentro de los objetivos de desarrollo sostenible de la Organización de las Naciones Unidas, se consideran prácticas fundamentales para acercar a la población las energías asequibles y no contaminantes, preservar la vida submarina y la de los ecosistemas terrestres, así como todas las acciones en pro del clima.

Inspirada en esos propósitos, la asociación civil Reforestamos México, integrada en 2002, contribuye a asegurar más y mejores bosques en nuestro territorio.

Esta agrupación nace a raíz de los incendios de 1998 que afectaron cerca de un millón de hectáreas boscosas en diversas zonas del país.

Así, en alianza con Farmacias Similares y la campaña SiMiPlaneta “Menos plástico, más vida”, pondrá manos a la obra para reforestar 30 hectáreas de las Barrancas de los Ríos Santiago y Verde en el estado de Jalisco.

Esta zona representa un



Foto: Cortesía Reforestamos México A.C.

espacio de interacción entre naturaleza y sociedad civil. También posee atributos que se han preservado gracias a su peculiaridad topográfica. Sin embargo, la creciente urbanización amenaza sus recursos naturales.

Plantemos con conciencia

Integrar nuevos individuos a un ecosistema no es tarea fácil; requiere conocer el tipo de suelo, las

plantas endémicas, así como las necesidades de la fauna que lo habita.

Con el afán de brindar un mejor hogar a 52 mamíferos, 208 aves, 58 reptiles y 21 anfibios, Reforestamos México activará este plan durante tres años con un donativo de un millón 700 mil pesos. Esta restauración también logrará brindar 20 empleos temporales y beneficiar a 20 familias jaliscienses.

Estas acciones ayudarán, no solo a las especies, sino sumará cobertura vegetal en áreas degradadas por actividades agropecuarias, asentamientos irregulares e incendios forestales.

Lo invitamos a seguir de cerca el proyecto de Reforestamos México en www.simiplaneta.com ¡Cuidemos juntos el planeta! /SiMiPlaneta

Presidente de Grupo Por Un País Mejor
Víctor González Torres

500,000 ejemplares / Julio 2020 Edición 459-1
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: julio 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”.

LOXcell®



Reg. No. 372M2007 SSA VI **Pediátrico**



Reg. No. 188M2013 SSA VI **Adulto**

© MARCA REGISTRADA PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.

Candiphen-V®

Candiphen-V 1 ÓVULO
CLOTRIMAZOL ÓVULO 500 mg
Caja con 1 óvulo

Reg. No. 111M200455AVI © MARCA REGISTRADA
PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.

Terviraax®

• Thuja • Echinacea angustifolia • Graphites
Solución.

Terviraax®
• Thuja • Echinacea angustifolia • Graphites
Solución.

Auxiliar

En el tratamiento de los HONGOS de las UNAS en manos y PIES.

Medicamento Homeopático Caja con frasco con 15 mL

REG. NO. 005H2012 SSA VI © MARCA REGISTRADA

PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.



**OFERTA
SUEROS**

3X

\$49.00

**en TODOS
los sabores**

farmaciassimilares.com

Vigencia al 31 de julio 2020.
Si persisten las molestias, consulte a su médico.
*No se aplica en otras promociones o descuentos.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

75%
de descuento

Salud

Y tu vaso, ¿está medio lleno o medio vacío?

Cynthia Montserrat Mena García
centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx

En ocasiones, ante una misma situación, se pueden tener “visiones” diferentes. Por ejemplo, cómo es que dos hijos describen a sus padres de forma tan diferente. Cuando escuchamos sus relatos parecen referirse a familias distintas. Una, con padres cariñosos, comprensivos; otra, con padres distantes. ¿Les ha pasado algo así?

La manera en la que percibimos el mundo es personal. Un vaso puede verse medio vacío o medio lleno. ¿Tú cómo lo observas? Ahora, cuando enfrentamos una situación extraordinaria por la pandemia, hemos descubierto nuevas formas de afrontar conflictos que, en perspectiva, nos hacen seres humanos más ingeniosos.

Nos hemos dado cuenta de que existen diversas maneras de comunicarnos. Descubrimos las cosas que en realidad son trascendentes: una palabra de aliento, sentir el aire en la cara al caminar bajo la lluvia o abrazar a nuestros seres amados, entre otras cosas.

Hoy, cuando se habla de una “nueva normalidad”, me gustaría invitarlos a tener una visión distinta sobre cómo nos percibimos nosotros y a los demás.

El nombrar es una necesidad básica para los seres humanos, pero qué tanto nos ha afectado el



Foto: Agencia Reforma

“etiquetarnos” y admitir que somos “ansiosos”, “enojones”, “diabéticos”, “hipertensos”.

El ejercicio que quiero plantearles, es cambiar ese adjetivo por un sustantivo: no soy hipertenso; soy una persona con hipertensión; no soy enojona, sino una persona que, en ocasiones, siente enojo.

Cambiamos el cómo nos “etiquetamos”, esto puede ayudarnos a modificar nuestro modo de percibir

el mundo, y darnos cuenta de que no solo somos un adjetivo, sino mucho más, todo depende de tu mirada. ¿Tú cómo eres? ¿Cómo cuentas tus historias?

No olviden que, si desean recibir acompañamiento de un profesional de la salud mental, pueden llamarnos al servicio gratuito: 800 911 66 66, opción 3, o contactarnos en el correo electrónico. Estamos las 24 horas, todo el año. / Salud

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
@cndemx

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales
"Porque ser feliz, si se puede"
www.serfelizisepuede.com.mx



GLUCÓMETRO

ONE TOUCH® ULTRA MINI®

\$549.00

Prevenición es salud. La imagen mostrada en este material es de carácter ilustrativo y puede variar con respecto del producto final. Vigencia al 31 de julio 2020.



**ONE TOUCH®
ULTRA®**
Tiras Reactivas 50+10

Precio resto de la república
\$499.00
Precio zona fronteriza
norte \$465.00*



**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*

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 31 de julio 2020. *Este precio únicamente se aplica en los municipios listados en el decreto de estímulos fiscales región fronteriza norte.



farmaciassimilares.com



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

HASTA
75%
DE AHORRO



#Psicosalud

Edilberto Peña*
@Edilberto_pena

Salud

Recomienda nobel de Química usar cubrebocas

Hipocondriasis

La covid-19 presenta síntomas parecidos a los de infinidad de enfermedades. Ello abrió la puerta para que gran cantidad de pacientes piense que su dolor de cabeza, la sensación de cuerpo cortado, tos constante o fiebre, indican coronavirus. Ese proceso se denomina “hipocondriasis”.

Este término desapareció de los libros de psiquiatría. Su nombre, desde 2013, es Trastorno de Ansiedad por Enfermedad (TAPE). Quien lo padece presenta una preocupación desmesurada sobre ser portador de una patología en particular, con un nombre propio. Esta molestia los ha llevado en repetidas ocasiones con médicos de diversas especialidades. A pesar de que los revisan, ordenan estudios, repiten los de laboratorio, no encuentran datos significativos para diagnosticar la enfermedad.

Incluso piensan que el último médico no era el indicado o que los estudios no fueron tan avanzados y sensibles para lograr encontrar aquello de lo que el paciente está convencido.

Esta es la trampa sin fondo del TAPE. Este proceso es caro y desgastante, además de peligroso porque los pacientes se exponen a estudios cada vez más invasivos, incluso a cirugías, con el riesgo que esto conlleva.

Es un padecimiento entre los trastornos de ansiedad, y tiende a somatizarse. El tratamiento es mixto, con medicamentos que fortalezcan los neurotransmisores que llevan a estabilizar la angustia. Además, de psicoterapia para aprender mejores mecanismos de defensa contra los pensamientos repetitivos, hasta desactivarlos y superarlos.

Mario Molina, nobel de Química, recomendó el uso de cubrebocas para reducir contagios de la covid-19.

“Tenemos estadísticas comprobables que correlacionan el cambio de la tendencia de la infección y de las muertes. Se asocian con el día en que se usan los cubrebocas”.

Ejemplificó que en Estados Unidos no habían solicitado su uso de manera generalizada y se disparó la cifra de muertes, pero decreció cuando comenzaron a utilizarlos. “Lo mismo ocurrió en Italia”, puntualizó.

Consideró que todavía se está a tiempo de disminuir los contagios mediante el uso de los cubrebocas.

“En México no está acostumbrada la gente, hay que explicarle que es para su protección. Nuestra recomendación es usarlos, tenerlos puestos todo el tiempo”.

Aseveró que ha criticado a varios mandatarios en el mundo por no poner el ejemplo.

“Tenemos a algunos, el de México, el de Estados Unidos o el de Brasil que, por alguna razón, no lo utilizan. Claro, si estás en tu casa, no es nece-



Foto: Agencia Reforma

sario. Pero si va a hacer una gira en la que va a estar cerca mucha gente, entonces sí es vital. Deben dar el ejemplo”.

Molina indicó que los

cubrebocas convencionales de dos capas de tela son efectivos para inhibir el riesgo de contagio del nuevo coronavirus. / [Salud](#)

Salud perruna, salud familiar

Expertos en adiestramiento destacan la importancia de procurar salud emocional y mental a las mascotas durante este aislamiento social.

“Lo primero, es saber la raza y conocer sus características. Cada una tiene una razón específica, arraigada a sus personalidades. Así, es más fácil adaptarlos y entrenarlos, encontrar la estabilidad de un perro desde lo emocional, físico y mental hasta lo nutricional”, comentó Ricardo Pares, socio de Dog Nanny, centro de adiestramiento.

“El problema inicial es que la gente busca un perro, pero no hace investigación sobre la raza. Al momento de la convivencia se da cuenta de que no es lo esperado, y vienen los problemas en casa”, agregó.

Stephanie Harvey, otra experta en la materia, considera que para mantener a un can tranquilo es importante enseñarle costumbres a base de repeticiones. “Para las mascotas, el

confinamiento sanitario es un cambio de 180 grados. Se les enseñó cierto comportamiento y ahora se revierte, porque estamos todo el día en casa, con niños y encerrados”.



Para ambos es indispensable tomar en cuenta los siguientes puntos básicos, a fin de brindarle una mejor calidad de vida al animal en la “nueva normalidad”:

- No humanizarlo, esto le genera confusión. Debe entender que hay límites.
- Tiene que tener su área de seguridad y confort, un espacio donde se refugie.
- Ponerle rutinas y horarios para comer, dormir, jugar, ir al baño. Esto le da estructura y es sano.
- Si tenía la costumbre de salir a pasear, continuar con ello, en lo posible.

-Alistarlo para regresar a la rutina; empezar una separación durante el día, a fin de que no sufra ansiedad al momento de no estar con él.

-Es un buen momento para empezar a entrenarlo; pueden ser 5 minutos, dos veces al día.

Poner en práctica estas recomendaciones ayudará para que usted, su familia, y mascota se adapten a las nuevas rutinas. / [Salud](#)

¿INFLAMACIÓN?



Vigencia al 31 de julio 2020.
 Si persisten las molestias,
 consulte a su médico.
 Reg. No. 125M2016 SSA VI
 Precio Farmacias Similares®
 \$189.00



farmaciassimilares.com

Reencuentro con México

La sátira debe ser un insulto culto: Gonzalo Martré

Juan Manuel Rentería

Su nombre es Mario Trejo González, pero siempre se ha presentado con su seudónimo de escritor, Gonzalo Martré.

—¿Por qué escogió la sátira como género literario?

—Se me dio desde que estudiaba en la preparatoria. Satiricé a varios compañeros y me gané su animadversión. La sátira es el lado horrible, el lado feo de las personas que ni siquiera saben que lo tienen y nadie se los ha dicho.

—¿La sátira es una especie de burla?

—Una sátira bien llevada no conoce límites, llega al insulto, claro, un insulto culto.

—Se considera que su crítica es aguda.

—Si no es aguda y, a la vez, filosa, no es sátira. Por ejemplo, Jorge Ibarguengoitia, humorista, quiso ser satírico, pero se quedó a medio camino. Su sátira no era puntiaguda, ni filosa, era blandita.

Gonzalo Martré nació en Meztitlán, Hidalgo, el 19 de diciembre de 1928. Realizó estudios de ingeniería química, en la Universidad Nacional Autónoma de México. Fue profesor y director de la Preparatoria I, de la UNAM. Se inició en la literatura en 1967. En la mayor parte de sus obras utiliza la sátira. *Los endemoniados* fue uno de sus primeros cuentos. Causó una gran polémica porque utilizó un lenguaje escabroso, sin tapujos, en situaciones sexuales. Su primera novela de difusión nacional fue *Safari en la Zona*

Reencuentro con México



Foto: Redacción

Rosa. Aborda abiertamente un tema tabú en 1970, la homosexualidad.

—¿La sátira molesta y enoja?

—Molesta y enoja, pero también hace reír, inclusive hace felices a muchos.

—¿Cuántos libros ha escrito?

—Cuarenta y pico, pero no todos son de sátira, solo la mitad.

Gonzalo Martré ha sido un incansable crítico del sistema político mexicano. Lo aborda en su obra *Los símbolos transparentes*, una crítica corrosiva, considerada la mejor novela en ese tema.

—Muchas de sus obras han sido censuradas y causado gran polémica.

—Así es, sobre todo *Coprofernalía*, palabra inventada por mí. Como sabemos, la coprofilia es la adicción a los excrementos, y fue única, no ha habido otra novela que sea coprofilica y humorística.

Otras de sus obras son *El Pornócrata*, *El Chanfalla*, *Apenas seda azul*, *El retorno de Marilyn Monroe*, *La emoción que paraliza al corazón*, *Cuando la basura nos tape*, *Tabasco: el diluvio que viene*, *El cadáver errante*, y *Tormenta roja sobre México*, entre otras. Durante casi una década, Gonzalo Martré fue argumentista de la historieta *Fantomas*, una de las más leídas.

“Fui argumentista de *Fantomas*, en sustitución

de Guillermo Mendizábal, su creador. Él tuvo un fuerte problema legal con la Editorial Novaro, y se retiró. Duré nueve años en esa historieta”.

—¿Quién era *Fantomas*?

—Era un personaje, de hace 110 años, un bandido, villano, asesino, ratero, elegante, pero solo atracaba a la aristocracia, ricos y poderosos. Fue un Robin Hood, un Chucho el Roto, que repartía entre los pobres lo que se robaba. Después varió el personaje, y robaba para él.

—¿Cuál era el tiraje?

—Competía con *Lágrimas y risas*, *Memín Pinguín*, *La familia Burrón*, historietas inolvidables.

Finalmente, *Fantomas* desapareció de la circulación en 1969. Costaba un peso.

Gonzalo Martré escribió un ensayo sobre el movimiento estudiantil de 1968. También incursionó en el periodismo. Fue editorialista de *Excelsior*, durante 20 años. Fundó la cofradía de lectores *La Tinta Indeleble*. Ha recibido innumerables reconocimientos a su trayectoria, entre ellos, la medalla Ignacio Rodríguez Galván, otorgada por la Unión Latinoamericana de Escritores.

Tiene 90 años y 52 en el quehacer literario.

—¿Teme al final?

—No, para nada, sé que, como cualquier ser humano, pronto entregaré los tenis. /
Reencuentro con México



Expedientes del poder

Carlos Ramírez

indicadorpolitico.mx@gmail.com
@carlosramirez

Virus: crisis para largo

La falta de decisión gubernamental para proteger la planta productiva y el empleo durante los meses de la pandemia, y la ausencia de un programa integral de

reactivación productiva, deja ver el temor en la sociedad ante la crisis que va para largo. Los números son pesimistas: PIB de -8 al 2 %, reactivación con expectativas de -2 a 0 % en 2021, PIB de 1 % en 2022. Todo ello, contra la meta gubernamental de 2 % promedio anual sexenal. Si bien nos va, el promedio anual del sexenio será de 0 %, con indicios de que sea negativo.

El problema radica en la falta de una estrategia de desarrollo. Hasta donde se tienen datos, la propuesta presidencial es la de mantener la planta productiva como está y apostar a los beneficios adicionales del tratado con los Estados Unidos y Canadá.

Sin embargo, no todo radica en sostener ritmo, sino en avanzar. El peor dato del Tratado de Libre Comercio está a la vista: en 1993 el componente nacional en las exportaciones fue de 58 % y bajó a 38 %, hacia 2019. Quiere decir que la planta productiva mexicana se fue desmoronando.

El problema no es de simpatías, apoyos, lealtades o enemistades. El punto central es la ausencia de un modelo de desarrollo. El nuevo gobierno ha dejado pasar año y medio en definirlo, si es que acaso hay algún grupo presidencial que piense en presentar, cuando menos en papel, el proyecto de una nueva propuesta.

El actual modelo de desarrollo ya no sirve, la maquinaria es obsoleta, el costo laboral es alto, la competitividad de México en la economía mundial anda en el lugar 50 y nada hay para invertir en tecnología y programas científicos, educación tecnológica y nuevas relaciones laborales. Los gobiernos de Salinas de Gortari a Peña Nieto no se preocuparon por modernizar la planta productiva, para sacarle más beneficios al tratado. El coronavirus nos puso delante la amarga realidad de una economía subdesarrollada. Y lo peor de todo, en el nuevo gobierno ninguno piensa en la modernización ni en reconversión industrial.

Roche

ACCU-CHEK®

Tiras Accu-Chek® Active

60 tiras reactivas

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$329.00

Accu-Chek® Softclix

25 lancetas

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$65.00

50 + 10 ¡GRATIS!

Prevencción es salud. Vigencia al 31 de julio 2020.
Las imágenes mostradas en este material son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final.

TODO LO QUE NECESITAS

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$119.00

Metoprolol
Tableta 95 mg
Liberación prolongada

Metoprolol
95 mg/20 tabletas

Vigencia al 31 de julio 2020.
De venta en:

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Dr. Simi

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

siminforma.com.mx

México

Está en chino

• En busca de una vacuna anticovid-19

Tania Elias
@magiovilla

Con más de ocho millones de contagios en el mundo, la covid-19, enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2, cobró ya la vida de más de 450 mil seres humanos.

A finales de 2019, se identificó el primer brote en un mercado de Wuhan, China. En enero, tras diversas investigaciones, especialistas de ese país difundieron entre la comunidad científica el mapa genético del virus para encontrar una vacuna.

Después de seis meses, farmacéuticas internacionales continúan la búsqueda para evitar la propagación de este nuevo tipo de coronavirus.

El proceso

Los virus, como lo plantea la doctora en ciencias biológicas Dora E. Jorge, en su libro *Los microbios*,

¿amigos o enemigos?, son agentes causantes de enfermedades con la capacidad de reproducirse en el interior de las células vivas. Al no sintetizar las moléculas requeridas para duplicarse, las roban a su hospedera y provocan su muerte.

Estos microorganismos están formados por ácidos nucleicos (ADN o ARN) y proteínas. Al infectar a un organismo, necesitan reproducirse para generar más y más copias.

Tipos de vacunas

- **Vivas atenuadas:** se administra el microorganismo vivo, pero bajo un proceso que lo debilita y duerme
- **Polisacáridos o de partículas recombinantes:** toman una parte específica y se la enseñan al sistema inmunológico para reconocerlo y atacarlo
- **Inactivas:** se aplica el microbio muerto para identificarlo
- **Toxoides:** toxinas creadas a partir del agente infeccioso para producir inmunidad
- **ARN mensajero:** se administra una molécula con información del agente infeccioso (ARN mensajero), a fin de que el cuerpo lo detecte y ataque



Foto: Agencia Reforma

El ébola, dengue y el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) son algunos ejemplos de estas enfermedades, mortales si no se tratan a tiempo.

Una solución para evitar su propagación son las vacunas: componentes químicos obtenidos a partir de estos organismos, generar defensas y lograr la inmunidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), estima que la inmunización salva cada año a 2.5 millones de personas en el planeta. Además, desde 2001, se pretende impedir la muerte de 20 millones de personas en 73 países, con la aplicación de 10 vacunas contra enfermedades evitables.

En el caso del SARS-CoV-2, los científicos realizan diversos experimentos para evitar su propagación; sin embargo, al ser un virus nuevo, es complicado hallar una solución rápida.

Carlos Sandoval, investigador de tiempo completo en el Instituto de Biotecnología, de la UNAM, y miembro de la Sociedad Mexicana de Virología,

explica que el desarrollo de las vacunas tarda de cinco a siete años, pero con este tipo de coronavirus se han acelerado los procesos.

“Es posible que la primera vacuna no sea la ideal. Puede proteger a las personas de cierta manera, pero con el paso de los años se encontrará una con mejores resultados”.



Foto: Cortesía

El doctor Carlos Sandoval es investigador de tiempo completo en el Instituto de Biotecnología, de la UNAM



El Dr. Simi®

está contigo

Por eso,
MARTES y VIERNES,
en la compra de \$70 o más,
te llevas

GRATIS*
un producto básico

Atún, leche en polvo o pasta



*Promoción válida únicamente martes y viernes, a partir del 2 de junio. Máximo, un producto básico por cliente. Las imágenes mostradas son de carácter ilustrativo y pueden variar con respecto del producto final.

Una fecha aproximada es de 12 a 18 meses, porque es complejo crear este tipo de componentes.

“Primero, se debe estudiar el agente infeccioso; luego de entenderlo, definir una estrategia para generar la inmunidad. Después, hacer pruebas y su seguridad y eficacia”.

El proceso consta de las siguientes etapas:

1. Experimentación con animales para su seguridad. Luego, se hacen

pruebas en una cantidad pequeña de humanos.

2. Es administrada a cientos de personas.

3. Se les suministra a miles de habitantes. Después, se evalúa la producción en masa.

Ariel Vilchis, médico especialista en Gestión y Política de Salud, considera que las vacunas deben llevar una bioseguridad estricta para asegurar la salud de las personas.

“Quizá en septiembre comience la producción en México con una molécula específica, y el siguiente año se dé cierta cantidad de dosis para la población”.

En junio, la farmacéutica inglesa AstraZeneca firmó un trato con la

Alianza Inclusiva por las Vacunas, para proveer 400 millones de dosis de una vacuna experimental a finales de este año. Asimismo, Rusia realiza pruebas clínicas de su prototipo para comenzar la producción en septiembre.



Foto: Cortesía

El doctor Ariel Vilchis se especializó en Gestión y Política de Salud

Ambos especialistas coinciden en la complejidad que implica generar una vacuna en poco tiempo, pero con los avances científicos podría lograrse.

“Hay una posibilidad de crear una vacuna de ARN mensajero para que nuestro cuerpo lo reconozca y pueda atacarlo sin la necesidad de tener el virus, sino solo poner una parte de él”, asegura el doctor Vilchis.

En todo caso, es necesario esperar los resultados de las investigaciones científicas para conseguir una solución.

“La inmunidad será temporal.

Dentro de uno a dos años, esta acabará y nos vacunaremos para evitar enfermarnos. En México, la Comisión Federal para la

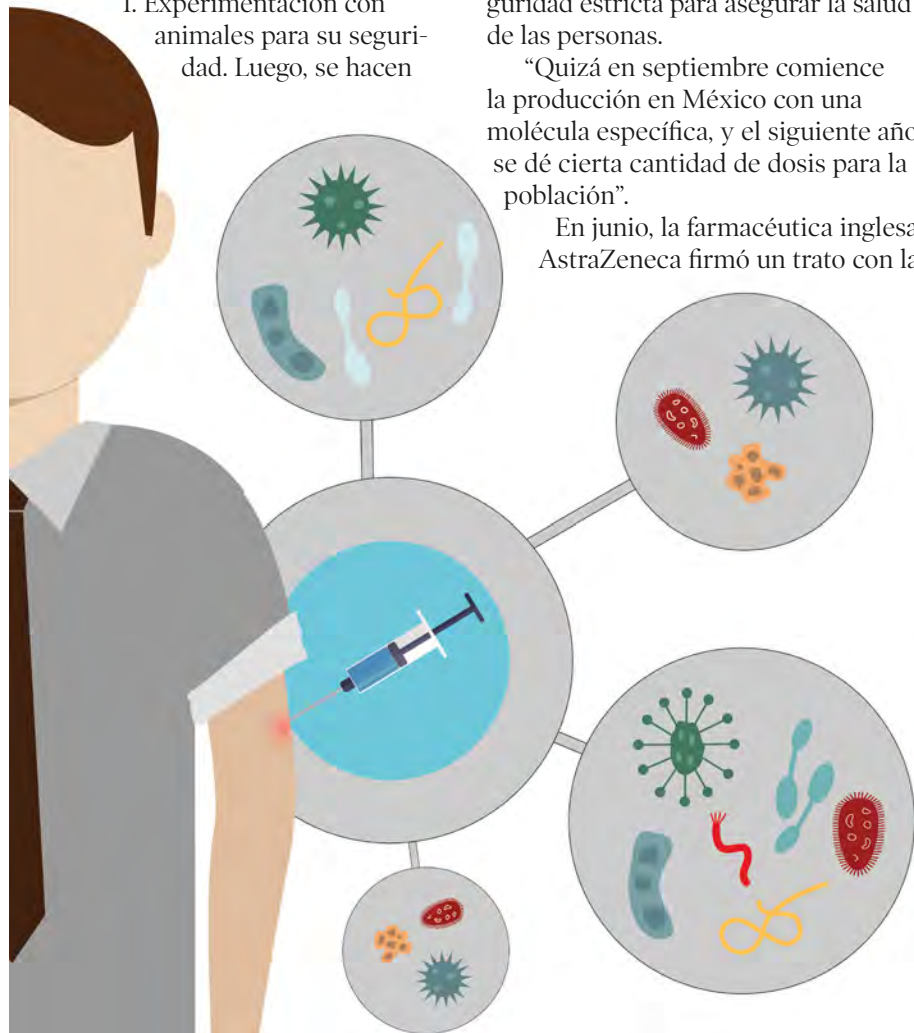


Los microbios, ¿amigos o enemigos?, libro de Dora E. Jorge

De la colección La ciencia para todos, la doctora en ciencias biológicas explica la naturaleza de los microorganismos. Aunque muchos son perjudiciales para los seres humanos, también han permitido el desarrollo de nuevas biotecnologías en áreas como la genética o nanociencia.

Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) será la encargada de regular su seguridad y vigilar posibles riesgos”.

Mientras esto sucede, debemos continuar las medidas preventivas: lavado frecuente de manos, usar cubrebocas, evitar aglomeraciones, toser y estornudar en la parte interna del codo y mantener la sana distancia. / México



ETERNAL SECRET

BLOQUEADOR 50+ 60 g facial y corporal \$ 67.00

BLOQUEADOR 50+ 125 g facial y corporal \$ 129.00

Protector solar FPS 50+ Protección solar MUY ALTA resistente al agua

eternalsecret.com.mx

Salud es belleza. Vigencia al 31 de julio 2020. Aviso Cofepris N.º 143300202D0226

MEDIPIOX[®]

**PEINE PARA
PIOJOS Y
LIENDRES**
\$76.00



EFICAZ
EN UNA SOLA
APLICACIÓN

MEDIPIOX[®]

Solución para
Piojos y Liendres
Pediculida



Elimina piojos y liendres
de forma segura en una
sola aplicación.

- Fácil de aplicar.
- Para toda la familia.
- Alta eficacia

Único recomendado por:



ASOCIACION MEXICANA DE PEDIATRIA, A.C.

ELIMINA
100%
LIENDRES Y PIOJOS
EN UNA APLICACIÓN

Solución

Caja con Frasco con 60 mL. de Solución.

SOLUCIÓN
\$109.00



MEDIPIOX[®]

Solución para
Piojos y Liendres
Pediculida

Elimina piojos y liendres de forma
segura en una sola aplicación.

- Fácil de aplicar.
- Para toda la familia.
- Alta eficacia.

El único recomendado por:



ASOCIACION MEXICANA DE PEDIATRIA, A.C.



Solución
Cont: 60 mL.

Registro Sanitario No. 2548C2016 SSA

Vigencia al 31 de julio 2020

Consulte a su Médico [®] Marca Registrada
De venta en Farmacias Similares

Cultura

El farolito de Lara

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

En la añeja colonia Condesa, la avenida Ámsterdam está adornada con bancas y faroles *art déco*. Pero hay uno especial donde hace esquina con la calle de Celaya. Algunos le atribuyen una historia poco conocida: Agustín Lara rentaba un departamento a una cuadra de ahí y en las madrugadas, cuando regresaba de tocar

el piano en algún antro, se detenía para fumarse un cigarrillo bajo la luz. Aseguran que el Flaco de Oro se inspiró en ese sitio para componer *Farolito*.

Era el final de los años 20. La Ciudad de México sufría megainundaciones por las lluvias, el presidente Álvaro Obregón se mudaba con su esposa al Castillo de Chapultepec y el país tenía solo 14 millones de habitantes. En ese entonces, el músico poeta ganaba poco

y tocaba el piano en lugares de “mala nota”.

Sin embargo, otras fuentes indican un origen distinto: Lara habitaba un cuarto en una vecindad del Centro Histórico. La calle se iluminaba con la débil luz de un farol. Y ahí le llegó el “chispazo” para escribir la letra de una de sus canciones más famosas.

Como haya sido, Lara nunca reveló con exactitud el origen de todas sus composiciones. Pero sí tuvo

un estudio en el edificio San Antonio, una joya del *art déco*, en la calle de Celaya número 5. Ahí escribió también *Serpentina*, y *Concha Nacar*, otros dos de sus innumerables éxitos.

El edificio aún existe y puede llegarse en el Metrobús, estación Sonora. Allí vivió uno de los compositores más queridos de México. Un flaco nada guapo que conquistó con su talento a la más bella de la época: María Félix, *María Bonita*. / **Cultura**



Comprimidos
del Dr. Zagal

Héctor Zagal
@hzagal

El apetito y sus nombres

¿Les gustan los burritos? Pues no se trata de comida Tex-Mex, como piensan algunos. Fueron creados en Ciudad Juárez, Chihuahua. La versión más popular de su origen, y la más probable, empieza con don Juan Méndez en los años de la Revolución mexicana. Tenía un puesto de comida, y una de sus mayores preocupaciones era que se le enfriaran los alimentos. Para evitarlo, decidió envolver sus guisos en tortillas de harina. Esta invención fue su mina de oro. La gente empezó a comprarle diario y a hacerle pedidos tanto en México como en Estados Unidos. Para cumplir con los pedidos, don Juan Méndez a transportar su comida en un burro. Así, la gente de un lado y del otro del río Bravo comenzó a referirse a su comida como la del “burrito”. Y surgió el nombre de este delicioso platillo.

Otro platillo sencillo y delicioso son los nachos. También tiene fama de Tex-Mex, pero fue inventado en este lado de la frontera. En tiempos de la Segunda Guerra Mundial, unos militares estadounidenses y sus esposas llegaron al restaurante Victory Club, en Piedras Negras, Coahuila. El restaurante ya había cerrado, pero el chef Ignacio Anaya no se atrevió a negarles el servicio. Con lo poco que encontró en la cocina, les preparó una combinación de topos, queso y jalapeños. Las mujeres quedaron encantadas con el platillo y le preguntaron el nombre. Dicen que Ignacio pensó que le preguntaban su nombre, así que contestó “Nacho”. Ahora algo dulce. ¿Les gustan los duraznos Melba? Es un postre simple y exquisito: helado de vainilla con duraznos en almíbar y un poco de mermelada encima. Fueron ideados por el cocinero francés Auguste Escoffier, en la década de 1890, mientras trabajaba en el lujoso Hotel Savoy, de Londres. Cuando la cantante de ópera australiana Nellie Melba se hospedó en el hotel, Escoffier decidió consentirla con este postre y, claro, nombrarlo en su honor. ¿Ustedes han inventado algún platillo? *Sapere aude* ¡Atrévete a saber!

Elon Musk

“Si las cosas nos están fallando, es muy probable que no estemos innovando lo suficiente”

De ser un joven granjero y un fanático de la ciencia ficción, Elon Musk es hoy uno de los hombres más influyentes de las últimas décadas. Utiliza sus habilidades con la tecnología y la ciencia como una herramienta para crear proyectos que beneficien al medioambiente, a la sociedad y al desarrollo del conocimiento.

Aquí, un poco de la historia de quien quiere conquistar Marte.

- ↓ **1971** Nació en Pretoria, Sudáfrica. A los 12 años vendió su primer programa de computadoras: un videojuego llamado “Blaster”.
- ↓ **1988** A los 18 años emigró a Estados Unidos. Logró tramitar una beca en la Universidad de Pensilvania. Se tituló en economía e hizo un posgrado en física.
- ↓ **1995** Con su hermano, fundó la empresa Zip2, para servicios web a compañías de comunicación.
- ↓ **1999** Creó el banco online X, un sistema revolucionario para los métodos de pago electrónicos, el cual se convirtió en PayPal.
- ↓ **2002** A los 31 años, Musk contaba con una gran fortuna. Fundó SpaceX, fábrica que desarrolla cohetes y aeronaves espaciales.
- ↓ **2003** Funda Tesla Motors, empresa dedicada a producir automóviles eléctricos de bajo costo.
- ↓ **2006** Con sus primos, fundó la compañía SolarCity, la cual brinda servicios de energía a hogares, compañías y organizaciones, sin fines de lucro.
- ↓ **2020** Con la NASA, su compañía SpaceX logró el lanzamiento de la nave espacial Crew Dragon, con dos astronautas a bordo, la primera empresa privada en construir una nave puesta en órbita.

Curiosidades de Elon Musk

- Participó en la película *Iron Man 2* y en la serie *Big Bang Theory*
- Entre sus próximos proyectos figura Neuralink, para crear una conexión entre el ser humano y un ordenador.

¡ 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



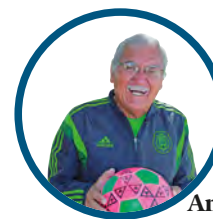
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.
LEA LAS INSTRUCCIONES DE USO, NO EXCEDA LA DOSIS RECOMENDADA

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES

ML-Prim www.ml-prim.com

Permiso COFEPRIS 1933002T1B0296

Fanático



¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal

¡Cómo no te vamos a querer, Gansito!

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

Marzo 2017. Aarón Padilla Gutiérrez tenía 74 años. La cabeza blanca, delgado, camina sobre el césped del estadio olímpico. El público abarrotaba las tribunas. La salva de aplausos dura minutos. Es un homenaje al "inventor" de la "bicicleta" en el fútbol nacional. Dos edecanes lo conducen, lo sostienen de los brazos. El alzhéimer es evidente. Su mirada apunta a lo alto de las tribunas, a ninguna parte en especial. A su lado, Enrique Borja aplaude y sonrío. Le alzan el brazo para agradecer el homenaje. En un cuadro muestran su playera, el número 11, con su nombre.

Puma de corazón. "Fue mi vida". Extremo izquierdo aguantador. Los defensas lo pateaban a llenar, pero nunca hizo dramas. Nada de revolcarse al estilo Neymar. Corría incansable por la banda, hacía la "bicicleta", centraba y Borja remataba. Una



pareja demoledora. Así se ganaron su lugar en dos mundiales: el de Inglaterra 1966 y México 70, donde se llegó a cuartos de final.

Lo apodaron Gansito por su postura, la cabeza echada para adelante y el cuello curvado. No fue habilidoso, pero sí, entrón, incansable. Fino en su trato, siempre amable, de hablar pausado, fue de pocas palabras,

equilibrado en sus juicios, gran amigo y compañero.

Tuvo el aprecio general desde que estudiaba contaduría en la UNAM. A los 20 años logró ser futbolista profesional. En su etapa final jugó para Atlante y Veracruz. Tuvo un cargo en los Coyotes Neza y dirigió la Comisión de Arbitraje e ingresó al salón de la fama de la Concacaf. En su retiro vendía coches en una agencia Ford.

Junio 2020. El alzhéimer lo mermó poco a poco. La covid-19 cobró su vida. A los 77 años nos deja llenos de recuerdos.

¡Cómo no te vamos a querer, Gansito! /
Fanático

No, al racismo

El deporte pasa por un mal momento, debido a la pandemia, pero ha surgido un tema de suma importancia: el racismo, reavivado con la muerte del afroamericano George Floyd. En las protestas han participado atletas de diferentes deportes. Claman el fin de este grave problema.

Por ejemplo, en la Bundesliga, el Bayern mostró su apoyo al movimiento, al igual que Jadon Sancho, jugador del Borussia Dortmund. Esto me parece una buena acción. Ojalá ese gesto sea imitado por más equipos.

El racismo no debe existir. Todos somos seres humanos. No hay razón para creerse superior, solo por tener otro color de piel.

En otro asunto, me alegra que las ligas europeas estén reanudando sus correspondientes temporadas. Los aficionados ya lo necesitamos.

Es interesante la forma en la que se llevarán a cabo los partidos, con los jugadores suplentes separados en la primera fila del estadio y con precauciones en los tiros de esquina.

Un aspecto desagradable, es jugar a puerta cerrada. No escuchar a la afición, con sus gritos de apoyo o insultos, les quita cierta esencia a los encuentros. Hace que los partidos se sientan aburridos, pero es una acción necesaria por el bien común. Ni modo. Por último, expreso mi disgusto por la manera en que se maneja el fútbol mexicano. En lugar de ser un medio de entretenimiento, se ha vuelto un simple negocio. Parece que ahora lo único que le interesa a la federación es el dinero y toma las decisiones según su conveniencia.

Pregunta: ¿Qué pasó con los aficionados? Acaso ellos no tienen derecho a ver a su equipo conseguir títulos o a expresar su pasión por este mismo club. Es muy triste ver que esto le pase a nuestro fútbol.

Foto: Archivo Ángel Cervantes

Foto: Agencia Reforma



Baumanómetro digital de muñeca automático

\$590.00

farmaciassimilares.com



De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Prevenión es salud. Leer las instrucciones antes de usar. Vigencia al 31 de julio 2020.

Plusgel®



\$38.00

Precio Farmacias Similares®

De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 31 de julio 2020
Reg. No. 82520 SSA VI



Tiras Reactivas



50 pzas. ~~\$229.00~~

PRECIO

El BUEN LUNES

\$171.75



25 pzas. ~~\$132.00~~

PRECIO

El BUEN LUNES

\$99.00

DISPONIBLE EN Google play **Gmate®** Healthcare

DESCARGA LA APLICACIÓN GRATIS

Prevenión es salud. Leer las instrucciones antes de usar. Vigencia al 31 de julio 2020. No se aplica con otras promociones ni descuentos.

De venta en



FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"



siminforma.com.mx

Farándula

Panteón Rococó celebra 25 años



Frente a la
tele

Álvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com

Axl Daniela Agüero
@axl_aguero

Panteón Rococó es un referente clave para el *ska* y el *rock* mexicano. Su trayectoria se caracteriza por poner en alto al país, y su música lleva un mensaje intrínseco, un discurso reflexivo sobre la sociedad, política y cultura de México.

La banda celebró su 25 aniversario con el estreno del sencillo *Sobreviviré*, un homenaje al clásico estadounidense *I will survive*, de Gloria Gaynor. El arreglo de la canción estuvo enfocado en la fusión de *ska* con ritmos de disco, electrónica y norteño.

El tema fue producido por KC Porter, quien ha trabajado con artistas, como Los Fabulosos Cadillacs, Santana, Ricky Martin y Selena.

Para la banda, la letra ha

funcionado como un himno a la resiliencia del ser humano, una analogía a la fuerza y lucha que el país ha vivido por la pandemia de covid-19.

“Es una canción que invita al público a echarle ganas, a pasar todo este mal momento que estamos viviendo, con la esperanza de que en un futuro podremos estar de nuevo con nuestros amigos, familia y seres queridos”, afirmó Darío, bajista de la agrupación.

El videoclip fue realizado durante el confinamiento por el colectivo Flaminguettes, un dúo de mujeres mexicanas, caracterizadas con el color y animación. Es de estilo *vintage* e imágenes de los integrantes, quienes grabaron desde sus hogares. El video ya cuenta con más de 200 mil reproducciones en YouTube.

Panteón Rococó afirma que esta

etapa es interesante, pues sus nuevos sencillos son *covers* de canciones que en su origen fueron interpretadas por mujeres. Para ellos, es importante por la oportunidad de representar con dignidad la influencia de ellas en la industria musical. También realizaron una versión de *Si una vez*, de Selena, y pronto lanzarán otra canción.

Los integrantes recuerdan con tristeza y nostalgia el fallecimiento de Óscar Chávez, una fuerte influencia en su trabajo musical, siempre cercano a ellos. Prometieron hacerle un homenaje durante su próxima gira, reagendada por la pandemia, y comenzará en el Foro Sol, los días 3, 4 y 5 de diciembre. / Farándula



Foto: Agencia Reforma

Heraldo Televisión

Me gusta ser democrático, y así como lo he invitado a ver Televisa, TV Azteca, Imagen Televisión y muchas otras plataformas, hoy le quiero pedir que busque Heraldo Televisión.

Es el canal 10 de la Ciudad de México, el 12 de Durango, el 151 de Izzi y el 161 de Sky.

Si no tiene acceso a estas frecuencias, no se apure. También lo puede ver en el portal de internet de *El Heraldo de México*, en su App y en redes sociales, como Twitter.

¿Qué es Heraldo Televisión? Una opción joven de información y entretenimiento.

¿Por qué habría que verla si hay un montón de canales con el mismo perfil? Porque Heraldo Televisión sí cumple lo que promete, porque no está ni a favor ni en contra de un gobierno o de un partido y se atreven a decir lo que en otros lados no.

¿A qué me refiero cuando le digo que “sí cumple lo que promete”? A esto: mientras todos los canales juran ser incluyentes, antirracistas y respetar a la mujer, hacen todo lo contrario. En cambio, Heraldo Televisión, es congruente. Ellos tienen a la única presentadora trans de todo México, una conductora negra, y serían incapaces de faltarle al respeto a sus mujeres, al convertirlas en símbolos sexuales para vender.

¿Qué trato de decirle cuando le hablo de que esta señal no está a favor o en contra de nadie?

A que aquí las noticias son las noticias, no las de los intereses que tanto daño le han hecho a la industria. A que aquí las cosas son de verdad.

¿Cómo está eso de que en Heraldo Televisión se atreven a decir y a hacer cosas que no se señalan en ningún otro lado?

A que en ese canal sí se publican los tuits, sí salen los memes, sí se hacen chistes con los políticos y los artistas. Por lo que más quiera en la vida, atrevase a ir más allá de lo que siempre ha ido y descubra Heraldo Televisión.

Es una de las sorpresas más agradables de la televisión abierta mexicana, un espacio libre, fresco y joven que bien vale celebrar. ¿A poco no?

Se solidariza Rosana con su música

Axl Daniela Agüero
@axl_aguero

Las baladas románticas de Rosana nos han cautivado durante años. Sus letras y voz son una influencia clave en la música latina. Éxitos como *A fuego lento*, *Si tú no estás*, *Pa' ti no estoy* y muchos más, forman parte del repertorio romántico de muchos.

La española siempre ha mostrado una faceta solidaria, y no se iba a quedar cruzada de brazos ante la pandemia por covid-19.



Foto: Agencia Reforma

Utilizó su talento para liderar un proyecto musical. Consistió en la reedición de su canción *Sin miedo*, pero ahora al lado de grandes

intérpretes, como Mónica Naranjo, Alex Ubago, Samo, Pandora, Gian Marco y muchos más. La nueva versión se llama *Sin miedo 2020*, en referencia a todos los cambios y situaciones con las que este año nos recibió.

Las ganancias serán destinadas a la Cruz Roja, soporte esencial en estos momentos de emergencia sanitaria.

El tema está disponible en todas las plataformas digitales y en físico. Nos invita a reflexionar sobre la realidad de hoy y a seguir adelante con valor y esperanza.

La portada del sencillo fue diseñada por Belin, artista plástico español, con un estilo enfocado en el humanismo y la liberación.

La canaria afirmó que seguirá apoyando durante esta contingencia desde su hogar y tomando las medidas de seguridad necesarias. Agradeció el papel y el apoyo de los artistas en esta problemática.

La compositora también participó en la creación del tema *Resistiré*, un himno de esperanza en esta pandemia. / Farándula

En

**no eres un número más**

Síguenos por



Ocupados en tu salud, estamos en una cruzada contra la diabetes
y te brindamos herramientas para tu bienestar

1 Hazte la **prueba de glucosa o Hemoglobina glucosilada**
con cualquiera de nuestros paquetes diabetes



2 Si tus resultados son:
• **Glucosa mayor a 140 mg/dL**
• **Hemoglobina glucosilada mayor a 6.5%**



3 Te regalamos un **glucómetro***



*Limitado a un glucómetro Gmate On por cliente.
Promoción válida en Análisis Clínicos del Dr. Simi
de CdMx (1,300 piezas), Edo. México (1,100 piezas),
Veracruz (900 piezas), Tamaulipas (1,000 piezas)
y Quintana Roo (700 piezas).

Promoción válida hasta agotar existencias. No se aplica con otras promociones o descuentos.

DIABETES

En México, **12,805,000** personas
entre **20 y 79** años padecen diabetes, lo que nos coloca
en el **6.º** lugar mundial en esta enfermedad.

Consecuencias de una
diabetes
fuera de control:

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

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



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

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



Siminteresa



Horóscopos

Feliz cumpleaños a todos los nativos de Cáncer

Amira contigo

Facebook: Horóscopos de Amira

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

Bendiciones plenas para todos

♈ Aries (marzo 21 - abril 20) / Es un mes ambiguo, pero tendrás más iniciativa en el trabajo. Posees alma de líder, y te gustan los retos. Marte recorre tu signo, es tu planeta regente, te activa más de la cuenta. El compromiso y cariño serán los aspectos más importantes de tus relaciones. Sabrás que todo el esfuerzo dará fruto.

♉ Tauro (abril 21 - mayo 21) / Tu actitud honesta y abierta sobre el amor será buena y disfrutarás de tu hogar y pareja, el centro de tu vida, mi querido Tauro. Ten un poco más de paciencia y enfoca tu energía positiva para lograr todos tus objetivos. Algo de competencia en el trabajo puede favorecerte en lo económico. Eres capaz de generar dinero y abundancia.

♊ Géminis (mayo 22 - junio 21) / Tu actitud práctica en lo que respecta a la economía debe incrementarse. Tendrás progreso, pero algunas actividades o problemas pondrán a prueba tu iniciativa en el trabajo. Es normal que, al principio, no quieras comprometerte. Necesitas una relación que te haga sentir seguro en tus emociones. Déjate querer sin poner frenos.

♋ Cáncer (junio 22 - julio 22) / ¡Felicidades por tu cumpleaños! Recuérdale a la familia que tú también existes. Hoy la gente puede ser un poco egoísta; no lo permitas. Es un tiempo de eclipses. Habrá uno total de luna en el área de tu sol, el próximo 5 de julio. Expresar tus sentimientos, te dará seguridad y calor.

♌ Leo (julio 23 - agosto 22) / Buscarás el apoyo de tu pareja, a fin de realizar tus planes económicos. Tus esfuerzos para ganar más dinero tendrán mejores resultados. En el hogar, siempre que todos colaboren, habrá paz. Tal vez pienses en cambiar de trabajo, pero conserva el que tienes. Mejorará tu ánimo.

♍ Virgo (agosto 23 - septiembre 22) / Cuando hayas decidido donde encaminar tus pasos, te sentirás libre. Presta atención a tus emociones. Muestra tus sentimientos. No hagas que la persona que más amas se sienta rechazada por ti. Lograrás una comprensión más profunda contigo mismo si te analizas. Tienes necesidad de sentirte más independiente.

♎ Libra (septiembre 23 - octubre 22) / Marte en Aries siempre es una señal de mucho desafío para ti, aunque estás sensible y podrías sentirte lastimado, este es el momento de cambiar. Estarás influido por diversas fuerzas cósmicas. Haz una pausa. A pesar de que pudieras parecer encantador, no te envanezcas. Llegarás a lograr tus metas por mérito propio.

♏ Escorpión (octubre 23 - noviembre 22) / Es posible que debas cambiar tu rutina habitual para dar cabida a nuevos y más prósperos asuntos. Las cosas no son como parecen. Cambiarán viejas condiciones por nuevas. Tendrás que evaluarlas en el trabajo, para saber si estás de acuerdo. Trata de no involucrarte en los dramas de otras personas.

♐ Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21) / Puede que no sea el mejor tiempo con la pareja. Vivirás experiencias positivas durante este mes y sentirás casi completa tu vida. Sabes aprovechar las oportunidades. La gente podría demandar atención de tu parte. Haz lo que puedas para complacer a los demás, pero no te compliques.

♑ Capricornio (diciembre 22 - enero 20) / El 5 de julio habrá un eclipse total de luna en tu signo; puede acentuar tu sensibilidad. En tus relaciones amorosas deberás corregir errores, no aplazarlos. Eres un trabajador incansable, a pesar de la pandemia. Ten cuidado, entre más trates de controlar y manipular, más fricción puedes generar.

♒ Acuario (enero 21 - febrero 19) / Aléjate de los excesos, haz ejercicio y no gastes tu energía. Tiendes a llevar la contra. No destruyas, mejor construye, coopera. Es un mes de trascendencia, debates de altura y proyectos para un cambio enorme. Te asociarás o te unirás con libertad. Guarda equilibrio en las relaciones de amistad.

♓ Piscis (febrero 20 - marzo 20) / Decepciones provocadas por amigos. Algunos ciclos se cierran. Deberías ser tú mismo, pero tampoco hagas lo que te hace sentir mal. Sé generoso con tus afectos, y no te dejes manipular demasiado. Une fuerzas con quien tengas intereses afines, tanto en lo material como espiritual.

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 31 de julio 2020.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

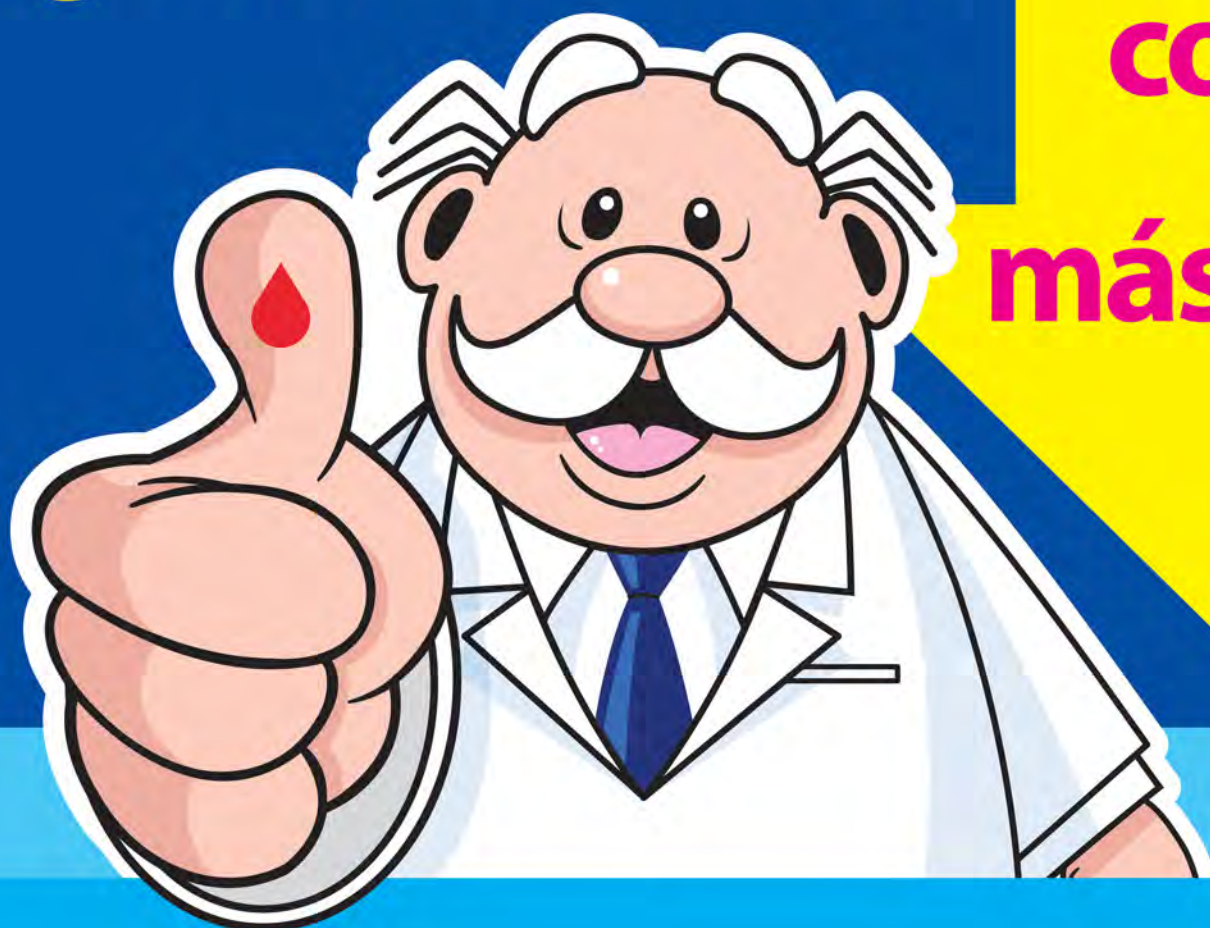
HASTA 75% DE AHORRO

Dr. Simi's

Siminteresa

¿DIABETES?

Llevar el
control
es
más barato



Glucómetro
Gmate® Wheel
\$399.00



Glucómetro
Gmate® On
\$399.00

Prevención es salud. Leer las instrucciones antes de usar. Vigencia al 31 de julio 2020.