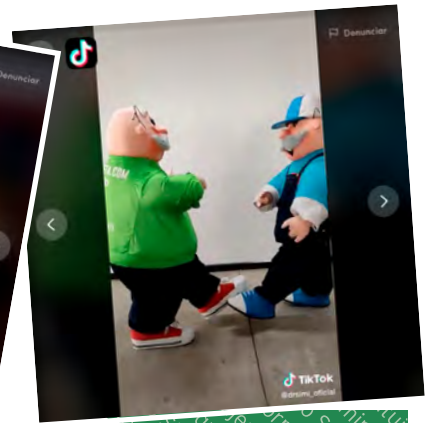
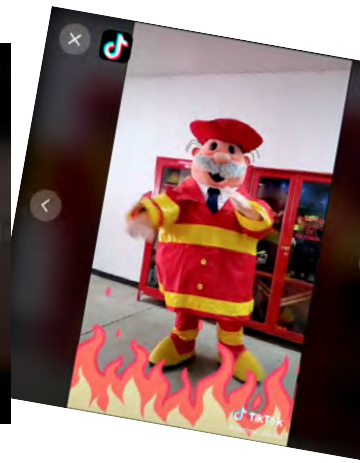
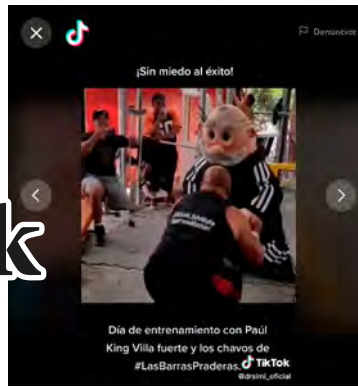


Dr. Simi "prende" TikTok

Pág. 19



SIMINFORMA

siminforma.com.mx Agosto 2020 Núm. 460-2 Por Un País Mejor®



Revivir la cultura, compromiso de todos

Págs. 10 y 11

Foto: Cortesía Teatro Diana

Foto: Agencia Reforma



Reforestamos México, A.C.

Año de creación: 2002

Lugar de trabajo: Barrancas de los Ríos Santiago y Verde, Jalisco.

Relevancia: Es un área natural protegida, la cual brinda servicios ambientales a la ciudad de Guadalajara. Habitan más de 368 especies de animales, entre ellas, el puma yaguarundí y el ocelote, en peligro de extinción.

Labor de grupo: Restauración de cobertura vegetal, brigadas forestales para arborización urbana, educación ambiental, impulso de proyectos sobre autosustentabilidad.

Proyecto: Reforestación de áreas boscosas afectadas por incendios con la plantación de 24,000 mil árboles, creación de áreas cortafuegos y educación ambiental.

Cantidad destinada al proyecto: 1 millón 761 mil 854 pesos.

Área a intervenir: 30 hectáreas de selva baja.

Beneficio: Mantener y potencializar esta área natural para asegurar la conectividad con la zona metropolitana de Guadalajara y mantener los servicios ambientales que aseguren una vida saludable para los habitantes. De igual manera, se busca la protección de especies en peligro de extinción.

SíMiPlaneta

Preservemos los bosques

Axl Daniela Agüero Herrera
@axl_aguero

Entre los bosques de la Sierra Norte de Oaxaca existe una comunidad que es ejemplo de cómo la preservación consciente de la biodiversidad se torna en un factor clave para lograr la autosustentabilidad.

La Unión de Comunidades Productoras Forestales Zapotecos-Chinantecos de la Sierra Juárez de R-I (Uzachi), es una organización que surgió en 1989, conformada por habitantes de los pueblos zapotecos La Trinidad, Calpulálpam de Méndez, Santiago Xiacuí y de Comaltepec.

El impulso principal de la unión de estos grupos indígenas es el aprovechamiento y manejo correcto de los recursos maderables y no maderables de la zona, a partir de una planeación calculada por medio de la delimitación cuidadosa de áreas, según su potencial.

El objetivo es que sus pobladores sean los encargados de realizar todas las actividades para generar empleos, dotar a su gente de recursos y buena calidad de vida.

A la fecha, la Uzachi ha ejecutado dos programas de manejo forestal con 10 años de duración cada uno. Fueron autorizados por Semarnat, en 1993 y 2003, en las primeras comunidades de México con bosques templados certificados por el Consejo Mundial Forestal.

Esta organización opera desde hace más de 30 años y se destaca por el fomento de las actividades económicas productivas gracias a la diversificación de sus recursos, así como a la preservación de la biodiversidad (agua, suelo, flora y fauna) del territorio mediante regulaciones rigurosas creadas por sus



mismos habitantes. Así es como han mantenido su autonomía, riqueza cultural, costumbres y tradiciones.

Con estas acciones y el compromiso de la Uzachi, en alianza con Farmacias Similares y la campaña SíMiPlaneta "Menos plástico, más vida", se conjuntarán esfuerzos para el mantenimiento de 25 mil hectáreas de bosque y la reforestación de 55 mil



simiplaneta.com

#CuidemosJuntosElPlaneta #SíMiPlaneta



No te pierdas los detalles de cada proyecto.

SíMiPlaneta

bosques oaxaqueños



Fotos: Unión de Comunidades Productoras Forestales Zapotecos-Chinantecos

árboles en el municipio de Santiago Xiacuá, lugar de áreas protegidas.

También se les retribuirá con insumos y equipo especializado para reforestar; se mejorarán los viveros de la comunidad y se destinará un presupuesto especial, a fin de atender a grupos vulnerables que apoyan en las actividades de la organización.

Para Farmacias Similares es una prioridad este tipo de iniciativas que han aportado tanto a la preservación de la biodiversidad y estabilidad de los miembros de las comunidades indígenas de nuestro país.

La iniciativa de la Uzachi y SíMiPlaneta también tiene como objetivo brindar un ambiente idóneo para el desarrollo de las más de 500 especies de aves y más de 100 especies

de mamíferos de la Sierra Norte de Oaxaca, como el puma concolor, el linco, el jaguar del género *Panthera onca*, el venado cola blanca, la tucaneta esmeralda, la urraca enana y muchas más.

Este plan se activará durante cuatro años y se invertirá un donativo de un millón 900 mil pesos, el cual beneficiará a los miembros de las comunidades involucradas, pues se generarán 145 empleos permanentes y 60 temporales. Esto impactará a más de 200 familias oaxaqueñas.

Lo invitamos a ser testigo de estas acciones que se llevarán a cabo en conjunto con Uzachi a través de www.simiplaneta.com.

¡Salvemos a nuestro planeta con acciones concretas! /SíMiPlaneta

Fundación **BEST**® a.c.
UNIDOS PARA AYUDAR

Prueba GRATUITA para la detección de la DIABETES

Vigencia al 31 de agosto 2020.
Responsable sanitario:
Dr. Ángel Gracia Ramírez. Céd.
Prof.: 0753913-UNAM

TODOS LOS MARTES DE AGOSTO



Cambio climático

Carlos Álvarez*

www.carlosalvarezflores.com

@calvarezflores

2030, sin gases refrigerantes

El 16 de septiembre de 1987, México fue uno de los 24 países reunidos por el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, firmantes del Protocolo de Montreal, acuerdo internacional, clave para nuestro planeta. Promueve la eliminación del consumo de las sustancias agotadoras de la capa de ozono (SAO), y entró en vigor el 1 de enero de 1989. La primera reunión de las partes se celebró en Helsinki, en mayo de 1989.

La primera familia de gases refrigerantes se inició con el neón, gas helio que se encuentra en la atmósfera. Pero debido al desarrollo tecnológico, después se formularon los clorofluorocarbonos, hidrocarburos modificados con la adición de moléculas de cloro y de bromo.

Fueron gases utilizados por la industria y a nivel doméstico, sin saber que, una vez liberados al ambiente, se descomponen, y las moléculas de cloro y de bromo atacan y destruyen la capa de ozono.

Esta capa de ozono que rodea nuestro planeta es una especie de filtro protector formada a lo largo de millones de años; sin ella no podría existir la vida como la conocemos. Su función es protegernos de los rayos ultravioleta que llegan desde el sol.

Por esta poderosa razón, se propuso este acuerdo global que nos ha permitido sustituir esa primera familia de gases refrigerantes, denominados clorofluorocarbonos (CFCs), en los últimos 31 años, con mucho éxito, por nuevos gases refrigerantes, como los hidrofluorocarbonos (HFCs) y los hidroclorofluorocarbonos (HCFCs), que no destruyen la capa de ozono, pero con un alto potencial de calentamiento global.

Algunos de ellos pueden tener un efecto hasta de 10 mil veces más que el CO2. La siguiente etapa del Protocolo de Montreal, es la eliminación de estas dos familias de gases refrigerantes y sustituirlos para 2030.

Por eso es fundamental comprender la importancia de las consecuencias ambientales de este tipo de sustancias químicas.

Nos ayudan mucho en nuestra vida cotidiana; sin ellas, no podríamos enfrentar y resistir las altas temperaturas en nuestras viviendas, oficinas, instalaciones comerciales e industriales.

*Carlos Álvarez Flores, presidente de México, Comunicación y Ambiente, AC.

Experto en gestión de residuos y cambio climático

Salud

Cuidado con los golpes de calor

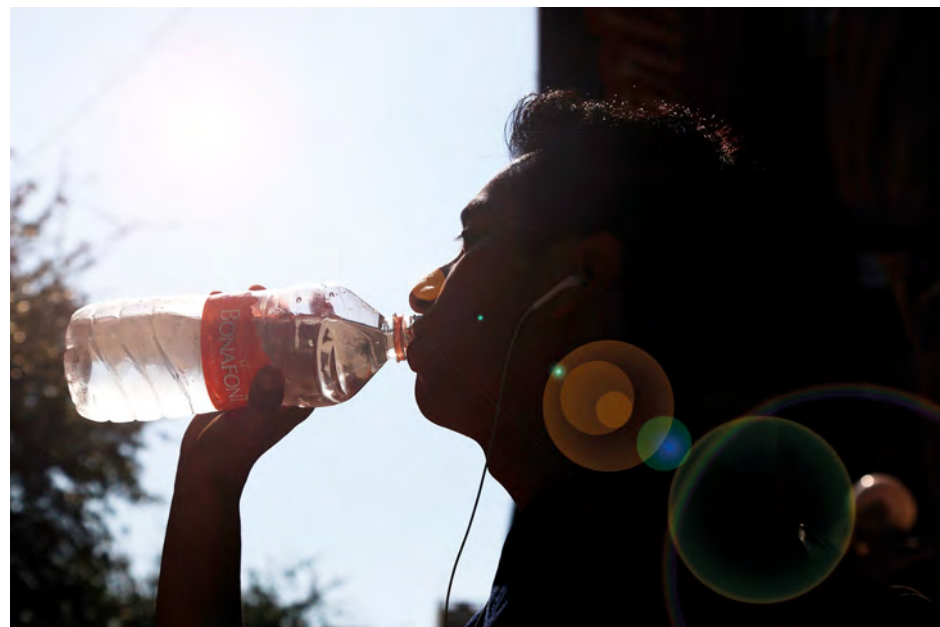


Foto: Agencia Reforma

Pese a que la mayoría de las familias cumplen con la cuarentena impuesta por la pandemia de covid-19, no están libres de sufrir un golpe de calor, debido a la canícula.

Subestimar este riesgo puede ocasionar graves consecuencias a la salud, desde una deshidratación hasta un derrame cerebral.

De acuerdo con la Comisión Nacional del Agua, la canícula se inició el 12 de julio y durará hasta fines de agosto; con ella, se esperan temperaturas mayores a los 40 grados centígrados.

Ante esto, Melissa Hughes García, especialista en geriatría clínica, explica que un golpe de calor suele provocarse cuando la temperatura corporal se eleva por encima de los 37.5 a los 39 grados centígrados y lo deshidrata.

En este lapso, el organismo es incapaz de regular su propia temperatura y causa un desajuste térmico que requiere atención médica inmediata para evitar daño a un órgano o la muerte.

La pediatra Cipatli Ayuzo del Valle afirma que el golpe de calor no solo sucede por la exposición al sol, también puede presentarse dentro de casa si no se tienen las adecuadas medidas

de prevención, como la constante hidratación y el cuidado de la piel. Además, afirma que los niños y los adultos mayores son los más vulnerables.

Para prevenirlo en bebés se les tiene que dar leche materna a libre demanda, y los niños deben tomar agua cada 20 o 30 minutos en temporada de calor, comenta la especialista. Por su parte, al adulto mayor se le debe mantener con ropa fresca, hidratado, revisar que orine con regularidad y evitar cubrirlo con suéteres o cobijas.

“Si es un niño y está inconsciente hay que trasladarlo inmediatamente a un hospital para hidratarlo en la vena. Si está consciente, se tiene que hidratar con electrolitos”.

En el caso del adulto mayor, es recomendable mantenerlo en una posición de semirrecostado, así como suministrarle pequeños sorbos de agua fresca. En caso de notar que no orina, muestra la piel agrietada, ojos hundidos, labios y lengua seca, es necesario acudir a urgencias.

Prevenir los efectos de la canícula nos ayudará a mantenernos saludables, aun sin salir de casa. Lo invitamos a observar los hábitos de sus seres queridos. La salud, hoy más que nunca, es primordial. /Salud

siminforma.com.mx

YA CONTAMOS CON



\$579.00



Dapagliflozina
Tableta
10 mg

VIA DE ADMINISTRACION: Oral.

Caja con 28 tabletas

\$399.00

Sitagliptina, Metformina

Comprimido
50 mg/850 mg

Caja con 28 comprimidos
Via de administración: Oral.

50 mg/850 mg

\$399.00

Sitagliptina

Comprimido
100 mg

Caja con 14 comprimidos
Via de administración: Oral.

100 mg

farmaciasimilares.com

Vigencia al 31 de agosto 2020. *Su venta requiere receta médica, consulte a su médico. Las imágenes mostradas en esta publicidad son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final.



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

HASTA
75%
DE AHORRO



El Dr. Simi®

está contigo

Por eso,
**MARTES,
MIÉRCOLES
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, miércoles y viernes, a partir del 4 de agosto 2020. Máximo, un producto básico por cliente. Las imágenes mostradas son de carácter ilustrativo y pueden variar con respecto del producto final.



Sexo, sin
lágrimas y
sin pudor

Gabriela Jiménez

Salud

Depresión, una enfermedad real

Día de los Abuelos

En México, cada 28 de agosto se celebra el Día de los Abuelos. La idea es festejar que aún están con nosotros y su importancia para las familias, por ser el principio de estas.

Lo ideal sería no tener un día para celebrar, sino contar con un aprendizaje, un cambio cultural, en donde esté presente el respeto a la vida adulta en todas sus áreas. Me refiero a los cambios y mitos que pasan de hijos a nietos y sociedad en general:

1. Los “viejos”, palabra usada de manera despectiva, ya no pueden valerse por sí mismos. Esto lleva a que los demás quieran tomar control sobre la decisión de vida de los adultos mayores en lo económico, salud, vivienda, etcétera, ya que consideran deterioradas sus capacidades cognitivas.

2. Los adultos mayores ya no tienen vida sexual. Nada más erróneo, si no la hay, es por diversos motivos: la pareja falleció, enfermedades o discapacidades, no contar con privacidad y pocas actividades sociales, por mencionar algunos; pero esto no hace desaparecer el deseo sexual.

3. Los abuelos son nanas. Suponer que la responsabilidad de los abuelos es cuidar a los nietos pequeños, es creer que no tienen derecho a su libertad de elección. Se les pide que dejen de lado sus actividades, consideradas poco útiles, para dedicarse a ser niñeras.

4. Se les señala como manipuladores. Si el adulto mayor se queja de dolencias físicas, muestra sus emociones al sentirse poco escuchado, respetado y apoyado, es visto por los demás como un chantaje para querer atención o dejar de lado el ayudar a los hijos.

Estos puntos son los más frecuentes en la vida de los adultos mayores, pero la parte que complementa este trato y creencias, es la postura de sumisión y aceptación del propio adulto. Hay que trabajar con ellos para que no pierdan autonomía y la capacidad de decir “no” de manera amorosa para evitar el sentimiento de culpa. Si desean aprender a hacer esto, les pido que nos llamen al Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales. Uno de nuestros psicólogos les ayudará de manera gratuita. Llame al 800 911 66 66, opción 3, estamos las 24 horas.

Salud

Sara Nohemí Medina Castellanos
centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx

La tristeza es solo una pequeña parte de la depresión. Algunas personas que la padecen quizá no se sientan tristes en absoluto. Tiene muchos otros síntomas, incluidos algunos físicos.

Si tú, o alguien cercano a ti, han tenido cualquiera de las siguientes señales y síntomas durante al menos dos semanas, pueden sufrir depresión:

- Estado de ánimo con frecuencia triste o ansioso
- Sentirse “vacío” gran parte del tiempo
- Falta de esperanza o pesimismo
- Sentimientos de culpa, falta de autoestima e impotencia
- Pérdida de interés o de placer en los pasatiempos y las actividades
- Fatiga o menos energía, moverse o hablar con lentitud
- Dificultad para concentrarse, recordar detalles o tomar decisiones
- Problemas para dormir, incluso despertarse temprano o dormir demasiado
- Cambios en el apetito o el peso
- Pensamientos sobre la muerte o el suicidio o intentos de este
- Sentirse inquieto o irritable
- Síntomas físicos persistentes

La tristeza es algo que todos sentimos en algún momento. Es una reacción normal a los tiempos difíciles de la vida y, por lo general, se va pronto. Sin embargo, cuando una persona tiene depresión, esta interfiere con la vida diaria y el



Foto: Archivo
Foto: Agencia Reforma

funcionamiento normal. Puede causar dolor tanto para el deprimido como para aquellos que se preocupan por él.

Los médicos lo llaman un “trastorno depresivo” o “depresión clínica”. La depresión es una enfermedad real. No es una señal de debilidad o un defecto de carácter. No se puede “salir” de la depresión clínica. La mayoría de las personas necesitan recibir tratamiento para mejorar.

La depresión, incluso en los casos más graves, se puede tratar. Mientras más temprano se comienza el tratamiento, más eficaz será. La mayoría de

los adultos ven una mejora con medicamentos antidepressivos.

Aunado al tratamiento médico, es importante uno psicológico que permita replantear y cuestionar ciertos pensamientos y que, incluso, si se considera que se tiene la necesidad, recibir escucha activa y resignificación de las experiencias (diferentes etapas en la vida).

En el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales podemos brindarte orientación psicológica respecto a este y otros temas. Llama al 800 911 66 66, opción 3, estamos las 24 horas. El servicio es gratuito. / Salud

Presidente de Grupo Por Un País Mejor
Víctor González Torres

500,000 ejemplares / Agosto 2020 Edición 460-2
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 catorcena. 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”.

siminforma.com.mx

¿INFLAMACIÓN?



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



farmaciassimilares.com

**Para este
regreso a clases**
Por cada \$100.00 de compra,
TE REGALAMOS
un cuaderno profesional



**incluye
plantilla
de etiquetas
para tus
libros**

**Válido de martes a domingo. Limitado a dos cuadernos por cliente.
Válido hasta agotar 1,500,000 cuadernos.**

México

A clases, 30 millones de alumnos por TV y radio, el próximo lunes 24



Fotos: Agencia Reforma

Jacqueline Ramos
jramosr12@hotmail.com

El 24 de agosto, 30 millones de estudiantes de preprimaria, primaria, secundaria y nivel medio superior retornarán a clases, de manera virtual y con apoyo de televisoras y radiodifusoras, porque no existen las condiciones para que lo hagan de manera presencial, debido a la pandemia de la covid-19.

El secretario de Educación Pública, Esteban Moctezuma Barragán, manifestó que el riesgo para la salud y la vida aún es alto. En México, las clases presenciales solo se darán con semáforo verde; esta es una decisión en bienestar de todos nosotros.

Mientras, estamos obligados a buscar alternativas, a imaginar y a diseñar respuestas para que continúe la educación.

Estamos convencidos que a pesar de la adversidad, sí es posible: Un millón de profesores se ha preparado en herramientas digitales y 15 millones de alumnos tuvieron su primera cuenta de correo electrónico.

Además, se firmó un convenio con Televisa, TV Azteca, Grupo Imagen y

Multimedios, para regresar a clases con un sistema robusto, oficial, válido: La producción de los contenidos, para 16 grados diferentes, están a cargo de SEP y Canal Once.

Las escuelas permanecerán cerradas, pero se mantendrá el vínculo maestros-alumnos. Hoy por hoy, aprenderán una nueva asignatura –“vida saludable”–, y tendrán en sus manos los 140 millones de libros de texto.

No son transmisiones de entretenimiento; tendrán valor curricular.

Mientras la educación superior decidirá de manera autónoma sus calendarios, Canal 11, Ingenio TV, el Sistema Público de Radiodifusión y una red de 36 radiodifusoras educativas y culturales transmitirán sus contenidos para pueblos indígenas.

“No todo será igual. No vamos a estar completos. Más de 46 mil padres, madres, hermanos, hermanos, esposos, parejas, amigos, abuelas, maestros y maestros han sido víctimas del virus y se los adelantaron.

“No son cifras. Atrás de cada fallecimiento hay una historia de amor y desamor, de realizaciones y frustraciones, de risas y llantos, de valentía y miedos”, señaló Moctezuma Barragán. / México



ACCU-CHEK®



Tiras Accu-Chek® Active

60 tiras reactivas

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$329.00



Glucómetro Accu-Chek® Active

1 pieza

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$514.00



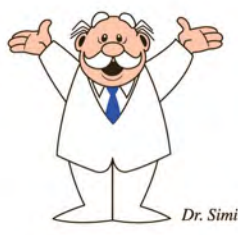
Accu-Chek® Softclix

25 lancetas

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$65.00

Prevención es salud. Vigencia al 31 de agosto 2020.



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



México

Revivir la cultura, compromiso

Axl Daniela Agüero
@axl_aguero

El arte es la principal actividad del ser humano para expresar sus emociones y plasmar la memoria desde aristas diferentes que, muchas veces, la realidad inmediata no alcanza a percibir.

México es un referente de cómo el arte y la cultura conforman la identidad de un pueblo. Hemos tenido la fortuna de contar con artistas invaluable, quienes han mostrado la magia del país en sus obras.

La pandemia por covid-19 ha perjudicado a todos los sectores de la sociedad. La cultura es uno de los más afectados porque se mantiene de la difusión y retroalimentación con el público y los escenarios, pero el distanciamiento social lo dificulta.

Según la Secretaría de Cultura, se prevé una pérdida de más de 10 millones de pesos por el cierre de los espacios culturales, como foros, librerías, bibliotecas, salas de cine, galerías, teatros y más.

Hoy, debido al confinamiento, muchos artistas se han quedado sin empleo. Ello representa, en México, el 3.2 del PIB, según el Inegi.

El pasado 23 de junio, la Coordinación de Difusión Cultural UNAM dio a conocer los resultados de un estudio de opinión sobre el impacto de la covid-19 en los trabajadores



Fotos: Agencia Reforma

del sector cultural. Revela que la población más afectada tiene entre 25 y 55 años de edad. La mayoría son artistas independientes y casi 40 % dejó de percibir ingresos.

Este resultado suena desalentador, pero Jorge Volpi, director de Cultura UNAM, hizo énfasis en que el estudio busca aportar ideas a corto, mediano y largo plazos para dirigir la toma de decisiones en lo gubernamental y multisectorial con el único fin

de salvar la actividad artística.

Daniel Giménez Cacho, actor, director, activista y productor, es parte del colectivo artístico Moccam (Movimiento Colectivo por la Cultura y el Arte en México), conformado por trabajadores de la cultura. Su objetivo es visibilizar la importancia del arte para la sociedad en todas sus manifestaciones.

“La pandemia y el confinamiento han ayudado a visibilizar la precariedad

que se vive en el país en cuanto a apoyos al arte y cultura. A pesar de eso, esta es una oportunidad para cerrar filas como comunidad y conformar un consenso y diálogo productivo entre todo el sector de la cultura, pues requiere reactivación. Esto debemos usarlo para seguir exigiendo medidas concretas de promoción, fiscales y económicas que apoyen la creación”, dijo Giménez Cacho a *Siminforma*.

“Las instituciones gubernamentales correspondientes deben establecer y clarificar políticas públicas enfocadas en darle al arte y a la cultura la sustentabilidad y apoyo que necesitan. Miles de trabajadores se encuentran en una situación muy frágil y, a la larga, podría representar pérdidas simbólicas, económicas y sociales en el país. Pero también es de suma importancia que la

México

de todos



Jorge Volpi, director de Cultura UNAM



Daniel Giménez Cacho, actor, director, activista y productor

eso nos provoca emociones, pensamientos y lo devolvemos materializado a nuestro entorno. Es una actividad esencial, diaria y cotidiana.

“Les pido a los espectadores que ejerciten su creatividad, esto fortalece el desarrollo pleno de las personas. En cualquier cosa que hagan, descubran el arte en su cotidianidad. Consúmanlo”, reflexiona Giménez Cacho.

Según el estudio realizado por Cultura UNAM, 33 % de los trabajadores de la cultura vio afectada sus actividades debido al estrés y ansiedad que les provocan las pérdidas económicas por la falta de empleo. El 21.7 % no crea por falta de tiempo, debido a la ocupación en cuestiones familiares y del hogar, en su mayoría mujeres. Un 22 % expresó no sentirse motivado.

Por otro lado, 15 % ha utilizado esta cuarentena como inspiración y una manera de comunicar los sentimientos y emociones que han experimentado. Para ellos, esta crisis generó nuevas ideas.

Lo ideal sería aumentar este porcentaje y, así, cuando el sector pueda reactivarse, los creadores se motiven gracias al apoyo de la comunidad en general.

Esta situación ha dejado en claro lo necesario que es impulsar incentivos, apoyos, donaciones y, sobre todo, la difusión para hacer entender a la sociedad la importancia de la cultura como parte de su vida.

Si bien durante este confinamiento hemos recurrido al cine, literatura, música y a otras manifestaciones artísticas, para sentirnos mejor, es nuestra responsabilidad ayudar a quienes han formado parte de la producción y creación de estas obras. / México

comunidad cultural, las instituciones privadas, colectivos y espectadores hagan un trabajo en conjunto y se forme una red con los mismos objetivos.

“Con la pandemia queda visible la función social de la cultura: fortalecer nuestra comunicación, entendimiento, relaciones... Yo recomendaría al público sacarse de la mente esa idea de que la cultura es para gente culta o especializada.

“La cultura es una manera normal de comunicarse. Alguien nos quiere decir algo y nosotros lo escuchamos;

Pfizer

NUEVA IMAGEN

vitalis **pregabalina**

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

NUEVA IMAGEN

vitalis **pregabalina**

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

Celecoxib

Cápsulas
200 mg

Precio Farmacias Similares®
\$199.00
CELECOXIB 200 mg
10 cápsulas

eturion
ATORVASTATINA

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

eturion
ATORVASTATINA

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

eturion
ATORVASTATINA

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

Consulte a su médico. Su venta requiere receta. Vigencia al 31 de agosto 2020.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO®

Ampigrin®

Ampicilina



De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 31 de agosto 2020
Reg. No. 74558 SSA IV



+



FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"





Se unen a la dolorosa pena que embarga a nuestra compañera y amiga
Astrid María García Gallegos, directora de Fundación del Dr. Simi
 Por el sentido fallecimiento de sus padres:

Juan García de Anda y Esperanza Gallegos Collazo

Elevamos nuestras oraciones a Dios nuestro señor, por su eterno descanso y rogamos dé fortaleza a su familia, para que pronto encuentren resignación por tan sensible pérdida.

Agosto 2020

Cultura

Habrá FIC de manera virtual

El comité organizador del Festival Internacional Cervantino (FIC) anunció que la edición 48 se llevará a cabo del 14 al 18 de octubre de manera virtual, con el fin de proteger la integridad de los artistas, colaboradores y público en general.

El calendario se modificó y participarán diversas agrupaciones tanto nacionales como internacionales; además, habrá conferencias, talleres y clases magistrales.

Mariana Aymerich, directora del FIC, explicó que no hay condiciones de movilidad ni de seguridad sanitaria para realizarlo de manera presencial.

“Las fronteras están cerradas, las cargas limitadas, y tenemos sobre la mesa muchas compañías que sacarían cargas de sus lugares

de origen a principios de agosto; los tiempos no nos ayudaron”.

También, precisó que habrá apoyos para los artistas locales, seleccionados por medio de una convocatoria. Asimismo, Diego Sinhue Rodríguez, gobernador de Guanajuato, tuiteó que se brindarán alternativas para reactivar el sector turístico, afectado por la pandemia.

En un principio, Cuba y Coahuila eran los invitados de honor; sin embargo, se pospondrá su participación hasta el siguiente año y solo harán una colaboración simbólica para mostrar lo que se verá en 2021.

El festival se transmitirá durante cinco días en los diversos medios de comunicación públicos, así como en la página y redes sociales oficiales. / [Cultura](#)



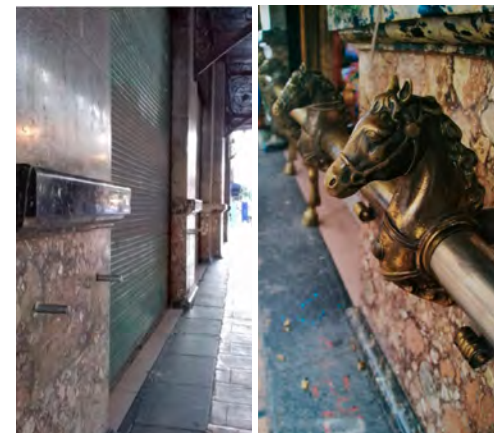
De barrio
en barrio

Fernando Gutiérrez
fegutierrezp@gmail.com

Los caballos de La Palestina

Se cumple un año de la desaparición de los caballos de bronce que adornaban los aparadores de La Palestina, una de las tiendas más antiguas de la capital. Su aún hermoso edificio fue, en su momento, uno de los rascacielos de la ciudad. Esta talabartería es especial: allí compraban monturas Villa, Zapata y Porfirio Díaz, quienes amarraban a sus caballos en el barandal que fue robado, sin que hasta ahora se sepa algo de los delincuentes.

A pesar de las cámaras de vigilancia en esa esquina de las calles de Bolívar y 5 de Mayo, nadie se percató del hurto de tres de los siete caballos. Cabe recordar que esta obra de arte ya se la habían robado una vez, pero fue recuperada en una cantina de Cuernavaca, donde la utilizaban como descansapiés en la barra. Por desgracia, tememos que, en esta ocasión, se hayan perdido para siempre. Mientras, los cuatro caballos que no lograron arrancar están resguardados en el Banco de México, propietario del inmueble.



Fotos: Fernando Gutiérrez

La Palestina, fundada en 1884, fue una de las primeras talabarterías en la capital. Vendía artículos de piel comprada en los rastros que operaban en la hoy avenida Pino Suárez. La fundó el hacendado Juan Rosales Ortiz, cuando en México, aunque empezaban a circular automóviles, imperaba aún la vida rural y se andaba a caballo o en carretas.

En 1903 fue demolida la primera construcción y se levantó el edificio que aún hoy podemos admirar. En uno de sus pisos estuvo la revista *Savia Moderna*, donde trabajaron Antonio Caso, Diego Rivera y Saturnino Herrán. La entrada, muy afrancesada, es testigo del México que muere poco a poco.

En **Síguenos por**    

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

no eres un número más

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. Simí 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.

Fanático

Iguales, pero diversos

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

George Floyd, afroamericano asesinado por un policía blanco en Minneapolis, fue la chispa que reencendió la mecha de un tema eterno: el racismo, ese odio inherente a la naturaleza humana en todos sus campos.

Este caso desató protestas mundiales y obligó a cambiar la óptica, aunque sea de manera temporal. Por ejemplo, Redskins borró su nombre y el logo de un apache. Ahora se llama Washington.

Pero lo cierto es que en Estados Unidos los negros solo son respetados si triunfan en el deporte porque sirven para engrandecer la imagen de poderío y dominio de ese país. Es el deporte como política. Un ejemplo lejano es Jesse Owens, quien desafió la superioridad aria de Hitler y fue la figura de los Juegos Olímpicos de Berlín 1936.

En el deporte, un sinnúmero de atletas negros ha servido de inspiración, mucho más allá de las canchas o las pistas: Mohamed Alí, Jackie Robinson, Tiger Woods, Walter Tull, Althea Gibson o Roberto Clemente vencieron las barreras raciales y de género para demostrar que no hay límites. Hoy, se salvan

otros buenazos: Michael Jordan, Colin Kaepernick, Kylian Mbappé, Serena Williams, Lewis Hamilton, LeBron James...

El racismo, la discriminación, el odio, es parte del ser humano desde el principio de los tiempos. Ser moreno, chaparro, gordo, indígena, gay, ateo... es factor de crítica y exclusión. Se trate o no del deporte. Allí está el muro de Trump.

Pero en América Latina también hay discriminación: los mestizos "hacen el fuchi" a los indígenas. El deporte

refleja la intolerancia de una sociedad iracunda, sin amor. Recordemos el denigrante "apartheid" sudafricano; la protesta con guante negro de Smith y Carlos, en México 68; el veto árabe hacia las mujeres en estadios y en los deportes, el viacrucis de los negros para ser aceptados en el beisbol y el boxeo de Estados Unidos, el grito de "indio" a Hugo Sánchez en España...

Recapitemos: los seres humanos somos iguales, pero diversos. ¿Algún día conviviremos todos en paz? / Fanático

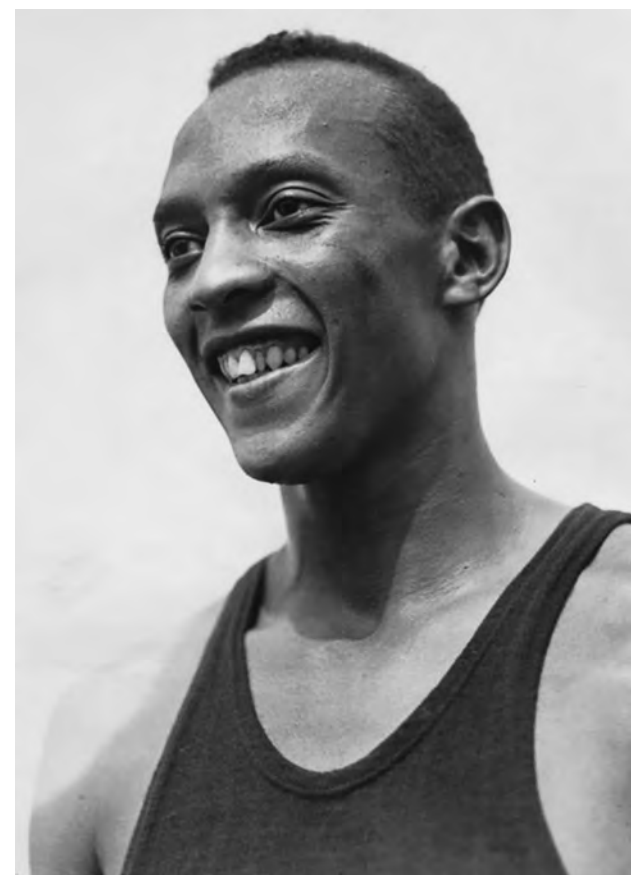


Foto: De Acme News Photos/ wikimedia.org

¡ 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



Enamorada
de la TV

Flor Rubio

Famosos, en penurias

Las redes sociales, en tiempos de covid-19, cambiaron la forma de ver a los artistas y celebridades: como cualquier mortal, se enfrentan también al desempleo, gasto que no alcanza, amor y desamor. He aquí algunos casos:

Diana Golden, hermosa y excelente actriz, reveló que le falta trabajo, y para completar su gasto no le dio vergüenza recibir despensas de la Asociación Nacional de Intérpretes. Ricardo Hill, de nuestros más queridos comediantes, no ocultó su difícil situación económica y de salud, así como la angustia para mantener a su familia.

Ninel Conde confiesa estar deprimida por no poder ver a su hijo Emmanuel, desde abril. Ivonne Montero e Irán Castillo se enredaron en dimes y diretes sobre supuestos abusos de su expareja, el actor Pascacio López. Él amenazó con demandar a quien difundió lo que –asegura–, es mentira. Y así, muchos más.

Sin embargo, al final del túnel de la pandemia surge la luz de creatividad y esfuerzo de productores y artistas. Ahora proliferan en internet funciones de teatro y conciertos. Y lo más reciente: “auto-conciertos”, donde el público admira a sus estrellas desde la comodidad del automóvil. En el Parque Bicentenario de la Ciudad de México iniciaron con un concierto de Flans; y un día después, la presentación de Myst, el montaje musical más espectacular de muchos años en México, con el expertise de Chacho Gaytán y un colosal elenco de cantantes y bailarines. Fue algo parecido al encanto de los autocinemas que gozaron nuestros padres y abuelitos.

Las noticias sobre una vacuna contra la covid-19, parecen alentadoras. Y, cuando se aplique y funcione, revitalizará los espectáculos; el público podrá recuperar la confianza para asistir a cines, teatros y auditorios, con la seguridad de no resultar infectado ni poner en riesgo su salud. ¡Ánimo!

Farándula

ETERNAL SECRET®
Alta cosmética a tu alcance

BLOQUEADOR SOLAR

\$129.00
125 g facial y corporal

\$67.00
60 g facial y corporal

ETERNAL SECRET.
FPS 50+
PROTECCIÓN SOLAR MUY ALTA
RESISTENTE AL AGUA
CREMA FACIAL Y CORPORAL PARA PIEL SENSIBLE Y MIXTA
Protección efectiva en sensación pegajosa
Cont. Neto 125 g

ETERNAL SECRET.
FPS 50+
PROTECCIÓN SOLAR MUY ALTA
RESISTENTE AL AGUA
CREMA FACIAL PARA PIEL SENSIBLE Y MIXTA
Protección efectiva en sensación pegajosa
Cont. Neto 60 g

eternalsecret.com.mx
Vigencia al 31 de agosto 2020.
Salud es belleza. Aviso Cofepris N.º 143300202D0226

Farándula

Smile, el nuevo álbum de Katy Perry



Foto: Agencia Reforma

Después de su participación en el festival de música Tomorrowland, Katy Perry tiene todo listo para lanzar el próximo 28 de agosto su nueva producción discográfica.

Smile es su quinto álbum de estudio, y para la cantante representó un reto porque, durante los dos años que duró la composición, pasó por un fuerte proceso de depresión.

En sus declaraciones, la artista, de 35 años, comentó que llegó a ver la luz al final del túnel; ahora se siente satisfecha y concentrada en los próximos proyectos, pero sobre todo en el nacimiento de su hija con Orlando Bloom.

Cabe destacar que esta producción se estrenaría el 14 de este mes, pero Katy confirmó en sus redes sociales que la fecha se atrasó por unos problemas inesperados en la producción.

Dentro del disco vendrán los temas *Daisies*, *Never really over*, *Harley's in Hawaii* y *Smile*, entre otros

Desde sus inicios, en 2001, la artista se ha mantenido en el gusto del público, sobre todo por los ritmos pegadizos y el dinamismo en sus videos musicales. Tanto así, que *Witness*, su penúltimo álbum, superó los 40 mil millones de reproducciones en plataformas de streaming, y vendió 45 millones de copias.

Con más de 102 millones de seguidores en Instagram, Katy Perry se ha consolidado como una de las cantantes favoritas en el mundo. / Farándula

siminforma.com.mx

MEDIPIOX[®]

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



**EFICAZ
EN UNA SOLA
APLICACIÓN**

MEDIPIOX[®]

Solución para
Piojos y Liendres
Pediculicida



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.

**ELIMINA
100%
LIENDRES Y PIOJOS**
UNA APLICACIÓN

Solución
Caja con Frasco con 60 mL. de Solución.

**SOLUCIÓN
\$109.00**



Registro Sanitario No. 2548C2016 SSA

Vigencia al 31 de agosto 2020

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

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

1 ÓVULO

CLOTRIMAZOL ÓVULO 500 mg

Caja con 1 óvulo

Reg. No. 111M2004SSAVI © 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.

REG. NO. 005H2012 SSA VI © MARCA REGISTRADA

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

Farándula

Dr. Simi "prende" TikTok



La pandemia por covid-19 no frena al Dr. Simi, y aunque de momento no baila afuera de las farmacias, está activo en sus redes sociales, sobre todo en TikTok.

Ya sea vestido de huichol, jugador de futbol americano, bombero, charro, deportista, o pintor, el Dr. Simi ha alcanzado más de 80 mil seguidores y más de 350 mil "me gusta", sin pagar algún tipo de publicidad, solo con el afán de mantenerse cerca de la gente, en especial de niños y adultos mayores.

El simpático personaje sube retos de baile, recomendaciones para cuidarse durante la contingencia sanitaria, y vivencias, como la ocurrida en el gimnasio Las Barras Praderas, en Naucalpan de Juárez, Estado de México, donde se ejercitó con Paul King Villafuerte y sus colegas.

Otro video que se viralizó fue un reto de baile con la canción *Take on me*, de la banda noruega A-ha, donde alcanzó más de 619 mil reproducciones y más de 110 mil "me gusta".

Aunque varios medios de comunicación aseguran que acaba de abrir su cuenta, el Dr. Simi lleva ocho meses activo, sobre todo durante la siminforma.com.mx

contingencia sanitaria, donde sube, en promedio, tres videos por semana.

El apoyo y la alegría de sus seguidores queda plasmado en sus mensajes, que dicen extrañarlo y querer verlo pronto en las sucursales.

Descarga la app y síguelo en [@drsimi_oficial](https://www.instagram.com/drsimi_oficial). / Farándula



Los aliados en casa



 <p>\$22.90 Pasta dental 100 % Oral B 66 mL / 70 g</p>	 <p>\$46.90 Pasta dental Pro-encías 90 g / 75 mL</p>
 <p>\$18.90 Pasta dental Crest Complete 100 mL</p>	 <p>\$22.90 Pasta dental 3D White 67 mL / 90 g</p>
 <p>\$30.90 Cepillo dental limpieza profunda 2 piezas</p>	 <p>\$16.90 Cepillo dental viaje Pro-Compac 1 pieza</p>
 <p>\$49.50 Mentol / Alcanfor* 197 mg / 197 mg solución para inhalar</p>	
 <p>\$14.00 Cepillo dental infantil 1 pieza</p>	 <p>\$21.00 Rastrillo para dama Venus Simply3 1 pieza</p>
 <p>\$33.90 Rastrillo hoja triple para caballero 2 piezas</p>	 <p>\$15.00 Shampoo restauración 100 mL</p>
 <p>\$15.00 Shampoo control de caspa 90 mL</p>	 <p>\$49.00 Hilo dental sabor menta 25 m</p>
 <p>\$32.90 Pasta dental niños Oral B 75 mL / 100 g</p>	 <p>\$51.00 Subsalicilato de bismuto** 118 ml</p>
 <p>\$179.00 Prueba de embarazo digital / 1 prueba producto regionalizado</p>	

Higiene es salud. Vigencia al 31 de agosto 2020.
*Si persisten las molestias consulte a su médico.



Dr. Simi

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"



HASTA 75% DE AHORRO

Farándula

¿DIABETES?



Llevar el
control
es
más barato

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

DESCARGA LA APLICACIÓN GRATIS

Gmate®
Healthcare



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



Glucometro
Gmate® Wheel

\$399.00



Glucometro
Gmate® On

\$399.00

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



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

HASTA
75%
DE AHORRO