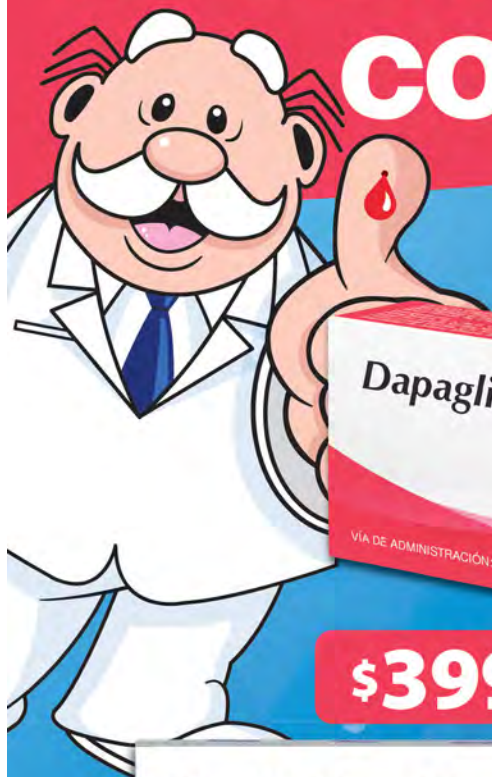


YA CONTAMOS CON



\$579.00



\$399.00

Sitagliptina, Metformina

Comprimido
50 mg/850 mg

Caja con 28 comprimidos
Vía de administración: Oral.

50 mg/850 mg

\$399.00

Sitagliptina

Comprimido
100 mg

Caja con 14 comprimidos
Vía de administración: Oral.

100 mg



farmaciassimilares.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

En

Síguenos por



Análisis Clínicos del Dr. Simi

"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. 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.

¡Manos a la obra!

• Farmacias Similares entrega 5.5 mdp en apoyo del rescate de 4 ecosistemas



#CuidemosJuntosElPlaneta #SiMiPlaneta

SÍMIPLANETA



- 1 **EL 15 DE OCTUBRE DE 2018,** se puso en marcha la campaña SíMiPlaneta **MENOS PLÁSTICO MÁS VIDA**
- 2 **SE INVITÓ A LOS CLIENTES DE FARMACIAS SIMILARES®** a sumarse al rescate del planeta y migrar a la bolsa de manta.
- 3 **GRACIAS A SU RESPUESTA, EN UN AÑO DOS MESES,** se logró ahorrar 97.2 millones de bolsas que evitamos terminar en el mar.
- 4 **ESTA ESTRATEGIA GENERÓ UN AHORRO DE 5.5 millones de pesos.** Se decidió donar esta cantidad a instituciones que trabajan en favor del medioambiente.
- 5 **EL 20 DE MARZO DE 2019** se abrió la convocatoria de selección.
- 6 **EL 21 ABRIL DE 2020, EL JURADO, CON APOYO DE CICEANA,®** seleccionó los proyectos ganadores.
- 7 **EL 21 DE JULIO SE ENTREGÓ EL DONATIVO A CUATRO INSTITUCIONES AMBIENTALISTAS.** Estos proyectos permitirán reforestar cientos de hectáreas, rescatar pastizales y proteger varias especies.



Visita:
simiplaneta.com

y síguenos en:
f/GPUPM/



SíMiPlaneta

Cumplimos

Axl Daniela Agüero Herrera
@axl_aguero

La preservación del medioambiente es uno de los principales compromisos de Farmacias Similares. Ante ello, se han implementado diferentes campañas para crear conciencia e impulsar acciones en pro de la biodiversidad en el país.

Como parte de la iniciativa SíMiPlaneta, “Menos plástico, más vida”, se realizó una convocatoria enfocada en fomentar, reducir y eliminar, poco a poco, el uso de bolsas de plástico.

El proyecto comenzó el 15 de octubre de 2018 y finalizó el 31 de diciembre de 2019. En ese periodo, se exhortó a los mexicanos a no utilizar bolsas de plástico al realizar sus compras. Esto, a partir de una campaña de concientización sobre el daño que este material causa a nuestro entorno natural.

La ayuda no terminó ahí. Farmacias Similares se comprometió a que, por cada bolsa de plástico que se dejara de utilizar en nuestras farmacias, una fundación dedicada a la preservación y cuidado del medioambiente, recibiría un donativo para impulsar sus acciones.

El resultado fue que, durante un año y dos meses, se lograron ahorrar 97.2 millones de bolsas de plástico, producto del esfuerzo de nuestros clientes, quienes dijeron “no, gracias”, y sustituyeron este material por bolsas reciclables.

Estas bolsas ahorradas se transformaron en un total de 5.5 millones de pesos, donados a cuatro asociaciones, elegidas por su profesionalismo, seriedad y creatividad ante el cuidado de los recursos naturales en diferentes regiones del país.

Las asociaciones beneficiadas son la Reserva Ecológica Yu-Balcah, en Tabasco, con 880 mil pesos; el Grupo de Monitoreo Biológico de Milpa Alta,



Foto: Reserva Ecológica Yu-Balcah

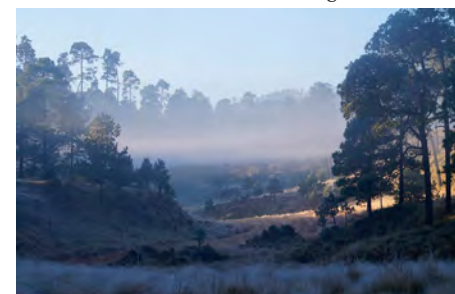


Foto: Grupo de Monitoreo Biológico de Milpa Alta



Foto: Unión de Comunidades Productoras Forestales Zapotecas Chinantecas



Foto: Reforestamos México

Ciudad de México, un millón 328 mil 660 pesos; la Unión de Comunidades Productoras Forestales Zapotecas Chinantecas, de la Sierra Juárez de Oaxaca (Uzachi), un millón 529 mil 486 pesos, y Reforestamos México, un millón 761 mil 854 pesos, en Guadalajara.

siminforma.com.mx

SiMiPlaneta

con el planeta



Ernesto Herrera Guerra, director de la organización Reforestamos México

Alejo Marcelino López López, presidente del consejo de administración de Uzachi



Luis Roberto Acosta, director de la Reserva Ecológica Yu-Balcah



Margie Sue Simon Fine, directora general de Ciceana



Agustín Martínez Villagrán, jefe de brigada del Grupo de Monitoreo Biológico de Milpa Alta

La entrega de este donativo la presidió Víctor González Herrera, vicepresidente de Estrategias Comerciales de Farmacias Similares, impulsor de estos proyectos, y comprometido a la recuperación y fortalecimiento del medioambiente. Agradeció a los clientes que contribuyeron a este proyecto y destacó la continuidad que Farmacias Similares dará a este tipo de iniciativas.

Las asociaciones tendrán como enlace y órgano regulador, durante el desarrollo de sus proyectos, al Centro de Información y Comunicación Ambiental de Norteamérica (Ciceana), reconocido por su papel en la transformación de la sociedad hacia la sustentabilidad.

Durante la entrega del donativo, se tuvo la participación de Margie Sue Simon Fine, directora general de Ciceana, quien reafirmó su compromiso en la supervisión de actividades de cada asociación. También reconoció a cada una de las organizaciones que serán apoyadas por su formalidad, trayectoria y seriedad.

En nombre de la Reserva Ecológica Yu-Balcah, en Tabasco, el donativo fue recibido por su director, Luis Roberto Acosta. Hizo énfasis en que las ac-

ciones en esta área natural protegida estarán enfocadas en fortalecer la reforestación de la selva, hogar de más de 200 especies de aves y mamíferos en peligro de extinción, como el mono aullador y el cocodrilo mexicano.

El representante del Grupo de Monitoreo Biológico de Milpa Alta, en la Ciudad de México, Agustín Martínez Villagrán, jefe de brigada, aseguró que este donativo será utilizado para la protección de pastizales, en donde habitan el gorrión serrano y el conejo teporingo o zacatuche, en peligro de extinción. De igual forma, se reforzará la conservación de los bosques pulmón de la Ciudad de México, fundamentales para la recarga de mantos acuíferos.

El profesor Alejo Marcelino López López, presidente del consejo de administración, a nombre de las comunidades indígenas que conforman la Uzachi, agradeció el apoyo que contribuirá a la autosustentabilidad del territorio de la Sierra Juárez mediante un manejo responsable de los recursos naturales, sobre todo pino y encino.

El recurso será destinado a la reforestación de 75 hectáreas de bosque, a

la conservación de especies de la zona y a la mejora de la infraestructura en donde habita la comunidad.

Por Reforestamos México, en Jalisco, Ernesto Herrera Guerra, director de la organización, mostró su gratitud con los clientes de Farmacias Similares por contribuir a la iniciativa de eliminar el uso del plástico, que tendrá doble impacto: ayudar a la recuperación y reforestación de las áreas de la zona del Ejido de Copala.

Allí se plantarán cerca de 24 mil árboles y se realizarán brechas contrafuego para evitar los incendios forestales. También se apoyará en la preservación de especies en peligro de desaparecer, como el puma, el ocelote y el murciélago.

Así se dio luz verde para comenzar un gran camino. Los mantendremos informados de todos los avances en cada una de las zonas beneficiadas en la página www.simiplaneta.com y en las distintas plataformas digitales de Farmacias Similares.

Agradecemos su apoyo y preocupación por la preservación del medioambiente en México. Recordemos: Menos plástico, más vida. /SiMiPlaneta

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



#Psicosalud

Edilberto Peña*
@Edilberto_pena

Salud

Ayude a su hijo a superar la angustia

¿Qué es la distimia?

¿Han sentido que no disfrutaban de la vida como antes?

Eso se debe a la distimia, la presencia de síntomas de depresión por más de dos años consecutivos. Para el aparato mental es imposible soportar ese estado por mucho tiempo.

Si no se somete a una persona a un tratamiento, los mecanismos de defensa de nuestra mente transforman esos síntomas en unos de menor intensidad, pero crónicos.

La persona puede ir a trabajar o a la escuela, pero al 50 %, o menos, de sus capacidades intelectuales y de energía. Toma malas decisiones, vive en el pesimismo, con pocas ambiciones, y no disfruta de la vida como antes.

La distimia tiene consecuencias nefastas, progresivas y deteriorantes: mal desempeño laboral, despidos, fracasos en relaciones de pareja, tropiezos académicos y, en general, una vida llena de monotonía.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión es la enfermedad más discapacitante que existe, por encima de los infartos, demencias y cáncer.

En la última actualización de la Asociación Psiquiátrica Americana (APA), acerca de sus criterios diagnósticos, en 2013, se le cambió el nombre a la distimia por "trastorno depresivo persistente".

La intención es que médicos y pacientes reconozcamos al padecimiento como una enfermedad crónica que exige seguimiento y tratamiento por tiempos indefinidos. No es que los pacientes se vuelvan adictos a los medicamentos, sino que la condición los requiere para funcionar al 100 % en la calidad de vida.

La distimia puede curarse. Si se siguen los criterios de tratamiento, la mayoría de los pacientes recupera su equilibrio emocional.

Salud

Amy Torres Rodríguez
centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx

Podría pensarse que el desarrollo escolar o el físico son lo más importante en los hijos, pero lo emocional también es esencial, sobre todo en momentos de contingencia sanitaria, así como por los cambios sociales y escolares que experimentan.

Los hijos están abrumados, cansados, aburridos, ansiosos o deprimidos. Por lo tanto, es primordial hablar de emociones, reconocer las propias y no negar lo que sucede.

A veces, por querer ayudarles, se habla en voz baja, en códigos o se hace frente de ellos como si no estuvieran presentes.

Ante la situación actual, ellos también tienen dudas. De hecho, se pueden imaginar cosas lejanas a ocurrir. Recordemos que su imaginación puede llevarlos a escenarios catastróficos y generar ansiedad.

Hay que darle importancia a sus pensamientos e ideas y, claro, hacer válidas sus emociones. Si ellos sienten miedo, platicar de ello.

Dejar que los niños hablen, es fundamental. Que indaguen lo que quieren al respecto de la cuarentena. Si no entendemos, preguntarles, así sea más de dos veces.

La interpretación que se le dé a sus palabras, tendrá que ver con la información que se les va a dar, de acuerdo con su edad. No hay que ser tan complejos.

Sí, los niños pasarán de un estado de ánimo a otro. La rutina tendrá que



Foto: Virginia Palacios

ser flexible y reajutable. Es decir, no irse a los extremos, pero sí establecer horarios, actividades y ser precisos.

Asimismo, son recomendables las actividades físicas. Participar con ellos será una ayuda diferente. Ello implica que, como adultos,

tendremos que ser consistentes con las reglas fijadas.

Somos seres sociales y los niños basan parte de su aprendizaje en la convivencia con otros pequeños. Contactarse por videollamada o llamada, sería viable también escribirse o hacerse un dibujo. / Salud

Presidente de Grupo Por Un País Mejor
Víctor González Torres

500,000 ejemplares / Agosto 2020 Edición 460-1
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".

¿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

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 sin 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 sin sensación pegajosa

Cont. Neto 60 g

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

Salud

Proteja sus bacterias buenas

Incalculable número de células bacterianas habitan en nuestro cuerpo, sobre todo en el intestino, pero también en la piel, mucosas y pulmones. A este conjunto de especies microscópicas se le llama “microbiota” o “microbioma”.

El microbiólogo Silvio Favoreto señala la importancia de mantener un balance en estas comunidades de bacterias, para desdoblarse bien los alimentos y digerirlos con facilidad, así como abastecerse de micronutrientes.

Una dieta balanceada es la clave. Sin embargo, hay factores, como los antibióticos no prescritos, estrés, sedentarismo y aspectos



genéticos que podrían alterarlo.

“Los sustitutos de azúcar, los antibióticos no prescritos por enfermedad, y los químicos en las comidas procesadas, alteran la cadena de microbios y pueden cambiar el balance del microbioma”.

Una persona con microbiota sana se caracteriza por un tracto gastrointestinal íntegro.

Así que, si debe discernir entre un alimento y otro:

Diga “sí” a frutas, verduras con cáscara, frutos secos, yogur, granos enteros, pescado, pollo y huevo.

Diga “no” a edulcorantes, alimentos procesados, grasas saturadas, carnes rojas en exceso, azúcar refinada, carbohidratos simples.

Su sistema gastrointestinal se lo agradecerá. / Salud

Lo que **nos dejó** el coronavirus:

La mayor riqueza es la salud

Mejorar tus hábitos de salud, es la mejor inversión

Disfruta el presente; deja de preocuparte por el futuro

Aprovecha el tiempo: emprende, construye y aprende otras habilidades

La adaptación es la virtud más grande

Valora a quienes tienes cerca

Nunca es tarde para crear una mejor versión de ti mismo



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

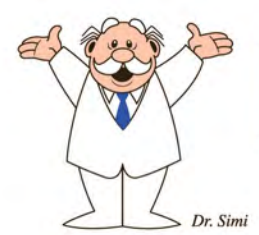
PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

\$65.00

Prevención es salud. Vigencia al 31 de agosto 2020.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"





Expedientes
del poder

Carlos Ramírez

indicadorpoliticomx@gmail.com
@carlosramirez

México

Ronquidos que matan

El T-MEC no alcanza

El resultado del viaje presidencial a Estados Unidos, para firmar lo que ya estaba no solo aprobado, sino funcionando, fue un acto de mero simbolismo político. Sin embargo, lo que importa es saber si el T-MEC tendrá impacto en la precaria economía que el coronavirus está dejando enclenque. Todos los datos revelan que no dará los efectos esperados.

El tratado, en sus 26 años de vigencia, no ayudó mucho a la economía. Sí, en efecto, multiplicó por 10 el comercio exterior con beneficio para los exportadores nacionales, sobre todo agropecuarios. En general solo contribuyó a un promedio anual en ese periodo de 2.2 % del PIB, cuando se esperaba de 4-6 %.

El problema, en realidad, no ha sido del tratado, ni de EE. UU. Con la potencialidad del tratado, la estrategia mexicana de desarrollo no trabajó las reformas productivas, la modernización de la planta industrial o la industrialización agropecuaria. Por eso ha aumentado más la exportación de aguacate y no su industrialización.

Lo grave ha estado en la falta de un proyecto nacional de desarrollo. Las cifras revelan que el componente nacional de los productos de exportación en el tratado bajó —en lugar de aumentar—, de 59 %, en 1993, a 27 % sin petróleo, en 2019. Es decir, estamos quedando como una república maquiladora, intermediaria de la producción industrial extranjera.

La fase 2 del tratado seguirá en las mismas. A pesar de que se avisó con tiempo que el frenón económico iba a afectar las cadenas productivas mexicanas del tratado, la política industrial nada hizo por protegerlas. Y ahora que Estados Unidos ha reactivado su economía, en México hay fallas en las cadenas productivas locales que serán llenadas por productos extranjeros.

Por ello, lo importante no fue el mensaje de alianza de López Obrador con Trump, sino la falta de una política industrial que ayude a aumentar la participación mexicana en las exportaciones.

Al final, el encuentro AMLO-Trump fue para la foto, no por el desarrollo mexicano.

Juan Manuel Rentería

¿Sabe qué es la apnea del sueño? ¿Que puede causar un paro respiratorio y, en consecuencia, la muerte? Sobre este tema de salud, habla la especialista Emma García Campos.

“Las apneas del sueño son pausas respiratorias; el paciente deja de respirar más de 10 segundos, y están acompañadas de ronquidos intensos. A esto se le llama ‘síndrome de apnea obstructiva del sueño’, un problema mundial de salud”.

—¿Qué tan graves pueden ser?

—Suelen tener otras

complicaciones, como infartos al corazón, en jóvenes; en otros casos ocasionan somnolencia, cansancio, pérdida de memoria y frecuentes ganas de orinar durante la noche.

—¿Cómo detectarlas?

—El mismo paciente puede darse cuenta porque amanece muy cansado, pero es importante que alguien le indique que ronca fuerte y deja de respirar. No es suficiente con que nos digan que cambiemos de posición; se debe acudir de inmediato al especialista.

—¿El ronquido es normal?

—No lo es. El ronquido se produce por el paso del aire en una vía obstruida, afecta sobre todo a personas con obesidad, y se da también en niños.

Emma García Campos nació en la Ciudad de México, el 6 de octubre de 1977. Estudió la carrera de cirujano dentista en la UNAM. Ahí mismo hizo la maestría en Ciencias Odontológicas. Terminó también la especialidad en Trastornos del Sueño y está certificada por la Sociedad Española de Medicina Oral del Sueño. Forma parte del



equipo multidisciplinario de la Clínica de Trastornos del Sueño de nuestra máxima casa de estudios, con sede en el Hospital General de México.

—¿Por qué roncamos más cuando estamos alcoholizados?

—Porque hay una relajación de los tejidos, una depresión del sistema nervioso central que actúa en los músculos, sobre todo en la lengua, y el ronquido se vuelve más intenso.

—¿El ronquido puede ser mortal?

—Como tal, no. El ronquido es un signo de que algo anda mal, pero

cuando viene acompañado de apneas, los lapsos sin respirar, entonces indica que el corazón no trabaja bien, que puede haber insuficiente oxígeno en el cerebro y, en consecuencia, el órgano funciona más rápido, y surgen las arritmias, taquicardia, hipertensión, todo lo cual puede generar un infarto.

—¿Las apneas son progresivas?

—Sí, el problema avanza con el tiempo, tiene que ver mucho la edad, si es hombre o mujer, porque entre más edad, los tejidos se hacen más flácidos y el mal crece.

México



Foto: Arturo González

—¿En qué consiste el equipo para controlar las apneas del sueño?

—Es un equipo que lanza aire húmedo al tubo respiratorio, mediante una mascarilla conectada a nariz y boca, y libera toda obstrucción hasta lograr que las apneas disminuyan a 5 por hora de sueño; pero hay pacientes que presentan hasta 80 apneas por hora. El tratamiento es bueno, aunque no todos los pacientes lo toleran. También repercute en el buen funcionamiento del riñón,

disminuyen las veces en que la persona se levanta a orinar durante la noche, se normaliza la oxigenación cerebral y mejora la memoria.

La especialista dijo que se debe tener especial cuidado cuando los niños roncan, y desterrar la idea de que “mi niño está tan dormido, que hasta ronca”.

—Cuando decimos de un ser querido: “murió tranquilo, ya no despertó”, ¿pudo haber sido por apneas?

—Por supuesto. / México

Pfizer

NUEVA IMAGEN

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

NUEVA IMAGEN

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

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

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

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

etorion
ATORVASTATINA
vitalés
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





Comprimidos
del Dr. Zagal

Héctor Zagal
@hzagal

Cultura

La leyenda del labrador

Ficciones reales

¿A ustedes qué saga intergaláctica les parece más revolucionaria: *Star Wars* o *Star Trek*? Sé que me ganaré algunos enemigos, pero creo que *Star Trek*. Digan lo que digan los fans de los jedi, los teletransportadores del Enterprise son tecnología más elegante y útil que un sable láser. Imaginen poder teletransportarnos en un instante, sin la necesidad de llenar el tanque de gasolina ni de ir apretujados en el Metro.

Sin embargo, hoy vivimos en un mundo similar al de los futurísticos *Supersónicos*. Hay un meme que se ha viralizado donde se muestra a los *Supersónicos* realizando ejercicio con clases *online*, en videollamadas con sus jefes, y protecciones similares a las mascarillas. Yo veía esta caricatura de niño y no pensé que fuera a llegar el momento en que viviera como ellos. La ciencia ficción nos ha alcanzado.

Pero muchas veces, la realidad ha superado a la ciencia ficción. Las ficciones de Julio Verne sobre dar la vuelta al mundo en 80 días, o los viajes submarinos, son realidades de todos los días. Sin escalas, puede darse la vuelta al mundo en alrededor de 67 horas. Y las expediciones submarinas son parte del trabajo de campo de biólogos marinos y aventureros. El halo de fantasía poco le duró a las novelas de Verne. Pero las seguimos leyendo porque nos emociona el espíritu aventurero de sus personajes, como el del capitán Nemo.

Algunos consideran que la ciencia ficción nació con la publicación de *Frankenstein* o *El moderno Prometeo*, de Mary Shelley, en 1818. Shelley se inspiró en las investigaciones de Luigi Galvani sobre la electricidad y la posibilidad de revivir cadáveres con ella. ¿Qué pasaría si se trajera a la vida un cuerpo ya inerte? ¿Qué ocurriría si el hombre borrara la línea entre la vida y la muerte? El genio de Shelley estriba en la capacidad de ver más allá de la ciencia y describir el costo de su avance.

¿Qué nos depara el futuro? ¿Hasta dónde puede llevarnos la ciencia y cuáles serán las consecuencias? Esperemos, por lo pronto, que la ciencia sea capaz de librarnos de esta pandemia.

Sapere aude ¡Atrévete a saber!

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

En la esquina de Paseo de la Reforma y avenida Hidalgo, en la capital del país, se levanta un templo al que la mayoría llama “de San Juditas”. Desde hace años, multitudes acuden a festejarlo el 28 de cada mes. No importa si llueve, hace frío o hay pandemia. La gente se arremolina con veladoras, rosarios y esculturas del santo, de todos tamaños. Sin embargo, pocos saben de un relieve que está en la fachada de esa iglesia, levantada como un recuerdo de la Noche Triste de los españoles, o Noche Alegre para los mexicas, según la óptica que se quiera.

El relieve, ubicado en una cornisa que delimita el atrio del templo, muestra a un labrador levantado por un águila. Esta leyenda está registrada en la *Historia de las Indias de Nueva España e islas de tierra firme*, escrita por fray Diego Durán, en 1521.

En uno de sus capítulos, el fraile cuenta que, antes de la Conquista, un



Foto: Fernando Gutiérrez

indígena trabajaba sus tierras cuando, de pronto, un águila lo tomó entre sus garras y lo llevó a una cueva, donde un

hombre le dio una antorcha y ordenó quemarle un muslo a Moctezuma, para demostrar que este estaba tan lleno de soberbia que ya no sentía nada.

Tras ello, el águila regresó al labrador a sus tierras, pero al día siguiente lo llevó de nuevo ante el tlatoani para que le contara lo sucedido. Hasta ese momento, Moctezuma se dio cuenta de la quemadura en su pierna, y mandó detener al indígena a quien condenó a morir de hambre. Pero estaba demostrada la insensibilidad del emperador, quien viviría la tragedia de la Conquista.

Hay dos datos curiosos en este templo de san Hipólito: 1. Fue edificado como tal en 1599, y se ha mantenido en pie en una zona de desastre tras el terremoto de 1985, en cuyos alrededores desaparecieron los hoteles Regis y Del Prado. 2. A un costado existe un altar a la Virgen María, cuya imagen apareció en un mosaico de la estación Hidalgo, del Metro, tras filtrarse agua de lluvia, en 1997. / [Cultura](#)



GRUPO POR
UN PAÍS MEJOR A.C.



FUNDACIÓN
DEL DR. SIMI A.C.

Se unen a la pérdida de don

Juan García de Anda

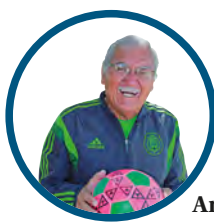
Padre de nuestra compañera y amiga Astrid García Gallegos,
directora de Fundación del Dr. Simi.

Hacemos votos para que sus hijos, nietos y amigos encuentren pronta resignación.

Descanse en paz

Agosto 2020





¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal

Fanático

Pobres atletas abandonados

¡Felicidades, Cruz Azul!

Al fin, se terminó la maldición: después de una espera de 23 años, el Cruz Azul se proclamó campeón de Copa, torneo de pretemporada para el Apertura Guard1anes 2020. Y aunque este logro no lo salvó de los memes, el equipo cementero alzó el trofeo en un vacío estadio de Ciudad Universitaria. Como quiera que sea, ahora hay esperanzas de que la Máquina afronte con pie firme el nuevo certamen, tras acumular 15 partidos sin derrota. Felicidades a los fanáticos celestes.

Por otro lado, destacamos en el Apertura la presencia de Mazatlán, equipo debutante en la Liga MX. Uno de sus patrocinadores es la banda El Recodo, atractivo extra para que el cuadro de Paco Palencia conquiste adeptos. Pero más allá de eso, el conjunto deberá aplicarse. Con el tiempo, veremos si son capaces de llegar lejos en el campeonato.

Y algo insólito: el desarrollo del torneo estará sujeto al estado de la pandemia, que no solo obliga a jugar en estadios sin público, sino a que futbolistas y cuerpo técnico cumplan con las medidas sanitarias extremas, como el uso del cubrebocas. Ya vimos que en la Copa muchos incumplieron esta recomendación. Y, la verdad, el horno ya no está para bollos. Vamos ahora al fútbol del Viejo Continente, donde el Liverpool venció 5-3 al Chelsea, y es campeón de la Premier League. Los rojos integran un equipo récord: en 31 fechas de este certamen, ganó 28 partidos, empató dos y solo perdió en una ocasión (0-3 frente al Watford en febrero), para quedarse con más del 92 % de los puntos disputados. Campaña magistral.

Finalmente, el Tri jugará un amistoso contra Holanda, el 7 de octubre próximo, en Ámsterdam, para retomar su preparación tras el paro por la pandemia de la covid-19, que le ha impedido jugar en lo que va del año. Una verdadera prueba para el entrenador Gerardo "Tata" Martino.

Fanático

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

En poco tiempo cautivó a todos. Ser Emujer, teniente de corbeta en la Marina, mexicana y triunfadora, todo se conjugó para proyectarse como deportista de élite. Lupita González Romero, originaria de Tlalnepantla, ganadora de plata olímpica en Río 2016 y primera competidora con dos oros en mundiales de atletismo, tiene otro plus: es marchista, esa disciplina de otros grandes, desde el sargento Pedraza hasta Raúl González, Ernesto Canto y tantos otros andarines que pusieron a México en los cuernos de la luna.

Su gloria deportiva le dio becas por todos lados, una de ellas de 52 mil pesos mensuales. Lupita, la consentida, entre algodones, con la mira puesta en lo más alto: los Juegos Olímpicos de Tokio 2020. Pero algo falló. De pronto, como un castillo de naipes, bastó un soplo, mejor dicho, cinco tacos al pastor, para que todo se derrumbara. Lupita no



Foto: Agencia Reforma

pasó un examen antidoping. El escándalo: arrojó positivo por trembolona. Las autoridades internacionales dictaminaron cuatro años de suspensión.

Entonces, la Conade (léase Ana Guevara, acusada de corrupción)

la "ayudó" con dos abogados, "los mejores". Pero estos le recomendaron mentir a las autoridades mundiales del atletismo. De nada sirvió: el castigo fue ratificado. Ahora queda fuera de Tokio 2020, aunque estos vayan a ser en 2021.

Esta historia ilustra la realidad de los deportistas de alto rendimiento en México. No es nuevo. Siempre ha sido lo mismo. Los atletas no son bien atendidos, supervisados, guiados, instruidos. A nadie le importa. Lupita es un ejemplo. Ahora, además del riesgo de perder sus becas, queda endeudada con los abogados tramposos que le reclaman medio millón de pesos por honorarios.

Injusto, pero real. Los sueños de Lupita se frustraron. Y aunque dice que se preparará con miras a los Juegos Olímpicos de París 2024, ya se ve difícil porque llegaría con 35 años encima. Pobres de nuestros atletas, abandonados a su suerte.

México naufraga en el desorden. El deporte da fe de ello. / Fanático

Da covid-19 gancho al hígado al Canelo

No cabe duda que la covid-19 replanteó la necesidad de reducir los sueldos millonarios de varias estrellas del deporte. El debate generó todo tipo de controversias, si es legal o no, pero hay atletas que están dispuestos a aceptar.

Uno de ellos es Saúl "Canelo" Álvarez, Golden Boy Promotions confirmó que podría recortar su sueldo garantizado para volver en septiembre próximo, y enfrentar a peleadores como Sergey Derevyanchenko, Callum Smith, John Ryder y David

Lemieux, como parte de las posibilidades para el regreso del considerado el mejor libra por libra del mundo.

Eric Gómez, ejecutivo de Golden Boy Promotions, dijo que si bien hay peleadores británicos como Smith y Ryder en la puja, también para ellos es más fácil lidiar con alguien que esté en suelo estadounidense y que no tenga problema de visado, aunque un gran paso es que ya Canelo aceptó rebajar su sueldo con tal de volver al ensogado. Álvarez cobró 35 millones

de dólares garantizados por cada combate que tuvo en 2019. "La pelea podría ser sin público, o

esperar hasta que de alguna manera nos acerquemos a la normalidad", concluyó Gómez. / Fanático

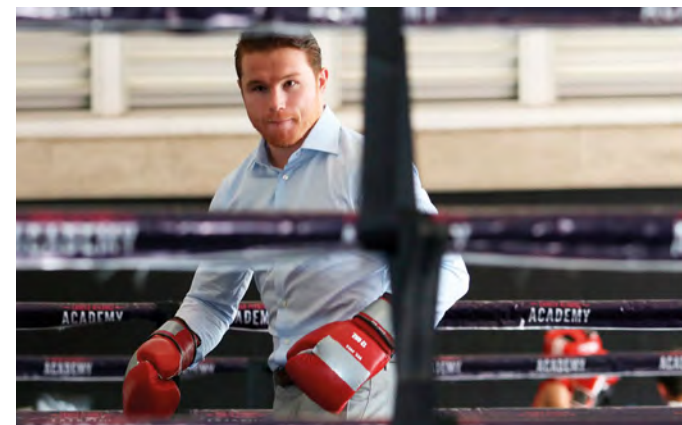


Foto: Agencia Reforma

siminforma.com.mx

¡ 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 19330021B0296



Frente a la
tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Farándula

Regresa un clásico de los Rolling Stones

Como dice el dicho

Creo en la televisión abierta, en la buena televisión abierta, la que entretiene, pero la que, al mismo tiempo, le deja algo bueno a la gente.

Creo en *Como dice el dicho*, un lindo programa de Las Estrellas que, como usted sabe, desde que terminó *Te doy la vida*, ocupa un sitio doble, igual de privilegiado que el de *La rosa de Guadalupe*.

¿Por qué creo en este programa? Porque atrás de él está una mujer a la que respeto y admiro: Genoveva Martínez.

¿Quién es ella? A lo mejor usted no lo sabe o no lo recuerda, pero fue la responsable del crecimiento de un gran clásico de TV Azteca: *Lo que llamamos las mujeres*.

Y no solo eso, fue la productora, lo mismo de inmensos cañonazos telenoveleros, como *Se busca un hombre*, de importantes ejercicios de responsabilidad social, como *Tan infinito como el desierto*.

¿Qué significa esto? Que la señora sabe, es sinónimo de calidad y compromiso, es congruente.

¿Entiende por qué creo en *Como dice el dicho*? Se me hace maravilloso que, ahora en Televisa, multiplique todo lo que había hecho en TV Azteca, que esté triunfando y, sobre todo, que le esté haciendo un bien todavía más grande a la sociedad.

Y es que *Como dice el dicho* es, ante todo, un proyecto social, un espacio donde se dicen grandes cosas, se tocan temas importantes, y se orienta a las audiencias.

Por si esto no fuera suficiente, es un programa con algunas de las más grandes leyendas del espectáculo mexicano, y donde se le da la oportunidad de picar piedra a jóvenes que, con el paso de los años, se convertirán en las nuevas figuras del cine y la televisión.

Como dice el dicho es bueno, cuesta lo que tiene que costar, da resultados y está bien hecho.

Es, para acabar pronto, un título del que Televisa se debe sentir orgullosa en estos tiempos donde es fácil confundirse.

Luche por ver *Como dice el dicho* tanto en sus capítulos de estreno como en sus repeticiones. Le va a gustar. De veras que sí.

Farándula

La banda británica The Rolling Stones no descansa y, durante el confinamiento, preparó su álbum clásico *Goats Head Soup*, que relanzará el próximo 4 de septiembre.

Disponible en varios formatos y con ediciones de material inédito y en vivo, la reedición de esta producción discográfica de 1973, será una joya para los fans de la agrupación, porque podrán escuchar éxitos como *100 Years Ago*, *Angie* y *Silver Train*, entre otros.

El *box set* y las diferentes ediciones contarán con 10 canciones adicionales y, al menos, tres inéditas. La primera de ellas es *Criss Cross*, lanzada el mes pasado en YouTube.

También se incluyó la canción *Scarlet*, con la par-



Foto: Agencia Reforma

ticipación de Jimmy Page, guitarrista y fundador de Led Zeppelin, quien le da una

textura contagiosa y salvaje. Además, en el *box set* se incluirá *Brussels Affair*, una

producción con 15 pistas grabadas de un espectáculo en Bélgica.

Otro plus es que contará con los videoclips de *Dancing with Mr. D*, *Silver Train* y *Angie*, un libro exclusivo con fotografías y ensayos de Ian McCann, Nick Kent y Daryl Easlea, y reproducciones de tres carteles de su gira en los años 70.

Goats Head Soup, nacido del álbum *Exile on main St.*, es un trabajo representativo, y la cubierta, hecha por David Bailey, le da un toque especial y reflexivo.

Con 58 años de trayectoria, The Rolling Stones aún se caracteriza por atreverse a nuevos ritmos; sin embargo, siempre ha conservado su toque lleno de energía, distintivo de su esencia roquera. / Farándula

La Explosiva Banda de Maza contagia su *Bandemia*

Con motivo de la covid-19, La Explosiva Banda de Maza estrenó *Bandemia*, una canción enfocada al diario confinamiento, pero con una letra pegajosa y divertida.

Para darle un toque único y lograr una fusión al puro estilo sinaloense, la agrupación se dedicó a buscar talento mazateco y juntó a cinco bandas en un mismo tema. Algo nunca visto en el género regional mexicano.

La Original Banda Limón, Roberto Jr., Los Mazatlecos y LBQHF se unieron al proyecto para darle su toque y lograr un sencillo que retoma el estilo banda, pero con matices de cumbia sinaloense.

Para La Explosiva Banda de Maza es un honor contar con la participación de estas agrupaciones, y porque, además, lograron que *Bandemia* alegrara un poco a las personas para seguir adelante, pese a las adversidades.

El sencillo está disponible en todas las plataformas digitales y el video oficial se encuentra en YouTube.

La filmación se hizo en Mazatlán, Sinaloa, bajo la dirección de Guillermo Lizárraga, creador de la Explosiva Banda de Maza. Los artistas fueron grabados en sus casas, al lado de sus familias, con todas las medidas de protección sanitarias.



Foto: Agencia Reforma

Redes sociales

Fb: @explosivademaza

Tw: @EXPLOSIVADEMAZA

Ig: @explosivademaza

YouTube: La Explosiva Banda De Maza. / 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:



ASOCIACIÓN MEXICANA DE PEDIATRÍA, 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.

Reg. No. 111M2004SSAVI © MARCA REGISTRADA
PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.

REG. NO. 005H2012 SSA VI © MARCA REGISTRADA
PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.

Siminteresa



Horóscopos

Feliz cumpleaños a todos los nativos de Leo

Amira contigo

Facebook: Horóscopos de Amira

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

Bendiciones plenas para todos

♈ Aries (marzo 21 - abril 20) / Marte en tu signo indica que puede presentarse una etapa sensual; pretenderás o te pretenderán muchas personas de todo tipo, con varias intenciones. El tránsito del Sol en Leo marca un tiempo positivo. Siempre y cuando persistas, lograrás tus metas. Es un mes de fuertes demandas en todas las empresas. Dedicar tiempo a tu espíritu; te ayudará a mejorar tu salud. Somos mente y cuerpo.

♉ Tauro (abril 21 - mayo 21) / Querido Tauro, las gestiones deben ser prudentes para estabilizar tu patrimonio. Es importante ahorrar para solventar retrasos. En los negocios deberás ser paciente. La Luna en tu signo, el 11, es un buen influjo cósmico para concluir tus planes. Habrá cambios en tu vida doméstica, pareja y familia. Te verás inclinado a pasar tiempo contigo mismo; lograrás bienestar alegría y paz interior.

♊ Géminis (mayo 22 - junio 21) / La vida te exigirá congruencia entre lo que dices y haces, entre lo que anhelas y la realidad en la que te mueves. Has aguantado muchas presiones en el trabajo. Es tiempo propicio para fijarse nuevas metas. Los astros marcan una renovación en tu vida y aseguran mejor rumbo. Lo ideal será dejar que se expresen los sentimientos profundos. No creas en las apariencias.

♋ Cáncer (junio 22 - julio 22) / Sé consciente de lo que comes; tu salud y la de tus familiares pueden regenerarse. Algunos nativos de Cáncer quizás hayan cambiado su empleo. El tránsito de Plutón en Capricornio te inclina con ansiedad a relacionarte, sientes mucho temor a la soledad. No puedes cambiar al mundo, pero puedes transformar tu visión de él. Usa gemas, como el zafiro y la perla; equilibrarán tu energía.

♌ Leo (julio 23 - agosto 22) / ¡Felicidades por tu cumpleaños, querido Leo! ¡Sentirás una mayor confianza y entusiasmo, descubre facultades latentes que no tenías desarrolladas en el trabajo! ¡Eres un buen líder! La luna llena del 3 de agosto te será muy significativa en el amor, te dará suerte. El arcángel Miguel es tu protector; repite: "¡Gracias porque, debido a tu poder benéfico, todas mis empresas tienen éxito!".

♍ Virgo (agosto 23 - septiembre 22) / Excelente mes para el trabajo y los ingresos. Los astros indican que cambiarás la manera de relacionarte. Propicio cobrar dinero con la luna nueva del 18 y el ingreso de Mercurio, el planeta regente en tu signo. Podrían surgir algunos conflictos con tu pareja. Debes decidir qué relaciones conservas y cuáles no; es probable que lleguen nuevos contactos a tu vida.

siminforma.com.mx

♎ Libra (septiembre 23 - octubre 22) / Mercurio indica que ha llegado el momento de tomar decisiones, lo que importa es aprender. Oportunidad de transformar las relaciones ya existentes o sufrir rompimientos; podrás dejar hábitos negativos muy arraigados. El universo encontrará la manera de entregarte lo mejor. Un sabio consejo: perdonar es el único camino que libera, es subir un escalón hacia la felicidad y la paz.

♏ Escorpión (octubre 23 - noviembre 22) / Momento de insistir y trabajar, de ir más allá del obstáculo. Las situaciones tóxicas como vienen, fluye con los hechos. En la salud es bueno que te dediques a ti. Cuídate y apapáchate. Es una temporada positiva de muchos beneficios. La Luna del 24 en tu signo sugiere prosperidad. Marte y Saturno te recuerdan no entrar en discusiones y confrontaciones. El oráculo te aconseja prudencia.

♐ Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21) / La luna creciente ocurrirá en tu signo el 25 de este mes y te traerá algún regalo. Sucederá algo inesperado que te llevará a una nueva fase de tu vida. Tu situación financiera tiende a ser incierta, pierdes o ganas con suma facilidad. Aun así, confía en tu fortuna. Mantén la serenidad si tienes algo que decir a tu familia, pareja o amigos. Lanza tu flecha en busca de tus ideales.

♑ Capricornio (diciembre 22 - enero 20) / Marte y Saturno no favorecen tus emociones, trata de controlar la irritabilidad que pueden producirte algunos hechos. Es tiempo de soltar lo que ya se ha concluido o en lo que has insistido. El tránsito del Sol en Leo marca un tiempo positivo en el amor. Valora lo que deseas conseguir, o hacia dónde quieres encaminarte para lograr lo que te propones, y alcanzar tus sueños más acariciados.

♒ Acuario (enero 21 - febrero 19) / Debes tener cuidado de no caer en discusiones con jefes en tu trabajo; destruirías una serie de apoyos. La luna llena en tu signo, el 3 de agosto, indica superar el pasado. Estarás en una nueva dinámica en el trabajo; habrá cambios para bien. La inseguridad de tu compañero se intensifica, porque cree que tienes otra relación, exprésale tus afectos y revela tu alma generosa.

♓ Piscis (febrero 20 - marzo 20) / Algunas relaciones negativas cumplirán su ciclo y se alejarán de tu vida; cuidado con las falsas ilusiones en el amor, no te confundas. Tus intereses son tan importantes como los de cualquiera, exige tus derechos y no permitas que nadie intente aprovecharse de ti. Para mantener tu mente clara, repite: "Afirmo que mi mente mantiene claridad y logro todos mis propósitos". ¡Hecho está!

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.

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.