



¡ANTE LA COVID-19!

Ahora más que nunca cuídate. Si padeces:

HIPERTENSIÓN ARTERIAL



Dr. Ángel Gracia Ramírez, Céd. Prof.: 0753913-UNAM

DIABETES



OBESIDAD



ENFERMEDAD PULMONAR
OBSTRUCTIVA CRÓNICA (EPOC)



ENFERMEDADES CARDIACAS Y RENALES



Simitel 800 911 66 66



Síguenos por:



SIMINFORMA

siminforma.com.mx

Octubre 2020 Núm. 462-1

Por Un País Mejor®

**Todavía
hay mucho
machismo:
Marisa
Escribano**



Pág. 8



Anticovid-19, búsqueda contra reloj

Pág. 10

Foto: Agencia Reforma

DALE AL DOLOR




ML-PRIM®
Metocarbamol / Ibuprofeno
375 mg / 200 mg
Cápsulas
CON ACCIÓN ANTIINFLAMATORIA

- Relajante muscular
- Dolor de espalda, cuello y esguinces
- Analgésico

Precio Farmacias Similares®
\$58.00

f t y i
farmaciassimilares.com

Si persisten las molestias, consulte a su médico.
Vigencia al 31 de octubre 2020.

SiMiPlaneta

La diferencia es la alimentación

Si de alimentación se trata, tú haces la diferencia.

Es cuando decides comer alimentos diversos, lo más sano para nuestros cuerpos, suelos y medioambiente. También, cuando participas como voluntario en un banco de alimentos o en un comedor popular, una manera de ayudar a quienes luchan por tener acceso a ellos.

Compra alimentos frescos, locales, los que se venden en los mercados de tu comunidad. Así ayudas a los pequeños agricultores, a la economía nacional y fomentas la diversidad de cultivos.

Por otra parte, cuando los alimentos están fuera de temporada en una parte del mundo, deben importarse y viajar mucho, antes de llegar a tu mercado. Elige los de temporada, pueden ser más maduros, sabrosos y nutritivos.

Y, si cuentas con un espacio verde en casa, acceso a un jardín o balcón con espacio para macetas, puedes aprender a cultivar tus propias frutas, verduras y hierbas.

No lo olvidemos: cada 16 de octubre, desde 1979, se conmemora



Fotos: Agencia Reforma

el Día Mundial de la Alimentación, promovida por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO).

El organismo apuesta por un mundo donde todos tengamos acceso a la comida, y a que esta sea saludable y cubra los requerimientos del organismo. Y es que, en el planeta, 672 millones de adultos y 124 millones de menores son obesos y 40 millones de menores de 5 años tienen sobrepeso.

Esto se debe a un cambio en la dieta de las personas, sobre todo de aquellas que residen en las ciudades. Estudios de la FAO demuestran

que, en los últimos años, la comida rápida ha desplazado en gran medida a la del hogar, y no solo eso, también ha sustituido ingredientes importantes, como frutas y verduras, por harina, azúcar, grasas y sal.

Esta realidad, sumada al sedentarismo propio de las profesiones disponibles en las grandes ciudades, ha traído como consecuencia que la mala alimentación sea la principal causa de muerte y discapacidad actualmente.

No olvides cuidar tu alimentación, salud y medioambiente. / **SiMiPlaneta**

Presidente de Grupo Por Un País Mejor
Víctor González Torres

500,000 ejemplares / Octubre 2020
Edición 462-1
Redacción
Director Vicente Monroy Yáñez
Diseño
Adriana Hinojo Montes de Oca
Virginia Palacios Baeza

Servicio de Agencia Reforma
Distribuidores en México Farmacias Similares, El Sol de México
siminforma.com.mx
simi_informa@porunpaismejor.com.mx
Redacción México: 55 54 22 01 18
Commutador: 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: octubre 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".



Reserva privada Yu-Balcah A.C.

Año de creación: 1950.

Lugar de trabajo: Ranchería Ceibita, municipio de Tacotalpa, Tabasco.

Relevancia: Yu-Balcah es relicto de las selvas tabasqueñas de llano; asimismo, es la primera área natural protegida de carácter privado a perpetuidad y ha sido objeto de reconocimiento por parte de las autoridades federales y estatales, así como de organismos internacionales de conservación.

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

Proyecto: Se reforestarán 15 mil árboles a producir en el vivero local, a través de la colecta de semilla del propio predio.

Cantidad destinada al proyecto: 800 mil pesos.

Área a intervenir: 10 hectáreas.

Beneficio: Esta reforestación impactará en su amplia fauna que incluye, entre otros, al mono aullador, al jaguarundi, tucanes, halcones, el cocodrilo mexicano y la boa constrictor, así como 200 especies de aves.



simiplaneta.com

#CuidemosJuntosElPlaneta #SiMiPlaneta

No te pierdas los detalles
de cada proyecto.

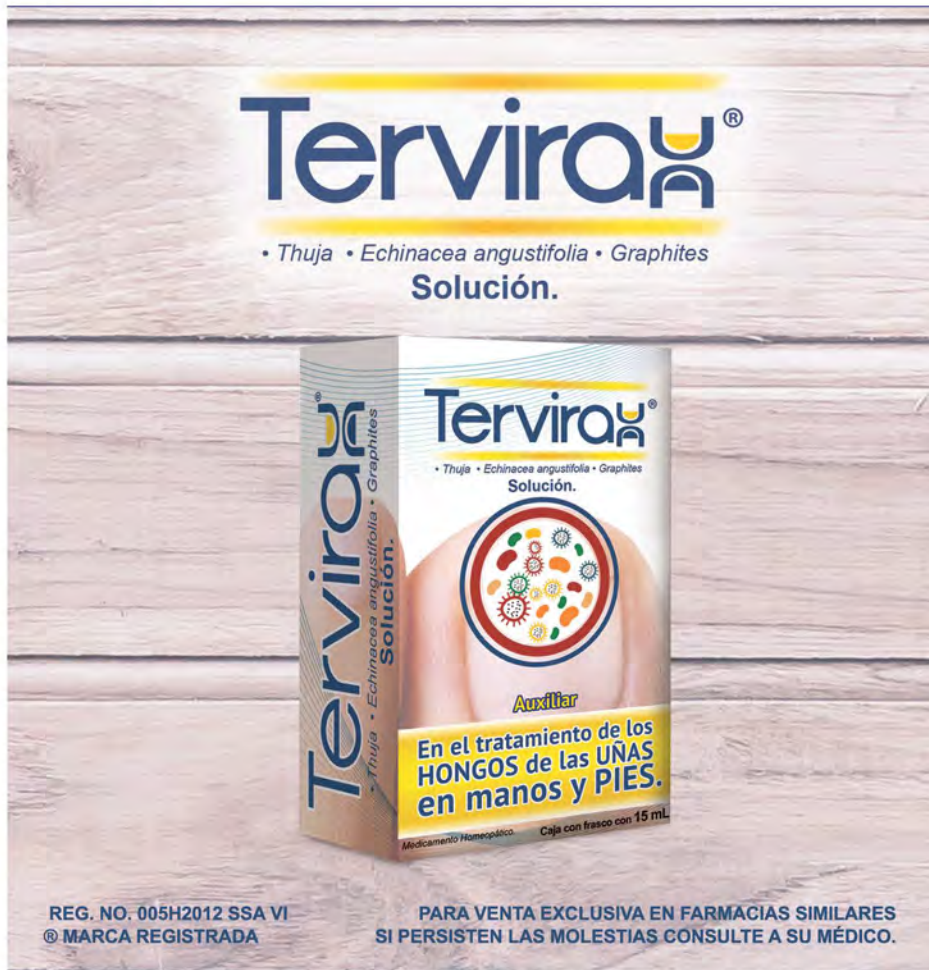




Capsiflu[®] TOTAL

Reg. No. 484M2005 SSA VI
CAJA CON 12 CÁPSULAS

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





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



Prueba de detección PCR-Coronavirus

a solo

\$2,399.00*

es necesario presentar receta

Solicítala con nosotros al

800 719 2734

Estudio realizado por laboratorio avalado por el INDRE.

*Se aplica costo extra por toma a domicilio,
consúltalo en tu sucursal. Válido durante 2020.



SIMITEL 800 911 66 66
Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón.
Céd. Prof.: 4451415-UNAM

Salud

Covid-19... ¡Cuidado con los obsesivos!

Jacqueline Ramos
jramosr12@hotmail.com

reconocer y cuyos síntomas se parecen tanto al de otras enfermedades.

El experto llamó a pedir ayuda especializada cuando la pandemia nos afecte a tal grado que nos estorbe para poder cumplir en los diferentes círculos de la vida: trabajo, relación familiar, pareja, amigos e, incluso, con el propio cuidado físico. "Hay protocolos, pero debemos mantener las relaciones sociales".

A propósito de la pandemia, ¿piensas que te has lastimado las manos por lavarlas 40 veces diarias, o de tanto gel o alcohol? Si alguien tose o estornuda cerca de ti, ¿entras en pánico? ¿Temes salir a la calle, aun si tienes que ir a trabajar? ¿Te tomas la temperatura a cada rato? ¿No sueltas el oxímetro? ¿Hueles diferentes cosas para saber si tu gusto está intacto? ¡Cuidado!

Debido a la covid-19, todos presentamos fragilidad emocional, aumento de la ansiedad, además de ver afectada nuestra manera de comer y dormir. Sin embargo, podemos ser hipocondríacos, o quizá más vulnerables que el resto, si antes de vivir esta situación límite presentábamos ya trastornos de angustia y compulsión.

A propósito del tema, Edilberto Peña de León, director general del Centro de Investigaciones del Sistema Nervioso (Cisne), de México, dijo que a todos se nos incrementó la ansiedad, debido a la incertidumbre, los problemas económicos, de salud y por un enemigo invisible, que no podemos

Señaló que psicólogos y psiquiatras establecen escalas para medir la fobia a la covid. Pero requerimos atención —dijo—, si ciertas situaciones nos desadaptan o nos hacen funcionar mal, y no logramos ir un poco más allá.

Unas buenas herramientas psicológicas —agregó— permiten aceptar las nuevas reglas, hacerlas tuyas, ordenar la vida y las rutinas. Por ejemplo, lavarse las manos tres o cuatro veces al día, usar gel antibacterial, cubrebocas y seguir los reglamentos.

Pero quienes no tienen desarrolladas estas herramientas, utilizan la negación, un mecanismo primitivo, y existen ejemplos por todos lados: los que no creen en la enfermedad, quienes piensan que es un complot y los que no siguen las instrucciones de las autoridades. / Salud



Foto: Agencia Reforma
siminforma.com.mx



Lancetas
ONE TOUCH®
25 piezas

\$65.00



Tiras reactivas
Select
ONE TOUCH®
50 piezas

\$412.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
10 piezas

\$135.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
50 piezas

\$416.00

farmaciassimilares.com



Vigencia al 31 de octubre 2020. 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.



Dr. Simi®

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





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 octubre 2020.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



#Psicosalud

Edilberto
Peña*

@Edilberto_pena

¿Otra vez de malas?

Podríamos pensar, el mal carácter es el único responsable de que una persona sea poco tolerante, con deficiente regulación de sus emociones y afectos, e incapaz de superar las frustraciones que nos pone la vida. Pero es diferente, cuando alguien presenta problemas recurrentes en sus relaciones interpersonales, aparecen en todas las áreas: escuela, trabajo, familia, amigos y en la pareja. Además, incurren en conductas de riesgo por sus respuestas en automático, como retar a otros en situaciones peligrosas (incidentes de tránsito o delincuentes).

Cuando se nos presenta un caso así en el consultorio, son individuos traídos por los familiares, preocupados por el curso de vida que sufren esas personas: relaciones fallidas, un trabajo tras otro y ningún amigo que lo aguante. Los afectados pocas veces reconocen que se trata de un problema y, por lo tanto, no piden ayuda.

El primer paso en la valoración, es hacer una historia clínica para registrar si han existido episodios de "insultos" físicos al cerebro; problemas en el nacimiento, traumatismos de cabeza o infecciones significativas del sistema nervioso. Esto, debido a que el primer descarte corresponde dilucidar si los sitios de la corteza cerebral, de los cuales depende la contención de los impulsos, se encuentran íntegros o afectados.

Si la sospecha surge, es motivo de realizar algunos estudios para encontrar estos defectos. En caso contrario, la evaluación tiene que dirigirse hacia el desarrollo psicológico de la personalidad, donde con frecuencia no se les logró introyectar los límites suficientes y regular las emociones. En cualquiera de las situaciones, siempre hay un manejo especializado que permite recuperar la funcionalidad y gozar de los afectos positivos y negativos de la vida.

*Psiquiatra. Director Cisne México.

Salud

Diálogo interno

"La vida no es la que uno vivió, sino la que uno recuerda y cómo la recuerda para contarla": Gabriel García Márquez (2002). Vivir para contarla

Liliana Hinojosa Peniche

centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx

El diálogo interno es esa charla que tenemos con nosotros mismos, casi todo el día, casi todo el tiempo. Y se alimenta de la información registrada en nuestra memoria acerca de las experiencias pasadas, de lo vivido a diario, de los libros, noticias, conversaciones... Toda esa información se guarda y, cuando estamos a solas, la reproducimos.

¿Qué nos decimos? Muchas veces podemos estar a solas y tener un diálogo ameno, constructivo; pero en otros casos pudiera ser que se torne angustiante al enfocarnos en errores del pasado.

El punto no sería ignorar eso, sino observar cómo te hablas en tus pensamientos. La clave es no ser demasiado crítico o exigente, pero tampoco indulgente.

Tampoco debemos sacar conclusiones anticipadas, o tener una visión catastrófica de los eventos.

Si quieres platicar sobre el tema, llama al CNDEE: 800 911 66 66, opción 3, o escribe a centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx. / Salud



Foto: Agencia Reforma

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

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

¡Acércate a nosotros, queremos ayudarte!

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemx

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



Haz chek con **ACCUCHEK®**



Glucómetro Accu-Chek® Active

1 pieza

Precio Farmacias Similares®

\$514.00



Accu-Chek® Softclix

25 lancetas

Precio Farmacias Similares®

\$65.00



Tiras Accu-Chek® Active

60 tiras reactivas

Precio Farmacias Similares®

\$329.00

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

De venta en



Dr. Simi®

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Reencuentro con México

Se nos ha olvidado la palabra respeto: Marisa Escribano

Juan Manuel Rentería



Foto: Redacción

Marisa Escribano Noriega nació un 3 de febrero, en la Ciudad de México. Estudió la carrera de Ciencias y Técnicas de la Información, en la Universidad Iberoamericana. Cursó una diplomatura en Logoterapia, en el Instituto Cultural Helénico. Fue locutora en Radio Educación y productora del programa *Zona franca*. Condujo para Radio Educación los conciertos de la Orquesta Sinfónica Nacional. Es una defensora de los derechos de la mujer. Tuvo a su cargo los programas *El reto de ser mujer* y *Palabra de mujer*. Se inició en el periodismo radiofónico en el noticiario *Buenos días*.

—Para ti, ¿qué han sido la radio y la televisión?

—Toda mi vida, me definen como persona.

—¿Qué sentiste la primera ocasión al estar frente a un micrófono?

—Bueno, te quieres morir; recuerdo que me faltaba el aire porque desde el primer momento supe que esto era una gran responsabilidad, no nada más leer o decir algo ante un micrófono.

—¿Feminista?

—Yo diría promujer, pero no feminista; creo en la equidad, porque es

importante, es padrísimos que seamos diferentes a los hombres, pero con equidad.

—¿Qué hacer ante tanto feminicidio?

—Es un tema que me duele muchísimo, le duele a México, es algo terrible, debemos denunciar y protegernos entre todas las mujeres. Es increíble que en esta época aumente cada día más la violencia contra la mujer, todavía hay mucho machismo, porque se nos ha olvidado la palabra "respeto".

Marisa Escribano trabajó en el programa *En línea directa*, con Eduardo Ruiz-Healy. En Radio Centro condujo *Entérate de todo* y *Noticias al instante*. Su trayectoria periodística en televisión la inició en el noticiario *7 días*, con Pepe Cárdenas. También en TV Azteca, en *Primera edición*, y *Hechos*, con Javier Alatorre.

—¿Cómo fue el salto

de la radio a la televisión?

—Fui a tocar puertas al Canal 13, me hicieron *casting*, y me quedé para hacer reportajes especiales. Después trabajé como reportera; fue una experiencia maravillosa. Más adelante fui conductora de noticiarios, estuve 13 años en Canal 13 y luego en TV Azteca.

—¿Y cómo llegas a *Diálogos en confianza*, de Canal Once?

—Ha sido una oportunidad magnífica, nunca había hecho un programa de dos horas con público, en vivo. Estuve 9 años, me salí un tiempo y regresé a la segunda etapa de la emisión a Canal Once, mi casa y escuela.

Marisa Escribano ha escrito varios libros, entre ellos, *Entérate de todo*, *Saber vivir*, *Si mañana ya no estoy* y *Romántica de corazón*. Fue Premio Nacional de Periodismo (2000). / **Reencuentro con México**

Alivio para la congestión nasal

NeilMed
SINUS RINSE™

POLVO PARA PREPARAR SOLUCIÓN SALINA NASAL
Alivio natural de los senos nasales
Enjuague nasal de solución salina
pH neutro

Para irrigación nasal con solución salina de alto volumen y baja presión™

Marca líder en USA

10 sobres premezclados

Kit solución isotónica, enjuague nasal**
240 ml 10 sobres

\$225.00

Salas de bicarbonato de sodio y cloruro de sodio para solución isotónica**
50 sobres

\$225.00

farmaciassimilares.com

*Higiene es salud. Válido al 31 de octubre 2020.



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

HASTA
75%
DE AHORRO



Expedientes del poder

Carlos Ramírez

indicadorpolitico@gmail.com
@carlosramirez

Después del segundo informe

A pesar de que poco se esperaba del segundo informe de gobierno del presidente López Obrador, lo presentado dejó más dudas.

Si al final de cuentas el país va a tener que salir, de alguna manera, de la crisis general provocada por el coronavirus, lo que falta son señalamientos en los caminos. El virus liquidó las expectativas de todos respecto al presente y futuro de México. Del gobierno y de la oposición. El gran desafío no está en encontrar culpables o señalar deficiencias, sino en tener algunas opciones para salir del hoyo recesivo, reorganizar la producción y matizar el costo social de pobreza y marginación por la crisis económica.

Nada de eso existe en el escenario. Ni en el gobierno ni en la oposición. Y menos, en

la crítica en medios, donde hay material para cuestionar o acusar, pero no se ve esfuerzo a fin de explorar nuevas formas de reorganización social, política y productiva.

La crisis económica derivada del virus no fue solo de desaceleración del crecimiento —un PIB de -10 %, o peor—, sino la destrucción de cadenas productivas de la planta empresarial y del empleo formal e informal. Es decir, el precario e insuficiente modelo de producción se hizo añicos, y no hay uno nuevo. Las expectativas del Banco de México revelan un PIB promedio anual de 1.8 % para los próximos 10 años, cuando

se necesita una media de 6 % si se quiere salir de la crisis y rehacer las bases del bienestar social.

Pero nadie piensa en el futuro, en el mediano plazo, en la próxima generación. De nada sirve criticar con severidad al presidente López Obrador por la caída del PIB si no hay la presentación de una alternativa viable. Bueno, sí existen opciones, sin embargo, nadie las reflexiona, nadie diseña nuevas propuestas de desarrollo, nadie hace alianzas para reconstruir el proyecto nacional.

Todo se va en críticas y nada se dedica a propuestas, reflexiones o debates.

Fundación **BEST** a.c.

CERTIFICADOS MÉDICOS
Cualquier tipo que necesite

Recuerde: puede solicitar sus certificados en todos los consultorios de Fundación Best, A. C.

Para conocer los diversos servicios, horarios y ubicaciones de los consultorios, llame sin costo al **SIMITEL 800 911 6666**

www.fundacionbest.org.mx

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

Ampigrin[®]
Ampicilina

\$92.00
Precio Farmacias Similares[®]

Ampigrin[®]
Ampicilina
Solución 500 mg
Adulto Inyectable

Caja múltiple con tres piezas, cada pieza contiene: un frasco ampolla con polvo y ampolleta de 3 mL con diluyente.

Se incluyen tres jeringas con aguja estériles de obsequio

De venta en **FARMACIAS SIMILARES**[®]
Consulte a su médico.

Vigencia al 31 de octubre 2020 / Reg. No. 74558 SSA IV

Anticovid-19, búsqueda

Tania Elias
@magiovilla

Laboratorios y científicos en el mundo trabajan contra reloj para encontrar la vacuna anticovid-19.

Algunos optan por la dexametasona, fármaco desinflamatorio que, gracias al estudio Recovery, de la Universidad de Oxford, probó su eficacia y redujo 33 % la mortalidad de los pacientes. Otros prefieren el remdesivir, desarrollado contra el ébola y otros coronavirus, como el SARS y MERS. Algunos más prefieren remedios milagro, como el dióxido de cloro y los rayos UV-C.

El doctor Héctor García, profesor de la Facultad de Medicina, de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), y especialista en Gestión y Política de Salud Pública, explicó que este virus llegó para quedarse y, ante esta primera ola de contagios, es posible se vuelva estacional y aparezca en invierno, como la influenza y otras enfermedades respiratorias; por ello, es necesario buscar un tratamiento eficaz.

Aunque existe una gran cantidad de ensayos clínicos para hallar los medicamentos ideales contra el SARS-CoV-2, aún no se encuentra uno capaz de detener los síntomas producidos por el virus.

El especialista refirió que se estudian los anticuerpos monoclonales, los cuales forman parte de la inmunidad adaptativa o específica, y son



Foto: Agencia Reforma

conocidos así porque se enfocan en una proteína.

Desarrollados de manera artificial y utilizados para tratar diferentes enfermedades, como el cáncer, su función radica en reconocer el patógeno para que el cuerpo responda de manera más agresiva y pueda salvarse la vida de las personas.

Se espera que estos tratamientos se implementen en pacientes graves; sin embargo, las investigaciones aún están en fase experimental. Si llegase a ser efectivo, podría lograrse una inmunidad hasta de seis meses, pero su elevado costo resultaría inconveniente.

Otras alternativas son el

mesilato de camostat, usado en Japón para la pancreatitis aguda, y la artemisia annua o ajenjo dulce, una planta contra la malaria. Ambos tuvieron actividad *in vitro*, y en la Ciudad de México se realizan ensayos clínicos en 360 pacientes, con el fin de tener resultados en seis meses.

Ante ello, el doctor García afirmó que la comunidad científica trabaja a toda marcha para producir tanto el tratamiento como la vacuna.

“La covid-19 es nueva y tiene un patrón clínico diferente. Se requiere mucho dinero e investigación para producirlas. Debemos ser pacientes y esperar”.

contra reloj



El doctor Héctor García afirmó que el tratamiento con anticuerpos monoclonales para combatir la covid-19, aún está en fase de experimentación / Foto: Cortesía

Productos milagro

A la par de estos esfuerzos, han salido diferentes productos denominados "milagro". Estos se han popularizado en redes sociales, cadenas de WhatsApp e incluso entrevistas de falsos gurús y especialistas dedicados a la supuesta investigación científica.

Uno de los más famosos es el dióxido de cloro, compuesto químico utilizado para desinfectar superficies y efectivo para arrasar la suciedad y la grasa. Se dice que esta sustancia es benéfica porque oxigena la sangre; sin embargo, provoca la oxidación del hierro en la hemoglobina, y genera un estado tóxico en la sangre. Además, puede causar lesiones en el tracto digestivo, insuficiencia respiratoria y, en grandes dosis, la muerte.

Otro producto es el suplemento mineral milagroso (*Miracle Mineral Solution*). La solución contiene 28 % de clorito de sodio y se promueve como cura para el resfriado común, acné, diabetes, autismo, la malaria, el VIH, cáncer y covid-19. Hasta ahora no se han realizado ensayos clínicos para probar su eficacia, incluso puede ser tóxico para la salud.

siminforma.com.mx

Así se dividen los tratamientos para la covid-19:

Antivirales: usados para combatir las infecciones producidas por los virus. Se ha estudiado el remdesivir y la favipiravir para comprobar su eficacia contra el SARS-CoV-2.

Anticuerpos: las personas recuperadas pueden donar plasma, el cual contiene anticuerpos. Se utiliza para el plasma convaleciente y para la inmunoglobulina hiperinmune. Aún no se sabe si estos métodos son ciertos.

Antiinflamatorios: reducen la inflamación, el dolor y la fiebre. En el ensayo clínico Recovery se observó que la dexametasona disminuyó la mortalidad hasta un tercio en los pacientes con ventilación mecánica. Su uso debe ser evaluado por un médico.

Anticuerpos monoclonales: desarrollados de manera artificial, se enfocan en reconocer al patógeno para que el cuerpo responda de modo más agresivo. Se analiza su efectividad.

Las cabinas sanitizantes, donde las personas son rociadas de productos químicos, como amonio cuaternario, cloruro de benzalconio, peróxido de hidrógeno o exposición a rayos ultravioleta C (UV-C), también pueden afectar la salud; además, provocan efectos irritantes en la piel, mucosas y en el sistema respiratorio.

El ajo también ha dado de qué hablar, sobre todo por sus efectos antimicrobianos, o los beneficios de tomar té con miel y jengibre. Consumir estos alimentos no es perjudicial, pero tampoco una garantía para combatir o curar la enfermedad.

Lo más importante es mantenerse informado y consultar fuentes confiables, como la Secretaría de Salud y la Organización Mundial de la Salud. / México

PURITY[®]

GEL ANTIBACTERIAL

Cuidamos tus manos

Cuidamos de tu familia

A solo: \$13.00

Alcohol en Gel al 70%

- Alcohol con pureza de grado farmacéutico que cuida y protege tu piel
- Hipoalergénico
- Calidad Farmacéutica en la pureza de los ingredientes.

No pegajoso

Contiene Aloe Vera |

SECADO RÁPIDO en 5 seg.

Libre de solventes que pueden dañar tu piel y tu salud

Aviso SSA 203300519X1
Vigencia al 31 de octubre 2020

De venta en

FARMACIAS SIMILARES[®]

"LO MISMO PERO MAS BARATO"[®]



Dr. Simi

QUIMPHARMA
GUAIFENESINA / OXOLAMINA*
 Jarabe 2 g / 1 g / 100 ml
 Guaxoquim
 Precio Farmacias Similares®
\$52.00



BENZOCAÍNA*
 Solución bucal c/aplicador 10 ml 200 mg / 1 ml
 Quimikan
 Precio Farmacias Similares®
\$117.00



IBUPROFENO*
 Suspensión 15 ml con jeringa graduada
 Fidoín-Q
 Precio Farmacias Similares®
\$46.00



farmaciasimilares.com
 Vigencia al 31 de octubre 2020
 *Si persisten las molestias, consulte a su médico.



Comprimidos
del Dr. Zagal

Héctor Zagal
@hzagal

Melancolía

Por lo general, llamamos “melancólico” a quien tiene el ánimo decaído, desinterés en las actividades diarias y parece ser inmune a las más grandes y pequeñas alegrías. Hoy, conocemos la fuerte relación entre estado anímico y salud corporal. La neurología y la psiquiatría trazan una línea entre un estado de ánimo alicaído y una depresión clínica. Es decir, pueden determinar cuándo es necesario ayudar a nuestro cuerpo con algún antidepresivo o ansiolítico y acudir a terapia, y cuándo se trata solo de un estado de ánimo “tristón”. Por suerte, contamos con mejores herramientas para enfrentarnos a la depresión clínica. En la Grecia antigua, el cuidado de la salud se basaba en el equilibrio de humores corporales: bilis amarilla, bilis negra, sangre y flema. Según esta teoría humoral, el exceso o detrimento de uno u otro generaba fiebres, vómitos, convulsiones o sangrados. Galeno, médico griego del Imperio romano, retoma esta teoría humoral y relaciona el malestar generalizado y la aversión por las cosas más queridas a un incremento de bilis negra. Es decir, afecciones físicas, malestares anímicos. La teoría humoral va ligada con tipos de temperamentos. La sangre estaba asociada al temperamento sanguíneo; la bilis amarilla, al colérico; la flema, al flemático; y la bilis negra, al melancólico. De ahí la expresión “humor negro” para hablar de una risa amarga y depresiva. En el Renacimiento, se popularizó la teoría del macrocosmos y microcosmos: cada humor podía tener un astro relacionado a él. En el caso de la melancolía, Saturno era su planeta. Además, se relacionó la melancolía con el genio y la destreza mental. Así, quienes eran influidos por Saturno, solían ser intelectuales que entre más se dedicaban a resolver problemas teóricos, menos se interesaban por su cuerpo, su aspecto y la vida terrenal. Por ello, era común que se mostraran huraños, taciturnos y débiles. ¿Ustedes se encuentran bajo el influjo de Saturno?

Sapere aude ¡Atrévete a saber!

Cultura

Tesoro en peligro

El 29 de agosto, un incendio consumió pinturas, órgano, vitrales y un campanario de la Santa Veracruz, joya barroca en riesgo de derrumbe.

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

Los templos de la Santa Veracruz y San Juan de Dios flanquean, desde hace 500 años, una de las plazas más bellas de la capital, atrás de la Alameda central, en avenida Hidalgo y la calle 2 de Abril. Hoy, está en el olvido, invadida de basura, delincuentes, indigentes y malos olores. Es la parroquia barroca más antigua de la ciudad, y solo nos acordamos de ella cuando se incendia o se tambalea por un sismo.

Allí estuvo el mercado de las flores cuando había funerarias en avenida Hidalgo (1927). En los Juegos Olímpicos de México 68 la plazoleta fue teatro al aire libre. También fue un escenario de la película *Los Caifanes*.

Este templo barro-



Fotos: Fernando Gutiérrez

co de la Santa Veracruz albergó la Cofradía de Veracruz. Con ella Cortés agradecía haber llegado al puerto jarocho un Viernes Santo, de 1519. En este lugar yacen los restos de Manuel Tolsá, arquitecto y escultor español, y del insurgente Ignacio López Rayón. Además, conserva un Cristo crucificado, donado por Carlos V.

A su lado está el museo Franz Mayer, antes hospital para menesterosos y luego para sexo-servidoras. Ahí acudió Agustín Lara cuando una prostituta le cortó la cara; atendió las epidemias

por la peste, en 1738 y 1739, y sirvió para una escena de Pepe el Toro.

En los años 20, el templo de la Santa Veracruz tenía locales para una librería y un taller de jabones. Hubo hasta una imprenta carrancista. Hoy, sus catacumbas peligran por el hundimiento de 2.5 m en la zona.

En la plaza está también el templo de San Juan de Dios. Pertenecía a la orden de los juaninos, y venera al santo de las casaderas: san Antonio de Padua.

Las autoridades (bla, bla, bla) prometen rescatarlo... / **Cultura**



¿Qué tanto sabes de español?

Habla y escribe correctamente.

1. Volver a la nueva normalidad
2. ¿Cuarentena o cuarempena?
3. EE. UU. y EAU
4. ¿Chonguitos o changuitos?
5. Diminutivo de café

fegutierrezp@gmail.com

Respuestas:

1. Es preferible decir volver a una normalidad nueva, ya que la expresión volver a la nueva normalidad, es confusa, pues no podemos volver a algo que es nuevo.
2. El idioma es un ente vivo, sujeto a los hablantes, quienes han creado el término cuarempena, en lugar de cuarentena, con el que se alude a la tristeza de permanecer encerrados en casa para evitar contagios. Su grafía apropiada es cuarempena porque delante de las consonantes p y b se escribe m.
3. En realidad, EAU no es la abreviatura de Emiratos Árabes Unidos, sino su sigla. La abreviatura correspondiente, aunque se emplea menos, es EE. AA. UU. Respecto a Estados Unidos, la abreviatura es, en efecto, EE. UU., pero también se emplea la sigla EUA (Estados Unidos de América).
4. Según el Diccionario breve de mexicanismos, es hacer changuitos (con a, no con o), que define del siguiente modo: ‘cruzar los dedos, poner el dedo medio sobre el índice, con la intención de que eso traiga buena suerte’.
5. La forma de uso general es cafecito, según el patrón regular que encontramos en cochecito o parquecito. No obstante, hay otras variantes correctas: cafetito (por influencia de cafeto o cafetería), cafelito (que suele tener connotaciones positivas) y cafeito.

Fuente: RAE y Fundéu

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



En mi nueva normalidad evito la colitis con Nesajar.

La colitis evita que sigamos con nuestra normalidad.
Reactiva tu mundo y haz que tu vida no pare, con Nesajar.

Dile adiós a:



Estreñimiento



Dolor Abdominal



Inflamación



Cólicos



De venta en farmacias.



nesajar

www.nesajar.com

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

Mi nueva normalidad, mi mejor yo.

De venta en Farmacias Similares

**Perioxidin
Lacer**

**EFICACIA
TERAPÉUTICA
ANTISÉPTICA**

que se adapta a cada necesidad
con el sabor más agradable

Colutorio

para enjuague bucal

- Elevada sustentividad oral comprobada
- Máxima eficacia antiséptica
- Mejor sabor = mejor cumplimiento
- Doble acción antimicrobiana
- Clorhexidina 100% activa

Uso ideal

para

- Enfermedad periodontal (Gingivitis y Periodontitis)
- Cirugías y extracciones en cavidad oral
- Procedimientos periodontales (raspados, alisado radicular, curetajes)
- Enfermedad bucofaringeo

Ciencia avanzada

B Lacer **cas**
sanas



Lacer México

#TuBocaTieneMuchoQueDecir

AVISO DE PUBLICIDAD: 163300202D0031
PARA USO EXCLUSIVO DEL ODONTÓLOGO

Fanático

Adiós, Jefa

Axl Daniela Agüero
@axl_aguero

La Jefa era de esas personas que, al conocer a alguien, lo adoptaba, comenzaba a darle consejos y bromear. Su nobleza pura y talento natural para hacer reír a los demás, era una de sus muchas cualidades.

Junto a Paul King Villa-fuerte, José Luis Espinosa, de 65 años, fue uno de los mayores impulsores del proyecto Las Barras Praderas, un gimnasio comunitario “del barrio y para el barrio”.

El pasado 12 de septiembre, la Jefa perdió la batalla contra la covid-19. Sus compañeros de la Fábrica de Muñecos lo recordaron con cariño y se despidieron de él en el lugar que lo vio disfrutar sus últimos momentos.

“Después de casi un mes de aferrarse, como todo un guerrero, lamentamos participarles la noticia de que José Luis Espinosa perdió



Fotos: Karla López (Kai Ale)

la batalla, hoy”, publicaron en las redes oficiales del gimnasio.

A pesar de vivir una juventud difícil, José Luis transformó sus malas experiencias en aprendizaje y consejos, que transmitía mediante el ejercicio, la

buena salud, empatía y apoyo hacia todos los jóvenes que se acercaban a las Barras con el objetivo de hacer un cambio positivo en su vida.

Siempre buscó la forma de exhortar a los padres a comprender a sus hijos, a ser íntegros y entregados a su crecimiento físico y espiritual, para evitarles los horrores de las adicciones y la depresión.

Otro de sus apodos era la Madre, pues siempre lograba juntar a todos los asistentes del gimnasio a disfrutar de una comida que él mismo preparaba.

A pesar de sufrir diabetes y algunos problemas respiratorios, la Jefa nunca dejó de hacer ejercicio,

esforzarse y superarse cada día. En las redes sociales de Las Barras y de Paul King, siempre se le podía ver contento, animado, vital y lleno de buena energía.

Hoy, este hombre se ha convertido en un símbolo de la resiliencia y superación personal.

En Las Barras Praderas siempre será recordado con amor y cariño. Todas las buenas experiencias y los logros de cada joven que asista al gimnasio, la Jefa los celebrará con ellos.

En Farmacias Similares lamentamos su deceso, así como el de su esposa, María Victoria Castillo. Esperamos que todos su familiares y amigos encuentren pronta resignación. / Fanático

siminforma.com.mx





¡Carajo!

Antonio
"Tota" Carbajal

Mi primer Mundial, Brasil 1950

A partir de este número, no se pierda las memorias de una de las leyendas del fútbol nacional, Antonio "Tota" Carbajal.

Cómo olvidar la sorpresiva noticia de ser convocado a la selección nacional, la distinción y oportunidad de jugar en una Copa del Mundo, a los 21 años. Octavio Vial, director técnico, fue quien me eligió. Muy a pesar de la crítica de la prensa, debido a mi juventud, nunca perdí la confianza.

Recuerdo no haber tenido problemas para adaptarme con los otros seleccionados: Felipe Zetter, Mario Ochoa, José Antonio Roca, Montemayor, Ruiz, Septién,

Velásquez y otros más. No olvido la paciencia y humildad de los que debí echar mano para ganar su aprecio. Vino luego un torneo de preparación, y uno de los partidos más importantes de mi carrera, contra el Botafogo, de Brasil. Vial escogió a Raúl Córdoba como portero titular, pero cuando todo estaba listo para el juego, Córdoba presentó un malestar. El técnico, sin titubeos, me eligió y la selección dio esa tarde una de sus mejores exhibiciones. Ganamos 3-1 y

yo detuve varios disparos. El técnico mostró satisfacción, no solo por ganar el certamen, sino por el desempeño del equipo y por mi desenvolvimiento. De ahí en adelante, la titularidad fue mía. Más tarde, México conquistó con superioridad el pase al Mundial de Brasil 1950. Nadie nos detuvo en las eliminatorias de la Concacaf. Y llegó el momento de conocer el Maracanã. Cuando lo vi, no tuve palabras para describir mi sentir. Vial nuevamente decidió ponerme en

la portería. Íbamos contra el anfitrión Brasil y, aunque era absurdo pensar en una victoria, no saltamos a la cancha derrotados de antemano. Imaginen a un portero de 21 años, en su debut como titular de la selección mayor en un Mundial, con la fortuna de jugar en el encuentro de inauguración del majestuoso estadio de Maracanã. Entonces, vino a mi mente el recuerdo de cuando, siendo aún niño, suplicaba a los chicos del vecindario que me incluyeran en sus juegos.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

Crema Rehidratante

\$79.00

vlonc + piur

TATTOO

Ayuda a resaltar el color y brillo del tatuaje. Mantiene la piel y la mantiene libre de resaca.

Crema rehidratante para tatuajes

Cont. net. 74 ml

farmaciassimilares.com

Salud es belleza. Válido al 31 de octubre 2020.

ya contamos con

Drospirenona - Etinilestradiol

3 mg / 0,02 mg
Comprimidos
24/4

28 comprimidos oral

Precio \$219.00

farmaciassimilares.com

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

siminforma.com.mx

Su venta requiere receta, consulte a su médico. Vigencia al 31 de octubre 2020.

Fanático

NUEVO

ML-PRIM[®]
 Metocarbamol / Ibuprofeno
 Cápsulas 375mg / 200mg

¿TE QUEDASTE TARDE EN LA OFICINA?

**NO TRABAJES
 CON EL DOLOR**



FÓRMULA EN CÁPSULA BLANDA

3en1

- RELAJANTE MUSCULAR
- ACCIÓN ANALGÉSICA
- ANTIINFLAMATORIO



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

Con blister precortado.
 Para acompañarte en tu día a día



DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES

Conoce más en: www.ml-prim.com  [ml-prim](https://www.facebook.com/ml-prim)

UN PRODUCTO
 CON EL RESPALDO DE:

GEL
 pharma[®]
 INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA

1933002T1 B0274

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

siminforma.com.mx

Dua Lipa toca el cielo

Axl Daniela Agüero
@axl_aguero

Dua Lipa es considerada una de las artistas más exitosas del momento. Su estilo, talento y belleza la posicionan como la revelación musical de los últimos años. Su nuevo álbum, *Future Nostalgia*, lo demuestra, pues ocupó los primeros lugares en Inglaterra y otras partes del mundo, por muchos meses, desde su estreno en marzo.

La cantante juvenil siempre ha demostrado su gusto y admiración por los clásicos de la música, sobre todo el pop y para rendir

homenaje a los grandes de este género, realizó un *remix* del último álbum, en colaboración con artistas de la talla de Madonna y Missy Elliott.

Junto a estos dos ídolos, y con la diyéi británica *The Blessed Madonna*, Lipa realizó una nueva versión del tema *Levitating*, donde conjuntó la energía de la reina del pop con el hiphop, de Missy Elliott, que pone a bailar a cualquiera.

“Decidí llevar la fiesta a un nivel superior con la incomparable *The Blessed Madonna*. Me ayudó a crear el *mixtape*, que se convertiría en el

Club Future Nostalgia, mientras las reinas absolutas, Missy Elliott y Madonna, se unieron a mí para una versión actualizada de la épica canción de *Levitating*,” explicó la cantante.

Como parte del mismo proyecto, el tema *Physical* lo interpretó con Gwen Stefani. El tema logra la combinación perfecta entre la rudeza y originalidad de Gwen y la frescura de Dua Lipa.

Otros temas del álbum también los reinterpretó en compañía de los reconocidos diyéis Mark Ronson, Hot Chip, Moodyman y Mr. Fingers, entre otros.



Foto: Agencia Reforma

La fiesta y buenos ratos están garantizados en este álbum, en donde se podrán encontrar diferentes influencias musicales de la electrónica, blues, r&b y más.

Future Nostalgia, en su versión *remix*, ya se encuentra en todas las plataformas digitales,

listo para ser escuchado por los fanáticos del pop, quienes, sin importar su edad, disfrutarán de esta gran propuesta.

Este proyecto es el ejemplo perfecto de que lo vintage y lo clásico, jamás pasarán de moda. / *Farándula*

Farándula



Frente a la tele

Álvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com

Noche de buenas

Pocas barras de programación pueden ser más afortunadas que *Noche de buenas*, conjunto de programas que se transmiten de lunes a viernes, al terminar el noticiario *En punto*, con Denise Maerker, en Las Estrellas de Televisa.

¿Por qué? Porque México necesita reír y todo lo que pasa ahí, es comedia.

Por si esto no fuera lo suficientemente bueno, es comedia en muchos estilos y tonos.

¿Qué significa esto? Que si usted quiere un programa de *sketches*, como *Relatos macabrones*, aquí lo va a encontrar. Pero también que, si lo suyo son las historias más formales, más como de serie, también.

Para eso está *Lorenza, bebé a bordo*. ¿Y qué me dice de *Renta congelada*, de 40 y 20, o de todo lo demás?

Cada uno de los programas cómicos de Televisa tiene su propio lenguaje, su propio valor, y yo no solo le suplico que los vea, quiero que los aprecie.

Pocos países de América Latina pueden presumir, en este momento, de una cantidad así de producciones originales y, además, de un éxito tan grande.

Toda la barra *Noche de buenas* funciona bien, y si a esto le sumamos lo que ocurre con las comedias dominicales con conceptos como *Una familia de diez* o *Vecinos*, ahora sí nos podemos quejar de cualquier cosa menos de que en México no se hagan programas cómicos.

Pero espérese. Se pone mejor: usted los puede ver de manera tradicional en televisión abierta o en plataformas, como Blim.

El resultado es una nueva era en la producción de programas humorísticos que, poco a poco, se acercan a la cantidad y calidad que teníamos en el pasado.

¿Qué habría sucedido si en los tiempos de *Chespirito*, de *Anabel*, o de *Derbez en cuando*, hubiéramos tenido las posibilidades de ahora? ¿Se imagina?

Luche por divertirse con programas que lo hagan reír. Luche por ver las producciones cómicas de Televisa.

Son las mejores que hemos tenido en mucho tiempo. ¿Qué opina?

Farándula

El derrumbe, himno sanador de Enjambre

Enjambre presentó su nuevo sencillo *El derrumbe*, una reflexión acerca de la crisis, la ausencia y la manera de aprovechar el dolor en una oportunidad para renacer de las cenizas, como el ave fénix.

Con una fusión entre la balada setentera y lo innovador del *indie rock*, el tema invita a reflexionar y enseña que, pese a los infortunios, se puede salir adelante.

La letra narra cómo alguien extraña una cosa del pasado, ya sea una persona o emoción, y sentirse incompleto después de perderla. Así, esta canción es un himno sanador, que no solo les llegará a sus seguidores, sino también siminforma.com.mx

a todos los amantes de la música, porque los motiva a no rendirse ante la tristeza y avanzar en este proceso de recuperación.

Aunado a ello, la agrupación presentó su videoclip, donde sus integrantes recorren un panteón de México. La composición de las tomas

y el lugar donde se grabó remarcan el objetivo de *El derrumbe*, incluso le dan un toque sombrío.

La banda de rock cree que este sencillo, disponible en todas las plataformas digitales, podría ser uno de sus clásicos, porque es un canto de esperanza para las personas con una cicatriz en el corazón.

Mientras eso pasa, seguirá su trabajo en plena continuidad, con el fin de llevar su música a todos los rincones del país.

Redes sociales

Fb: @enjambre

IG: @enjambremx

YouTube: Enjambre. /

Farándula



Foto: Agencia Reforma



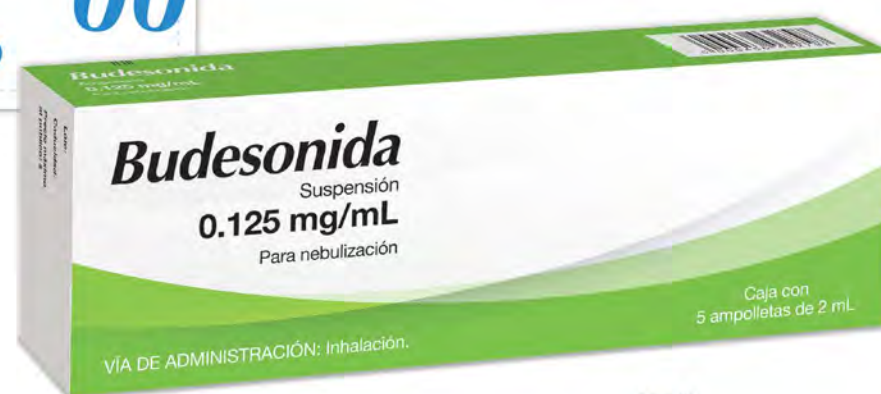
Budesonida
Suspensión 0.250 mg/mL

\$ **159.00**



Budesonida
Suspensión 0.125 mg/mL

\$ **129.00**



Su venta requiere receta, consulte a su médico.
Vigencia al 31 de octubre 2020.

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

Siminteresa



Horóscopos

Feliz cumpleaños a todos los nativos de Libra

Amira contigo

Facebook: Horóscopos de Amira

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

Bendiciones plenas para todos

♈ **Aries** (marzo 21 - abril 20) / Este es un buen momento para que se te valore en el ámbito profesional, obtendrás reconocimientos por tus esfuerzos en estos tiempos de octubre. La luna llena del día 1 ocurre en tu signo e indica que las cosas tomarán su sitio. Inicias una época en la que habrá mucho movimiento y mejorarán tus ingresos en este décimo mes. Tus palabras tendrán valor, controla tu dieta y malos hábitos.

♉ **Tauro** (abril 21 - mayo 21) / Mi querido tauro, practica respiración profunda, inhala y exhala para disolver cualquier energía negativa y mejorar tu sistema nervioso. La influencia de los astros puede no resultarte fácil; lo viejo no se resistirá para dejar a lo nuevo. Cooperar para aceptar los cambios. Si estás desempleado, coloca en una olla, semillas de trigo y repite: "Por el poder de Dios, y de mi voluntad, tengo trabajo, aquí y ahora".

♊ **Géminis** (mayo 22 - junio 21) / Querido géminis, no hay que esperar solo las bendiciones de la vida sin haber hecho méritos; si no estás activo, te preocupas. Mercurio, tu regente retrógrado, indica probar otros caminos, es tiempo de cambios benéficos. El ingreso económico se ve más a largo plazo, para mejorar tu vida. Repite: "Soy un ser humano con poder infinito. Tengo dentro de mí toda la sabiduría del universo, merezco ser feliz, tener lo que quiero y necesito".

♋ **Cáncer** (junio 22 - julio 22) / Sé consciente de lo que comes, puedes tener malestares estomacales. La luna nueva del 16 te recuerda: "Tanto va el cántaro al agua, hasta que se rompe". Cuida tus relaciones, no abuses de tus energías ni de las de otros. Recibe la luz lunar de tu regente en tu signo, el 9 de octubre, y repite: "Tú Selene, que facilitas el poder de la abundancia, ayúdame a ser un triunfador en lo que hago; gracias, gracias, gracias". Así sea. ¡Hecho está!

♌ **Leo** (julio 23 - agosto 22) / Controla tu impaciencia para no caer en errores. Son grandes tus facultades ejecutivas en este mes; dale crédito a tu intuición. La Luna en tu signo, el 12 de octubre, y Venus, te ayudarán en los negocios y en el amor. Tener poder sin perder humildad, te llevará a la excelencia en todas las áreas de tu vida. Tu afirmación del mes: "¡Me recupero y responsabilizo de mi poder, sin perder generosidad y contentamiento!"

♍ **Virgo** (agosto 23 - septiembre 22) / Querido virgo, debes cambiar tu ritmo de vida; tantas resistencias y desafíos pueden llevarte a malestares crónicos. Repara tu cuerpo. Es bueno tener una actitud clara; de lo contrario, algunas personas frenarán tus avances en el trabajo. La fe hace milagros. Convertir tu salud emocional, es tu prioridad, impedirá retrocesos en tus objetivos; tu voluntad de trabajo y servicio te conducirán al éxito.

♎ **Libra** (septiembre 23 - octubre 22) / ¡Feliz cumpleaños! A partir de octubre inicias una etapa positiva en lo económico. Dependerá de Venus, tu regente, marcar el tiempo de demostrar tus decisiones en el amor. Marte está en tu signo opuesto; Aries afecta. Tendrás muchas actividades que traerán desarrollo. Inicias etapa de decisiones que deben ser pensadas. Dirígete al Ángel de la Gratitude, agradece al Creador todo lo que te regala a diario, tu capacidad de ser tú, con vida plena.

♏ **Escorpión** (octubre 23 - noviembre 22) / Inicias bien octubre, Júpiter en Capricornio reforzará tu confianza, a pesar de que los astros te han agobiado. Recuerda que todo pasa. Los planetas marcan acercamientos con sentido y armonía. No te aferres al pasado, ni trates de detener el tiempo. Repite: "Soy luz y nada malo puede ocurrirme, estoy abierto (a), recibo la abundancia en trabajo, dinero, salud y bienestar". Pronúncialo en voz alta todas las mañanas, antes de ir a trabajar.

♐ **Sagitario** (noviembre 23 - diciembre 21) / Adelanta tus planes, llévalos a cabo, es buen tiempo para emprender. Tendrás nuevos amigos, renovarás los contactos que ya existen en tu vida. Cuida de los demás, comparte, pronto todo regresará a ti. Lima agravios con tu familia. Todas nuestras acciones el karma las regresa. Te ayudará a tranquilizar la mente. Repite: "Solicito a mi propio ser que me ayude a crear tranquilidad en lo que necesito, aquí y ahora".

♑ **Capricornio** (diciembre 22 - enero 20) / Plutón en tu signo inclina al poder, al mismo tiempo que te inclina a estados de ansiedad, sientes mucho temor de eliminar asuntos que desgastan y cosas viejas. Los astros indican éxito; no obstante, los asuntos relacionados con pagos de deudas y créditos, pueden ser motivo de preocupación. Júpiter, planeta de la libertad y la expansión, y Saturno, el de los obstáculos, desde tu signo, influirán de manera positiva y negativa.

♒ **Acuario** (enero 21 - febrero 19) / ¡Sé prudente! Rectifica, todo tiene su tiempo y razón de ser. ¡Siembra el bien! Evita el surgimiento de pensamientos negativos, aclara tu mente. Es recomendable que aprendas a ser tú mismo y justo con los demás. Logra un equilibrio adecuado en lo mental. La luna nueva favorece los cambios en casa. El feng shui recomienda que, para protegerse y cuidar el hogar, cuelgues espejos octogonales en la entrada.

♓ **Pisces** (febrero 20 - marzo 20) / Procura alejarte de los chismosos e intrigantes; solo buscarán verte derrotado. Nunca olvides que se crece y aprende ante la adversidad. Neptuno, en tu signo, te inclinará a mejorar tus emociones, a percibir de manera intuitiva la creación de Dios, tu espiritualidad más alta y tu fe. Mantén la serenidad, es un tiempo desafiante; si tienes algo que decir a quienes amas, entabla un diálogo abierto con ecuanimidad y respeto.

ETERNAL SECRET®
Alta cosmética a tu alcance

\$109.00
Tonificante Dermo-oxigenador 120 ml

\$69.00
Gel limpiador carbón activado 120 g

\$224.00
Sérum Dermo renovador 50 g

eternalsecret.com.mx

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



eternalsecret.com.mx

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

YA CONTAMOS CON

TADALAFIL



Precio
Farmacias Similares®
\$89.00



Su venta requiere receta médica.
Vigencia al 31 de octubre 2020.

farmaciassimilares.com

