

Hidrata, suaviza y perfuma tu piel en esta temporada invernal con

**Hinds**

PIEL SECA  
Hidrata y suaviza

Hinds  
CLÁSICA  
Hinds Hialurónico y Vitamina A  
Cont. Net. 230 mL

CUIDA TU PIEL

# SIMINFORMA

siminforma.com.mx

Noviembre 2020 Núm. 463-1

Por Un País Mejor®

Lo bueno también forma parte de la noticia



## Aulas vacías, país deficiente

Págs. 10 y 11

Foto: Agencia Reforma



En **Fundación Best**® aplicamos **rigurosamente** las medidas sanitarias para **evitar contagios**.

La sala de espera y el consultorio **son limpiados a fondo**, con solución desinfectante y clorada, **cada tres horas**.

**Así, garantizamos una consulta segura para ti y nuestro médico.**

# SíMiPlaneta

## Por usted y el planeta

Alejandra Cervantes Neri  
Tw: @lilly\_alee

de efecto invernadero. Y eso, es solo el comienzo.

Otras cifras indican que 80 % de la deforestación mundial, es resultado de la expansión agrícola, destinada, en su mayoría, a alimentar animales en vez de personas.

Asimismo, los nitratos derivados del uso masivo de fertilizantes sintéticos y de la descomunal cantidad de excrementos generados por la ganadería industrial, se filtran en la tierra y en los acuíferos.

### Cero consumo animal

Desde 1994, cada 1 de noviembre se conmemora el Día Mundial del Veganismo. Más que una manera de alimentación es un estilo de vida.

El objetivo es reflexionar sobre aquello que consume el ser humano, incluida la vestimenta, es decir, no usar ropa de origen animal; tampoco comer productos de experimentación animal.

No solo se busca denunciar la insostenibilidad del actual sistema agroalimentario, basado en dietas excesivas de carne y otros derivados animales, sino en las consecuencias de salud mundial y medioambiental.

Vivimos una crisis sin precedente, el planeta está en juego y nuestra salud mermada. Llevemos a la reflexión nuestros hábitos y hagamos conciencia del mundo que dejaremos a las futuras generaciones. /SíMiPlaneta

A partir de la Revolución Industrial, los hábitos alimenticios de la población dieron un giro de 180 grados. Se dio paso a la ganadería bajo la premisa de criar animales para obtener la máxima producción de carne, leche y huevos en el menor tiempo posible y al más bajo costo. Este fenómeno cambió los procesos e impactó en la salud mundial.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, desde 1975, la obesidad se triplicó en todo el planeta. Tan solo en 2016, alrededor de mil 900 millones de adultos de 18 años o más presentaban sobrepeso y, de ellos, 650 millones eran obesos.

El excesivo consumo de carne está asociado al aumento de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y algunos tipos de cáncer. Además, la ganadería industrial también contribuye a desarrollar resistencia a los antibióticos, tanto en humanos como en animales.

### Deje usted la conciencia... ¡el medioambiente!

Los daños de la ganadería industrial también impactan en el cambio climático. Según Greenpeace, el sector agrícola es responsable de 24 % de las emisiones mundiales de gases



**NUEVA IMAGEN**

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

**NUEVA IMAGEN**

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

**vitales** **Celecoxib**  
Cápsulas  
200 mg  
Precio Farmacias Similares®  
**\$199.00**  
CELECOXIB 200 mg  
10 cápsulas

**vitales** **eturion** ATORVASTATINA  
10 MG TABLETAS  
Precio Farmacias Similares®  
**\$139.00**  
ATORVASTATINA 10 mg  
30 tabletas

**vitales** **eturion** ATORVASTATINA  
20 MG TABLETAS  
Precio Farmacias Similares®  
**\$239.00**  
ATORVASTATINA 20 mg  
30 tabletas

**vitales** **eturion** ATORVASTATINA  
40 MG TABLETAS  
Precio Farmacias Similares®  
**\$386.00**  
ATORVASTATINA 40 mg  
30 tabletas

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

De venta en



**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

Un producto de **GEL**  
**pharma**<sup>®</sup>  
INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA



# En mi nueva normalidad los tacos solo son un antojito.

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](http://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

# PURITY®

## GEL ANTIBACTERIAL

**Cuidamos tus manos**  
Cuidamos de tu familia

**Alcohol en Gel al 70%**

**A solo: \$13.00**

**ELIMINA EL 99.9 % DE VIRUS\* Y BACTERIAS**

**PURITY**  
Gel Antibacterial para manos

**ALCOHOL en GEL al 70%**  
Con Glicerina y Aloe Vera

60ml

FARMAPIEL®

**SECADO RÁPIDO en 5 seg.**

**Contiene Aloe Vera | HUMECTA TU PIEL**

**Libre de solventes** que pueden dañar tu piel y tu salud.

Aviso SSA 203300519X1  
Vigencia al 30 de noviembre 2020.

De venta en



**FARMACIAS SIMILARES®**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO®

# Salud

## ¿Cómo subir la autoestima?



Foto: Agencia Reforma

Liliana Hinojosa Peniche  
centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx

Muchos nos hemos hecho esta pregunta cuando nuestros sentimientos se ven heridos por comentarios o acciones de las personas con quienes nos relacionamos, o incluso por pensar de manera negativa acerca de nosotros.

Puede ser que no nos sintamos tomados en cuenta, y es aquí donde debemos cuestionarnos en lugar de lamentarnos: ¿Qué pasa? ¿Por qué parece que nadie me valora? ¿Cómo puedo solucionarlo?

Sí existe la posibilidad de cambiar y de mejorar la autoestima. Para ello, es importante considerar el autorrespeto, uno de los aspectos que, al ser olvidado, nos lleva a vivir situaciones desagradables.

Respetarse implica tener pensamientos y acciones positivos hacia uno mismo, conductas de autocuidado: bañarse, cepillarse los dientes, arreglarse, ropa lista y limpia, horarios de comida y descanso.

Son situaciones que, por pequeñas que parezcan, en conjunto, nos llevan al primer nivel para mejorar nuestro amor propio. El hecho de que fijemos tiempos, rutinas necesarias en pro de nuestro bienestar, será el primer paso para marcar límites hacia otras personas.

Vernos como alguien a quien debe-

mos cuidar, nos hace estar más alerta cuando cometemos acciones en contra de nuestro beneficio. También sirve cuando alguien nos dice o hace cosas en contra de nuestros derechos o nos descalifica.

La idea de verse como alguien a quien debemos cuidar, procurar y dar autorrespeto, nos puede ayudar a generar conductas que, de manera normal, tendríamos hacia otros seres queridos, como los hijos o el cónyuge; pero olvidamos que también nosotros las necesitamos.

Desde esta perspectiva, podemos reflexionar sobre todas esas veces que no nos sentimos con derecho de decir lo que pensábamos, o que no pusimos un alto a una ofensa, o bien, no dimos esa oportunidad de expresar algo positivo acerca de nosotros.

Antes de que se pierda toda esperanza de que las cosas cambien para nosotros, es importante ver qué transmitimos a los demás. Si pensamos y hacemos cosas que impliquen autorrespeto, empezaremos a relacionarnos de forma diferente con nuestro entorno y con quienes nos rodean.

Si vives esta situación, o te identificas con algo de lo mencionado, llama al 800 911 66 66, opción 3. Con gusto te escucharemos. Estamos las 24 horas, los 365 días. / Salud

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

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



¡Acércate a nosotros, queremos ayudarte!

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales  
@cndeemx



www.serfelizisepuede.com.mx

# Nutre y depura tu cuerpo con 4 ingredientes naturales

En la actualidad resulta **INDISPENSABLE ALIMENTARSE LO MEJOR POSIBLE PARA MANTENER UNA BUENA SALUD**. A diario obtenemos nutrientes de los alimentos ingeridos; sin embargo, *a veces no es suficiente* porque la dieta mexicana, en general, no es óptima; está cargada de exceso de azúcares, sales y grasas. Esto puede deteriorar la función de algunos órganos y desencadenar todo tipo de problemas.

Por fortuna, **EXISTEN INGREDIENTES QUE NOS AYUDAN A LIMPIAR EL ORGANISMO Y MANTENER REFORZADO EL SISTEMA INMUNE**. Algunos de ellos son el **JENGIBRE, LA CLOROFILA, LAS HOJAS DE TÉ VERDE Y EL CARBÓN ACTIVADO**, EL MÁS UTILIZADO PARA LA DEPURACIÓN QUE AL SER INGERIDO REALIZA UNA ADSORCIÓN DE TOXINAS, metales pesados, gases, químicos y desechos indeseables en nuestro cuerpo. A su paso por el tracto

gastrointestinal retiene los compuestos orgánicos que encuentra, mejora la digestión y elimina flatulencias.

Se considera un ingrediente seguro para su consumo esporádico; dada su alta capacidad de adsorción, no se recomienda tomar en conjunto con medicamentos, pues puede reducir su efectividad.

Otro ingrediente maravilloso es el **jengibre, cuya composición está repleta de nutrientes que benefician el cuerpo y la mente**, como proteínas, carbohidratos y fibra; además, aporta minerales: calcio, potasio, magnesio, fósforo y sodio, y es rico en vitaminas B9 y C.

Uno de los beneficios más importantes es en el sistema digestivo al provocar una sensación gástrica de calor que ayuda al tratamiento de dolores estomacales, acidez e indigestión, favorece el movimiento intestinal, contrarresta el exceso de gases, náuseas y cólicos; además, tiene propiedades antiulcerosas.

La **clorofila posee un alto contenido de vitaminas A, C y E; es una excelente fuente de proteínas, calcio, hierro, magnesio, fósforo, potasio, sodio, azufre, cobalto y zinc**, entre otros. En lo digestivo protege el colon, hígado, estómago y vesícula, evita flatulencias, mal aliento y pesadez estomacal, entre otras.

Por último, el **té verde, o matcha, tiene propiedades superiores gracias a su alto contenido de catequinas que le dan un poder antioxidante**. Entre otros beneficios, ayuda a prevenir el envejecimiento y a disminuir el riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares. Está compuesto de agua, proteínas, azúcares, fibra, hidratos de carbono, calcio, fósforo, hierro, sodio, potasio y vitaminas A y C.

Ahora que conocemos las numerosas propiedades de estos cuatro ingredientes, comencemos a incorporar su consumo para obtener los aportes nutricionales, depurativos y de fortalecimiento del sistema inmune.



**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



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

HASTA **75%** DE AHORRO

[eternalsecret.com.mx](http://eternalsecret.com.mx)

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

**YA CONTAMOS  
CON**

**POR SOLO  
\$299**  
Precio Farmacias  
Similares



**Avamys 2A®**  
Furoato de Fluticasona

Suspensión  
27.5 µg / 50 µL

Nasal

120  
dosis

**DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES®**

[farmaciassimilares.com](http://farmaciassimilares.com)

Fecha de elaboración: 06/10/2020 Vigencia al 30 de noviembre 2020  
Reg. No. 214M2009 IV AVAMYS 2a Suspensión. IPPA/GDS11/PI10:03 Abril 2018/Actualización: 21 Junio 2018

Su venta requiere receta médica. **CONSULTE A SU MÉDICO**



#Psicosalud

Edilberto  
Peña\*

@Edilberto\_pena

## ¿Cómo actuar en un ataque de ansiedad?

Siempre es buen momento para repasar la manera de actuar cuando un familiar o amigo presenta un ataque de pánico.

En estos episodios, de 10-30 minutos, se presenta la ansiedad máxima que puede experimentar un individuo. Hay descontrol de los pensamientos catastróficos de muerte y de la regulación del sistema nervioso autónomo, que ordena toda la actividad de nuestros órganos internos.

En resumen, es una experiencia superior a nosotros y nos enfrenta a la posibilidad de morirnos o de perder la razón.

Aquí, algunos consejos:

1) Conservar la calma: es impresionante ser testigo de estos episodios; no vibremos en el mismo sentido que el afectado. Debemos mantenernos tranquilos para ayudarlo.

2) Hacerle sentir a la persona que es escuchada y no está sola; muchas veces decimos más con nuestro lenguaje no verbal que con palabras.

3) Apoyar en la respiración: poco a poco tratar de concientizar al afectado de que puede respirar de manera adecuada. Inspirar en cuatro tiempos, mantener el aire entre cuatro y 10 y espirar en 10; eso regula al sistema nervioso autónomo.

4) Usar medicamentos de emergencia: casi todos los pacientes con ataques de pánico han recibido prescripciones de medicamentos que pueden utilizar en el momento crítico.

5) Conectar con su médico: cualquiera de nosotros puede presentar un ataque de pánico, y no por eso es necesario acudir al médico. Pero si la intensidad del evento es tan grave como para vernos en la necesidad de ir a un servicio de urgencias, o la frecuencia es mayor a tres a la semana o tres al mes, es momento de pensar en una valoración de salud mental por un especialista.

\*Psiquiatra. Director Cisne México.

# Salud

## Riesgos de contraer covid-19, según tus actividades

Desde hace más de 7 meses, las autoridades de salud dieron a conocer las medidas para evitar y contrarrestar el riesgo de contagios por covid-19: uso de cubrebocas, sana distancia, lavado frecuente de manos y evitar lugares concurridos. A pesar de esto, puede haber dudas sobre el peligro que corremos al realizar diferentes actividades en esta normalidad nueva.

La Asociación Médica de Texas elaboró la siguiente lista al respecto.

### Riesgo muy alto

Comer en un *buffet*, ir a conciertos masivos, a un bar, gimnasios u otros lugares en donde haya contacto físico y hablar con otros implican una alta probabilidad de contagio.

### Riesgo moderado alto

Usar transporte público, ir a un salón de belleza, al cine, son actividades en donde es complicado poder mantener sana distancia y el tiempo de exposición al virus es prolongado.

### Riesgo moderado

Ir a la playa, de compras a un centro comercial y trabajar en la oficina pueden suponer un menor riesgo, ya que puede existir un mayor control de la sana distancia; pero aun así, no pierden su condición de públicos.

### Riesgo medio-bajo

Ir al supermercado, caminar o andar en bicicleta, acudir a una biblioteca o a algún museo, son actividades que podemos realizar con tranquilidad, pues puede respetarse la sana distancia y la aglomeración no es tan común.

### Riesgo bajo

Comprar comida para llevar, poner gasolina, acampar, son actividades que este estudio considera sin riesgo. Estas se pueden realizar manteniendo la sana distancia y con las medidas sanitarias controladas.

Este estudio fue hecho por expertos en la materia con el fin de sugerir y advertir a las personas, desde su experiencia, pero solo la propia persona puede saber las condiciones en que va a practicar la actividad y determinar el riesgo total.

Fuente: Asociación Médica de Texas <https://www.texmed.org>

# NUEVO CARBOVITA®

\$149.00

Frasco con 60 cápsulas



SUPLEMENTO ALIMENTICIO

®Marca Registrada

Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa.

Vigencia al 30 de noviembre 2020

Salud

## Y lo que faltaba... “huachicol” de medicamentos en Tepito

Exhibidos en el piso, entre cremas cosméticas, aparatos para medir la temperatura, la glucosa o la presión, en medio de frascos de café y latas de leche en polvo, “Tepifarma” — como lo llama la gente—, remata el creciente “huachicol” de medicamentos, incluso controlados y de uso exclusivo del sector salud.

En total impunidad y hasta con la complicidad de policías, los fármacos están a la vista de los visitantes sobre las calles de Florida, Caridad, Obreros, González Ortega y Díaz de León, colonia Morelos, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México.

A plena luz del día, calles enteras de Tepito se muestran



Foto: Agencia Reforma

como una gran farmacia ambulante, sin que actúe autoridad alguna.

Y lo saben: sobre la calle de Caridad rondan unos

20 uniformados del sector Orca, de la Secretaría de Seguridad Ciudadana, pero no intervienen. Incluso un elemento se rezagó del

grupo, para preguntar por un cubrebocas que le llamó la atención.

Un comerciante, ubicado en la esquina de Obreros y Caridad, dijo: “Los policías son amigos; ellos nos avisan cuando viene un operativo. Entonces, ya no ponemos nada; por eso, estamos tranquilos”.

Un recorrido por el lugar mostró que, desde una sal de uvas hasta antibióticos y medicamentos del grupo de los opioides, como buprenorfina, recetado para controlar el dolor intenso y permanente en pacientes con cáncer, pueden adquirirse sin restricciones.

Por ejemplo, este fármaco, en la presentación de seis

ampolletas, de 0.3 mg/1ml, puede comprarse en 150 pesos, sin importar que la caja tenga la leyenda “Propiedad del sector salud. Queda prohibida su venta”; incluso los vendedores ofrecen mejorar el precio en la compra de más de tres.

En “Tepifarma” nadie pide los requisitos de ley: receta con fecha, nombre, firma y cédula del médico, nombre comercial del medicamento —no el genérico—, la presentación del producto y la dosis indicada para el paciente, la dirección del consultorio y una identificación oficial. / Salud

(Con información de La Jornada)

**\$73.00**

Fórmula Triple Acción

Dolores reumáticos, de espalda, torceduras y musculares.

**Reumophan®**

CLORZOXAZONA / KETOPROFENO  
TABLETAS 250/50 mg

Analgesico • Anti-inflamatorio  
Relajante muscular

10 Tabletas

GMSI

Analgesico 1

2 Anti-inflamatorio

3 Acción

3 Relajante Muscular

GMSI Farma

Gana la batalla con **Reumophan®** gracias a su **triple acción analgésico, anti-inflamatorio y relajante muscular.**

**¡Quédate en casa con el mejor aliado!**

AUT. NO. 133300201B4646 REG. NO. 14110 SSA VI / 0516M79 SSA VI CONSULTE A SU MÉDICO

Vigencia al 30 de noviembre 2020

## Reencuentro con México

### De niño talento, a virtuoso pianista

Juan Manuel Rentería

Roberto Pérez Vázquez, fundador y director de Los Violines de Villafontana, nos recibe en su domicilio.

—¿A qué edad se inició en la música?

—A los 4 años mi mamá me sentó al piano y me dio mis primeras lecciones, ella era maestra de ese instrumento.

Nacido en Apizaco, Tlaxcala, el 3 de junio de 1929, dice que a los 7 años amenizaba las fiestas de su familia con obras de Mozart, Beethoven y Agustín Lara.

De joven decidió viajar a la Ciudad de México para **Reencuentro con México**

probar suerte. Después de tocar puertas, logró su primer trabajo como pianista en el teatro Follies Bergère.

Logró incorporarse al grupo de artistas de la XEW Radio. Fue suplente de Juan García Esquivel y Consuelito Velázquez. Compartió escenario con Pedro Vargas, Agustín Lara, Vicente Garrido y José Luis Caballero.

—¿Cómo nacen Los Violines de Villafontana?

—Ramón de Flores, propietario del restaurante Villa Fontana, me ofreció trabajo, y ahí amenizaba a los comensales; después invité a un grupo de violinistas y fundé Los Violines Mágicos de

Villafontana, integrado por 10 violinistas, dos pianistas y un bajista, todos vestidos de frac.

—¿Qué personajes acudieron a escucharlos?

—Personalidades como Richard Nixon, Robert Kennedy; los expresidentes Adolfo López Mateos, Miguel Alemán Valdés y Adolfo Ruiz Cortines; María Félix, Salvador Novo, Mario Moreno Cantinflas, Bola de Nieve, también escritores, poetas y actores de Hollywood.

Los Violines Mágicos de Villafontana amenizaron la ceremonia prenupcial de la princesa de Mónaco, en el Maxim's, de París.

—¿Alguna anécdota?

—Recuerdo cuando nos



Foto: Redacción

invitó a su casa don Mario Moreno, a una reunión a la que asistió Frank Sinatra. Él no se esperaba nuestra presencia. Sinatra estaba sentado en el suelo y la música de los violines a su alrededor. Fue tanta su emoción, que hasta lloró.

Los Violines Mágicos de Villafontana siguen vigentes, pero su fundador y director dice que ya es tiempo de su retiro y pronto dejará el piano, su inseparable compañero durante más de 80 años. / **Reencuentro con México**



# ACCU-CHEK®



## Glucómetro Accu-Chek® Active

1 pieza

Precio Farmacias Similares®

**\$514.00**



## Tiras Accu-Chek® Active

25 tiras reactivas

Precio Farmacias Similares®

**\$205.00**



## Tiras Accu-Chek® Active

60 tiras reactivas

Precio Farmacias Similares®

**\$329.00**



## Accu-Chek® Softclix

25 lancetas

Precio Farmacias Similares®

**\$65.00**

Prevención es salud. Vigencia al 30 de noviembre 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"®



# Aumentará la deserción escolar

Jacqueline Ramos  
jramosr12@hotmail.com

Los sueños de miles de niños y jóvenes de ser profesionistas están amenazados, debido a la crisis económica por la pandemia de covid-19. México tendrá menos maestros, médicos, científicos, etcétera, y eso afectará su desarrollo.

En entrevista con *Siminforma*, Nurit Martínez Carballo, profesora de la Facultad de Ciencias Políticas, de la UNAM, comentó que la educación básica –incluido el nivel de bachillerato– arroja cifras preocupantes desde finales del ciclo pasado.

Y es que el titular de la SEP, Esteban Moctezuma, dijo que cerca de un millón de estudiantes se quedaron sin concluir la etapa anterior, sobre todo por la falta de computadoras, laptops o celulares, así como de conexión, para seguir las clases.

A partir del ciclo 2020-2021, Aprende en Casa se inició vía televisión. Los maestros tampoco están satisfechos con ello, porque –dicen–, lo más importante es el contacto con los niños y que, en medio del vacío, muchos optan por dejar la escuela.

Un tema preocupante es el hecho de que, en el último examen de la Comisión Metropolitana de Instituciones Públicas de Educación Media Superior (Comipems), 16 mil 438 jóvenes inscritos ya no México



Foto: Agencia Reforma

se presentaron a concursar por un sitio en las nueve instituciones convocantes.

Estos jóvenes que no realizaron el examen se unirán a quienes cada año abandonan la educación media superior por cuestiones económicas, o por un embarazo fortuito, entre otras razones, y que suman unos 800 mil.

Además, en el país –dijo–, las estadísticas indican que 4 de cada 10 jóvenes que ingresan a la licenciatura no van a concluir sus estudios y, de ellos, dos no se titularán. Además, habrá que ver cuántos encontraron

un trabajo en el área que estudiaron.

“El sistema educativo tiene una verdadera carrera de obstáculos para que los jóvenes puedan concluir sus estudios”, afirmó.

Rodolfo Soriano Núñez, doctor en sociología por la Universidad de Fordham, Estados Unidos, tiene claro que la deserción en México no es nueva y que se origina también en situaciones culturales. Por ejemplo, al terminar la primaria o secundaria, hay una tendencia absurda de que no tiene sentido que las niñas continúen sus estudios.

**La deserción escolar nos afecta como país porque tenemos, cada vez más, una mano de obra que tiene una serie de deficiencias para acometer tareas nuevas, que está en labores que requieren poco conocimiento y carece de una expectativa de desarrollo a largo plazo**

Son ellas a quienes de manera preferente se les pide dejar los estudios para aportar ingresos en casa, sobre todo cuando hay algún familiar anciano o enfermo.

Expuso que no se puede dejar de lado la falta de expectativas claras en cuanto a estudiar alrededor de 16 años para obtener una licenciatura en México. Nada asegura que van a tener un empleo más o menos estable.

“Eso hace que muchos chicos evalúen sus posibilidades y, a veces, al terminar la secundaria o preparatoria, o al cumplir un año de la carrera universitaria, prefieran irse a conseguir chamba porque, de otra manera, no ven claro qué pudiera suceder en el futuro con ellos”.

Refirió que, de manera inevitable, la deserción [siminforma.com.mx](http://siminforma.com.mx)

# México

# por la pandemia



Foto: Cortesía

Nurit Martínez Carballo, profesora de la Facultad de Ciencias Políticas, de la UNAM



Foto: Cortesía

Rodolfo Soriano Núñez, doctor en sociología por la Universidad de Fordham, Estados Unidos

aumentó en la pandemia, porque muchas familias perdieron ingresos, debido al enfoque lamentable del gobierno federal acerca de la covid. “Era necesario que se transfirieran más recursos a las familias sin ingresos”.  
 ¿Por qué nos afecta como país?  
 “Porque tienes una mano de obra, si bien no analfabeta, una que sí va

a tener deficiencias para acometer tareas nuevas. Estará en labores que requieren poco conocimiento y habilidades. Carece de una expectativa de desarrollo personal o laboral a largo plazo. En cambio, se reducirá el número de licenciados, maestros y doctores para el desarrollo del país”. / México

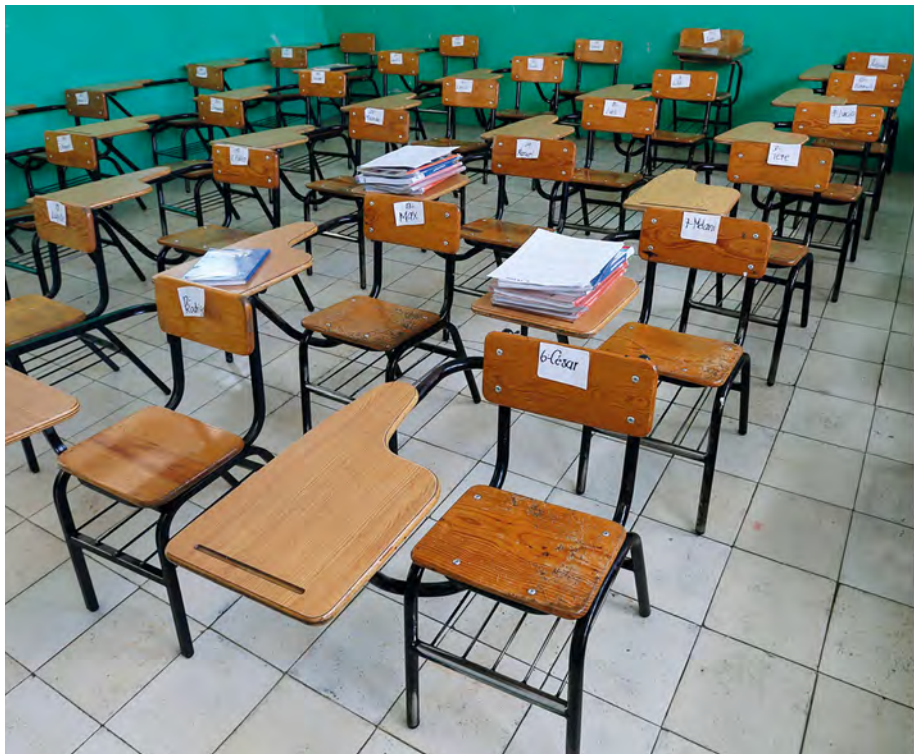


Foto: Archivo  
 Foto: Agencia Reforma



**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 30 de noviembre 2020.

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



Comprimidos  
del Dr. Zagal

Héctor Zagal  
@hzagal

## Alimentos extravagantes

El ser humano comparte con otros animales la necesidad de comer. Sin embargo, vamos más allá de nuestra necesidad alimenticia. Solo pensemos en la cocción de los alimentos. Aunque pudiera parecer trivial, es una sofisticación tecnológica, gastronómica y racional. Por ejemplo, en el sushi o en la carne tártara. No comemos solo para nutrirnos. Comer es un placer, un acto social, un rito.

La sofisticación no termina ahí. No solo tenemos variedad de métodos de cocción, de salsas, de especias, de ingredientes, sino también de precios. Hasta entre los tacos hay clases. Aquí, un top 5 de alimentos extravagantes y caros:

1. Las trufas. No me refiero a los chocolates, sino a los hongos. Existen negras y blancas, ambas carísimas. Su elevado precio se debe a que es difícil encontrarlas; crecen bajo tierra y es imposible localizarlas a simple vista.
2. Jamón de Jabugo. De Huelva, en España. Se dice que Jabugo tiene las mejores condiciones climáticas para que el jamón adquiera su delicioso sabor. En otras partes de España se prepara de la misma manera que en Jabugo, pero no gozan de la denominación de origen. Este jamón se hace a partir de la carne del cerdo de raza ibérica, criado en libertad y alimentado con bellotas.
3. Percebes. Este crustáceo puede encontrarse en las costas de España, Portugal y Francia. Habita en las rocas más abatidas por el mar. Eso vuelve su recolección bastante peligrosa. De ahí su elevado precio, pues quienes se dedican a pescarlo arriesgan su vida.
4. Caviar. Es la huela del pez esturión. Hay alrededor de 25 variedades; tres de ellas, en el mar Caspio: beluga, sevruga y osetra. Dicen que el caviar auténtico solo puede ser comido con cuchara de oro, nácar o marfil, porque incluso la plata arruina su sabor.
5. Azafrán. Se obtiene del pistilo de la flor. Su alto precio se debe a que para obtener un kilogramo se requieren 80 kilogramos de flores frescas, lo que equivale a 140 mil flores. Temo decirles que casi toda la paella que comemos está pintada con colorantes artificiales y no con azafrán.

Sapere aude ¡Atrévete a saber!

Cultura

**QUIMPHARMA**

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



**GUAXOQUIM®**  
GUAFENESINA OXOLAMINA  
JARABE  
2g / 1g / 100ml  
SABOR  
Fresa Rommelito  
QUIMPHARMA

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



**QUIMIKAN®**  
BENZOCAÍNA  
SOLUCIÓN BUCALE  
10 ml 200 mg / 1 ml  
QUIMPHARMA

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



**FIDOÍN-Q®**  
IBUPROFENO  
SUSPENSION  
15 ml 150 mg / 5 ml  
QUIMPHARMA

f t y i

**farmaciassimilares.com**  
Vigencia al 30 de noviembre 2020.  
\*Si persisten las molestias, consulte a su médico.

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

## Cultura

# El quemadero de la Inquisición

Fernando Gutiérrez Pérez  
fegutierrezp@gmail.com

En casi 300 años de existencia, la Santa Inquisición, en la Nueva España, se calcula que procesó a más de dos mil personas, acusadas de herejía, o solo por estar en contra del régimen.

Esta institución tuvo su quemadero en la actual calle de Doctor Mora, a un lado de la Alameda Central. Funcionó de 1596 a 1771. Eran, entonces, las afueras de la ciudad, habitada por poco más de 450 mil españoles e indígenas. El templo de San Hipólito ya existía, pero solo como una ermita.

Había otro quemadero, donde está hoy la Cámara de Diputados. Pertenecía a la justicia civil, y ejecutó a más condenados que la Inquisición. La razón de tener dos tribunales, era que el eclesiástico solo perseguía los crímenes en contra del dogma católico.

La Inquisición no juzgaba a indígenas, por ser nuevos en la fe, pero sí a negros, mestizos, mulatos y filipinos. Esta norma se estableció luego de que fray Juan de Zumárraga enviara a la hoguera al texcocano Carlos Chichimecatecuhtli Ometochtzin, nieto del rey Nezahualcóyotl.



Fotos: Fernando Gutiérrez

Esta atrocidad escaló hasta el rey de España, quien ordenó no ejecutar a los naturales. Y es que Zumárraga se las gastaba contra todo lo indígena. Consideraba que eran cosas del demonio. Por eso destruyó los códices aztecas y mexicas, valiosos documentos históricos.

Las hogueras se colocaban en el atrio del convento franciscano de

San Diego, del que solo quedan la iglesia y parte del claustro. Ese sitio fue por años la Pinacoteca Virreinal. Hoy es el Laboratorio de Arte.

A lo largo de más de dos siglos, las cenizas de los calcinados fueron arrojadas en los jardines de la Alameda, donde, según cuenta la leyenda urbana, por las noches aún se escuchan lamentos y gritos. / Cultura

siminforma.com.mx

# Ampigrin®

Ampicilina



**\$92.00**  
Precio Farmacias Similares®

**\$86.00**  
Precio Farmacias Similares®



De venta en

## FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 30 de noviembre 2020.  
Reg. No. 74558 SSA IV





¡Carajo!

Antonio  
"Tota" Carbajal

## Brasil vs. México, 1950

24 de junio de 1950, inauguración del Mundial y primer encuentro contra Brasil en el Maracanã. Recuerdo las formaciones en la cancha de aquella selección mexicana: Zetter, Ochoa, Montemayor, Ruiz, Roca, Ortiz, Septién, Casarín, Pérez, Velázquez y yo, en la portería. Por la verdeamarela: Bar-

bosa, Augusto, Juvenal, Bigode, Eli, Danilo, Maneca, Adhemir, Baltazar, Jair y Friaca, El árbitro era un británico.

Sonaba el silbatazo inicial, Brasil empujaba con aires de conquista, pero se encontró a un rival decidido a cerrarle los espacios. Nos defendíamos bien y hasta nos dábamos el lujo de intentar riesgosas descolgadas.

Los primeros 30 minutos, mi portería se mantuvo intacta. La verdad es que Brasil intentaba todo en busca de la anotación. Dominante, se topaba con una defensa bien ordenada y, por momentos, nos convertimos en una pesadilla para el rival anfitrión.

Brasil redobló esfuerzos ante un público

impaciente. Sus inteligencias futbolísticas: Jair, Adhemir y Baltazar, entre otros, tiraban insistentes a mi portería que, con la buena actuación de mis defensores, manteníamos un digno papel. Brasil jugaba con pases cortos y al minuto 32 cayó la primera anotación en contra de México. Un gol histórico por ser el primero del Mundial y del equipo de casa. Nunca olvidaré el estruendo del público en las gradas. Así terminaba la primera parte, pero faltaban 45 largos minutos que comenzaron con una serie de ataques de la ofensiva brasileña. Realmente tuvimos mucho trabajo. México se vio obligado a atender labores defensivas ante el intenso acoso de nuestro adversario y, muy a nuestro pesar, el encuentro

finalizó 4-0 a favor de Brasil.

Este resultado acabó por satisfacer a la prensa brasileña, pero no convenció. Consideraban que el marcador no iba de acuerdo con la superioridad de Brasil en el campo de juego. El no haber conseguido un marcador más contundente empezó a provocar ciertas dudas entre los críticos. La selección mexicana fue ovacionada al final, aun con el 4-0, que no dejaba de ser goleada. La opinión general me consideró como el principal obstáculo, el que impidió a la escuadra brasileña obtener un resultado más jugoso. Con esa actuación conquisté una vez más la titularidad en el equipo, del que, siempre debo decirlo, me sentiré orgulloso por tan aguerrido papel.

## Fanático Bajo la lupa

Fernando Gutiérrez  
fegutierrezp@gmail.com

No solo es el caso Billy Álvarez; es la Femexfut en el escándalo FIFA-Gate; los patrocinadores que obligan a jugar a la selección; el *doping* de Víctor Guzmán; los contagios de covid entre futbolistas por la ambición de clubes y televisoras; la presión de dueños de equipo para que sus 'estrellas' sean llamados al tricolor.

Son los entrenadores-promotores; la investigación de la FIFA a la Liga MX por amaño de partidos; corrupción en los fichajes para que sean siempre los mismos clubes los que disputen el título; clubes que amenazan a los árbitros; el portero secuestrador del Monterrey (Omar "Gato" Ortiz).

Y más: presencia del narco (caso Rafael Márquez), y lavado de dinero (Tirso Martínez en el Querétaro, Celaya, Irapuato, Mérida y La Piedad, en tiempos del Señor de los Cielos). En 2008, la Familia Michoacana, en la Segunda División.

En 2004, el argentino Carlos Ahumada, dueño del León y Santos, huye por trampas con el gobierno capitalino. Otra anomalía: Cruz Azul no ha sido desafiliado, pese al pillaje de su presidente.

En suma, la Unidad de Inteligencia Financiera, de Hacienda, tiene bajo la lupa a los clubes. / Fanático

Fanático

**Candiphen V**  
Candiphen V Ovulo 1 Ovulo  
Reg. No. 111M2004SSAVI  
Caja con 1 Ovulo  
\$107.00  
© MARCA REGISTRADA  
PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES  
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO.  
Vigencia al 30 de noviembre 2020

**DURAMAX gel**  
DURAMAX gel MÁXIMA DURACIÓN  
Reg. San. No. 0653C2012 SSA  
Caja con 1 Ovulo  
\$114.00  
© MARCA REGISTRADA  
PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES  
Vigencia al 30 de noviembre 2020

**Sucanon**  
Remedio Herbolario  
Caja con 24 Tablet 2.0 mg 1.0 mg  
OTD AVALADO ASOCIACIÓN MEXICANA DE DIABETES  
Trichosanthes Kirilowii Extracto seco de raíz de Trichosanthes Kirilowii y Complejo de Manitolol-dimetilolol.  
Auxiliar en la DISMINUCIÓN de los SÍNTOMAS producidos por  
NIVELES ALTOS DE GLUCOSA  
Tales como Aumento de peso, orina excesiva, fatiga y sed.  
Clave alfanumérica: 016RH2003SSA  
\$99.00  
© MARCA REGISTRADA  
PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES  
ESTE PRODUCTO NO HA DEMOSTRADO CIENTÍFICAMENTE TENER PROPIEDADES PREVENTIVAS NI CURATIVAS.  
CAJA CON 24 TABLETAS  
Vigencia al 30 de noviembre 2020

siminforma.com.mx

**NUEVO**

**ML-PRIM<sup>®</sup>**  
 Metocarbamol / Ibuprofeno  
 Cápsulas 375mg / 200mg

PARA ESOS DOLORES INESPERADOS

**NO VIAJES  
 CON EL DOLOR**



FÓRMULA EN CÁPSULA BLANDA

**3en1**

- RELAJANTE MUSCULAR
- ACCIÓN ANALGÉSICA
- ANTIINFLAMATORIO



**ML-PRIM<sup>®</sup>**  
 Metocarbamol / Ibuprofeno  
 375 mg / 200 mg  
**CON ACCIÓN ANTIINFLAMATORIA**  
 Cápsulas

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

Caja con **12** cápsulas

Con blister precortado.  
 Para acompañarte en tu día a día

CON **ML-PRIM<sup>®</sup>**  
 ALIVIO A LA PRIMERA



DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES

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

UN PRODUCTO  
 CON EL RESPALDO DE:  
**GEL**   
 pharma<sup>®</sup>  
 INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA

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

1933002T1B0274

# PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

## Primeras molestias:

1. Dolores de cabeza, huesos, muscular, garganta y pecho
2. Tos
3. Fiebre
4. Falta de aire
5. Escalofríos
6. Esguerrimiento nasal
7. Pérdida del olfato y del gusto
8. Conjuntivitis

Evita complicaciones; acude a los consultorios de Fundación Best® si padeces estos síntomas.

**Protégete y cuídate ante covid-19**

**Recuerda: NO te automediques**



Síguenos por:



## Farándula

# Lucero no deja de brillar



Foto: Agencia Reforma

Axl Daniela Agüero  
@axl\_aguero

Los temas *Te deseo lo mejor*, *No pudiste amar*, *Dueña de tu amor*, y éxitos grabados todos en vivo, como *Ya no*, *Táctica de guerra* y *Sobreviviré*, son algunas de las canciones incluidas en esta celebración digital.

Los seguidores de la artista también pueden compartir esta gran celebración con Lucero en su programa semanal *Mucho qué contar*, el cual se transmite por la plataforma YouTube, donde la intérprete habla sobre las novedades en su vida y su carrera.

“Estoy agradecida con Dios, con la vida, con mi público, los medios de comunicación y todas las personas que me han acompañado en estos 20 y 20. Siempre he tratado de transmitir el mensaje de cómo ha sido mi camino en la vida y mi profesión, y de cómo he evolucionado para continuar en el gusto de quienes estuvieron desde el principio, quienes me han ido conociendo a lo largo de los años, quienes apenas lo van haciendo y para todos los que quieran estar conmigo hasta el final”, comentó.

Una vez más, Lucero demuestra ser una de las artistas más sólidas del medio del espectáculo, pues nunca deja de trabajar, innovar y mantenerse cerca de todos sus fans. / *Farándula*

siminforma.com.mx

Desde pequeña, Lucero encontró la vocación que sería su forma de vida. La cantante, actriz y compositora demuestra ser una artista nata, y sus 40 años de carrera profesional la respaldan.

Para celebrar su trayectoria junto a sus fanáticos, lanzó un álbum digital compuesto de 40 temas, parte importante de su trayectoria musical y que la han colocado durante cuatro décadas en los primeros lugares de popularidad.

El álbum *Lucero 20 y 20* es un compendio en donde el público podrá disfrutar de diferentes géneros, como pop, dance, balada, banda, mariachi y más, pues la cantante tiene el objetivo de compartir su música con todas las generaciones que la han visto crecer y apoyado en su carrera.

“Se dice fácil, pero han sido 40 años ininterrumpidos de mucho trabajo, de muchas cosas maravillosas, con el agradecimiento profundo que le tengo al público”, comentó Lucero.

De igual forma, expresó que este material tiene como objetivo acompañar a todas las personas en esta etapa tan difícil de aislamiento e incertidumbre.



Frente a la  
tele

Álvaro Cueva

alvaro@alvarocueva.com

## ¿Quién es la máscara?

Vamos a decirnos la verdad, la edición 2020 de *¿Quién es la máscara?*, es la mejor idea que pudo haber tenido Televisa para consentirnos en tiempos de covid-19.

¿Por qué? Porque para sus directivos, como para los de cualquier otra televisora, hubiera

sido fácil no hacer nada y repetir los capítulos del año pasado con el pretexto de que esto sale caro y de que la crisis está dura.

Pero no, hicieron dos o tres ajustes económicos, apenas perceptibles en la pantalla, y se aventaron el paquete de divertirnos igual o hasta mejor que en 2019. ¡Gracias! De veras. ¡Muchas gracias!

¿Quién es la máscara? es la versión nacional de un famoso formato coreano donde, de lo que se trata, es de que un grupo de "investigadores" y el público, adivinen quién es la celebridad detrás de unos disfraces espectaculares.

La versión de Televisa, por cierto, está

adaptada a nuestra cultura y, por lo mismo, es mil veces más chistosa, entrañable y divertida que la original.

El caso es que las familias se pueden volver a reunir frente a la tele sin pagar un solo peso y reciban un contenido sano, entretenido y de calidad.

Porque, eso sí, es indiscutible la calidad de las celebridades que participan en estas dinámicas, de Omar Chaparro como conductor y de los "investigadores": Yuri, Consuelo Duval, Carlos Rivera y Juanpa Zurita. ¿Así o más atractivo?

Le voy a pedir un favor: cuando mire esto, trate de apreciar el trabajo que hay detrás

de cada uno de los musicales.

Al margen de que se tiene que guardar el secreto de la identidad de los participantes, las voces son estupendas, las coreografías son sensacionales, el vestuario, también, y la puesta en pantalla puede competir contra lo mejor de lo mejor a escala mundial.

¿Quién es la máscara? es un orgullo para toda la industria de la televisión mexicana porque, le recuerdo, estamos en pandemia, y si aventarse esto en tiempos "normales" es complicado, imagínese lo que es hacerlo respetando los protocolos de sanidad.

Luche por ver *¿Quién es la máscara?* Hoy, más que nunca, lo vale. ¿A poco no?

De venta exclusiva en

**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Dr. Simi



siminforma.com.mx



#QuédateEnCasa

**TOMA  
DE  
MUESTRAS**

**A DOMICILIO  
Llámanos al:  
800 719 2734**

ssdrsimi.com.mx  
Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón.  
Céd. Prof.: 4451415-UNAM



# Síminteresa



## Horóscopos

Feliz cumpleaños a todos los nativos de Escorpión

Amira contigo

Facebook: Horóscopos de Amira

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

Bendiciones plenas para todos

**♈ Aries** (marzo 21 - abril 20) / Controla la tendencia de hablar "seco, duro y a la cabeza". Pueden presentarse situaciones del pasado. Aclara en tu mente lo que sientes confuso respecto a tus sentimientos, los cambios inesperados te han provocado tensión. Marte en tu signo, quizás haya creado en tu vida tendencias agresivas, y se despliegan por la fuerza del destino. En el amor, tal vez te sientas entre dos fuegos. Evita la inmadurez, ten más firmeza en el interior y confía en el poder transformador del amor.

**♉ Tauro** (abril 21 - mayo 21) / En el inicio de noviembre, la Luna transita tu signo; destacarán tus cualidades creativas y fomentarás la independencia de pensamiento y de acción. Es favorable iniciar rutinas de ejercicio para liberarte de tensiones y cambiar de imagen personal, te dará una renovación de energía. Sientes una gran responsabilidad y capacidad de interiorización, aunada al deseo de servir para obtener lo que quieres. Vas por buen camino.

**♊ Géminis** (mayo 22 - junio 21) / Los nativos de Géminis pueden verse influidos en su sensibilidad y comunicación durante los primeros días de noviembre por el efecto de Mercurio, su planeta regente directo. Incrementarás tu capacidad psíquica. Será positivo escuchar la voz de tu inconsciente, y no te sorprendas si adivinas quién te está buscando, o si sueñas con alguna persona que no has visto hace mucho tiempo, y luego la ves. Para que te salgan bien las cosas, hazlas con calma, la verdadera disciplina emana del amor. Tendrás un éxito fácil.

**♋ Cáncer** (junio 22 - julio 22) / En algunos asuntos es conveniente no meterse y permanecer más discreto, sobre todo en tus relaciones de trabajo y con tus jefes directos. Saturno, el planeta de la estructura, te inclina a mayores esfuerzos, quizá por ahora con poca compensación. Es conveniente armarse de paciencia para llegar a lo que te has propuesto. La luna nueva en Escorpión, el 14, favorecerá los encuentros con viejas amistades y la comunicación afectiva con tu pareja.

**♌ Leo** (julio 23 - agosto 22) / Trata de eliminar de tu cuerpo cualquier problema crónico; nunca olvides que las enfermedades físicas se derivan, en gran parte, de alteraciones psicológicas. Cultiva el don de la tolerancia, es la única manera de encontrar paz con uno mismo y con los demás. Para transformar el impacto de las tensiones es positivo llevar una disciplina, hacer ejercicio, practicar meditación o control mental, a fin de eliminar el estrés que has tenido en este tiempo de pandemia.

**♍ Virgo** (agosto 23 - septiembre 22) / Querido Virgo, se hace lo que se puede con lo que se tiene. La Luna en tu signo, favorable los días 9 y 10, te sugieren no detener el avance de tus proyectos, tienes empeño y deseos de renovación, aprovecha lo que la vida te otorga. Evita problemas familiares y de pareja, controla con estoicismo tus impulsos. Los astros pondrán a prueba tu prudencia en asuntos de dinero y trabajo. Abstente de lo superfluo. Es sano evitar discusiones y la sobrecarga emocional. Tiempo para ir más al interior y recuperar fuerzas.

**♎ Libra** (septiembre 23 - octubre 22) / La perseverancia en el trabajo trae sus compensaciones. Podrás cambiar algo positivo en las situaciones difíciles. Es un mes de eventos repentinos; pueden nublar tu tranquilidad, conserva la calma. Con la pareja, harás un esfuerzo por entablar relaciones más estables, "lleva la fiesta en paz". A pesar de que todos los astros marcan un tiempo para manejarte de acuerdo con tu naturaleza más accesible, los buenos aspectos planetarios te ayudarán a encontrar un equilibrio, sobre todo en tu interior.

**♏ Escorpión** (octubre 23 - noviembre 22) / ¡Feliz cumpleaños, querido Escorpión! Es importante lograr más equilibrio interior; para ello, es indispensable tomar una sana distancia en lo realizado, y entender lo pasado. Las promesas no deben tomarse a la ligera, tal vez tu pareja se queje de incongruencia. Dice un dicho popular: "Es fácil prometer, dar es lo que aniquila". Trata de igualar tus palabras con la acción. Júpiter indica progreso en tu trabajo. Avanza, pero toma en cuenta que todo tiene su ritmo y tiempo.

**♐ Sagitario** (noviembre 23 - diciembre 21) / En el trabajo debes ser cauto si deseas integrarte a tu ambiente laboral; la tendencia del mes es obtener más beneficio que perjuicio. El trabajo en equipo estará fortalecido a fines de este noviembre, cuando los sagitarios del primer decanato cumplen años. La familia puede ser motivo de conflicto. Procura recibir el apoyo de quienes te quieren, aunque se presentarán desafíos. Aplica tu sabiduría interior en lo que hagas. Tu sensibilidad estará agudizada.

**♑ Capricornio** (diciembre 22 - enero 20) / Realizar con empeño tus deberes. Tal vez lleguen apoyos de personas de edad avanzada y de más poder que tú. Venus en el signo de Libra mueve tus sentimientos. Hay posibilidades de enamorarse; las atracciones, la amistad, pueden convertirse en romance. Algunos capricornianos se darán cuenta de que sus amigos tienen sentimientos por ellos. Es aconsejable tomar una distancia prudente en tu trabajo y en los amores, pero sin el pesimismo que te caracteriza. La suerte está a favor de quien tiene una mente positiva.

**♒ Acuario** (enero 21 - febrero 19) / La Luna transitará tu domicilio, el 20 de noviembre, en fase creciente; te traerá mejoras económicas gracias a tu esfuerzo. La comunicación puede fluir con facilidad, es adecuado hacer cambios de trabajo o de domicilio, o hablar con tu pareja para "un borrón y cuenta nueva". Conviene seguir el dictado de tu intuición a fin de obtener nuevos objetivos, requieres de más claridad mental para saber a dónde vas y qué deseas. La meditación o el yoga podrán ayudarte.

**♓ Piscis** (febrero 20 - marzo 20) / Permanece a la expectativa, de aquí hasta tomar más fuerza en los pendientes. Es un tiempo de retos y de sorpresas. Sin embargo, es favorable desarrollar tus aptitudes creativas, y establecer nuevos contactos; es importante que mejores tu actitud en tus relaciones humanas. En el amor, será oportuno comunicar todo lo bueno de tu pareja, ya que tiendes a guardar tus emociones. Es necesario abrir el corazón y atreverse a decir la verdad.

# OMRON®

EL TAMAÑO DE PARTÍCULA  
**EXACTO,**  
PARA QUE RESPIRES  
TRANQUILO.

#1  
MARCA #1  
RECOMENDADA  
POR LOS MÉDICOS



**Nebulizador**  
NE-C801 KD



• Tiempos cortos de administración del medicamento



• Tamaño ideal de partículas para un tratamiento eficaz

TECNOLOGÍA DE  
OMRON HEALTHCARE  
EN JAPÓN

All for Healthcare

CONSULTE A SU MÉDICO. LEA LAS INSTRUCCIONES DE USO. No. DE AUTORIZACIÓN: 20330120180866 \*Basado en estudio cuantitativo realizado por IQVIA en México en 2019 con 200 médicos locales.

3  
AÑOS  
DE GARANTÍA



Lancetas  
**ONE TOUCH®**  
25 piezas

**\$65.00**



Tiras reactivas  
**ONE TOUCH®**  
50 piezas

**\$412.00**



Tiras reactivas  
**ONE TOUCH®**  
10 piezas

**\$135.00**



Tiras reactivas  
**ONE TOUCH®**  
50 piezas

**\$416.00**

[farmaciassimilares.com](http://farmaciassimilares.com)



Vigencia al 30 de noviembre 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"



farmaciassimilares.com



# YA CONTAMOS CON

# TADALAFIL

Precio regular \$89.<sup>00</sup>

**PRECIO  
EL BUEN LUNES®**

**\$66.<sup>75</sup>**



Su venta requiere receta médica.  
Vigencia al 30 de noviembre 2020.

De venta en

## FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Dr. Simi

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO®