

Prueba covid-19



AUTOEXPRESS desde **\$399.00***
prueba rápida de antígeno covid-19 en muestra nasofaríngea
SIN BAJAR DE TU AUTO

Síguenos por
f t i

SIMITEL 800 911 66 66

Consulta sucursales con este servicio, en ssdrsimi.com.mx
Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón Céd. Prof.: 4451415-UNAM
Válido durante 2021. *Solamente realizada en auto.

SIMINFORMA

siminforma.com.mx

Febrero 2021 Núm. 466-1

Por Un País Mejor®

¿Qué debemos
saber de
las pruebas
covid-19?

Págs. 10 y 11

Foto: Agencia Reforma

Foto: Archivo/David Martínez

NUEVO

¿ENTRENASTE DE MÁS?

ML-PRIM[®]

Metocarbamol / Ibuprofeno

QUE EL DOLOR NO TE DETENGA

3 en 1

- RELAJANTE MUSCULAR
- ACCIÓN ANALGÉSICA
- ANTIINFLAMATORIO



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

Con blíster precortado.
Para acompañarte en tu día a día



DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES

Conoce más en: www.ml-prim.com  **ml-prim**

UN PRODUCTO
CON EL RESPALDO DE:
GEL
pharma[®]
INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA

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

1933002T1 B0274

Perioxidin® Lacer®

Reconoce su **dedicación**
y el **gran trabajo** que realizan cada día

¡Feliz día del Odontólogo!



\$225.00

Ciencia avanzada

Bcas
Lacer
sanas

#TuBocaTieneMuchoQueDecir

Lacer

f i Lacer México

Vigencia al 28 de febrero 2021

Salud

Amor y respeto, el mejor ejemplo para nuestros hijos

Verónica Correa González
centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx

Quando somos padres, siempre deseamos lo mejor para nuestros hijos: buena educación, alimentación adecuada, una cómoda y bonita casa, entre otras cosas. Pero en muchas ocasiones, en esa búsqueda por proporcionarles lo excelente, dejamos de lado nuestra salud, alimentación, descanso y esparcimiento. Se nos olvida que la manera en que nos tratamos, nos cuidamos y relacionamos con los demás, es la que ellos aprenden.

Es importante darnos la oportunidad de manifestar cansancio y tiempo para recuperarnos y permitir ser consolados, enfermar y asistir al médico. Con nuestro ejemplo, enseñamos a los hijos que podemos presentar problemas y buscamos alternativas para resolverlos; que tenemos derecho y deseos de descanso, de convivir con otras personas y comprarnos algo sin generarnos culpa.

Enseñar con ese ejemplo significa que nos queremos y, por lo tanto, respetamos nuestro cuerpo y ponemos límites a quienes nos lastiman. Cuando hacemos todo esto, fortalecemos nuestra autoestima, y no hay otra cosa que dé tanta seguridad a un hijo que el tener unos padres que se aman.

Foto: Agencia Reforma

Más allá de padres “luchones”, también tenemos derecho a estar bien y disfrutar la vida. Al final, somos un espejo en donde nuestros hijos se ven reflejados.

Es importante llevar una asesoría y orientación psicológica para hacer conciencia de la importancia de esto. Se tiende a creer que el sacrificio es lo mejor, y mostramos a los hijos una actitud que después repetirán. La sociedad necesita generar un cambio ante el hecho de vivir con esfuerzo.

Con gusto, pueden recibir asesoría psicológica gratuita en el Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales: 800 911 66 66, opción 3, o escribirnos centrodiagnostico@serfelizisepuede.com.mx. / 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

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales
"Porque ser feliz, sí se puede"

www.serfelizisepuede.com.mx



#Psicosalud

Edilberto Peña*
@Edilberto_pena

Cambiamos a febrero, mes de la compasión

Durante décadas y por tradición, recibimos siempre el bombardeo habitual de cada febrero, dedicado al amor, a los intereses

románticos, a las “ondas”, novios, esposos, y hasta memes sobre hoteles de paso y amantes.

Está de más describir que este último año ha traído contenidos diferentes; nos han cambiado la vida y apenas comenzamos a entender, procesar y modificar para adaptarnos y continuar adelante.

Aquí, una propuesta para crecer en lo personal y social: febrero, mes de la compasión. No quiero que se malentiendan el término ni la idea. Si hablamos de “compasión”, no es por referirnos a salir a las calles y ofrecer ayuda a los necesitados, hacer obras de caridad, alimentar a los hambrientos y socorrer a los enfermos. No porque esas actividades

no sean valiosas y deseables en cualquier grupo social, pero en específico, para estas intenciones, tiene otro significado.

Como personas y seres humanos, asumir la vida desde la base de la compasión, significa entender las situaciones desde el presente, en el aquí y ahora. Evitar, por todos los medios, anticiparse a las consecuencias. Es poner nuestra atención y sentidos en las actividades que realizamos, para obtener los mejores

resultados y mostrar el mayor compromiso con ellas.

Sobre todo, evitar, y no está fácil, pero debemos esforzarnos, vivir las experiencias y generar juicios de cada cosa que enfrentamos. Aceptar lo que pasa sin decidir si es bueno o malo, admitir que esa vivencia solo es y nos hace sentir en congruencia con nuestro ambiente.

No se diga más, manos a la obra. Cambiamos al mes del amor por el de la compasión.



*Psiquiatra. Director Cisne México.

Y tú, ¿cuidas tus tatuajes?

Crema Rehidratante para tatuajes

Crema Rehidratante para tatuajes

vianc + piur

TATTOO

Ayuda a resaltar el color y brillo del tatuaje. Humecta la piel y la mantiene libre de resequecedad.

Crema rehidratante para tatuajes

Cont. net. 74 ml

\$79.00

Vigencia al 28 de febrero 2021.

farmaciasimilares.com

Candiphen-V

Reg. No. 111M2004SSAVI

Candiphen-V

CLOTRAZOL ÓVULO 500mg

1 ÓVULO

\$107.00

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

Vigencia al 28 de febrero 2021

DURAMAX gel

Reg. San. No. 0653C2012 SSA

DURAMAX

MÁXIMA DURACIÓN

\$114.00

© MARCA REGISTRADA PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES Vigencia al 28 de febrero 2021

Clave alfanumérica: 016RH2003SSA

Caja con 24 tabletas

Sucanon

Trichosanthes Kirilowii (Extracto seco de raíz de Trichosanthes kirilowii) y Complejo de Maltodextrinobiotina.

Auxiliar en la **DISMINUCIÓN** de los **SÍNTOMAS** producidos por

NIVELES ALTOS DE GLUCOSA

Tales como **Aumento de peso, orina excesiva, fatiga y sed.**

\$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 28 de febrero 2021

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

siminforma.com.mx

**YA
CONTAMOS
CON**

**Cúrcuma
frasco con
30 tabletas
850 mg c/u
\$149.00***



LIBREX
Cúrcuma
TABLETAS
100 mg

1 tableta 100 mg
Turmipure

equivalente a 1 tableta 500 mg
STE Turmeric 95

Contenido:
Frasco con
tabletas de
850 mg c/u **30**

Suplemento alimenticio

farmaciassimilares.com

Este producto no es un medicamento.
El consumo de este producto es responsabilidad
de quien lo recomienda y de quien lo usa.
Válido al 28 de febrero 2021.

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

75%
de descuento

Salud

Depresión podría afectar eficacia de las vacunas

El estudio *Perspectives on Psychological science*, coordinado por Annelise Madison, de la Universidad Estatal de Ohio, reveló que los factores emocionales podrían afectar la eficacia de las vacunas contra la covid-19.

En el trabajo se explicó que la mentalidad de los humanos y sus factores emocionales pueden alterar la capacidad del cuerpo para desarrollar una respuesta inmune. En este caso, la pandemia ha causado ansiedad y depresión en varias

personas, hecho que las hace susceptibles a enfermarse.

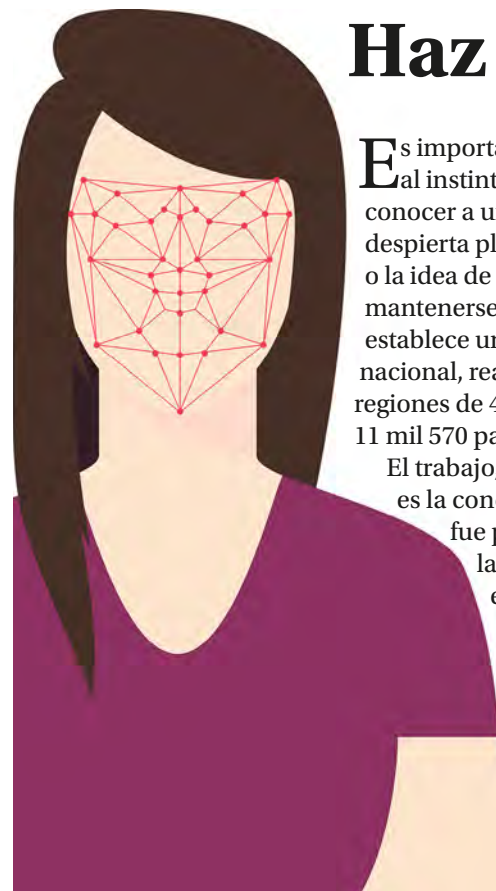
Janice Kiecolt-Glaser, quien participó en la investigación, señaló que las vacunas, a pocas horas de ser aplicadas, tienen una respuesta celular inmunitaria general, y forman una primera línea de defensa.

Por fortuna, la eficacia de las vacunas anticovid es elevada, y los factores psicológicos solo afectarían la prolongación del tiempo que lleva desarrollar anticuerpos. / Salud



Foto: Engin Akyurt en Pixabay

¿Te cae bien? ¿No termina de gustarte? Haz caso a tu instinto



Es importante hacer caso al instinto cuando, al conocer a una persona, despierta plena confianza o la idea de que sería mejor mantenerse alejado. Así lo establece un estudio internacional, realizado en 11 regiones de 40 países, con 11 mil 570 participantes.

El trabajo, cuyo enfoque es la conducta humana, fue publicado en la más reciente edición de la revista *Nature Human Behaviour*, y surgió como parte de la red internacional Psychological Science Accelerator,

donde intervienen expertos de todos los continentes.

Isaac González Santoyo, de la Facultad de Psicología, de la UNAM, uno de los investigadores, consideró que hay una gran posibilidad de que esta habilidad haya ayudado a los primeros humanos a establecer o rechazar interacciones sociales entre los integrantes de un grupo.

"De manera innata, al margen del contexto sociocultural, donde el individuo nace, tenemos la capacidad de juzgar la confiabilidad o la intención de daño, lo que pudo favorecer la supervivencia y, tal vez, la reproducción del individuo", comentó el doctor en Ciencias Biomédicas.

Dijo que, si una persona percibe un rostro dominante,

será más cauteloso al interactuar con él, mientras que, si siente confianza, se favorecerán más las colaboraciones sociales.

Este tipo de análisis se hacían en caucásicos o grupos culturales de altos ingresos socioeconómicos, en los que se revisaba la percepción facial, pero se tenía la duda de si estos resultados podían replicarse en otras poblaciones del planeta.

Lo que se encontró es que, en el orbe, los seres humanos, al margen de si nacieron en África, Europa o América Latina, juzgan de manera similar las imágenes o el rostro de otros en dos dimensiones: confiabilidad y probabilidad de ser dañado. / Salud Gaceta UNAM.

siminforma.com.mx

NUEVA IMAGEN

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

NUEVA IMAGEN

Pregabalina
vitalis
Precio Farmacias Similares®
\$142.00
PREGABALINA 75 mg
14 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

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

HASTA **75%** DE AHORRO

Consulte a su médico. Su venta requiere receta médica. Vigencia al 28 de febrero 2021.

OMRON®

EL TAMAÑO DE PARTÍCULA
EXACTO,
PARA QUE RESPIRES TRANQUILO.

#1
MARCA #1 RECOMENDADA POR LOS MÉDICOS



- Tiempos cortos de administración del medicamento
- Tamaño ideal de partículas para un tratamiento eficaz

Nebulizador
NE-C801 KD

All for Healthcare

TECNOLOGÍA DE OMRON HEALTHCARE EN JAPÓN

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
3 AÑOS DE GARANTÍA



TODOS los MARTES
de ESTE MES,
checha tu presión

GRATIS

en los consultorios médicos
de Fundación Best, A.C.

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

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

fundacionbest.org.mx

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

Reencuentro con México

Rubén Cerda, actor camaleónico

Juan Manuel Rentería

Rubén Cerda es un actor mexicano con larga trayectoria artística. Tenía 11 meses de edad cuando comenzó su acercamiento a las cámaras y reflectores. Su imagen fue utilizada en publicidad de alimentos para bebé. Desde pequeño se inició en el canto y actuación escolar.

Rubén Eduardo Cerda Erdmann, nació el 14 de enero de 1961, en la Ciudad de México. Ingresó a la UNAM para estudiar Veterinaria, pero no terminó. Su futuro serían los escenarios.

—¿Cuándo te inicias en los espectáculos?

—De manera profesional, a los 24 años, aunque, en realidad, me incliné por la actuación desde mi infancia con los comerciales.

—¿Cómo fue tu debut en televisión?

—Con breves intervenciones en las telenovelas *Alondra* y *Confidente de secundaria*.

—¿Por qué no te dedicaste de lleno al canto?

—Quise lanzarme de cantante, pero mi sobrepeso no me ayudaba; entonces, hice comedia musical con Manolo Fábregas, y cuando Jorge Ortiz de Pinedo me vio hacer el papel de una monja que cantaba, se acercó y me dijo: 'Quiero que estés en mi programa *Cero en conducta*'. Esa fue la catapulta de mi carrera.



Foto: Redacción

—¿Y cómo surgió el personaje Gordonio?

—Lo creó Édgar Vivar en el programa de Chespirito; después se transformó en el Ñoño. Lo rescaté en *Cero en conducta* y le agregué el apellido Gordonio Arredondo de la Masa.

Además de cantante y actor, Rubén Cerda aprendió a imitar voces para ingresar a la industria del doblaje en radio y televisión, teatro y cine.

Durante muchos años fue la voz de Barney, el dinosaurio, y de Mickey Mouse. También hizo doblaje en la película *Robots*, con el personaje de Manivela, galardonado con los premios Bravo. Actuó en

programas humorísticos de televisión: *Las travesuras de Verónica*, *Ay, María, qué puntería*, *Cero en conducta*, *La hora pico* y *La casa de la risa*. También participó en *Vida tu*, *Vecinos*, *La rosa de Guadalupe* y *Como dice el dicho*. Además, destacó en las telenovelas *Mi pequeña traviesa*, *Preciosa*, *Alebríjes* y *Rebujos*, y *Alborada*.

—¿La gordura era parte de tu personalidad frente a las cámaras?

—Sí, pero cuando actué en la telenovela *Lola, érase una vez*, con Pedro Damiani, decidí operarme para bajar de peso. Le pregunté a él si eso no era obstáculo para trabajar, y me respondió: "Contrato a un actor, no a

un gordo". Me dio todo su apoyo.

—¿Difícil cambiar de personaje cómico al de actor serio?

—De alguna manera, siempre manejé esa dualidad. A fin de cuentas, somos actores. Podemos hacer reír y llorar.

—Santa Claus es otro de tus grandes personajes.

—Sí, uno de mis favoritos, no lo quiero soltar, porque es maravilloso, lleno de magia, luz y esperanza.

—¿Lamentas haber "matado" a Gordonio?

—Terminé con él para evitar que la obesidad acabara con mi vida. / **Reencuentro con México**

¿Qué debemos saber de las pruebas

Jacqueline Ramos
jramosr12@hotmail.com

¿Sabe dónde estamos respecto a las pruebas covid-19 que hay en el mercado? ¿Qué miden? ¿Para qué sirven? ¿Cuándo realizarlas?

El doctor Jaime Bustos Martínez, del Laboratorio de Microbiología y Biología Molecular, de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), campus Xochimilco, nos da un panorama.

En este momento, hay dos métodos para detectar al agente causal, el SARS-CoV-2. El primero de ellos, el directo, es el más exacto y detecta el virus. La prueba se llama reacción en cadena de la polimerasa, o PCR, por sus siglas en inglés.

Esta ubica al material genético del virus. Si se encuentra en el interior de la persona, lo libera al medio. Entonces, determina si existe y lo amplifica en un gran número de copias, de tal manera que se haga visible.

Si el virus no está en el organismo, los reactivos, como no encuentran el material genético, no lo pueden amplificar y la prueba será negativa.

Con un hisopo, se hace un raspado nasofaríngeo o solo faríngeo, y se obtienen tanto células de la persona como residuos del virus.

El segundo método, no es la detección del virus, sino de los anticuerpos. En este caso, cuando el organismo es infectado por algún agente extraño, el SARS-CoV-2, va a producir anticuerpos contra él, pero va

México

a tardar de 10 a 15 días.

Entonces, lo que indica no es si la persona está infectada en ese momento, sino que si ya estuvo en contacto con el virus. Esto puede ser de 15 días o más, porque la respuesta de anticuerpos puede durar –según se ha encontrado–, hasta 8 meses.

En este caso, se toma una muestra de sangre, porque los anticuerpos circulan en ella.

Hacer la primera prueba, si alguien la recibe y se dedica solo a ella, puede durar de 3 a 4 horas, y la segunda –conocida como prueba rápida–, media hora.

La última prueba que salió, explicó el especialista, también detecta al virus, pero ya no mediante la prueba de PCR, sino con una metodología que utiliza anticuerpos.

Es la Detección Rápida del Antígeno, y es tan efectiva como la PCR, pero esta última es más específica y segura. La otra también funciona, pero su límite de detección es menor, porque la cantidad de muestra es diferente. Se realiza con hisopos y puede durar de 15 a 20 minutos.

Bustos Martínez dijo que los precios varían por el método utilizado. Algunos fabricantes lo darán más caro que otros.

Abundó que, si las pruebas están en el mercado, es porque ya han sido validadas; son seguras y tienen un mínimo de errores.

–¿Cuándo hacerse una prueba y cuál?

Primero, dijo el especialista, cuando alguien supone que estuvo en riesgo, en compañía



PCR reacción en cadena de la polimerasa	Detección de anticuerpos	Detección Rápida del Antígeno
<ul style="list-style-type: none"> • Detecta al material genético del virus • Se hace un raspado nasofaríngeo o solo faríngeo • Es la más exacta 	<ul style="list-style-type: none"> • Detecta anticuerpos que indican que tuvo el virus • Se toma una muestra de sangre • No es para un diagnóstico inicial, sirve para dar seguimiento a un paciente infectado 	<ul style="list-style-type: none"> • Detecta proteínas del virus • Se toma una muestra con hisopos • Es más rápida, pero menos precisa que la PCR



México

covid-19?



Foto: Archivo/Alfredo Moreno

Foto: Agencia Reforma



de un familiar, amigo u otra persona contagiada. Segundo, cuando se empieza a presentar sintomatología: dolor de cabeza y cuerpo, fiebre, tos seca, etcétera.

El experto pide a la gente que las decisiones se las deje al médico. Es más, que aproveche la telemedicina desde un celular o una computadora y, así, reciba consulta.

¿Qué ofrece Análisis Clínicos del Dr. Simi?

En entrevista, el químico José Israel Ponce Mondragón explicó con qué cuentan los Análisis Clínicos del Dr. Simi, del que es gerente. Se manejan tres pruebas.

La primera de PCR, que tiene una asertividad de 99 o 100 por ciento. El laboratorio que procesa la prueba es el único respaldado por la Asociación Mexicana de Acreditación, AC que les reconoce su competencia técnica y confiabilidad.

También cuentan con la nueva prueba rápida de antígeno Standard Q AG para detectar oportunamente la covid-19, desarrollada por el laboratorio coreano SD Biosensor y que se ofrece con dos servicios, uno en el auto y el otro en casa, según lo quiera el interesado, a 399 u 849 pesos, respectivamente. El paciente puede solicitar una cita a los teléfonos 800 719 27 34 o 800 911 66 66, o en el correo www.ssdrsimi.com.mx Dos horas después, los resultados se envían al correo electrónico del interesado.

La tercera prueba es para detectar anticuerpos. Es útil, no en un diagnóstico inicial, pero sí para dar seguimiento a un paciente contagiado, y saber en qué etapa se encuentra.

Ponce Mondragón, hizo hincapié en que todas las pruebas están avaladas por el Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológicos (InDRE) y la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris). / México

Explota tu ALFA®

ALFA CONDONES

TEXTURIZADOS CON EFECTO RETARDANTE

Contenido: **3** condones de hule látex texturizados, lubricados, con retardante. Probados electrónicamente

\$34.00

Condomes*
Texturizados con efecto retardante
3 condones

farmaciassimilares.com

Vigencia al 28 de febrero 2021. *Prevención es salud.
Cofepris: 19330020181069

De venta exclusiva en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO



Dr. Simi

Internacional

Biden devuelve la esperanza al mundo

Estados Unidos deja de ser un país que solo tiene intereses unilaterales, al estilo Donald Trump, para repositionarse como líder mundial tras la llegada de Joe Biden a la presidencia.

Sin dejar de reconocer que Trump arrastró a simpatizantes hasta que el reloj marcó el último minuto para él, la verdad es que la mayoría de votos obtenida por el nuevo mandatario estadounidense, se hicieron extensivas en el mundo. Así lo demostraron los jefes de Estado que se apresuraron a felicitarlo y a defender la democracia.

Para muchos, Biden inicia su cargo con el pie derecho y se estrena con 17 decretos que describen una presidencia humanitaria.

Estos incluyen detener la construcción del muro con México, 100 días de uso obligatorio de cubrebocas, el retorno de EE. UU al Acuerdo Climático de París y suspender la salida de su país de la Organización Mundial de la Salud.

Asimismo, la ampliación moratoria de alquileres e hipotecas para quienes no están en condiciones de pagar; la extensión de la pausa al pago de deudas estudiantiles, y el fin al veto musulmán, con lo que se levanta la prohibición de viajeros a 11 países.

También, canceló el oleoducto Keystone XL, salvaguardó el programa DACA, y extendió la suspensión de las deportaciones y permisos laborales para cerca de 4 mil liberianos.

Biden pidió revisar los protocolos de detención de indocumentados y sumarlos en el censo, creó la figura de coordinador contra la covid-19, puso fin a la comisión 1776, ofreció protección laboral a la comunidad LGBTQ, obligó a los servidores públicos a firmar un compromiso ético y congeló las medidas que Trump tomó de última hora. / **Internacional**

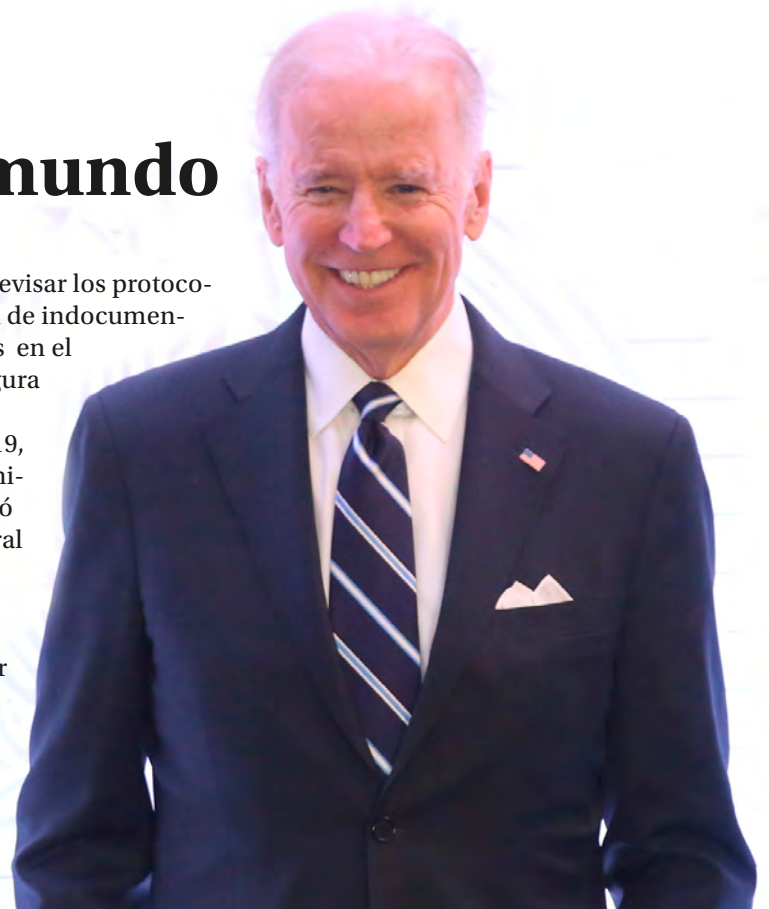


Foto: Agencia Reforma

Previene la Gripe y el Resfriado Común con:

RAMICO  **Cápsulas**
 Ácido Ascórbico



\$75.00



De venta exclusiva en Farmacias Similares Reg. SSA 001V2013VI Vigencia al 28 de febrero 2021

Internacional

Millones de niños, expuestos a peligros físicos y traumas psicológicos

Jacqueline Ramos
jramosr12@hotmail.com

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) advirtió que los peores tipos de trabajo infantil exponen a los menores a peligros físicos y traumas psicológicos profundos que los afectan de por vida.

Vera Lucia Paquete-Perdigao, directora de Gobernanza y Tripartismo de la OIT, señaló que la esclavitud y prácticas análogas; prostitución y pornografía; actividades ilícitas, como el tráfico de drogas, y otros trabajos peligrosos, dañan la salud, seguridad y moral de la niñez.

Subrayó que, en las dos últimas décadas, las naciones han logrado

grandes progresos. Las tasas de trabajo infantil disminuyeron de 246 millones, en 2016, a 152 millones, en 2020.

En la actualidad, la pandemia de covid-19 amenaza con paralizar o incluso revertir los progresos de los últimos 20 años. Así, una generación de niños está en riesgo.

Las decisiones políticas son importantes tanto para salvaguardar a los niños durante esta crisis como para lograr mejoras duraderas de su situación. El acceso universal a la educación gratuita, los sistemas de protección de la infancia, el trabajo digno para los padres y los jóvenes en edad de trabajar, son elementos fundamentales para incrementar la resiliencia frente a crisis futuras. / Internacional

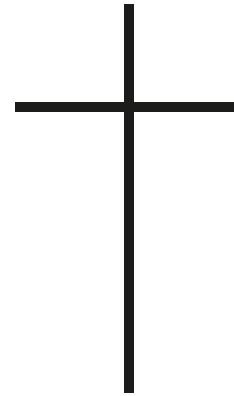


FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO



Se unen a la pena que embarga a la familia Guzmán Álvarez, por el sensible fallecimiento de



Don José María Guzmán Zamora

padre de nuestra
compañera y amiga,
Alejandra Guzmán Álvarez.

Rogamos porque su esposa, hijas, nieta y amigos encuentren pronta resignación.

Que en paz descanse.

Enero 2021

¡El Dr. Simi te protege!

en la compra de
\$100

llévate un
**CUBREBOCAS
¡GRATIS!**

Válido de martes a domingo, del 2 al 28 de febrero 2021.
Limitado a un cubrebocas por ticket.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO





Comprimidos
del Dr. Zagal

Héctor Zagal
@hzagal

Cultura

Museo UNAM Hoy

El azote del amor

En febrero, las tiendas suelen llenarse de corazones, flores, chocolates y peluches para celebrar el afamado mes del amor y la amistad. Esta festividad tiene su origen en la antigua Roma, pero nuestros ositos de peluche y globos seguro provocarían la risa de los romanos. Febrero no era el mes de la ternura para los antiguos romanos. ¿Saben cómo eran esas fiestas? Les cuento.

Más que de la amistad y el amor, era el mes de los azotes. (Aunque muchas veces el amor se asemeje más a un azote que a un oso de peluche). Hacia el 15 de febrero, en Roma se celebraban las lupercales (del latín *lupus*, lobo, y de *hircus*, macho cabrío).

La fiesta iba más o menos así: algunos jóvenes semidesnudos, solo cubiertos con la piel de un lobo, se reunían en el Monte Palatino para iniciar una procesión por la ciudad. Armados con correas de cuero de cabra, los jóvenes azotaban a las mujeres con las que se topaban. No se espanten, era un ritual de purificación y fertilidad llamado *februatio*. ¿Se imaginan la escena? Creo que *50 sombras de Grey* se queda corta. *Februum* significa correa, y de ahí el nombre del mes. Bueno, ¿y por qué nosotros celebramos el 14 de febrero? Parece que, en el año 496, el papa Gelasio I quiso mitigar el desenfreno de las lupercales y darle prioridad al 14 de febrero, día de San Valentín. La existencia de este santo es discutida; sin embargo, hay una tradición que lo ubica como un médico romano del siglo III que se hizo sacerdote cristiano. Según la leyenda popular, se dedicaba a casar a soldados romanos, lo que el emperador Claudio II había prohibido por considerar que el matrimonio era incompatible con la milicia. Tras ser descubierto, Valentín fue encarcelado y sentenciado a morir. Fue ejecutado el 14 de febrero del año 270.

Sapere aude ¡Atrévete a saber!

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

Entre danzantes concheros que hacen limpias, bicitaxis y venta de tlayudas, se levanta el edificio que albergó la primera universidad de América (1551). Es la calle de Moneda 2, esquina Seminario, una de las más antiguas de la ciudad, desde la primera traza española. Entonces, “la capital de la Nueva España ya tenía la primera universidad, la primera imprenta y la primera academia de Bellas Artes en el continente americano, mientras en Manhattan aún pastaban los búfalos”, dijo en su momento el historiador José Iturriaga.

El inmueble se yergue con los colores universitarios en su fachada. Pero no siempre fue así. En un tiempo fue centro de varios locales, como el Café del Correo y, el más célebre, la cantina El Nivel, la primera en abrir en la ciudad, con licencia firmada por el presidente Comonfort (1857).

Al principio no tenía nombre, pero la gente la



Foto: Fernando Gutiérrez

llamó “el nivel” porque estaba frente al Monumento Hipsográfico (1878, obra de Enrico Martínez), que ahora se halla a un costado de la catedral. Servía para medir el nivel de las aguas del lago de Texcoco. De allí salían canoas hasta Xochimilco.

Estuvo en litigio hasta 2008, cuando la UNAM ganó

un juicio por el predio y remodeló el inmueble.

El edificio de la primera universidad, apenas el 25 de enero, cumplió 470 años de comenzar clases con presupuesto de mil pesos al mes. En la actualidad, es el Museo UNAM Hoy, con varias salas. En ellas se muestra una ventana arqueológica con vesti-

gios del tempo a Tezcatlipoca y muros coloniales. También hay una línea de tiempo sobre la universidad antes y ahora, sus colecciones literarias, sus premios, como el Príncipe de Asturias (2009) y mucho más.

En fin, cuando la pandemia lo permita, visite el lugar. Huele a historia, a sabiduría, a tiempo, a México. / **Cultura**



FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®





Lamentan la pérdida de

María Soledad Barrera Zamarrón

hermana de nuestro compañero y amigo Julio Barrera Zamarrón,
subgerente de Comunicación Social.

Siempre te recordaremos como una mujer solidaria, hija y hermana cariñosa.
Pedimos para que familiares y amigos encuentren pronta resignación.

Descanse en paz.

Enero 2021

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®

LIBRE DE SOLVENTES que pueden dañar tu piel y tu salud

SECA RÁPIDO en 5 seg.

Contiene Aloe Vera | **HUMECTA TU PIEL**

Aviso SSA 203300519X1
Vigencia al 28 de febrero 2021

De venta en



FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®





FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

HASTA 75% DE AHORRO

Y todo su cuerpo directivo, lamentan profundamente el fallecimiento de

Doña Juana Rufina López López

madre de nuestra compañera Luisa Olivares López, directora de ventas zona centro.

Rogamos por su eterno descanso y nos unimos a la pena que embarga a familiares y amigos; rogamos porque la paz conforte sus corazones.

Descanse en paz.

Enero 2021

Cultura

Sustituirán concha acústica de Bellas Artes

Lucina Jiménez, directora del Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura (INBAL), anunció que la concha acústica de la sala principal del Palacio de Bellas Artes será sustituida, por representar un riesgo para los trabajadores.

Instalada entre 2007 y 2010, con un costo de 700 millones de pesos, el proyecto ha generado contratiempos y protestas de los grupos artísticos.

Los trabajadores denunciaron problemas técnicos y aseguraron que se presentó un desnivel de 5 centímetros en la parte central del escenario, por el enorme peso de la concha.

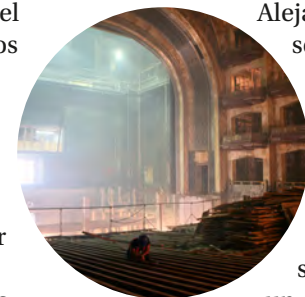
Al momento de guar-

darse en el sótano, los empleados se tardan hora y media, un mayor inconveniente los domingos cuando se llegan a realizar hasta cuatro funciones diferentes.

Los grupos artísticos nunca se han sentido satisfechos. Además, representa un problema para instalarla", indicó Jiménez en una videoconferencia.

Con un peso de 30 toneladas, la concha será sustituida por otro dispositivo.

"Analizaremos con



Alejandra Frausto, secretaria de Cultura, el lugar más adecuado. El hecho de que no se utilice en Bellas Artes, no significa que sea un desecho".

En otro tema, la directora comentó que en diciembre pasado se dio por concluida la renovación de la red eléctrica del recinto, a cargo de la Comisión Federal de Electricidad (CFE).

La reconfiguración del sistema eléctrico disminuye la facturación del suministro, genera ahorros y garantiza el funcionamiento de los equipos adquiridos hace una década. / **Cultura**



¡Carajo!

Antonio
"Tota" Carbajal

Fanático

Unidos a la distancia, por una buena causa

El fútbol, siempre conmigo

La vida tiene pros y contras. A los 6 años, cuando más entusiasmado estaba con el fútbol, mi padre me anunció que comenzaría mi época de ir al colegio. "¿A estudiar?", pensaba yo. No imaginaba que los grandes futbolistas tenían que quemarse las pestañas para jugar. A esa edad, no había nada más importante que ir tras una pelota, aunque en casa tenían otra idea.

Mi padre se aferraba a la ilusión de que su primogénito, el mayor de siete hermanos, debía tener una educación adecuada: médico, ingeniero, arquitecto, lo que yo quisiera, pero con un título. Eso era lo importante.

Para él, mi gusto por el fútbol y jugarlo con mis amigos en la calle, era tiempo perdido. Aunque los ingresos de la familia no estaban para mandarme a un colegio particular, lo ideal era que yo fuera a alguno. Mi padre era chofer del transporte oficial del Colegio Franco Español, y logró una beca para mí, que solo quería saber si ahí había canchas de fútbol.

Sin embargo, para ser honesto, no dejaba de ser interesante aprender a leer y escribir, así me podría enterar de todo lo publicado sobre fútbol. Al pasar de los años, no desilusioné a mis padres: conseguí renovar la beca por mi dedicación al colegio. Yo seguiría mis estudios hasta presentarse la oportunidad de probar suerte en el deporte de mis amores.

Parte de esa pasión se reflejó sin descuidar el colegio. Cada día, al regresar a casa, me iba a jugar en los llanos, a escondidas de mis padres. Mi madre fue la primera en sospechar, pero al dar cualquier excusa, todo se arreglaba. Mentir no era mi mayor satisfacción; sin embargo, no podía evitar que mis compañeros, al verme pasar, me gritaban: "¡Vente, Toño... nos haces falta!", y cómo desaprovechar tal invitación. (Continuará).



Foto: Agencia Reforma

Alejandra Cervantes Neri
Tw: @lilly_alee

Cómo no extrañar cuando nos reuníamos entre familia y amigos para participar en las Simicarreras, con la satisfacción de abrazarnos y aplaudir al cruzar la meta. Pero aunque la covid-19 nos puso en un panorama complicado, supimos adaptarnos.

En diciembre de 2020, se celebró la primera Simicarrera virtual, una fiesta deportiva en la que cada participante, a la distancia, le apostó no solo a la salud, sino a la generosidad.

Más de mil runners se inscribieron para recorrer 1, 3, 5 y 10 kilómetros, entre el 11 y 15 de diciembre. Cada uno fue monitoreado en su recorrido y, por supuesto, recibieron su medalla.

La emoción y el altruismo dominó los pasos de los participantes. Gracias a ellos, la Asociación Pro Indígena AC, ubicada en Guachochi, Chihuahua, recibió 200 mil pesos, donativo por concepto de inscripciones.

"Estamos agradecidos con Farmacias Similares y con los corredores, quienes por segunda ocasión nos apoyan para continuar nuestro trabajo y, ahora, proteger a la población contra la covid-19", expresó el doctor Michael Berkeley, director del Hospital Misión Tarahumara.

Este nosocomio es el único en la Sierra Tarahumara que brinda atención gratuita a los rarámuris y cuenta con terapia intensiva.



Dr. Michael Berkeley, director del Hospital Misión Tarahumara / Fotos: Redacción

Con este monto, el hospital se equipará con oxímetros, tanques de oxígeno, trajes de protección para el personal de salud, guantes, máscaras y medicamentos para atacar la enfermedad, entre otros insumos.

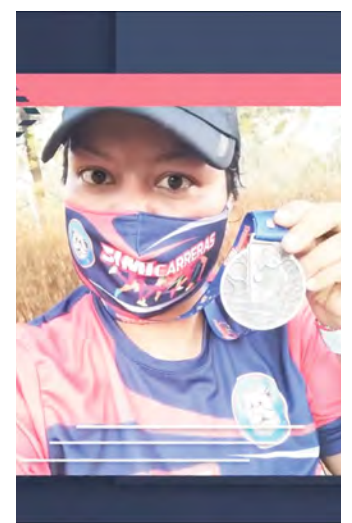
Durante la entrega virtual del donativo, el doctor Berkeley también agradeció a la Fundación del Dr. Simi y al CP Víctor González Torres por actuar en consecuencia y mejorar la calidad de vida

de las personas que más lo necesitan.

El 2021 apenas empieza. ¿Estás listo para las Simicarreras virtuales de este año?

Mantente atento de las próximas fechas, donde con los tenis bien puestos y la mano en el corazón, recorreremos más kilómetros con el fin de mejorar nuestros hábitos y, como siempre, apoyar una buena causa.

¡Matétera-ba! (¡Gracias!, en rarámuri). / Fanático



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.



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



Frente a la
tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Farándula

Danna Paola estrena *K.O.*

Sale el sol

Le guste a quien le guste, le moleste a quien le moleste, el mejor programa de revista de todo México, es *Sale el sol*, del canal Imagen Televisión.

¿Por qué? Porque tiene orden, respeto, porque ayuda, deja algo, representa un cambio fundamental, aire fresco.

Cuando pueda, compare. Mientras en otros canales los programas de revista son mazacotes sin pies ni cabeza que no van a ningún lado, en *Sale el sol* se percibe una estructura, armonía. Hay un sentido.

¿Cuál es la importancia de esto? Que uno, cuando lo mira, se contagia de ese orden y se llena de estabilidad, de paz. Créame, esto, hoy, es lo máximo.

¿A qué me refiero cuando le hablo de respeto? A que estos señores respetan al público y a sí mismos, a que se dan su lugar y el nuestro.

¿Puede haber algo más edificante que sintonizar un programa así, justo en este momento en que no se respeta nada ni a nadie?

¿A qué me refiero cuando hablo de ayuda? A que *Sale el sol* no solo es divertido, a que estos genios de la comunicación han encontrado personas perdidas y hacen algo por la sociedad.

Esto es hermoso, humano, un tema que jamás le vamos a terminar de agradecer a esta gran producción.

Por si todo lo que le acabo de decir no fuera suficiente, *Sale el sol* es un concepto lleno de grandes y buenos contenidos; todo el tiempo se actualiza y con una familia de conductores excepcionales.

Fíjese lo que le digo: familia. Estas mujeres, estos hombres, se quieren, se preparan, saben lo que van a decir, están listos para interactuar, entrevistar y hacer bien su trabajo.

A diferencia de otros programas de revista donde uno enciende la televisión y se pone de malas, de nervios o se comienza a instalar en la intriga, aquí uno se alegra, relaja y crece.

Lucho con todas sus fuerzas por ver *Sale el sol*, en el canal Imagen Televisión. Le juro que es el mejor programa de revista de todo México. Le va a gustar. De veras que sí.

Farándula

Danna Paola adelantó el estreno de *K.O.*, su nueva producción discográfica, debido a una filtración antes de la fecha oficial. “Fue demasiado loco. Juraba que estas cosas no me pasarían”.

El hecho le causó una crisis; sin embargo, después dijo sentirse satisfecha de que su álbum esté disponible, y aprovechó para agradecer el cariño del público. Confesó que este es el estreno más importante de su carrera.

“Este proyecto me ha dado muchos colapsos nerviosos, se los juro. Desde que empecé a componerlo, se pospuso varias veces”.

La producción discográfica refleja su vida sentimental en los últimos años, donde se relata una historia de amor. Pasa por el romance, la des-

ilusión y el olvido, para poner punto final a las decepciones vividas.

“Fue un trabajo de mucho tiempo, esfuerzo, lágrimas, risas e ilusiones”.

El disco tiene 11 temas, en inglés y español, e incluye las colaboraciones de Luísa Sonza, Aitana, Mika y Sebastián Yatra.

Con 12 millones 525 mil 471 oyentes mensuales en Spotify y casi 30 millones de seguidores en Instagram, Danna Paola se consolida como una de las artistas más exitosas. Su fama es tal, que una de las portadas de esta producción brilló el mes pasado en una pantalla de Times Square, Nueva York.

Entre sus proyectos, anunció que, los días 13 y 14 de febrero, ofrecerá una



Foto: Agencia Reforma

transmisión titulada *Danna Paola live experience*. Los accesos cuestan 229 pesos y pueden conseguirse en la página de *Stream Time*.

Redes sociales
Fb: @DannaPaola
Ig: @dannapaola
YouTube: Danna Paola.
/ Farándula

Sergio Vallín presenta *Microsinfonías*

Guitarrista de Maná por más de dos décadas, Sergio Vallín llega con su producción en solitario, titulada *Microsinfonías*, disponible en todas las plataformas digitales.

El nombre significa el universo mágico de posibilidades contenidas en una obra de arte, en este caso, la música. Las guitarras eléctricas y acústicas son las protagonistas del disco, con arreglos de la Orquesta Sinfónica de Praga.

Además, se aprecian la destreza del guitarrista, la trompeta de Arturo Sandoval,

el violín del virtuoso Ara Malikian, ritmos de bachata e instrumentos de percusión.

El proyecto, iniciado en 2016, es un conjunto

de canciones con Carlos Santana, Steve Vai, Juan Luis Guerra y Alejandro Sanz.

Para el músico, este álbum es un material ecléctico

que lo acercó a sus raíces. “Quise compartir mi trabajo con artistas que me han inspirado”.

Grabado en España, con la tecnología Dolby Atmos Music, el sonido envolvente es una experiencia única.

Este es el segundo proyecto en solitario del mexicano. El primero fue *Bendito entre las mujeres* (2009), donde unió las voces de Ely Guerra, Paulina Rubio y Ana Torroja, entre otras.

Redes sociales
Ig: @oficialvallin
Página web: sergiovallin.com.
/ Farándula



Foto: Agencia Reforma

siminforma.com.mx

Síminteresa



Horóscopos

Feliz cumpleaños, nativos de Acuario y Piscis

Amira contigo

Facebook: Horóscopos de Amira

Consultas: amiraescorpion@yahoo.com.mx

♈ Aries (marzo 21 - abril 20) / Venus y Marte intensifican tus relaciones amorosas. Evita discusiones. Pide y te será dado. Escribir tu petición puede ayudarte a liberar tus miedos, resistencias y, a la vez, obtener lo deseado. En el trabajo puedes sobresalir gracias a tus ideas originales.

♉ Tauro (abril 21 - mayo 21) / Marte hará que entres en gran actividad y trabajes demasiado. Es positivo firmar contratos, solicitar empleo y lograr aumentos de sueldo este mes. Practica la respiración profunda, inhala y exhala para disolver cualquier energía que te abrume.

♊ Géminis (mayo 22 - junio 21) / Júpiter, desde Acuario, indica que puedes traer a tu vida lo que te gusta y deseas, un amor, una actividad profesional. Tomas medidas de seguridad. La clave es adaptarse al medio; obtendrás colaboración de amigos y parientes para lograr tus metas. Sé paciente hasta lograrlas.

♋ Cáncer (junio 22 - julio 22) / Evita evadirte de las situaciones que debes enfrentar. La timidez te rebasa, como buen canceriano. Practica disciplinas espirituales que puedan ayudarte, por ejemplo, yoga o meditación. Une y equilibra la estimulación en tu cuerpo y mente. Ha llegado el momento de empezar a cuidarte; no comas en exceso.

♌ Leo (julio 23 - agosto 22) / Es positivo intentar otras vías económicas. Hay que darse cuenta y utilizar las posibilidades para comenzar empresas. Es tiempo de olvidar el pasado y construir relaciones sobre bases diferentes. Este mes es bueno para viajar, mudarse de casa y disfrutar el Día del Amor, este 14 de febrero, con la Luna en Aries.

♍ Virgo (agosto 23 - septiembre 22) / Procura terminar lo empezado y no disperses tu energía. Habrá grandes avances si repites: "Soy una persona amorosa, poderosa y feliz". Te servirá para atraer lo bueno a tu vida. Mente positiva y sin excesos aligerarán la carga de responsabilidades que te agobian; confrontas malentendidos.

♎ Libra (septiembre 23 - octubre 22) / Aplica tu energía y entusiasmo para eliminar la influencia negativa este mes. Las relaciones de pareja experimentan sensaciones nuevas. Repite en voz alta: "Estoy abierto a una solución amorosa, aquí y ahora". Conserva tu mente positiva y sin excesos. Mercurio te ayudará aligerar la carga de responsabilidades.

♏ Escorpión (octubre 23 - noviembre 22) / Si actúas sin pensar, correrás riesgos en todos los ámbitos. Tómallo en cuenta y controla tu fuerte temperamento. La luna llena afecta tus emociones. Habrá que ser más paciente, hay una gran carga de actividad. Te reencontrarás con un amor; puedes sentir dificultades para expresar tus sentimientos.

♐ Sagitario (noviembre 23 - diciembre 21) / La luna nueva indica que puedes obtener ganancias; cuídate en el trabajo. El tránsito de Urano en tu signo casi te volverá loco. Al mismo tiempo, brindará una nueva apertura en tu conocimiento y una filosofía de vida que te hará más independiente.

♑ Capricornio (diciembre 22 - enero 20) / Evita la ansiedad e inquietud por mantener tu relación con la pareja. Los astros indican tolerancia contigo mismo y con los otros. Hoy, estás más preocupado por la familia y, quizá, ocuparán tu tiempo las luchas en el trabajo. Plutón, en tu signo, significa que los esfuerzos positivos son la siembra que te generará beneficios.

♒ Acuario (enero 21 - febrero 19) / Debes tener claridad en lo que deseas; tu mente pudiera estar un poco desordenada. Saturno, en tu signo, indica aplicar más esfuerzo, pese a los contratiempos. Refuerza la confianza en ti mismo. Posibles retrasos y contrariedades en el trabajo, pero podrás superarlas con hechos.

♓ Piscis (febrero 20 - marzo 20) / Júpiter no dejará de ayudarte. Las transformaciones personales que experimentes influyen de manera positiva. Coloca una flor blanca y enciende una vela, pide salud, amor, trabajo y dinero. Recibirás bendiciones este mes del amor y la amistad.

**¡Próspero y venturoso febrero 2021,
de salud perfecta!**

YA CONTAMOS CON

POR SOLO

\$299

Precio Farmacias
Similares

DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES®

farmaciassimilares.com

f
t
v
i

Fecha de elaboración: 06/10/2020 Vigencia al 28 de febrero 2021
Reg. No. 214M2009 IV AVAMYS 2a Suapención. IPPA/GDS11/IP10:03 Abril 2018/Actualización: 21 Junio 2018

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

ETERNAL SECRET®

Alta cosmética a tu alcance

En la compra
de **3 productos**

ETERNAL SECRET®

10%
de **DESCUENTO**

válido de martes a domingo,
no se aplica con otras promociones



\$224.00

Sérum

Dermo renovador 50 g

\$109.00

Tonicante

Dermo-oxigenador 120 ml

\$129.00

BLOQUEADOR FPS 50+

Crema facial y corporal 125 g



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

HASTA
75%
DE AHORRO

eternalsecret.com.mx



Vigencia al 28 de febrero 2021. Salud es belleza.
Aviso Cofepris N.º 143300202D0226