



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

HASTA 75%  
DE DESCUENTO

**EL OFERTÓN del**



**3x2**

De martes a domingo,

consulta los productos participantes en  
[farmaciassimilares.com](http://farmaciassimilares.com)



\* No se aplica con otras promociones o descuentos. Consulta a tu médico. Limitado a 2 ofertas por cliente.

# SIMINFORMA

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

Junio 2021 Núm. 470-2

Por Un País Mejor®

# Criptomonedas, ¿riesgo o seguridad?

Págs. 10 y 11

#CuidemosJuntosElPlaneta  
#SiMiPlaneta


2<sup>a</sup> ENTREGA DEL  
**DONATIVO**  
\$5.5 millones

**DESTINADOS A  
4 PROYECTOS**  
Se reforestarán

517 hectáreas, con 260 mil árboles  
y se beneficiará a mil 200 familias

- Quintana Roo** \$1.6 millones  
Estudios Rurales y Asesoría Campesina, A.C.  
• Trabaja en la zona maya del estado  
• Plantará 108 mil árboles  
• Protegerá la fauna local como el jaguar
- Chiapas** \$1.6 millones  
Reforestamos México, A.C.  
• Trabaja en el Cañón del Sumidero  
• Sembrará 22 mil 400 árboles  
• Preservará el equilibrio de la flora y fauna, como el mono araña y el cocodrilo de río
- Durango** \$1 millón 250 mil  
Centro de Información y Comunicación Ambiental del Norte de América, A.C. (Ciceana®)  
• Trabaja en el ejido de San Diego de Tenzaens  
• Plantará 110 mil árboles  
• Impulsará el enriquecimiento del bosque templado y la conservación del águila real
- Coahuila** \$1 millón 50 mil  
Protección de la Fauna Mexicana, A.C. (Profauna)  
• Trabaja en la sierra de Zapalinamé  
• Sembrará 20 mil 625 árboles en la sierra de Zapalinamé  
• Se ampliará el hábitat del oso negro y de la cotorra serrana oriental

Visita: [simiplaneta.com](http://simiplaneta.com) y síguenos en: [/SiMiPlaneta](https://www.facebook.com/SiMiPlaneta)



# SiMiPlaneta

# SíMiPlaneta, cumple

Tania Elías  
@magiovilla

Farmacias Similares se caracteriza por ayudar a los que menos tienen, y por ello creó desde 2019, la campaña SíMiPlaneta, encaminada a conservar al medioambiente y a erradicar el uso de bolsas plásticas.

Gracias a que usted dijo: “Sin bolsa, por favor”, se pudo ahorrar una cantidad que luego fue donada a instituciones para reforestar zonas de Oaxaca, Tabasco, Jalisco y Ciudad de México.

Sin embargo, cuidar al planeta es una tarea diaria y, por eso se decidió que este proyecto sea permanente.

En esta segunda entrega se ahorraron, durante 2020, más de 97 millones de bolsas, equivalente a 5 millones y medio de pesos.

Este dinero se repartió a cuatro nuevos proyectos que impulsarán la conservación de la biodiversidad; en conjunto, se reforestarán 517 hectáreas, se plantarán 260 mil árboles, con un beneficio directo a mil 200 familias, en un periodo de tres años.

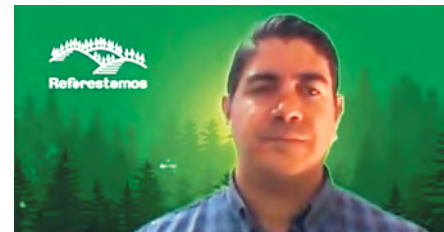
## Conoce a las instituciones ganadoras

Durante la transmisión en las páginas de Facebook de SíMiPlaneta y SimiRadio, así como en *La Hora Feliz del Dr. Simi*, por SimiRadio, Víctor González Herrera, vicepresidente de Estrategias Comerciales de Grupo Por Un País Mejor, y creador de la campaña, acompañado del Dr. Simi, entregaron los donativos.

Estudios Rurales y Asesoría Campesina, AC, recibió un millón seiscientos



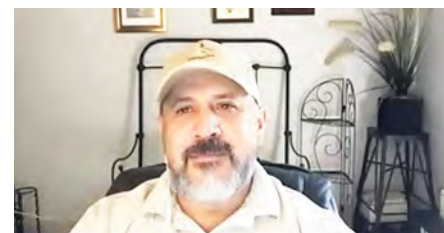
Lic. Víctor González Herrera.  
Vicepresidente de Estrategias Comerciales



Alejandro Quintana Juárez. Director de  
Desarrollo Nacional Reforestamos México, A. C.



Dra. Gabriela Guzmán Gómez. Directora Ejecutiva  
Estudios Rurales y Asesoría Campesina, A. C.



Sergio Carlos Marín Gómez. Director Profauna

mil pesos, para recuperar las selvas mediante sistemas tradicionales de regeneración natural.

Esta asociación, con apoyo de la comunidad, establecerá plantaciones

en 335 hectáreas con 108 mil árboles en la zona maya, en el sur de Quintana Roo, y protegerá a la fauna local, como el jaguar.

Reforestamos México, AC, trabajará en el Parque Nacional Cañón del Sumidero, Chiapas, para preservar el equilibrio de la flora y fauna, como el mono araña y el cocodrilo de río. Con un millón seiscientos mil pesos reforestará y dará mantenimiento a 32 hectáreas, donde se sembrarán 22 mil 400 árboles.

Protección de la Fauna Mexicana, AC (Profauna), trabajará en la sierra de Zapalinamé, Coahuila, para recuperar áreas degradadas, reducir la pérdida del suelo y ampliar el hábitat del oso negro y de la cotorra serrana oriental. Con un millón cincuenta mil pesos reforestará 50 hectáreas, sembrará 20 mil 625 árboles, construirá 50 metros cúbicos de contras de piedra y 40 metros cúbicos de presa filtrante.

Finalmente, el Centro de Información y Comunicación Ambiental del Norte de América, AC (Ciceana), trabajará en el ejido San Diego de Tenzaens, Durango, donde impulsará el enriquecimiento del bosque templado y la conservación del águila real. La asociación recibió un millón doscientos cincuenta mil pesos para reforestar 100 hectáreas con la siembra de 110 mil árboles; además, trabajará en el monitoreo comunitario, y en la educación y capacitación para conservar la biodiversidad.

Así, con hechos, refrendamos nuestro compromiso: Menos plástico, más vida. /SiMiPlaneta

Presidente de Grupo Por Un País Mejor  
Víctor González Torres  
500,000 ejemplares / Junio 2021  
Edición 470-2  
Redacción  
Director Vicente Monroy Yáñez  
Diseño  
Adriana Hinojo Montes de Oca  
Virginia Palacios Baeza

Servicio de Agencia Reforma  
Distribuidores en México Farmacias Similares, El Sol de México  
[siminforma.com.mx](http://siminforma.com.mx)  
[simi\\_informa@porunpaismejor.com.mx](mailto:simi_informa@porunpaismejor.com.mx)  
Redacción México: 55 54 22 01 18  
Commutador: 55 54 22 45 00  
Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de “Prensa Unida de la República, A.C.” Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: junio 2021. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. “Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito”.

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



Cambio climático

Carlos Álvarez\*

www.carlosalvarezflores.com  
@calvarezflores

## Reciclaje y economía circular

En nuestro país todavía no contamos con la educación y conciencia ambiental suficientes para reciclar todos nuestros residuos, no solo los sólidos urbanos (basura), sino también llantas, excretas de los animales, lodos

de las plantas de tratamiento de aguas residuales, pilas, eléctricos y electrónicos. México genera más de 350 millones de toneladas anuales de esos residuos, producto de la utilización de nuestros recursos naturales para fabricar los satisfactores de esta nueva vida moderna o urbana; además de los nutrientes que a diario extraemos del suelo agrícola como fuente de energía, vitaminas y minerales y la producción masiva de proteína animal que nos nutre. La primera condición que no nos permite avanzar en este nuevo camino es que todos nuestros gobiernos no han entendido la importancia y relevancia del reciclaje y la economía circular, aparte de establecer incentivos fiscales o subsidios para promoverlos. Los recursos naturales del planeta y los nu-

trientes del suelo son finitos y debemos entender que, si no imitamos a la propia naturaleza en sus procesos circulares, iremos hacia el colapso total. Es indispensable que separemos, reciclemos, reusemos o valoricemos de manera energética nuestros residuos en este nuevo modelo de gestión que se conoce, desde hace más de 40 años, como economía circular. México está atrasado más de 30 años en relación con Europa en esta visión. En el nuevo acuerdo verde europeo, anunciado el año pasado, se recomienda incrementar el reciclaje como parte fundamental e indispensable para reducir emisiones de gases de efecto invernadero (GEI) y establecer un aprovechamiento sustentable de nuestros recursos naturales.

Reciclar el agua es urgente como medida de adaptación al cambio climático. La recuperación de suelos erosionados es indispensable para restaurar nuestros sistemas de captura de carbono naturales, mediante la utilización de una buena composta (que debemos producir a partir de la fracción orgánica de los residuos sólidos urbanos, las excretas de cerdos, reses, pollos, etc.), los lodos de plantas de tratamiento de aguas residuales y la poda de los árboles. Este es su mejor destino y la manera de aprovecharlos, ya que al producirla reducimos de modo drástico las emisiones de GEI, a lo que estamos obligados por el Acuerdo de París.

\*Carlos Álvarez Flores, presidente de México, Comunicación y Ambiente, A.C. Experto en gestión de residuos y cambio climático

Fundación **BEST** a.c. Síguenos por

# OXIMETRÍA DE PULSO

Existen enfermedades que ocasionan niveles bajos de oxígeno en nuestra sangre; una de ellas, la **COVID-19**.

En apoyo de tu economía, en todos los consultorios de Fundación Best del país se realiza

# GRATIS

la oximetría de pulso todos los **VIERNES** de este mes.

La oximetría no duele y previene

# ¡Te esperamos!

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

# Sucanon

Remedio Herbolario

Clave alfanumérica: 016RH2003SSA

**PRECIO: \$122.00**

CAJA CON 24 TABLETAS

Reg. San. No. 0853C2012 SSA

© MARCA REGISTRADA PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES ESTE PRODUCTO NO HA DEMOSTRADO CIENTÍFICAMENTE TENER PROPIEDADES PREVENTIVAS NI CURATIVAS. VIGENCIA AL 30 DE JUNIO 2021

# DURAMAX gel

Reg. San. No. 0853C2012 SSA

**PRECIO: \$114.00**

© MARCA REGISTRADA PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES VIGENCIA AL 30 DE JUNIO 2021

# Candiphen V

NUEVO PRODUCTO

ÓVULO **PRECIO: \$107.00**

3 ÓVULOS **PRECIO: \$57.00**

Reg. No. 111M2004SSAVI

© MARCA REGISTRADA PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO. VIGENCIA AL 30 DE JUNIO 2021

# Salud

## Llaman a prepararse contra los efectos neurológicos de la covid

Jacqueline Ramos  
Jramosr12@hotmail.com

Villapol dijo que ocho de cada 10 personas hospitalizadas por la covid no se recuperan por completo y, hasta por lo menos cinco meses después, presentan algún tipo de síntomas que arrastran de la enfermedad aguda.

Las naciones deben prepararse contra los efectos neurológicos a largo plazo de los pacientes dañados por la covid-19. Hoy, son los que más preocupan porque los arrastrarán entre 10 y 30 por ciento de los infectados, advirtió la neurocientífica española Sonia Villapol.

Al participar en El Aleph, Festival de Cultura de la UNAM, con la conferencia Neuro-covid: cuando el cerebro es atacado por el SARS-CoV-2, indicó que el sistema de vacunación avanza y la gente ve un poco la luz al final del túnel, pero “no nos podemos olvidar del coronavirus, porque el mal persiste, a largo plazo, en muchos pacientes”.

La coordinadora del equipo de neurología de investigación internacional sobre la covid-19, mencionó que los síntomas neurológicos no se superan a las dos semanas, tiempo que dura la enfermedad. Es recurrente y puede persistir semanas o meses, incluso hay personas con un año de secuelas después de haberse infectado.

“Otro aspecto importante es que pueden aparecer nuevos síntomas. No es solo arrastrar los de la fase aguda. Los problemas suelen incluir fatiga, confusión mental, fiebre, síntomas gastrointestinales, ansiedad y depresión.

“Toda esta acumulación de síntomas repercute en nuestro rendimiento laboral por lo que es un problema socioeconómico, de salud pública a largo plazo, y hay que prestarle atención”.

Explicó que la mayoría de la gente pasa la enfermedad en un mes, e incluso es asintomática, por lo que, en apariencia, se recupera por completo; sin embargo, ocho o 12 semanas después hay más estudios que indican la persistencia de algún síntoma.

La covid de largo plazo afecta, sobre todo, a las mujeres de mediana edad, de la etnia blanca y con una o dos comorbilidades, por ejemplo, hipertensión u obesidad. Además, incluyen a quienes pasaron la fase aguda más grave.

“No sabemos mucho de la covid persistente. Hay una inversión impresionante en el sistema de salud de Estados Unidos, para estudiar la covid posaguda. La gente se pregunta cuándo se va a recuperar, cuándo recobrará el olfato, cuándo pasarán los dolores de cabeza... Hoy, no se sabe”. / Salud



Foto: Agencia Reforma  
siminforma.com.mx

**NUEVA IMAGEN**

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

**NUEVA IMAGEN**

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

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

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

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

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

Consulte a su médico.  
Su venta requiere receta médica.  
Vigencia al 30 junio 2021.



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO

# 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 junio 2021

## 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.





**QUE TE SALGA  
EL VIAJE A LA PLAYA,  
Y DESPREOCÚPATE  
EN VERANO.**

REG. NO. 48163 SSA VI  
CONSULTE A SU MÉDICO. HIGIENE EN SALUD



VIGENCIA AL 30 DE JUNIO 2021.

## Salud

# Decir adiós

Cynthia Montserrat Mena García  
centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx

Hace unos días hablaba con una consultante que refería sentirse triste por la muerte de su esposo, unas semanas atrás. Las personas que la rodeaban le pedían que cesara de llorar porque “no lo dejaría ir”, que ya no hablara de él en presente y, sobre todo, a que ya no platicara ante su fotografía colocada en un lugar especial de la casa.

Ella no solo estaba triste por el fallecimiento de quien le acompañó por 20 años, sino porque, además, no podía vivir el duelo como le pedían que lo hiciera.

Hace algunas décadas, era común que se observara de manera patológica el que se hablara en presente de una persona muerta, pero Salud

hoy existen posturas mucho más respetuosas, flexibles, como lo es la de las prácticas narrativas, donde se identifica y se le da la valía al protagonista de la historia para tener un proceso individual sobre la muerte de un ser amado.

Cada individuo es irreplicable, único, por lo que su manera de percibir la muerte también lo será. En la perspectiva narrativa el proceso de duelo por muerte de un ser querido no tiene un traje rígido que se le pone al usuario a fuerza, sino que acomoda el acompañamiento al contexto de este.

No quita la mirada de que el experto en su propia vida solo puede ser la persona que está en el centro del relato, y ese es el consultante.

Como psicoterapeutas trataremos de ser una guía, pero siempre con respeto a la percepción de la persona que nos visita en el consultorio, o que nos hace una llamada al CNDEE: 800 911 66 66, opción 3. / Salud



Foto: Alberto Moreno  
Foto: Agencia Reforma  
siminforma.com.mx



Sexo, sin lágrimas  
y sin pudor

Gabriela Jiménez

## Tiempo de espera

Aún me tocó, cuando era niña, escuchar de aquellos noviazgos que duraban 8, 10 o hasta 15 años. Vaya que sí se la pensaban para establecer una relación de matrimonio. Hablar de casarse era un compromiso de por vida y se debía analizar a fondo. De hace, más o menos, cinco años a la fecha, en mi trabajo de asesoría y orientación psicológica en el CNDEE, he logrado establecer que el tiempo promedio estimado para vivir juntos, ya no casarse, es de 3 meses. Sí, en solo 90 días las parejas deciden compartir sus proyectos de vida, sueños y, de manera implícita, pensar que solo así saldrán de los problemas que tienen en lo particular y en casa de los padres. También hay un nuevo promedio para que esas relaciones no funcionen. De seis

a 10 meses, las parejas caen en esa desilusión que les lleva el vivir con la realidad. ¡Sorpresa!, la pareja no es la salvación que se pensaba, son seres humanos que, de acuerdo con sus rasgos de personalidad, aprendizajes, creencias, valores y contexto sociocultural en el que han crecido, van a interactuar con quien ahora viven. No, no va a cambiar, no se van a adivinar el pensamiento, y resulta que tampoco son las personas que se van a sacrificar por las expectativas del otro. Son seres humanos que esperan y exigen lo mismo: encontrarle un sentido a la vida mediante la relación de pareja. Solo el tiempo y la convivencia, conocer a la familia, los amigos, proyectos de vida, cómo se relaciona con todos ellos y si se tiene la rareza de pensar y conducirse con cierta coherencia y lógica, así como la manera en la que resuelve los conflictos, es lo que te dará una idea de con quién establecerías una relación a largo plazo. Es cierto, nada asegura el futuro de ninguna pareja, pero creer que en 90 días ya encontraste al amor de tu vida, es apostarle a una ilusión. Te invito a que llames al 800 911 6666 opción 3, para recibir asesoría psicológica de manera gratuita sobre este u otros temas.

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 "Porque ser feliz, sí se puede" www.serfelizse puede.com.mx

## Previene la Gripe y el Resfriado Común con:



De venta exclusiva en Farmacias Similares Reg. SSA 001V2013VI Vigencia al 30 de junio 2021.

**YA CONTAMOS  
CON**

**2X1\***  
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

Fecha de elaboración: 06/10/20 Vigencia al 30 de junio 2021 \*No se aplica con otras promociones  
Reg. No.214M2009 IV AVAMYS 2a Suspensión. IPPA/GDS11/IP10:03 Abril 2018/Actualización: 21 Junio 2018

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

## Por Un País Mejor

### Solidaridad que permanece



Foto: Karla López (Kai Ale)

Axl Daniela Agüero  
@axl\_aguero

En la colonia Mixcoac, Ciudad de México, hay un inmueble donde se respira la esencia e historia del arte histriónico del país: la Casa del Actor, IAP, Mario Moreno "Cantinflas", fundada hace 77 años, gracias a la iniciativa del llamado mimo de México.

Desde entonces, este lugar ha sido hogar de actores retirados que no tienen medios para subsistir. Ahí se les brinda alimentación, vivienda, compañía y atención médica.

Debido a la pandemia, este recinto ha sufrido apremios para mantenerse abierto; faltan alimentos, medicinas y, claro, ingresos económicos para cubrir la nómina del personal médico.

Esto ponía en riesgo el bienestar de las más de 40 personas que ahí habitan y, ante el llamado de auxilio que lanzó Jorge Ortiz de Pinedo, como presidente del patronato, Víctor González Torres instruyó a Fundación del Dr. Simi acudir en su ayuda.

Así, desde hace más de seis meses, el Dr. Simi brinda estabilidad a la Casa del Actor, mediante donativos que incluyen despensas, medicamentos, apoyo en especie y económico.

En la más reciente visita de la

Fundación, se entregaron despensas, artículos de limpieza, una lavadora con secadora, un refrigerador industrial, cinco ventiladores de torre, entre otros regalos para los actores.

La ceremonia de entrega de este donativo se celebró en el patio principal de la Casa del Actor, donde la directora de Fundación del Dr. Simi, Astrid García Gallegos, refrendó el compromiso que se tiene con los actores.

Ahí también, actores y actrices retirados como Yolanda García Duhalt, Isabel Martínez, la Tarabilla, Elvis Marín, entre otros, dieron fe de las acciones altruistas.

Asimismo, como muestra del agradecimiento con Farmacias Similares, el Mago Frank, vocal del patronato de la Casa del Actor, hizo entrega de un reconocimiento a la fundación, y Jorge Ortiz de Pinedo, a través de un video, envió un emotivo mensaje a Víctor González Torres.

"Don Víctor, le quiero agradecer por toda la ayuda que ha brindado a nuestros huéspedes de la Casa del Actor, por lo que usted y su equipo están velando. Farmacias Similares es el mayor de nuestros benefactores. Muchas gracias, Dr. Simi", recalcó. / Por Un País Mejor

¿ENTRENASTE DE MÁS?

Un producto de **GELo pharma**  
INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA

# ML-PRIM®

Metocarbamol / Ibuprofeno

Cápsulas 375mg / 200mg

## QUE EL DOLOR NO TE DETENGA



- RELAJANTE MUSCULAR
- ACCIÓN ANALGÉSICA
- ANTIINFLAMATORIO



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



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

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

De venta en Farmacias Similares

PERMISO COFEPRIS 1933002T1B0274



**YA  
CONTAMOS  
CON**



Precio máximo al público **\$ 379.50**

Precio Farmacias Similares®

**\$239.00**



**farmaciasimilares.com**

Vigencia al 30 de junio 2021.  
Consulte a su médico.  
Su venta requiere receta médica.

## México

# Criptomonedas, ¿r

Tania Elias  
@magiovilla

Las criptomonedas son activos digitales que utilizan la criptografía, una técnica de cifrado, para realizar transferencias mediante la tecnología del *blockchain*, mejor conocida como cadena de bloques.

Las transacciones provienen de otras anteriores y forman cadenas validadas y verificadas por una red de usuarios. Cuando lo logran, pueden ganar activos y, así, continuar con el ciclo.

La idea de criptomoneda fue descrita, en 1998, por Wei Dai, un ingeniero informático. Él propuso crear un tipo de moneda que usara la criptografía. Fue hasta 2009 cuando Satoshi Nakamoto desarrolló el bitcoin, una de las más populares y cotizadas en el mercado, seguida de ethereum, ripple XRP, litecoin, NEO e IOTA.

Se calcula que hay más de 9 mil de estas divisas con diferente valor y volumen en el mercado, y cada día se crean nuevos criptoactivos.

Eloisa Cadenas, fundadora de Crypto-Fintech, consultoría enfocada en proyectos de *blockchain*, dice que algunos de sus usos son la compra y venta de servicios y productos, solicitar créditos, abrir cuentas de ahorro, obtener préstamos, envío de remesas, pago a proveedores, así como suministrar liquidez mediante una cartera electrónica para realizar transacciones.

Estas monedas digitales son descentralizadas, es decir, no hay una entidad o banco

que las rijan, lo cual las hace más seguras porque la información es validada por muchas personas en el mundo; sin embargo, si son administradas por un banco, existe la probabilidad de que los datos sean corrompidos o *hackeados*.

Algunos de los riesgos más comunes son los portales dedicados al fraude, y los esquemas de inversión, que son estafas, la mayoría publicados en redes sociales.

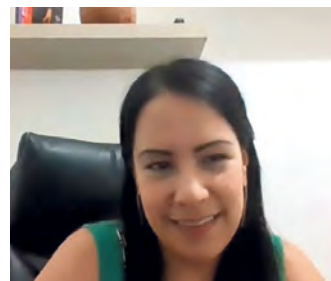
Para evitar problemas, estas divisas pueden obtenerse por medio de plataformas donde se realizan acciones de compra-venta llamados *exchange*. Bitso es uno de ellos.

Fundada en 2014, esta empresa está regulada en el país por la Comisión Nacional Bancaria y de Valores, y se pueden comprar de manera segura las criptomonedas; además de hacer intercambios o conseguir una cartera electrónica.

Por ello, si decide entrar a este mundo, le recomendamos que consulte a un especialista para resolver sus dudas, esté al tanto de las regulaciones, fluctuaciones y los proyectos de las criptomonedas, incluso tome cursos para aprender más sobre este instrumento financiero de inversión.

### ¿Y en México?

El uso de las criptomonedas ha aumentado en el país; en los últimos dos años se incrementó 150% el número de usuarios: en 2019, había 800 mil personas que usaban estas divisas; sin embargo, en la actualidad hay cerca de 2 millones. Asimismo, Bitso



Eloisa Cadenas, fundadora de CryptoFintech / Foto: Cortesía



Sergio Pineda, especialista en finanzas / Foto: Cortesía

México

# Riesgo o seguridad?



pasó de 289 mil 124 personas a un millón 522 mil 973, en 2020.

La popularidad de las divisas se debe a su rápido aumento de valor y por su importancia en el mercado financiero. No obstante, Sergio Pineda, especialista en finanzas, afirma que aún falta difundir más sobre ellas porque 40% de los mexicanos desconoce su funcionamiento, 30% considera que no tienen algún respaldo y 40% cree que son un fraude.

Incluso, debido a su crecimiento acelerado, se habla de una burbuja económica, un fenómeno caracterizado por un aumento anormal y prolongado del precio de algo hasta que alcanza un nivel tan alto, que termina por estallar.

“Le puede pasar a cualquier criptomoneda porque es algo especulativo. Se basa en la compra-venta,

y el valor del mercado lo determinan las posiciones. Una vez el bitcoin cayó de 12 mil a 5 mil dólares, entonces, su valor es volátil, algo que las hace un instrumento financiero de alto riesgo”, señala Pineda.

Pese a esto, y con el fin de aumentar su uso, en 2018, se estableció la Ley Fintech. Ante ello, el especialista indica que no está bien establecida: “Cuando haces un pago con criptomonedas, es anónimo, entonces lo que el gobierno busca es saber quién paga o recibe para tener un control hacendario”.

Mientras el gobierno busca la manera de normalizarlas, Cadenas ve que la gente tiene interés por aprender más sobre el tema y, considera que, en un futuro, el dinero va a migrar al mecanismo de los criptoactivos.

“China tiene su propia moneda virtual y ya es parte de su economía. Esto solo es la digitalización de su dinero. Creo que a largo plazo las divisas de los gobiernos van a coexistir, pero no van a sustituir al dinero, solo se migrará a esta reserva de valor”. / México



Las criptomonedas son activos digitales que utilizan la criptografía para realizar transferencias mediante el blockchain / Foto: nivolap.es

YA  
CONTAMOS  
CON

**\$429**  
Precio Farmacias  
Similares



DE VENTA EN  
FARMACIAS SIMILARES®  
farmaciassimilares.com



Vigencia al 30 de junio 2021  
Reg. No 340M99 SSA  
Seretide Diskus 35/IPI20

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



De barrio  
en barrio

Fernando Gutiérrez  
fegutierrezp@gmail.com

## Plaza de la Ranita

Sin exagerar, este sitio ha sido una plazuela por más de 100 años, adornada con una fuente, en cuyo brocal se sentaban los señores para que les bolearan el calzado (Valle-Arizpe). El lugar ha mudado de nombres a lo largo de los años: plaza de las Doncellas, del Colegio de las Niñas, Jardín 5 de Mayo, Guadalupe Victoria... hasta ser conocida hoy como Plaza de la Ranita, un personaje del que no se sabe su origen, creador y por qué fue colocada en esa esquina de Bolívar y Venustiano Carranza.

El caso es que, con su laúd, parece una decoración eterna en ese lugar, una bienvenida a la calle de Bolívar, llena de casas musicales. Es venerada por los limpiabotas, su amuleto para que no falte el trabajo.

El sitio, de por sí, es histórico: a media cuadra de la ranita, entonces calle Cadena, estaba la casa de Porfirio Díaz, la última que habitó antes de irse al exilio en París.

La ranita, alguna vez en el centro de una pequeña fuente, donde la gente lanzaba monedas como en la de Trevi, Italia, está hoy en medio de un jardincillo, casi oculta por las plantas, al pie del reloj otomano, en la citada esquina del Centro Histórico.

Hubo un tiempo en que fue removida a Tacuba, pero ante la protesta de comerciantes y boleros, fue regresada a su lugar de origen, donde un artesano anónimo colocó una placa de cerámica (1999), que muestra a la ranita acompañada de una pequeña orquesta de animales. Sí, nos remite al ingenio de Cri-Cri. Por cierto, la calle de Bolívar (antes de Las Ratas), se llama así en memoria del Libertador de América, quien vivió en esa vía cuando tenía 20 años y andaba de amoríos con la Güera Rodríguez, una mujer de cautivadora belleza que también fue amante de Humboldt e Iturbide.

Seguro la ranita los animaba con serenatas románticas...



Foto: Fernando Gutiérrez

Cultura

UNA SOLA Dosis

¡ADIÓS AMIBA!  
¡ADIÓS LOMBRIZ!

ANTIPARASITARIO  
**Farmiver**  
Quinfamida - Albendazol

Reg. No. 385M2006 SSA VI

Reg. No. 173M2012 SSA VI

**Ideal para cada integrante de la Familia**

Farmiver Pediátrico Niños de 2 a 4 años	Farmiver Junior Niños de 7 a 11 años
Farmiver Tabletas Adultos y Niños mayores de 12 años	

Por tu Salud y la de tu Familia

www.farmiver.com.mx  
Farmacos Continentales, S.A. de C.V.  
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MEDICO.  
Permiso COFEPRIS 163300201B1100

# Cultura

## Brillan mexicanos entre rimas

La antología *Cajita de fósforos* (Ediciones Ekaré), compilada por el escritor e investigador Adolfo Córdova e ilustrada por Juan Palomino, ambos mexicanos, se hizo acreedora al Bologna Ragazzi Award 2021, un certamen internacional.

Córdova detalló que esta propuesta reúne los textos de 36 poetas de diez países, escritos entre 1920 y 2020. Presenta a algunos de los escritores más emblemáticos de Argentina, México y Chile, como Borges, Gloria Fuertes y Gabriela Mistral.

“La idea era hacer un recorrido histórico, buscar quiénes fueron los primeros poetas que empezaron a arriesgarse y a escribir poesía infantil sin rima. Esta no estuvo exenta de la vanguardia, ni de la modernidad”, expresó Córdova en entrevistas.

*Cajita de fósforos* es una valiosa antología, llena de asombrosa poesía no rimada de Iberoamérica. El curador Adolfo Córdova realizó una

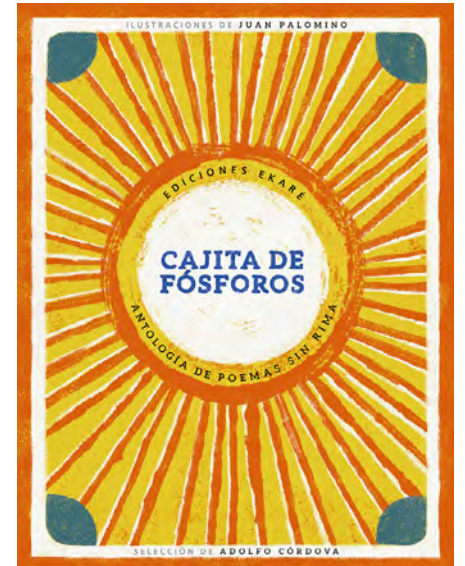


Foto: ekaresur.cl

extensa investigación que resultó en una inmaculada selección de poemas que un niño puede comprender y disfrutar, en parte lograda por el cuidadoso ordenamiento de los textos”, menciona el veredicto del premio.

El galardón se entregará durante la Feria Internacional del Libro, en Bolonia, que tendrá lugar del 14 al 17 de junio. / *Cultura El Financiero*

### ¿Qué tanto sabes de español?

Habla y escribe de manera correcta.

1. Indulto y amnistía no son sinónimos
2. ¿Orleans lleva tilde?
3. Deme, dele, dese, denos, deles, ¿se tildan?
4. Esto, eso y aquello ya no se tildan
5. ¿El pronombre ti lleva tilde?

fegutierrezp@gmail.com



Respuestas:

1. Indulto es la ‘gracia por la cual se anula la pena impuesta por un delito, o se conmuta por otra menor: “El Consejo de Ministros concede el indulto a un preso del Altiplano”. Amnistía es el ‘perdón de cierto tipo de delitos, que extingue la responsabilidad de sus autores’: “Los evasores podrán acogerse a la amnistía fiscal y pagarán menos del 10 %”.
2. Al ser palabra aguda acabada en grupo consonántico, no lleva tilde, como ocurre con icebergs, pero por la creencia equivocada de que se acentúan todas las palabras terminadas en “s”, aparece como Orleans.
3. No se tildan, aunque sí dé, por ser un diacrítico.
4. Los pronombres neutros esto, eso y aquello no se tildan, como es el caso de este, estos, esa, aquellos.
5. El pronombre ti no se acentúa; algunos lo hacen de manera errónea por influencia de mí y sí.

Fuentes: RAE y Fundéu

# CONSULTA SEGURA,

solo



Fundación

**BEST** a.c.

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

Síguenos por:  



## Las enfermedades cardiovasculares

son la principal causa de defunción en el mundo\*

## ¿Cómo cuidas tú corazón?

Pregunta por nuestros paquetes en [ssdrsimi.com.mx](http://ssdrsimi.com.mx)  
SIMITEL 800 911 66 66



Síguenos por   



\*Fuente: Organización Mundial de la Salud.  
Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón.  
Céd. Prof.: 441415-UNAM

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



# ACCU-CHEK®



**Glucómetro Accu-Chek® Active**  
1 pieza

**\$514.00**  
PRECIO FARMACIAS SIMILARES®



**Tiras Accu-Chek® Active**  
25 Tiras reactivas

**\$205.00**  
PRECIO FARMACIAS SIMILARES®



**Tiras Accu-Chek® Active**  
75 tiras reactivas

**\$410.00**  
PRECIO FARMACIAS SIMILARES®



**Accu-Chek® Softclix**  
25 lancetas

**\$66.00**  
PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

Prevenición es salud. Vigencia al 30 de junio 2021. Las imágenes mostradas en este material son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final.



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

HASTA **75%** DE AHORRO



Próxima parada

Héctor González Vigón

cproximaparada@gmail.com  
@viajeroalamexicana

## Arte en la SEP, Ciudad de México

Mucho hablamos de Diego Rivera, pero ¿qué tanto sabemos de los lugares donde podemos ver sus murales? En la Ciudad de México hay un edificio histórico que cuenta con una gran cantidad de sus obras, una clara muestra del porqué este mexicano revolucionó el mundo del arte con su trabajo. No es el Palacio Nacional, ni un museo famoso, sino el inmueble que ocupa la Secretaría de Educación Pública.

Esta sede gubernamental fue diseñada *ex profeso* para albergar a la SEP y, al principio, notaron que faltaba algo que expresara el objetivo de la dependencia. Por este motivo, llamaron a Diego Rivera y a otros artistas para que plasmaran el espíritu de entrega y orgullo del pueblo mexicano, sus ideas y costumbres.

Así, a lo largo de 5 años, Rivera trabajó en las paredes de este edificio y en cada obra exaltó lo que vivía el pueblo mexicano de la época en distintos estratos y contextos. Enaltecó el poder popular para el progreso del país y la importancia de las comunidades rurales en el fortalecimiento de la nación.

Observar sus murales permite descubrir frases e imágenes que le harán llegar al espíritu mexicano más profundo de la época y conocer el talento de Diego Rivera. Uno de los detalles increíbles de esta visita es que podrá apreciar la firma del pintor plasmada en algunos de sus murales. Elementos de la Revolución, la agricultura, la burguesía y una excéntrica crítica social harán que pase horas ante las pinturas de Rivera.

Además, admirará obras de otros artistas, como Federico Canessi, Roberto Montenegro y David Alfaro Siqueiros. Disfrute la Ciudad de México y conozca estos bellos murales en la calle República de Argentina #28, colonia Centro. La entrada es gratuita, solo es necesario mostrar una identificación oficial.



Foto: SEP

Cultura

**ONE TOUCH**  
**UltraSoft**  
**LANCETAS**

Lancetas  
**ONE TOUCH**  
25 piezas  
**\$65.00**

**ONE TOUCH**  
**Select**

Tiras reactivas  
**ONE TOUCH**  
50 piezas  
**\$412.00**

**ONE TOUCH**  
**Ultra**

Tiras reactivas  
**ONE TOUCH**  
50 piezas  
**\$416.00**

**ONE TOUCH**  
**Ultra**

Tiras reactivas  
**ONE TOUCH**  
10 piezas  
**\$135.00**

farmaciassimilares.com

Vigencia al 30 de junio 2021.  
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.

## Cultura

# Un tesoro de Julio Cortázar



Exposición de Julio Cortázar en París 2010 / Foto: Augusto Starita Wikimedia Commons

En 1993, alrededor de 4 mil libros del escritor argentino Julio Cortázar fueron donados por su esposa a la Fundación Juan March, en Madrid.

Este arsenal cobró un impulso para la creación de un video-ensayo y una serie de podcast donde se revela la esencia que el autor mantenía en su apartamento de París.

En sus estantes se encuentran los títulos de arte, historia y poesía que lo acompañaron desde joven. Una de las particularidades son las anotaciones del autor, reflejo del lector que fue. En las páginas tacha, protesta, dibuja y reflexiona.

La biblioteca contiene libros en 26 lenguas. Más de 800 tienen su firma y otros 397, anotaciones en los márgenes.

También desvela las relaciones que mantenía con los artistas de la segunda mitad del siglo XX.

En algunos libros, los autores le escriben dedicatorias. Por ejemplo, Octavio Paz, con quien mantuvo una larga amistad, le firmó ejemplares llenos de complicidad. También hay

dedicatorias de Ítalo Calvino, Rafael Alberti, Juan Carlos Onetti o Gabriel García Márquez.

El escritor tenía debilidad por las historias de terror, como los cuentos de Edgar Allan Poe, del que se volvió traductor. En su acervo se aprecian ejemplares de Drácula, y en la tapa de una de las ediciones en la que aparece un vampiro, alguien dibujó bigotes, barba, gafas y un reloj.

Este no es el único ejemplar modificado. En la *Antología del humor negro*, de André Breton, el escritor cambió el título en el lomo e intercambió las palabras "Breton" y "noir". Se puede leer el título: *Antología de humor Breton*, de André Noir.

A la biblioteca acuden investigadores, pero también admiradores de la obra de Cortázar, aunque hoy los fondos están digitalizados.

Por su parte, la directora de la Fundación March, Paz Fernández, señala: "El público solo viene a ver y tocar ese libro que algún día estuvo en manos de Cortázar". / **Cultura**

siminforma.com.mx



# Los aliados en casa



**\$22.90**

Pasta dental 100 % Oral B\*\*  
66 mL / 70 g



**\$46.90**

Pasta dental Pro-encías\*\*  
90 g / 75 mL



**\$18.90**

Pasta dental Crest Complete\*\*  
100 mL



**\$22.90**

Pasta dental 3D White\*\*  
67 mL / 90 g



**\$43.90**

Pasta dental carbón activado\*\*  
75 mL



**\$30.90**

Cepillo dental limpieza profunda\*\*  
2 piezas



**\$16.90**

Cepillo dental viaje Pro-Compac\*\*  
1 pieza



**\$16.90**

Cepillo dental infantil\*\*  
1 pieza



**\$66.90**

Cepillo dental cerdas ultrafinas\*\*  
2 piezas



**\$58.00**

Mentol / Alcanfor\*\*  
197 mg / 197 mg  
solución para inhalar



**\$22.00**

Rastrillo para dama Venus Simply3\*\*  
1 pieza



**\$36.00**

Rastrillo hoja triple para caballero\*\*  
2 piezas



**\$69.00**

Rastrillo 3 hojas + 2 repuestos\*\*



**\$79.00**

Cartucho de repuesto\*\*  
4 piezas



**\$15.00**

Shampoo restauración\*\*  
100 mL



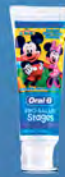
**\$15.00**

Shampoo control de caspa\*\*  
90 mL



**\$49.00**

Hilo dental sabor menta\*\*  
25 m



**\$32.90**

Pasta dental niños Oral B\*\*  
75 mL / 100 g



**\$51.00**

Subsalicato de bismuto\*\*  
118 mL



**\$179.00**

Prueba de embarazo digital / 1 prueba producto regionalizado

Vigencia al 30 de junio 2021.  
\*Si persisten las molestias consulte a su médico.  
\*\*Higiene es salud.

**AHORA DISPONIBLE**

**\$389**  
Precio Farmacias Similares



DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES®

farmaciassimilares.com



Vigencia al 30 de junio 2021  
Reg. No.193M2012 SSA IV  
Combodart cápsulas: IPPA/GDS15/IPJ 12: 11 ab2012/  
Actualización: 3 junio 2020

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



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

HASTA **75%** DE AHORRO®

# Fanático

## Juegos del silencio y del miedo

Fernando Gutiérrez  
fegutierrezp@gmail.com

Tokio 2020 (hasta ahora, sin cambios), no solo serán los primeros juegos pospuestos de la historia, desde 1896, sino que podrían ser los del silencio y del miedo al coronavirus.

Si se permite público japonés en los escenarios, se le pedirá no vitorear, cantar, silbar o gritar, aunque sí, aplaudir. Además, portará mascarilla todo el tiempo y cumplirá la sana distancia.

Aficionados, competidores y cuerpos técnicos contarán con robots, a manera de edecanes, para evitar el contacto humano.

Por problemas de dopaje, los deportistas rusos no representarán a su país; com-

petirán de manera individual. Quienes ganen, escucharán música de Chaikovski y no su Himno Nacional. Tampoco se izará su bandera.

Los 10,500 atletas permanecerán encerrados en la Villa, a excepción de cuando les toque competir. Tendrán prohibido interrelacionarse con otras delegaciones. Nada de sexo, fiestas, tiendas o restaurantes y usarán cubrebocas. Regresarán a casa en cuanto termine su participación.

Los organizadores aún arman el rompecabezas para rembolsar el dinero de casi 700 mil boletos comprados por turistas extranjeros que no serán admitidos en los juegos.

Habrán 339 eventos, 33 deportes y 50 disciplinas, entre ellas, como novedad, el beisbol/softbol (después de 13 años), karate, *skateboarding*

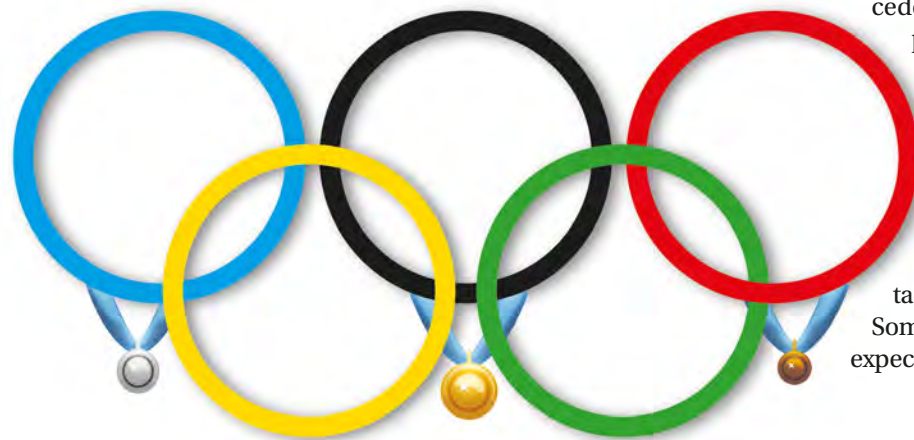
o monopatín, escalada y surf, así como baloncesto 3-en-3 y BMX estilo libre (acrobacias en bicicleta).

La escalada es un evento en el que los atletas hacen una carrera para trepar varios tipos de muros, en dos disciplinas: velocidad, *boulder* (escalada en bloque) y *lead* (dificultad).

El surf será en la playa Shidashita, a 65 kilómetros de Tokio, donde las olas son más pequeñas que en Tahití, Hawái y Australia.

Asimismo, habrá nuevos eventos para los deportes tradicionales: madison en ciclismo para equipos de dos personas. Otras disciplinas agregarán relevos y competencias para equipos de géneros mixtos, entre ellos, de pista, natación, triatlón, arquería y tenis de mesa.

Aunque la pandemia no cede, los juegos se prevén del 24 de julio al 9 de agosto, y los Paralímpicos, del 25 de agosto al 6 de septiembre. Las mascotas Miraitowa y Someity aguardan expectantes. / Fanático



## Azul, pintado de azul



Foto: Agencia Reforma

Es una historia que comenzó a brillar en los años 60. Una historia pintada de azul. Una historia con jugadores inolvidables:

Miguel "Gato" Marín, Enrique "Ojitos" Meza, Óscar "Conejo" Pérez, Javier "Kalmán" Guzmán, Héctor Pulido, Alberto Quintano, Javier Sánchez Galindo, Octavio "Centavo" Muciño, Fernando Bustos, Ignacio Flores, Eladio Vera, Horacio López Salgado, Carlos Hermosillo, Julio César Domínguez, Jesús Corona, Christian Jiménez, Juan Reynoso...

Una historia con entrenadores excepcionales: Raúl Cárdenas, Ignacio Trelles, Jorge Marik, Fernando Tena y ahora Juan Reynoso, quien muestra un doble mérito: haberse coronado como jugador, en su época, y como técnico.

Con esa doble corona, hay un selecto grupo: Ricardo Ferreretti y Hugo Sánchez,

con Pumas; Carlos Reynoso, con América; Alberto Guerra y Chepo de la Torre, con Chivas; Benjamín Galindo, con Santos, y José G. Cruz, con Atlante.

Pero la historia azul presenta también un dato curioso: entre sus impulsores estuvo Carlos Garcés, el inventor de la porra "Chiquitibum, a la bim, bom, ba...", inspirado en el sonido de un tren en marcha.

Una historia donde la Máquina tiene un lugar entre los ocho equipos con más títulos del fútbol de Primera División: América 13, Chivas 12, Toluca 10, Cruz Azul 9, Tigres 7, Pumas 7, Pachuca 6 y Santos 6.

Una historia de celebraciones y decepciones. Éxitos y fracasos van de la mano. Lo malo es cuando solo se ponderan los errores y se minimizan los aciertos.

Y, al final, una historia en broma: se fue Billy Álvarez y se acabó la maldición de 23 años, 5 meses y 23 días... / Fanático

### YA CONTAMOS CON

Bálsamo extrafuerte con 90 mg de CBD\* 90 g



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

HASTA  
**75%**  
DE AHORRO



**\$179.00**

Válido al 30 de junio 2021.  
Salud es belleza.\*CBD: Cannabidiol, compuesto cannabinoide que carece de propiedades psicoactivas.



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

HASTA **75%**  
DE AHORRO

# BLOQUEADORES SOLARES

**\$129.00**  
**Simi Block<sup>®</sup> ULTRA MAX 100**  
Muy Alta Protección Solar  
Contra rayos UVA y UVB  
Uso diario  
Ayuda a prevenir: Manchas, envejecimiento prematuro y enrojecimiento de la piel provocado por los rayos del sol.  
FOTOPROTECTOR SOLAR CREMA FACIAL Y CORPORAL  
Piel Normal / Piel Seca  
FPS 50+

**\$71.00**  
**Simi Block<sup>®</sup> Kids 60**  
Fotoprotector Solar  
Contra rayos UVA y UVB  
Uso diario  
CREMA FACIAL Y CORPORAL  
Piel Sensible  
Muy Alta Protección  
FPS 50+

**\$110.00**  
**Simi Block<sup>®</sup> ULTRA 90**  
Fotoprotector Solar  
Contra rayos UVA y UVB  
Uso diario  
CREMA FACIAL Y CORPORAL  
Piel Sensible  
Muy Alta Protección  
FPS 50+

**\$58.00**  
**Gel Post Solar**  
Regenera  
Nutre  
Hidrata  
Alivia  
ALOE VERA  
COCO REFRESCANTE

**Simi Block<sup>®</sup> ULTRA MAX 100** 125 g  
**Simi Block<sup>®</sup> Kids 60** 125 g  
**Simi Block<sup>®</sup> Ultra 90** 125 g  
**Gel post bronceado Aloe vera** 250 ml

Vigencia al 30 de junio 2021. Salud es belleza.



**¡Este Verano cuida a tus pequeños de la forma más natural!**



**¡Tan natural como el amor por tu bebé!**

SALUD ES BELLEZA. 143300202D0255.



Enamorada  
de la TV

Flor Rubio

## De vuelta a los escenarios

¡Vuelve la actividad artística! El público ansía sentir la adrenalina en conciertos, teatros y cines... ¡y regresará para llenarlos!

Para calentar motores, Christian Nodal arrancó el 16 de junio siete presentaciones en Monterrey, Torreón, San Diego y Los Ángeles. Pero tendrá decenas más; mientras, vive el momento mágico de su boda con Belinda.

Otro gigante que desentumió los músculos es Pepe Aguilar, que tiene a tope las plazas con su espectáculo musical y jaripeo. Desde el 4 de junio se presenta con su hija Ángela, ¡futura superestrella!, en Querétaro, Guadalajara, Torreón, Monterrey, Arena Ciudad de México y poblaciones en Estados Unidos.

Por su parte, Alejandro Fernández tiene más de 40 conciertos en las ciudades, entre otras, de Mérida, Cancún, Torreón y Acapulco. Falta definir fechas para la Ciudad de México, Los Ángeles, Nueva York, Madrid, Barcelona, y varias más. El Potrillo también cubre con el manto paternal a su hijo Alex Fernández, en la bellísima experiencia del padre que enseña a volar a su retoño.

Otra gira de alta factura es la de Sebastián Yatra, Ricky Martin y Enrique Iglesias, que inicia el 25 de septiembre en Las Vegas y recorrerá, en principio, Estados Unidos y Canadá. En México no están confirmados, pero vendrán, pues es uno de los mercados más jugosos para cualquier estrella.

Marc Anthony, en diciembre, llegará para dos *shows* en el Palacio de los Deportes, y Montaner en el Auditorio Nacional, el 30 de septiembre, quizá con estrellas que ha tenido cerca a últimas fechas.

Una gran incógnita es si Luis Miguel logrará romper su récord de 31 presentaciones en un año. Yo, sí lo creo.

Lo cierto es que nos queremos sentir vivos, abrazarnos cuando se pueda y sonreír con bonitos recuerdos; por eso no tardarán en surgir nuevos recuentos, como el de fin de año y el inicio de 2022, con agrupaciones como Timbiriche, OV7, estrellas del *rock'n'roll*, con todo y Enrique Guzmán, y más.

Sí, abracemos la vida. Amen (así, sin tilde).

Farándula

**YA  
CONTAMOS  
CON**

**Glucosamina  
Condroitina  
Sobre en polvo**

**\$299**

**farmaciassimilares.com**

**Vigencia al 30 de junio 2021.  
Su venta requiere receta,  
consulte a su médico.**

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

¡Hasta 75% de descuento!



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

¡Hasta 75% de descuento!

# Farándula Bruno Mars, un diamante en bruto



Foto: Agencia Reforma

Axl Daniela Agüero  
@axl\_aguero

equipo de Atlantic Records", dijo Mitch Glazier, presidente de RIAA.

El múltiple ganador de premios Grammy, Bruno Mars, vuelve a hacer historia: logró cinco certificaciones Diamante, otorgadas por la *empresa* Recording Industry Association of America (RIAA).

¡Gracias a sus sencillos *That's what i like*, *When i was your man*, *Just the way you are*, *Grenade* y *Uptown funk!*, el cantante vendió más de 10 millones de copias, el primer artista con tantas certificaciones.

"¡Felicidades a Bruno Mars, el primer artista con cinco premios Diamond Single Awards en la historia del programa Oro y Platino, de la RIAA! Este logro es un testimonio de su genio creativo y del conjunto que ha construido con el

Los triunfos para el cantante continuaron después de este reconocimiento: su nuevo sencillo, *Leave the door open*, con su proyecto Silk Sonic, ya ocupa el puesto número 1 en el Hot 100 de Billboard. El tema cuenta con más de 700 millones de reproducciones globales y el videoclip, con más de 222 millones de visitas.

Mars ha demostrado ser un artista universal, dispuesto a experimentar con diferentes géneros, sobre todo aquellos que rescatan las raíces del blues y el R&B.

Sus diferentes colaboraciones con otros artistas, como B.O.B, Travie McCoy, Mark Ronson y Cardi B, le han ayudado a universalizar su música y ser un artista de talla mundial. / Farándula  
siminforma.com.mx

# Farándula

## Regresa Mercury en cómic

Axl Daniela Agüero  
@axl\_aguero

Una nueva novela gráfica contará la historia de Freddie Mercury, ídolo del rock y vocalista de la banda inglesa Queen.

Z2 Comics se unió con Universal Music Group y Mercury Songs Ltd, para crear *Lover of life, singer of songs*, un viaje en la vida de Freddie, desde su infancia en Zanzíbar, sus años de formación en Inglaterra, hasta ser la estrella conocida y amada por millones de personas en el mundo.

La historia se cuenta con sus propias palabras y cada capítulo da una idea de sus múltiples facetas.

La novela fue creada por Tres Dean, un escritor reconocido por la obra *All time low presents: young renegade*, y presentará una visión real de las experiencias que dieron forma a la vida del joven Farrokh Bulsara, dentro y fuera del escenario.

Este nuevo homenaje al vocalista de la banda Queen, fue ilustrada por Kyla Smith, Robin Richardson, Safiya Zerrougui, Tammy Wang y Amy Liu, con la pintura de David Mack en la portada.

La novela ya está disponible para preordenar en ediciones estándar de tapa blanda, de 136 páginas, y también de tapa dura. Podrá ser adquirida en noviembre de este año, como páginas de historietas en <https://z2comics.com/collections/shop/products/freddie-mercury-lover-of-life-singer-of-songs-graphic-novel-vinyl>

La vida de este personaje que cambió la historia del rock y la imagen del intérprete siempre será recordada y homenajeada de diferentes

maneras. / Farándula



Foto: z2comics.com



# ETERNAL SECRET®

Alta cosmética a tu alcance

<h2 style="margin: 0;">\$224.00</h2> <p style="margin: 0;">Sérum Dermo renovador 50 g</p>	<h2 style="margin: 0;">\$109.00</h2> <p style="margin: 0;">Tonificante Dermo-oxigenador 120 ml</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------

## \$209.00

Dermo reparador antioxidante  
con astaxantina

Vigencia al 30 de junio 2021. Salud es belleza.  
Aviso Cofepris N.º 143300202D0226



eternalsecret.com.mx  



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



# ¿INFLAMACIÓN?



Si persisten las molestias,  
consulte a su médico.  
Vigencia al 31 de agosto 2021.  
Reg. No. 125M2016 SSA VI  
Precio Farmacias Similares®  
\$189.00



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