



Págs. 10 y 11

Foto: Karla López (Kai Ale), enviada



**MI VIDA
ES LUCHA**

La **EXITOSÍSIMA** SERIE
con sentido social,
sobre la vida de
**Víctor González
Dr. Simi.**

Más de
35 millones
de personas
la han visto en
mividaeslucha.com





Cambio climático

Carlos Álvarez*

TW: @calvarezflores

www.carlosalvarezflores.com

El litio, el oro blanco del futuro

Mientras las poderosas empresas petroleras dilapidan gigantescos recursos económicos para retrasar la transición energética -una de las vías más importantes para reducir la emisión de gases de efecto invernadero-, el Panel Intergubernamental de Cambio Climático, conformado por más de 14,000 científicos de 167 países, hace un llamado de alerta: abandonemos los combustibles fósiles de una vez por todas.

De acuerdo con el sexto informe del Panel Intergubernamental (IPCC, por sus siglas en inglés) la quema de combustibles fósiles en nuestros vehículos no solo calientan el planeta, sino que nos envenenan, toda vez que estas emisiones son tóxicas: contienen monóxido de carbono (CO), por la combustión incompleta de automotores; partículas PM2.5, y óxidos de nitrógeno (NOx), que a las 14:00 horas se convierten en Ozono (O3).

Dicho en pocas palabras: el petróleo convertido en combustible calienta el planeta y afecta nuestra salud.

Sabemos que la contaminación atmosférica, la asesina silenciosa -como la denomina la Organización Mundial de la Salud (OMS)- cobró en los últimos dos años, a nivel global cuando menos 7 millones de muertes prematuras, en niños menores de 5 años y adultos mayores.

Hoy sabemos que el sector transporte genera aproximadamente 28 % de las emisiones a nivel global; es decir, 12,000 millones de tons/CO2/eq/año, donde los autos a gasolina son los principales contaminadores.

Un estudio de 2019 por Wards Auto arrojó que hay 1,420 millones de vehículos en el planeta: cerca de 1,060 millones de autos y 363 millones de vehículos de carga. Solo en México se estima que circulan 37 millones de automóviles y 10 millones de vehículos de carga.

¿Hay visos de cambiar?... para tener una idea de la baja velocidad en la adopción de tecnologías más limpias, hasta 2019 se vendían por año cerca de 94 millones de nuevos vehículos, de los cuales apenas 2 % eran híbridos y eléctricos.

La buena noticia es que a pesar de las petroleras y la apatía de muchos gobiernos y líderes del mundo que ignoran la transición energética, el incremento en la fabricación y venta de autos híbridos y eléctricos es un hecho.

La muestra es el aumento en la producción de baterías de litio, cobalto, níquel y cadmio, ciento por ciento reciclables.

Así, el litio ya puede ser considerado el futuro oro blanco y del que México cuenta con yacimientos de aproximadamente 243.8 millones de toneladas de reservas probadas y probables. Estados Unidos, 179.4 millones y Australia 354.54 millones de toneladas.

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

SíMiPlaneta

Arte que purifica el aire

Laura Celis
Twitter: @laura_celis

Según la Organización Mundial de la Salud, la contaminación del aire causa, al año, alrededor de siete millones de muertes prematuras, equivalente a 800 decesos cada hora.

Siminforma le presenta un proyecto innovador que ha mejorado de manera significativa la calidad del aire: Proyecto 17 (P-17).

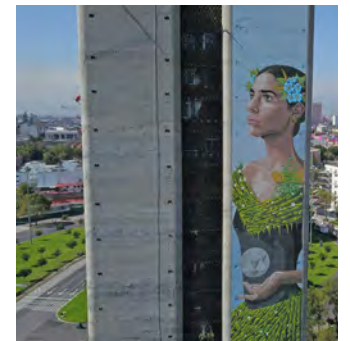
“Es una galería ecológica gigante, una activación socioambiental, cuya meta es comunicar los objetivos de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de la ONU”, detalló Angélica Paola Rocha Caudillo, coordinadora de P-17.

La Agenda 2030 plantea 17 objetivos con 169 metas de carácter integrado e indivisible que abarcan las esferas económica, social y ambiental. Es un plan de acción a favor de las personas, el planeta y la prosperidad, además de fortalecer la paz universal y el acceso a la justicia.

La galería está en Tlatelolco, una de las zonas peatonales más grandes del planeta, con 950 mil metros cuadrados, cuyas enormes áreas verdes representan un pulmón para la Ciudad de México.



Vista aérea del mural Yolitzí / Fotos: Karla López (Kai Ale)



Detalle del mural Alquimia Solar

P-17 toma como punto de partida el Muralismo 3.0 con tres ejes: mensajes que inspiran paz, unión y armonía, utilización de productos ecoactivos y la participación comunitaria.

Este proyecto arrancó con dos murales espectaculares, creados por artistas mexicanos, reconocidos en el plano internacional: Paola Delfín y Leonardo de la Rosa.

La muralista realizó *Yolitzí*, que representa el objetivo 13: Acción por el Clima. La obra mide entre 68 y 70 metros, y se ubica en el edificio Veracruz.

Según Paola Delfín, “habla de la conexión con la Tierra, de nuestra responsabilidad de curarla, de cuidar nuestras raíces, honrar de dónde venimos y lo que somos como humanos”.

Mientras, el artista visual trabaja el mural *Alquimia Solar*, que simboliza el objetivo 7: Energía Asequible y



Paola Delfín, artista visual



Leonardo de la Rosa, artista visual

No Contaminante. Esta obra mide 58 metros y está en el edificio Cuauhtémoc.

Como detalló Leonardo de la Rosa, “habla del aprovechamiento de la luz solar, de la manera en que podemos utilizar el calor para producir una mejor educación, alimentación y salud digna”.

Ambas obras están hechas con Airlite, una pintura ecoactiva que purifica el aire contaminado en un proceso similar al de la fotosíntesis: cuando la pintura se expone a la luz solar, el aire circundante se oxigena y limpia mediante una reacción química.

Por cada 12 metros cuadrados de esta pintura especial, se neutralizan las emisiones producidas por un auto, en un día. Entonces, el beneficio ambiental de P-17 equivale al de un bosque de más de 30 mil árboles adultos y el efecto anticontaminante de la pintura dura una década.

De esta manera no solo se aprovechan muros, torres y edificios, sino que podrán ser convertidos en bosques verticales para neutralizar el equivalente a la contaminación generada por unos 60 mil autos al año. /SíMiPlaneta

Presidente y fundador de GPUPM
Víctor González Dr. Simi
500,000 ejemplares / Noviembre
2021 Edición 475-2
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
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: noviembre 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

SíMiPlaneta

Reconocen el trabajo de SíMiPlaneta

La Comisión Nacional Forestal, el Programa de Finanzas para la Biodiversidad del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo, la Facultad de Responsabilidad Social de la Universidad Anáhuac y Reforestamos México, AC otorgaron a Farmacias Similares Los Bóscares México 2021 en la categoría *Contribución a la Restauración Forestal*.

El movimiento SíMiPlaneta fue reconocido por su trabajo en los estados de Coahuila, Chiapas, Ciudad de México, Durango, Jalisco, Oaxaca, Quintana Roo, y Veracruz, donde se implementan estrategias para reforestar más de 300 mil árboles en 687 hectáreas, que de manera directa e indirecta rescatan la flora y la fauna de los ecosistemas.

En esta categoría, en su cuarta edición, también compitieron Ejido Verde y la Asociación de productores exportadores de Aguacate.

Astrid García Gallegos, directora de Fundación del Dr. Simi, en representación de Farmacias Similares, señaló que este reconocimiento motiva a que la empresa continúe trabajando para llevar soluciones a diversos puntos del país, que permitan rescatar la siminforma.com.mx



biodiversidad y sus ecosistemas.

La ceremonia fue presidida por Ernesto Herrera, director general de Reforestamos México, donde además se premiaron iniciativas en cuatro categorías más: Desarrollo de comunidades forestales sostenibles, Empresas locales del

bosque, Fomento al manejo forestal sostenible y Cadena de suministro.

Todos podemos ser parte del cambio y unirnos al movimiento SíMiPlaneta: puede adoptar un árbol de manera muy sencilla. Visite la página simiplaneta.com y elija el ecosistema que desea apoyar. /SíMiPlaneta

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

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

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

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

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

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

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

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Dr. Simi

SíMiPlaneta

Salud

Estrategias de comunicación para mitigar los conflictos de pareja

¿Has sentido que no hay buena comunicación en tu relación de pareja?

El planteamiento que exponemos, no es la única manera ni la mejor, hay muchos caminos para comprender y acompañar a las parejas; pero en este caso, daremos una mirada centrada en el cambio.

Para aprender a hablar de manera estratégica con nuestra pareja, el primer paso será determinar todos los modos posibles para no fallar en el diálogo e incrementar el problema.

¿Cuáles son esos estilos que empeoran el diálogo en las parejas?

- Puntualizar
- Recriminar
- Echar en cara

- Sermonear
- Lo hago solo por ti
- Déjalo, lo hago yo (descalificar)
- Te lo dije (descalificar)
- Reprobar

Cada uno de estos estilos de comunicación provocan un efecto paradójico en el interlocutor, de tal manera que, si querías controlar que algunas cosas no ocurrieran, la pareja buscará ser rebelde al planteamiento.

Parte del problema es pensar en que si controlamos y planeamos todo lo que ocurre en la



relación de pareja, seremos felices. Esta es una fórmula que falla de muchas maneras, y como ejemplo, basta pensar en algunas vacaciones que hemos planeado mucho. ¿Cuánto las disfrutaste?

En segundo lugar, la pareja debe evitar estos estilos de comunicación y sustituirlos por estrategias y tácticas capaces de hacernos alcanzar nuestro objetivo.

Y no es que la comunicación sea el problema o

el conflicto en sí, las parejas intentan resolver sus conflictos y comunicarse de manera funcional, recurren y ocupan demasiado estos elementos que NO dan resultado, solo amplifican los problemas.

Esta estrategia funciona cuando las parejas dicen que el diálogo fracasa, que no tienen comunicación o que esta falla.

Algunas de las alternativas que conforman la estructura del diálogo estratégico con la pareja, es evocar antes que explicar, pensar antes que actuar, preguntar antes que afirmar, pedir confirmación antes que sentenciar.

Si enfrentas estos problemas en tu relación de pareja, llámanos: 800 911 66 66, opción 3. / Salud

NUEVO

La cantidad de **Vitamina C** que necesitas en esta **TEMPORADA INVERNAL**

Cboost®

POLVO EFERVESCENTE SABOR MANDARINA
(10 sobres)

Vitamina C

10 diferentes nutrientes

Antioxidantes

Electrolitos

Cboost®

NUEVA Imagen

Suplemento alimenticio con **Vitamina C**

Vitamina B, Electrolitos y Antioxidantes

Mandarina

Polvo efervescente

GRISI Farma

Cont. Net. 10 sobres con 8g c/u. SUPLEMENTO ALIMENTICIO

\$77.00

- Polvo efervescente de ingesta diaria, como prevención no como un producto correctivo.
- Con 300 mg de ácido ascórbico
- Adicionado con:

Vitamina B, electrolitos y antioxidantes.

Este producto no es un medicamento. El uso de este producto es responsabilidad de quien lo usa y quien lo recomienda. Vigencia al 30 de noviembre 2021.



Sexo, sin lágrimas
y sin pudor

Gabriela Jiménez

¿Cuánto se ayuda?

Cuando una persona decide buscar ayuda psicológica pareciera que el beneficio será solo para ella. Olvidamos que los seres humanos somos seres sociales, estamos relacionados todo el tiempo, necesitamos vínculos afectivos y sociales, fundamentales para el bienestar personal.

Imaginemos a una pareja que comienza a tener conflictos, debido a la desconfianza en alguno. Los celos, acompañados de tristeza, miedo y una posible respuesta conductual de acoso, llanto, vigilancia o violencia en cualquiera de sus expresiones, generan un conflicto emocional que no solo se queda en ese núcleo.

Conlleva cierto abandono hacia los hijos, y la rabia de sentirse traicionados sumerge a los padres en sus propias ideas y emociones que acarrearán respuestas de poca tolerancia hacia los chicos, o bien, de descuido en la atención de los cuidados mínimos, alimentación, limpieza, o el colegio, por mencionar lo más inmediato; pero de

fondo, y más significativo, es la sensación de haber dejado de ser importantes y queridos por los padres.

Si uno o ambos miembros de la pareja trabajan, esa angustia con la que viven el día a día, el mal humor y abatimiento los llevará a ser poco productivos, a estar a la defensiva con los superiores o los compañeros. Y ni hablar de la familia de origen, los padres, hermanos, tíos, etcétera, que viven con cierto temor y pena los conflictos de su ser querido.

Cuando alguno de estos miembros de la pareja busca ayuda psicológica, se le atiende a la persona, pero se incide en la vida de todos los que están a su alrededor.

El efecto multiplicador va de uno a diez o más personas.

La cantidad de personas a quienes se les está ayudando con el trabajo terapéutico, es difícil cuantificar, porque atender a cinco o diez en consulta puede tocar la vida de veinte o treinta de manera indirecta.

Así que, cuando alguien toma la decisión de buscar apoyo psicológico, es importante considerar que además de la mejoría en la situación que le aqueja, su círculo familiar, laboral y social también puede verse beneficiado. En el Centro Simi de Salud Emocional podemos escucharle y ayudarle las 24 horas del día. Llame: 800-911-6666, opción 3.

ATIÉNDETE DE LAS ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Primeras molestias:

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

Protégete y cuídate ante la covid-19

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

Recuerda: NO te automediques

Síguenos por:

Responsable médico: Dr. Ángel Gracia Ramírez Céd. Prof. 072397-E-01044

Sucanon®

Remedio Herbolario

Clave alfanumérica: 016RH2003SSA

PRECIO:
\$135.00

CAJA CON 24 TABLETAS

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

DURAMAX^{gel}

Reg. San. No. 0653C2012 SSA

PRECIO:
\$114.00

® MARCA REGISTRADA
 PARA VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES
 VIGENCIA AL 30 DE NOVIEMBRE 2021

Candiphen^v

ÓVULO

Reg. No. 111M2004SSAVI

PRECIO:
\$109.00

NUEVO PRODUCTO

3 ÓVULOS

Reg. No. 111M2004SSAVI

PRECIO:
\$57.00

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

PURITY®

GEL ANTIBACTERIAL

Cuidamos tus manos
Cuidamos de tu familia

Alcohol en Gel al 70%

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®

SECA RÁPIDO en 5 seg.

LIBRE DE SOLVENTES que pueden dañar tu piel y tu salud

Aviso SSA 203300519X1
Vigencia al 30 de noviembre 2021

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Salud

Enfermedades respiratorias, el invierno y los niños

Las enfermedades respiratorias agudas son causadas en más de 80 % por virus. Los más frecuentes de estos son el sincitial respiratorio y el de la influenza A y B, los más importantes por su severidad y alta transmisibilidad.

Pueden presentarse desde infecciones agudas, como bronquitis y neumonía, hasta enfermedades crónicas, como el asma. Su gravedad depende del desarrollo del sistema inmune del niño.

Las enfermedades respiratorias se manifiestan de diferentes maneras en los menores. He aquí las más comunes durante la temporada invernal. Lo importante es mantenerse atento, saber identificarlas y ponerlas en el control de un médico o pediatra.

- Bronquitis: inflamación del árbol bronquial; dificulta el paso del aire y la respiración. La causa puede ser por virus (parainfluenza, adenovirus, influenza, covid-19, respirar humo de cigarro, vapores químicos)

- Neumonía: es causada por un virus, bacteria u hongo. Afecta los sacos pulmonares (alvéolos). Algunos síntomas son fiebre, tos,



Foto: Agencia Reforma

escalofrío y problemas para respirar.

- Faringitis: inflamación en la mucosa de la garganta. Se presenta malestar general, dolor en la garganta y fiebre. Es producida por una infección bacteriana o virus.

- Asma: es una enfermedad crónica, generada por una inflamación constante en las vías respiratorias. Provoca dificultad respiratoria, tos y sibilancias, silbido que se oye al finalizar la respiración.

- Alergias: reacciones de hipersensibilidad del

sistema inmune a determinadas sustancias, como el polen, picadura de insectos, alimentos, plantas y hierbas aromáticas, entre otros.

Para prevenir estas enfermedades durante el invierno, es importante lavarse las manos con frecuencia, usar cubrebocas, no tener contacto con personas enfermas, ni compartir utensilios de comida, tomar agua natural en abundancia, llevar una dieta balanceada e incluir frutas y verduras ricas en vitamina C. / **Salud Con información de Fundación Best**

Fuente:

• Diagnóstico y manejo de la infección aguda de vías aéreas superiores en pacientes mayores de 3 meses hasta 18 años de edad. México: Secretaría de Salud; 03/11/2016.

• Marín I, Rosada Y, Guevara A, Tamayo A, Salfado M. Factores de riesgo de infección respiratoria aguda en niños menores de 15 años. CMF # 6. Policlínico Docente 13 de Marzo. 2017-2018. Multimed 2019; julio-agosto, 23. Págs. 699-714.

Previene la Gripe y el Resfriado Común con:



\$75.00



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

siminforma.com.mx

Ampigrin®

Ampicilina



\$92.00
 Precio Farmacias Similares®

De venta en

FARMACIAS SIMILARES®

Consulte a su médico.

Vigencia al 30 de noviembre 2021. / Reg. No. 74558 SSA IV



CERTIFICADOS MÉDICOS

Cualquier tipo que necesite

www.fundacionbest.org.mx

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



Fundación **BEST**® a.c.

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**

QUIMPHARMA
**HIERRO POLIMALTOSADO /
ÁCIDO FÓLICO***

Tabletas 100 mg / 800 mcg

Quimistren

Precio Farmacias Similares®

\$145.00

BENZOCAÍNA*

Solución bucal c/ aplicador 10 ml 200 mg / 1 ml

Quimikan

Precio Farmacias Similares®

\$117.00

IBUPROFENO*

Suspensión 15 ml con jeringa graduada

Fidoín-Q

Precio Farmacias Similares®

\$46.00

farmaciasimilares.com

Vigencia al 30 de noviembre 2021.

*Si persisten las molestias, consulte a su médico.

De venta en

FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO"


Ayudar es vivir

Ayudar es Vivir

Amor sin límites

 Alejandra Cervantes Neri, enviada
 Tw: @lilly_alee

En 2005 llegó al estado de Jalisco la Congregación Hijas de San Camilo, con el afán de ayudar y tender la mano a los más necesitados.

Dos años más tarde, se constituyó en la asociación civil Padre Luis Tezza, que trabaja para brindar un servicio de asistencia integral al adulto mayor, institución que adoptó el nombre de su fundador.

Los adultos mayores son uno de los sectores más vulnerables, ya sea por abandono, enfermedades crónico degenerativas, o bien, por escasos recursos. En Jalisco representan 7.3 % de la población total, equivalente a más de 605 mil personas.

Vejez digna y amorosa

“Queremos que los adultos mayores se sientan amados, acogidos y puedan vivir este último periodo de su vida con aceptación, alegría y respetados”, afirma sor Ángela de Souza, directora de la institución.

La Casa Hogar Padre Luis Tezza, ubicada en la colonia Auditorio, Zapopan, Jalisco, alberga a 32 adultos mayores, donde reciben una atención integral, con profesionalismo y respeto.

Tal es el cariño y la acogida de los que ahí laboran, que muchos residentes han decidido permanecer o ingresar a ella por voluntad propia. Es el caso de Delia Enriqueta, quien tras cuatro años de vivir en la casa hogar, asegura que este es



Fotos: Karla López (Kai Ale), enviada

el lugar donde quiere pasar sus últimos días.

“La considero mi casa porque tanto las personas que nos atienden como las madres, tienen mucha calidez; todos, con un corazón inmenso”.

El lado B

Además de brindar cobijo a los adultos mayores, la misión se extiende a otros sectores vulnerables por medio del dispensario médico San Camilo, que apoya a 283 personas, en

promedio, cada mes.

Pediatría, odontología, homeopatía, medicina general, así como talleres de promoción a la salud y cursos de evangelización son servicios que se ofrecen en este lugar.

Noemí Carbajal, beneficiaria del dispensario, dice que ha acudido a consultas médicas desde hace un par de años y la han apoyado en su economía y también al mejor crecimiento de su hija menor.

“Se ha logrado atender a esta comunidad aislada de este tipo de servicios. La fundación ha conseguido apoyos no solo médicos, sino también emocionales y espirituales. Buscamos la prevención, pero también el desarrollo comunitario”, señala Gerardo Cortés, odontólogo.

Crecer en comunidad

Como siempre, los proyectos exitosos no se logran solos, sino que con ayuda de la sociedad civil pueden cubrirse necesidades de más personas.

Sillas de ruedas, camas de hospital y sillas de baño son algunas de las necesidades de la casa hogar, y si en su corazón está aportar a esta fundación para un mejor desarrollo, sus residentes y la comunidad de Zapopan, se lo agradecerán.

“Cuando damos un poquito sentimos una gran alegría porque crecemos como humanos, y el Señor también nos recompensa, nos da muchas bendiciones, dice sor Ángela de Souza

“No hay nada más maravilloso que dar. El dar te regresa una satisfacción enorme. No necesitas ser médico, solo ser buena persona”, señala la doctora Arminda María, pediatra del dispensario San Camilo.

Datos bancarios para donativos a la asociación civil Padre Luis Tezza:

BANORTE (Sucursal Atemajac)

Cuenta: 046146065

Clabe Interbancaria:
 0723200046146065 / Ayudar
 es vivir

siminforma.com.mx

Consideraciones de las nebulizaciones durante la pandemia de covid-19



La atención de pacientes con enfermedades respiratorias, incluida la covid-19, representó un gran reto, no solo para los profesionales de la salud, sino también para los pacientes y familiares. Hoy, se han encontrado estrategias benéficas para aliviar los síntomas y mejorar la recuperación, como es el caso de la terapia nebulizada.

La doctora Saraí del Carmen Toral Freyre, directora general de la Escuela de Formación Técnica del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias “Ismael Cosío Villegas” (INER), explica: “La nebulización es un procedimiento que consiste en transformar un medicamento líquido en aerosol mediante un nebulizador”.

Existen tres tipos de nebulizadores: compresor, malla y ultrasónicos. Los primeros son los más usados en la práctica, porque se recomiendan para administrar la mayoría de medicamentos con un nebulizador, como los broncodilatadores y esteroides.

Las nebulizaciones en el hogar, en pacientes adultos y niños infectados con covid-19 o con enfermedades respiratorias como asma, rinitis, alergias o EPOC, han demostrado efectividad.

Sin embargo, el personal de salud y familiares que estén cerca del paciente, deben extremar precauciones para evitar contagiarse. Resulta indispensable que, al momento de realizar cada nebulización, el paciente permanezca solo en su habitación y, al terminar el proceso, esta sea ventilada. Además, un familiar debe usar mascarilla, googles o careta con la finalidad de evitar contagiarse.

La doctora Saraí recomienda lo siguiente: “Este tipo de dispositivos (nebulizadores), resultan ser esenciales; aparte, es importante tener higiene de manos y administrar el medicamento específico para nebulizar”.

En el INER, por ejemplo, se aplica la nebulización en 10 pacientes a diario, con las recomendaciones anteriores.

Fuente: Revista *Líderes Médicos*, Edición may-jun 2021.

OMRON®

EL TAMAÑO DE PARTÍCULA
EXACTO,
PARA QUE RESPIRES TRANQUILO.



Nebulizador
de compresor
NE-C801 KD



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.



México

Arrecifes de coral: la arm

¡NUEVO!
CERA PARA BARBA Y BIGOTE

ALFA
HEALTH FOR MEN®



ALFA
HEALTH FOR MEN
CERA PARA BARBA Y BIGOTE
Cont. Neto. 100 g

Precio regular
\$119.00

Cera para barba y bigote*
1 pieza / 100 g



f t y i

farmaciassimilares.com

*Salud es belleza.
Vigencia al 30 de noviembre 2021.

De venta exclusiva en
FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO" **75% OFF**

México



Fotos: Karla López (Kai Ale), enviada

Axl Daniela Agüero, enviada
@axl_aguero

México es uno de los países que cuentan con la presencia de las murallas submarinas. Son los arrecifes de coral, la segunda barrera más grande del mundo, después de la Gran Barrera, en la costa occidental de Australia.

Estos guerreros ayudan reducir la erosión y la fuerza del oleaje. También constituyen la estructura de protección más efectiva contra el efecto de las tormentas tropicales y huracanes.

Los arrecifes de coral son fuente de alimento de 25 % de la biodiversidad marina. Una gran diversidad de peces, algas e invertebrados, como los camarones, estrellas de mar, cangrejos, esponjas, moluscos y muchos más viven en este ecosistema.

Según datos de la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza, dos tercios de los arrecifes del mundo están amenazados por actividades humanas como la agricultura intensiva, el turismo inconsciente y la sobrepesca.

En México, existe una asociación que, desde hace 15 años, ha impulsado la

protección y reproducción de los arrecifes de coral en el golfo y el Caribe.

Oceanus, AC, fue fundada en 2016 por los maestros en ciencias Miguel García y Gabriela Nava. Para ellos, su misión es desarrollar y aplicar técnicas y acciones necesarias que contribuyan a la conservación de los recursos marinos y costeros.

En la actualidad, Oceanus ejerce acciones de protección en el Caribe mexicano, en donde 60 % de los arrecifes de coral están en peligro.

"Hemos desarrollado una serie de técnicas para sembrar corales.

Hicimos viveros con algunas estructuras y recolectamos pedazos de coral fragmentados por las tormentas y los huracanes.

"Después los transportamos a nuestros viveros donde luego de 2 o 3 meses se estabilizan, empiezan a crecer y de ahí los llevamos al arrecife para restaurarlos. Incrementamos el número de colonias vivas y sanas. Cuando llega el momento de su reproducción, estos comienzan a dispersar todas sus larvas por el arrecife", explicó para *Siminforma* Miguel García, director y fundador de Oceanus.

siminforma.com.mx

México

adura del océano

Esta organización cuenta con un programa de restauración enfocado en el trasplante de colonias de coral vivas, sanas y diversas en lo genético. Desde 2014, han sembrado más de 60 mil colonias entre el Caribe y el golfo de México.

Han logrado capacitar a miembros de las comunidades cercanas para las actividades de restauración. Mediante el análisis de resultados y la elaboración de reportes técnicos, brinda recomendaciones a los trabajadores sobre la condición del arrecife, herramientas de manejo, capacidad de carga e impactos principales.

“Gran parte de la economía de las localidades cercanas a los arrecifes dependen de ellos. Ayudan a la producción de las playas blancas que se admiran en el Caribe.

“Protegen la costa de las tormentas y huracanes. Muchos de los pescadores subsisten de los arrecifes. Las pesquerías derivadas de arrecifes de coral proporcionan miles de millones de dólares a las economías de muchos países de todo el mundo. El rescatarlos no es solo una contribución enorme para el medioambiente, sino también para la humanidad, en general”, acotó Miguel García.

Oceanus desea continuar con su labor y solo lo puede realizar con alianzas y la participación de la comunidad. Por ello, Farmacias Similares decidió unirse a esta causa medioambiental.

¿Cómo? Con la 3.ª Simicarrera virtual, los días 26, 27 y 28 de noviembre. Todo lo recaudado será donado a Oceanus para continuar con las acciones de restauración y trasplante de más de 10 mil colonias de corales en el mar Caribe.

Es una oportunidad única porque, aparte de contribuir a su salud y mejorar su estado físico y mental mediante el deporte, usted podrá poner su granito de arena para ayudar en esta noble tarea.

Decida si quiere correr 1, 3, 5 o 10 km. El costo de inscripción es de \$300 e incluye un kit con una playera, hecha a base de PET reciclado. En Farmacias Similares se toma muy en serio el cuidado del medioambiente.

Corra junto al Dr. Simi y salvemos a nuestros corales, que tantos beneficios nos brindan. / México

Conozca más detalles e inscribese en el siguiente link:

<https://asdeporte.com/evento/3a-simicarrera-virtual-2021-skt7>



Miguel García, director y fundador de Oceanus.



¡Para el dolor!

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

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

Caja con **12** cápsulas



Precio Farmacias Similares® \$58.00

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






farmaciassimilares.com

Si persisten las molestias, consulte a su médico. Vigencia al 30 de noviembre 2021.



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



Internacional

Guía para entender la COP26

La vigésimo sexta Conferencia de las Naciones Unidas sobre Cambio Climático (COP26), celebrada del 31 de octubre al 12 de noviembre de este año, en Glasgow, Escocia, fue una reunión donde se habló sobre la crisis medioambiental del planeta.

Desde 1994, cuando entró en vigor el tratado de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), varios países han sostenido cumbres sobre el clima para debatir acerca de las concentraciones de gases de efecto invernadero y los peligros de la actividad humana en el ambiente.

El año pasado, debido a la pandemia del SARS-CoV-2, se pospuso la convención y durante este año se retomaron las negociaciones para establecer maneras de reducir la emisión de gases nocivos.

Los puntos más importantes fueron:

1. El anfitrión de este año fue Reino

Unido y los objetivos principales fueron la reducción de las emisiones de gases de efecto invernadero a cero para la mitad del siglo, a fin de evitar que la temperatura del planeta se eleve a más de 1.5 grados centígrados en comparación con la era preindustrial.

En agosto de este año, un informe de la ONU señaló que el calentamiento global podría superar los 1.5 grados centígrados en las próximas dos décadas. En caso de suceder, desaparecerían los arrecifes de coral de las aguas cálidas, habría derretimiento del hielo marino del Ártico, se incrementaría la contaminación atmosférica, aumentarían las enfermedades y sufriríamos un calor extremo.

2. En la reunión se pidió el compromiso de los países para acelerar la eliminación del carbón como combus-

tible, disminuir la deforestación e impulsar la industria de autos eléctricos. También se exigió la protección a las comunidades y hábitats ante el cambio climático que continuará, a pesar de que se reduzcan las emisiones de gases.

3. Se habló sobre un mayor financiamiento y buscar que las naciones ricas ayuden con 100 mil millones de dólares anuales a los países pobres para hacer frente a esta crisis.

4. El Acuerdo de París, firmado en 2015 durante la COP21, estableció que cada nación debía auditar los gases que emitían, y comprometerse a seguir un calendario de su reducción para evitar el aumento de 16 % de las emisiones mundiales, para 2030.

El último informe muestra que los objetivos del acuerdo no se han cumplido, lo que nos sitúa a creer que la



Foto: Agencia Reforma

temperatura del planeta puede superar los 2.7 grados centígrados. Por ello, para alcanzar el límite de 1.5 grados centígrados, las emisiones anuales deben bajar en 28 gigatoneladas (Gt) adicionales de CO2 equivalente.

5. Los especialistas afirmaron que es urgente tomar medidas para frenar la crisis climática con estas acciones a fin de mitigar las repercusiones en el planeta. / **Internacional**

Con información de CNN



Precio Farmacias Similares®

\$369.00

Válido al 30 de noviembre 2021

X-GEAR



IBCAA+
400 g



THE SLENDER BLEND
450 g



WHEY PROTEIN
450 g

LOGRA TUS METAS

ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO.
"EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA".
NO CONSUMIRSE DURANTE EL EMBARAZO O LACTANCIA.

Nesajar[®]
 Pinaverio, Dimeticona

Un producto de

GEL
 pharma[®]
INNOVACIÓN EN CADA CÁPSULA



Dile adiós
 a los síntomas
 causados por la
colitis
 y el síndrome del intestino irritable.



Estreñimiento



Dolor Abdominal



Inflamación



Cólicos

MI MAYOR
FUERZA
 VIENE DESDE
ACÁ



Eres imparable.

De venta en Farmacias Similares

Si persisten las molestias por más de 5 días, consulte a su médico. Permiso COFEPRIS 18330021B0396

nesajar www.nesajar.com.mx



Próxima parada

**Héctor
González Vigón**

cproximaparada@gmail.com
@viajeroalamexicana

Un paraíso: isla Espíritu Santo

¡Qué bonito es hablar del paraíso! Lo visualizamos con bellas playas, atardeceres y convivencia armónica de varias especies. Mezcla la paz y la armonía en la imaginación. ¿Pero qué pasa si le hablo de un espacio real que cumple, sin afán de presunción, los elementos necesarios para la perfección?

A solo 36 kilómetros de navegación, en el llamado “acuario del mundo” (palabras del explorador francés Jacques Cousteau), desde La Paz, Baja California, el profundo azul marino del mar de Cortés es la pista que te lleva a la increíble isla Espíritu Santo.

Considerada patrimonio natural mundial de la humanidad por la Unesco, esta joya mexicana ofrece una belleza escénica sin precedentes: agua turquesa y desierto,

formaciones rocosas de origen volcánico, playas vírgenes... y qué decir de la gran cantidad de fauna y flora endémica de la región. Descubrir los arrecifes desde sus 10 puntos de esnórquel y buceo es como entrar a un mundo que parece tallado a mano. Además, en los alrededores de la isla, tendrás la oportunidad de realizar una de las actividades más fascinantes de un viajero: nadar al lado de lobos marinos en su hábitat. Esta especie, conocida como el equivalente de un perro del mar, es amigable, brincan alrededor de tu cuerpo y ¡hasta abrazan y dan besos cuando se sienten cómodos con el visitante!

La aventura puede seguir en mar abierto con el pez más grande del mundo: el tiburón ballena. Su imponente tamaño es proporcional a su bondad y nobleza; le da la oportunidad de sumergirse con su visor para ver pasar su enorme lomo con manchas blancas, similares a modernas obras de arte.

La isla Espíritu Santo es un tesoro en espera de ser visitado. Considere que, al ser una reserva protegida, el acceso está controlado. Le recomendamos planear con anticipación su visita. Prepare su bloqueador, su canasta con alimentos y su bañador para conocer uno de los destinos más lindos de México.

Cultura

No hay que ser, chato

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

como don Víctor González Dr. Simi. “Ahí está el detalle”, diría el comediante.

Y a propósito de los robos de estatuas en la ciudad, quizás agregaría: “Qué jais, chato, no hay que ser. Porque como dijo ese gran poeta, que no dijo nada porque no le dieron tiempo. O como decía Napoleón: el que parte y reparte, le toca su Bonaparte. O el que esté libre de pecado que lance la primera teja... ¿era teja?... bueno, de todas formas, descalabra”. /Cultura

La curiosidad más interesante de esta escultura es que está sobre un disco que la hace girar, gracias a una palanca en su base. Entonces, la enorme figura de bronce parece bailar como solo Cantinflas lo hizo en muchas de sus 34 películas en blanco y negro.

Desde 2001, en la avenida Álvaro Obregón, un corredor cultural con fuentes y 13 esculturas de las mitologías griega y romana, el mimo mexicano observa y agradece que esta vía no la hayan hecho un eje vial.

Cantinflas vivió por un tiempo en la calle de Bajío # 11 y se piensa que la escultura se colocó en ese bulevar como un homenaje a quien fue vecino de la colonia Roma. Sin embargo, otros aseguran que era amigo cercano de Ernesto Valls, el zar de los cabarets y dueño del hospital Obregón, quien encargó la obra a Ricardo Ponzanelli.

Como sea, la estatua está frente al número 123 de Álvaro Obregón, antes avenida Jalisco y rebautizada con el nombre actual porque el general vivió en una residencia sobre esa vía.

Cantinflas alcanzó fama mundial: una estrella en Hollywood, muchas de sus películas fueron dobladas al inglés y francés, e incluso la Real Academia Española aceptó el verbo cantinflar.

Fue tanto su éxito, que su apodo se soldó a su nombre: Mario Moreno Cantinflas, algo que solo ocurre con los irrepetibles,

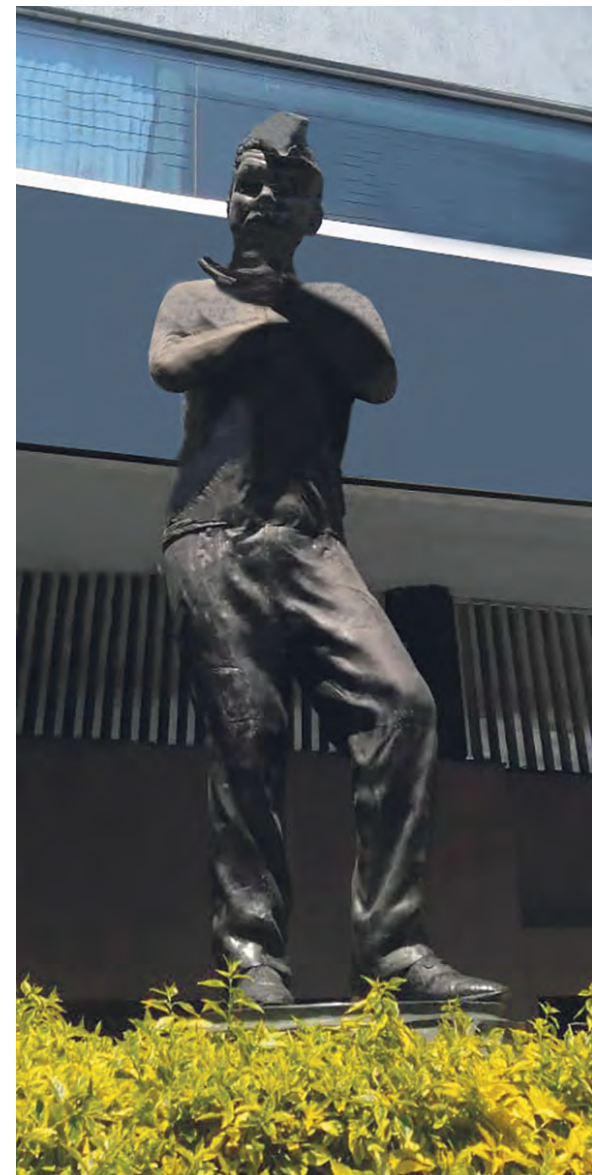


Foto: Fernando Gutiérrez
siminforma.com.mx

Tervira[®]

• Thuja • Echinacea angustifolia • Graphites

Solución.

REG. NO. 00BH2012 SSA VI

PRECIO: \$66.00

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

ONE TOUCH está de tu lado en el control de la diabetes



Lancetas
ONE TOUCH®
25 piezas

\$65.00



Tiras reactivas
Select
ONE TOUCH®
50 piezas

\$412.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
10 piezas

\$135.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
50 piezas

\$416.00

farmaciassimilares.com



Vigencia al 30 de noviembre 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.



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





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 | \$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 Cartuchos de repuesto** 4 piezas | \$49.50 Desodorante en aerosol para caballero** 150 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 Subsalicilato de bismuto* 118 mL | \$179.00 Prueba de embarazo digital / 1 prueba producto regionalizado |

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

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

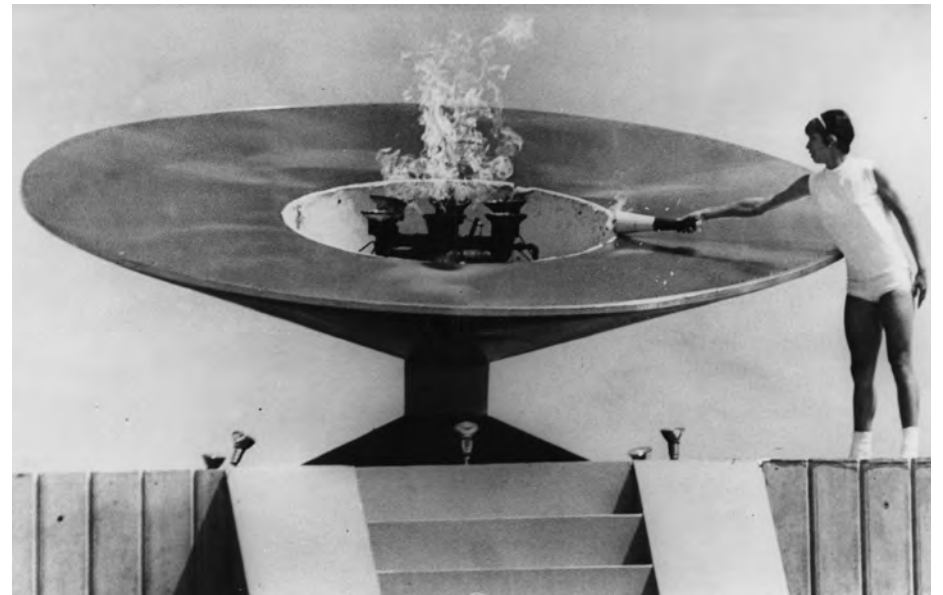
"LO MISMO PERO MAS BARATO"



HASTA 75%
DE AHORRO

Fanático

De CU a Júpiter



Enriqueta Basilio enciende el pebetero en México 1968 / Foto: Garzac01.wikimedia.org

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

Cierto, algunos nacen con estrella; Cotros, estrellados. Es el caso de Enriqueta "Queta" Basilio, quien brilló en los Juegos de México 68 como la primera mujer en encender un pebetero olímpico. Ahora irradiará destellos desde un asteroide troyano que orbita con Júpiter y llevará el nombre de la atleta mexicana.

Sí, a 53 años del México 68, Queta vuelve a hacer historia al inspirar a los científicos internacionales para nombrar un asteroide en su honor.

Esta esbelta mujer fue campeona nacional de atletismo en carrera con vallas de 80 metros, la mejor atleta mexicana de su época. También fue diputada federal y falleció a los 71 años por párkinson, un día antes del aniversario 51 de la clausura de los juegos en la Ciudad de México.

Su imagen quedó grabada en el mundo: pelo corto, detenido con una cinta, vestida de blanco y la antorcha en la mano derecha, subió los 92 escalones con el fuego sagrado en todo lo alto.

Pero no todo era agradable. Unos días antes, México había vivido una jornada sangrienta con el ataque del ejército a miles de estudiantes en la plaza de las Tres Culturas en Tlatelolco. Queta no se enteró de la masacre. Estuvo aislada en sus entrenamientos y conoció después los detalles de la tragedia.

De aquel 12 de octubre en el estadio olímpico abarrotado queda un recuerdo imborrable. Y ahora se refuerza con un gran salto hasta el espacio sideral, como si brincara una gran valla para llegar a la órbita de asteroides del mayor planeta de nuestro sistema solar.

Allá, en uno de esos asteroides estará su nombre, al lado de millones de rocas que orbitan el Sol junto con Júpiter, el gigante gaseoso, 318 veces mayor que la Tierra.

Entonces, cuando por las noches observen una luz brillante en el espacio, sonrían, es Queta que vuelve a alzar su antorcha olímpica y nos saluda con su enorme sonrisa de marfil, resplandeciente, aunque esté a 170 años luz de nuestro planeta.

Claro, nació con estrella. / Fanático

NUEVO

CARBOVITA®

\$149.00

Frasco con 60 cápsulas



SUPLEMENTO ALIMENTICIO

®Marca Registrada

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

Vigencia al 30 de noviembre 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.





Enamorada
de la TV

Flor Rubio

Tercera llamada para el teatro musical

La alta calidad del teatro en México, ya no sorprende. Sin embargo, podemos decir orgullosos que pocos países disfrutan de nuestra variedad y alto nivel escénico. Actrices y actores bien preparados, tras años de estudio, ensambles de baile prodigiosos, músicos que podrían engalanar cualquier foso de orquesta en el planeta, productores que se arriesgan y triunfan con inteligencia, además de instalaciones, dan forma a esta industria.

Y para muestra, el 10 de febrero se estrenará la nueva puesta de *José el soñador*, donde Carlos Rivera será la figura principal —como gran estrella que es—, además de productor; lo acompañarán en escena la extraordinaria Fela Domínguez y Kalimba, con su gran sensibilidad. Produce Alex Gou:

una garantía. Tenían planeado levantar el telón en noviembre, pero prefirieron ir a la segura... Total, ¿qué son tres meses?

Por cierto, Fela es una cantante espectacular, egresada del Conservatorio Nacional de Música, donde estudió violonchelo, canto, piano y armonía: es un agasajo gozar su trabajo. La historia de esta obra es bella y esperanzadora porque trata de superación, sobre un esclavo que por sus habilidades se gana el aprecio del faraón.

Otra buena noticia es el estreno, este 17 de noviembre, del musical *Aladdín*, con la espectacularidad de 34 artistas en escena y orquesta de ocho músicos, bajo el gran prestigio de Morris Gilbert y Ocesa Teatro. Una historia de fe y amor en pareja.

Ambas son adecuadas para mantener el alma en paz, en épocas difíciles.

El futuro del internet... ¡impresiona! ¿Qué le parece que, en un futuro no lejano, la gente podrá viajar al espacio o al país que más le guste, asistir a juntas de trabajo, conciertos o reuniones?... ¡pero en forma de holograma y desde el lugar donde se encuentre! Además, mediante sensores, sentirá y palpará (por ejemplo, un abrazo). Quééé tal, ¿eh?

Farándula

Imagine aún recolecta triunfos

Imagine, la canción compuesta por John Lennon y Yoko Ono, fue certificada como triple platino en Estados Unidos, donde vendió 30 millones de unidades, en vísperas del cumpleaños 81 del músico.

Así, continúan las celebraciones por el 50 aniversario de este tema, como la iluminación de la Torre de la Paz, en Islandia.

Yoko Ono recordó: “John y yo éramos artistas y vivíamos juntos, así que nos inspiramos uno al otro. La canción *Imagine* encarna lo que creíamos juntos en ese momento. John y yo nos conocimos, él viene de Occidente y yo, de Oriente, y todavía estamos juntos.

“Tenemos esta unidad y el mundo entero, de manera eventual, se convertiría en uno, es la sensación de que todos seremos felices juntos. Todas estas instrucciones son para las personas sobre cómo pasar a la eternidad”.

Bruce Resnikoff, presidente y CEO de



Foto: commons.wikimedia.org/wiki/File:Lennons_by_Jack_Mitchell.jpg

UMe, consideró que “*Imagine* es un himno mundial atemporal. El mensaje de paz de John&Yoko es tan relevante hoy como cuando lo escribieron”.

John, fundador de The Beatles, fue baleado el 8 de diciembre de 1980 por Mark David Chapman, a las puertas de su casa, en Nueva York. / Farándula

Ricitos de Oro

¡Ricitos de Oro Conmemora el Día de Muertos!

¡Tan natural como el amor por tu bebé!

SALUD ES BELLEZA. 143300202D0255

siminforma.com.mx



ACCU-CHEK®



Glucómetro Accu-Chek® Active
1 pieza

\$519.00

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®



Tiras Accu-Chek® Active
25 Tiras reactivas

\$205.00

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®



Tiras Accu-Chek® Active
75 tiras reactivas

\$419.00

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®



Accu-Chek® Softclix
25 lancetas

\$66.00

PRECIO FARMACIAS SIMILARES®

Prevención es salud. Vigencia al 30 de noviembre 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"



Más de 35 millones
de personas han visto la serie
con sentido social sobre la vida de
Víctor González Dr. Simi



Vea la serie en
mividaeslucha.com



 Facebook @farmaciassimilares

 YouTube /FARMACIASSIMILARESMX

O todos los **martes, 5:15 de la mañana**
por canal **1 de Azteca** y canal **2 de Televisa**.

A principios de 2022
estará listo el libro
de la exitosa serie
MI VIDA ES LUCHA

