



En riesgo, colonias de mariposas monarca en México

Pág. 2

Foto: Cortesía José Luis Álvarez Alcalá

Asociación Alzhéimer Tampico: "No estás solo"

Pág. 10



Foto: Cortesía

México unido ¡Jamás será vencido!

Dr. Simi



Págs. 12 y 13

Multi **GOMI**
SUPLEMENTO ALIMENTICIO

Ricos suplementos
Citrato de calcio

\$169



farmaciassimilares.com

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 abril 2025.

En riesgo, colonias de mariposas monarca en México

Patricia Zavala
vicepavala@fsimilares.com

El fenómeno migratorio de las mariposas monarca es el más grande y evolucionado a nivel mundial, sin embargo, las colonias que llegan a los bosques montañosos de México están en riesgo de desaparecer.

Se estima que la especie sólo ocupó .90 hectáreas durante la temporada de invierno 2023-2024, lo que implica una reducción de 59 %, en comparación con el año anterior

cuando abarcaron 2.22 hectáreas de bosque.

Estas cifras las obtuvieron científicos de World Wild Life al medir el área de bosque donde cada año hibernan estos insectos.

En su andar, desde el sureste de Canadá y el noreste de Estados Unidos hacia los bosques montañosos en el centro de México, enfrentan diversos riesgos durante su recorrido hasta de 4 mil kilómetros.

José Luis Álvarez Alcalá, director del Proyecto de Protección

del Hábitat de La Cruz, destacó que el cambio climático interrumpe el patrón migratorio anual de la mariposa monarca.

El ambientalista explicó que en las zonas de hibernación en México la tala ilegal es el mayor problema, por ello, desde 1997 promueve la reforestación comunitaria.

A esto se suma, la reducción del hábitat de reproducción en Estados Unidos por la aplicación de herbicidas, el cambio en el uso del suelo, la contaminación y las alteraciones climáticas que

disminuyen la abundancia de algodoncillo, la única planta en la que estas mariposas ponen sus huevos.

SíMiPlaneta hace sinergia con el Proyecto de Protección del Hábitat de La Cruz para apoyar la conservación de este frágil insecto con dos pares brillantes de alas color anaranjado, venas negras y manchas blancas.

Conoce más de SíMiPlaneta:
Página: simiplaneta.com
Facebook: /SiMiPlaneta
IG /simiplaneta /
[SíMiPlaneta](#)



Foto: José Luis Álvarez

¿DOLOR DE GARGANTA?

A los primeros SÍNTOMAS...

HAZ GÁRGARAS

CON **BENIFLANT**

Bencidamina

Auxiliar en el alivio para tu garganta, gracias a su **fórmula 4 en 1:**

➤ Antiinflamatoria

➤ Analgésica

➤ Antiséptica

➤ Anestésica

Reg. No. 053M2007 SSA VI

PERMISO COFEPRIS 243300201B3929

LOEFLER®

Una empresa de Grupo Loeffler Russek GLR

Si persisten las molestias, consulte a su médico. No se administre a niños menores de 7 años.



Cambio
climático

Carlos Álvarez*
TW: @calvarezflores
carlosalvarezflores.com

Mitos, realidades y experiencias de la contaminación atmosférica

El jueves 14 de marzo de 2024, a invitación de Lorenia Canavati, realizamos el foro "Mitos, realidades y experiencias de la contaminación atmosférica" en el auditorio 40RIUM, de la ciudad de Monterrey, Nuevo León, para analizar este grave problema que aqueja a los neoleoneses del área metropolitana.

Participamos la Dra. Claire van Ruymbeke, el Dr. Alfonso Espitia Cabrera, el Dr. Sergio Fernández, el Ing. Rodolfo Torres Barrera, el Mtro. Ricardo Ortiz Conde, el Ing. Roberto Toquero Talamantes, el Ing. Guillermo de Hoyos Villarreal y yo.

Esta reflexión se dio para orientar a los neoleoneses que protestan a diario por este problema. El gobierno estatal acusa a la vieja refinería de Petróleos Mexicanos, en Cadereyta, Nuevo León, como la mayor fuente de emisiones contaminantes (por los desfuegos de su vieja planta catalítica, con gasóleo con azufre).

Se señalaron otras fuentes de emisiones (automóviles y camiones que no verifican, porque los diputados locales, hace 20 años, suspendieron el programa de verificación vehicular porque "había corrupción en los verificentros"). Las emisiones de partículas de las pedreras y caleras, más las emisiones industriales, conforman la peligrosa contaminación atmosférica que afecta a 6 millones de neoleoneses.

En 2016, la Organización Mundial de la Salud publicó el resultado del estudio de la calidad de aire de 795 ciudades de 67 países en PM2.5 y PM10, de 2008 a 2013. En primer lugar aparece la ciudad de Monterrey, con 36 microgramos/PM2.5/m3; Toluca, 33; Salamanca, 27, e Irapuato, 26. Le siguen Silao, con 24; Puebla y Ciudad de México, 20, y Guadalajara, 19.

Las PM2.5 y PM10 son partículas que contienen contaminantes como sulfatos, nitratos y carbono negro (hollín) que penetran en los pulmones y en el sistema cardiovascular causándonos graves daños a la salud.

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



SIMISURE

462 g polvo

- ✓ Fortificado con **vitaminas y minerales.**
- ✓ Rico en **proteínas y fibras.**
- ✓ Libre de **gluten.**
- ✓ **Listo** para tomar.
- ✓ Solubilidad **óptima.**

\$199.00

- ✓ Proteína vegetal sin lactosa
- ✓ Adicionado con vitaminas y minerales
- ✓ Sin gluten
- ✓ Bajo en azúcares
- ✓ Fácil solubilidad
- ✓ Presentación en 3 sabores, vainilla, fresa y chocolate

\$164.00

- ✓ Proteína vegetal sin lactosa
- ✓ Adicionado con vitaminas y minerales
- ✓ Sin gluten
- ✓ Fácil solubilidad
- ✓ Presentación en 3 sabores, vainilla, fresa y chocolate

farmaciassimilares.com
Vigencia al 28 de febrero 2025. *Aliméntate sanamente.



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



En México, 560 decesos al día por enfermedades cardíacas



Foto: Pixabay

Entre enero y junio de 2024, las defunciones por enfermedades del corazón se posicionaron como la primera causa de muerte en México, con 100 mil 710 casos, equivalente a unas 560 personas cada día o 23.3 cada hora, según las estadísticas del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI).

En la estandarización de las cifras, para facilitar su comparación, se estima que por cada 100 mil personas fallecieron 77.6 por alguna enfermedad cardíaca, 2.9 % mayor respecto a la del mismo lapso en 2023, y mostró un crecimiento de 44.2 % en relación con 2015. Del total, 47 % fueron mujeres y 53 %, hombres.

Para la primera mitad de 2024, los fallecimientos recuperaron su tendencia histórica natural de alza, más aún, el coeficiente de 77.6 muertes al primer semestre de 2024, supera ligeramente a las 77.3 del mismo lapso de 2020, el primer año de la crisis sanitaria por la covid-19 en el país y que, para 2021, alcanzó récord de 89.2 muertes por cada 100 mil habitantes. Los fallecimientos por homicidio y enfermedad cardíaca, en México, de 2015 a 2024, corrieron a la misma velocidad. / Salud

Salud

X-GEAR®
SUPLEMENTOS DEPORTIVOS

¿QUÉ TE MUEVE?

CREATINA MONOHIDRATA ALTA PUREZ
SUPLEMENTO ALIMENTICIO
SIN...
5g Creatine
500g

\$450

DE VENTA EXCLUSIVA EN FARMACIAS SIMILARES®

ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO. EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA. ALIMENTARTE SANAVIDA. VIGENCIA AL 30 DE ABRIL 2025

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



Lancetas
ONE TOUCH®
25 piezas

\$74.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
50 piezas

\$479.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
50 piezas

\$479.00



Tiras reactivas
ONE TOUCH®
10 piezas

\$148.00



farmaciassimilares.com

Vigencia al 28 de febrero 2025.
Consulte a su médico y lea las instrucciones de uso. Las imágenes mostradas son de carácter ilustrativo y pueden variar respecto del producto final.



Trabajando para la salud

NUEVA
IMAGEN



Corregir el
Estreñimiento
Favorecer la
Evacuación

CONSULTE A TU MÉDICO
NO SE USE EN MENORES DE 6 AÑOS
Permiso de publicidad No. 243300201B4074

Todos, contra el cáncer infantil

El 15 de febrero es el Día Internacional del Cáncer Infantil, y es importante tenerlo en mente por ser una de las principales causas mundiales de muerte en menores y adolescentes. Aproximadamente, cada año, se diagnostica esta enfermedad a 300 mil de entre 0 y 19 años.

Tipos de cáncer infantil más comunes:

- Leucemia
- Cáncer cerebral
- Linfoma
- Otros como neuroblastoma o Wilms (que normalmente afectan al riñón)

Las causas del cáncer infantil todavía son desconocidas. Cerca de 10 % de los niños que lo padecen (cualquier tipo), tienen predisposición genética (desde que nacen), pero también podría influir el haber padecido enfermedades por algunos virus, como Epstein-Barr, VIH o paludismo.

Algunos datos para identificarlo de manera temprana:

- Fiebre sin causa aparente
- Puntos rojos o moretones en la piel
- Bolitas (ganglios inflamados) en cualquier parte del cuerpo

- Sudoración, sobre todo en las noches
- Pérdida de peso y de apetito

El diagnóstico oportuno es crucial para recibir el tratamiento adecuado, evitar alguna discapacidad, así como para prevenir recaídas y mejorar la supervivencia.

Recuerda que, en caso de presentar cualquiera de estos datos, o si quisieras saber más sobre este tema tan importante, los médicos de Fundación Best están disponibles y unidos para ayudar. / [Salud](#)



Foto: freepik

Referencia:

- Gobierno de México, 15 de febrero - Día Internacional del Cáncer Infantil

<https://www.gob.mx/insabi/articulos/15-de-febrero-dia-internacional-del-cancer-infantil-263815?idiom=es#:~:text=Cada%20a%C3%B1o%20se%20diagnostica%20c%C3%A1ncer,entre%200%20y%2019%20a%C3%B1os.&text=febrero%20de%202021-,Cada%20a%C3%B1o%20se%20diagnostica%20c%C3%A1ncer%20a%20aproximadamente%20300%20mil%20ni%C3%B1os,aproximadamente%20el%2020%20por%20ciento.>



Recomendado para quemaduras
abrasiones y posterior a procesos estéticos como láser ablativos y peelings.




Coadyuvante en la cicatrización de quemaduras, con propiedades calmantes, regeneradoras, emolientes y antiinflamatorias.

Calma, mejora y acelera el proceso de cicatrización

CICAFARM

Quemaduras®



Tubo con 100 g

FARMAPIEL®
Pasión por la Dermatología®



Sexo, sin lágrimas
y sin pudor

Gabriela Jiménez

Enfermedad

“¿Estás enfermo?”. Esta pregunta la hemos formulado varias veces en la vida y la respuesta depende del tipo de padecimiento que se tenga, pues algunas se miden, no por la gravedad o el impacto en el cuerpo, sino por su carga moral.

No hay problema si alguien tiene gripe, diarrea o intoxicación, son parte de la vida de todos en algún momento. ¿Pero qué pasa si se contrae una infección de transmisión sexual? Esto conlleva un estigma y a las personas se les adjudican varios calificativos: “perversos”, “fáciles”, “indecentes”, etcétera. Y si se trata de diabetes, o tal vez cáncer, el pensamiento se torna catastrófico y los afectados ven un futuro incierto que los lleva a sumirse en una profunda depresión.

Las creencias que se tengan sobre cierta enfermedad pueden llevar a quien la padece y a su familia a no buscar la atención necesaria. Cualquier patología es la alteración del funcionamiento normal del cuerpo, hay algunas más graves o difíciles de tratar y otras con las que se tiene que aprender a convivir.

No hay buenas o malas, hay enfermedades que llevan a hacer cambios en el estilo de vida, y requieren un tratamiento medicamentoso constante, pero esto no es motivo para limitarla.

Recordemos que la idea que se tenga de la enfermedad daña más que la enfermedad misma. Revisar los conceptos, creencias, dudas o miedos es fundamental para adaptarnos a los cambios en la vida, donde nada se queda estático.

Si tienes alguna enfermedad crónica, o quizá una infección de transmisión sexual, incluido el VIH-sida, acércate a buscar el apoyo psicológico. Tu vida ha experimentado un cambio, pero no se ha terminado. La limitación la pone el miedo, no la enfermedad. En el SIMISAE tendrás la asesoría psicológica gratuita las 24 horas. Llama: 800 911 3232.



Foto: Pixabay

Campana para detectar la **hipertensión**
TODOS LOS MARTES DE ESTE MES
GRATIS checamos tu **PRESIÓN ARTERIAL**
 Visítanos en los consultorios médicos de Fundación Best, A.C.

UNIDOS PARA AYUDAR®
 Fundación **BEST** a.c.

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

CÁPSULAS **Nuevo SUBLINGUAL**

RAAM
ORDEGAN[®]
 KETOROLACO / TRAMADOL
 CÁPSULAS 10 mg / 25 mg
 Caja con 10 cápsulas

RAAM
CALEBRAM[®]
 Tramadol, Ketorolaco
 Sublingual 25mg - 10mg
 Caja con 10 tabletas

ORDEGAN[®]
 10 mg / 25 mg / 10 Cápsulas

CALEBRAM[®]
 25 mg / 10 mg / 10 Tabletas

Ketorolaco / Tramadol

si persisten las molestias, consulte a su médico

farmaciassimilares.com



DE VENTA EN
FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO"



SIMISAE

¿Por qué postergamos y cómo superarlo?

La posposición es algo que todos conocemos y llegamos a padecer. El pensamiento de dejar algunas tareas “para después”, nos resulta tan familiar que tal vez podamos llamar a esta reacción un “mecanismo de protección”. ¿Pero por qué caemos en la cuenta de ello una y otra vez, sabiendo que nos perjudicará a largo plazo?

Este fenómeno es exactamente lo que la psicología ha tratado a profundidad. Se debe recordar que la procrastinación es más que un simple problema de pereza. Es un conflicto entre el Yo presente y el Yo futuro.

La mente escoge exageradamente disfrutar de las inmediatas gratificaciones en lugar de dedicarse a las acciones que beneficiarán al segundo. Es decir, dejar todo a la hora de revisar los hechos en redes sociales o ver el episodio de la serie favorita en vez de hacer la presentación para la próxima clase y terminar temprano el trabajo.

En otras palabras, las personas prefieren disfrutar de lo que ya está disponible que la molestia de abordar algo difícil. Además, la percepción de nuestras habilidades también cumple un papel en la procrastinación.

Si una tarea parece demasiado grande para emprenderla, o cuando tenemos una percepción de sentir rigurosamente que no contamos con las herramientas necesarias, nuestro cerebro prefiere evitar ser productivo y buscar el alivio de su malestar.

En este punto, un sentimiento de inseguridad o perfección puede detenernos por completo. El Dr. Piers Steel, en su libro *The Procrastination Equation*, va más lejos: “El miedo al fracaso es el enemigo número uno de la acción”.

Por lo tanto, ¿cuál es la manera de luchar contra este problema? Ciertamente, una estrategia efectiva es el “divide y vencerás”: fracciona una tarea en pasos más sencillos y, al realizar actividades más cortas, uno siente que está avanzando y no se percibe abrumado. Además, una técnica constructiva es determinar cierto tiempo para atender una labor y premiarse con descansos después de cada periodo de trabajo.

Así, entrenamos a nuestro cerebro para que perciba tareas específicas como pequeñas y gratificantes. En general, la procrastinación es un fenómeno común y no sólo resultado de nuestra pereza; más bien, se trata del tiempo que medimos y nuestras estimaciones de nuestra propia habilidad.

Con algunas estrategias simples, podemos empezar a luchar contra el autotortaje y funcionar no tanto en la presente, sino en la versión del Yo futuro. / SIMISAE



Referencias:

- Pynchyl, T. A. (2013). Solving the Procrastination Puzzle: A Concise Guide to Strategies for Change. New York: TarcherPerigee
- Steel, P. (2011). The Procrastination Equation: How to Stop Putting Things Off and Start Getting Stuff Done. New York: Harper

Vivimos día a día con estrés, ansiedad y miedo.

¿Te gustaría recibir asesoría y orientación por psicólogos calificados, de manera **gratuita?**

Comunícate al **800 911 3232**

SIMISAE
Centro SIMI de Salud Emocional

@simisaemx
www.facebook.com/SIMISAE

siminforma.com.mx



Consulte a su médico. Su venta requiere receta médica.
Vigencia al 28 de febrero 2025.



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

HASTA
75%
DE AHORRO

¿OTRA VEZ NO PUDISTE DORMIR POR LA TOS NOCTURNA?

CAPSI FLU[®]
TOTAL

ALIVIA LAS MOLESTIAS DE
LA GRIPE Y TOS



A SÓLO
\$61.00



CapsiFlu Total 484M2005 SSA VI. CONSULTE A SU MÉDICO. Permiso de publicidad: 243300201B3852 Vigencia al 28 de febrero 2025.

Ayudar es vivir

Asociación Alzhéimer Tampico: “No estás solo”

Adriana Estrada Pedraza, enviada
viceastrada@fsimilares.com



Fotos: Cortesía Asociación Alzhéimer Tampico

TAMPICO, Tamps.- Con 22 años de trayectoria, la Asociación Alzhéimer Tampico, en esta entidad, se ha dedicado a brindar apoyo a personas con esta enfermedad neurodegenerativa progresiva, así como a sus familias. Esta iniciativa abarca también los municipios de Madero y Altamira, y se ha consolidado como un espacio para quienes necesitan cuidados diarios.

La directora, Laura Acevedo de la Garza, detalló que la institución fue constituida el 12 de abril de 2002, y comenzó de manera oficial

sus operaciones el 15 de mayo de 2009.

En el inmueble, ubicado en la colonia Colinas de San Gerardo de este puerto, se atiende a adultos que pade-

cen alzhéimer o trastornos similares, como párkinson, microinfartos cerebrales y deterioro cognitivo.

“Se ha comprobado que las personas que van a un centro

especializado tienen mejor calidad de vida y el pronóstico de la enfermedad es mejor. Si bien el alzhéimer no se cura, no avanza tan rápido o no hay sintomatología difícil de manejar en casa”, refirió.

Juntos contra el alzhéimer

La Asociación Alzhéimer Tampico se sostiene con las cuotas de recuperación, determinadas por un estudio socioeconómico a los familiares de los pacientes, también con los donativos de empresas socialmente responsables, empresarios particulares y eventos de recaudación.

Y es en este trabajo donde la Fundación del Dr. Simi, mediante el Simiplan de

Ayuda a Personas con Discapacidad (SimiPADi), se sumó a los esfuerzos aportando un donativo.

“Será de gran utilidad para mejorar la calidad de nuestros productos, de los alimentos. La mesa de acero inoxidable y la trampa para grasa, además de ayudarnos en la cocción de nuestros desechos, vamos a contribuir al medioambiente”, destacó la directora, Laura Acevedo de la Garza.

Esta asociación es una muestra de voluntad y solidaridad, que durante 22 años ha trabajado en favor de quienes enfrentan esta enfermedad que, al mismo tiempo, afecta a sus familias. / **Ayudar es vivir**

Donativos: BANORTE Clabe interbancaria:
Número de cuenta: 1207038951 072813012070389511

Facebook: Asociación Alzhéimer Tampico
Web: www.asociacionalzheimertampico.com

Dirección: Av. Las Torres #540 Fracc. Colinas Tel. (833) 2-27-99-37
de San Gerardo, Tampico

ANACASTEL®

TRATAMIENTO PARA LA CAÍDA DEL CABELLO¹

Ayuda a incrementar la densidad del cabello.²

Ayuda a alargar la fase de crecimiento del cabello.²

Aplica 8 atomizaciones sobre el cabello y la piel cabelluda secos, dos veces al día.²



Reg. No: 328M2017 SSA VI



Minoxidil

Solución 2%

SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO. NO SE DEJE AL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

REFERENCIAS: 1. Sánchez M. Minoxidil 2% en el tratamiento de la alopecia androgenética. 5Med Cutan Iber Lat Am 2006;34(2):91-92 2. Proyecto de Marbeta Aprobado por COFEPRIS. 3. Kontos J. Tratamiento de la alopecia androgenética. Evid. actual. práct. ambul; 11(4): 120-122, Jul-Ago.2008.

¿Sabías que...

algunas personas pueden tener problemas para oír, pero no lo saben?

Consulte con su médico si:

- Tiene problemas para entender a la gente por teléfono
- Le cuesta seguir una conversación cuando más de dos personas están hablando
- Debe pedir a la gente que repita lo que dice
- Necesita subir el volumen de la televisión y las personas alrededor se quejan de que está muy fuerte
- Tienen dificultad para entender lo que se está diciendo cuando hay ruido de fondo
- Piensa que los otros están murmurando
- No puede entender lo que dicen los niños o personas con una voz más aguda que la suya

Instituto Nacional sobre el Envejecimiento. (s. f.). Pérdida de audición: Un problema común en adultos mayores. Recuperado de <https://www.nia.nih.gov/espanol/audicion-perdida-audicion/perdida-audicion-problema-comun-adultos-mayores>

comfort

Amplificador de sonido recargable



A sólo
\$1,299

Aprovecha el
descuento del
Buen Lunes

~~De: \$1299~~

A sólo:

\$974.5

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

*Disponible solamente en CMDX Y EDO. MÉXICO.

Vigencia al 28 de febrero 2025.



Expedientes
del poder

Carlos Ramírez

@carlosramirez
indicadorpoliticox@gmail.com

El 2025, igual

Dice la lógica que las cosas tienen que seguir igual si los instrumentos de decisiones operan sobre las mismas variables con las mismas decisiones. 2025 no saldrá del hoyo recesivo de 2024 porque se van a continuar las estrategias de 2018-2024.

Lo que debe extrañar es el comportamiento social: todos los indicios señalan que el PIB de 2025 como eje de toda la economía sería de 1.2 % o menos en 2025, pero el gobierno de la presidenta Sheinbaum mantiene inflexible el 2.5 %. Una cosa es la venta de expectativas, y otra el quedarse estancada en los buenos deseos.

El candidato López Obrador prometió en 2018 un PIB promedio anual de 4 %, ante las cifras promedio de 2 % anual en el largo periodo neoliberal 1983-2018. En la realidad, el sexenio lopezobradorista quedó en un mediocre 0.8 % promedio anual. De cumplirse el 2.5 % de Sheinbaum, la meta promediada sería regresar a la mediocridad de 2 % promedio anual.

México tuvo en el periodo populista 1934-1982 un crecimiento anual promedio de 6 % y sentó las bases para el llamado “milagro mexicano”. La crisis populista estuvo en el aumento del gasto sin crecer los ingresos y la inflación atropelló al tipo de cambio. El neoliberalismo llegó con la bandera de la estabilidad, pero el costo fue un PIB promedio de 2 % anual y 80 % de los mexicanos en situaciones de pobreza social.

Ante la contundencia de las cifras, el proyecto de la 4T sólo se basa en programas sociales improductivos, un presupuesto federal nada más para gasto social-electoral y obras sin multiplicación productiva. El regreso al Estado inversionista carece de fondos y, por tanto, señala los datos de bajo crecimiento económico.

Sin una nueva política industrial, sin una reforma fiscal y sin un acuerdo producto Estado-sector privado, la mediocridad del desarrollo mexicano seguirá como está: marginación, 55 % de empleo informal y PIB menor a 2 %.

Lo malo para el desarrollo es que la mayoría vota por sentimientos, no por algún proyecto de modernización.

México



CUIDAR DE TI NUNCA PASA DE TEMPORADA



No dejes que los dolores musculares te detengan este invierno.



Reumophan

- Te alivia
- y desinflama





DE VENTA EN

FARMACIAS SIMILARES

“LO MISMO PERO MAS BARATO”

SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MEDICO. REG NO. 14110 SSA.
NO SE DEJE AL ALCANCE DE LOS NIÑOS. PERMISO DE PUBLICIDAD: 243300201B2049

México

México unido

Frente a la incertidumbre que hay en el país, ahora más que nunca, México necesita esperanza, amor, promover la empatía, difundir la paz y unir fuerzas.

Por eso, Víctor González Dr. Simi lanza la campaña “Unidad por México”, un llamado a todos para construir un acuerdo nacional y, juntos, defender a nuestro pueblo.

¿Pero qué significa esta unidad?

La Real Academia Española define “unidad”, como unión, unirse, la propiedad de todo ser, en virtud de la cual no puede dividirse sin que su esencia se destruya o altere”.

En palabras de Alfredo Ávila, historiador e investigador en el Instituto de Investigaciones Históricas de la Universidad Nacional Autónoma de México: “El concepto de unidad es una categoría muy poderosa, la asociamos con valores positivos, a diferencia de la división, del partidismo y del fraccionarismo. Es particularmente importante en momentos como este, en el que tenemos sociedades polarizadas no sólo en México, sino en buena parte del mundo”.

Ante las injusticias y el individualismo, la unidad

A lo largo de la historia de México, en distintos momentos, se ha convocado a la unidad, pero fue en la época colonial y en la independencia, donde este principio tomó su esencia.

Y es que, ante las injusticias y el individualismo, siempre nos unimos a causas comunes, impulsamos la solidaridad, la libertad, la igualdad, la fraternidad y ver por las demás personas.

“Nos hemos vuelto cada vez más individualistas, más preocupados por nosotros mismos. Eso nos está generando una tremenda crisis de identidad personal, pero también social. Ya es tiempo de empezar a pensar en las demás personas, de ayudarnos mutuamente, de cuidarnos y de tener solidaridad con el resto de las personas que nos rodean. Hay que salir a la calle, hablar con todo el mundo. Tenemos que empezar a tejer otra vez esos lazos comunitarios”, agregó Alfredo Ávila.

do, ¡jamás será vencido!

Unidos, aun en los momentos más adversos

A los mexicanos nos ha unido la historia y las buenas acciones. Aun en los momentos más adversos, como los desastres naturales, esta unión ha dejado huella en las personas.

Las sociedades más fuertes son las que practican la unidad, y así la definen los mexicanos:

“Es apoyar a quien lo necesita, por ejemplo, hay personas que están mal, económica y físicamente. Entonces, si uno tiene la posibilidad de ayudarlos, para mí, esa es la unión, el poder apoyar cuando uno puede”, destaca Karla Daniela Rojas.

Para Raúl Sánchez unidad es igual a pasión: “Es mucho amor. Es juntarnos y ayudar en las emergencias”.

“La unión es algo fundamental para vivir, porque cuando pasa un problema, cuando pasa algo, hay que estar unidos, ya sea como familia, amigos o compañeros de trabajo”, destacó César Larios.

¿Pero en México hay unidad?

El historiador Alfredo Ávila puntualizó que no sólo en México, sino en todo el mundo, se está perdiendo: “Y se está perdiendo en el sentido de mirar por las personas que están a nuestro alrededor”.

Los ciudadanos coinciden: “Creo que en todas partes hace falta la unidad, el mundo está sumergido todavía mucho en el individualismo. Hay que abrirnos a compartir, a despegarnos un rato de las redes sociales y a experimentar la vida como es”, comentó Gilda Rosales.

“Hay mucha gente que no apoya, tú puedes ver a alguien tirado y pasas y no le ayudas, al contrario, la pisoteas y lejos de ayudarla, la hundes más”, consideró Cesar Giovanni Martínez.

“No, no la hay. Aparte de que somos pobres, nadie te da nada, si no haces un favor. Además, la gente es antipática y los mexicanos siempre somos desunidos”, opina Margarita García.



Alfredo Ávila, historiador



Karla Daniela Rojas



Gilda Rosales



Cesar Giovanni Martínez



Raúl Sánchez



César Larios



Margarita García



Tonatiuh Flores

Promover la unidad por un futuro más justo y equitativo

Ante este panorama, hoy debemos construir nuestra unidad en torno a las demandas mayoritarias de la ciudadanía.

Debemos promover la unidad por un futuro más justo y equitativo para que, sin dejar a nadie atrás, todos podamos avanzar juntos.

En este sentido, ¿con qué tipo de acciones podemos promover la unidad? El especialista Alfredo Ávila señala: “El preocuparse por las demás personas, por las que tenemos a nuestro alrededor, las más inmediatas, eso ya implica darle a la unidad un

contenido positivo que difícilmente hará que se revierta”.

Para Tonatiuh Flores es promover la comprensión, “más que nada, la ayuda, el compañerismo y un poquito de amor, claro que sí”.

Mientras, Karla Daniela Rojas considera el valor de las pequeñas acciones: “Por ejemplo, si una vecina está mal de salud, y tienes la posibilidad de ayudarla pagándole la consulta o algún medicamento que requiera, así de simple”.

Víctor González Dr. Simi impulsa la unidad en México

Impulsar la unidad nos permitirá construir un país con desarrollo inclusivo y sostenible.

Por eso, no sólo políticos o empresarios deben promover la unión, todos debemos poner nuestro granito de arena para generarla.

Y es Víctor González Dr. Simi quien sienta las bases y coloca la primera piedra.

“Me gusta que sea él porque siempre ha sido solidario. Desde hace años nos compartió y nos sigue compartiendo, sobre todo dándonos promociones en los medicamentos. Se lo agradezco mucho y que Dios lo bendiga donde quiera que esté”, agregó Margarita García.

“Es genial que personas que tienen influencia y también los recursos, generen estas acciones que nos vienen superbien. Ojalá todos los empresarios o gente con poder adquisitivo y espacios, lo puedan seguir haciendo, así que superbien por el Dr. Simi”, afirmó Gilda Rosales.

Con esta campaña, el Dr. Simi invita a todos los mexicanos a unirse en una sola voz por la paz y el amor que nuestro pueblo necesita, porque MÉXICO UNIDO, ¡JAMÁS SERÁ VENCIDO! / México



A quiénes podría deportar Trump en su segundo mandato



Foto: Pixabay

Donald Trump juramentó como el presidente número 47 de Estados Unidos y, entre otros anuncios, en su discurso inaugural reiteró su intención de endurecer las políticas migratorias.

“Primero, declararé una emergencia nacional en nuestra frontera sur”, afirmó. Y detalló: “Toda entrada ilegal será detenida inmediatamente y comenzaremos el proceso de devolver a millones y millones de extranjeros criminales a los lugares de donde vinieron. ‘Reinstauraremos la política de ‘Permanecer en México’. Terminaré con la práctica de captura y liberación”.

También, refiriéndose a las cuestiones migratorias, dijo: “Enviaré militares a la frontera sur para repeler la desastrosa invasión a nuestro país”.

Al respecto, la administración de Trump ya inhabilitó la aplicación fronteriza llamada CBP One que permitía a los migrantes entrar legalmente a Estados Unidos.

A principios de 2022, unos 11 millones de inmigrantes

no autorizados vivían en EE. UU., según estimaciones del Gobierno Federal. Entre este grupo, México es el principal país de origen (con unos 4 millones), seguido de El Salvador (750.000), India (725.000), Guatemala (675.000) y Honduras (525.000), según cifras del Pew Research Center.

Durante su primer mandato (2017-2021), Trump deportó a más de 1.5 millones de personas, según el Migration Policy Institute. La cifra es poco más de la mitad de las 2.9 millones de deportaciones realizadas durante el primer mandato de Barack Obama (2009-2013) y menos de las 1.9 millones de deportaciones durante el segundo mandato de Obama (2013-2017).

Un tema clave también es el futuro de los “soñadores”, como se conoce a los inmigrantes que fueron llevados a Estados Unidos cuando eran niños. Sin embargo, no se han informado detalles sobre si es que los deportará, cómo y cuándo. / *Internacional* Con información de CNN

Los aliados en casa

<p>\$29.00 Pasta dental 100 % Oral B** 66 mL / 70g</p>	<p>\$54.00 Enjuague Bucal Zero Crest** 250 mL</p>	<p>\$46.01 Pasta dental carbón activado** 75 mL</p>	<p>\$66.00 Pasta dental Pro-enxías** 90 g / 75 mL</p>	<p>\$27.00 Pasta dental 3D White** 67 mL / 90 g</p>
<p>\$21.00 Cepillo dental infantil** 1 pieza</p>	<p>\$35.00 Cepillo dental limpieza profunda** 2 piezas</p>	<p>\$78.00 Cepillo dental cerdas ultrafinas** 2 piezas</p>	<p>\$74.00 Rastrillo 3 hojas + 2 repuestos**</p>	<p>\$29.00 Rastrillo para dama Venus Simply3** 1 pieza</p>
<p>\$49.00 Rastrillo hoja triple para caballero** 2 piezas</p>	<p>\$59.00 RASTRILLO CABALLERO** 2 piezas</p>	<p>\$91.00 Cartuchos de repuesto** 4 piezas</p>	<p>\$98.00 Desodorante antitranspirante en crema para dama** 45 g</p>	<p>\$19.00 Shampoo control de caspa** 90 mL</p>
<p>\$76.00 Subsalicilato de bismuto* 118 mL</p>	<p>\$69.00 Hilo dental sabor menta** 25 m</p>	<p>\$76.00 Mentol / Alcanfor* 197 mg / 197 mg solución para inhalar</p>	<p>\$19.00 Paracetamol / Fenilefrina* 500 mg / 10 mg sobre con 5g</p>	<p>\$85.00 Desodorante antitranspirante en gel para caballero** 45 g</p>
<p>\$214.00 Prueba de embarazo digital / 1 prueba producto regionalizado</p>	<p>\$28.00 Alcanfor, Mentol, Aceite de Eucalipto* ungüento 12 g</p>	<p>\$152.00 Guaifenesina* 1.6 g 100 mL</p>	<p>\$16.00 Subsalicilato de bismuto* 4 tabletas masticables</p>	
	<p>\$123.00 Adhesivo dental** fijación extra fuerte 35 mL</p>			

Vigencia al 28 de febrero 2025. *Si persisten las molestias consulte a su médico. **Higiene es salud.

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

75%
DE DESCUENTO

LA IMPORTANCIA DE LOS SUPLEMENTOS ALIMENTICIOS DURANTE EL EMBARAZO

El embarazo es una etapa crucial que requiere una nutrición adecuada para el bienestar de la madre y el desarrollo óptimo del bebé.

Los suplementos alimenticios ayudan a cubrir las necesidades nutricionales que la dieta diaria no siempre satisface, reduciendo el riesgo de complicaciones.

Nutrientes esenciales como:

DHA, omega-3

Favorecen el desarrollo cerebral y visual del bebé.

Colina

Contribuye a la formación del sistema nervioso fetal y la memoria a largo plazo.

Ácido fólico

Previene defectos en el tubo neural.

Hierro

Combate la anemia y mejora la producción de glóbulos rojos.

Calcio y vitamina D

Fortalecen los huesos de la madre y el bebé.

Estos nutrientes no siempre se obtienen en cantidades suficientes a través de la alimentación diaria, por lo que los suplementos alimenticios se convierten en aliados esenciales para un embarazo saludable, minimizando riesgos de complicaciones obstétricas y garantizando el correcto desarrollo del bebé.

NUEVO



TOMA FIDELA
1 VEZ AL DÍA

Fidela en 1 sola tableta te aporta diariamente HIERRO 90mg + ÁCIDO FÓLICO 1mg, cumpliendo con las recomendaciones de la OMS



fidela
POR UN EMBARAZO MÁS SALUDABLE

Durante el embarazo el cuerpo requiere de un mayor consumo de HIERRO y ÁCIDO FÓLICO debido a los nutrientes que necesitan tanto la mamá como el bebé. Pregunta a tu médico cómo llevar un embarazo más saludable.

Sólo
\$299
7 meses de tratamiento

LIBERACIÓN CONTROLADA

ÁCIDO FÓLICO 1mg

Capa externa de ácido fólico
Liberación rápida (30-60 min)



HIERRO 90mg

Núcleo de hierro
Liberado lentamente tras la liberación del ácido fólico (2-4 horas)

AYUDA A UNA MEJOR TOLERABILIDAD Y CUMPLIMIENTO AL TRATAMIENTO.
Evita náuseas y los molestos síntomas gastrointestinales, que pueden surgir por la ingesta de hierro.



Permiso de Publicidad No. 243300201B0202
Consulte a su médico

Vigencia al 28 de febrero 2025

fide-vit



APROVECHA EL BUEN LUNES CON EL **25% DE DESCUENTO**
De: ~~\$269~~
A sólo: **\$201.75**

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Vigencia al 28 de febrero 2025

ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO
EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA



Fernando Gutiérrez
fegutierrezp@gmail.com

De barrio
en barrio

Cultura

Nuestro Big Ben

La presencia de los ingleses, hace ya más de un siglo, en Pachuca, Hidalgo, no sólo quedó registrada en la minería, sino también en lo gastronómico, como los hoy famosos y ricos pastes; en lo deportivo con los primeros partidos de fútbol en el país, y en lo arquitectónico, cuya joya es el Reloj Monumental en la plaza Independencia. Tuvo un costo de 300 mil pesos oro. Construido entre 1904 y 1910, para conmemorar el centenario de la Independencia de México, tiene una particularidad: en sus cuatro caras hay esferas con un diámetro de cuatro metros, y cuyas campanas reproduce el sonido del famoso Big Ben londinense.

Sus ocho campanas que suenan en clave de do mayor, importadas directamente de Inglaterra. La obra fue encargada a la empresa inglesa Gillet & Johnston, la misma que construyó el Big Ben, y la maquinaria del reloj fue fabricada por la empresa Dent de Londres.

El Reloj Monumental de Pachuca, inaugurado por Porfirio Díaz, el 15 de septiembre de 1910, tiene 40 metros de altura y cuatro niveles. En él trabajaron los ingenieros mexicanos Francisco Hernández y Luis Carreón sobre un proyecto del arquitecto Tomás Cordero.

En cada una de sus cuatro caras lo adorna estatuas femeninas de mármol de Carrara, que representan la Independencia, la Libertad, la Constitución y la Reforma. Cantera blanca de Tezoantla es el material del que está hecho. Para su traslado se utilizaron carros jalados hasta por 30 mulas, debido a que hubo bloques que pesaban hasta tres toneladas.



Foto: Diego Delso, Licencia CC BY-SA

Qué tanto sabes de español

Hable bien y escriba mejor.

1. Abigarrado y abarrotado
2. Jurar y juramentar
3. Aplicar, nueva acepción

Fuentes: RAE y Fundeu

Respuestas

1. Estas palabras no son sinónimos. "Abigarrado" significa 'heterogéneo' (compuesto de partes de diversa naturaleza), mientras que "abarrotado" alude a que está lleno por completo.

2. "Jurar" es someterse a un juramento. "Juramentar" es tomar juramento a alguien. Un presidente juramenta, no jura.

3. Ya es válido por la RAE utilizar este término para decir: "Aplicé para la universidad" o "Aplicé para ese trabajo". Significa: presentar una solicitud.



fegutierrezp@gmail.com

ACCU-CHEK®

Active

Alicia,
busca una opción
práctica para el cuidado
de su diabetes.

Evita desperdicio de tiras.^{1,2}

Uso flexible, práctico en cualquier momento.²

Tira grande.²

\$479.00

\$244.00

\$86.00

PARA REACTIVAR TU VIDA,
REACTIVA EL CONTROL DE TU DIABETES

Lea las instrucciones de uso. Consulte a tu médico que es el único facultado para recomendarte lo mejor para tu salud.

Referencia: 1. Roche Diabetes Care. Tiras reactivas Active [Internet]. México: Roche; 2021. Consultado en julio 2024. Disponible en: <https://www.accu-chek.com.mx/manuales-y-guias-rapidas-accu-chek>.
2. Roche Diabetes Care. (2020). Accu-Chek® Active. Instrucciones de uso. Medidor de glucemia. México: Roche. <https://www.accu-chek.com.mx/manuales-y-guias-rapidas-accu-chek>.
Accu-Chek® Active (Tiras reactivas) Reg. No. 0679R2017 SSA. Accu-Chek® Softclix (Lancets) Reg. No. 1722C2009 SSA.
Permiso publicitario: 24330020182972.
©2024 Roche DC México, S.A. de C.V. Accu-Chek®, Accu-Chek® Active®, Accu-Chek® Softclix® y sus logos son marcas comerciales registradas propiedad de Roche Diabetes Care GmbH. Roche® es una marca registrada propiedad de Roche International LTD.
©2024 Roche DC México, S.A. de C.V. Accu-Chek® y Accu-Chek® Active son marcas comerciales registradas propiedad de Roche Diabetes Care GmbH. Roche® es una marca registrada propiedad de Roche International LTD.

De venta en



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA
75%
DE AHORRO

Vigencia al 28 de febrero 2025.

Perioxidin[®] Lacer[®]

CLORHEXIDINA

**EL ESTÁNDAR DE ORO
EN EL CONTROL
DEL BIOFILM**



Reconoce tu **profesionalismo, cuidados e increíble labor** que realizas cada día

¡Gracias por cuidar nuestras sonrisas!

Feliz día del *Odontólogo*

Fanático

Al mejor postor

¡ADIÓS AMIBA!
¡ADIÓS LOMBRIZ!



UNA SOLA
Dosis

ANTIPARASITARIO

Farmiver

Quinfamida - Albendazol



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

Fármacos Continentales S.A. de C.V.
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.
Permiso COFEPRIS 163300201B1100



Martín Anselmi
Foto: Cruz Azul

Fernando Gago
Foto: sportingnews.com

Antonio Mohamed
Foto: Oswaldo Figueroa

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

El trabajo de los directores técnicos, especialmente en nuestro país, no sólo es el más ingrato, sino una actividad antiética que los mueve ante las ofertas del mejor postor.

Tal es el caso más reciente de tres destacados entrenadores que han dejado “colgados” a sus respectivos equipos.

Nos referimos a Martín Anselmi, que botó al Cruz Azul ante un ofrecimiento del Porto, de Portugal; Fernando Gago, que le hizo el feo al Guadalajara para emigrar al Boca Juniors, de Argentina, y Antonio Mohamed, quien súbitamente desechó a los Pumas y, tras un año de ausencia, se contrató con el Toluca.

Ricardo “Tuca” Ferretti, uno de los técnicos con mejores números en el fútbol mexicano, criticó la actitud de quienes deciden, de la noche a la mañana y sin pizca de ética, cambiar de equipo y dejar abandonado un proyecto, a pesar de tener firmados jugosos contratos.

“Escupen en el plato que les da de comer”, expresó Ferretti. “¿Dónde

queda la palabra de hombre?”, dijo el entrenador más galardonado en México, luego del legendario Ignacio Trelles.

Ciertamente, la labor de los directores técnicos es de alta responsabilidad y tiene dos caras: si ganan, son encumbrados; pero si pierden, los despiden sin decir “agua va”, y sin reparar en la culpa de los jugadores, quienes son los que fallan a la hora de los partidos.

Lo más risible de todo es que un entrenador despedido por haber fracasado, es contratado por otro club para que haga maravillas. El fútbol mexicano es un carrusel donde se prefieren técnicos extranjeros y se ningunea a los mexicanos que, muchas veces, buscan colocarse en el extranjero.

Tal ha sido el caso de Javier Aguirre, quien emigró a España, donde ha dirigido al Osasuna, Atlético de Madrid, Zaragoza, Espanyol, Leganés y Mallorca. Eso le ha valido para volver a dirigir tres veces a la selección nacional.

Sea cual fuere el caso, el punto es que, finalmente, el dinero mueve a los entrenadores a cambiar de club. ¿Amor al trabajo? ¡Bah, eso ya no existe? / **Fanático**

NUEVO

HYDRA SHOT[®] BY X-GEAR

ELECTROLITOS EN TABLETAS EFERVESCENTES

HIDRATACIÓN PARA TU DÍA A DÍA

LA HIDRATACIÓN QUE TU CUERPO PIDE, AHORA EN UNA TABLETA.

SABOR FRESA

A sólo \$99



De venta exclusiva en
FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO" **HASTA 75% DE AHORRO**

Vigencia al 28 de febrero 2025.

Aviso de publicidad: 223300202B0036 Mantente hidratado Consumo no recomendado en niños

TERMÓMETRO DIGITAL MT 201C



CONSULTE A SU MÉDICO LÉASE INSTRUCTIVO ANEXO
VIGENCIA AL 28 DE FEBRERO 2025
DE VENTA EN FARMACIAS SIMILARES®

Fanático

Mundial 2026: cuenta regresiva



Foto: archdaily.mx

Se activa la cuenta regresiva para el inicio de la Copa del Mundo de 2026, y a menos de 500 días, el Estadio Azteca es remodelado a fondo para ser el primer escenario donde se inauguran tres mundiales.

La Ciudad de México, Guadalajara y Monterrey son las tres ciudades que la FIFA designó como sedes para este certamen, que se realizará en conjunto con Estados Unidos y Canadá.

Serán 13 partidos los que se celebren en México, cinco en la capital del país, mientras Guadalajara y Monterrey albergarán cuatro duelos cada una.

En plena remodelación

Mientras, los trabajos de remodelación continúan en el Azteca. Después de siete meses, la cancha sigue en obras, la cual será levantada por completo para colocar pasto nuevo.

Maquinaria pesada trabaja en el lugar, al igual que grúas que colocan algunas estructuras. La zona VIP ya desapareció para dar a una de "hospitality"; además, mejorarán los accesos para las personas con capacidades diferentes.

Incluso, han sido demolidas las gradas de la zona lateral, donde serán construidos los nuevos vestidores, ya que, debido a la exigencia de la FIFA, dejarán de estar en la cabecera sur para colocarlos en el centro, como se estila en los mejores recintos mundiales de fútbol.

Asimismo, serán mejoradas las tribunas, que actualmente están ya sin butacas.

Hay que recordar que la capacidad del Estadio Azteca pasará de ser de 83 mil 264 a 90 mil asistentes; aunado a que se mejorará la zona para los medios de comunicación. / [Fanático](#)

siminforma.com.mx

OMRON



TECNOLOGÍA
JAPONESA DE OMRON
HEALTHCARE

Monitor de presión
arterial de muñeca
HEM-6123



Monitor de presión
arterial de brazo
HEM-7121J



Nebulizador de compresor
para niños y adultos
NE-C106

\$619

\$759

\$899



Vigencia al 28 de febrero 2025.

LEA LAS INSTRUCCIONES DE USO. CONSULTE A SU MÉDICO.



Frente a
la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Estrenos Canal Once

¿Qué piensa usted de los estrenos del Once? ¿Le gustan? ¿Los odia? A mí me parecen muy importantes.

Canal Once fue el primer canal educativo y cultural de América Latina. Es un orgullo del Instituto Politécnico Nacional. Todos tenemos una historia con él. Si no es con Cristina Pacheco es con Luis Carabajo. Si no es con *El diván de Valentina* es con *Bizbirije*. Si no es con *Diálogos en confianza* es con *La ruta del sabor*.

¿Qué está pasando ahora? Que tenemos una frecuencia más noticiosa, más social. ¿Eso es bueno? Sí, y no por lo que maliciosamente dicen los enemigos del sistema. Es bueno porque ya cambiaron los hábitos de las audiencias. Porque ahora las funciones de los medios y muy específicamente de los medios públicos, tienen que ser estas.

¿En qué otro canal, por ejemplo, se pueden estrenar series documentales como *Ingredientes originales*, *En el corazón de México* y la tercera temporada de *México biocultural*?

Eso jamás lo van a hacer las televisoras privadas como Televisa e Imagen Televisión.

Y si nos metemos en el terreno de las noticias, esto se pone más interesante.

Cuando uno pone los noticiarios de los medios privados, ¿qué encuentra? Por un lado, violencia expresada mediante choques, asesinatos y cosas peores, a veces, en lugares lejanísimos, porque eso, en teoría, sube el "rating".

Y, por otro, agendas muy específicas a favor de sus intereses corporativos combinadas con ataques al gobierno hechos de formas tan extrañas que no hay manera de escucharlos y de no pensar lo peor.

El nuevo *Noticiero nocturno*, conducido por Vianey Fernández y Jorge Armando Rocha, es otra cosa. Es el retorno triunfal de Once Noticias a ese prestigio informativo que tanto extrañábamos en ese segmento de horario.

Y si a esto le sumamos aportaciones como el programa de divulgación científica *Once LAB*, *Sin muros* (exclusivo de YouTube) y *Clásicos del cine internacional*, yo creo que estamos ante algo completamente diferente, importante. ¿O usted qué opina?

Luche por ver lo nuevo de Canal Once. Le va a gustar. De veras que sí.

Farándula

Farándula



Árnica, un aliado para la salud de tu familia

El árnica es una planta medicinal que crece de manera silvestre en las montañas y se ha utilizado durante miles de años como remedio curativo por sus múltiples beneficios para la salud.

Este remedio natural está compuesto principalmente por helenalina, que evita la hinchazón de las lesiones y, sobre todo, desaparece los hematomas.

Se utiliza para el tratamiento de torceduras, dolores musculares, inflamaciones, ocasionados por golpes y contusiones. Además, alivia el dolor provocado por esguinces y artritis.

Si quieres proteger a tu familia y contar con un aliado, en caso de caídas, golpes y moretones, recuerda que puedes adquirir "SimiBaby en barra con árnica" que, por su innovadora fórmula, no mancha la ropa.

Gracias a su presentación en barra, puedes llevarlo en tu bolsillo y aplicar, de manera sencilla, la cantidad suficiente en la zona afectada, dando un suave masaje circular.

Este bálsamo, elaborado al 100 % con ingredientes naturales, no puede faltar en tu hogar. Sus propiedades medicinales y curativas aportan numerosos beneficios. /

Siminteresa



Farándula

Netflix estrenará documental sobre Karol G



Foto: Christopher Polk

Karol G tendrá este año, en Netflix, un documental sobre su vida, anunció ella misma en sus redes sociales. El proyecto será dirigido por la directora y productora ganadora del premio Emmy, Cristina Costantini.

La intérprete de *Si antes te hubiera conocido* recurrió al internet para compartir con sus millones de seguidores unas palabras sobre su próxima película. “Una historia de sueños que parecían imposibles y que se alimentaron de una fe inquebrantable”, escribió en un papel decorado con corazones rojos y el logo de Netflix estampado en él. “¡Una lucha que lo desafió todo! Mi vida, mi trabajo, mi verdad y la conexión tan especial con ustedes. Mi sueño hecho realidad”, agregó.

Por su parte, y sin revelar demasiados detalles sobre lo que los fans pueden esperar ver, Netflix emitió un comunicado en el que describe el documental como “un retrato íntimo de un símbolo de la música global: la mujer detrás de la artista”.

El filme está inspirado en la vida de la cantante, pero ahondará en los retos que tuvo que vivir para ser una siminforma.com.mx

estrella global de la música urbana. Y aunque no se sabe en qué mes se estrenará el proyecto, los fanáticos de la colombiana especulan que podría llegar en el primer semestre.

Desde su año de revelación, en 2016, Karol G (Carolina Giraldo Navarro) se ha consolidado como una fuerza global.

La estrella, de 34 años, hizo historia en 2023 con su disco *Mañana será bonito*, el primer álbum en español de una artista femenina en encabezar la lista Billboard 200.

Asimismo, en julio, Karol G concluyó su gira mundial *Mañana Será Bonito*, con una recaudación de 313 millones de dólares. Por si fuera poco, este tour es el más taquillero de una artista latina en la historia de Boxscore, superando a su propio *Strip Love Tour* de 2022.

El documental de Karol será producido por This Machine, parte de Sony Pictures Television, en asociación con Bichota Films e Interscope Fillms. John Janick y Nir Seroussi, de Interscope, serán los productores ejecutivos. / *Farándula* Con información de *Billboard* y *el Tiempo*.

An advertisement for Cboost Vitamin C. The top half features the brand name 'Cboost' in a large, green, stylized font against a blue background with water splashes and oranges. Below this, a box of the product is shown. The box is yellow and white, with 'Cboost' and 'Vitamina C' prominently displayed. It also lists 'Vitamina B, Electrolitos y Antioxidantes' and 'SIN AZÚCAR'. The flavor is 'Sabor Mandarina' (Orange). At the bottom of the box, it says 'Cont. Net. 10 sobres con 6g c/u. SUPLEMENTO ALIMENTICIO'. To the right of the box, the text reads 'TU ESCUDO DE VITAMINA C TODOS LOS DÍAS'. In the bottom right corner, there is a logo for 'GRISI Farma'. At the very bottom, there is a small text block: 'PERMISO DE PUBLICIDAD: 1933002T1A0290 ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO. EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA.'

Ricos suplementos

Citrato de calcio

Multi
GOMI
SUPLEMENTO ALIMENTICIO

\$169



farmaciassimilares.com

Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa. Vigencia al 28 de febrero 2025.