



Siminforma
El mejor trabajo
Lo bueno
es también
es noticia
Siminforma

Al infinito y más Simi

• Farmacias Similares anuncia nueva colaboración y lanza dos nuevos simipeluches de colección

Págs. 14 y 15



Víctor González Herrera y los dos nuevos Simipeluches/Fotos: Karla Pérez

¡Gracias!

• El público siempre tiene la razón y ellos lo han convertido en el verdadero héroe de la justa veraniega

Pág. 17



QUÉDATE CON QUIEN
TE CUIDA

\$24



Neutro
GRISI

- ✓ Hipoalergénico
- ✓ Limpia y suaviza la piel
- ✓ Recomendado por Dermatólogos
- ✓ No irrita

VIGENCIA AL 31 DE JULIO 2026. HIGIENE ES SALUD. CUIDA TU PIEL 183501202D0014



Cambio climático

Carlos Álvarez*
X: @calvarezflores
carlosalvarezflores.com

SíMiPlaneta

Juntos, al rescate de la Sierra de Guadalupe

Ya rebasamos la biocapacidad del planeta

El 5 de junio de 1973, se celebró el primer Día Mundial del Medioambiente, con el lema "Only One Earth" (sólo tenemos una Tierra), para crear conciencia global sobre la urgencia de proteger nuestro entorno natural. El mensaje es uno: no hay planeta B. El concepto de "9 límites planetarios" fue creado en 2009 por Johan Rockström con 28 científicos del Centro de Resiliencia de Estocolmo (Stockholm Resilience Centre) de la Universidad de Estocolmo. Y en septiembre de 2025, el Instituto de Potsdam para la Investigación del Impacto Climático (PIK), de origen alemán, confirma que rebasamos 7 límites planetarios:

1. Cambio climático: por las altas concentraciones de gases de efecto invernadero.
2. Integridad de la biosfera: pérdida acelerada de biodiversidad.
3. Cambio de uso del suelo: deforestación y conversión de ecosistemas.
4. Uso de agua dulce: extracción excesiva en cuencas y acuíferos.
5. Flujos biogeoquímicos: alteración de los ciclos naturales del nitrógeno y el fósforo (por los fertilizantes).
6. Introducción de nuevas entidades: contaminación química por sustancias creadas por el hombre, como micropartículas y residuos radiactivos.
7. Acidificación de los océanos: los mares absorben el exceso de carbono.

Sólo dos límites planetarios se mantienen en "zona segura": el agotamiento del ozono estratosférico y la carga de aerosoles en la atmósfera.

Rebasamos la biocapacidad del planeta desde julio de 2020. La "huella ecológica" de 8,350 millones de seres humanos en la Tierra, es superior a la disponibilidad de recursos naturales que este ofrece. Necesitaríamos dos planetas más para satisfacer nuestra demanda.

El Reporte de Circularidad de 2025 (The Circularity Gap Report/Circle Economy), nos dice que, de 1970 a 2025, hemos incrementado el consumo per cápita de recursos naturales de 7.52 ton/hab/año a 12.2 ton/hab/año, registrados entre 2024 y 2025.

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

Patricia Zavala
vicepzavala@fsimilares.com

Fundación SíMiPlaneta realizó la primera reforestación de 2026 en el ejido Jardines del Recuerdo, dentro del Parque Estatal Sierra de Guadalupe, en Tlalnepantla.

Durante la jornada se plantaron dos mil árboles nativos para recuperar dos hectáreas del Área Natural Protegida.

Rafael Sosa, supervisor de Fundación SíMiPlaneta, explicó la importancia de realizar estas acciones en temporada de lluvias: "Es clave porque el clima nos va a ayudar a mantener la humedad para que las plantas puedan soportar hasta el siguiente año".

Más de 850 voluntarios de diez instituciones y empresas participaron en la actividad, entre ellas, Grupo Por Un País Mejor, Fundación Niños de Eugenia y los Centros Comunitarios del Dr. Simi.

Para los voluntarios, la reforestación representó una manera de contribuir al ambiente. "Es increíble poder regresarle un poquito al planeta por todo lo que contaminamos. Para nosotros, es un gusto y nos encanta estar aquí, ayudando", comentó Glenda, quien disfrutó ser parte del voluntariado.

Las especies plantadas fueron chapulixtle, huizache y palo dulce, todas, nativas de la región.



Fotos: Karla Pérez

La Sierra de Guadalupe es considerada un pulmón estratégico para la zona metropolitana del Valle de México.

Elvia Rojas, coordinadora general de Conservación Ecológica de la Secretaría de Medio Ambiente y Desarrollo Sostenible del Gobierno del Estado de México, destacó su relevancia: "En las zonas urbanas se eliminan

las islas de calor, ayudan a regular el clima, a capturar contaminantes y a infiltrar agua en los mantos acuíferos".

Para las familias, la jornada fue una oportunidad de acercar a las futuras generaciones con el cuidado del ambiente.

Johana, quien asistió con su hija y su esposo, consideró: "Creemos, como papás,

que es importante mostrarle este tipo de actividades para que crezca amando y cuidando al planeta".

Sigue las redes sociales de Fundación SíMiPlaneta y únete como voluntario para preservar uno de los pulmones más importantes del Valle de México.

Juntos decimos: ¡Sí, Mi Planeta es Primero! / SíMiPlaneta

¿Sabías que **SiMiBaby** tiene productos para mamás y sus peques?

Conoce las opciones que tenemos para acompañarte en cada etapa

Mamás

Peques

Vigencia al 31 de julio 2026.
 *Lea las instrucciones antes de usarse. Consulte a su médico.
 **Salud es belleza.
 ***Si persisten las molestias, consulte a su médico.
 ****Higiene es salud.
 *****Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa. *****El uso de fórmulas para lactantes se recomienda únicamente por intolerancia del niño a la leche materna, ausencia de la madre o incapacidad de la madre para dar leche materna. La leche materna es el mejor alimento para el bebé. El uso de fórmula infantil debe hacerse bajo la orientación médica. La salud de su hijo depende de que siga cuidadosamente las instrucciones para la preparación y uso.



PAQUETE REGRESO A CLASES

De ~~\$708~~ a **\$471**

INCLUYE

- Biometría hemática
- Coproparasitoscópico 1.a, 2.a y 3.a muestra
- Examen general de orina
- Exudado faríngeo
- Grupo sanguíneo y factor Rh

Válido al 31 de diciembre 2026. No acumulable con otras ofertas o promociones. Consulta el listado de precios y características de los estudios. Consulte a su médico, el único facultado para indicar e interpretar el tipo de estudio a realizar en cada paciente de acuerdo con su historia clínica.

800 911 66 66
 Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón.
 Céd. Prof.: 4451415-UNAM

De venta en

FARMACIAS SIMILARES

"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75% DE AHORRO

Presidente fundador Grupo Por Un País Mejor
 Víctor González Dr. Simi
 Presidente ejecutivo
 Víctor González Herrera
 500,000 ejemplares/julio 2026 Edición 531-1

Redacción
 Director Vicente Monroy Yáñez
 Diseño
 Adriana Hinojo Montes de Oca
 Virginia Palacios Baeza

Distribuidores en México
 Farmacias Similares / siminforma.com.mx
 Redacción México: 55 5422 0118 Dirección de Comunicación Social GPUPM
 Imprenta División Comercial Av. México Coyoacán 40 Col. Santa Cruz Atoyac, Del. Benito Juárez C.P. 03310

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: junio 2026. 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





#Psicosalud

Edilberto Peña*

@Edilberto_pena

El arte perdido de aburrirse

¿Cuándo fue la última vez que usted se aburrió de verdad?

No me refiero a esperar unos segundos a que cargue una página o a permanecer unos minutos en una fila, sino de esos momentos en los cuales no había nada que hacer, ningún mensaje por revisar, algún video o una pantalla reclamando nuestra atención.

Durante mucho tiempo consideramos el aburrimiento como algo negativo. Una pérdida de tiempo que había que evitar a toda costa. Hoy, gracias a los teléfonos inteligentes y a las redes sociales, hemos logrado casi eliminarlo de nuestra vida cotidiana. Sin embargo, el cerebro parece estar pagando un precio por ello.

Desde la neurociencia sabemos que los momentos de aparente inactividad tienen una función importante. Cuando dejamos de recibir estímulos constantes, el cerebro activa redes relacionadas con la imaginación, la creatividad, la reflexión personal y la consolidación de recuerdos. Es en esos espacios vacíos donde muchas veces aparecen nuevas ideas, soluciones a problemas o, simplemente, la oportunidad de escucharnos a nosotros mismos.

No es casualidad que cada vez más personas describan dificultades para concentrarse, sentirse inquietas cuando están solas o experimentar la sensación de que siempre necesitan estar ocupadas. Hemos entrenado a nuestra mente para evitar el silencio.

Paradójicamente, aburrirse puede ser una manera de cuidar la salud mental. Permittinos caminar sin audífonos, sentarnos unos minutos sin revisar el celular o sólo observar lo que ocurre a nuestro alrededor puede funcionar como una pequeña pausa para un cerebro saturado de información.

Quizá el desafío de nuestro tiempo no sea encontrar más entretenimiento, sino recuperar la capacidad de estar a solas con nuestros pensamientos sin sentirnos incómodos.

Después de todo, algunas de las mejores ideas de la humanidad han nacido en momentos en los que alguien, simplemente, se estaba aburriendo. Hay que darnos la oportunidad de aburrirnos.

*Psiquiatra. Director Cisne México.

Salud

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

Salud

La obesidad y su relación con l

La obesidad es una enfermedad crónica y multifactorial, caracterizada por la acumulación anormal o excesiva de grasa, perjudicial para la salud.

Se relaciona con varios aspectos, como los genéticos, ambientales y factores propios del estilo de vida; además, se asocia al desarrollo de múltiples enfermedades crónicas (hipertensión, dislipidemias, diabetes y cáncer, entre otras).

Estas asociaciones entre la obesidad y otras enfermedades nos dan como resultado el deterioro progresivo del organismo y, por lo tanto, una disminución en la calidad de vida y mortalidad tempranas.

Actualmente, es uno de los mayores problemas de salud mundial e involucra a todos los países, niveles económicos, clases sociales, etnias y grupos de edad, tanto así, que la Organización Mundial de la Salud (OMS) la ha denominado como "la epidemia del siglo XXI".

Pero, por si no fuera suficiente con los problemas físicos que conlleva, también se ha demostrado su relación bidireccional con múltiples trastornos psicológicos y emocionales. Entre ellos, mencionamos los más importantes:

- 1. Diagnósticos depresivos:** mayor, persistente y bipolar.
- 2. Diagnósticos de ansiedad:** generalizada, de pánico, de ansiedad social y fobias específicas.
- 3. Trastornos de la alimentación:** atracones, bulimia nerviosa, de rumiación y picas.
- 4. Trastornos dismórficos corporales:** dismorfia corporal, disforia de género, delirante y psicosis.

Bibliografía:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
<https://centromedicoabc.com/podcast/la-relacion-entre-salud-mental-y-obesidad/>
<https://www.gob.mx/salud/prensa/100-entre-30-y-60-de-quienes-viven-con-obesidad-presentan-alguna-condicion-de-salud-mental?idiom=es>
 Segal Y, Gunturu S. Psychological Issues Associated With Obesity. [Updated 2024 May 2]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2026 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK603747/>



5. Diagnósticos de baja autoestima y de imagen corporal negativa: trastornos de adaptación combinados con ansiedad y estado depresivo, dismorfia corporal, narcisismo de la personalidad y de personalidad por evitación.

6. Estrés y dificultad de afrontamiento: trastornos de adaptación, de estrés postraumático, depresión y de síntomas somáticos

7. Trastornos del control de los impulsos: explosivo intermitente, de compra compulsiva, cleptomanía y ludopatía.

8. Trastornos de uso de sustancias: alcoholismo, uso de sustancias estimulantes, opioides, o medicamentos para el control de peso.

Salud a salud mental



Foto: Magnific

9. Disfunción ejecutiva y mal funcionamiento cognitivo: déficit de atención e hiperactividad, deterioro cognitivo leve, neurocognitivos (enfermedades neurodegenerativas).

10. Trastornos del sueño: apnea obstructiva del sueño, insomnio, hipersomnia y del ritmo circadiano.

El desarrollo de trastornos psicológicos y emocionales no es una consecuencia directa de padecer obesidad; sin embargo, su asociación es un factor de riesgo que dificulta su manejo y control.

La obesidad es un problema complejo, que debe abordarse de manera multidisciplinaria, para disminuir el riesgo de complicaciones.

Para más información sobre cómo mejorar tu salud física y mental, acude a los consultorios médicos, psicológicos y nutricionales de Fundación Best. / [Salud](#)

Fundación **BEST**® a.c.

CERTIFICADOS MÉDICOS
Cualquier tipo que necesite

Recuerde: puede solicitar sus certificados en todos los consultorios de Fundación Best, A.C.

Para conocer los diversos servicios, horarios y ubicaciones de los consultorios, llame sin costo al 800 911 6666

www.fundacionbest.org.mx

ACCU-CHEK®
Active

Roche

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

PARA REACTIVAR TU VIDA,
REACTIVA EL CONTROL DE TU DIABETES

50 TEST STRIPS
TIRAS REACTIVAS
Medición en 5 segundos

25 TIRAS REACTIVAS
Medición en 5 segundos

25 TIRAS REACTIVAS
Medición en 5 segundos

25 LANCETS
Medición en 5 segundos

50+25
PRECIO ESPECIAL

\$479.00 \$244.00 \$86.00

Lea las Instrucciones de uso. Consulta a tu médico que es el único facultado para recomendarte lo mejor para tu salud.
Referencias: 1. Roche Diabetes Care. Tiras reactivas Active [Internet]. México: Roche; 2021. Consultado en julio 2024. Disponible en: <https://www.accu-check.com.mx/manuales-y-guia-rapida-accu-check>.
2. Roche Diabetes Care. (2020). Accu-Chek® Active. Instrucciones de uso. Medidor de glucemia. México: Roche. <https://www.accu-check.com.mx/manuales-y-guia-rapida-accu-check>.
Accu-Chek® Active (Tiras reactivas) Reg. No. 067192017 SSA. Accu-Chek® Softclix (Lancetas) 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 (SMB). Roche® es una marca registrada propiedad de Roche International LTD.

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

HASTA 75% DE DESCUENTO

Vigencia al 31 de julio 2026



Los consejos
de Leopa

Alejandra Angers*

WSP 55-2972-1680

Salud

La importancia de reconocer logros y no sólo corregir errores

Cuando educamos a nuestros hijos solemos enfocarnos en lo que hay que corregir: la tarea incompleta, el berrinche, la mala nota o aquello que consideramos que “deben mejorar”. Corregir es importante y necesario; sin embargo, cuando la corrección se convierte en el centro de la relación, su cerebro puede interpretar que, haga lo que haga, nunca será suficiente. Reconocer sus logros, avances y esfuerzos no es consentirlos; es fortalecer su desarrollo emocional y neurológico.

Cuando tu hijo o hija escucha frases como “vi cuánto te esforzaste”, “lograste controlarte” o “qué bien resolviste esto”, su cerebro activa circuitos relacionados con la motivación, la seguridad y el aprendizaje. La dopamina, sustancia asociada con el bienestar y la motivación, favorece la repetición de conductas positivas y fortalece conexiones neuronales vinculadas con la autoestima, la atención y la regulación emocional.

Por el contrario, cuando un niño crece escuchando principalmente críticas o correcciones, su cerebro permanece en un estado constante de alerta. Esto genera estrés y dificulta la concentración, la memoria, el control emocional y la confianza en sí mismo. Muchos niños dejan de intentarlo, no porque no sean capaces, sino porque sienten que nada de lo que hacen es suficiente.

Reconocer los logros no significa ignorar los errores, sino equilibrar la mirada. Un niño requiere límites, pero también necesita sentirse visto, valorado y capaz. La manera en que hablamos a nuestros hijos termina convirtiéndose en la voz con la que ellos mismos se hablarán durante el resto de su vida.



Foto: Magnific

*Especialista en desarrollo infantil

Infecciones causantes de infertilidad

En México, las autoridades sanitarias han reportado un incremento sostenido en el diagnóstico de infecciones de transmisión sexual (ITS) en la población joven; un ejemplo, es la gonorrea, cuyo registro anual supera los 10 mil casos nacionales.

Sin embargo, el verdadero reto para la medicina preventiva radica en que gran parte de estos patógenos se desarrollan de manera asintomática.

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) revela que bacterias como la clamidia pasan inadvertidas en 70 % de las mujeres, mientras que la tricomoniasis, en 50 %.

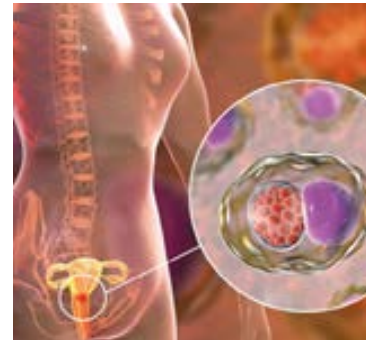


Foto: thefertilitycentermexico.com

De acuerdo con el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), entre 10 % y 40 % de las mujeres con infecciones bacterianas no tratadas pueden desarrollar enfermedad pélvica inflamatoria (EPI),

que puede derivar en secuelas permanentes, como infertilidad, debido a los daños y cicatrización en las trompas de Falopio.

A diferencia del Papanicolaou o los cultivos analógicos, que buscan cambios morfológicos en las células o requieren el crecimiento bacteriano, la PCR identifica directamente el ADN o ARN de los microorganismos. Estudios clínicos demuestran que esta metodología posee una sensibilidad diagnóstica de 94.8 % y detecta la presencia de virus y bacterias antes de la aparición de manifestaciones clínicas o lesiones visibles. / [Salud](#)

Cáncer renal, complejo y silencioso

El cáncer de riñón comienza cuando sus células sanas cambian crecen sin control y forman un tumor.

El tipo de cáncer más común es el de carcinoma de células renales, el cual crece como un solo tumor.

La presión arterial alta, la obesidad y el tabaquismo son factores de riesgo considerados en su desarrollo, que no suele

presentar signos ni síntomas en las primeras etapas.

Sin embargo, en fases avanzadas, el sangrado en la orina puede indicar la presencia del cáncer renal, así como dolor en un lado de la espalda baja, un bulto en el costado o espalda baja, anemia, fiebre que no desaparece y pérdida del apetito.

En México, el cáncer de

riñón causó el fallecimiento de más de tres mil personas durante el 2022, el décimo con más decesos registrados en ese año.

A escala mundial, más de 400 mil personas fueron diagnosticadas con este tipo de cáncer, mientras que más de 155 mil fallecieron por esa causa. / [Salud](#) Fuente *Insight Comunicación*



NUEVOS PRODUCTOS A TU ALCANCE

Mantequilla

para **Tatuajes** 75 ml TRAVIS

PRECIO

\$230



BARKER
WELLNESS Co.
Tattoo Butter
Cuidado Posterior al Tatuaje
Revisa e Hidrata • Peso Neto 75ml



Cuida la piel y tus tatuajes...

Salud es belleza. Vigencia al 31 de julio 2026

La fórmula nutricional que complementa tu alimentación, **apoyando tu función intestinal**

¡Cuida tu salud desde hoy!

De venta en Farmacias Similares® Vigencia al 31 de julio 2026. Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa.

OMRON

TECNOLOGÍA DE OMRON HEALTHCARE EMPRESA JAPONESA

MARCA #1 RECOMENDADA POR LOS MÉDICOS

Prevenición y bienestar
Cuida tu salud.

Monitor de presión arterial automático de brazo
HEM-7121J \$759

Nebulizador de compresor para niños y adultos
NE-C106 \$899

Monitor de presión arterial automático de muñeca
RS2 (HEM-6161-E) \$619

1. Basado en análisis interno de precio promedio y características de producto IQVIA México, concluido en mayo de 2025. De acuerdo al Reporte presentado. 2. La aplicación OMRON connect tiene conectividad exclusivamente con monitores de presión arterial de brazo y muñeca. 3. Basado en estudio cuantitativo realizado por IQVIA en México con 200 médicos locales en 2017 y 2019. Consulte a su médico. Lea las instrucciones de uso. Reg. San. 0070E2019 SSA, Reg. San. 1465E2024 SSA, Reg. San. 2480E2018 SSA, No. de aprobación: 25330020183605. Esta publicidad es responsabilidad de OMRON HEALTHCARE MÉXICO, S.A. DE C.V.

Vigencia al 31 de julio 2026

SIMISAE

La soledad moderna: más conectados, pero más solos



Foto: Magnific

Emmanuel Lerdo Alavez
centrodiagnostico@serfelizsisepuede.com.mx

La soledad moderna se caracteriza por una desconexión emocional que puede aparecer incluso al estar rodeados de personas. Ello se debe a tener un estilo de vida acelerado, relaciones superficiales y un uso intensivo de tecnologías que ofrecen una interacción inmediata, pero no un vínculo profundo.

El ser humano necesita pertenencia, intimidad y reconocimiento. Cuando estas necesidades no se satisfacen, surge una sensación de vacío que se manifiesta como ansiedad social, pérdida de motivación o hipersensibilidad al rechazo.

La comparación con vidas aparentemente perfectas genera distorsiones cognitivas, como la idea de que los demás son más exitosos. Esto conduce a un círculo vicioso, cuanto más se siente la persona desconectada, más recurre a interacciones virtuales, que casi no ofrecen la contención emocional.

Superar la soledad moderna implica reconectar con la experiencia humana genuina, cultivar relaciones significativas, practicar la vulnerabilidad emocional y desarrollar espacios de comunidad. También requiere reconectar con uno mismo, reconocer necesidades afectivas y establecer límites con la hiperconexión digital. / SIMISAE

**Vivimos día a día con estrés,
ansiedad y miedo.**

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

Comunícate al **800 911 3232**

SIMISAE
Centro SIMI de Salud Emocional

@simisaemx
www.facebook.com/SIMISAE

siminforma.com.mx

celecoxib
vitaless
Precio Farmacias Similares®
\$199.00
70 cápsulas

pregabalina
vitaless
Precio Farmacias Similares®
\$179.00
PREGABALINA 150 mg
28 cápsulas

pregabalina
vitaless
Precio Farmacias Similares®
\$159.00
PREGABALINA 75 mg
14 cápsulas

pregabalina
vitaless
Precio Farmacias Similares®
\$159.00
PREGABALINA 50 mg
28 cápsulas Pflzer

eturion
ATORVASTATINA
vitaless
Precio Farmacias Similares®
\$132.00
ATORVASTATINA 10 mg
30 tabletas

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

eturion
ATORVASTATINA
vitaless
Precio Farmacias Similares®
\$399.00
ATORVASTATINA 40 mg
30 tabletas

Consulte a su médico. Su venta requiere receta médica.
Vigencia al 31 de julio 2026.



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

HASTA
75%
DE AHORRO



Reg. No. 328M2017 SSA VI



Reg. No. 328M2017 SSA VI



SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTE A SU MÉDICO | NO SE DEJE AL ALCANCE DE LOS NIÑOS | LEA LAS INSTRUCCIONES DE USO

VIGENCIAL AL 31 DE JULIO 2026

FARMAPIEL®
Pasión por la Dermatología®

Encías inflamadas, Sangrado al cepillarse
Mal aliento persistente,
no es sólo una molestia,
es una **ALERTA** de

GINGIVITIS

HAZ GÁRGARAS
CON **BENIFLANT**
Bencidamina



FÓRMULA 4 en 1

Auxiliar en el alivio para tu garganta, gracias a su **acción:**

- Antiséptica
- Antiinflamatoria
- Anestésica
- Analgésica

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

pide LOEFLER® Req No 053M2007 SSA VI PERMISO COFEPRIS: 243300201B3929

Cuidando a los pequeños viajeros, sin mareos



BENVIA

Dimenhidrinato Jarabe 250 mg/100 mL **INFANTIL**

• Náuseas • Mareo • Vómito

¿Mareos?

Benvia

Dimenhidrinato **INFANTIL**

pide LOEFLER® Req No 053M2007 SSA VI Permiso de Publicidad No.263300201B0750

Ayudar es vivir

BIFAM: espacio de esperanza para niños vulnerables

Adriana Estrada, enviada
viceastrada@fsimilares.com

En la comunidad de La Escalera, en Aguascalientes, existe una organización que ha marcado la diferencia en la vida de niños y adolescentes durante los últimos 16 años.

Es la Asociación Bienestar e Integración Familiar, I.A.P., conocida como BIFAM, que brinda apoyo integral a más de 140 menores y jóvenes que acuden diariamente a su comedor infantil y centro de ayuda familiar.

Guadalupe Gutiérrez Cortina, directora, explicó el trabajo que realizan y del impacto positivo que han logrado. Desde el corazón de su actividad, el comedor, BIFAM se enfoca en formar hábitos alimenticios saludables, proporcionar seguimiento nutricional y promover la activación física como parte esencial de una vida saludable.

No obstante, el alcance va más allá de la alimentación. Guadalupe Gutiérrez dijo que su objetivo principal es brindar a los jóvenes las herramientas necesarias para tomar decisiones informadas y forjar un proyecto de vida sólido, que les permita alcanzar sus metas y aspiraciones.

Con un enfoque integral, BIFAM se ha convertido en un refugio familiar, donde los niños y jóvenes encuentran apoyo emocional y se sienten acompañados en su crecimiento personal.

Gutiérrez Cortina destacó que todos los niños que asisten a BIFAM viven en condiciones de pobreza multidimensional en la zona. La violencia, desafortunadamente, también es una realidad arraigada en la comunidad. Ante esta situación, la asociación busca impactar positivamente en las familias, ofreciendo clases, cursos y asesoría psicológica para fomentar un ambiente de paz en los hogares y generar un efecto transformador en la comunidad en su conjunto.

Este centro se sostiene gracias a donaciones y al esfuerzo de voluntarios. Entre ellos, la Fundación



Fotos: Adriana Estrada

del Dr. Simi que los apoya con despensas de manera periódica.

“Así trabajamos, nosotros somos sus brazos, fundaciones como la del Dr. Simi nos apoyan, nos aportan, y nosotros podemos trabajar. Realmente, es un trabajo en equipo, y los logros de aquí, son también de la fundación.”

Para BIFAM Aguascalientes, alimentar una sonrisa va más allá de la comida; se trata de sembrar esperanza, acompañar y creer en la fuerza de la comunidad. / Ayudar es vivir

Donativos:

Banorte
Cuenta: 0583222596
<https://www.bifam.org.mx/>
Dirección: Leticia Ramírez #232,
Col. La Escalera, Jesús María,
Aguascalientes, 20900.
Teléfono: 01 (449) 914 58 28
Correo: npuebla@bifam.org.mx
Facebook: BIFAM Aguascalientes, IBP



Expedientes del poder

Carlos Ramírez

@carlosramirez
indicadorpolitico@gmail.com

Narcopolítica

La solicitud de arresto con fines de extradición del gobernador con licencia sinaloense Rubén Rocha Moya y nueve funcionarios locales por acusaciones de estar coludidos con la facción de *Los Chapitos* del Cártel de Sinaloa, el 29 de abril, cambió por completo el tono de las relaciones México-Estados Unidos y dominó el discurso del 31 de mayo con una presidenta Sheinbaum Pardo en modo de nacionalismo extremo.

Pero hay que dejar claro que nadie se desgarrará las vestiduras por Estados Unidos ni por sus intenciones imperiales, sobre todo en la era Trump, de extender la doctrina Monroe de hegemonía de sus intereses en todo el mundo, además de revalidar la del Destino Manifiesto que, a principios del siglo XVIII, colocó los intereses norteamericanos como el centro del planeta.

La respuesta mexicana en el monumento a la Revolución, el domingo 31 de mayo, tiene que ubicarse en su verdadero contexto histórico: la defensa del gobernador Rocha Moya y coacusados bajo la argumentación de injerencismo estadounidense, aunque debe dejarse muy claro que se trató sólo de una solicitud de arresto con fines de extradición basada en el Tratado Bilateral de Extradición entre los dos países que en México tiene valor de ley suprema con fundamentación constitucional.

Nadie discute el derecho de la presidenta Sheinbaum de enarbolar la bandera nacionalista contra el injerencismo vecinal, pero Estados Unidos no quiere invadir México, ni desea adjudicarse otros estados territoriales mexicanos como en 1847, ni tampoco tomar posesión del gabinete de seguridad interior. Los datos proporcionados por la solicitud de arresto con fines de extradición son suficientes para que México entregara a Rocha Moya y coacusados a fin de ser juzgados en Nueva York.

No debe confundirse el nacionalismo histórico que se forjó en 1847 con la defensa de funcionarios que en México ya fueron probadamente señalados como cómplices del narcotráfico.

Rocha y cómplices son requeridos por narcopolíticos, no por expansionismo territorial estadounidense.

siminforma.com.mx

RESPIRA MEJOR, VIVE MEJOR

LIMPIA TU NARIZ TODOS LOS DÍAS



AGUA DE MAR 100% NATURAL

CONSULTE A SU MÉDICO. LEA LAS INSTRUCCIONES DE USO. Reg. No. 01037C2000 SSA. Permiso de Publicidad 263300201B1105.





México

¡Hasta el infinito y más Simi!

Laura Celis
vicelcelis@fsimilares.com

La SimiCasa Museo abrió sus puertas a una nueva aventura llena de nostalgia, emoción e inclusión: el lanzamiento de dos icónicos peluches, Dr. Simi Woody Fan y Dr. Simi Buzz Lightyear Fan.

Con motivo del reciente estreno de la película *Toy Story 5*, de Disney y Pixar, Farmacias Similares se une a la emotiva aventura con estos dos Simipeluches de edición limitada.

Los dos nuevos integrantes de la familia Simi tienen una producción de 40 mil piezas cada uno. Están inspirados en los valores de amistad, valentía y trabajo en equipo, y celebran a dos personajes emblemáticos que han acompañado a varias generaciones: Woody y Buzz Lightyear, dando vida a un producto lleno de significado, historia, amor y propósito.

El lanzamiento oficial de estos Simipeluches estuvo encabezado por Víctor González Herrera, CEO de Farmacias Similares, en compañía de Alfonso Cortina, director de Country Leader & Retail en The Walt Disney Company México. El evento también contó con la conducción de Tábata Jalil y la presencia de creadores de contenido, *influencers* y representantes de medios de comunicación.

“Es una colaboración que nos tiene muy emocionados y felices. Es perfecta porque los valores de Disney y los de Farmacias Similares coinciden en gran medida. El Dr. Simi México



Víctor González Herrera y Alfonso Cortina/Fotos: Karla Pérez

también representa la generosidad, la bondad y el amor al prójimo, valores que se integran perfectamente con los personajes de Disney”, comentó Víctor González Herrera.

Mientras tanto, Alfonso Cortina señaló: “Es un momento muy especial para *Toy Story*, porque estamos lanzando nuestra quinta película, es una franquicia que cumple 30 años y ha sido muy especial en México, sobre todo por los valores universales que transmite en sus historias, como la amistad y la colaboración. Poder colaborar con un personaje tan importante y significativo

para México como el Dr. Simi, resulta sumamente atractivo para nosotros”.

Dr. Simi Woody Fan y Dr. Simi Buzz Lightyear Fan son elaborados por CINIA (fábrica ubicada en Puebla que emplea a 1,100 personas con discapacidad) y reflejan el compromiso de Farmacias Similares con la promoción de la inclusión y la equidad.

Con esta iniciativa, Farmacias Similares también reafirma su compromiso de apoyar la integración laboral y social de las personas con discapacidad, al tiempo que celebra el reciente estreno de *Toy Story 5*, dirigida por el



Se contó con la conducción de Tábata Jalil
siminforma.com.mx

México

ganador del Premio de la Academia, el cineasta Andrew Stanton.

Los Simipeluches edición especial cuentan con un empaque exclusivo y una caja de colección limitada.

Ya están disponibles en Farmacias Similares y en las Similandias, con un precio de 399 pesos. ¡Corra por los suyos antes de que se agoten! / México



El equipo de Disney estuvo en el lanzamiento de estos Simipeluches



GOMITAS DE VINAGRE DE MANZANA
Deliciosas y naturales

Multi
GOMI
SUPLEMENTO ALIMENTICIO

\$189

Vigencia al 31 de julio 2026. Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quien lo usa.

¿DETENERTE?
¡JAMÁS!

X-GEAR
H-GAIN
ELECTROLITO

10 sobres de 6 g c/u
Sabor CITRUS

\$85

*COMBINA 3 PRODUCTOS, LLEVÁNDOTE GRATIS EL DE MENOR PRECIO. EXCEPTO BARRA DE PROTEÍNA CHOCOLATE, CACHIROTE O VAINILLA. NO SE APLICA CON OTRAS PROMOCIONES O DESCUENTOS. LIMITADO A DOS OFERTAS POR CLIENTE. VÁLIDO AL 31 DE JULIO 2026. ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO. EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA. ALIMENTARTE SANAENTE.

**NUEVOS
MEDICAMENTOS
A TU ALCANCE**



Pidotimod
SOLUCIÓN
400 mg/7 mL

\$389

Pidotimod solución
400 mg / mL 10 frascos monodosis

CAJA CON 10 FRASCOS MONODOSIS DE 400 mg/7 mL CADA UNO
GENERICOS ARMSTRONG

Su venta requiere receta médica.
Vigencia al 31 de julio 2026



Comprimidos
del Dr. Zagal

Héctor Zagal

@hzagal IG y X
@Dr. Zagal TT

Sombrillas, paraguas y libre mercado

Hace unos días fui al Centro Histórico de la Ciudad de México. Hacía bastante sol y, como es tradicional en la capital, el cielo se nubló de golpe y comenzó a llover. Tanto esfuerzo de la ciencia y del Sistema Meteorológico Nacional para que personas como yo sigamos creyendo que podemos predecir el clima simplemente asomándonos a la ventana. El vaticinio, en efecto, anunciaba lluvia. Como el trayecto era largo, temía acabar empapado. Sin embargo, casi por arte de magia, aparecieron los vendedores de impermeables de plástico, esas caperuzas que parecen hechas con bolsas de plástico, y los vendedores de paraguas. Siempre han sido un misterio para mí. ¿Cómo le hacen para aparecer justo en el momento oportuno? Compré un paraguas y seguí caminando bajo la lluvia. ¿Será la mano invisible del mercado?

Mientras avanzaba por las calles mojadas, protegido por mi compra de emergencia, agradecí la invención de ese objeto tan sencillo y tan útil. Aunque hoy lo asociamos con la lluvia, el paraguas nació para combatir el sol. Hace más de dos mil años, egipcios, persas y chinos utilizaban sombrillas para cubrirse de los rayos solares. Eran, además, símbolos de prestigio. No cualquiera podía caminar bajo una de ellas.

La lluvia llegó después. En Europa, durante siglos, el paraguas fue visto como un accesorio femenino. Los caballeros preferían mojarse antes que cargar uno. Cuenta la historia que el viajero inglés Jonas Hanway contribuyó a popularizarlo entre los varones en el siglo XVIII. Al principio, la gente se burlaba de él, pero siguió usándolo.

Hay inventos que transforman el mundo y otros que simplemente nos facilitan la vida. El paraguas pertenece a esta segunda categoría. Por eso ha sobrevivido más de dos mil años. Los imperios desaparecen, las modas pasan y los pronósticos fallan, pero el paraguas sigue ahí, esperando la próxima tormenta. Y, por fortuna para quienes olvidamos revisar el clima antes de salir, también siguen ahí esos vendedores que parecen conocer la lluvia unos minutos antes que los demás.

Sapere aude. ¡Atrévete a saber!

siminforma.com.mx

Ideal para cada Integrante de la Familia

Farmiver | **Dosis Única**

Quinfamida - Albendazol
Tratamiento DE AMEBIASIS INTESTINAL
GIARDIASIS Y HELMINTIASIS

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

**CUIDA LA SALUD INTESTINAL
DE TU FAMILIA CON
Farmiver**



Reg. No. 383M2006 SSA VI / Reg. No. 173M2012 SSA VI
SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.
NO SE USE EN MENORES DE DOS AÑOS.
Permiso COFEPRIS 253300201B1118

Por tu Salud y la
de tu Familia

En la farmacia... en la cancha y en tu corazón

• **El Dr. Simi es el héroe de la justa veraniega y la gente lo adopta como el verdadero representante de nuestro país**

Karla Cortez
vicecortez@fsimilares.com

¡Arrancó la fiesta mundialista en las calles, señoras y señores! ¡Y qué manera de vivir la Copa FIFA 2026!

Mientras las selecciones se rompen el alma en la cancha, fuera de ella hay alguien que se está llevando el corazón del torneo: con bata blanca, corbata azul y bigote de peluche, el Dr. Simi se convirtió en el jugador número 12 y embajador indiscutible del ambiente mundialista.

El Dr. Simi saltó a la fiesta desde el día uno. Con tremenda jugada, mandó al corredor Tlalpan, la música, el baile y una auténtica fiesta justo antes del silbatazo inicial entre la Selección Mexicana y Sudáfrica, en el Coloso de Santa Úrsula, el ahora Estadio Ciudad de México.

Pero ojo, que no juega solo: el Dr. Simi trajo a la cancha a verdaderas leyendas del fútbol mexicano que hicieron vibrar a la afición en los mundiales de antaño: Jared Borgetti, Francisco "Maza" Rodríguez, Francisco "Kikín" Fonseca, Oswaldo Sánchez e Issac Terrazas formaron parte de su alineación con firmas de autógrafos en las Farmacias Similares. ¡Dinamita pura para complacer a la fanaticada!

En la tribuna, la Fábrica de la Alegría tocó de primera. Se coló a los Fan Festival de la FIFA en Ciudad de México y Monterrey, y en lugares de alta afluencia nacional e interna-

siminforma.com.mx



Aeropuerto de la Ciudad de México



La Casa de Toño



Terminal 1 del AICM



Embarcadero de Nativitas en Xochimilco



Voluntarios recogiendo residuos

cional, como el Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México (AICM) y el embarcadero Nativitas en Xochimilco.

¡Pero, paren todo! Una imponente figura de 6.10 me-



Y sí, hasta en el Ángel de la Independencia los Simiclones pusieron el ambiente



Francisco "Kikín" Fonseca



Fan Festival



Fotos: Karla Cortez, Karla Pérez, Patricia Zavala e Israel Pérez

tros de altura del Dr. Simi fue instalada en la Terminal 1 del AICM, convirtiéndose en el centro de atención del mundo entero y el objetivo de cámaras y reflectores.



La jugada siguió y la presencia del doctor más querido del mundo llegó hasta la cocina con un doblete gastronómico. Se hizo presente en La Casa de Toño y El Tizoncito

para presentar las Simienchiladas y los Simitacos. ¡Una genial táctica, llena de sabor directo al fondo de la portería!

Con energía inagotable, el Dr. Simi ha celebrado en grande el triunfo del Tri en las canchas. No ha faltado a ningún festejo en el Ángel de la Independencia para divertirse con los aficionados. Pero, siempre con responsabilidad, portando el gafete de capitán de la ecología y recogiendo residuos al final de la fiesta, de la mano de Fundación SiMiPlaneta, Fundación del Dr. Simi y decenas de voluntarios.

Y para cerrar con broche de oro esta goleada histórica, el Dr. Simi dejó su huella con obras de arte que le dan color a la cancha del mundo, nuestro bello México. Su tierno y bonachón rostro quedó plasmado en murales urbanos por la capital del país.

Y como es un tipo generoso, un auténtico asistente que juega para el equipo, se vistió de héroe regalando viajes en Turibús y trajineras en Xochimilco para afortunados turistas.

¡Se acaba el encuentro! El árbitro dice que queda poco tiempo para seguir disfrutando la fiesta mundialista. Pero, sin duda, el Dr. Simi goleó, gustó y ganó esta Copa. ¡Lo firmamos, lo sellamos y lo cantamos! El trofeo de la alegría es completamente suyo, y sí... está en todos lados y también en la farmacia. ¡Partidazo! / [Fan Mundialista](#)

Fan Mundialista



**ENRIQUE
GARAY**

IG @quiquegaray_

Fan Mundialista

Ese México... ¡sí!

Karim López, el nuevo fenómeno del deporte mexicano

Esperamos 26 años para este momento. Finalmente, el pasado 23 de junio, llegó: El sonorenses Karim López, de 19 años, es el primer basquetbolista mexicano reclutado en la primera ronda del draft NBA.

Eduardo Nájera era el único mexicano seleccionado en el draft de la NBA. Ocurrió en el 2000, cuando lo reclutaron los Houston Rockets e inmediatamente lo cambiaron a los Dallas Mavericks, donde inició su recorrido de 12 temporadas en el mejor basquetbol del planeta. En aquel año Nájera fue seleccionado en la posición global número 38, en la segunda ronda. Karim fue la selección global número 21 y llamado en la primera ronda.

Semejante a Nájera, a Karim lo reclutaron los Detroit Pistons, pero inmediatamente lo cambiaron a los Memphis Grizzlies, equipo donde va a iniciar su aventura en la NBA.

Todo comenzó hace 5 años, cuando Karim, a sus 14 años, decidió abandonar Hermosillo para irse a la academia del club Joventut Badalona, en Cataluña, España. Su trayecto fue muy exitoso.

Desde aquellos años ya se le pronosticaba para ser el mejor prospecto internacional en el draft 2026, categoría con la que fue seleccionado el pasado 23 de junio. Su desarrollo como juvenil en el Joventut Badalona fue excepcional. Varias universidades de Estados Unidos, UCLA y la superpotencia Duke, entre ellas, le pusieron la mesa becas más una importante suma de dinero para firmar. Karim prefirió hacerse profesional e ir a la liga NBL de Australia, donde jugó por dos años con los Breakers de Nueva Zelanda. Con sólo 17 años, empezó a jugar en una liga profesional, contra adultos de 25, 30 años, condición que favoreció su desarrollo. Ahora su nombre se suma al de Horacio Llamas, Eduardo Nájera, Gustavo Ayón y Jorge Gutiérrez, mexicanos que han llegado a la mejor liga de basquetbol del planeta.

Fernando Gutiérrez Pérez
fegutierrezp@gmail.com

Absolutamente: nos quedamos con esa noche, la más linda en toda la historia del fútbol mexicano en mundiales, con ese México tricolor, el del Cielito Lindo, el del Himno cantado a todo pulmón por casi 90 mil personas en el estado de Santa Ursula.

Con la piel erizada, un nudo en la garganta, lágrimas y olas de 800 mil fanáticos gritando, brincando, agitando banderas en Reforma, Zócalo, Juárez, en todas las calles... Esa alegría que nada logró apagar, ni la lluvia torrencial, las anegaciones o las horas de espera bajo el sol calcinante para ver el juego en una megapantalla o en un celular.

Y es que no hay nada mejor que esa felicidad que nos regala el triunfo, una victoria que une a todos, al margen de ideologías y entuertos políticos. Es el deporte puro, como tal.

Hacía falta, más bien, urgía al país una celebración de millones en todos



Selección mexicana/Foto: @ MiSeleccionMX

los estados. Necesitábamos esa catarsis, algo que nos sacara de las diarias noticias, la nota roja que nos tiene hartos.

Qué bueno, estos días del Mundial serán recordados por siempre porque es una historia que nos levantó el ánimo, nos hizo olvidar la diaria rutina, aunque vaya a ser algo pasajero y mañana volvamos a lo mismo, al México de las desgracias.

La selección mexicana ganó sus tres primeros partidos, pasó invicto a los dieciseisavos del Mundial, como líder, sin goles en contra, eso nos hizo sentir grandes, muy grandes, como hacía mucho no sucedía.

Podríamos criticar que los resultados ante Sudáfrica y Corea del Sur dejaron dudas, pero frente a República Chequia, luego de un comienzo difícil, la emoción explotó en todo el país.

Esa noche fue como nunca: hubo goles, brillaron los jugadores, más Romo y Mora, que abrieron la puerta para el 3-0 de Chávez, Quiñones y Fidalgo. Y luego lo de Memo Ochoa, el estadio enloqueció cuando ingresó casi al final del segundo tiempo. Y no es para menos. Seis convocatorias a mundiales y cuatro jugadores, no es cualquier cosa.

Nos quedamos con ese México, el de los festejos, el de todos unidos, el de un solo grito. Es el milagro de un balón que nos cambió el rostro. El de un Mundial que nos dio la alegría y momentos inolvidables. Definitivamente: ¡ese México, sí! / [Fan Mundialista](#)

Una competencia de récords

El Mundial 2026 quedó marcado como el más grande de la historia: participaron 48 selecciones y se disputaron 104 partidos, 40 más que en Qatar 2022.

Estados Unidos concentró la mayoría de los encuentros, mientras México y Canadá recibieron 13 cada uno.

El estadio Ciudad de México se convirtió en el primero del mundo en inaugurar tres Copas del Mundo, tras 1970 y 1986.



Foto: @craig_gordon1

Entre las curiosidades destacó la brecha de edades: el escocés Craig



Foto: @gil_morita

Gordon jugó con 43 años y el mexicano Gilberto Mora debutó con sólo 17.

Además, cuatro países vivieron su primera participación: Uzbekistán, Jordania, Cabo Verde y Curazao, este último el más pequeño en clasificar, con apenas 156 mil habitantes.

La edición también rompió récord de futbolistas: mil 248 jugadores registrados de 449 clubes distintos.

El Mundial cerró como uno de los más diversos y multitudinarios en la historia del fútbol. / [Fan Mundialista](#)

APROVECHA EL
2X1
COMBINADO EN
LOS SIGUIENTES
CÓDIGOS:

\$49
 C/U

Este producto no es un medicamento. El consumo de este producto es responsabilidad de quien lo recomienda y de quién lo usa. No se aplica con otras promociones o descuentos. Limitado a 5 ofertas por cliente. Válido de martes a domingo. Vigencia al 31 de julio 2026.

PRECIO \$24

PARCHES ADHESIVOS
 Cuidado confiable para tu piel, todos los días.

5 PIEZAS
 COLOR BLANCO 6X8 cm

NUEVOS PRODUCTOS A TU ALCANCE

- Protege a las heridas de contaminación y fricción
- Almohadilla que evita adherirse a la lesión
- Es transpirable para mayor comodidad
- Larga duración

Vigencia al 31 de julio 2026
 Lea las instrucciones antes de usarlo.

RAAM BRAINZOL®
 Zolmitriptano
 Tableta
 Orodispersible
 2.5 mg
 2.5 mg
 Caja con 2 tabletas

BRAINZOL
ZOLMITRIPTANO
 2.5 mg 2 Tabletas
 Reg. 127M2023 SSA IV
\$169.00

RAAM FERMIG®
 SUMATRIPTAN
 TABLETAS
 100 mg
 100 mg
 Caja con envase de burbujas con 2 tabletas

FERMIG
SUMATRIPTAN
 100 mg 2 Tabletas
 Reg. 316M2015 SSA IV
\$136.00

RAAM FERMIG®
 SUMATRIPTAN
 TABLETAS
 50 mg
 50 mg
 Caja con envase de burbujas con 2 tabletas

FERMIG
SUMATRIPTAN
 50 mg 2 Tabletas
 Reg. 316M2015 SSA IV
\$79.00

Si persisten las molestias, consulte a su médico. Vigencia al 31 de julio 2026

DE VENTA EN



FARMACIAS SIMILARES
 "LO MISMO PERO MAS BARATO"





Enamorada
de la TV

Flor Rubio

Hombre Araña arrasa

¡Llega julio y se entra, un poquito, en modo vacaciones: peques, todo el día en casa!

Entre muchos adolescentes hay efervescencia por el estreno a fin de mes de la película *Spider Man: un nuevo día*. Es enorme la admiración juvenil por el Hombre Araña. Su primer tráiler promocional, en marzo, fue el más visto de la historia al alcanzar la cifra de 718.6 millones de reproducciones en menos de 24 horas. Su carismático protagonista, Tom Holland, tomó muy en serio las opiniones de millones de fans en redes e influyó para que los escritores los consideraran en la elaboración del guion. Desde luego, está Zendaya, la guapísima actriz con más novios platónico en el mundo.

En la industria del cine buscan que la gente vuelva a las salas (con buenos filmes, espectaculares palomitas y comida rica), pues la batalla contra plataformas es vital. Por esta razón, el productor Steven Spielberg agradeció a los Estudios Universal la decisión de exhibir sus películas hasta por 45 días antes de estrenarlas en pantallas caseras.

Hablando de cine, en el hermoso Guanajuato celebrarán su Festival Internacional de Cine (también en San Miguel de Allende y León), del 24 de julio al 2 de agosto. Habrá merecidos homenajes a Verónica Castro, Ana Martín, y Emmanuel. El país invitado es Turquía, el segundo exportador de series en el mundo, sólo atrás de Estados Unidos.

También, en la bellísima Oaxaca, del 20 al 27 de julio realizarán la Guelagueta, gran tradición prehispánica, con 16 pueblos nativos. ¡Y comilonas exquisitas!

En la Ciudad de México cantarán roqueros célebres: 11 de julio, la legendaria banda Caifanes, en el estadio GNP, y el Tri con Alex Lora, el 25 de julio en el Palacio de los Deportes. El Tri hará gira en varias ciudades de Estados Unidos, y 10 de Europa. Por cierto: Saúl, de Caifanes, tiene 62 años, Alex Lora, 73, y, como ejemplo, Paul McCartney, 84. ¡Clara muestra de que a cualquier edad podemos vivir y disfrutar lo que nos apasiona, a todo vapor!

¡Que julio sea bueno para ustedes! ¡Un abrazo cariñoso!

Farándula

USA PROTECTOR
SOLAR DIARIAMENTE
Y REAPLICA CADA 2-4 HORAS

**3X2
COMBINADO**

ETERNAL SECRET
\$154

ETERNAL SECRET
\$189

ETERNAL SECRET
\$249

***PROTECCIÓN
SIN LÍMITES**

Combina 3 productos participantes de la línea ETERNAL SECRET y llévate GRATIS el de menor precio. Válido de martes a domingo, al 31 de julio 2026.

*Muy alta protección solar FPS 50+
Sólo en México. Avad Cosmetics SA 1430020300226

Farándula Anya Taylor-Joy se une a *El señor de los anillos*



Foto: @megustaelcineoficial



Foto: @AnyaJoyTaylor

El próximo 17 de diciembre regresará *El señor de los anillos* a la gran pantalla con el estreno de *La caza de Gollum*.

La película, dirigida por Andy Serkis y producida por Peter Jackson, Fran Walsh y Philippa Boyens, poco a poco va mostrando más sobre lo que nos espera, y ahora ha confirmado la llegada al reparto de Anya Taylor-Joy, una de las artistas más importantes de Hollywood. Un papel de ensueño para una actriz que no deja de destacar en todo tipo de producciones.

Un pequeño teaser nos la muestra como Seren, nuevo personaje que apunta a ser una elfa sindar.

El esperado regreso a la gran pantalla en acción real del universo creado por J.R.R. Tolkien lo hará acompañado de grandes estrellas.

La historia de esta nueva entrega se sitúa en un periodo previo a los eventos de *La Comunidad del Anillo*, explorando un momento intermedio entre lo ocurrido en *El Hobbit* y el inicio de la travesía de Frodo.

La trama gira en torno a una misión encomendada por Ian McKellen en su papel de Gandalf

a Trancos (Aragorn), interpretado por Jamie Dornan.

El objetivo es localizar a Gollum antes de que revele información crucial sobre el anillo único y su paradero en la Comarca.

El anuncio se realizó en las redes oficiales de la franquicia, donde se dieron a conocer los primeros integrantes del elenco, combinando rostros clásicos con nuevas incorporaciones al universo creado por Tolkien.

Entre los actores que regresan destacan Elijah Wood, como Frodo Bolsón, Ian McKellen (Gandalf), Andy Serkis (Gollum) y Lee Pace (Thranduil).

A ellos se suman nuevas incorporaciones: Kate Winslet en el papel de Marigol, así como Leo Woodall personificando a Halvard. En esta producción, Jamie Dornan interpretará a Aragorn, sustituyendo a Viggo Mortensen.

La dirección estará a cargo del propio Andy Serkis, quien también da vida a Gollum. El guion será desarrollado por Fran Walsh y Philippa Boyens, responsables de las anteriores adaptaciones de la saga, junto con Phoebe Gittins y Arty Papa-georgiou. / Farándula

siminforma.com.mx



Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com

Ancestras

Amo vivir en el presente. Están pasando muchísimas cosas que antes hubieran sido inimaginables, y a las pruebas me remito: la temporada dos de la serie *Ancestras* del canal 22.

Le explico: 2025 fue el Año de la Mujer Indígena y, en perfecta concordancia con la narrativa de la presidenta, el canal de las culturas de México produjo la primera temporada.

¿Qué fue eso? Una serie documental digna de Discovery, de NatGeo, dedicada a contar, capítulo a capítulo, la vida y obra de mujeres que fueron fundamentales en el México prehispánico y que, por diferentes cuestiones, jamás nos dijeron que existieron.

No sé si usted tuvo oportunidad de mirar aquello, pero yo me quedé con la boca abierta descubriendo mujeres que gobernaron, que pelearon, que cambiaron la historia de sus comunidades, como la Señora Seis Mono, Tecuichpo y Eréndira.

Ancestras se la ha pasado ganando premios por todas partes del mundo. Es, objetivamente, un orgullo de la televisión mexicana.

¡Pues qué cree! En este 2026, ha vuelto, pero con un giro todavía más espectacular.

Ahora, cada uno de sus capítulos, está dedicado a una antepasada de hoy, a una mujer adulta mayor, de nuestros pueblos originarios, que mantiene vivo un legado cultural como el tejido o el bordado.

No sabe usted qué cosa tan más hermosa, reveladora, sensible, entretenida e importante.

Y, ¿a qué me refiero cuando le digo que una serie como esta, antes, hubiera sido inimaginable?

A una verdad dolorosísima: hasta hace muy poco tiempo ningún canal de televisión, privado o público, de nuestro país se hubiera atrevido a contar la historia de una mujer, de una mujer pobre, de una mujer pobre y vieja, de una mujer pobre, vieja y morena, de una mujer pobre, vieja, morena e indígena.

¿Por qué? Porque eso hubiera sido "rebajarse". Porque eso "no vende". ¿Sí me entiende?

La temporada dos de *Ancestras* es un admirable acto de justicia social. Búsquela ya en este julio en canal 22 y sus redes sociales. Le va a gustar. De veras que sí.

¿CUÁL ES TU RUTINA? ANTES DE DORMIR?

Te presentamos el Nuevo HydraShot PM: GABA, Teanina y Magnesio

Con HydraShot PM prepararás una deliciosa bebida sabor ponche para disfrutar cada noche antes de dormir. Fórmula con Magnesio, GABA, Teanina y Triptófano.

- 60 mg GABA
- 50 mg L-Teanina
- 20 mg L-triptófano
- 14 mg Magnesio

PRECIO \$ 297

Toma un vaso diario con PM antes de dormir

Vigencia al 31 de julio 2026. Hidrátate diariamente. Aliméntate sanamente.



En Simisintonía

Radamez Núñez

Instagram y Facebook
Radamez Núñez

Los jefes de jefes... los mismísimos Tigres del Norte

¡¡¡Familia de Siminforma!!! Qué gusto saludarlos nuevamente en *Simisintonía*. Soy Radamez Núñez y, como siempre, presentándoles las mejores recomendaciones musicales que, por supuesto, pueden escuchar de martes a viernes en *Simiradio.fm* de 11 a. m. a 1 p. m.

Hoy platicaremos de los Tigres del Norte, así que hagamos un pequeño recorrido por su carrera. Los jefes de jefes son uno de los grupos más importantes de la música regional y del género norteño. Se formaron a finales de la década de 1960 en Rosa Morada, Mocorito, Sinaloa, integrados por los hermanos Hernández: Jorge, Hernán, Eduardo y Luis, además de Óscar Lara. Empezaron cantando en festivales locales y pequeños eventos comunitarios,

después viajaron a Estados Unidos en busca de mejores oportunidades y fue en San José, California, donde lograron consolidar su carrera. El nombre "Los Tigres del Norte" fue sugerido por un productor, pues el término "del Norte" hacía referencia a su proyección musical en el norte de México y también en Estados Unidos.

El éxito internacional llegó en la década de 1970 con canciones como *Jefe de jefes*, *Golpes en el corazón* y *La puerta negra*.

Han vendido más de 40 millones de copias en todo el mundo, tienen múltiples premios Grammy y Latin Grammy, además recibieron una estrella en el Paseo de la Fama de Hollywood. Asimismo, han sido homenajeados por universidades y centros culturales debido al valor sociológico de sus canciones.

También han participado en películas y documentales que muestran la vida de los migrantes. Uno de los proyectos más reconocidos fue el documental *Los Tigres del Norte at Folsom Prison*, grabado dentro de una prisión en California, como homenaje al histórico concierto de Johnny Cash en ese mismo lugar.

¡Ellos son los jefes de jefes, los Tigres del Norte! Puedes escucharlos en *Simiradio.fm*. Soy Radamez Núñez y esto es *Simisintonía*. Nos leemos muuuy pronto. ¡Aadió!

Siminteresa



Completa la cuadrícula, de manera tal que cada fila, columna y área de 3 por 3 celdas contengan del 1 al 9, sin repetirse

	9			2				7
4			8	9				3
8			1	3				
				6		9	5	
7						4		6
9			2	4		3		
	4	6		5				8
3	2			7	4			
		9					4	3

Solución

5	7	2	8	1	9	6	4	3
5	9	1	7	4	6	8	2	3
6	8	4	2	5	9	7	1	3
8	7	5	1	7	2	5	9	6
9	2	7	6	8	5	1	3	4
5	6	8	9	7	4	1	8	2
7	4	9	7	6	8	2	5	3
2	5	9	6	8	7	1	3	4
4	1	8	5	2	7	6	9	3

¿Iguales?

Encuentra las 6 diferencias



Solución

- cinta cabeza
- anillo
- collares
- flores chaleco
- bolsas chaleco
- zapatos

DEFIENDE TUS COLORES, PROTEGE TU PIEL

GRISI control

Azufre

ADICIONADO CON 2% DE ÁCIDO SALICÍLICO
LIMPIA A PROFUNDIDAD
CONTROLA EL BRILLO FACIAL
EXFOLIANTE

JABÓN 100g

\$71

Belleza es salud Vigencia al 31 de julio 2026



Horóscopos

Amira contigo

Que sólo haya signos favorables en tu vida

Facebook: Amira Cervera X: amiraastrologia

Me puedes contactar para consultas y cursos en amiradelser@yahoo.com.mx

Siminteresa

♈ **Aries** (marzo 21 - abril 20) / "No hay mal que por bien no venga". La luna en su cuarto menguante, el 7 de julio, indica valorar si es necesario un cambio en temas de trabajo y dinero. Actúa con sabiduría, considera con cautela todo razonamiento y decisión. Detrás de algo negativo siempre hay algo positivo.

♉ **Tauro** (abril 21 - mayo 21) / "La obstinación puede ser la piedra de tropiezo". Si no se trabaja lo suficiente, no se verán ganancias. Venus, tu planeta regente, ingresará al signo de Virgo e indica que tus relaciones afectivas tendrán más entendimiento y comunicación. Los asuntos de trabajo y dinero avanzarán mejor.

♊ **Géminis** (mayo 22 - junio 21) / "No hagas una tormenta en un vaso de agua". Lo que sea de poco interés en tu ambiente de trabajo es recomendable hacerlo a un lado. La Luna con Marte no favorece a la mente y quizá te sientas un poco irritado. No obstante, en lo laboral puedes sobresalir por tus ideas originales.

♋ **Cáncer** (junio 22 - julio 22) / "Busca y hallarás, guarda y tendrás". Los proyectos especulativos, las ventas, los negocios y las inversiones pueden resultar productivos. La luna nueva, el 14, en tu signo, indica oportunidades para mejorar ingresos. Es posible que te encuentres con personas amadas que no ves desde hace mucho tiempo.

♌ **Leo** (julio 23 - agosto 22) / "A su tiempo maduran las uvas". Lo mejor es que no pongas resistencia a los cambios. Urano, en buen aspecto con Plutón, será una etapa en la que podrás reparar tus relaciones en general, especialmente las afectivas. Evita incomunicarte en este segundo semestre del año.

♍ **Virgo** (agosto 23 - septiembre 22) / "Cuando sople bien el viento, aprovéchalo". Toma distancia del pasado; pueden surgir opciones nuevas. Encamina tus energías en empresas creativas. Evita actividades de alto riesgo, pero no dejes de mantenerte activo. Marte te dará oportunidad de ganar más dinero si aprovechas las oportunidades.

♎ **Libra** (septiembre 23 - octubre 22) / "Lo hermoso a todos da gozo". La falta de iniciativa es lo que está retrasando algunos asuntos relacionados con tu prosperidad; no obstante, debes ser paciente en cuanto a los resultados de tus proyectos profesionales y económicos. Todo lo que atañe al sentimiento será puesto a prueba.

♏ **Escorpión** (octubre 23 - noviembre 22) / "La mucha alegría y mucha tristeza te desequilibran". Tiempo para encontrar el sentido profundo de las cosas que estás viviendo. Procura expresar abiertamente tus emociones. Mantenerte activo es la mejor demostración de que gozas de energía y un cuerpo sano.

♐ **Sagitario** (noviembre 23 - diciembre 21) / En los grandes aprietos, crece el entendimiento. Sin orden no hay avance, apégate a ciertas reglas a lo que se debe hacer en el trabajo. En algunos proyectos, deja que maduren antes de iniciarlos. No prometas lo que no puedas cumplir, ni presumas lo que no tienes.

♑ **Capricornio** (diciembre 22 - enero 20) / "Conforme ven el traje, tratan al paje". Un tiempo muy significativo para ti; te darás cuenta de que debes tener más confianza para establecer lazos sólidos y profundos, de manera sencilla y natural, con tus seres queridos. Las relaciones ocuparán el centro del escenario de tu vida.

♒ **Acuario** (enero 21 - febrero 19) / "El tiempo es oro". Enfócate en lo que es más urgente atender. Habrá que descubrir tus talentos y ponerlos a funcionar. La luna llena en tu signo, el 29, te hará reflexionar sobre que el tiempo pasado no vuelve y que debes aprovecharlo; es oro molido. Aleja el mal y el dolor con una plegaria a Dios.

♓ **Piscis** (febrero 20 - marzo 20) / "Caras vemos, corazones no sabemos". Mercurio indica que debes ser muy claro en la comunicación. Más vale pisar la tierra que seguir viviendo en el ensueño. Importante mantener tu concentración en lo que estás desarrollando en el trabajo. Sé prudente con la pareja y los hijos.

Escúchame en Las Estrellas de Amira por Orbe Promo, los martes a las 9:30 a. m.

¡¡Felicidades por su cumpleaños a los nativos de Cáncer!!

TERMÓMETRO DIGITAL MT-201C

\$63

Neutek
INNOVATION FOR LIFE

TERMÓMETRO DIGITAL NEUTEK

TERMÓMETRO DIGITAL
Modelo: MT 201C

Neutek
INNOVATION FOR LIFE

Consulte a su médico. Léase instructivo anexo.
Vigencia al 31 de julio 2026
De venta en Farmacias Similares®.

Lunes 25 % de descuento. Vigencia al 31 de agosto 2026.
No se aplica con otras promociones o descuentos, promoción
válida de las 6:00 am a las 12:00 de la noche del día lunes.
Si persisten las molestias consulte a su médico.
Permiso COFEPRIS 263300201B1335.



\$189.00



**POR Simi
INFLAMO...**