



**Una vida
sin dolor**

p. 6



**Homenaje con
Un besito más**

pp. 18 y 19

SIM NFORMA

Por Un País **Mejor**®

www.siminforma.com.mx / Febrero 2016 / Núm. 406 / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



México,
7.º lugar mundial
en muertes viales



pp. 10 y 11

Viva, la ilusión de los Reyes Magos

Astrid Espinoza



Coyolxauhqui Gutiérrez, de 12 años, se dijo feliz de que el Dr. Simi la haya invitado a un lugar que no conocía y le encantó.

En el evento hubo de todo, gracias a la vocación altruista de varias empresas, que mediante un donativo, contribuyeron a la noble causa. Se trata de La Huerta, Bonafont Kids, La Costeña, Jafra, Ban Dai, Marinela, Tupperware, Tetra Pak y Vinci.

Además, en esta ocasión, colaboradores del parque de diversiones brindaron su tiempo como voluntarios para atender a los invitados como se lo merecían.

Durante cinco horas los niños pudieron disfrutar de las más de 120 atracciones que ofrece el centro de diversiones, donde también hay una Farmacia Similares, en la que los menores elaboraron pastillas de azúcar, simulando un medicamento.

De regreso a casa, los invitados de honor recibieron un kit sorpresa, lleno de más regalos.

Por cuarto año consecutivo, Fundación del Dr. Simi y KidZania hicieron realidad el sueño de mil niños de escasos recursos,



que tuvieron la oportunidad de disfrutar de este parque temático.

Los pequeños pertenecientes a 15 instituciones afiliadas al brazo asistencial del GPUPM, pasaron un día increíble, que se reflejó en cada una de las caritas felices que corrían por KidZania.

Ser policía, bombero, médico, locutor, trabajar en una farmacia del Dr. Simi, tramitar una licencia de conducir o incluso el IFE, son algunas de las atracciones que alrededor de mil niños y niñas de escasos recursos disfrutaron en KidZania.

Por cuarto año consecutivo, la Fundación del Dr. Simi con apoyo de este parque temático, realizó su tradicional festejo en el marco del Día de los Reyes Magos.

“Estamos muy contentos de continuar con esta gran alianza que nos permite hacer realidad el sueño de muchos niños que, por cuestiones económicas, no tienen la posibilidad de visitar un parque como este. Hoy es un gran día tanto para Fundación del Dr. Simi como para KidZania porque vemos que el esfuerzo y empeño rinde frutos”, dijo Astrid García Gallegos, directora de la fundación.

Añadió que este año se incrementó el número de niños beneficiados respecto del 2015, en un 25 por ciento.

El evento se inició con la bienvenida del Dr. Simi, quien le pasó la estafeta al Mago Frank y su conejo Blas para divertir a los pequeños.

Por su parte, Hernán Barbieri, director general de KidZania México, agradeció al brazo asistencial del Grupo Por Un País Mejor (GPUPM), pues a través de esa unión se beneficia a lo mejor de nuestra sociedad: la niñez.

“Refrendamos nuestro compromiso con los niños y sumamos esfuerzos para hacer de este mundo un lugar mejor”, agregó.

Cientos de caras felices corrían por todo KidZania para aprovechar al máximo su estancia en este lugar, donde la premisa es aprender jugando.

SIMINFORMA
Por Un País Mejor.

Presidente de Grupo Por Un País Mejor
Víctor González Torres

www.siminforma.com.mx simi_informa@porunpaismejor.com.mx Redacción México: 54 22 01 48
Conmutador: 54 22 45 00 Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor



Redacción

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

Reporteros

Miguel Ángel Sánchez
Moisés Sánchez
Miguel Ángel Becerril

Fernando Gutiérrez
Grissel Gutiérrez Ramos
Astrid Espinoza Nieto

500,000 ejemplares

Caricaturistas Jorge Aviña y Ángel Mora Servicio de Agencia Notimex
Imprenta en México División Comercial Av. México Coyoacán 40 Col. Santa Cruz Atoyac, Del. Benito Juárez C.P. 03310
Distribuidores en México Farmacias Similares, El Sol de México

Una luz en el camino de los invidentes

Astrid Espinoza, enviada



San Luis Potosí, SLP.- Cumplir una promesa, y tener la oportunidad de conocer las carencias y necesidades de quienes no pueden ver, fueron las razones que motivaron a Alejandro Fernández a fundar en 1997, una institución para atender a niños y jóvenes invidentes o débiles visuales en San Luis Potosí.

El Instituto para Ciegos y Débiles Visuales "Ezequiel Hernández Romo" con 16 años de antigüedad, es el único organismo de asistencia privada de su tipo, en el estado.

Su labor resulta de gran importancia en un México en donde la ceguera constituye la segunda causa de discapacidad después de la motriz.

Datos del INEGI señalan que la población con alguna discapacidad en San Luis Potosí suma 14 mil 779 personas, de las cuales 29 % no pueden ver, por lo que esta institución recibe personas de otros estados por la calidad de sus servicios.

Desde su fundación, ha atendido a más de 500 alumnos y es la que más servicios brinda en el ámbito nacional, a través de las modalidades que tiene: escuela e internado.

Los niños y jóvenes que llegan al Instituto para Ciegos y Débiles Visuales



"Ezequiel Hernández Romo", se olvidan de su discapacidad, aprenden a sonreír, bromean, caminan por las calles con seguridad, cantan, hacen deporte, escriben en computadora, editan un periódico, estudian, montan obras de teatro y juegan fútbol!

Gracias a las clases, terapias y talleres que ahí reciben, los niños logran la integración en todos los ámbitos: educativo, laboral, social, cultural y deportivo, para tener como resultado personas independientes y productivas.



"Buscamos que los niños aprendan a vivir con su discapacidad visual, se integren a la sociedad y lo más importante, que logren ser independientes. La ceguera no debe ser un impedimento para ser feliz y vivir con plenitud", señaló Alejandro Fernández.

Para muestra un botón. Abel Leyda Ramírez de 24 años, perdió la vista por una enfermedad congénita. Ello no ha sido impedimento para salir adelante, gracias al apoyo de Alex, a quien quiere como un padre.

En esta institución, donde también vive, Abel realizó sus estudios de educación básica y media superior. Actualmente se prepara para ser de los mejores terapeutas físicos.

Gracias a un esfuerzo más de Alex, cuando Abel termine sus estudios en esta materia, lo hará a nivel licenciatura.

Pero más allá de los estudios académicos, ha logrado desarrollar otros talentos, pues compone canciones, participa en obras de teatro y canta.

Abel es un ejemplo de que cuando se quiere se puede. Él quiso salir adelante sin importar su discapacidad visual y lo está logrando, por lo que no perdió la oportunidad de mandar un mensaje para quienes viven en esta condición.

"Sea cual sea tu tipo y grado de discapacidad, vale la pena esforzarse a diario para disfrutar lo maravillosa que es la vida. No estás solo, aquí podemos ayudarte a ser feliz, productivo e independiente", destacó Abel.

Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar



Los signos del Papa

Dentro de la Iglesia se utilizan diversos signos. Los del Papa son los siguientes: 1) Sotana blanca. Solo puede ser portada por él. Durante mucho tiempo los papas vestían de diversos colores. Fue hasta el siglo XVI cuando San Pío V, como dominico, utilizó el hábito blanco de su Orden. Después, sus sucesores, aunque no fueron dominicos, lo siguieron utilizando hasta que se convirtió en una tradición. 2) Anillo del pescador. Tiene grabado el nombre del pontífice en turno. Los anillos eran utilizados desde la antigüedad como sellos. El Papa lo utiliza para sellar algunos documentos. Se destruye en el momento del fallecimiento o renuncia. 3) Palio. Cinta de lana blanca, de cinco centímetros de ancho que se pone alrededor de hombros y espalda. Representa su autoridad y la de los arzobispos. 4) Cruz pectoral. Cruz grande que llevan colgada al cuello el Papa, los cardenales, los obispos, abades y otros prelados. Se usa habitualmente, sujeta a una cadena. 5) Báculo pastoral. Es un cayado o bastón que se entrega a los obispos el día de su consagración, como signo de su misión pastoral. Puede ser fabricado de madera, marfil, hierro, bronce, plata y oro. 6) Solideo. Es conocido también como zucchetto, papalina, pileolo o pileolus, y es un pequeño tocado redondo y cóncavo formado por ocho gajos. Lo utilizan los obispos y el Papa, como signo de sacralidad y autoridad. Debido a que durante el rito de consagración de la misa, y hasta después de la comunión, se quita porque Cristo está físicamente presente en la eucaristía, se le llama solideo: "soli Deo tollitur" (solo ante Dios se quita). 7) Mitra. Es un tocado o sombrero con un pico en la parte superior, del que cuelgan dos tiras de tela llamadas infulas, que representan la autoridad del Antiguo y del Nuevo Testamento. Puede ser usada por abades, obispos y arzobispos. El Papa la utiliza en cuanto obispo de la ciudad de Roma, y se reserva a celebraciones litúrgicas solemnes, como la misa.



**Sexo, sin lágrimas
y sin pudor**

Gabriela Jiménez V.

Ideas

Está circulando en la red un video llamada "DearDaddy" de una organización Noruega, en el que se plantea la idea de que los hombres dejen de hacer referencias ofensivas en contra de las mujeres y que tampoco las celebren en los demás, amigos, hijos, etcétera.

Esto con el fin de evitar la violencia en contra de las mujeres. Mi visión es que esto sataniza de nuevo a los hombres como los únicos generadores de violencia. Cuando se habla de violencia de género, entiendo que es de ambos géneros. ¿O no?

Hombres y mujeres tienden a hacer referencia ofensivas: "zorras, gordas, tontos, maricas, machos, histéricas, inútiles, mujeriegos", etcétera, esto es hacia ambos sexos y es celebrado tanto por hombres como por mujeres. La violencia (física, verbal, económica o sexual) no tiene género, raza, color o forma, es una acción dirigida a lastimar, desquitarse, desligarse, dominar y ser liberadora de frustración de aquellos que la ejercen, sin importar su sexo biológico o género, ni edad, posición social o educación.

Todos tenemos y ejercemos la violencia de alguna forma. Esta idea de decirles "solo a los hombres" que tienen que cambiar y dejar de ser violentos es una violencia hacia ellos, es una generalización que vuelve a marcar la diferencia entre los buenos y malos, los tiranos y las víctimas.

Y se preguntarán ¿y esto qué tiene que ver con la nota de sexo? Todo, porque se ha ligado al sexo femenino como las únicas receptoras de violencia.

¿Y esto es cierto? Si la respuesta es generalizar y decir **Sí, solo las mujeres son las víctimas**, entonces no hemos avanzado en nada y seguimos conviviendo y retroalimentando la violencia de género.

¿Qué hacer ante una ruptura amorosa?

Psic. Amy Torres Rodríguez



Hay una frase popular que dice "todo pasa por algo", y no siempre está equivocada. Aunque... se ha puesto a pensar ¿qué haría si no hubiera adquirido experiencias durante su vida?

Si lo vivido, así fuera satisfactorio o no, se borrara de nuestra memoria. Si no tuviéramos la capacidad de almacenarlo y aprender de ello, ¿qué sería de nosotros?

Por ejemplo, si recientemente finalizó su relación de pareja, lo más factible es que digas que prefieres olvidar todo,

pues el dolor puede ser tan grande que no lo quieres recordar, y si fuera por ti, lo borrarías.

Es cierto que al separarse, los pensamientos pueden ser varios, pero muchos de estos pueden terminar juzgándote, desvalorizándote, haciéndote sentir peor de lo que se estabas y, sin duda alguna, con más preguntas que alguna solución.

Sí, puede ser un proceso largo, y mientras tanto, ¿qué hacer con el dolor?,

¿habrá que darle oportunidad a ese monstruo que no deja dormir por las noches, que quita el hambre o las ganas de convivir con los demás?

Posiblemente sí. Y no me refiero a que sufras todo el tiempo, sino a expresar tus emociones. Dejar salir aquello que está presionando tu pecho. Ayúdate a aliviar el escenario, favorece la liberación de pensamientos negativos, redescubre tus fortalezas.

¡Claro!, pueden ser varias las circunstancias en las que se dé el rompimiento, y de eso dependerá el proceso del "duelo". Sin embargo, las modalidades pueden ser varias: llorar, escribirle una carta, entregar con alguien más sus cosas, hablarlo con un psicólogo, etc.

El dolor y la tristeza son parte de nuestras emociones y aunque quisiéramos que no existieran, forman parte del gran catálogo que nos hace actuar, sentir, reflexionar, pero sobre todo, VIVIR.

Cada recuerdo, cada pensamiento puede estar constituido por una o varias emociones. Todas resultan necesarias e indispensables.

Dejar de sentir lo malo, arrasaría también con lo bueno. Date la oportunidad de vivirlo y experimentarlo. Descubrirás que hay dolor al terminar una relación de pareja, pero eso no te quita las esperanzas y la confianza en ti y en tu capacidad de amar, aprendemos a seguir viviendo.

Ábrete al desapego, que por cierto no significa ser indiferente o duro y sin sentimientos, ni irte con la primera persona que pase, sino hacer la paz contigo mismo. Ser independiente y no aferrarse.

Ese aprendizaje, esas sonrisas, incluso esas lágrimas tienen su sabor, entonces, ¿serviría de algo descartar todo lo vivido?



Ofrecemos apoyo y
orientación psicológica

Centro
Nacional de Diagnóstico
para las Enfermedades Emocionales
"¿Puedes ser feliz, si se puede?"
GRATUITA

Te invitamos a ver nuestro Chat de
sexualidad todos los martes y jueves
de 16:00 a 17:00 hrs a través de
www.siminforma.com.mx

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @cndeemx

Llama sin costo al
01 800 911 66 66, opción 3
www.serfelizsisepuede.com.mx
**¡Acércate a nosotros,
queremos ayudarte!**

EJERCITARSE EN INVIERNO

Recomendaciones

Que la época de frío no sea un impedimento para ejercitarse. Aquí, ocho consejos para lograrlo de manera óptima y segura.

Consulta a un médico

antes de iniciar cualquier rutina de ejercicio, principalmente si se padece asma, problemas de corazón o resfrío.

Comer antes de entrenar

Que sean alimentos ricos en hidratos, moderados en proteínas y bajos en grasas. Consumir de 30 a 40 minutos antes.

Vestirse en capas

Que permite irse quitando las prendas tan pronto se comience a sudar y ponérselas cuando sea necesario.

Evitar prendas de algodón

Porque conservan la humedad. Se recomienda usar prendas de polipropileno o de otro material sintético.

Proteger orejas, manos y pies

Con el objetivo de que el calor corporal no escape y mantener una temperatura corporal cómoda.

Usar protector solar

para proteger la piel de quemaduras, ya que el sol de invierno quema igual que el de verano.

Beber agua

antes y después del entrenamiento para mantenerse hidratado a pesar de que el clima no sea cálido.

Informarse sobre las condiciones meteorológicas

principalmente cuando se hace ejercicio al aire libre.



Salud y sociedad

Miguel Ángel Ferrer
www.miguelangelferrer-mentor.com.mx



Adiós al camarada Ernesto Vera

El pasado domingo 10 de enero la edición digital del diario *Granma* informó que ese mismo día por la mañana había fallecido en La Habana, a la edad de 86 años y víctima de cáncer, el querido compañero Ernesto Vera Méndez, presidente de Honor de la Unión de Periodistas de Cuba (Upec) y de la Federación Latinoamericana de Periodistas.

Con una relevante trayectoria revolucionaria y periodística desde los años 1955-56 en la prensa clandestina y el Movimiento 26 de Julio, Ernesto Vera Méndez enfrentó la persecución y el exilio. Después del triunfo revolucionario, ocupó importantes responsabilidades en la prensa, como director del periódico *la Calle*, primero, y luego de *La Tarde*, vicedirector del periódico *Revolución* y fundador del periódico *Granma* en 1965, del cual llegó a ser subdirector. También fue fundador y destacado militante del Partido Comunista de Cuba.

La desaparición física del patriota y revolucionario ejemplar me impelen a esbozar aquí mismo mi propio y fervoroso homenaje al camarada ido.

Y pienso que no hay mejor y más justo modo de hacerlo que citando las palabras de Federico Engels unos momentos antes de que Carlos Marx volviera para siempre a la tierra en el cementerio londinense de High Gate: ¡Qué gran corazón ha dejado de latir, qué enorme cerebro ha dejado de pensar!

Gran corazón y enorme cerebro que María Esther, mi compañera de toda la vida, y yo tuvimos la dicha de disfrutar desde el ya lejano 1987 en que conocimos a Ernesto Vera y a Fifi, su infaltable compañera, en su casa-oficina de la ciudad de México. Disfrute casi cotidiano que se prolongó hasta la vuelta a su patria cubana once años después para reencontrarse con sus hijos y nietos a quienes conocimos y queremos como a nuestros propios hijos y nietos.

Adiós, querido camarada. Tu ejemplo de revolucionario integérrimo nos acompañará hasta nuestra propia desaparición física.

NTX
NOTIMEX

Fuentes: NTX Salud y Ciencia, nutricion-deporte-mis-recetas.org, fitnessrevfitnessrevolucionario.com, marmarmorinforma.mx, ratser.com
Investigación: NTX Salud y Ciencia, Jennifer Rosado Redacción: Jennifer Rosado Edición: Mónica I. Fuentes Pacheco Diseño y Arte Digital: Alberto Nava Consultoría

Siracux

Oxeladina, Ambroxol



Maver[®]
Con Ciencia por tu Salud

DE VENTA EN:
**FARMACIAS
SIMILARES[®]**

Responsable de la publicación:
Laboratorios Maver de México
S.A. de C.V.

Reg. No. 246M2014 SSA VI

Consulte a su médico.

Su venta requiere receta médica

Vigencia: del 1 al 29 de febrero de 2016

El dolor en nuestra vida

Sara Minerva Pérez González

Cuando hablamos de dolor, seguramente recordamos que alguien, en algún momento, nos rompió el corazón o que más de una vez, cuando despertamos por la noche al baño, nuestro dedo chiquito del pie decidió sin consultarnos darle un “beso” a la esquina de la cama... ¿doloroso, verdad?

El dolor es una alteración que afecta negativamente al ser humano, sin embargo, y en lo que se refiere a una lesión física, también es una herramienta de la cual fuimos dotados a manera de protección.

Cuando algo anda mal en nuestro cuerpo, es una señal de alarma que nos permite poner atención y atendernos; es un mecanismo de supervivencia.

Ahora, bien, el dolor puede ser percibido de manera distinta entre una persona y otra. Lo que para alguien es demasiado, para otro no lo es; por ello, de acuerdo con la OMS (Organización Mundial de la Salud), existe la clasificación de las escalas de dolor que se basan en la duración,

como dolor agudo, el cual aparece después de una lesión y desaparece casi de inmediato, o el crónico, que continúa por más de tres meses; o de localización, es decir, cuando la lesión es superficial (únicamente en las capas de la piel); o profundo, cuando afecta tendones, músculo; y por último, está la clasificación de intensidad, que es la que más comúnmente conocemos y expresamos, ya que es el dolor leve (“me duele poquito”), dolor moderado (“me duele más o menos”) y dolor severo (“no aguanto el dolor”).

Esta escala permite a los especialistas de la salud atender de manera específica el problema y así aliviar nuestro dolor.

Nutricionalmente, podemos mencionar que existen alimentos auxiliares en el tratamiento del dolor, por ejemplo, el pescado, rico en omega 3, y que permite tener una acción antiinflamatoria; el plátano, rico en potasio que disminuye los terribles “calambres”, o los crustáceos, como el caparazón de los camarones, ricos

en glucosamina que mantienen la salud de articulaciones y evitan a largo plazo el dolor en esta zona; y cómo no mencionar el té de árnica que, desde tiempos remotos, nuestras abuelitas nos preparaban para aliviar algún “golpe”. Una alimentación balanceada cuando algo nos duele, puede ayudar a mejorar el problema.

Culturalmente, la frase... “Estoy bien”, puede ser la mentira más usada para evadir el dolor, y es que ninguna persona desearía sufrir. Lo bello de una vida sin dolor es poder hacer lo que más nos gusta y disfrutar cada día sin limitaciones.



* Licenciada en
Nutrición Humana



**Análisis Clínicos
del Dr. Simi**
“La calidad es lo primero”



DURANTE
Enero y Febrero

Le ayudamos a cumplir sus propósitos de año nuevo, porque con nosotros la cuesta de enero, **NO CUESTA MÁS**

Rayos X
desde
\$149.00

Paquete respiratorio
\$262.00

*Eosinófilos en moco nasal
*Exudado Faringeo



Check up infantil
\$263.00

*Biometría hemática
*Coproparasitológico
1ª muestra
*Exudado faringeo



Paquete femenino
\$343.00

*Examen general de orina
*Exudado vaginal
*Papanicolaou



Ultrasonido
desde
\$209.00

Paquete inicial
\$501.00

*Biometría hemática
*Examen general de orina
*Química sanguínea de
6 elementos
*Electrocardiograma



Paquete básico masculino
\$552.00

*Antígeno Prostático
Específico (PSA)
*Biometría Hemática
*Examen General de Orina
*Química Sanguínea de
6 elementos



Tele de tórax, Espirometría y Endoscopia

20%
DE DESCUENTO



Consulte previamente a su médico.

*Promoción válida durante enero y febrero de 2016
*Se aplican restricciones por zona geográfica



www.ssdrsimi.com.mx



SIMITEL 01 800 911 66 66

Q.FB. José Israel Ponce Mondragón
Ced. Prof. 4451415-UNAM



SIMI
AVENTURAS

¡Descarga el juego
GRATIS!

ZÓCALO
FARMACIA

www.farmaciasdesimilares.com

DISPONIBLE EN
Google play

Disponible en el
App Store



ETERNAL SECRET®

**PROTECTOR SOLAR
FPS 50+**

Crema facial
para piel sensible
y mixta.

ETERNAL SECRET®
FPS 50+
PROTECCIÓN SOLAR
MUY ALTA
RESISTENTE AL AGUA

CREMA FACIAL PARA
PIEL SENSIBLE & MIXTA

Protección efectiva
sin sensación pegajosa

UVB UVA

Cont. Net. 60 g

Aviso de publicidad 143300202D0226
SALUD ES BELLEZA

DE VENTA EN

FARMACIAS SIMILARES®



Expedientes del poder

Carlos Ramírez
carlosramirez@hotmial.com
@carlosramirez

Un iceberg llamado “Chapo”

El alud en medios con la información sobre Joaquín “Chapo” Guzmán Loera es una verdadera avalancha que sepulta la capacidad de análisis de la sociedad. Pero detrás de la información policiaca y de la farándula se localiza una realidad socio-política que exige mayor preocupación. Los incidentes alrededor del “Chapo” ilustran la urgencia de contextualizar el asunto del narco en un escenario de seguridad ciudadana, más allá de los datos policiacos o de la variante de una actriz de telenovelas. Su recaptura no resuelve el problema de seguridad.

Dos variables son fundamentales:

1.- La urgencia de reorganizar el marco jurídico respecto del crimen organizado transnacional, con especial atención a las leyes que deben dar certeza a la participación de las fuerzas armadas y al consumo de drogas. Muchos creen que con la legalización de la marihuana se resolvería el problema.

2.- Recuperar la acción del Estado más allá del espacio policiaco y de seguridad. Los narcos se apoderaron de territorios de soberanía del Estado porque este se retiró de apoyar cultivos, bienes y servicios y educación; al abandonar municipios, los narcos tomaron por asalto las plazas.

Al final, el “Chapo” dejará de ser noticia en unos días más, pero los problemas de bienestar y desarrollo como auxiliares en la seguridad pública van a seguir vigentes. Los delincuentes nacieron en los espacios abandonados por el Estado, descuidados por la sociedad y desdeñados por los medios.

Las políticas más efectivas de seguridad son las que forman parte de estrategias de desarrollo y bienestar social. No todo se arregla con policías y soldados persiguiendo a delincuentes ni con delincuentes bendecidos por actrices populares del espectáculo. Las zonas más controladas por el crimen organizado son aquellas que ofrecen datos de pobreza, marginación y carencia de expectativas. Los jóvenes no tienen más horizonte que meterse de lleno a la criminalidad.

El caso del *Chapo* requiere de mayor reflexión política y social y sobre todo debe llevar a los medios a ser más responsables que difusores de aventuras criminales que venden ejemplares, pero desorientan a la sociedad.

“La fiesta de toros tiende Heriberto Murrieta

Juan Manuel Rentería



Heriberto Murrieta, mejor conocido como “el joven Murrieta”, nació el 20 de septiembre de 1965 en la Ciudad de México.

Desde muy niño afloró su vocación periodística en el área deportiva. Hizo un periódico infantil sobre los diferentes eventos deportivos, donde él mismo hacía los dibujos de la primera plana. Le gustaba escuchar las narraciones radiofónicas de grandes maestros del micrófono como Ángel Fernández, Fernando Marcos, Fernando Luengas, Pepe Alameda y Paco Malgesto.

Heriberto Murrieta nos cuenta que cuando tenía 6 años fue a pedir trabajo en una compañía de teatro infantil. Posteriormente solicitó su ingreso en Radio Educación, cuando el director era el reconocido periodista Miguel Ángel Granados Chapa. En Radio Educación fue redactor de programas infantiles y hasta actor de radionovelas.

Cuando tenía 19 años escuchó en la estación XEW Radio cuando el cronista Agustín González Escopeta lanzó una convocatoria para invitar a jóvenes que quisieran ser cronistas deportivos, para cubrir el Mundial de Fútbol de 1986.

Su debut profesional frente a los micrófonos fue el 8 de septiembre de 1984, cuando narró el partido Cruz Azul contra Toluca en el Estadio Azteca.

-¿Cómo recuerdas esa primera crónica deportiva?- “Pues muy nervioso, muy emocionado evidentemente. Nunca había narrado un partido y esa noche lo hice por primera vez muy influenciado por cronistas que habían sido mis referentes, a los que yo había admirado siempre”.

-¿Como cuáles?- “Ángel Fernández, me parecía genial, súper talentoso, culto, ingenioso; Pepe Alameda, Paco Malgesto, Sony Alarcón, Don Fernando Marcos, pero el que más me atrapaba era Ángel Fernández”.

-¿Por qué?- “Por su estilo personal, por esa voz tan metálica, por esos gritos que pegaba cuando caía un gol, pero sobre todo por su inventiva, era muy creativo y

a desaparecer”:

sensacional, un personaje extraordinario de la crónica deportiva. Luego fui puliendo mi estilo y creo que eso ha sido importante, fundamental, tener un estilo propio me parece importantísimo”.

-¿Tu primera crónica taurina?- “Ya había entrado a Televisa radio, ya narraba fútbol y mi padre me dijo ¿por qué no le entras también a los toros?. Entonces grabé un cassette desde el segundo tendido de la Plaza de Toros México y se lo llevé a Julio Victoria, que era locutor taurino y que transmitía junto con Adiel Bolio y Julio Saavedra las corridas. Me permitieron narrar únicamente el tercio de banderillas, y fue así como empecé el 3 de febrero del 85. Esa fue mi primera transmisión”.

-Por supuesto recuerdas el cartel- “Sí no mal recuerdo era Curro Rivera, Luis Fernando Sánchez y el Niño de la Capea”. Más de 600 festejos taurinos ha narrado.

Dice Heriberto que los toreros que más le han impactado por su gran estilo y valentía son Manolo Martínez, “El Pana”, David Silveti, Guillermo Capetillo, Enrique Ponce, “El July”, José Tomas, Miguel Espinosa “Armillita”, Luis Procuna, Eulalio López “El Zotoluco”, Pablo Hermoso de Mendoza, Silverio Pérez, Fernando de los Reyes “El Callao” y Lorenzo Garza, entre muchos otros.

Ese mismo año ingresó a la televisión. En Televisa se inició en el Programa Acción y luego en el Noticiero 6 en Punto, que producía Horacio G. Velasco. Para entonces, Beto Murrieta ya era cronista deportivo y taurino.

-¿Qué es más difícil, hacer una crónica de fútbol o de toros?- “Qué buena pregunta, yo creo que de toros; narrar una corrida es lo más difícil que hay. Ya lo decía el propio Pepe Alameda, el vocabulario es muy específico, especial, es subjetivo, y es un arte de apreciación, entonces tiene uno que descifrar muchas cosas que están ocurriendo y sobre la marcha interpretarlas”.

-¿Qué le contestas a quienes opinan que es un espectáculo sanguinario y

salvaje?- “Yo creo que es muy respetable su opinión. Desde luego que hay muerte, sangre, al toro se le hiere, yo no estoy de acuerdo en que digan que es un espectáculo cruel, considero que es un arte, que es una gran tradición, es parte de la cultura mexicana y, desde luego, que soy un seguidor de las corridas y las defenderé toda la vida”.

-¿La fiesta de los toros tiende a desaparecer?- “Pues sí, la tendencia podría indicarlo, lo vemos en el público que va menos a las corridas, se habla menos de toros; por otro lado, como la fiesta tiene crisis y muchos altibajos, pudiera parecer que a la larga va a desaparecer”.

Heriberto Murrieta narró innumerables partidos de fútbol. Narró los del Mundial de Fútbol México 86, cronista de los Juegos Olímpicos de Seúl 88, Barcelona 92 y Atlanta 96, entre otros importantes eventos. Heriberto Murrieta confiesa que le gustaba mucho el fútbol, pero más la crónica taurina.

Heriberto Murrieta colaboró como cronista deportivo en el noticiero 24 Horas de la noche con Jacobo Zabudovsky, espacio informativo donde Jacobo lo nombraba “el joven Murrieta”.

-¿Qué importancia tuvo para Heriberto Murrieta incorporarse al noticiero de Jacobo Zabudovsky?- “Fue importantísimo; imagínate el aprendizaje enorme al estar tantas noches al lado del maestro Jacobo Zabudovsky, fue un invaluable aprendizaje periodístico”.

Dice Beto Murrieta que el noticiero 24 Horas le dejó popularidad, un gran bagaje periodístico, conceptos muy claros a la hora de formular preguntas, ser elegante, respetuoso y no tirar rollos”.

Ha sido corresponsal del periódico ABC de Madrid, fue director del Canal Toro de Sky, y narrador de las temporadas taurinas en la Plaza México, desde 1985 a la fecha. Más de 3 décadas de trabajo profesional frente a cámaras y micrófonos en múltiples eventos de fútbol, pero fundamentalmente en las crónicas taurinas.



Diabetec
Formulados especialmente para ti

COFEPRIS: 15330020200376, 7 Dic. 2015

Crema
para talones

Bálsamo
humectante

Gel Refrescante
para piernas cansadas

Desodorante
UNISEX

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

Disminuir 23 % de dece

Grissel Gutiérrez

“Hola amor dónde estás? Te quiero mucho...”, fue el último mensaje que un hombre envió a su esposa desde su teléfono móvil, antes de distraerse y fallecer en un fatal accidente de tránsito, provocado por manejar a exceso de velocidad.

Y es que pensar y enviar un mensaje de texto requiere unos 30 segundos, pero perder la vida... solo un instante.

Ante muchos escenarios como este, el 17 de agosto de 2015, el jefe de Gobierno del Distrito Federal presentó el nuevo Reglamento de Tránsito del DF (RTDF), que entró en vigor el 15 de diciembre pasado.

Ahora, esta reglamentación es famosa debido al endurecimiento de las sanciones y el aumento en las multas, pero según los interesados, este proyecto tiene un respaldo científico: el nuevo reglamento se adapta al concepto “Visión Cero”, creado en Suecia a finales de los noventa, con la finalidad de disminuir el número de accidentes, muertes y lesiones por accidentes viales.

Más que números

De acuerdo con estadísticas del Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (Conapra), los errores humanos por malas prácticas al volante, son determinantes en 80 % de los accidentes.

Cifras recientes de la Secretaría de Salud indican que en México fallecieron 17 mil 102 personas por esta causa, y más de 150 mil personas resultaron con lesiones.

Según la Asociación México Previene, uno de los principales objetivos, del que pocos hablan, es la reducción de accidentes viales con medidas que buscan mejorar la destreza al manejar y evitar distracciones.

“Los cambios al reglamento se basaron en datos y evidencia científica, una estrategia que ayuda a complementar la cultura de la movilidad en nuestra ciudad, pero que salva vidas, pues se podría reducir hasta el 40 % de los accidentes viales en la capital”, declaró Monserrat Narváez, presidenta y vocera de la organización civil.

Ventajas y desventajas

Reflejo de la inconformidad que se ha generado, ya se registran amparos de inconstitucionalidad en contra del nuevo reglamento. Reclaman la aplicación de multas excesivas y desproporcionadas, uso de tecnología no certificada, afectación a la salud e incumplimiento de las autoridades.

Alejandro Luna, coordinador del Grupo Movilidad y Vanguardia MOVA, expresó. “No estamos en contra del reglamento, sino con el monto de las multas que no se adecuan al salario mínimo ni a la operación diaria de las unidades de transporte; sin embargo, sí creemos que la colaboración conjunta y el respeto a las normas es importante para la convivencia vial. Nosotros ya trabajamos con la capacitación de operadores de transporte público para cooperar con el gobierno, pero también exigimos sanciones justas”.

De igual manera, la Comisión de Movilidad, Transporte y Vialidad de la Asamblea Legislativa del Distrito Federal confirmó que el gobierno analiza cambios para que en las vialidades principales se pueda circular a 70 u 80 kilómetros por hora y no a 50 como marca el ordenamiento.

Sin embargo, el consejero jurídico y de servicios legales del DF, Manuel Granados Covarrubias, explicó que el

• México ocupa el séptimo lugar entre los diez países que concentran la mayoría de los accidentes de tránsito.

• Si un peatón recibe el impacto de un auto a 50 km/h, únicamente tendría 20 % de probabilidades de sobrevivir.



Monserrat Narváez, Presidenta y vocera de México Previene A.C



Dr. Manuel Granados Covarrubias, Consejero Jurídico y de Servicios Legales del DF



Alejandro Luna, Coordinador general de MOVA



• A un auto que va a 30 km/h le toma 13 m frenar, y si va a 50 km/hr, le toma el doble.

sos, la meta

Editorial

¿#MisiónCumplida apá?

Para que la cuña apretara, la lección tenía que venir del otro lado del Atlántico y ¡en la madre patria!, ¿más de uno a temblar?

Al parecer, el teleculebrón de la *reina-actriz* y su “amigo” no dio para mucho, porque todavía en pleno jolgorio mediático con el #MisiónCumplida, de España llegó el recordatorio de que corrupción e impunidad son los verdaderos lastres de este país.

Quede para la posteridad la siguiente lección: Mientras dos oficiales de la policía de Caminos le rechazaron dinero, casas y hasta empresas al delincuente más buscado del mundo (cuando fortuitamente lo detuvieron, por exceso de velocidad), fuera de nuestro país se exhibe a la caterva política que se embolsa miles de millones de pesos, endeuda al país, no rinde cuentas y, encima, goza de cabal impunidad.

A ver, que alguien salga a explicar por qué en España se dieron cuenta de los manejos fraudulentos del exgobernador coahuilense, mientras en su tierra era nada menos que intocable.

Un ridículo más para la procuración de justicia que en México absolvió a ese “dirigente”, que ya era seguido por autoridades de Estados Unidos, por presunto blanqueo de dinero en España.

Nos embaucan con la epopeya que culminó en un motel entre Los Mochis y Navojoa; nos dicen que el aspirante a productor cinematográfico es la representación de todo lo malo que hay en México, pero curiosa y “sospechosísticamente” nadie habla, ni revela –ni castiga, obviamente- a los fun-cio-na-rios que colaboraron en su segunda fuga de un penal de máxima seguridad.

Hay quienes aseguran que la existencia de la delincuencia “organizada” representa la corrupción y podredumbre de ese gran negocio que en México se llama política.

Agregaríamos que apantallados (en HD, por aquello del apagón, ¡claro!) por la apología de los buenos contra los malos, pasamos por alto que nuestra clase política –en su gran mayoría- está marcada por alarmantes niveles de degradación, corrupción e impunidad.

Reza la conseja popular que “no hay peor ciego” y en virtud del escándalo que brinda la detención de un exdirigente del partido en el poder, antes de caer en la frivolidad, hay que trabajar –sin demagogia- para hacer creíbles a las instituciones, empezando por las de procuración de justicia.

Para que la #Misión-Cumplida se haga realidad, se avizora un trecho tan largo y oscuro, como túnel en penal de máxima seguridad.



costo de una vida no tiene comparación y que al final del día lo más importante es que haya menos accidentes. “México ocupa el séptimo lugar por muertes de tránsito en el mundo y las cifras indican que hay una disminución del 23 % de decesos por esta razón, desde la entrada en vigor de la norma hasta el día de hoy”.

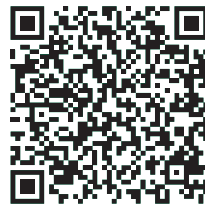
El funcionario anunció, que la autoridad estudia rebajar el monto de las multas hasta un 75 % por pronto pago, y advirtió que no se dará un paso atrás en la implementación de este polémico reglamento.

El trabajo es mucho y falta que la gente se familiarice con las normas de convivencia vial, estar informado le permitirá exigir a las autoridades infraestructura y personal propicio para hacer valer la ley, respetar nuestros derechos y mejorar la seguridad. La decisión la tiene usted.

• **Mirar su teléfono cuando maneja a 30 km/h, es como si cerrara sus ojos durante tres metros del trayecto.**

Fuente: Conapra

¿Quiere saber si ha sido multado?, ingrese su número de placa aquí: www.finanzas.df.gob.mx/sma/consulta_ciudadana.php



Se hace del conocimiento del público en general que **FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.**, es la titular de los registros de marca 1441152, 634747, 1529516 y 905643.

Amparando en la clase 35, 42 y 44 internacional, los siguientes servicios:

Publicidad para la comercialización de productos farmacéuticos, suplementos alimenticios, material de curación, productos de belleza, productos ópticos y de optometría.

Compra y venta de todo tipo de medicamentos y productos farmacéuticos.

Servicios médicos; servicios veterinarios; cuidados de higiene y de belleza para personas y animales; servicios de agricultura; horticultura y silvicultura.

Todos ellos registrados ante el **Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial**, como a continuación se reproducen:



Clase 35 y 44 Internacional.

FARMACIAS SIMILARES*

Clase 42 Internacional.



Clase 35 Internacional.

Por lo anterior, cualquier uso de dichas marcas registradas sin la autorización previa de **FARMACIAS DE SIMILARES, S.A. DE C.V.**, implica una violación a la legislación en materia de propiedad industrial.

Aplauden propuesta de Obama

Organizaciones defensoras de los derechos de los inmigrantes celebraron el anuncio de la Suprema Corte de Justicia de Estados Unidos de analizar la controversia legal en torno a la acción ejecutiva propuesta por el presidente Barack Obama.

“El anuncio de la Suprema Corte es una gran victoria en nuestra lucha por los derechos de millones de familias que finalmente tendrán su día en corte y la oportunidad de que se escuche su voz”, dijo Cristóbal Alex, presidente del grupo Latino Victory Project, orientado a la concientización política de la comunidad latina.

“Felicitamos a la Suprema Corte por tomar el caso y les pedimos que hagan lo correcto y que implementen el Programa de Acción Diferida para Padres de Ciudadanos Estadunidenses y Residentes Permanentes Legales (DAPA) y el de Acción Diferida para los Llegados en la Infancia (DACA)”, señaló Alex en un comunicado.

Los programas DAPA y una expansión del DACA creados bajo la acción ejecutiva de Obama, otorgarían alivio contra las deportaciones a unos cinco millones de inmigrantes indocumentados.

“El DAPA y la expansión de DACA beneficiará a nuestra economía y traerá paz y estabilidad a los hogares de millones de familias trabajadoras con estatus migratorios mezclados”, dijo Alex.

Adam Luna, vocero de “United We Dream”, grupo liderado por jóvenes inmigrantes, celebró que las familias



inmigrantes finalmente tendrán su día ante la Suprema Corte.

“En última instancia, ellos decidirán si rechazan la demanda interpuesta por motivos políticos que ha bloqueado a millones de familias inmigrantes de la oportunidad de vivir y trabajar sin miedo”, explicó.

Luna dijo que “aunque el calendario no es definitivo, podríamos esperar que la Suprema Corte escuche nuestro caso en algún momento de abril y que, posiblemente, tome una decisión a finales de junio”.

Dijo que ahora, la comunidad hispana debe trabajar junta para asegurarse de que todos en Estados Unidos conozcan lo que está en juego en la decisión de la Suprema Corte y cómo esta podría afectarles.

El fallo que asuma la Su-

prema Corte no afectará el programa original de DACA, anunciado en 2012 para dar permisos de trabajo a jóvenes estudiantes indocumentados, dado que no está incluido en la demanda legal interpuesta por Texas y otras 25 entidades, que ha mantenido frenada la acción ejecutiva de Obama por más de un año.

United We Dream exhortó a los jóvenes que califican para DACA a seguir aplicando y si ya se tiene el programa, asegurar inscribirse en su renovación.

También advirtió que el hecho de que la Suprema Corte haya decidido tomar el caso, no significa que las personas puedan ya comenzar a solicitar DAPA o la extensión de DACA, por lo que no deben dejarse engañar o dar su dinero a los abogados o notarios que estén diciendo lo contrario.

La acción ejecutiva sobre inmigración fue anunciada por Obama el 20 de noviembre de 2014, a fin de extender el amparo contra la deportación a casi la mitad de los 11.2 millones de indocumentados que se cree residen en Estados Unidos.

La medida otorgará a los indocumentados que califiquen un alivio contra la deportación hasta por tres años y permisos de trabajo, pero no serán elegibles para otros beneficios gubernamentales, incluyendo subsidios bajo La ley de Salud Accesible.

La acción del presidente Obama pretende beneficiar principalmente a los indocumentados que tienen hijos nacidos en Estados Unidos o que son residentes legales permanentes de este país y que llegaron al país desde hace cuando menos cinco años.

Línea del amor

Tú decides cuándo y con quién



www.farmaciasdesimilares.com.mx

DE VENTA EN:



FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO"®

HASTA
75%
DE AHORRO®

Prevenición es salud

Didáctico



Historias armables

Arturo Martínez

Un estadio treintañero

Un estadio es... un estadio. Pareciera muy sencillo, pero en realidad, cuando se lleva a cabo en él un espectáculo de cualquier tipo y la gente se reúne, une sus voces a otras miles y gritan "goool" al mismo tiempo, o cantan juntos una canción, entonces un estadio, no es solo un estadio. Y al que se llama estadio Corregidora, que está en Querétaro, le pasa eso.

El Corregidora se llama así para recordar a la ilustre esposa del corregidor de esa entidad, durante la época del inicio de la guerra por la Independencia de México, doña Josefa Ortiz, a quien le decían de cariño, precisamente así, la "Corregidora".

Este estadio se estrenó el 5 de febrero de 1985, y se hizo para ser una de las sedes del Mundial de fútbol, en 1986.

La construcción se realizó solo con materiales mexicanos. Al principio querían que fuera un estadio tan grande como el Azteca, pero resultó muy complicado y decidieron hacerlo más pequeño.

El Corregidora se inauguró con un partido entre la Selección Mexicana, dirigida por Bora Milutinovic, y Polonia, que goleó 5-0. Por cierto, la entrada fue gratuita.

Pero no solo ha habido fútbol, también espectáculos como el del inglés Rod Stewart, uno de los primeros conciertos de rock en México. Los boletos costaron 65 mil pesos, de aquel entonces. Otros que ahí se han presentado son Maná, Timbiriche, Shakira y Miguel Bosé. Incluso, se han jugado partidos de fútbol americano colegial.

Asimismo, fue una de las sedes del Mundial Sub-17, y ahora, como dicen, es la casa de los Gallos Blancos de Querétaro.

Así, pues, el Corregidora tiene 30 años, y el arquitecto que lo construyó dice: "Hicimos un estadio bonito, sencillo, humilde y funcional". Él se llama Luis Alfonso Fernández Siurob, y cuando hizo esta obra tenía apenas 35 años. Seguro que tú eres más joven. Y aquí está tu oportunidad de armar un estadio, del tamaño que prefieras. Esperemos que dure más de 30 años.

Escanea el código y descarga otros modelos

Síguenos por:



Simi TV

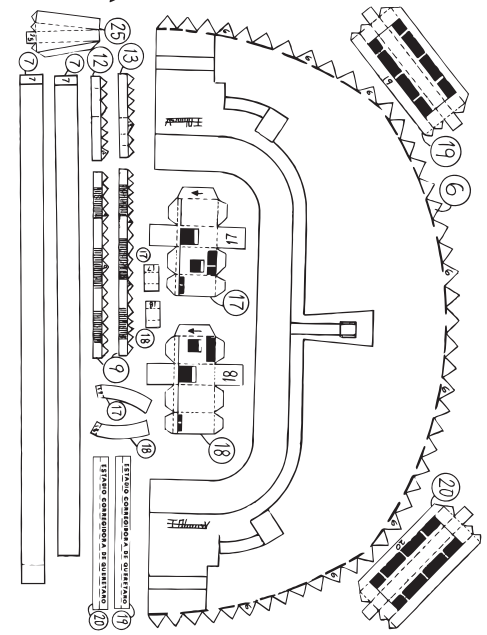
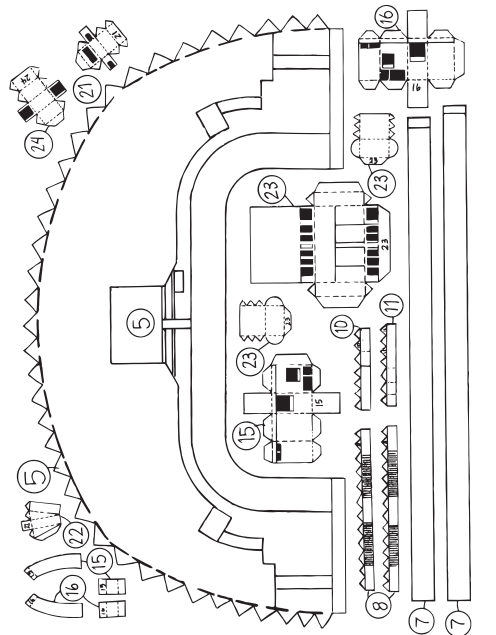
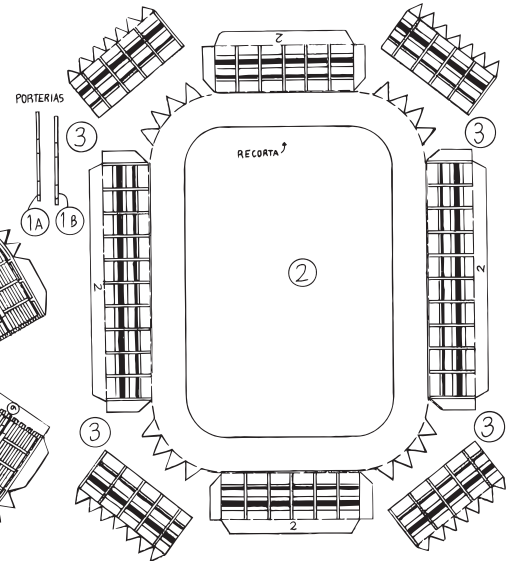
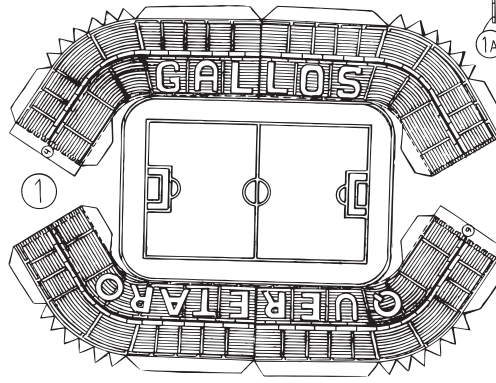
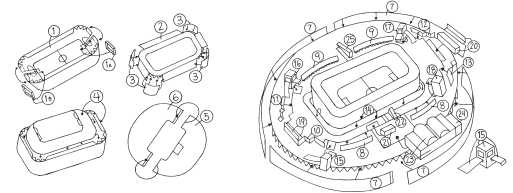


@DrSimiTV



¡Amplifícalo, por partes, del tamaño que quieras!

- 1.- Saca copias para tus amigos
 - 2.- Pega los planos en una hoja de papel bond
 - 3.- Coloréalo
 - 4.- Recorta las piezas, según el orden de los dibujos
 - 5.- Ármalas doblando y pegando las pestañas
 - 6.- Pégalas como se indica en los dibujos
- Si te cuesta trabajo armarlo dile a tus papás que te ayuden



Edmundo Javier Olmos Vargas
58 25 94 69 - 044 55 32 49 74 47

¿Cuántas figuras has armado y están en tu colección? Si tienes una sugerencia, manda tu correo a simi_informa@porunpaismejor.com.mx

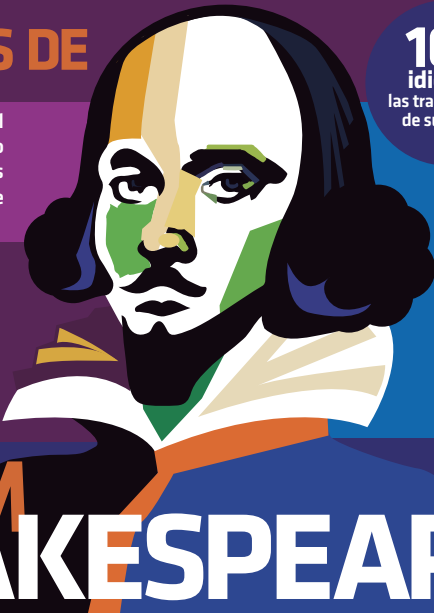
400 AÑOS DE

Este 2016 se conmemorarán 400 años del fallecimiento del más grande dramaturgo de la literatura inglesa, que a través de sus obras continúa cautivando a lectores de todo el mundo.

NACIÓ
23 de abril de 1564,
Stratford-upon-Avon, Reino Unido*

MURIÓ
23 de abril de 1616,
Stratford-upon-Avon, Reino Unido

*No se sabe la fecha exacta de su nacimiento, por lo que se utiliza la fecha del registro de su bautizo en la iglesia cristiana



100 idiomas las traducciones de sus obras

37 obras de teatro

250 películas de su obra

más de 1,700 palabras inventadas por el escritor

WILLIAM SHAKESPEARE

FECHAS CLAVES EN SU VIDA

1582 Se casó a los 18 años con Anne Hathaway (homónima de la actriz) de 26 años, quien ya estaba embarazada de su primer hijo.

1592 Participó como actor y dramaturgo en la compañía de teatro "The Lord Chamberlain Men".

1598 "Love's Labour's Lost" fue la primera obra publicada del dramaturgo. Su trabajo atrajo la atención real y actuó varias ocasiones ante la Reina Isabel I.

1599 Las obras volvieron al dramaturgo rico y famoso. Junto con el grupo "The Lord Chamberlain Men" construyó el teatro "The Globe".

1603 Al fallecer Isabel I, la compañía de Shakespeare recibió una patente real por el rey Jaime I y su compañía se convirtió en "The King's Men".

1609 Fueron publicados 154 sonetos del autor, en los que explora temas sobre el amor, el sexo y la belleza.

ALGUNAS PALABRAS CREADAS

- Assassination = asesinato
- Courtship = Cortejo
- Suspicious = sospechoso
- Gossip = chismes
- Invulnerable = invulnerable
- Critic = crítico
- Academe = academia
- Countless = incontable
- Fashionable = de moda
- Moonbeam = rayo de Luna

PRINCIPALES OBRAS

- Romeo y Julieta (1597)
- El mercader de Venecia (1600)
- Hamlet (1603)
- Otelo, el moro de Venecia (1622)
- Macbeth (1623)

SABÍAS QUE...

Este año se llevará a cabo el programa mundial "Shakespeare Lives", un conjunto de actividades y acontecimientos para resaltar su influencia y extender la obra del dramaturgo como recurso educativo en el mundo.



Fuentes: bbc.co.uk, shakespeare-online.com, shakespearewords.com, shakespeare400.org, biography.com
Investigación: Jennifer Rosado Martínez Edición: Mónica I. Fuentes Pacheco Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoria

Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez

Hola, amigos del buen decir. Hoy, para aprender a expresarnos con propiedad, la recomendación es la siguiente:

Una persona *explosiona* o *hace explotar* una bomba, no explota la bomba.

El verbo *explotar* no es apropiado en frases como las siguientes, en las que alguien se encarga de detonar una bomba.

Ejemplo: «Especialistas del ejército

explotan una bomba colocada por los narcos».

Aquí, *explotar* se está empleando como transitivo acompañado de un complemento directo (la bomba), cuando, con el sentido de 'hacer explosión', es siempre intransitivo, según indica el Diccionario académico.

El verbo *explosionar*, por su parte, puede utilizarse como transitivo («El agente explosionó la bomba») y como

intransitivo («La bomba explosionó»).

Por tanto, *las bombas explotan, estallan o explosionan* mediante los mecanismos instalados para ello; pero, si se afirma que una persona activa esos mecanismos, lo apropiado es utilizar *explosionar* o las construcciones *hacer explotar* o *hacer estallar*.

Hasta la próxima, amigos.

fegupe1949@yahoo.com.mx

¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez



La señora cronista del barrio

Ay, me gustan las quesadillas que se comen al anochecer en los barrios de las ciudades y en los pueblos, porque han generado un personaje, la señora que las venden, pues si tiene sazón se vuelve personaje insustituible de la convivencia cotidiana.

Se puede llamar doña Xóchitl, doña Petra, doña Chelita la de las quecas, pueden cambiarle de nombre y de rumbo, pero el personaje ahí se queda para cumplir una función: ¡La de cronista del barrio!

Por supuesto que el preparado de las de sesos, con amor, o las de coliflor para el desamor, o las de hongos con su ramita de epazote para estar en la onda orgánica y el culto a la salud, pues nos lleva a ver que doña Meche no le ponga mucha manteca al antojito, eso sí, la salsa es imprescindible en su toque mágico: pica y sabe y siento que se acabe, todo esto aderezado con las bancas improvisadas y los suéteres y las chamarras y, a veces, hasta las cobijas, mientras se bebe un refresco, o un café de la olla.

Aderezado con el ambiente del chicharrón prensado, la tinga, la papa, el quesillo, requesón, los frijolitos refritos, la pancita, el huilacoche, y entonces la noche se engalana para recibir la intimidad de una cobija.

Y ahí, doña Pachita se siente la reina de la atención, ella, mientras sus manos diestras reparten las porciones sobre el maíz que se cuece, así como no queriendo la cosa, suelta el anzuelo:

- "Buenas noches, vecinita, cómo le fue anoche, ya no la vi cuando regresó...".
Y la vecinita comiendo la del trago amargo, cohibida, suelta un:

- "Es que me trajeron en coche y me dejaron frente a mi casa...".

Y, zas, doña Meche, como buena reportera, ata datos y llega a la conclusión de que esta se casa a fin de año, y tómenla vecinos, el reguero de la noticia corre por el barrio como si fuera en cadena nacional, de costa a costa y de frontera a frontera: la vecina del nueve se nos casa y se nos va a Pénjamo.

Uy, por eso me encanta el barrio, porque a la gente no se le va una, todas las va apuntando en la memoria de la cronista del barrio, la señora que vende quesadillas, digo, para lo bueno y para lo malo, para la seguridad, al ver al forastero: ¿Y ese quién es? Ojo avizor, ¿o no?

NEBUCOR
Guardián de la salud
Los mejores del mundo.

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

Nebulizador recomendado por:

ASOCIACIÓN MEXICANA DE PEDIATRÍA, A.C.
ASOCIACIÓN MEXICANA DE PEDIATRÍA

SOCIEDAD MEXICANA DE NEUMOLOGÍA Y CIRUGÍA DE TUBOS, A.C.
DESDE 1959

- Nebulizador de motor
- Diseño moderno
- Innovadora cavidad sujeta-ampolla
- Incluye mascarilla adulto y pediátrica
- Fabricado en México
- Exclusiva ampolla Hudson

Higiene es salud.

NEBULIZADOR COMPRESOR COMPACTO **Mod. P-103**

Acción directa contra ese molesto barro o espinilla

Sklean Gel

Reg. No. 169M2004 SSA VI
Aut. 08330020181891

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

Si persisten las molestias, consulte a su médico

Crucigrama

Horizontales

- Cielo en inglés
- Sinónimo de barrigón
- Presidente municipal de Cuernavaca
- Golpe dado por el verdugo
- Primera esposa de Octavio Paz
- Roma al revés
- Retrete colectivo hecho en una zanja
- Sobrino de mi hermana

Verticales

- Apodo de González Iñárritu
- Complemento de ropa que va al cuello
- Autor de la Capilla Sixtina
- Pieza subterránea entre los cimientos de un edificio
- Mote de Siqueiros
- Corte del cabello de la coronilla
- Contenedor con un agujero en el fondo para cultivar plantas
- Conferencia Nacional de Gobernadores
- Novia de Popeye
- El mayor órgano del cuerpo humano
- 1000 años son un
- Padre de Kate del Castillo

Solución



FARMACIAS SIMILARES
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA 75%
DE AHORRO

SOLICITAMOS

- VENDEDORES
- BOTARGUEROS
- INTENDENTES

Acude a la sucursal más cercana a tu domicilio, búscanos en Facebook como Atracción de Talento Farmacias Similares o envía un correo:



atracciondetalento@farmaciasdesimilares.com.mx

Una pulga gigante

Fernando Gutiérrez



Es simple y llanamente, el mejor jugador del planeta, quizá más de lo que fueron en su momento “Pelé”, Di Stéfano, Maradona o Cruyf. Tiene todos los premios. Bueno, a decir verdad, solo le falta uno: ser campeón del mundo con la selección Argentina. Es bajito, muy bajito, apenas 1.70, por eso lo apodan la “Pulga”, un fenómeno de las canchas.

Usted ya sabe a quién nos referimos. Claro, Lionel Andrés Messi Cuccittini, ese que llegó al Barcelona a los 13 años, de la mano de sus padres, sacado de las fuerzas infantiles del Newell’s Old Boys. Ese que a los 16 debutó como profesional, ante el Oporto. Ese que en 2004, con 17 años, jugó su primer partido oficial en la Liga española. Ese que a los 18 se consagró campeón mundial con la selección Sub-20 argentina. Ese que ya tiene 5 balones de oro, algo que ningún otro futbolista ha logrado.

Nacido en Rosario, Santa Fe, hace 28 años, ya es un inmortal del deporte, por su técnica excepcional, endiablada velocidad y una inventiva inagotable que le ha llevado a lograr niveles de goleo estratosféricos, los cuales les han dado al Barcelona 14 de 18 títulos posibles. Considerado unánimemente el mejor futbolista del momento, su talento individual se ha visto reconocido en cinco ocasiones con el Balón de Oro (2009, 2010, 2011, 2012 y 2015).

Conocido como *Leo*, *la Pulga*, *el Mesías* o *LM10*, mostró su clase futbolística desde los 5 años cuando “cascareaba” en las calles de su barrio, algo que le valió para ingresar a las divisiones inferiores del Newell’s Old Boys de Rosario, a los 7.

Sin embargo, no todo era perfecto, pues a los 10 años, a punto de dar el salto al club River Plate, de Buenos

Aires, se le detectó un retraso en el desarrollo óseo causado por un bajo nivel de hormonas del crecimiento. Messi tenía entonces trece años y media apenas 1.40.

Entonces su padre decidió emigrar a Barcelona, donde le habían ofrecido trabajo y la posibilidad de un tratamiento médico.

Ya en tierras catalanas, en septiembre de 2000, Leo realizó una prueba en el Barcelona, y el técnico Carles Rexach quedó maravillado con su talento futbolístico. Entonces fue firmando con un contrato escrito en una servilleta de papel, como cuenta la anécdota. Así, se incorporó al club, que se hizo cargo del tratamiento del chico.

Hoy su estatura es inimaginable, pues se mide de la cabeza al infinito.

fegupe1949@yahoo.com.mx

Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez



Banquete beisbolero

Cierto: un poco más de 6 mil aficionados al Rey de los Deportes podrán asistir al estadio Fray Nano, para presenciar los días 26 y 27 de marzo próximo, dos juegos de Ligas Mayores, entre los Padres de San Diego y los Astros de Houston. La grata y sorpresiva noticia estuvo a cargo de Miguel Ángel Mancera, jefe de gobierno del Distrito Federal, quien entre otras cosas dijo que “la Ciudad de México es la capital de los grandes eventos deportivos y la *City Series*, como se denominó al evento, es una prueba de ello”.

Me imagino que desde el momento mismo en que nos enteramos de esto, mentalmente nos trasladamos al Parque del Seguro Social, reliquia deportiva que lamentablemente fue destruida para edificar en su lugar, una plaza comercial que, para muchos, se trata de un gran monumento a la estupidez.

Es que, efectivamente, no se tomó en cuenta que ese añorado parque fue patrimonio no solo de la Ciudad de México, sino de todo el país. Sobre esa arcilla sagrada jugaron estrellas de la Gran Carpa, tan grandes como Babe Ruth, Mikey Mantle, Sandy Koufax, Roger Maris, Whitey Ford y tantos más.

¿Cómo no recordar aquella noche en que los Tigres capitalinos, de don Alejo Peralta, le dieron la voltereta a un juego que parecía perdido, pero que finalmente vino un grand *slam* de Pancho García para ganar a los Medias Blancas de Chicago? ¿Cómo olvidar que en esa reliquia destruida nos brindaron su esfuerzo y garra deportiva mexicanos como Beto Ávila, Aurelio Rodríguez, Héctor Espino, Vicente “Huevo Romo” y decenas de verdaderas estrellas que ahora brillan en el Salón de la Fama del Beisbol Mexicano?

Y como se sabe, después de tanta historia, los Tigres huyeron de la Ciudad de México para ofensa de millares de tigristas y a don Alejo Peralta, su gran escultor.

Pero, de cualquier manera, esa es historia que lastima, pero muy buenas cosas se han de escribir en el presente y futuro.

Y como siempre, en este nuevo campanazo, mucho tiene que ver don Alfredo Harp Helú quien, como ya lo he dicho, tiene corazón de beisbol.



Cine+

Ivan Cruz Mejía
ivanacruzmejia@gmail.com

Reconocimiento laboral...

Con los primeros días del año vienen las entregas de premios más "reconocidos" de la industria cinematográfica mundial: los Globos de Oro y los Oscar. Como siempre, Estados Unidos, de alguna manera, se las arregla para hacernos creer que su opinión es la que define lo que está bien hecho y lo que no.

Tampoco es que no sepan lo que hacen; si algo debo reconocer de los estadounidenses, es que se preocupan por especializarse en todas las áreas, así que las personas que deciden estos premios tienen las bases y preparación para reconocer y distinguir trabajos audiovisuales como los mejores del año. Lo que llama nuestra atención, en particular, es el reconocimiento que tienen Alejandro González Iñárritu y Emmanuel Lubezki. Como siempre, quiero dejar en claro que no es su nacionalidad lo que debe hacernos ver su trabajo, no seamos tan básicos de solo brincar y gritar como si estuviéramos viendo el fútbol solo porque son mexicanos. La calidad de su trabajo los ha convertido en dos de los personajes más cotizados y reconocidos en la industria del cine.

Con su más reciente película, *The Revenant* (2015), han sido nominados para todos los premios posibles, ya lograron varios como mejor película y director para Iñárritu, en los Globos de Oro, y mejor fotografía para Lubezki, por la Asociación de Críticos de Estados Unidos y Canadá. Con 12 nominaciones, se espera que en la entrega de los Óscar mantengan su racha ganadora y se lleven unas cuantas estatuillas más, justo como el año pasado con *Birdman* (2014).

En una entrevista para la prensa internacional, escuchaba hablar a Iñárritu, y me quedó un poco más claro el porqué de su éxito. Alejandro habla y se expresa con gran entusiasmo de su labor como director, con pasión y gusto; saborea cada aspecto de la realización de un filme. Está enamorado de su profesión y se refleja en cada una de sus obras.

Valdría preguntarnos, nosotros, simples mortales: ¿Cuándo fue la última vez que gozamos un día de trabajo? O mejor dicho, ¿lo hemos disfrutado algún día?

El duelo los

Miguel Ángel Becerril



Inmersos en la gira *¿Con quién se queda el perro?*, y con el éxito de su tercer álbum, los hermanos Jesse y Joy sufrieron un duro golpe, la muerte de su padre, quien a decir del primero, era su más duro crítico: "Nos alentaba para hacer las cosas bien, nos miraba con agrado cuando algo le gustaba; pero ya sabíamos que si se ponía la mano en la barbilla, era que no le agradaba lo que estábamos haciendo. Siempre estubo en nuestros espectáculos y en las grabaciones de los discos y videos.

"El perderlo fue un duro golpe, pero siempre estará presente, pues de su esencia ha nacido *Un besito más*.

"Cuando todo pasó, nos quedamos mudos, no podíamos creer que ya no estaría con nosotros. Jesse, para

inspira



desahogarse, componía melodías; yo, en cambio, estaba en blanco, hasta que un día, al oír la música que tocaba mi hermano, salí del baño y le dije: ‘Sigue tocando, ya tengo la letra, a la mente se me había venido la frase que desde pequeños nos decía: *Un besito más*. Al tararearla, se agolparon los recuerdos, y así nació esta canción que es un homenaje para Eduardo Huerta, nuestro padre’.

“Después del duelo, cuando empezamos a retomar nuestra carrera y la elaboración de un nuevo disco, pensamos en Juan Luis Guerra para hacer una colaboración. Le mandamos varios temas, de ellos, para nuestra sorpresa, escogió *Un besito más*, sin saber para quién la habíamos hecho. Él le puso sabor, candela, y salió una melodía rítmica y alegre, tal como era nuestro padre”.

La banda de hermanos considera que *Un besito más*, es lo más arriesgado que hasta la fecha han hecho, pues tiene influencias de Latinoamérica, Estados Unidos, África y Europa, y en la que escucharemos sonidos y letras que en anteriores entregas no se habían permitido.

Un besito más contiene 13 temas, todos de la inspiración de los hermanos Huerta, donde también colaboraron Tommy Torres y Alejandro Sanz, que con el tema *No soy una de esas*, ya se encuentra en los primeros lugares del top ten latinoamericano.

El plus en *Un besito más* es la colaboración que Jesse hace en el tema

El Malo, donde el músico se deja oír, por primera vez, en compañía de Joy y Tommy Torres.

“Dentro del arte del disco quisimos plasmar nuestra biculturalidad, ya que como hijos de padre mexicano y madre norteamericana, y después del deceso, deseábamos tener su esencia, así que por la parte paterna decidimos incluir los míticos volcanes de México: el Popocatepetl y el Iztaccíhuatl, y por mi madre, el lago Michigan, en la frontera de Estados Unidos con Canadá.

“La estrella que aparece entre nosotros la encontramos en los estudios donde grabamos, estaba arrumbada, sin embargo tenía un brillo especial; un día decidimos prenderla y brillaba como si fuera nueva, entonces decidimos que representaría la esencia de nuestro padre, una estrella que nos acompañará y guiará para siempre y que, como dice una estrofa de *Un besito más*: “Sé que no querías marcharte, sé que te querías quedar. Donde estés, un día iré a visitarte. Solo guárdame un besito más”.

Jesse & Joy inician la presentación de *Un Besito más*, el viernes 19 de febrero en el escenario del Plaza Condesa, en la Ciudad de México; si deseas conocer los lugares y fechas donde se presentarán en fechas próximas en el interior de la república accede a: www.jesseyjoy.com www.twitter.com/jesseyjoy www.instagram.com.jesseyjoy www.facebook.com/JesseyJoyoficial

Frente a la tele

Álvaro Cueva
alvaro@alvarocueva.com



Un consejo

Con toda la humildad de la que puedo ser capaz, le voy a dar un consejo: sáquele provecho a la nueva televisión digital terrestre.

Yo sé que el “apagón analógico” ha sido una desgracia y que muchas personas siguen batallando para renovar sus equipos.

Pero también sé otra cosa que casi nadie comenta: este cambio lo aprovechan ciertas instancias, unas más macabras que otras, para llevar agua a sus molinos. La televisión abierta ni está muerta, ni está perdiendo poder, ni tiene sus días contados, ni está siendo sustituida por Netflix o por la internet.

Si no me cree, échele un ojo a lo que está pasando en otros países y revise los números con frialdad.

¿Entonces por qué tenemos tan malos contenidos en la televisión abierta mexicana?

¿Le digo la verdad? Tenemos malos contenidos en los mismos canales de toda la vida.

Con la nueva televisión abierta digital terrestre hoy tenemos más canales “inteligentes”, públicos y privados, que canales “estúpidos”.

La cosa es que usted coloque bien su antena, los sintonice y les haga ruido. El menú cambia de ciudad en ciudad pero siempre, frente a las señales “chatarra” tenemos opciones como los canales Una Voz Con Todos, IngenioTV y Once Niños. Ojo, esto es tan incómodo para ciertas compañías que la mayoría de estas frecuencias o no están o están escondidas en los cables y las antenas directas al hogar.

Pero existen, tienen cosas que ya las quisieran en otras partes del mundo y son completamente gratis.

Se lo digo con mucho respeto y cariño: yo sé que quejarse de los mismos programas de los mismos dos canales es muy “entretenido”, o que pronosticar el fin de la televisión se ve “bien”.

Pero aquí está pasando algo importante, bueno, y si usted no lo mira terminará por seguirle el juego a los intereses de ciertos grupos que son los que, en lugar de darnos la televisión que merecemos, nos han estado ofendiendo sistemáticamente con lo peor de sus repertorios.

Sáquele provecho a la nueva televisión digital terrestre. Vale la pena. De veras que sí.

Farándula

¡Elimina las
Verrugas!

Líquido removedor
de verrugas



Reg. No. 0127C 2004 SSA
Aut. 083300201B1897

NO SE UTILICE EN PERSONAS DIABÉTICAS,
NI CON PROBLEMAS DE CIRCULACIÓN

Si persisten las molestias,
CONSULTE A SU MÉDICO

De venta en:
FARMACIAS SIMILARES®

En la casa,
la oficina
y la farmacia

Simiradio es nuestra
nueva sustancia



Conéctate y súmate a nuestra gran comunidad
Ingresa a www.siminforma.com.mx
o a través de Tuneln

Tu vida sin dolor



Paola
Espinoza

Medallista olímpica



Si persisten las molestias, consulte a su médico.

www.farmaciasdesimilares.com



FARMACIAS SIMILARES[®]
"LO MISMO PERO MAS BARATO"[®]

HASTA
75%
DE AHORRO[®]