



SIMINFORMA

Por Un País **Mejor**®



Rumbo a la historia

pp. 10 y 11

Sobrevive al cáncer y cambia su visión de vida



p. 3

¿Retirarme? ¿Moriría?: Pepe Bustos



p. 9

Alimentación del futuro



pp. 12 y 13



Realízate **GRATIS** la prueba para la detección de la diabetes

**TODOS LOS MARTES
DE OCTUBRE Y NOVIEMBRE**

EN LOS CONSULTORIOS MÉDICOS DE
FUNDACIÓN BEST, A.C.

Y tú... ¿ya te hiciste la prueba?

Dr. Mauricio Cruz Mendoza. Cédula profesional 8785409. Universidad Tominaga Nakamoto.



médico.



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

Sobrevive al cáncer, y cambia su visión de vida

Astrid Espinoza

La fe mueve montañas y Ana Celia Salinas es claro ejemplo de ello. Su confianza para superar el cáncer de mama, que un día la invadió y cambió la vida, fue una de las razones por las cuales ganó la batalla a esta enfermedad, segunda causa de muerte entre mujeres mayores de 40 años.

En febrero de 1995, con 31 años de edad, notó algo extraño en su seno izquierdo, por lo que acudió a su clínica del IMSS, donde días más tarde le dieron el diagnóstico: “cáncer agresivo”.

“Al escuchar al médico pronunciar la palabra ‘cáncer’, sentí un miedo enorme, miedo a morirme y dejar solas a mis hijas: Nayeli, de 10 años, y Valeria, de 5.



Tras ganarle la batalla al cáncer de mama, Ana Celia Salinas recomienda ser fuerte, persistente, y enfrentar la enfermedad con valentía para vencerla

“Varias veces me preguntaba: ‘¿Por qué a mí?, ¿por qué en este momento que tengo la posibilidad de rehacer mi vida sentimental?’. Pero de esa misma preocupación saqué la fuerza y valentía para salir adelante, porque, dije, ‘mis hijas me necesitan y yo quiero vivir’”.

A pesar de la enfermedad que la aquejaba, Ana Celia decidió enfrentar con actitud positiva el diagnóstico y se sometió de inmediato a una cirugía, en la que perdió parte de su seno.

Enseguida, inició el tratamiento: seis quimioterapias y 25 radioterapias, además de medicamentos.

“Una vez que comencé el tratamiento, pasaron 10 meses que, para mí, fueron eternos, pero siempre positiva, con la idea de que iba a ganar la batalla”, comentó.

Empezó, entonces, una etapa de mucha disciplina, constancia y de mentalizarse para sobrellevar los efectos secundarios de los medicamentos. Aunque en la recta final, la última quimioterapia y radioterapia la tumbaron en la cama, logró levantarse, gracias al amor, cuidados y apoyo de su familia.

El esfuerzo valió la pena, dice Ana Celia, pues al finalizar el tratamiento y tras haber rezado mucho a la Virgen de Guadalupe, su médico le dio la buena noticia y lo que ansiaba escuchar: el cáncer había sido erradicado con éxito.

“Definitivamente, a raíz de mi enfermedad no soy la misma. Hubo un



cambio notorio en mi forma de ser y de pensar: me volví más sensible, aprendí a valorar la vida y a las personas que me rodean. Dejé de ser rencorosa y de quejarme de todo. Ahora vivo la vida al máximo y trato siempre de ser feliz”.

A 20 años de esta experiencia, Ana Celia concluye que haber actuado a tiempo, su fe en Dios, su actitud positiva y el apoyo de su familia, fueron factores clave para que pueda brindar su testimonio de vida, en espera de que sea de utilidad para otras mujeres.



Pildoritas del Padre José

P. José de Jesús Aguilar

La Virgen del Pilar

Una tradición muy antigua menciona que la primera aparición de la Virgen María aconteció cuando ella aún vivía en esta Tierra. Según esta tradición, cuando los apóstoles se separaron para predicar por todas las regiones, tocó al apóstol Santiago, el mayor, realizar su misión en la zona conocida como Hispania, la actual España. Inició su labor con gran entusiasmo pero, llegó un momento en que, al llegar a la ciudad de César Augusta (la actual Zaragoza) sintió que los obstáculos y el

cansancio le hacían decaer en su misión. En ese momento y en aquel lugar vio que la Virgen María se le presentaba sobre una columna y, con palabras maternas, lo animaba a continuar. Para dejar testimonio de ese momento y agradecer a Dios por tan grande don, levantó una pequeña capilla sobre la columna o pilar. Con el paso del tiempo, los fieles construyeron una hermosa basílica en la que se venera una pequeña imagen sobre el pilar y la festejan el 12 de octubre.

Esta devoción hizo que algunas mujeres sean bautizadas con el nombre de María del Pilar o, simplemente, Pilar. La devoción llegó a México, y en su honor se hicieron varias imágenes y levantaron capillas, entre las que sobresalen la de San Pedro, dentro de la catedral de México y, la de Nuestra Señora del Pilar, ubicada en la calle de Donceles, conocida como “La Enseñanza”, porque formaba parte del convento en donde se educaba a las niñas de la época.

Cáncer de mama, la prevención

DETECTA OPORTUNAMENTE CUALQUIER ANOMALÍA... CÚIDATE

La autoexploración mamaria es una técnica que consiste en la propia observación y palpación que debes hacer para tratar oportunamente cualquier alteración.

Es aconsejable que la realices cada mes, entre el 5º y el 7º día de tu periodo menstrual. Si has llegado a la menopausia puedes elegir un día fijo al mes para realizarla, y así evitar que se te olvide.



1 Colócate delante del espejo con los brazos pegados al cuerpo. Observa detenidamente si tus mamas tienen la misma forma y tamaño de siempre, revisa que la piel esté lisa y sin asperezas.

Levanta los brazos, lo más recto que puedas, y comprueba si notas alguna diferencia entre un pecho y otro o entre una axila y la otra.



3 Sujeta tus muñecas a la altura del cuello y haz fuerza hacia afuera, así tensarás los músculos del tórax y podrás ver mejor si hay alguna anomalía.

Observa si hay algún cambio en los pezones, luego aprieta ligeramente y detecta si hay alguna secreción de fluido anormal.



5 Coloca el brazo izquierdo flexionado sobre la nuca. Con las yemas de la mano derecha, explora con movimientos circulares de la axila hasta el pezón (repite la acción con la otra mama).

La prevención
está en tus manos.
Si tienes alguna duda, consulta a tu médico.

En este mes se celebra en el mundo la Sensibilización sobre el Cáncer de Mama, una enfermedad que con atención, apoyo, detección oportuna, tratamiento y cuidados paliativos se puede superar.

Anualmente se detectan 1.38 millones de nuevos casos en el mundo. El cáncer de mama es el más frecuente en las mujeres, tanto en países avanzados como en vías de desarrollo.

En las naciones de ingresos bajos y medios, su incidencia se ha incrementado debido al aumento de la esperanza de vida y la urbanización, así como a la adopción de modos de vida poco saludables.

Los estudios sobre las causas del cáncer de mama son insuficientes, por lo que la detección precoz aún es fundamental en la lucha contra este mal.



ión está en sus manos



EL ESPÍRITU HUMANO
ES MÁS FUERTE
que cualquier cosa
que pueda pasarnos.
TU VIDA ESTÁ EN TUS MANOS

Auto-explora tu femineidad

Cuando se detecta a tiempo, existe la posibilidad de establecer un diagnóstico y tratamiento adecuados que eleve la posibilidad de cura.

En cambio, cuando la detección es tardía, es raro que se pueda ofrecer un tratamiento curativo. En tales casos son necesarios cuidados paliativos para mitigar el sufrimiento del paciente y sus familiares.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) fomenta programas integrales como parte de los planes de lucha contra el cáncer. Las estrategias recomendadas de detección oportuna son el conocimiento de los signos y síntomas iniciales, así como la demostración de cómo se realiza la autoexploración de la mama.

La prevención es la clave para evitar complicaciones. Asegúrese de atenderse a tiempo y ayude con información a todas las mujeres que conozca. Recuerde: la solución está en sus manos.

Salud y sociedad

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



Pensiones, bajo ataque

El Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) afirma que un refugiado en México puede vivir decorosamente con un ingreso mínimo de 300 dólares mensuales, siempre y cuando haya resuelto el problema de la vivienda, es decir, que tenga una propia y completamente pagada, o que alguien le facilite, a título gratuito, un lugar donde vivir. Pero si este no es el caso, su ingreso debe ser por lo menos del doble, o sea, 600 dólares.

El caso del refugiado es emblemático de una persona que está imposibilitada de trabajar y obtener un ingreso por la vía del salario. En estas circunstancias, el ACNUR, o el gobierno del país en que se asientan los refugiados deben proveer esos 300 dólares.

Este esquema es aplicable al caso de los pensionados. Por ejemplo, el anciano que ya no trabaja y recibe una pensión; esta debe ser mínimamente de los dichos 600 dólares mensuales, los que al tipo de cambio actual representan casi 10 mil pesos.

Pero las pensiones mexicanas están muy lejos de alcanzar esa cifra. Quizá, con mucho optimismo, el promedio pueda ser establecido en los 300 dólares; es decir, en alrededor de los cinco mil pesos por mes. Tal ingreso, desde luego, implica una vida apenas decorosa. Y, como en el caso de los refugiados, puede ser suficiente si el pensionado tiene resuelto, por cualquier vía, el problema de la vivienda.

Este nivel de vida que estamos llamando "decoroso" puede ser calificado, con menos optimismo, como cercano a la pobreza. Llama por ello la atención la gran difusión mediática de una campaña para introducir en la conciencia social la idea de que el sistema de pensiones está llevando a las finanzas públicas al colapso, con el avieso propósito de realizar una reforma del sistema actual de pensiones que reduzca aún más el pobre ingreso de los ancianos pensionados. Las pensiones, pues, están bajo ataque.

\$63.00

www.myfem.com.mx

/Sientete Naturalmente Unica

PRODUCTO COSMÉTICO. HIGIENE ES SALUD
AVISO COFEPRIS. NÚM. 12320061951061

De venta en
FARMACIAS SIMILARES®

Hombres, digan “no” a las arrugas

Grissel Gutiérrez

Muchos hombres consideran que su cara no necesita cuidados especiales, pero están equivocados. Una piel sin luminosidad es resultado de estar deshidratada y, por tanto, podría lucir envejecida. Para un cutis masculino, aunque sea difícil de creer, también es importante la hidratación.

Las células, para poder alimentarse, necesitan de todos los nutrientes a fin de atravesar la membrana celular facial, por lo que una correcta hidratación de la dermis favorece un correcto metabolismo celular.

Si hay hidratación, el cemento intracelular se esponja, y esto genera más

volumen, además de disminuir la apariencia de envejecimiento, así como de las arrugas, por el efecto de relleno.

Por eso, hay que hidratar la piel, exterior e interiormente. Lo primero se puede hacer con el uso de cremas que aporten la combinación necesaria para

mantenerla sana, suave y luminosa. Desde el interior, se logra con el hábito de beber un mínimo de ocho vasos de agua al día.

Recuerde: Mantener una alimentación completa y balanceada es esencial para que los productos y rutinas hidratantes funcionen mejor.

ETERNAL SECRET®
FOR MEN

ETERNAL SECRET®
FOR MEN

GEL FACIAL HIDRATANTE
EFECTO ANTI-FATIGA
SIN SENSACIÓN PEGAJOSA

ACCIÓN PROLONGADA
FORMULA CON VITAMINA C
Y MAGNESIO

Cont. Net. 60 g

Gel facial hidratante para caballero 60 g

\$79.00

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

vigencia de la publicación del 1 al 31 de octubre de 2015

SALUD ES BELLEZA
AVISO:143300202D0226

ETERNAL SECRET

TONIFICANTE
DERMO-OXIGENADOR

Con Colágeno Hidrolizado y Ácido Hialurónico

Cont. Neto 120 ml

Adiós arrugas, con Ácido Hialurónico

Innovador tratamiento oxigenador que limpia e hidrata tu piel

Activos principales
Colágeno hidrolizado,
ácido hialurónico,
aminoácidos esenciales,
extracto de hamamelis y
agua de rosas.

Debido a sus propiedades de regeneración celular, el ácido hialurónico es nuestro gran aliado en la lucha contra la pérdida de volumen y las arrugas en la piel, producidas por el paso del tiempo, ya que le devuelve a esta su hidratación inicial, tersura y luminosidad.

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

HASTA 75% DE AHORRO

Apoyo psicológico en contingencias

Psic. Gabriela Jiménez Vera

México se ha enfrentado en diversos momentos, a situaciones de crisis: temblores, epidemias, depresión económica, narcotráfico, inseguridad, desempleo, deuda externa, etcétera.

Todos esos sucesos conducen, de manera innegable, a una afectación emocional, un estrés constante y elevado que la población manifiesta con trastornos de ansiedad, crisis de pánico, somatizaciones, depresión y hasta con ideas suicidas.

El cuerpo y la mente reaccionan ante esta serie de factores psicosociales, pero no solo eso, también se detonan una serie de mecanismos que ayudan a expresar o sacar tanta tensión. ¿Cómo? A través de la violencia, de acciones apremiantes, alcohol, drogas, compras, sexo compulsivo, juego y la necesidad de querer controlar la vida de los demás. Esto termina en una espiral de angustia y depresión continua cuando el individuo no se siente capaz de controlar su propia vida.

Ante una situación extremadamente traumática que nos toque vivir, se debe

poner atención a la salud mental, ya que podemos considerar que muchos mexicanos son portadores de neurosis traumáticas, debido a la acumulación de daños repetidos y de duelos no hablados. A ello se añaden las circunstancias diarias por todos conocidas: inseguridad, violencia, crimen organizado, desempleo, empobrecimiento y enfermedades.

Bien sabemos que ante estas situaciones de conmoción y, más aún, si estas son constantes, surge la angustia, y ello puede llevar a la agresividad, que emerge en un intento por no “tocar fondo” y toparse con la depresión y el desamparo.

Frente a estos hechos, que lamentablemente se han vuelto cotidianos, es indispensable contar con un servicio de asesoría y apoyo psicológico para contener las crisis que pudieran llevar a las personas a padecer algún trastorno emocional.



Sexo, sin lágrimas y sin pudor

Gabriela Jiménez V.



Todos, diferentes en la intimidad

Dentro de la carga genética, las personas pueden tener ciertos talentos natos o habilidades que otros no poseen. Algunas, con la práctica, se pueden llegar a aprender o dominar, pero hay otras que no se dan, por más empeño que se ponga. En la vida sexual pasa lo mismo, todos tenemos características únicas y habilidades innatas. Ciertas técnicas se pueden aprender para lograr una mayor satisfacción en una relación sexual. Pero, ¿qué ocurre cuando el parámetro para este “placer” se establece a partir de lo que hacen o tienen otros? No tú, los otros.

En cuanto empieza la comparación, creemos que las dotes o habilidades de los demás son lo que verdaderamente importa, pero eso es generalizar. Hay mujeres y hombres con una capacidad increíble para contorsionarse, pero el que tú no puedas hacerlo, no significa que tu pareja disfrute menos contigo.

También hay hombres que poseen un cuerpo exuberante y “grande”, lo cual tampoco implica que tu pareja no goce tus formas y tamaños. Somos diferentes y nadie sabe todo desde que nace. Lo que se debe aprender es a reconocer qué habilidades tienes en la cama, y eso solamente se puede conocer a partir de escuchar a la pareja.

¿Sabes qué es lo que a tu pareja le gusta o le desagrada en sus relaciones sexuales?

¿Qué le seduce de tu físico? ¿Cuáles de tus habilidades en la intimidad le complacen? ¿Le has contado cuáles son tus ideas acerca de lo tienen que cambiar o aprender para sentirse satisfechos en la vida sexual?

Tal vez te sorprenda escuchar respuestas que, sin duda, lograrán momentos más intensos.

Pastilla para sustituir al ejercicio

Especialistas físicos de las universidades más prestigiosas de Australia y Dinamarca dicen estar cerca de desarrollar un medicamento que logre replicar los efectos del ejercicio en el cuerpo humano. En pocas palabras, una pastilla que reemplace las sesiones del gimnasio.

Se necesitó hacer biopsias a un par de atletas antes y después de una intensa sesión de ejercicio aeróbico para determinar qué sucede con el cuerpo cuando se le somete a un agotamiento físico de esta índole, con el fin de desarrollar un suplemento que ayude a las personas acostumbradas a la poca actividad física a gozar de los beneficios del ejercicio sin tener que correr por las mañanas, viajar en bicicleta o levantar pesas.

La idea no es incrementar la masa muscular solamente, sino también fortalecer los huesos, mejorar la circulación, las funciones cognitivas y el sistema cardiovascular tal y como sucede con los atletas, según divulga el portal Quartz.

Sin embargo, faltan varios años para que los científicos detrás de este ambicioso proyecto pasen de las pruebas en animales a los simulacros con humanos para analizar la forma en la que nuestro organismo reacciona a dicha pastilla.

Hasta entonces, a continuar cuidado nuestro cuerpo a través de actividad física convencional, caminatas ocasionales, estiramientos y carreras matinales.



Ofrecemos apoyo y orientación psicológica

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 @ondeemx

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

Vendas y gasas del Dr. Simi®



**¡Calidad
y buen
precio!**

De venta exclusiva en



FARMACIAS SIMILARES®
"LO MISMO PERO MAS BARATO®"

**HASTA
75%
DE AHORRO®**



¿Retirarme? ¡Moriría!: Pepe Bustos

Juan Manuel Rentería

(Segunda y última parte)



La Sonora Santanera ha sido una de las agrupaciones más importantes y famosas de la música tropical mexicana, y se ha consolidado por un estilo singular influido por el danzón, mambo, bolero, rumba, chachachá, guaracha y cumbia.

El famoso grupo musical intervino en exitosas películas, como *Santo contra el espectro del estrangulador*, *La edad de la violencia*, *Bellas de noche* y *Las ficheras*, entre muchas otras. La Sonora Santanera, con Pepe Bustos como vocalista principal, logró innumerables éxitos en la televisión en programas como *Siempre en Domingo*, de Raúl Velasco.

En 1985, perdió a su fundador, Carlos Colorado, al estrellarse el autobús en que viajaba el grupo musical para presentarse en la Feria de San Marcos, de Aguascalientes. Visiblemente emocionado

Pepe Bustos narra aquel trágico accidente: "Parecía que tenía una cita con la muerte, porque no llevaba su trompeta, cosa que nunca había ocurrido, jamás salía sin ella; además, viajó en el asiento de hasta adelante, junto al chofer, lo que tampoco acostumbraba. Cuando llegamos a Cuautitlán Izcalli, un tráiler nos rebasó y su caja golpeó nuestro autobús. Carlos se golpeó en la cabeza, el camión se fue contra el muro de contención y volcó. Murió instantáneamente".

Pepe Bustos trabajó 10 años más como vocalista de la Sonora Santanera, pero en 1996 decidió abandonar la agrupación tras sufrir un infarto, debido a las fuertes presiones de trabajo y al fallecimiento de su esposa.

Este acontecimiento sería un parteaguas en la carrera de Pepe Bustos. Con la muerte de Carlos Colorado, la origi-

nal Sonora Santanera prácticamente se desintegró para dar origen a varias orquestas con nombres similares.

-¿Te dolió dejar a la Santanera? - "Claro que sí, pero yo sentía que ya no era el mismo ambiente con los nuevos integrantes del grupo".

Después de un año de descanso obligatorio por problemas cardíacos, retomó el canto al fundar su propia orquesta: Los Santaneros de Pepe Bustos, que durante 13 años se han presentado con mucho éxito en diversos escenarios.

-¿Cuántas Santaneras hay en este momento y cuál es la mejor? - "Pues, creo que hay como 5 o 6, pero la Sonora Santanera debe tener una imagen y esa soy yo. En ningún otro grupo existe la imagen del grupo fundador, los clientes quieren a este canoso y me identifican como el vocalista de la inolvidable Sonora Santanera".

-¿Satisfecho tras casi seis décadas en el mundo de la música? - "Totalmente satisfecho, ya puede venir Dios a recogerme cuando él quiera, todo lo que venga será ganancia".

-¿Crees en Dios? - "Sí, gracias Dios mío por darme un día más de vida".

-¿Padeciste un infarto? - "Sí, y estuve en coma".

-¿La viste cerca? - "Claro, muy cerca, pero del infarto me fui y regresé, pero es muy bonito regresar porque ves muchas cosas en el camino, de repente despiertas y estás de nuevo aquí, en la Tierra".

-¿No tienes miedo de irte definitivamente? - "No, porque ya lo sentí, ya lo sentí. Soy feliz, no robé, no maté, soy feliz conmigo, sigo trabajando y estoy generando trabajo para varias familias".

-¿Has pensado en el retiro? - "No, nunca voy a retirarme, nunca, nunca; no, yo me muerdo si me retiro".

Reencuentro con México

Expedientes del poder

Carlos Ramírez

carlosramirez@hotmail.com
@carlosramirez



Se perpetúa la crisis económica

La actual furia social y política distrae la pasión nacional por el camino equivocado. Mientras los mexicanos se desgañan contra políticos y el poder, casi nadie se ha percatado de que la política económica perpetúa el modelo de desarrollo con concentración de la riqueza.

El verdadero debate nacional debiera centrarse en el modelo de desarrollo. En el largo periodo 1946-1982, México creció a una tasa de 6 % promedio anual, más del doble de la tasa de aumento poblacional. En el periodo 1982-2018, la economía crecerá a una tasa promedio anual de 2 %.

El actual modelo de desarrollo solo alcanza para proporcionar empleo y bienestar al 40 % de los mexicanos, lo que quiere decir que más de la mitad está fuera de la riqueza. Otro dato demoledor: en México, 70 % de la riqueza se va al capital y apenas 30 % al trabajo, cuando en EE.UU. es al revés: 70 % al trabajo y 30 % al capital. La baja disponibilidad de liquidez en México impide el mercado interno.

La política económica presentada por el secretario de Hacienda, Luis Videgaray, para 2016 no cambia las cosas: la meta de PIB se fijó en 2.6 %-3.6 %, pero en realidad será de 2 %. En diciembre de 2012, el gobierno del presidente Enrique Peña Nieto estableció la meta de PIB promedio anual de 3.9 % para todo el sexenio, pero las expectativas son menores: 2.2 %.

Estos datos solo revelan que el modelo de desarrollo de México es de crecimiento bajo con pobreza alta. Las cifras sobre la baja de la pobreza únicamente revelan el efecto de programas asistencialistas de regalar comida y bienestar, pero no derivadas del desarrollo.

De ahí que el gran debate sobre el futuro del país no sea político sino económico. La acumulación de pobreza, desigualdad y marginación suele estar detrás de los grandes estallidos sociales. La discusión radica en qué nuevo modelo de desarrollo necesita el país para crecer a tasa de 5 % o más, sin inflación y con promoción del mercado interno.

El desafío, pues, es diseñar un modelo de desarrollo con distribución del ingreso.

El Dr. Simi hace h

Concluye su primer maratón, rumbo al Récord Guinness

Miguel Ángel Sánchez y Arturo González, enviados

Berlín, Alemania.- El Dr. Simi, de la mano del atleta poblano Sergio Jiménez Cancino, inició su camino hacia la historia.

La edición 42 de la maratón internacional de Berlín fue el escenario donde el emblema de Farmacias Similares dio el primer paso rumbo a la consecución del Récord Guinness, que consiste en completar el circuito de los "6 Majors", en menos de seis horas.

Bajo una temperatura agradable, el atleta máster Sergio Jiménez Cancino se metió en una botarga del Dr. Simi y partió al punto de salida de esta prueba, que reunió a más de 47 mil atletas de 172 países.

Aunque el disparo que dio inicio a la prueba se hizo a las 09:00 horas locales, fue hasta las 09:42:12 que el Dr. Simi partió junto con el pelotón.

A un promedio de un kilómetro cada 7.5 minutos, Sergio Jiménez partió de la plaza Grosser Stern. Bajo la figura del Dr. Simi cruzó la emblemática Puerta de Brandeburgo, para desfilas por una serie de puntos de referencia de la capital alemana, que incluyó el Parlamento, la Potsdamer Platz y la Catedral de Berlín.

Ante la sorpresa de la gente y de los mismos corredores, el Dr. Simi hizo valer la fama que ha adquirido este maratón de ser el más rápido del mundo, ya que iba a paso firme y sin complicaciones por las calles y avenidas de esta moderna ciudad europea, la cual atravesó de norte a sur y de este a oeste en medio de ambiente festivo.

Al impulso de aplausos y bandas de música, el símbolo de Farmacias Similares se ganó el corazón de la multitud y tras un gran esfuerzo, el Dr. Simi llegó al kilómetro 42.195 y paró los relojes en 05:13:07, tras cruzar de nuevo

la majestuosa Puerta de Brandeburgo, ante la mirada de casi un millón de espectadores que se dieron cita.

Sergio Jiménez y el Dr. Simi mejoraron en casi una hora el tiempo que hicieron en la maratón internacional de la Ciudad de México, cuando marcó 06:15:07.

"Es un detalle curioso para todos los mexicanos, porque sabemos que de alguna forma es una figura icónica, y es algo muy agradable para los que estamos fuera encontrar algo que nos identifica", aseguró Felipe Loeza, de Oaxaca, quien participó en la competencia.

"Es la primera vez que venimos a Berlín y te encuentras a mexicanos y ahora el Dr. Simi nos acompaña y es una gran sorpresa.

Impulsa mucho al ejercicio a ser más sanos y es el mensaje que nos está proporcionando ahorita el Dr. Simi", expresó Genaro Alonso, del Distrito Federal.

Al concluir la carrera, Sergio Jiménez señaló: "Queremos hacer algo sobresaliente para nuestro país y estamos en esa ruta; creo que Berlín ha sido un buen paso, pero esto apenas empieza. Realmente lo disfrutamos mucho".

Explicó que desde hace tres años, cuando solicitó la oportunidad de correr como Dr. Simi, entendió que el símbolo de Farmacias Similares es sinónimo de salud; "por eso me enorgullece, me emociona y, ahora, a preparar el siguiente paso en Tokio, en febrero próximo", dijo Jiménez Cancino.

La maratón de Berlín se corre desde 1974, y es el escenario ideal para romper marcas personales.

El primero en demostrarlo fue el etíope Haile Gabreselassie, en 2008, cuando batió, por segundo año consecutivo, su propio récord del mundo, al parar el crono en 2:03:59.

Desde entonces, el récord varonil en esta maratón ha



#ElRetoSimi contempla 6 Majors, en menos de 6 horas
Fotos: Miguel Ángel Sánchez

mejorado año tras año; el último de ellos fue en 2014, cuando el keniano Dennis Kimetto detuvo el reloj en 2:02:57, convirtiéndose en el único hombre en la historia que ha podido bajar de las 2 horas y 3 minutos.

También en Berlín se han conseguido cuatro de los diez mejores tiempos femeninos del mundo (Mizuki Noguchi, en 2005; Yoko Shibui, en 2004; Naoko Takahashi, en 2001, y Tegla Loroupe, en 1999).

Este evento, por su tamaño, nivel de competencia y calidad organizativa, es considerado uno de los mejores del mundo y forma parte de la World Marathon Majors, una de las seis competencias más importantes del orbe, junto a Tokio, Londres, Boston, Chicago y Nueva York.

Para conseguir el Récord Guinness, Sergio Jiménez, personificando al Dr. Simi, se ha puesto el reto de participar y ser parte de la historia.

En Berlín, ha iniciado el camino al récord y, para empezar, bajó su marca personal, en más de una hora.

Escanear el código y conoce la historia completa

Síguenos por:

f Simi TV

@DrSimiTV



Historia en Berlín



Alimentación del fu

Grissel Gutiérrez

¿Podría imaginar el siguiente menú?: sopa de chapulines tatemados, hamburguesa *in vitro* con ensalada de berros transgénicos, pastel de chicanita con miel de abeja clonada y, para acompañar, vino tinto bajo en alcohol y sin azúcar. Pues, en un tiempo no muy lejano, tal vez esto sea realidad.

El mundo se dirige hacia una crisis alimentaria, debido al aumento de la población, la disminución de la productividad agrícola y el cambio climático, que acarrea sequías, inundaciones, pérdida de cosechas y destrucción de la producción agrícola tradicional.

Estimaciones de especialistas calculan que para el año 2050, alrededor de 10 mil millones de personas habitarán el planeta, y alimentarlas será un gran desafío. Por ello, se intenta encontrar la forma de producir suficiente comida para el futuro.

Según datos de la FAO, unos 795 millones de personas, en el mundo, viven con hambre

Si corre, se arrastra o vuela, a la cazuela

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) considera que los insectos son la mejor opción para solucionar este problema alimenticio, ya que forman parte de la dieta tradicional de dos mil millones de personas en el mundo y, aparte, existen unas mil 900 especies comestibles conocidas.

Aunque esta comida, catalogada como exótica, es cara por la manera de producción que implica, el Banco Mundial informa que con un kilo de carne, tres de cerdo o de pollo, se pueden criar nueve kilos de insectos, lo que representa 75 % más proteínas y vitaminas.

No obstante, aunque los insectos se perfilan como la mayor apuesta, no hay que perder de vista que el desarrollo tecnológico también busca dar su aporte.

Como ejemplo está que en el 2013, un equipo de científicos, en Holanda, cocinó la primera hamburguesa cultivada *in vitro*, creada a partir de células madre de vaca. Los investigadores calculan que en el futuro, bastarán algunas células madre para obtener entre 10 y 15 toneladas de carne.

Todavía se duda de la parte nutricional de este proyecto, pero es apoyado por grupos en defensa de los animales, pues significaría el fin de los rastros y las granjas industriales.

Otra opción podría ser la comida genética que se basa en crear una alimentación a partir del diagnóstico de cada individuo, para prevenir posibles enfermedades. A esto se le ha denominado "nutrigenómica".

Así que llegará a ser normal que, a partir de los datos de su genoma, le digan qué alimentos le evitarán contraer diabetes, obesidad y cáncer, entre otras enfermedades crónico-degenerativas.

Mediante la ingeniería genética se han modificado las características de gran cantidad de cultivos para hacerlos más resistentes a los herbicidas, insectos y enfermedades, con el único fin de incrementar su rendimiento, lo que conocemos como "transgénicos".

Estas modificaciones pueden ocasionar daños a la salud de los individuos y al medioambiente. "La aplicación de la tecnología ayuda a la transformación de los alimentos; sin embargo, el uso de se-

millas transgénicas tiene un impacto social y ecológico que trastoca un sistema milenario de más de 300 generaciones de agricultores y campesinos, pues destruye el campo", explicó el doctor Alejandro Espinosa Calderón, investigador nivel III y miembro del sistema nacional de investigadores del Conacyt.

Para Marisa Ramos, coordinadora de la maestría en Negocios Gastronómicos, de la Universidad Anáhuac, antes de pensar en el futuro, valdría la pena reflexionar como humanidad, cuánto comemos y cuánto desperdiciamos, para después

tener la sensibilidad

de compartir y ver por nuestro prójimo, en un país donde 9 millones de niños se van con hambre a la cama.

Mientras llega el momento de comer un mousse de chocolate con gusanos, el filete transgénico o la manzana verde, hagamos un uso racional de los alimentos para que nadie, en un futuro, viva hambriento.

De acuerdo con un reporte del Inegi, en México, mueren anualmente 8 mil 500 personas a causa de la desnutrición



nturo



Marisa Ramos Abascal, profesora de la Universidad Anahuac
Fotos: Grissel Gutierrez



Doctor Alejandro Espinosa Calderon,
Investigador del Conacyt



Collifrin

Date un respiro...

Descongestivo Nasal

Extra Humectante con Glicerina

Consulte a su médico.
Reg. No. 492M2004 SSA VI

De venta en:
FARMACIAS SIMILARES

SUPLEMENTO ALIMENTICIO

Granada con Semillas de Uva

El Extracto de Granada es un excelente antioxidante.

PAGA 2 LLÉVATE 3

Farma
Granada con Semillas de Uva
(Punica granatum, Vitis vinifera)
CONT. 30 Tabletas

La Semilla de Uva ayuda a las defensas naturales del cuerpo humano.

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

Estos productos no son medicamentos. El consumo de estos productos es responsabilidad de quien los recomienda y de quien los usa. Consulte a su médico.

Con puntos y comas...

Fernando Gutiérrez

Las palabras terminadas en -aje se escriben con jota

Hola, amigos del buen escribir. En esta ocasión recordaremos una regla muy simple, pero útil. Veamos: Las palabras que terminan en -aje se escriben con jota. He aquí unos pocos ejemplos: *paisaje, abordaje, peaje, aterrizaje, dopaje y coraje*.

Podríamos aumentar la lista indefinidamente, pero da igual: si termina en -aje, se escribe con jota.

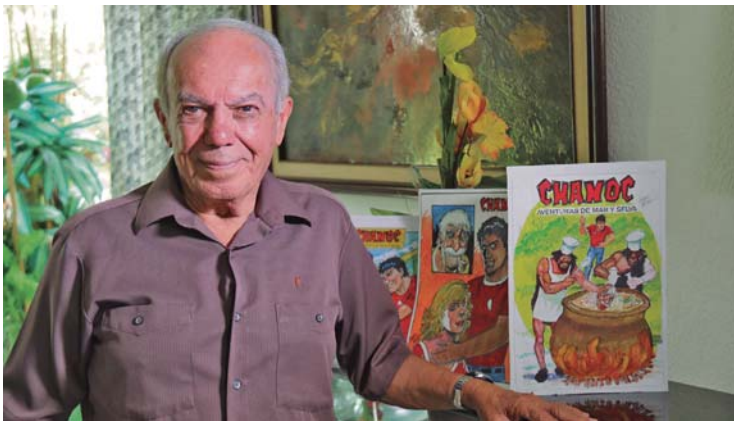
Recordemos que los préstamos del francés, una vez que se integran en nuestra lengua, se amoldan a nuestra ortografía. Por eso debemos escribir *garaje, bricolaje, menaje*, y nunca *garage o bricolage* con "g".

Las únicas palabras en las que encontraremos la terminación -age son *ambages* y extranjerismos crudos como *backstage, homepage* o *vintage*. Pero no nos preocupemos porque son palabras de raro uso.

¡Hasta la próxima!

fegupe1949@yahoo.com.mx

Regresa el ingenio de Ángel Mora



Siminforma le da la bienvenida a un grande de la historieta: Ángel Mora. La carrera artística de este tabasqueño abarca más de setenta años, y entre sus obras destaca *Chanoc*, un personaje icónico de los años 50.

Chanoc, Las Aventuras de mar y selva, vendieron millones de ejemplares, y junto

con *La Familia Burrón*, *Kalimán*, *Lágrimas* y *Risas y Memín Pinguín* hicieron reír a los mexicanos por más de tres décadas.

A partir de este número, el ingenio de don Ángel nos impregnará con las ocurrencias y enseñanzas de sus Simi-tiras. ¡No se las pierda!

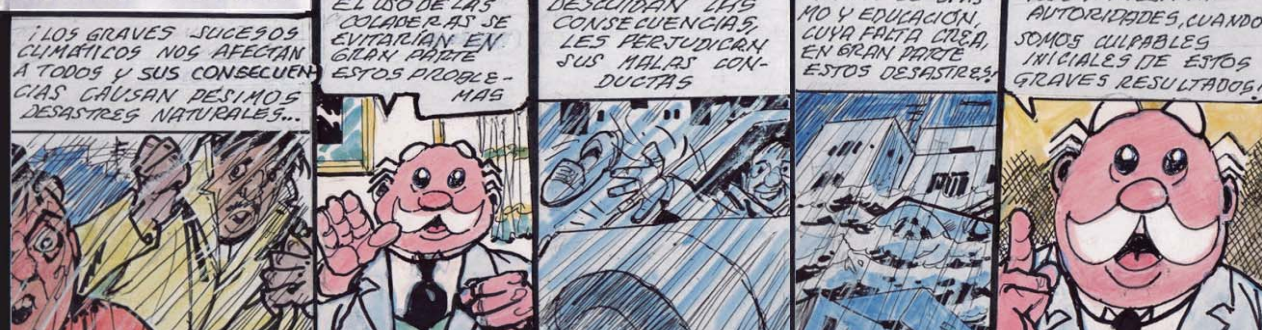


Escanea el código y disfruta de las tiras



Síguenos por:
f Simi TV
@DrSimiTV

Simi-Tiras



¡Ay, ojitos pajaritos!

Armando Ramírez



Fallaste corazón

El 5 de octubre del 2000 falleció Cuco Sánchez, grandísimo compositor e intérprete de sus propias canciones, maestro del desamor y trovador del mal de amores.

Se llamaba José del Refugio Sánchez Saldaña. Llegó al mundo el 3 de mayo de 1921, en Altamira, Tamaulipas, como dice su canción *El mil amores*: “De Altamira, Tamaulipas, traigo esta alegre canción, que al son del viejo violín y jaranas canto yo, para las mujeres bonitas...”.

De niño escribía cosas bellas que a su madre le gustaban. Con el tiempo descubrió su vocación de compositor, y supo ponerle música a su inspiración. El maestro Alonso Sordo Noriega, grandísimo locutor de la XEW, le presentó a cantantes que grabaron sus composiciones. Una de ellas es aquella que dice: “La chancala que yo tiro no la vuelvo a levantar...”.

Un bendito día, en Radio Mil, Paco Malgesto conducía un programa, y faltaba un cantante. Entonces el locutor le pidió a Cuco que cantara y... ¡sopas perico!, el de Altamira gustó.

A veces se le olvida como uno de los grandes de nuestra música, pero ahí están sus letras para ver quién le pelea ese prestigio, como por ejemplo: “Y tú que te creías el rey de todo el mundo...”.

O la famosísima *Fallaste corazón*. Hizo hasta telenovela al lado de la bella Sonia Furió y Lupita Lara.

Y qué me dicen de *Gritenme piedras del campo*: “Soy como el viento que corre alrededor de este mundo, anda entre muchos placeres pero no es suyo ninguno...”.

Cuco era un hombre inspiradísimo: “Subí a la sala del crimen, le pregunté al presidente que si es delito el quererte, que me sentencien a muerte...”.

Si José Alfredo Jiménez es el maestro del trueno civilizado: *Que te vaya bonito*... *Si nos dejan*... *En el último trago nos vamos*... Cuco es el sentimiento adolorido: “Pero si ya yo sabía que todo esto pasaría, cómo diablos fui a caer...”.

“Pero solo un orgullo tengo y a nadie le sé rogar...”.

“Malhaya quién dijo miedo si para morir nací...”.

Cuco testimonio la esencia de una manera de querer de muchos mexicanos. No por nada, Lola Beltrán, Pedro Infante y Chavela Vargas fueron sus intérpretes, digo... ¡Ay, ojitos pajaritos!

Los restos de LA MONA LISA

Historiadores y arqueólogos de Italia descubrieron posibles restos de la modelo de “La Gioconda” de Leonardo Da Vinci, pintura que se ha convertido en una de las más emblemáticas de la historia del arte. Aquí los detalles.



¿QUIÉN ERA LA “MONA LISA”?
Lisa Gherardini de Giocondo
(1479-1542)

Esposa de Francesco Giocondo
mercader de seda. Al morir su esposo, en 1539 se trasladó al convento “Santa Úrsula” donde vivió hasta su muerte el 15 de julio de 1542.

LA INVESTIGACIÓN (2012-2015)
Convento de “Santa Úrsula”
Florencia, Italia



ENCARGADO

Historiador italiano
Silvano Vinceti Presidente
del Comité Nacional para la
Valorización de los Bienes
Culturales de Italia.

LO QUE ENCONTRARON

Restos humanos analizados con carbono 14 que datan de la época en que murió Lisa Gherardini. (Según el “Libro de los Muertos” de la parroquia de San Lorenzo, la “Mona Lisa” fue sepultada en el Convento de Santa Úrsula).

LOS MISTERIOS DE LA PINTURA “La Gioconda” (1513-1519)

- Se dice que Lisa Gherardini fue la modelo de Da Vinci y el cuadro fue pintado para conmemorar la compra de una casa o el nacimiento de un hijo.
- Otros investigadores piensan que posiblemente fue un hombre el modelo de Da Vinci.
- Otros más consideran que es un autorretrato del pintor.



LO QUE SIGUE

Se pretende comparar el ADN de los restos, con los de la familia de Gherardini, sin embargo no existe todavía la tecnología para realizarlo.



Fuentes: theguardian.com, telegraph.co.uk, abc.es, laura.fr, lanacion.com.ar, elmundo.es Investigación y edición: Mónica I. Fuentes Pacheco Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoría

Simicure®

Gel facial y corporal

Mejora la apariencia de la piel con acné.

Humecta y suaviza la piel.

Ayuda a **desvanecer** cicatrices de cirugías.

\$121.00

Simicure®
Gel facial y corporal
Con ALOE VERA
Gel humectante para ser aplicado en Cicatrices • Cirugías • Acné

Simicure®
Gel facial y corporal
Con ALOE VERA
Gel humectante para ser aplicado en Cicatrices • Cirugías • Acné

Cont. Neto: 60 g

SALUD ES BELLEZA
AVISO: 153300202D0272

DE VENTA EXCLUSIVA EN

FARMACIAS SIMILARES®

Ideliver Pro
DULOXETINA

\$129.00



\$69.00



Reg. No. 149M2014 SSA IV

Consulte a su médico.
Su venta requiere receta médica



maver*

Con Ciencia por tu Salud

DE VENTA EN:
FARMACIAS
SIMILARES

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

GP de México

Fernando Gutiérrez



A propósito del Gran Premio de México, que se correrá el 1 de noviembre, es inevitable recordar a los hermanos Pedro y Ricardo Rodríguez de la Vega, los dos mejores pilotos que hasta la fecha ha tenido nuestro automovilismo. Hoy son leyendas que perduran alimentadas por el tiempo.

Por cierto, este 1 de noviembre, Día de Muertos, Ricardo cumple 53 años de haber perdido la vida, aquella tarde en el autódromo capitalino, cuando su bólido de la Ferrari se estrelló a 180 kilómetros por hora en la curva peraltada, en 1962. Apenas iba a cumplir 20 años...

Nueve años más tarde murió su hermano mayor, Pedro, en la pista de Nurember, Alemania, a los 34 años. Este carismático corredor disputó 54 grandes premios de Fórmula Uno, entre 1963 y 1971. Tuvo dos victorias y siete podios. Entre otros éxitos, conquistó también Las 24 Horas de Le Mans, en 1968. Por su habilidad para correr con lluvia y en la

noche, era conocido en Europa como el "Ojos de Gato".

Sí, Ricardo y Pedro, dos iconos deportivos mexicanos, son recuerdos obligados ahora que se reanuda en nuestro país el Gran Premio, luego de 23 años.

Cabe recordar también que el GP mexicano se disputó en el autódromo de Ciudad Deportiva, entre 1962 y 1970. Luego fue cancelado por un accidente en el que falleció un espectador. Volvió en 1986, con un circuito que presentaba mejor seguridad, y se corrió hasta en 1992, cuando la pista dejó de ser apropiada para los autos modernos. Ahora nuevamente forma parte del calendario de Fórmula Uno, tras sufrir una completa transformación.

Este escenario, ubicado en la Ciudad Deportiva, fue construido en 1959, y aunque es propiedad del Gobierno del Distrito Federal, lo opera la subsidiaria Ocesa.

Un dato relevante para este evento es que la emblemática curva 17 se llamará

"Nigel Mansell", en homenaje al piloto británico campeón del Gran Premio de México, en 1992. Por cierto, este legendario corredor estará en la largada inaugural.

Por su parte, Sergio Pérez, por ahora el único piloto que tiene México en la F-1, ya que Esteban Gutiérrez está en espera de ser contratado por alguna escudería, vive la emoción por tener la oportunidad de correr ante su gente:

"Quiero dar mi mejor carrera a todo el público que hace un esfuerzo por comprar el boleto; bueno, no solo a ellos, sino a todos los que seguirán por televisión la carrera. Deseo llegar en mi mejor momento para regalarles un fin de semana inolvidable".

Así, pues, todo está listo para vivir la emoción de los bólidos deportivos más veloces sobre el planeta.

¡No se lo pierdan!

fegupe1949@yahoo.com.mx



Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

Conciliar deporte y negocio

Como se sabe, los Tigres de Quintana Roo se proclamaron legítimos campeones de la Liga Mexicana de Beisbol, tras ganar con facilidad la serie final a unos nerviosos y erráticos Acereros de Monclova.

Debe advertirse, sin embargo, que se coronaron gracias al formato de competencia, pero que los Diablos Rojos del México fueron el mejor equipo de la temporada regular.

Así lo demuestran los numeritos, pues mientras los pingos jugaron

pelota de .652 con 73 juegos ganados y 39 perdidos, los felinos tuvieron porcentaje de .577 con 67 cotejos ganados y 47 perdidos.

Vale señalar, además, que mientras los Diablos se coronaron campeones de la Zona Norte con 13 juegos de ventaja sobre los Acereros, los Tigres solo alcanzaron el segundo lugar de la División Sur, cuyos monarcas fueron los Leones de Yucatán.

Como ha sucedido en el fútbol, la pandilla roja de don Alfredo Harp

Vitamina
Tu vida

Modelo foto ilustrativa

Si persisten las molestias, consulte a su médico

www.farmaciasdesimilares.com

sufrió la “maldición del superlíder” y sorpresivamente fue eliminada en 7 juegos por los Toros de Tijuana. Esta clase de historias son las que indican, a gritos, que debe diseñarse otro formato de competencia con el propósito importantísimo de conciliar al negocio con el deporte. Es cierto que a diferencia de lo que pasa con los equipos de las Grandes Ligas, los de la Liga Mexicana sufren para sobrevivir, pero de cualquier manera los playoffs resultan un invento comercial.

Independientemente de esta diferencia, considero que con el actual sistema de competencia, en realidad se juegan dos campeonatos en uno; el largo y pesado de la temporada regular, y el corto y emocionante de los playoffs. Por eso, pienso que cuando la historia como la de los pingos se repita, a un equipo se le debe declarar **Campeón de la Temporada Regular** y, al otro, **Campeón de los Playoffs**. Esta sería una fórmula de necesaria y justa conciliación. ¿O no?

Fármacos Continentales

UNA SOLA Dosis

ANTIPARASITARIO
Farmiver
Quinfamida - Albendazol

Suspensión **Pedriátrico**
Caja con 10 mL

Suspensión **Junior**
Caja con 20 mL

Reg. No. 385M2006 SSA VI

Farmiver
Quinfamida - Albendazol
Tabletas
Caja con 2 TABLETAS

Reg. No. 173M2012 SSA VI

Por tu Salud y la de tu Familia

Ideal para cada Integrante de la Familia

Farmiver Pediátrico
Niños de 2 a 6 años

Farmiver Junior
Niños de 6 a 11 años

Farmiver Tabletas
Adultos y niños mayores de 12 años

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

contáctanos
f
Fármacos Continentales

info@farmacoscontinentales.com.mx
www.farmacoscontinentales.com.mx
Fármacos Continentales, S.A. de C.V.

Permiso COFEPRIS 13330001010740 SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS CONSULTA A SU MÉDICO.



Cine+

Ivan Cruz Mejía
ivancruzmejia@gmail.com

¿Qué buscamos?

Es imposible volvernos ciegos, sordos y, mucho menos, mudos por más que los ineptos en el poder lo quieran. En el texto pasado los invitaba a hacer un ejercicio de memoria para tratar de no olvidar todo lo que ha pasado y empezar a actuar en conjunto para revertir la triste situación que nos ahoga. Se cumplió un año del indignante caso Ayotzinapa. Ahora un movimiento con actividad en todo el mundo, que si bien los familiares, amigos y compañeros de los estudiantes se han encargado de mantener activo, las autoridades parecen incapaces de resolver. Hace un año escribí una lista con los nombres de los 43 normalistas y nunca pensé que un año después seguiríamos en la misma situación. Bueno, de hecho, no es la misma situación, ahora estamos más enojados y eso nos obliga a hacer el ejercicio de memoria que les decía:

Rojo amanecer (1990)

Halcones: Terrorismo de Estado (2006)

Acteal: Estrategia de muerte (1998)

Bajo Juárez: La ciudad devorando a sus hijas (2006)

Romper el cerco (2006)

ABC nunca más (2012)

Ayotzinapa (2015)

Estos son algunos ejemplos de tragedias que hasta el día de hoy, no tienen respuesta. La relación del Estado con el crimen organizado, la impunidad a la hora de castigar a los responsables y la ineptitud de los que supuestamente resuelven las investigaciones, son frustrantes. Su única solución o medida que han empleado es el olvido.

Con el apoyo de medios de comunicación, manipulan la información que a cuentagotas se entrega hasta el punto de olvidarlo y bombardear con contenidos basura: la boda de algún gobernador con una actriz, la salida del entrenador de la selección o cualquier tarugada como esas.

Es nuestra responsabilidad y obligación mantenernos informados, hacer presencia, sumarnos y exigir respuestas. El olvido es aceptar los abusos y resignarnos a la realidad que ellos quieren para nosotros.

Festeja Flans 3

Miguel Ángel Becerril

¿Recuerdas cuando en la radio sonaba incesantemente la canción Bazar? Los radioescuchas apostaban por saber ¿quién? o ¿quiénes? cantaban ese tema contagioso, que los jóvenes coreaban y los locutores de todo México omitían su nombre.

Fue en el programa de televisión Siempre en Domingo, exactamente el 6 de octubre de 1985, cuando Raúl Velasco develó la incógnita. Era un trío de chicas, integrado por Ilse, Ivonne y Mimi, llamado "Flans".

Desde el primer instante en que esta agrupación musical hizo su aparición, conquistó al público con sus rítmicas coreografías, su estrafalaria vestimenta y distintos timbres de voz.

Pronto, Bazar, de la inspiración de Carlos Lara y Jesús Monarrez, catapultó a las jovencitas en ídolos nacionales y su canción debut sonaba mañana, tarde y noche por todos lados, desde las discotecas más afamadas, hasta en las fiestas más modestas.

Las chavitas de aquella época encontraron un modelo en las indumentarias y peinados de Flans, quienes entrelazaron el éxito de Bazar con No controles, todo un himno de la juventud de mediados de los ochenta.

Al año siguiente grabaron su segundo disco titulado 20 millas, del que se desprendieron varios éxitos; entre 1987 y 1990 lanzaron otros cuatro discos, el último fue Adiós,



NEBUCOR
Guardián de la salud
Los mejores del mundo.

DE VENTA EN:
FARMACIAS SIMILARES

Nebulizador recomendado por:

ASOCIACIÓN MEXICANA DE PEDIATRÍA, A.C.

SOCIEDAD MEXICANA DE NEUMOLOGÍA Y CIRUGÍA DE TÓRAX, A.C.

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

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

Higiene es salud.

Dolprofen
Ibuprofeno

NUEVA PRESENTACIÓN

Agente antiinflamatorio con actividad analgésica.

Dolprofen
Ibuprofeno
Tabletas 600 mg

Caja con 10 tabletas
Reg. No. 082M94 SSA IV
De venta en: FARMACIAS SIMILARES

Tabletas 600 mg

30 años en el Auditorio



donde anunciaban su separación, para dedicar tiempo a su vida personal, y dejaron entrever que podrían regresar por separado.

Tras varios intentos frustrados, reaparecieron en 2010 en el festejo por los 25 años del grupo Pandora, y, con ello, acabó la supuesta rivalidad que por muchos años acompañó a las dos agrupaciones musicales.

En 2012, el trío decidió reunirse, limaron asperezas y proyectaron un espectáculo. Reaparecieron con el

nombre de "Ilse, Ivonne y Mimi", el 20 de abril de 2013, con la gira: Hoy por ti, mañana por mí. Su público las recibió como si jamás hubieran abandonado la escena musical.

Para el tercer mes de 2014, salió a la venta su nuevo material discográfico dentro del formato Primera fila, y el #FlanslaFila se convirtió en tendencia en las redes sociales.

Hoy, a treinta años de distancia, siguen cosechando éxitos y nuevos admiradores a sus clubes, pues los

jóvenes de aquella época han enseñado a sus hijos a querer y aquilatar la música de este trío que el próximo domingo 8 de noviembre festejará tres décadas de éxitos, aventuras, peripecias, desatinos y desencuentros en el Auditorio Nacional de la Ciudad de México.



Ampigrin

Poderosa fórmula antigripal

Consulte a su médico.
Reg. No. 74558 SSA IV
De venta en: FARMACIAS SIMILARES

Dracaena
del Dr. Simi®
Ungüento

Salud es belleza

De venta exclusiva en FARMACIAS SIMILARES®

¡Que NO se piquen contigo!

Simipulsera
repele a los mosquitos.

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

Alboz

El aliado perfecto contra la gastritis.

Reg. No. 022M97 SSA IV
De venta en: FARMACIAS SIMILARES



Vitamina

Tu vida

Paola
Espinoza

Medallista olímpica



Si persisten las molestias, consulte a su médico

www.farmaciasdesimilares.com

