

# SIM|INFORMA

Por Un País Mejor 

[www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx) / Septiembre 2016 / Núm. 413D / Ejemplar gratuito / Simi TV  @DrSimiTV 



## Muerte importada

pp. 10 y 11

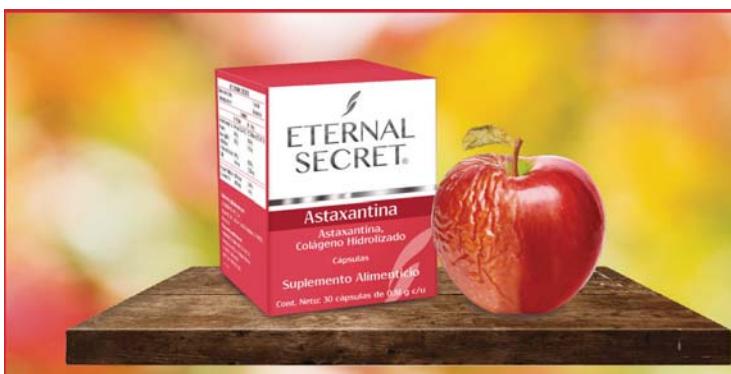


p. 9

Farmacias Similares, a la vanguardia



p. 13



Mantiene tu piel *joven*

- Disminuye y previene líneas de expresión
- Tonifica e hidrata la piel
- Neutraliza los daños causados por el medioambiente

De venta exclusiva  
**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MÁS BARATO"



# A clases, de la mano del Dr. Simi

*La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo.*

*Nelson Mandela*

**Astrid Espinoza**



**La unión hace la fuerza. Fundación de Dr. Simi y KidZania hicieron posible la entrega de miles de kits escolares**

El progreso de cualquier país requiere una buena educación, pues las carencias de los alumnos conducen a un estancamiento económico y social. Margarita Álvarez, académica de la Universidad Anáhuac, afirma que la experiencia de países desarrollados establece que la enseñanza es la materia prima por excelencia para facilitar el avance a cualquier nación.

La Fundación del Dr. Simi cree firmemente en ello, y fiel a sus principios, apoya desde hace 8 años a niños de bajos recursos de todo el país, para garantizar la continuidad de sus estudios, al dotarlos de kits escolares.

Por segundo año consecutivo, KidZania se unió a este esfuerzo del brazo asistencial del Grupo Por Un País Mejor, y lanzó la campaña "Back to school", de manera simultánea en las sedes de la Ciudad de México y Monterrey, lo que le permitió recaudar útiles escolares y beneficiar a 3 mil alumnos de estas entidades.

En Fundación del Dr. Simi buscamos que la falta de útiles escolares no sea un obstáculo para que los niños sigan estudiando. Víctor González Torres está convencido de que tener una población educada es la única vía para lograr un país mejor", aseguró Astrid García Gallegos, directora de la fundación.

Maricruz Arrubarrena, directora de KidZania México, dijo que es gratificante unir esfuerzos con el Dr. Simi para ayudar a que los niños cuenten con las herramientas necesarias para estudiar.

"Compartimos la filosofía de la fundación e igualmente estamos convencidos de la importancia que tiene estudiar.



Uno de los lemas en nuestro parque temático precisamente es 'aprender jugando', y gracias a la fundación podemos ayudar y devolver lo que como empresa recibimos de nuestros principales visitantes".

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, en 2012, la tasa de analfabetismo en México, entre la población de 15 años en adelante, se ubicó en 5.6 millones de personas, y peor aún, 3.04 % de las niñas y niños, de entre 6 y 14 años, no asisten a la escuela.

En este contexto resultan de gran ayuda los 13 mil kits escolares que la fundación repartió en el resto del país para un exitoso inicio de clases. Cabe mencionar que esta cantidad fue superior en 4 mil paquetes a la distribuida el año pasado.

"En nuestra comunidad batallamos, pues muchos niños están sin escuela porque las mamás no tienen recursos, y entonces este apoyo de útiles permite que cumplan su sueño de estudiar", comentó Sebastián Becerril, de la Asociación Giner, que apoya a madres solteras.

La entrega simbólica se llevó a cabo en las instalaciones de KidZania Santa Fe, donde alrededor de 150 niños y niñas pudieron disfrutar de las atracciones de este parque.

Gabriela Esquivel, de Fundación de Artes y Oficios al Rescate de México, agradeció la invitación, ya que permitió que los niños acudieran a un lugar al que no tienen acceso por falta de recursos, y en donde, al mismo tiempo, les enseñan la importancia de estudiar para convertirse en ciudadanos que aporten algo positivo a su familia y país.

**SIMINFORMA**  
Por Un País Mejor



## Redacción

Director Vicente Monroy Yáñez

## Diseño

Adriana Hinojo Montes de Oca

Virginia Palacios Baeza

**Presidente de Grupo Por Un País Mejor**  
Víctor González Torres

## Reporteros

Miguel Ángel Sánchez

Moisés Sánchez

Alejandra Cervantes

Fernando Gutiérrez

Marilú Carrillo

Astrid Espinoza Nieto

[www.siminforma.com.mx](http://www.siminforma.com.mx) simi\_informa@porunpaismejor.com.mx Redacción México: 54 22 01 18  
Conmutador: 54 22 45 00 Medios de Comunicación Grupo Por Un País Mejor

## 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

Derechos Reservados ©. Con edición en México y Chile. Editado por: Farmacias de Similares, S.A. de C.V., Alemania No. 10, Col. Independencia, C.P. 03630, México, D.F. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2008-032512250400-101. Certificado de Licitud de Título No. 12893. Certificado de Licitud de Contenido No. 10466. Expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas con fecha 26 de agosto de 2004. Miembro activo No. 1030/2006 de "Prensa Unida de la República, A.C." Certificado por: Lloyd International, S.C. Fecha de impresión: Agosto de 2016. Periodicidad catorcenal. Editor responsable: Vicente Monroy Yáñez. "Los artículos publicados en esta edición son responsabilidad exclusiva de su autor. Está prohibida la reproducción total o parcial de cualquier material contenido en esta edición, salvo autorización previa y por escrito".

# Enaltecen a los héroes de los nietos

**Astrid Espinoza**

Son uno de los pilares de la familia, ejemplo de sabiduría, experiencia y amor incondicional. En muchos casos juegan un papel importante y activo, al cuidar de los más pequeños. Son los abuelos, fundadores de un legado de amor, los mejores contadores de historias y guardianes de las tradiciones que perduran en el recuerdo.

¿Quién no ha buscado en los abuelos un buen consejo, consuelo o el simple apapacho, lleno de la ternura, que solo ellos saben brindar? Por ello, desde hace 33 años, en nuestro país, se estableció el Día del Abuelo, para enaltecer su existencia.

Y con ese fin, Fundación del Dr. Simi, en alianza con la Junta de Asistencia Privada del Distrito Federal (JAPDF) y Fundación CIE, organizó, por segundo año consecutivo, una gran fiesta para los adultos mayores que, según datos del Inegi, ya suman más de 11 millones en México.

“En Fundación del Dr. Simi estamos felices de poder realizar eventos de esta magnitud, para llevar felicidad a muchos adultos mayores. Para la fundación, todos los sectores de la población de escasos recursos son importantes”, dijo Astrid García Gallegos, directora del organismo.

Al convite asistieron cerca de mil abuelitos, de 30 instituciones de asistencia privada, donde han encontrado una bendición para sus vidas y realización personal.

El presidente de la JAPDF, Carlos Madrid Varela, expresó: “Para la Junta de Asistencia Privada, este día es motivo de reflexión, ya que festejamos a los hombres y mujeres que, con su vida y ejemplo, se han esforzado por dejarnos un mejor mundo”, añadió.

“Tengo más de 30 años como gerontóloga y alrededor de 15 con la institución que fundé. En ella nos encargamos de dar felicidad a muchos abuelitos que, por convicción o por abandono, están con nosotros. Para mí, es una satisfacción enorme cuidar de ellos, y soy muy feliz viendo cómo, en esta fiesta, se divierten, gozan y traen a su mente muchos recuerdos al compás de la música”, aseguró Edith Quintero, directora del Centro de Promoción Gerontológica.

El Centro Banamex fue testigo de la felicidad y algarabía de cientos de abuelitos que la pasaron de lujo, pues disfrutaron de una exquisita comida y las canciones del grupo Sangre Azteca.

Después, el tenor Humberto Cravioto, los deleitó con temas como Granada, Nube Viajera, Mi cariñito, Un viejo amor, entre otras.

Y para cerrar con broche de oro, La Internacional Sonora Santanera apareció en el escenario y entonó los éxitos que le han dado fama y que, seguramente, hizo recordar momentos de su juventud.

Bailaron al ritmo de La boa, Luces de Nueva York y Perfume de gardenias.

Cargada de anécdotas y experiencias, María Teresa disfrutó bailar con su agrupación favorita, a pesar de sus 100 años de edad.



La emoción y alegría fue la constante en la fiesta organizada por Fundación del Dr. Simi y aliados importantes



El Dr. Simi presente en los mejores momentos. Los invitados aprovecharon para tomarse la foto del recuerdo



Cientos de abuelitos corearon junto a Humberto Cravioto canciones que los transportaron a su época



Doña Irma Martínez, del Asilo Bety, enalteció la muestra de cariño hacia las personas mayores, a quienes por lo regular se les tiene en el olvido.

“No es la primera vez que vengo; es uno de los eventos más esperados por todos nosotros. Preparamos nuestro vestuario con mucha emoción y nos gusta porque nos tratan muy bien y la pasamos mejor”, añadió.

La actitud positiva, ganas de vivir, de ser feliz y el amor a la vida se impusieron a la edad o el cansancio.



Ofrecemos apoyo y  
orientación psicológica **GRATUITA**

Centro  
Nacional de Diagnóstico  
para las Enfermedades Emocionales  
"Porque ser bien, si se puede"

Te invitamos a ver nuestro **Chat de  
sexualidad** todos los **martes y jueves**  
de 16:00 a 17:00 hrs a través de  
[www.simininforma.com.mx](http://www.simininforma.com.mx)

Centro Nacional de Diagnóstico para las Enfermedades Emocionales @condeemx

Llama sin costo al  
01 800 911 66 66, opción 3  
[www.serfelizsispuede.com.mx](http://www.serfelizsispuede.com.mx)  
**¡Acércate a nosotros,  
queremos ayudarte!**

# ¿Valorar mi imaginación? Salud mental

**Psic. Roxana González \***

La imaginación nos da la capacidad de conectarnos íntimamente, con ese ser que, en ocasiones, desconocemos.

¿Cada cuándo se conecta con su imaginación, de una manera que disfrute consigo mismo de dicha oportunidad?

Quizá lo ha hecho y no se ha percatado de ello, por ejemplo, cuando prepara un guisado, y agrega algún ingrediente extra, solo por el hecho de combinar en su imaginación algo que ni siquiera ha probado.

Esto también ocurre cuando la inspiración y las palabras llegan haciéndole crear rimas o poemas, o cuando le hablan de un hermoso lugar que le

tranquiliza con solo percibirlo en su mente.

Desgraciadamente, es más común que lleguemos a conectar nuestra imaginación con algo que nos atormenta o suele ser desagradable. Por ello, le recuerdo que la imaginación es libertad, y también podemos darle la dirección que nos brinde satisfacciones, que sea plausible por sencilla que parezca y que su capacidad creadora nos lleve a un conocimiento íntimo. La imaginación angustiante está más que reconocida por usted, y es tiempo de que también descansese un poco (la angustia de usted y viceversa).

Para ello, le voy a pedir que se permita elegir algo que le cause mucho gozo.

Lo invito a que se regale 5 minutos e imagine aquello que más le guste. ¿Pudo hacerlo? Quizá si ahora cuenta otros 5 y se vuelve a colocar ahí, justo donde lo disfrutó. ¿Pudo hacerlo?

Sí, eso que usted acaba de hacer es único, porque es una experiencia única, y así como pudo vivir algo agradable solo con imaginarlo, también pueden experimentarse sensaciones desagradables si piensa en enfermedades o problemas que, aunque no existan, en su imaginación, las vive como reales.



Los problemas de salud mental no son nuevos en México. Desde la época prehispánica, con los aztecas, surgió el quehacer terapéutico en busca de una cura. Más tarde, en la Colonia, México tomó bajo su cuidado a los dementes, quienes mal alimentados y semidesnudos deambulaban por las calles.

El primer hospital en el continente dedicado al cuidado de tales enfermos fue el de San Hipólito, fundado en 1566, en la Ciudad de México, por fray Bernardino Álvarez; posteriormente, en 1698, José Sáyago fundó el Real Hospital del Divino Salvador. Ambas instituciones se mantendrían en funciones cerca de 350 y 200 años, respectivamente.

Era 1910, Porfirio Díaz, entonces presidente de México, inauguró en Mixcoac el complejo de La Castañeda, edificios que concentrarían el centro psiquiátrico más grande del país.

Este manicomio fue instituido con la función de ser hospital y asilo; podía albergar a mil internos, pero durante la Revolución llegó a tener hasta 3 mil. Ante malos manejos,

La Castañeda fue cerrada y sustituida por el Hospital Psiquiátrico Fray Bernardino.

La historia de las enfermedades mentales ha crecido igual que la población, muestra de ello es que la Secretaría de Salud estima que 25 % de los habitantes, es decir, cerca de 30.5 millones de mexicanos, enfrentará durante su vida alguna enfermedad mental o episodio depresivo.

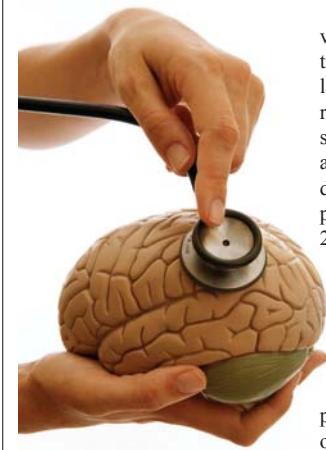
Cada año mueren cerca de 4,370 personas por trastornos mentales y del comportamiento, 90 % de los cuales tiene vínculos con el consumo de sustancias psicoactivas.

De igual manera, el número de pacientes atendidos en centros no gubernamentales creció en 400 %, entre 2001 y 2010, lo que quiere decir que cada vez más personas se enfrentan a estos padecimientos.

La Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica revela que los trastornos más comunes en México, son: fobias (7.1 % de la población); conductuales (6.1 %); dependencia al alcohol (5.9 %); fobia social (4.7 %) y el episodio depresivo (3.3 %).

Los hombres presentan prevalencias más altas de cualquier trastorno en comparación con las mujeres (30.4 % y 27.1 %, respectivamente). Aunque la insuficiencia de servicios, aunada a una falta de cultura de cuidado de la salud mental por parte de la población, ha llevado a que solo 20 % de quienes presentan algún trastorno afectivo acuda al médico en busca de tratamiento.

Así que, si usted reconoce alguna distorsión en su conducta o en la de algún familiar, no dude en procurar ayuda. Hacerlo puede darle mejor calidad de vida o, incluso, salvarlo de morir.





**Sexo, sin lágrimas  
y sin pudor**

Gabriela Jiménez V.

## Orgasmos

Hace poco me preguntaba una usuaria de la línea de ayuda psicológica, “¿por qué siento orgasmos con mi marido, si ya no lo amo?”. Tardé un par de segundos en entender esto y elaborar esta pregunta: “¿Cómo relacionas el orgasmo con el amor?”.

El diálogo fue así:

- “Pues sí, si ya no lo amo ¿por qué tengo orgasmos?”.
- Bueno, el placer que se encuentra en una persona, la empatía sexual o respuesta física que te genera este hombre y que te lleva al orgasmo, nada tiene que ver con la emoción del amor.
- “¿Pero sin amar a alguien, entonces, se puede sentir un orgasmo?”.
- Sí, el orgasmo es una respuesta física que se alcanza con base en el placer que te genera estar con ese hombre. Lo ames o no, sigue siendo alguien que te atrae sexualmente, y lo que hace te lleva a sentir.

La mujer no daba crédito, ya que ella había aprendido que el amor va directamente ligado con el placer sexual. Si lo pensamos bien, en esta cultura hemos aprendido que las mujeres que disfrutan del sexo libremente y sin amor, son aquellas de dudosa reputación. Y que una mujer “decente” sí puede experimentar este placer sexual, siempre y cuando sea con el hombre amado, no con cualquiera.

Insisto: ¿No es claro y evidente que la población necesita recibir educación sexual?

**¡ADIÓS AMIBA!  
¡ADIÓS LOMBRIZ!**



ANTIPARASITARIO

**Farmiver**  
Quinfamida - Albendazol

UNA SOLA  
**Dosis**



Reg. No. 385M2006 SSA VI

Reg. No. 173M2012 SSA VI

**Ideal para cada integrante  
de la Familia**

**Farmiver Pediátrico**  
Niños de 2 a 4 años

**Farmiver Junior**  
Niños de 7 a 11 años

**Farmiver Tabletas**  
Adultos y Niños  
mayores de 12 años



SI PERSISTEN LAS MOLESTIAS, CONSULTE A SU MÉDICO.

[www.farmiver.com.mx](http://www.farmiver.com.mx)  
Contacto Comercial:  
[info@farmacoscontinentales.com.mx](mailto:info@farmacoscontinentales.com.mx)

**Fármacos Continentales, S.A. de C.V.**

Permiso COFEPRIS 163300201B1100

Por tu **Salud**  
y la de tu **Familia**



## Salud y sociedad

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

### Falsedades sobre Venezuela

Hace unas semanas, el representante en Venezuela ante la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) declaró que este país no requiere ayuda humanitaria.

Sus palabras desmienten la imagen de una Venezuela en situación de caos por falta de alimentos para la población. Lo que en lenguaje diplomático dijo la FAO es que en aquel país no hay escasez de alimentos. O, dicho de modo más claro y categórico, no hay hambruna ni señales objetivas de que pudiera haberla en lo futuro.

Las hambrunas, como bien se sabe, son fruto de una catástrofe natural, por ejemplo, una gran inundación o una severa y prolongada sequía. También pueden ser producto de una catástrofe social, digamos una guerra civil o una invasión militar extranjera. Y, como igualmente bien se sabe, en Venezuela no se han dado ni remotamente esos supuestos catastróficos. Pero si objetivamente, como reconoce la FAO, no existe hambruna en Venezuela ni, por consiguiente, la necesidad de ayuda humanitaria internacional por escasez de comida, de dónde sacan ciertos medios de comunicación esas ideas absurdas e insostenibles.

Pues sencillamente son producto de una estrategia de guerra mediática. Se pretende sembrar en la opinión pública internacional la imagen de la necesidad de una intervención extranjera que ponga fin al supuesto caos en Venezuela. Esta estrategia mediática tuvo su primera premisa en aquella reciente declaración del presidente estadounidense, Barack Obama, quien calificaba la situación interna venezolana como "una amenaza inusual y extraordinaria para la seguridad nacional de Estados Unidos". De ahí lo duro y lo tupido de la campaña de mentiras, exageraciones, distorsiones y desvergonzadas invenciones sobre la situación económica venezolana.

La creación de esa imagen de caos y de falta de alimentos serviría como pretexto para justificar una intervención militar extranjera con fachada de ayuda humanitaria, pero con el propósito de derrocamiento del gobierno bolivariano. Eso es todo, de eso se trata.



# UNAPIEL PERFECTA, en solo 3 PASOS

Yasmín Avendaño Piña

El rostro es una de tus cartas más importantes de presentación; por tanto, debes cuidarlo al máximo para lucir siempre radiante. Por ello es importante tener buenos hábitos en su cuidado: limpiar, hidratar, proteger y minimizar las agresiones del medioambiente. Hay 3 pasos sencillos que puedes seguir para mejorar la calidad y aspecto de tu piel.

### PASO 1.- REMUEVE IMPUREZAS

Para este hecho utilizaremos productos como: exfoliantes, jabón o gel -indicados específicamente para cada tipo de piel-, tónicos y desmaquillante, siempre cuidando que estos no sean agresivos o reseguen tu piel.

**Exfoliantes:** Al exfoliar eliminamos células muertas que se acumulan en nuestra piel y dan la apariencia de reseguedad, aspereza y color grisáceo, pero ¡cuidado! Su uso se recomienda una vez por semana para pieles secas y dos veces a la semana si tienes piel mixta o grasa.

**Jabón o geles:** El uso de jabón o geles de limpieza para rostro, ayuda a eliminar residuos de maquillaje o agresiones ambientales que se acumulan durante el día.

**Tónicos:** Un tónico es excelente, quita las impurezas más profundas ayudando a cerrar los poros, pues algunos son ligeramente astringentes; su importancia en el uso de la limpieza permite también preparar la piel para aplicar cremas de tratamiento.

**Desmaquillante:** Por las noches desmaquillarte es esencial; recuerda que si no lo haces podrías acelerar el proceso de envejecimiento.

### PASO 2.- CUIDA Y CORRIGE

Es el turno de las cremas de tratamiento, cuyos ingredientes activos actúan a distintos niveles de la piel contribuyendo a reafirmar, reparar y proteger; así evitas la aparición de líneas de expresión, arruguitas, entre otros. Su presentación puede ser en geles, sueros, cremas ligeras, y cremas más untuosas.

Dependiendo del tipo de piel puedes elegir la adecuada para ti. Por ejemplo:

**Piel mixta o grasa:** Se recomiendan geles, sueros y cremas ligeras.

**Piel seca:** Se recomiendan cremas más untuosas, pues son más confortables para la piel.



- Cierra los poros
- Proporciona frescura y luminosidad



• Cierre facial firme piel sensible & mixta  
• Protección efectiva sin sensación pegajosa  
• UVA  
• Cont. Neto: 60 g



• Diuminuye y previene las líneas de expresión.  
• Tonifica, nutre e hidrata la piel.  
• Neutraliza los daños causados por el medio ambiente.  
• Cont. Neto: 50 g

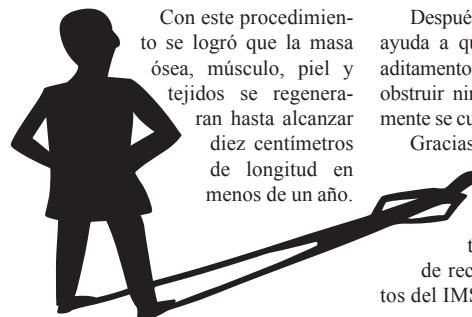


## Evitan amputación con alargamiento óseo

Con una técnica innovadora y pionera en México, los médicos traumatólogos del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) salvaron de una amputación la pierna derecha de un hombre que sufrió un accidente en motocicleta hace un año.

La práctica de elongación o alargamiento óseo, dirigida por expertos de la Unidad Médica de Alta Especialidad (UMAE) Hospital "Dr. Victorio de la Fuente Narváez", permitió al paciente de 38 años de edad conservar su extremidad.

Con este procedimiento se logró que la masa ósea, músculo, piel y tejidos se regeneraran hasta alcanzar diez centímetros de longitud en menos de un año.



Oswaldo, el paciente, fue sometido a tres cirugías para alcanzar esta hazaña médica, que desde un inicio presentaba signos de amputación y comprometía órganos vitales.

La directora médica de la UMAE, Fryda Medina Rodríguez, explicó que la terapia inicial consistió en quitar el tejido muscular muerto, y luego colocaron una barra y realizaron una incisión en la parte superior del hueso, de tal manera que la extremidad quedó reducida.

Después le colocaron una esponja que ayuda a que granulen los tejidos, cuyo aditamento empuja la masa muscular sin obstruir ningún vaso sanguíneo, y finalmente se cubre el tejido expuesto con piel.

Gracias a esta intervención, Oswaldo evitó un daño psicológico irreversible y logró reincorporarse a sus actividades cotidianas, al reducir su tiempo de recuperación, así como los gastos del IMSS.

## Nuevo fármaco contra cáncer de piel

Cuba, con 11.2 millones de habitantes, produce medicamentos innovadores destinados al tratamiento del cáncer de piel, como el "Heberferon".

El medicamento inyectable reduce los tumores de piel no melanomas y puede evitar secuelas de cirugías en zonas como la cara, donde resulta complejo operar.

El Heberferon es una novedad científica obtenida por el Centro de Ingeniería Genética y Biotecnología (CIGB) de La Habana, tras más de 20 años de investigaciones y ensayos clínicos.



**Glenmark** es una compañía farmacéutica líder, fundada en 1977 y forma parte de las 100 farmacéuticas más rentables en el mundo.



### Línea Respiratoria



### Línea Dermatológica



**glenmark**  
A new way for a new world

# Astaxantina, al rescate de tu piel



Muchas veces hemos escuchado que nuestra piel puede envejecer por daños ocasionados por la luz solar y otras radiaciones.

El photoenvejecimiento es el causante de la mayoría de los cambios relacionados con la apariencia de nuestra piel, y causan la aparición prematura de líneas de expresión, arrugas y resequedad, entre otros, factores visuales que revelan nuestra edad.

Además de las cremas de uso diario, las cuales ayudan a mantener nuestra piel sana y con mejor apariencia, tomar suplementos diariamente reforza e incrementa los beneficios, ya que trabajan desde el interior hacia el exterior de la piel para beneficiarla y mantenerla sana.

Años de investigación y estudios clínicos han demostrado que la astaxantina tiene distintos beneficios en la piel tras su suplementación oral y administración tópica, debido a su gran capacidad antioxidante, de hasta 500 veces más que la vitamina E.

A diferencia de otros antioxidantes, la astaxantina, por su estructura única, cruza la membrana celular y la protege de la oxidación al interior, entre y al exterior de la misma, al fungir como agente dermo-reparador y protector de radicales libres, formados por la exposición al sol, contaminación, estrés, etc.

El colágeno hidrolizado, por su parte, ha demostrado que tiene efectos protectores sobre el envejecimiento cutáneo, pues ayuda a la reducción de la pérdida de humedad, al reparar el colágeno endógeno y la elasticidad de las fibras cutáneas.

No reveles tu edad y aprovecha los beneficios de estos activos. La suplementación de esta combinación perfecta mejora la apariencia de tu piel, ya que logran trabajar en conjunto para tener un efecto protector y reparador de los daños causados por los rayos UV, al lograr beneficios de antienvejecimiento, mejorar la elasticidad, humectación y la integridad de la piel.



**Análisis Clínicos  
del Dr. Simi**  
"La calidad es lo primero"®



## UNA DETECCIÓN OPORTUNA SALVA VIDAS

El cáncer en sus **etapas tempranas** no produce síntomas; la mejor arma contra su lucha es la **prevención**.

**PAQUETE MUJER FEMENINOS**  
**\$599.00\***

- MASTOGRAFÍA (4 PROYECCIONES)
- PAPANICOLAOU EN BASE LIQUIDA

**PAQUETE MAMARIO FEMENINO**  
**\$699.00\***

- ULTRASONIDO GLÁNDULA MAMARIA
- MASTOGRAFIA (4 PROYECCIONES)

**10%  
DE DESCUENTO**  
EN TODOS  
LOS MARCADORES  
TUMORALES  
Y BIOPSIAS

\*Se aplican restricciones por zona geográfica.  
\*Promoción válida durante septiembre y octubre de 2016.



Conselte previamente a su médico.  
Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón Ced. Prot. 4451415-UNAM

[www.ssdrsimi.com.mx](http://www.ssdrsimi.com.mx)



**SIMTEL 01 800 911 66 66**

Q.F.B. José Israel Ponce Mondragón Ced. Prot. 4451415-UNAM

# Cedis Tultitlán, otro paso del Dr. Simi

Vicente Monroy



Hay casos de éxito que, invariamente, no saben igual cuando son contados.

Atrás de cada logro y cada peldaño alcanzado hay miles de historias personales que van tejendo testimonios de entrega y corazón.

Es un hecho que en menos de 20 años, Farmacias Similares se convirtió en la cadena líder en la venta de medicamentos genéricos y todo, claro, a partir de una gran idea y la tenacidad de cada uno de aquellos que creyeron en ese sueño.

Que el Dr. Simi ahora anuncie la apertura de su décimo Centro de Distribución quizás no haga justicia a las mujeres y hombres que han entregado lo mejor de sí para hacer realidad este posicionamiento.

Valdría más tener en cuenta que en la nueva nave industrial de 5,700 metros cuadrados, ubicada en Tultitlán, Estado de México, habría cabido hasta ¡100 veces! el pequeño cuarto donde se comenzaron a acomodar los primeros medicamentos que habrían de llevarse en una combi a la primera farmacia, en el ya lejano 1997.

Este 1.º de septiembre se escribió una nueva página de esfuerzo: Farmacias Similares abrió su décimo Centro de Distribución, no solo como muestra de su crecimiento, sino como una nueva estrategia para estar más cerca de las necesidades de sus clientes.

Claudia Llantada, directora de Distribución, fue la anfitriona: "Este nuevo Centro de Distribución atenderá a 536 unidades de negocio, 451 de ellas de manera directa; es decir, sucursales, franquicias y subalmacenes, en

el Estado de México, Ciudad de México, Guerrero, Hidalgo, Michoacán, San Luis Potosí, Tlaxcala y Veracruz".

Fiel a la tradición, a la misa de agradecimiento llegaron todos, incluidos los colaboradores del nuevo Cedis Tultitlán; directivos del Grupo Por Un País Mejor, y el Dr. Simi, como debe ser.

A la hora del corte de listón, una mezcla de experiencia y juventud: de un lado, la propia Claudia Llantada, Víctor González Herrera, director adjunto comercial y un orgulloso vicepresidente del Grupo Por Un País Mejor, Óscar de la Sierra, quien era el encargado del mensaje inaugural:

"Es maravilloso ver lo que es Farmacias Similares y el sueño de nuestro fundador, don Víctor González. Un reconocimiento a todos los compañeros de Distribución; de todo el Grupo, porque esto es la constancia de que una obra buena produce grandes frutos.

"Desde luego, es necesario tener presente que un crecimiento como el nuestro plantea nuevos retos, más responsabilidad, porque tenemos una misión que cumplir: hacer llegar la salud a todos los rincones".

La nave industrial, con más de 12 metros de altura, tiene capacidad para almacenar hasta cuatro millones de piezas.

José Luis Juárez, nuevo jefe de este centro de distribución, sabe que el reto es importante, pero confía en el equipo que ha logrado conformar.

"Aquí estamos para servir y tenemos la convicción de ofrecer un servicio de calidad, eficiente y digno para nuestros clientes".

## Expedientes del poder

Carlos Ramírez  
 carlosramirezh@hotmail.com  
 @carlosramirezh



## México, en la geopolítica de los EE.UU.

**WASHINGTON, D.C.-** Las elecciones presidenciales en los EE.UU. son el principal desafío para México. Pero no como erróneamente cree el gobierno federal: el problema no es de migrantes, sino que radica en la reconfiguración de la geopolítica del mundo después de la caída del muro de Berlín y el fin de la Unión Soviética.

Las candidaturas de Donald Trump y de Hillary Clinton responden a ciertas dinámicas domésticas, pero las dos dejan ver el regreso de los EE.UU. al poder imperial; lo mismo con las locuras de Trump que con las frialidades de Hillary. Los EE.UU. habían dejado pasar de lado los efectos del agotamiento del sistema comunista soviético: la frivolidad sexual de Bill Clinton distrajo de la necesidad de atender las burbujas de la crisis inmobiliaria; Bush Jr. llegó a disfrutar el poder pero los atentados terroristas del 9/11 lo llevaron a pivotear la guerra como atenuante contra la crisis, aunque a costa de desestabilizar el medio oriente; y Obama no supo qué hacer con el poder y disminuyó la vena imperial de Washington abandonando plazas geopolíticas aprovechadas ahora por China, Irán y Rusia.

La verdadera agenda de poder de Trump y Clinton es el reforzamiento del poder estadounidense. El apoyo del *establishment* de seguridad nacional, inteligencia y militarismo alrededor de Hillary tiene que ver con las presiones estadounidenses sobre México en materia de corrupción, violencia criminal y derechos humanos.

En este contexto, México ha respondido con la reorganización del equipo de imagen pública en medios y con un programa consular de defensa de nacionales, pero sin entender que el problema serio es la subordinación de la soberanía nacional al escudo militar de seguridad nacional de Washington. Antes de que se conozca al ganador oficial de la contienda, México necesita regresar a su política exterior activa, progresista, de resistencia y de defensa de los intereses nacionales.

Si no, seguirá siendo un peón de la geopolítica del imperio.

# Cigarros ilegales, mu

**Areli Villalobos**

La planta del tabaco y la acción de quemarla e inhalarla fue descubierta en América. Pronto esta práctica se hizo popular y, como ocurrió en muchos países del continente, fue heredada a México, en donde fumar se ha convertido en uno de los hábitos tan comunes como dañinos.

Cáncer en órganos del aparato respiratorio y problemas del corazón, son algunas de las enfermedades a las que están expuestos los 10.5 millones de mexicanos que en la actualidad fuman.

Debido a que cada año alrededor de 60 mil personas mueren a consecuencia del tabaco, y a que el Sistema Nacional de Salud eroga 60 mil millones de pesos anuales para tratar sus consecuencias, las autoridades han emprendido, desde 2010, una serie de campañas para evitar y moderar su consumo.

El trabajo ha sido duro, pero mientras se lucha por detener este mal, surge un nuevo contratiempo en esta adicción: la venta de cigarros ilegales.

Es por demás decir que este producto aumenta considerablemente los riesgos a la salud, al producirse con ingredientes poco confiables, como restos de alfombras, aserrín, heces fecales e incluso plantas de tabaco contaminadas; sin embargo, debe su auge a que su precio es 50 % menor al de las marcas legales.

Para tenerlo más claro, un cigarro ilegal puede definirse como aquel producto que, en sus etapas de venta o distribución, violenta las leyes en la materia de un país; por ejemplo, los análisis de salubridad de sus componentes, el establecimiento de precios de venta, o su gravamen en las aduanas. Cuando se incumplen estos requerimientos se puede hablar de productos falsificados (o "piratas"), adulterados o importados sin vigilancia del gobierno.

**Cigarrillo, al alza**

De acuerdo con el Consejo Nacional de la Industria Tabacalera, el fenómeno del mercado ilegal de cigarros en México se incrementa año con año, y esto se debe a que, desde 2010, aumentaron los precios e impuestos hacia el tabaco en general,

como parte de la campaña nacional para disminuir el consumo en sectores no deseados, como niños y adolescentes.

Pero la propuesta no surtió efecto, ya que el encarecimiento del cigarrillo se compensó con una mayor demanda de marcas de dudosa procedencia. Como ejemplo está que el decomiso acumulado de cigarros ilegales, en el periodo 2011 al 2015, que ascendió a casi 220 millones de cigarros, lo que representa un incremento de 550,000 % en comparación con lo recaudado en el 2010.

Según el Sistema de Administración Tributaria (SAT), se estima que 16 % de los cigarros que se venden en México son ilegales, y estos provienen de China, India y Vietnam. De los países de origen, los productos arriban a la zona

libre de Colón, en Panamá, la segunda de comercio libre más grande del mundo, y de ahí se reparten a México y Sudamérica.

Por ello, la Comisión Federal Contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) mantiene una alerta sanitaria en contra de más de 200 marcas, entre las que destacan Sheriff, Marshal, Glory, Classic, Popular, Elite, Stallion, Bronco, Silver, Ultima y Royal.



# erte importada



Lo "más preocupante", según apunta un documento de la Universidad de Alicante, España, es que en el comercio ilícito se visualiza una rápida propagación geográfica, que representa un mayor riesgo a la salud del consumidor, ya que los ingredientes y las condiciones sanitarias de la producción de cigarros ilegales son desconocidos.

#### Detrás de las etiquetas

La diferencia principal entre un cigarro ilegal y otro que no lo es radica en la falta de control sanitario en sus materias primas, ya que no se garantizan las condiciones apropiadas de su producción, lo que incrementa la posibilidad de contener compuestos químicos altamente tóxicos.

#### El humo del cigarrillo contiene:

- Monóxido de carbono.** Es un gas venenoso que reduce la disponibilidad de oxígeno del organismo; responsable de las muertes por enfermedades coronarias.
- Nicotina.** Sustancia altamente tóxica. Es causante de la adicción al tabaco. Provoca una serie de trastornos en casi todos los sistemas del organismo.
- Alquitrán.** Constituido por un millar de sustancias que no se han logrado identificar. Es el principal elemento cancerígeno.

Un estudio de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), señala que los cigarros ilegales tienen menos cantidad de tabaco y nicotina, pero más de alquitrán, sustancia peligrosa que se ha situado como el principal elemento cancerígeno, ya que una vez inhalado este se deposita en bronquios y pulmones.

#### Adolescentes, fumadores en potencia

El Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), asegura que la edad promedio en que los mexicanos prueban su primer cigarro es a los 13 años y, debido a esto, el número de fumadores se triplica al pasar de la secundaria a la preparatoria, lo que acabará por generar millones y millones de fumadores en potencia que se enfrentarán a problemas de

salud, debido a producto apócrifos.

Como muestra de que es urgente afrontar este problema, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reveló que alrededor de 6 millones de personas fallecen al año a causa del tabaco, lo que representa uno de cada 10 adultos muertos, cifra superior a los decesos por sida, tuberculosis y paludismo.

Para 2030, se estima que las muertes por tabaquismo podrían aumentar a 8 millones de personas al año.

Sin embargo, ni autoridades ni fumadores pueden esperar a que lleguen esas cifras fatídicas. Se necesitan leyes más rigurosas y que los fumadores disminuyan el consumo de tabaco. A un tiempo, la gente tiene la capacidad de decidir si apuesta por su salud o no, algo que ya no ocurre cuando presenta enfermedades crónicas.





El árnica de ayer en el envase de hoy

**Árnica Baby Stick**

**NEBUCOR**  
Guardian de la Salud



**BAUMANÓMETRO DIGITAL HL-888JA**

**\$534.01**

- Medición en Brazo
- 99 Memorias
- Exclusivo sistema indicador de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud.
- Gran precisión y exactitud de lectura.
- Totalmente automáticos

DE VENTA EN:

**FARMACIAS SIMILARES**

# ETERNAL SECRET®



Desvanece líneas  
de expresión



SALUD ES BELLEZA  
AVISO: 143300202D0226

De venta exclusiva



**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

Dr. Simi ®



# Farmacias Similares a la vanguardia

Miguel Ángel Sánchez



Desde hace 19 años, la innovación ha sido esencial en la vida del Grupo Por Un País Mejor (GPUPM). No solo porque cambió el sistema de salud en México, al ofrecer servicios médicos y medicamentos de calidad a bajo costo –a través de Farmacias Similares-, sino porque en la búsqueda de mantenerse a la vanguardia aprovecha la tecnología para ser una compañía cada vez más eficiente.



Ejemplo de ello, es el arranque oficial del Ciclo de Integración y Mejora Administrativa (CIMA) “Buscando la excelencia”, proyecto mediante el cual se encamina a revolucionar sus procesos administrativos y recursos empresariales, con el fin de incentivar el crecimiento continuo de la organización.

Roger Jiménez, director de Tecnologías de la información del GPUPM, explicó que “dentro de este plan se migrará al sistema SAP, para llegar a ser una empresa con procesos homologados en todas sus direcciones, que den agilidad a la parte administrativa y operativa”.

Por su parte, Óscar de la Sierra Arámburo, vicepresidente del GPUPM, abundó que el arranque del proyecto CIMA, es trascendental para el grupo, ya que Farmacias Similares, por su historia, está obligada a ser mejor.

“Farmacias Similares es una empresa que ha enfrentado grandes retos y que siempre, con base en sus valores y su compromiso con los mexicanos, ha salido victoriosa. En nuestro ADN tenemos ese espíritu de entrega y amor por nuestros clientes, y ello es necesario para nuestro proyecto”.

De la Sierra Arámburo hizo hincapié en que una herramienta como SAP nos permitirá aguantar el crecimiento de la empresa.

“Para este programa necesitamos el compromiso, apertura y adaptabilidad de todos, y poner, por encima de todo, los objetivos del grupo para llevar a cabo la misión. De este proyecto sé que saldremos airoso y tendremos herramientas suficientes para las generaciones por venir. Les deseo mucha suerte”.

En su oportunidad, Rafael Sánchez, director general de SAP-Méjico, se dijo honrado de participar en CIMA, porque “es un proyecto relevante para Farmacias Similares y para todo el país, porque en la medida que el Dr. Simi continúe con su eficiencia operativa, con su capacidad de innovación y su crecimiento, millones de familias se verán beneficiadas y tendremos un país mejor”.

Recordó que SAP-Méjico mantendrá una alianza con el GPUPM que no terminará en 2018, porque seguirá a la par del avance de Farmacias Similares, a la que asignarán recursos para asegurar las mejores prácticas y generar no una revolución, sino una evolución.



# Simios, al borde de la extinción



La última revisión del 'termómetro de la biodiversidad del planeta', la lista roja de especies amenazadas de la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN), alerta sobre los grandes simios, y se sitúa al borde de la extinción a 4 de las 6 especies por la caza ilegal.

La actualización de este listado se presentó en Hawái durante el Congreso Mundial de la Naturaleza, resultado del seguimiento científico más riguroso a nivel internacional de 82 mil 954 especies de plantas y animales amenazados, 23 mil 928 de las cuales corren riesgo de extinción.

La última revisión de la lista roja se ha centrado en los mamíferos y un halo de esperanza para el panda gigante, el antílope tibetano y el lince ibérico, cuyas poblaciones han mejorado, alejándolos ligeramente de la extinción.

Entre las cuatro especies de grandes simios a punto de desaparecer se encuentra el primate más grande del mundo, el gorila oriental, cuya población ha sufrido un declive del 70 % en los últimos 20 años y hoy apenas llega a los 5 mil individuos.

Una subespecie del mismo denominado gorila oriental de planicie es la que peor situación atraviesa, con una caída de población del 77 % desde 1994: de 16 mil 900 individuos a solo 3 mil 800, en 2015.

El gorila occidental, el orangután de Borneo y el orangután de Sumatra son las otras tres especies de grandes simios al borde de la extinción; mientras que el chimpancé y el bonobo se incluyen en la categoría 'En Peligro'.

La primatóloga Jane Goodall explicó que, a pesar de que está prohibido capturarlos, la caza ilegal es lo que está encaminando a los grandes simios a la extinción.

Tenemos una ventana aún para salvarlos, pero no es muy grande y habría que abrirla antes de que el cambio climático y las enfermedades agraven la situación de esta especie, tan cercanas al hombre", añadió.

La nueva lista roja también alerta del declive de la cebra de llanura por la caza ilegal (para carne y pieles), cuya población se redujo en un 24 % en los últimos 14 años, pasando de unos 660 mil individuos a la actual estimación de 500 mil.

Tres especies de antílopes africanos -el bayo, el de vientre blanco y el de lomo amarillo- pasan a estar 'casi amenazadas' por la persistencia de la caza ilegal y la pérdida de sus hábitats, "las dos principales causas que llevan a la extinción a muchos mamíferos", indicó Carlo Rondinini, coordinador de la evaluación de los mamíferos en la Universidad La Sapienza de Roma.

## Equipo especial de intervención en 2017

El aeropuerto internacional de Zaventem, en Bruselas, contará a partir de 2017 con un equipo especial de intervención rápida para responder a situaciones "extremas", informó el ministerio del Interior.

El portavoz del ministerio, Olivier Van Raemdonck, dijo que los miembros del equipo serán los primeros en intervenir cuando se detecte una situación sospechosa en el aeropuerto.

El dispositivo estará formado por policías que recibirán formación específica y equipo para neutralizar a sospechosos agresivos sin poner en riesgo sus vidas.

En paralelo, todos los aeropuertos belgas serán equipados con nuevas tecnologías para detectar rápidamente movimientos sospechosos.

El ministro del Interior, Jan Jambon, mencionó el pasado mes al diario Het

Laatste Nieuws, la creación de "escudos de cámaras" de seguridad en los aeródromos.

Se trata de instalar y operar cámaras capaces de identificar las matrículas de los automóviles en todas las calles y carreteras aledañas a los aeropuertos.

Las medidas responden a la permanente amenaza terrorista en Bélgica, que se mantiene desde hace casi un año.

El aeropuerto internacional de Zaventem fue uno de los blancos de los ataques terroristas cometidos en Bruselas el 22 de marzo por el Estado Islámico (EI), en los que 34 personas perdieron la vida.

Tres atacantes, todos fichados por la policía, penetraron en el recinto haciendo pasar por viajeros y dos de ellos hicieron estallar sus respectivas maletas llenas de explosivos en el área de registros.

El tercero, Mohamed Abrini, acusado también de implicación en los atentados de

París del 13 de noviembre de 2015, huyó del local dejando atrás su equipaje, el cual

fue hecho estallar más tarde por la policía especial sin causar nuevas víctimas.





**El que paga manda**

Fundación **BEST®**  
a.c.

UNIDOS PARA AYUDAR®

Más de 5,500 consultorios de medicina general y más de 10,800 médicos en el país a su alcance, servicio y atención.

Horarios y ubicaciones de los consultorios, llame sin costo al **Simitel 01 800 911 6666**



Pasta dental Crest complete \$16.90

Cepillo de dientes Oral B complete adulto \$15.00

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

HASTA 75% DE ALGUNOS

Vigencia de la publicación al 30 de septiembre de 2016.



### Desde la loma de los disparos

Baltazar Ignacio Valadez

### Diablos, el gran ausente

El equipo de los Diablos Rojos del México se convirtió en el gran ausente de los Playoffs 2016 de la Liga Mexicana de Beisbol, hecho que no sucedía desde hace 33 años, cuando en 1982 los luciferes fueron eliminados en virtud de una combinación de triunfos y derrotas entre los Piratas de Campeche y los Leones de Yucatán.

Los Pingos estuvieron en la pelea por el boleto casi hasta el final de la temporada regular del presente año, pero su esfuerzo no fue suficiente para ser el acostumbrado protagonista en la fase eliminatoria anual de la Liga Mexicana. Al equipo que gracias a don Alfredo Harp ha vencido múltiples obstáculos para permanecer en la Ciudad de México, le pudo faltar todo, menos el profesionalismo que desde siempre los ha distinguido y que ha sido uno de los factores principales para ser el equipo con más campeonatos en la historia del prestigioso torneo veraniego.

Toda la afición puede estar segura de que los directivos escarlatas no irán a llorar al Muro de los Lamentos, sino que ya están trabajando intensamente para corregir lo que falló y para contar con los jugadores que necesitan para ser el conjunto ganador y brillante referente del beisbol mexicano.

Pronóstico por demás fundado, es que directivos y jugadores escarlatas harán hasta lo imposible para coronarse campeones en la temporada del próximo 2017, esto para dar más brillo y realce al estreno de su nuevo estadio, ése que será de categoría y con el que dejarán de andar de Herodes a Poncio Pilato.

Otra noticia alentadora para la afición capitalina, es la del remoto pero no imposible regreso de los Tigres a la Ciudad de México, de manera que así vuela la famosa "guerra civil" en la que nunca hubo muertos ni heridos, pero sí beisbol de muchos quilates, fiesta y duelo de porras en las tribunas.

Y claro que los aficionados tigristas de la Ciudad de México, cruzarán los dedos para que así suceda.

# Un ejemplo de la favela

### Fernando Gutiérrez

Dicen, y con razón, que de los segundos y terceros lugares nadie se acuerda. Y es cierto, la memoria solo abarca a los ganadores de oro, a quienes entran en el Olimpo, pese a haber tenido todo en contra, durante toda la vida.

Tal es el caso de Rafaela Silva, una brasileña con cara de niña, pero que ya anda en los 24 años. Delgadita, pero dura como roble, una resistencia que le dio desde siempre la favela la Ciudad de Dios, la más grande y miserable de Río de Janeiro.

Allí, donde los niños no tienen nada que hacer más que aprender de la delincuencia, Rafaela luchó por hacer realidad un sueño: ser campeona mundial y olímpica de judo, en los 57 kilos.

Y lo logró con tenacidad y mucho trabajo. "Solo Dios sabe lo que he pasado para llegar a esto", dice un tatuaje en su bíceps.

Rafaela estuvo en los Juegos Olímpicos de Londres 2012 y sufrió el racismo de la mayoría: "Vete de aquí, el judo no es para monos. El lugar de los monos es una jaula".

En aquella ocasión, la joven fue eliminada por un golpe ilegal, una desilusión que la llevó a pensar en retirarse del judo, actividad que practica desde los cinco años.

Gracias a su entrenador y a una psicóloga, se animó a seguir. Se puso a entrenar horas y horas, hasta alcanzar un nivel que pocos logran. Pero, además, con un plus: coraje, ganas de figurar, de desmostrarle al mundo que ella es una atleta, no un mono.

Hoy, con su enorme sonrisa que contienen unos frenos para enderezarle los dientes, muestra su medalla de oro, como si fuera una lupa, colocada frente a su ojo derecho.

Rafaela es un símbolo. Una ganadora que no pone pretextos para crecer y colgarse el oro.

segup1949@yahoo.com.mx



# Una cachucha, 100 años

Fernando Gutiérrez



Llegó a la Ciudad de México cuando esta "era chaparrita", como alguna vez la describió la magistral Elenita Poniatowska. Imaginemos esos tiempos: frente a lo que ahora es el monumento a la Madre viajaba a bordo de un tren, rumbo a la estación de Buenavista. Justo en ese lugar (hoy Insurgentes y Villalongin), le llamó la atención un juego de futbol llanero. Habrá tenido unos 10 años de edad. Estaba sorprendido. Las cosas en la capital no eran como en su natal Guadalajara.

Aquella primera imagen del futbol lo marcó para siempre. Un poco más crecido ingresó al Necaxa, luego al América, Monterrey y Atlante. Todo parecía irle

bien hasta que sufrió la fractura de tibia y peroné, suceso que lo retiró como futbolista. El destino quiso, entonces, perder a un buen jugador, pero ganar a un excelente estratego, un técnico que hasta la fecha es el que más títulos acumula: 15, entre nacionales e internacionales.

Cierto, como entrenador no tuvo ni ha tenido par. Hombre de personalidad, polémico, sarcástico, conocedor, un sabio del futbol, tuvo en sus manos a las mejores selecciones mexicanas de futbol.

Sin embargo, no todo su mundo fue y sigue siendo el futbol. Hoy, a los 100 años de edad, aún trabaja con fuerzas básicas del Cruz Azul, pero se da tiempo para su otro gran pasatiempo: escuchar música

clásica y ópera. Y también para leer un buen libro o seguir los juegos de la NBA, pues el basquetbol es otra de sus pasiones.

Hombre decente, de vida ordenada, esposo, padre y abuelo. Habitante de la San Miguel Chapultepec, desde que estos eran llanos. Algo lo ha caracterizado en su figura: una cachucha. Claro, usted adivinó, es Ignacio Trelles Campos, don Nacho, respetable, admirado, testigo de un México que ya se fue, un México de paz, contrastante con el presente, oscuro y sangriento.

Gracias, don Nacho, ejemplar hombre de principios, por darme el gusto de su amistad.

fegupe1949@yahoo.com.mx

## ¡Carajo!

Antonio "Tota" Carbajal



## ¿No hay talento?

Qué pena lo que está pasando al muy buen jugador Maxi Morález, quien no está 100 %, metido con el equipo León. ¿Será que no ha sido constante en su juego? ¿Por qué no es titular? He leído en los medios que se quiere regresar a su país, aunque vaya a ganar menos de lo que se le paga aquí, pero dudo muchísimo que le den al León lo que le pagaron al club argentino por ese traspaso. Insisto, es muy raro que este jugador no se adapte al medio mexicano; mucho me llama la atención esta situación, pues nunca le pagarán en su tierra lo que percibe aquí. Claro, si su regreso es por una causa de fuerza mayor, lo entiendo. Siento que le molesta el no ser titular. ¿Tendrá razón? Lo más normal y lógico es que hable con el señor Tena, y allí tendrá la respuesta.

¿Qué le pasa a las Chivas? Se ha cacareado que México no tiene 25 jugadores de primer nivel y queda confirmado con sus resultados en tres juegos de Liga: perdió con Pumas, 1-0; ganó a Monterrey, 1-0 en la Copa; Chiapas solo le metió 4-1 en Liga; Tijuana lo volvió a golear, 4-1; y en amistoso, Chivas 1, Arsenal 3, lo que indica que en cinco partidos solo ha metido tres goles y ha recibido 12 en contra. Señor Almeyda: por favor, bájese de la nube y ponga a sus jugadores como lo merecen. Chivas, hasta ahora, no es lo que su dueño, el señor Jorge Vergara, menciona, y en lo personal, me parece increíble que en Guadalajara no haya más jugadores de calidad.

Amigos y enemigos: ¿Creen ustedes que es un honor el representar a su país en una Copa del Mundo o en una Olimpiada? En lo personal, aseguro que es lo máximo. Siendo jugador, puedes aspirar a ser distinguido entre otros jugadores, y lo digo con conocimiento de causa, pues fui privilegiado con ese honor.

¡Carajo! No sé por qué el "Chicharito" no quiso estar en la selección olímpica para competir en Río. ¿Será que es poco para él? Siempre he creído que nadie es indispensable, y ojalá que México se olvide de él y jamás lo vuelvan a invitar. Yo lo entendería si su inasistencia fuera por causa de fuerza mayor, pero si no, pues al carajo, ¿Está de acuerdo, Dr. Simi?



Cine+

Ivan Cruz Mejia  
ivancruzmejia@gmail.com

## Fue el Estado...

Mirar morir sin pensar ni cuestionar,  
sin actuar ni protestar...

Mirar morir sin decir ni gritar,  
sin reclamar ni pelear...

Mirar morir, solo mirar morir.



Dos años sin respuesta.  
*Mirar morir* (2015)

# Eterno y amor



“Cantar no es mi trabajo, es mi vida”, así describía Juan Gabriel lo que la música significó para él. A sus 66 años, gozaba de éxito, fama y fortuna, pero lo más grande era el cariño de la gente, de su gente.

El 27 de agosto, un día antes de su muerte, ofreció un emotivo concierto en Los Ángeles, pese a tener graves problemas de salud. Se trató de su última presentación, en la que, como siempre,

dio el corazón y todas sus energías a ese público enamorado de sus canciones.

El fallecimiento del cantautor, nacido en Parácuaro, Michoacán, pero criado en Ciudad Juárez, Chihuahua, entristeció al pueblo que disfrutó de sus bailes y sus más de 1,800 temas que rompieron barreras fronterizas para hacer vibrar, con sus letras, los corazones de todo el mundo.

Tras haber sido cremado, los homenajes no cesaron, como el que se le dio en su querida Ciudad Juárez, en donde más de 100 mil fans se dieron cita para entonar sus canciones, participar en la misa que se dio en su honor y despedirse del “Divo de Juárez”.

Los restos de Juan Gabriel pisaron suelo mexicano tras cruzar el puente Internacional Paso del Norte o Santa

**CAMPAÑA**  
**PARA DETECCIÓN DE LA** **Hipertensión**

**Toma de presión GRATIS**  
**TODOS los MARTES de ESTE MES**

En los consultorios médicos de **Fundación Best, A.C.**

**Y tú...¿ya te checaste?**

**ANÁLISIS CLÍNICOS DEL DR. SIMI**  
"La calidad es la primera".

**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MÁS BARATO".

**BEST**

# oso adiós

Fe. A su lado volaron globos blancos, cayeron rosas blancas, y se escucharon porras para el artista más querido de Chihuahua y uno de los más seguidos en México.

La carroza negra llevaba en el toldo una urna de madera, con cristales transparentes, flanqueada por dos ramos de rosas rojas, que a su vez portaba otra urna con las cenizas del artista.

Tras concluir la misa, se inició una velada con artistas locales e internacionales: la Sonora Santanera, varios mariachis y la Orquesta Sinfónica de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, entre otros. Esto se prolongó hasta la

madrugada del domingo. Tras este evento, las cenizas emprendieron el camino rumbo a la Ciudad de México, para el homenaje en Bellas Artes.

Durante el trayecto, la carroza llevaba no solo el cuerpo del intérprete, sino la esencia de un amor eterno al cual se acercaba la gente para decirle adiós.

Finalmente, las cenizas llegaron al Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México. Después fueron llevadas por el Viaducto, para enfilarse rumbo al palacio de mármol, en donde miles de seguidores hicieron fila durante 18 horas para poder estar con su ídolo, aunque fueran unos segundos.



Para mantener el orden durante la visita, el área fue resguardada por cientos de policías. Todo comenzó en la Alameda Central y el Palacio de Bellas Artes, desde las avenidas Juárez, Eje Central Lázaro Cárdenas, Hidalgo y la calle de Doctor Mora.

Mientras, al interior del recinto, el tenor Fernando de la Mora interpretaba "Amor Eterno", cientos de personalidades de la cultura, la política y el espectáculo acudieron a despedirse por última vez a su amigo y compañero. Entretanto, la gente, aquella que lo escuchó cantar por años y que compraba sus discos, pasaba en silencio, a veces llorando o cantando para rendirle homenaje a "Juanga".

La visita duró toda la noche, autoridades decían que cada cinco minutos alrededor de mil personas circulaban frente a las cenizas del cantante, por lo que al final las autoridades estimaron el arribo de más de 500 mil personas durante los dos días de homenaje.

Así fue el adiós a Juan Gabriel, Alberto Aguilera Valadez, ese joven que enfrentó miles de vicisitudes para hacer su sueño realidad, para dejar huella en la música, en la historia de México, de este país que lo va a extrañar, pero que sabrá recordarlo con sus canciones, con aquellos temas que nunca lo dejarán ir de aquí, convirtiendo este camino de dolor en un eterno y amoroso adiós.

**Emulsión Adevit**  
Vitaminas A y D, Calcio, Fósforo y Omega 3

**Naturex**  
Cuida Tu Salud

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

**37.00**

**Siracux**  
Oxeladina, Ambroxol

**Maver**  
Con Ciencia por tu Salud

Reg. No. 246M2014 SSA VI  
Consulte a su médico.  
Su venta requiere receta médica

**39.00**

**DE VENTA EN:  
FARMACIAS  
SIMILARES**

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

De venta exclusiva



**FARMACIAS SIMILARES**  
"LO MISMO PERO MAS BARATO"

HASTA  
75%  
DE AHORRO



ETERNAL SECRET

Maquilla,  
hidrata  
y protege  
la piel



SALUD ES BELLEZA  
AVISO: 143300202D0226