

ORGULLLO

MEXICANO

**ALBERTO
VERDEJA**

BODEGAS DOMECCQ



REVISTA

Con Sentido





AGRADECIMIENTO

Hola, querido lector y escritor, hoy quiero agradecerte y enviarte un fuerte abrazo de manera personal, porque hoy es un día especial, ya que gracias a ustedes hemos logrado superar los **200,000 mil impactos mensuales**, en nuestros primeros 7 meses de operación. Gracias por creer en nosotros.

José Luis González
DIRECTOR GENERAL

POLÍTICA

**RAFAEL
BALCAZAR**

POLÍTICO

EL CRIMINAL

REGRESO A CLASES

Tercera ola del COVID, con un bajo porcentaje de la población que ha recibido su esquema completo de vacunación y avanzando lento, con maestros que han recibido una vacuna que ofrece bajo porcentaje de inmunidad, y con la decisión del Gobierno de que los niños no se vacunarán (cabe señalar que algunos laboratorios están listos para a partir del próximo mes, iniciar la vacunación en grupo de mayores de 5 años)

Consecuencia de quien usa su púlpito cada mañana para polarizar y dividir con sus discursos de odio, encontramos “memes” simplistas diciendo que los padres no quieren llevar a los niños a las escuelas pero los llevan a los cines y andan de vacaciones: “si no quieren mandar a sus hijos a la escuela, no los manden” fácil ser “revolucionarios de escritorio”, permítanme decirles algo a los que postean eso, en primer lugar, conozco a muchos padres que cuidan a sus hijos, no van a centros comerciales y no han salido de vacaciones, y en segundo lugar, no todo son las escuelas privadas.

¿Qué va a pasar en un grupo de una primaria pública de casi cuarenta niños? a la maestra no le están preguntando si quiere regresar, y con la mala vacuna, los están exponiendo, les dividirán a los alumnos para que asistan de 10 en 10 cada día y el viernes será para regularizar, tendrán clases un día de la semana (absolutamente insuficiente para aprender pero suficiente para contagiar o ser contagiados) nuestro gobierno olvida el problema que representan los asintomáticos, niños y docentes infectados asintomáticos estarán exponiendo a los demás al virus, quienes tengan contacto con ellos pueden verse afectados.

Y en muchos sectores (quitando a las escuelas privadas) ya no les estarán dando la opción de tomar clases en “línea”, será mandarlos al contagiadero, a exponerlos en aulas con poca ventilación, con niños a los que no se les puede exigir a los padres que cada día les estén comprando cubrebocas KN95 o KF94 infantiles para que estuvieran menos expuestos, y de igual manera a los maestros, usando cubrebocas que proporcionen una mayor protección, pero que tendrían que costear de su salario, cuando además vivimos en una sociedad que no ha sido educada para el uso adecuado del cubrebocas, vemos en la calle gente que lo trae de “hamaca para la papada” o quienes lo traen debajo de la nariz o quienes usan cubrebocas tan desgastados que son simplemente una “coladera” para el virus.

Pero al parecer para eso el cambio en la Secretaría de Educación, para tener a un incondicional pero sin voz ni voto, como el chiste:

“MAESTRA: OYE, HUGO ¿SABÍAS QUE LOS COCODRILOS VUELAN?

HUGO: ¿QUIÉN HA DICHO SEMEJANTE TONTERÍA?

MAESTRA: EN PALACIO

HUGO: AHHH ES QUE VUELAN PERO BAJITO”

Estamos, en manos o de ineptos o de quienes simplemente deciden serlo.

**Yo los invito a que nos sigamos cuidando, y que “CONSTRUYAMOS JUNTOS EL MÉXICO QUE TODOS QUEREMOS”
Porque yo AMO A MÉXICO**

MÉXICO

**AHORA MÁS QUE NUNCA
CANTA Y NO LLORES**



Alucio Lucio Rojas

¡Viva México!

Las mujeres y el movimiento de independencia en México. Septiembre mes de la patria!... La conmemoración de nuestra Independencia. Grandes héroes, libertad, lucha, pero ¿Qué reconocimiento hay a la participación de las mujeres?

En la búsqueda de diversos textos de la historia sobre el papel fundamental de la mujer en el movimiento de independencia, son pocos los que hablan sobre el tema, analizando algunos textos que muestra la importancia de la mujer en el movimiento de independencia manifiestan los cambios trascendentales de la historia en nuestro país, su vida, sus ideas, sus acciones, los hechos.

En México desafiando los modelos del siglo XIX, las mujeres participaron activamente a lado de los insurgentes. Su contribución fue valiosa y decisiva para el movimiento de independencia.

Con motivo de su participación hubo sanciones muy severas para las mujeres de todo tipo, algunas sanciones; penales, otras de opresión y discriminación, que va desde el desprestigio, hasta la persecución, la pérdida de sus propiedades, su libertad e incluso la propia vida. Acusándolas de los delitos como: Conspiración, Espionaje, Seducción de la tropa (utilizar sus atributos para atraer en contra de su voluntad hacia el movimiento insurgente), Contrabando de armas, Contrabando de mensajes, por ser soldada, Abastecedoras económicas, por sus labores al ser enfermeras de los insurgentes, por enterrar a los muertos, por llevar víveres, por llevar agua a los soldados, las sanciones fueron desde la ejecución, encarcelamiento, el separarlas de sus hijos en las cárceles, y obvio sin un juicio justo. Ellas argumentaban la falta de conocimiento con el afán de implorar el perdón, siempre refiriéndose a la condición de género, pero tajantemente se les juzgo y difamo por ser supuestamente prostitutas o por seducción y por ser consideradas como un asunto de: SEGURIDAD POLITICA.

Esto quiere decir que las autoridades realistas tenían miedo de la influencia de las mujeres sobre los hombres, influencia que manejaron en términos de participación política, en la capacidad que las mujeres demostraron tener, a pesar que las ideas de ese entonces era que las mujeres no tenían capacidad de razonar en términos políticos, considerando que:

“Las mujeres no deben conocer más asuntos que la cuna y la cocina”. (Refrán mexicano de esa época).

Una vez más las mujeres eran culpables, no solo de que Adán mordiera la manzana, sino también de tener la seguridad de un país a sus pies. Ante ello la única salida para castigarlas era encarcelarlas, privarlas de la vida o confiscarle sus bienes. Hechos contrarios a la aplicación elemental del derecho, esto es sumamente relevante pues se sanciona a una población brutalmente por ser consideradas como: “la comunidad de rebeldes insurgentes”. Paradójicamente a pesar de su participación en favor de la libertad y la igualdad, los acontecimientos posteriores al movimiento de independencia no ayudaron a las mujeres a que se les considerara de una forma distinta, se siguieron practicando modelos considerandos modelos patriarcales y jerárquicas, exactamente iguales que antes de la Independencia.

Esto motivo a que las mujeres fueran excluidas de los asuntos públicos y políticos por más tiempo. En México tardo siglo y medio para que la mujer fuera considerada, en 1953 se le otorgo a la mujer el Derecho a Votar.

Desde entonces las mujeres van incluyéndose en las en la vida pública y la participación política, han hecho que su voz se escuche, han resistido y siguen resistiendo, superando las diversas causas de discriminación social, por género, por raza, por religión, o por orientación sexual a la fecha.

Es increíble que en pleno siglo XXI, las mujeres aun sigan luchando por esos derechos, siendo que las mujeres son pieza importante en el engranaje independentista, contribuyeron con su ejemplo de lucha y valor a liberar nuestra patria y la creación del Estado Mexicano, por ello y más.

UN VERDADERO

Home & Office



**LO MEJOR DE
DOS MUNDOS**
TIEMPO, CASA Y OFICINA

 izabc.com.mx

 Monterrey
(81) 8000 0000

Ciudad de México
(55) 8000 8000

Guadalajara
(33) 8000 0000

Querétaro
(442) 800 0000

Tijuana
(664) 615 8000



gotchaTM
OSOS

EN SEPTIEMBRE

Grita con Nosotros

Y festeja con un:

3 X 2
EN PAQUETE BASICO



Viva México

GotchaTel:

55 36249995

- * Promoción válida del 1 al 30 de Septiembre, 2021
- * No es acumulable con otras promociones
- * Válida de Lunes a Domingo de 10:00 a 17:00 Hrs (excepto jueves)
- * Válido sólo con reservación previa



www.gotchaosos.com



UN AÑO DE RETOS Y ÉXITOS EN BODEGAS DOMECCQ

Alberto Verdeja

El winemaker de Bodegas Domeccq tiene mucho que agradecer este 2021: a pesar de lo incierto de un año aún en crisis pandémica, su equipo de trabajo lanzó tres nuevas etiquetas de alta complejidad, además de prepararse en estos días para la vendimia; un evento que, como él mismo asegura, *“no se le puede pedir a la naturaleza que nos espere un poco o lo posponga, ella decide cuál es el momento en que la uva está lista”*.

Alberto lleva más de dos décadas trabajando en las bodegas, y en 2012 se convirtió en el primer mexicano como responsable de ellas. Desde ese momento, decidió expresar la mexicanidad en cada uno de los vinos que ha creado, con el objetivo de que ellos hablen del Valle de Guadalupe y del país en general.

La constante de Alberto durante su vida profesional en Bodegas Domeccq ha sido la investigación y la innovación: y ese interés en los procesos químicos y su entendimiento de la naturaleza se ve reflejado en **Vasija**, el primer vino tinto en México elaborado en vasijas de barro del siglo XVI, **Viñas Viejas**,

un tinto cosecha tardía hecho con uvas cosechadas de un viñedo de 50 años; y su **Chateau Domeccq Rosado**, un vino gastronómico con 3 distintas vinificaciones, un prensado cuidadoso y fermentación a baja temperatura. Los tres son solo una pequeña parte de los planes que Verdeja tiene preparados a futuro.

“Es sensato considerar que el futuro traerá sorpresas, pues saldrán variedades distintas. Conforme crece la planta, el fruto también va madurando y cuenta con diferentes características, que expresan la evolución de la tierra misma”, puntualizó Alberto.



**VIVA LA LIBERTAD FINANCIERA,
INTELLECTUAL Y EMOCIONAL!**

Iván Muñoz



Como ya es bien sabido en nuestro amado México, este mes se conmemora el inicio del movimiento revolucionario que llevó a los insurgentes, a una lucha extenuante en contra del sometimiento de la corona española y que concluyó con el fin de la Colonia o Virreinato, dando lugar a la libertad e independencia del país naciente llamado Estados Unidos Mexicanos. Parte de la dominación a la que fueron sometidos los antiguos pobladores de la gran Tenochtitlán, entre otros, fueron la dominación **militar, espiritual y económica**, y que en esta ocasión, nos centraremos más en las últimas dos.

Seguramente estás preguntándote “Iván ¿Por qué estás mencionando este tema? si este se supone que es un artículo relacionado con las finanzas” A eso vamos.

La forma más efectiva de dominar al pueblo mexicana, fue doblegando su espíritu guerrero, fue con la manipulación a través de una religión que, con el avanzar de los años, les enseñó, convenció y domesticó a la creencia de un solo “dios castigador”, el cual “deseaba” que fueran buenos y obedientes con los conquistadores que habían llegado a “civilizarlos”; que debían ser humildes y **no aspirar a tener riquezas** y mucho menos a mandarse solos, pues eran ignorantes y salvajes.

Pero el estilo de vida que les enseñaría la nueva religión, les traería como recompensa el perdón de sus pecados y podrían alcanzar el paraíso a través de **la pobreza y la obediencia** a sus “superiores”, que eran los hombres blancos recién llegados, logrando con ello que gran parte del pueblo Azteca, sintiera vergüenza y rechazo por propias sus raíces y creencias.

Lamentablemente, esa forma de **domesticación** recibida por los españoles, aún con la llegada de la independencia, se conserva hasta nuestros días, en donde los mexicanos, aun sabiendo que provienen de una raza de guerreros conquistadores y que pueden crear cosas increíbles, inmensa riqueza y espiritualidad infinita, prefieren seguir con las creencias y pensamientos heredados por dichos conquistadores hace más de 500 años

En el que se convirtió en una forma de vida más “cómoda” en el que no deben esforzarse, ya que sus padres, su cónyuge, sus jefes o incluso sus propios hijos, les resolverán todos los aspectos de su vida, sobre todo el económico.

Puedes estar de acuerdo o no con mi opinión, pero seguramente conoces personas que llevan toda su vida quejándose de su familia nuclear, de su trabajo, de su esposa, de su “mala suerte”; odiando a los ricos porque “son malos” por el simple hecho de ser ricos; poniendo siempre pretextos para no estudiar, no leer, no esforzarse para conseguir sus objetivos; tirando basura en las calles o en las playas, desperdiciando agua, metiéndose en la fila, dando “mordida” o recibéndola; quejándose de los políticos, pero vendiendo su voto por un “apoyo gubernamental” o simplemente no participando en las actividades democráticas; o por el contrario, defendiendo, militando y haciendo proselitismo por un político o por un partido, para ver si así les dan “un hueso”, aun a sabiendas que este sea corrupto y el causante de muchos males en el país.

Hoy te invito a ti, mexicano, a que no solo busques celebrar la noche del 15 de septiembre con unos buenos tequilas, baile y gritos de “Viva México”, te invito a que realmente creas en ti, en tu potencial y en el de esta hermosa nación que llamamos hogar y que juntos como compatriotas y hermanos, podemos alcanzar.

Te invito a que alimentes tu mente cultivándote, cuestionando, entendiendo, integrando y poniendo en acción los conocimientos que te dejará la buena lectura y que te harán crecer intelectual, espiritual y económicamente, logrando así acercarte lo más posible al equilibrio en tu vida, rompiendo las creencias y las “tradiciones” aprendidas, en donde te enseñaron que tienes que sufrir y matarte para sobrevivir, pues “Dios así lo quiere”. Olvídate de eso, Dios, Alá, Jehová, Buda, el universo o como lo percibas, quiere grandes riquezas económicas y espirituales para ti, porque estas dos no estás peleadas la una con la otra, pero eso te han hecho creer toda tu vida, porque eso les enseñaron a tus padres, abuelos, etc. Para tenerlos sometidos.

A portrait of Jorge Chahin, a middle-aged man with a receding hairline, wearing a dark blue patterned suit jacket over a white button-down shirt. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is a dense wall of green monstera leaves.

JORGE CHAHIN

PRESIDENTE DE LA OFEC

EDUCAR

PARA NO CONTAMINAR

Recicla, separa residuos, gana dinero y cuida el planeta

México merece tener una vida de calidad en todos los aspectos.

Y eso se puede lograr en gran parte con “La Economía Circular” que enseña a reutilizar todo material que proporciona la naturaleza. Es de vital importancia reciclar y saber cómo ganar dinero por los residuos, plásticos, papel y celulosa. Además de mejorar el medio ambiente y generar nuevas fuentes de empleo.

La OFEC (Organización en Favor de la Economía Circular) está realizando diversas acciones y gestionando se apruebe la Ley de la Economía Circular para lograr importantes objetivos entre ellos demostrar los beneficios de los plásticos, crear nuevas fuentes de empleo y contribuir a mejorar el medio ambiente.

Cuidar la casa de todos. Salvar el planeta. Cada uno de los ciudadanos generamos 1.5 toneladas de basura anualmente el 75% se puede reciclar a través de la Economía Circular.

En encuestas realizadas se ha demostrado que el 82 % de los ciudadanos están a favor del reciclaje; separando residuos en el hogar, dejar de enterrar residuos; hacer un alto a la emisión de gases “efecto invernadero”

La Ley de la Economía Circular busca “EDUCAR PARA NO CONTAMINAR”

En pro del ciudadano para esto la OFEC (que reúne a más de 257 empresas de la industria del plástico) ofrece cursos gratuitos para funcionarios y público en general así como ponemos a sus órdenes la app (S.E.R. Separación Ecológica de Residuos)

Si logramos que la Ley de la Economía Circular se apruebe volveremos a reciclar los materiales e incorporarlos a la cadena de producción. De esta manera todos ganaremos industria, gobierno y sociedad. Es prioritario llevar a cabo la “separación en fuente” aprender a separar en tres partes la basura: orgánica, inorgánica e inorgánica no reciclable; lo electrónico es aparte no debemos tirar baterías ni celulares nosotros los orientamos para darles un valor agregado y se los compren.

Beneficios del plástico #LaOtraCaraDelPlastico El plástico tiene más ventajas que desventajas como proteger los alimentos de virus y bacterias. Se desintegra más rápido que el papel. A raíz de la prohibición del plástico se incrementó en un 300% la tala de árboles. El papel es muy difícil de degradar, encontramos un tapón de papel de hace 60 años en una alcantarilla. La basura es un gran negocio que se está desperdiciando son miles de millones de dólares De esta manera la gente aprenderá a separar basura y ganar dinero además no contaminar las calles ni el mar.

LA RIQUEZA

Y LAS CREENCIAS.



A lo largo de dar asesorías de inversión y finanzas he confirmado la importancia de tomar consciencia de nuestras creencias, controlar y reprogramar nuestros pensamientos ya que gracias a ello, tomamos decisiones y comportamientos que nos dan como resultado nuestra vida y situación financiera actual y por supuesto el día de hoy estamos construyendo lo que será en el futuro.

Todos buscamos libertad financiera y riqueza, sin embargo, no siempre tenemos claro el significado de ello.

Al hablar de riqueza, comúnmente nos vienen a la cabeza infinidad de conceptos, muchos de ellos relacionados con nuestras creencias; en términos financieros, por ejemplo, algunas personas la definen de acuerdo a cuánto dinero tiene una persona en su cuenta bancaria, propiedades e inversiones, para R. Buckminster Fuller, la definición era la siguiente: «La riqueza es la capacidad de una persona de sobrevivir X número de días por delante.», esta frase, al transformarla en preguntas en preguntas nuestra riqueza responde a : ¿Cuántos días podrías sobrevivir si dejaras de trabajar hoy? ¿Cuánto tiempo podrías sobrevivir con la cantidad de dinero que tienes?

Con estas preguntas, normalmente se genera preocupación porque la mayoría de las personas no tienen suficientes ahorros ni activos para sobrevivir durante más de unos pocos meses, días, incluso horas. Ahora bien, las personas verdaderamente ricas y que son financieramente libres, tienen activos que les generan flujo de dinero todos los meses, los cuales cubren sus gastos y más.

Retomando la importancia de nuestras creencias y hábitos, no puedo evitar, recordar esa famosa frase “Sólo se vive una vez” que nos genera una verdadera maestría en gastos y no en administrar adecuadamente nuestros ingresos y para terminar con ese círculo vicioso te recomiendo que gastes sólo lo que tienes del tributo de 10% que te pagas cada vez que generas ingreso, recuerda que no puedes gastar más si es que realmente quieres conseguir riqueza.

Los ahorros deben trabajar para ti por lo tanto deben invertirse en diferentes instrumentos que permitan que poseas un portafolio completamente diversificado, esto va a garantizar que tu dinero genere más dinero, en principio el portafolio debe generar una tasa de rendimiento varios puntos superior a la inflación.

En un portafolio diversificado no puede faltar un instrumento que sirva como amortiguador en caso de crisis y por supuesto uno más que tenga altas expectativas de rendimiento, desde luego, la composición del portafolio es decisión tuya como inversionista aún cuando sea un asesor o consultor financiero quien te presente las alternativas, quien decide, eres tú como inversionista.

Algo que necesito pedirte es que no caigas en “el canto de las sirenas”, es decir, no te dejes llevar por eso que suena como milagroso y te promete volver rico de la noche a la mañana, sobre todo hoy en día donde en las redes sociales abundan grupos que te piden les entregues tu dinero y en horas te van a regresar exagerados porcentajes de rendimientos generalmente a través de criptomonedas o membresías en dólares. Ya que todo lleva un proceso, y se trata de que siempre cuides que tu portafolio tenga un control de riesgo adecuado, ya que estamos hablando de tu patrimonio.

La educación financiera es el único vehículo que te va a permitir manejar adecuadamente tu dinero, pero el que conozcas cómo funciona tu mente te ayudará a tener esos hábitos que se requieren para generar verdadera libertad financiera.



Bet
Santamaría
FINANZAS • INVERSIÓN • PATRIMONIO



SPACE JAM

UNA NUEVA ERA

ESTRENO PREMIUM

cinépolis **klic**

Regístrate gratis en

www.cinepolisklic.com



SKIN & HAIR
CLINIC



Solo el 3.5 de los mexicanos usa protector solar.



Dermatología clínica, cosmética y oncológica.



Visita a tu dermatólogo

La radiación del sol a la que estamos expuestos, es la principal causa de los signos de envejecimiento y cáncer de piel. Consulta a tu dermatólogo para empezar a cuidar tu piel.

Homero1339. Polanco. CDMX

55 5038 5923

 55 8372 3676

 skin_hairclinic

CÁNCER DE PIEL

Dr. Sergio Enrique Leal Osuna.

Actualmente los efectos del sol en la piel son bien conocidos por la población general. Incluso, el uso de protector solar se ha popularizado en los últimos años como parte de una rutina de antienvjecimiento y para evitar la aparición de cáncer en la piel. Sin embargo, a pesar de su uso creciente, la gran mayoría de las personas no se cuidan del sol de la manera recomendada.

El sol produce radiación ultravioleta, la cual va acumulando daño en las células de la piel. Esta radiación ultravioleta no solamente daña a nuestra piel en los días de playa o de campo, si no en nuestra vida diaria camino a la escuela, al trabajo o a través de la iluminación que entra por nuestras ventanas. Al principio la piel es capaz de reparar este daño, sin embargo, tras exposición constante a lo largo de años se manifiesta el cáncer en la piel.

El cáncer de piel es el tumor maligno mas frecuente a nivel mundial y en nuestro país no es la excepción. Aunque la gran mayoría de estos tumores son curables con tratamientos quirúrgicos, si tienen repercusiones estéticas importantes como cicatrices visibles y en ocasiones pueden alterar la anatomía de la nariz, párpados, orejas o cualquier otra parte de la cara y el cuerpo. Por otro lado, hay tumores de piel muy agresivos que solamente pueden ser tratados si se diagnostican de manera temprana.

En general todas las personas debemos estar pendiente de cualquier cambio en nuestros lunares o de la aparición de lunares nuevos que tengan un aspecto diferente. También deben ser revisadas aquellas lesiones en la piel que en ocasiones presentan un sangrado discreto, aunque estas se "curen". Las personas que están en mayor riesgo de padecer un cáncer de piel son quienes han presentado quemaduras solares graves, tiene el hábito de broncearse, realizan actividades laborales o deportivas al sol, pieles blancas con ojos claros y pelo rubio, y aquellos que tienen familiares con cáncer de piel. Si existen cualquiera de estos cambios o factores de riesgo se recomienda acudir con un dermatólogo, de preferencia si este es especialista en cáncer de piel o dermatólogo-oncólogo.



**DR. CARLOS
MIRAMONTES**

IMPORTANCIA DE LAS CÉLULAS MADRE EN PANDEMIA

El Dr. e investigador Carlos Joel Miramontes mexicano que ha puesto el nombre de México muy en alto con sus investigaciones; es prueba fehaciente de lo que pueden lograr las “células madre” ya que algún tiempo estuvo en coma, y logró salir avante, recuperar su salud y calidad de vida fue así como se inició en la investigación.

Desde entonces se ha dedicado a salvar vidas así como al altruismo apoyando a los más vulnerables En esta pandemia ha trabajado intensamente fortaleciendo el sistema inmunológico. El Dr. e investigador Carlos Joel Miramontes radica en Guadalajara dónde tiene el laboratorio de células madre más prestigiado de México.

-ESTUDIO: MEDICO CIRUJANO Y PARTERO EN LA UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA 1994-2000, CEDULA PROFESIONAL No. 3680611

-MAESTRIA EN GENETICA EN CENTRO DE INVESTIGACION EUROESPES LA CORUÑA ESPAÑA 2004-2005.

EXPERIENCIA PROFESIONAL

-Investigador, laboratórios Sophia s.a. de c.v 2005-2006.

-Desarrollo y patente de equipo en electrofisiología No. Patente PA/a/2002/01227.

-Validación y patente de equipo en electrofisiología, en la Coruña España centro de Investigación Euroespes 2004-2005.

-Fundador y medico de clínica en la ciudad de Guadalajara, director médico M.E.HEALTH actual.

-Director médico del instituto de terapia celular ITC actual.

-Investigación en el Hospital Siglo XXI en la ciudad de México Distrito federal, aplicación de células madre mesénquimales para evitar rechazó en trasplantes de traque 2013

-investigación en el Hospital de Pemex de la ciudad de México Distrito Federal, desarrollo de spray para quemados con células madre mesénquimales 2013.

Desarrollo y patente de cremas con factor celular año 2010.

-Aplicación clínica de tratamientos con células madre mesénquimales para tratamiento de enfermedades en pacientes con diferentes padecimientos desde el año 2009

-Firma de convenio de colaboración científica y educativa y desarrollo del primer diplomado internacional de células madre, así como un diplomado en genética, con la universidad Camilo José Cela en la ciudad de Madrid España 2014. ([WEB SITE](#))

-Firma de convenio con el instituto de investigación en neurociencias EUROESPES en la ciudad de la Coruña España, para investigación e intercambio científico 2014. ([WEB SITE](#))

-Creacion y patente de la marca Dr. CARLOS MIRAMONTES en el año 2018.

-Director medico y fundador m.e.health servicios médicos desde 2009 a la fecha

-Director medico ITC instituto de terapia celular desde 2017 a la fecha

-Miembro de la asociación alemana contra el cancer ISLA desde 2017 a la fecha.

-Director medico de Baja Med Gate en estados unidos y baja california desde 2017 a la fecha.

- Creador de la marca M.E.HEALTH CELLS.

-Creador de la marca M.E.HEALTH SUPLEMENTOS

-primera app personal para medico

Ha recibido diversos reconocimientos como

el de la Universidad de Guadalajara el cual se otorga en la revista denominada Gente U 2007.

http://www.gaceta.udg.mx/Hemeroteca/paginas/501/G501_COT%2024.pdf

-Doctorado honoris causa año 2017 por la Universidad Ejecutiva del Estado de Mexico.

Facebook Dr. Carlos Joel Miramontes
Página drcarlosmiramontes.com.mx



COVID - 19

Y LA SALUD MENTAL

Antes que nada es de suma importancia aclarar qué impacto sobre la salud mental de los seres humanos durante este fenómeno de pandemia que hemos sufrido en los últimos 20 meses, nos afecta de muchas maneras. Hay efectos negativos relacionados a la pandemia en sí, y otros secundarios a los efectos del confinamiento al que nos ha orillado este fenómeno.

Los efectos negativos directamente relacionados con la pandemia tienen su origen en la sobreinformación, sobre todo cuando ésta proviene de fuentes poco confiables que se dedican a difundir el pánico entre la población, publicando en medios de prensa informales y en redes sociales con poca mesura editorial, información falsa, no documentada, y amarillista, que solamente aumenta la sensación de pánico, la preocupación sobre la salud, y las especulaciones sobre los riesgos del esquema de vacunación disponible actualmente.

Por otro lado los efectos negativos relacionados con el confinamiento, tienen su origen en primer lugar en el aislamiento social.

Es importante recordar que los seres humanos somos una especie social y requerimos del contacto con las demás personas de manera constante, ya que como especie, somos interdependientes unos con otros. El confinamiento que hemos llevado en los últimos meses ha impactado de manera directa en esta socialización, llevándonos a una condición de vulnerabilidad muy importante.

Debemos tener presente, que no todas las personas hemos sido afectadas en la misma proporción por este aislamiento, como dice el dicho "todos estamos en el mismo mar pero no todos estamos en el mismo barco".

Lo anterior quiere decir qué debemos ser más empáticos que nunca. Considerando que las condiciones de vulnerabilidad dependen de factores de tipo social, económico, etc. previos a la pandemia.

La ya de por sí difícil experiencia de confinamiento se percibe muy distinta en las personas que viven en una ciudad grande, que las personas que viven en áreas rurales de nuestro país. No es lo mismo, mantenernos confinados mientras contamos con servicios de energía eléctrica, abastecimiento de agua potable, suficiente provisión de alimentos y medicinas, apoyo social de amigos y familiares, servicios de Internet, televisión por cable o aplicaciones de streaming; a la mucho más difícil experiencia de vivir en áreas rurales y mantenernos en confinamiento en ausencia de todos estos servicios y en circunstancias de carencias económicas, limitaciones físicas, Y aislamiento social que ya existía previo al fenómeno del Covid19. Las consecuencias propias de la pandemia

El miedo constante a enfermarse, o a que nuestros seres queridos caigan enfermos víctimas del SARS COVID 19, es una de las preocupaciones constantes que los especialistas en salud mental estamos detectando entre la población que se presenta buscando atención médica y psicológica en nuestros consultorios. Además, en muchos casos desafortunados en donde las familias han perdido algún ser querido víctima de esta enfermedad, los procesos de duelo suelen ser muy complicados. Esto relación con el poco contacto que se mantiene con los pacientes enfermos graves en las distintas instituciones de salud previo a las defunciones, y en muchos casos la imposibilidad de despedirnos de nuestros seres queridos en un funeral convencional.

Dr. Luis Meixueiro Torres
Director Medico IntegraMNT

¡Si eres idólatra del teatro, esta nota te encantará!

"Mejor Teatro" la casa productora líder de teatro se ha preparado para acogerte y darte una bienvenida segura al teatro con grandes sorpresas y mucha diversión.

Comenzamos...

Nuestro público es lo más significativo por ello te mencionamos nuestras medidas de sanidad como responsable de tu diversión y protección. Hemos acatado cada una de las disposiciones oficiales de sanidad, garantizando una permanencia segura, placentera, pero sobre todo llena de diversión y grandes emociones.

Por ello, antes de cada función se realiza una desinfección y sanitización completa de cada una de las áreas de teatro, dejando bloqueados ciertos lugares para garantizar la sana distancia, implementando señalización de entradas y salidas así como pegatinas en el piso que te permiten mantener la sana distancia en todo momento, así mismo implementamos códigos QR que te dan acceso a los programas de cada función.

Mantenemos un control absoluto en nuestros elencos y trabajadores realizando pruebas constantes que aseguran su sana colaboración. Teniendo un uso obligatorio de cubrebocas en todo ocasión, tapetes desinfectantes, dispensadores de gel antibacterial y termómetros para inspeccionar la temperatura.

¿Qué esperas para visitarnos? ¡Te divertirás!



TEATRO
MILAN

HORARIOS:
VIE. 6:00 y 8:00 PM
SÁB. y DOM: 5:00 y 7:00 P

UNA PRODUCCIÓN DE
MejorTeatro y Morris Gilbert

MARIANA GARZA EN

PEQUEÑAS GRANDES COSAS

BASEADO EN EL LIBRO DE
CHERYL STRAYED

ADAPTACIÓN A TEATRO DE
NIA VARDALOS



TANYA MOSS

www.tanyamoss.com

 55 7668 5756

Conoce Proyecta Trasciende

Tenemos 45 opciones
para respaldar
tus sueños.

¡Inicia tu proceso en línea desde
casa escaneando este código!



CAMPUS NORTE

+52 (55) 56270210 ext. 8214 ó 8635

CAMPUS SUR

+52 (55) 56288000 ext. 227 ó 801

 @AnahuacMexicoPreuniversitario

 @vidaanahuac

LICENCIATURAS

Actuaría
Administración Pública y Gobierno
Administración Turística
Administración y Dirección de Empresas
Arquitectura
Artes Visuales
Biotecnología
Comunicación
Derecho
Dirección de Empresas de Entretenimiento
Dirección de Restaurantes
Dirección del Deporte
Dirección Financiera
Dirección Internacional de Hoteles
Diseño de Moda e Innovación
Diseño Gráfico
Diseño Industrial
Diseño Multimedia
Economía
Finanzas y Contaduría Pública
Gastronomía
Historia
Inteligencia Estratégica
Lenguas Modernas y Gestión Cultural
Médico Cirujano
Médico Cirujano Dentista
Mercadotecnia Estratégica
Música Contemporánea
Negocios Internacionales
Nutrición
Pedagogía Organizacional y Educativa
Psicología
Relaciones Internacionales
Responsabilidad Social y Sustentabilidad
Teatro y Actuación
Terapia Física y Rehabilitación

INGENIERÍAS

Engineering Management
Ingeniería Ambiental
Ingeniería Biomédica
Ingeniería Civil
Ingeniería Industrial para la Dirección
Ingeniería Mecatrónica
Ingeniería Química
Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de Información

LICENCIATURA EMPRESARIAL

Administración de Negocios

Reconocimiento de Validez Oficial de Estudios de la Secretaría de Educación Pública por Decreto Presidencial publicado en el D.O.F. el 26 de noviembre de 1982.

Grandes líderes y mejores personas

ANÁHUAC 

JEANNE ESCOBAR



¿CÓMO OBTENER LIBERTAD E INDEPENDENCIA EMOCIONAL?

En este mes se conmemora en nuestro México el 211 Aniversario del inicio de la Guerra de Independencia, y 200 años de la culminación de esta.

¿Qué significa entonces independencia?

La palabra Independencia viene del latín "independere", que significa "no estar bajo la voluntad de otros". Es la capacidad de hacer, de actuar por cuenta propia, elegir sin presión de otro, tomar decisiones y asumir la responsabilidad, y las consecuencias de estas, es la capacidad de poder ejercer la propia libertad.

Es importante mencionar que los seres humanos tenemos muchos tipos de libertades, pero particularmente por la conmemoración de estas fechas quiero hablarles de LA LIBERTAD EMOCIONAL.

Y quiero preguntarte:

¿Te consideras un ser libre e independiente para tomar tus decisiones?, ¿te sientes libre o esclavizado estando en una relación?, ¿vives tu vida con libertad y en coherencia?, ¿eliges libremente lo que es mejor para ti?

Pero... ¿Cómo saber si soy una persona libre emocionalmente e independiente?

Te comparto:

Una persona independiente y libre emocionalmente, no hace lo que no quiere hacer, sabe decir no, actúa por elección, no por obligación, porque no necesita el reconocimiento, aprobación, aceptación, o amor de otros, ya que ha aprendido y sabe darse todo eso a sí mismo/a, y por encima de todo se respeta y sabe respetar al otro, por lo que se relaciona con libertad, es decir se hace cargo de su vida, por lo que no condiciona sus relaciones, ya que no está buscando o esperando a que le solucionen o le resuelvan la vida; LA LIBERTAD EMOCIONAL es saber que toda situación tiene una razón de ser, y que cuando dejas de buscar la solución, la solución llega.

Es importante recordar que las soluciones, las posibilidades llegan de acuerdo a tu estado de consciencia, esto quiere decir, cuando dejas de aferrarte a que las cosas se resuelvan como y cuando tú quieres.

Jiddu Krishnamurti decía:

"No vemos las cosas como son, sino como somos".

Esto quiere decir que pierdes tu libertad e independencia cuando crees que sabes lo que es mejor para el otro desde tu punto de vista y desde esta "buena intención" quieres controlar la vida del otro inconscientemente, ya sea sometiéndolo/la a que el haga lo que tú quieres, aún si este no lo desea, o cuando tú te obligas a hacer lo que no quieres.

Por ejemplo: "por educación" vas a donde no quieres, o visitas al pariente que no conoces sólo porque "tus padres te lo piden", o cuando no estás muy seguro de casarte con una persona, pero, "como ya te dió el anillo, ya están los preparativos, ya está todo pagado, ya tienes el vestido o traje", ¿cómo le vas a hacer eso a él/ella y a tu familia?, ¿Qué va a decir la gente, si ya llevan muchos años juntos?, ¿Cómo le vas a hacer una "grosería" a los demás?...

¡NO CORAZÓN, NO TE PREOCUPES, LA MAYOR GROSERÍA NO SE LA HACES A LOS DEMÁS, TE LA ESTÁS HACIENDO A TI MISMO/A!

En lugar de detenerte a reflexionar, sin depender de la opinión de otros, dejar de lado las frases: ¿cómo...?, ¿cuándo...?, ¿de qué manera...?, ya que esto es querer controlar nuevamente.

Para tomar verdadera consciencia, pregúntate: ¿Qué es lo que quiero hacer, o qué es lo mejor para mí mismo/a?, y desde ahí actuar.

PAULA

ORTEGA



CUIDA TU HÍGADO

El hígado es el gran laboratorio de nuestro organismo. Realiza más de 500 funciones. Cuando pensamos en sustancias nocivas para el hígado únicamente pensamos en bebidas alcohólicas o en drogas, sin embargo todos los productos procesados, los pesticidas, los conservadores y muchos productos químicos, de limpieza y de cuidado personal, se filtran en el hígado.

El hígado es un órgano vital y esencial. Pesa 1,4 kg y oscila entre 20 y 23 cm de diámetro. El hígado es responsable de casi todas las funciones de desintoxicación. Tiene la capacidad de eliminar toxinas y esencialmente limpiar el cuerpo.

La lista de "tareas" del hígado es enorme. Ayuda a metabolizar los carbohidratos y a mantener niveles saludables de glucosa, almacena y sintetiza vitaminas y regula las hormonas, incluido el estrógeno. Además, una de las tareas más importantes del hígado es crear una sustancia llamada bilis. El hígado produce bilis para digerir los alimentos, almacenar glucosa para obtener energía, metabolizar proteínas y grasas y descomponer las toxinas que podríamos ingerir. Cuando el hígado no está sano, no puede manejar su carga de trabajo y se ve abrumado por un exceso de toxinas, que pueden incluir contaminación, aditivos alimentarios, pesticidas, alcohol y drogas.

La bilis transporta las toxinas a través del sistema digestivo, actuando como un agente desintoxicante. En los intestinos, la bilis transfiere la custodia de las toxinas a la fibra, lo que ayuda a moverlas a través del sistema digestivo para ser excretadas más tarde.

Todos los días estamos expuestos a altos niveles de toxinas. Estamos en contacto con productos químicos, pesticidas, contaminantes del agua, conservantes de alimentos, metales pesados y radiación electromagnética; se encuentran en nuestros productos alimenticios, agua, aire, cuerpo y hogar. Estas toxinas se alojan en el intestino, hígado, riñones, sistema linfático y especialmente tejido graso. La acumulación

tóxica evita la absorción y utilización normales de nutrientes, carbohidratos y proteínas. Reduce la absorción de oxígeno del cuerpo y crea un estado ácido, séptico y de baja energía, propenso a las enfermedades. Cuando nuestros hígados están tan ocupados trabajando para filtrar todas estas toxinas, al hígado le queda muy poca energía para filtrar sangre, medicamentos, hormonas y mucho menos hacer el trabajo como órgano digestivo. Y, por lo tanto, a muchos les resulta más difícil perder peso.

No se deben ignorar los primeros signos de problemas hepáticos. Algunos de ellos son cambios en la piel, cambios en la orina y las heces, picazón en la piel y cambios abdominales. A veces, las personas se acostumbran a vivir con problemas de la piel y prueban muchos tratamientos sin profundizar en la lista de químicos en sus lociones, champús o profundizar en la ingesta de productos alimenticios.

Cuando no cuidamos el hígado, algunos problemas se agravan. Por ejemplo, uno de los primeros signos de posibles problemas hepáticos incluye cambios repentinos en la piel. Esto podría ser una decoloración en la piel que tiene un tono amarillento. La razón de esto es que el hígado no libera las toxinas del cuerpo de manera adecuada y la bilirrubina comienza a acumularse debajo de la piel.

Junto a la alimentación natural y algunos tratamientos, hay 3 cosas que he incorporado hace un tiempo en mi rutina diaria para ayudar un poco a mi hígado:

RAZÓN

TESÓN Y CORAZÓN



"CRÓNICAS TERRENALES."

Es increíble pero la gente usualmente tiende a señalar temores, inquietudes o miedos por lo que no conocen, de tal manera que es más frecuente escuchar sus expresiones de inseguridad, pánico o terror por los que no están en nuestra dimensión que por los que nos rodean.

Es tan sorprendente esto, que yo por más que busco en las noticias del día, realmente no encuentro versiones fundadas de que los que no están en nuestra realidad hagan más daño que los que si están.

De tal manera que nunca he visto un ser del "más allá" que haga más daño que uno del "más acá"; es decir, los que matan, lastiman, dañan, hieren o con sus acciones o decisiones incomodan a otros, usualmente tienen nombre y apellido ... son iguales a nosotros y están vivos.

¿Estás consciente que hoy hay más muertos, heridos, lastimados como resultado del actuar de los vivos presentes en nuestro mundo que de los entes distantes?

"EL DESPERTAR DE LOS VIVOS."

El ser humano siempre busca culpar por sus actos a terceros o circunstancias extraordinarias que asumir su responsabilidad. Razones hay muchas, pero quizás la que más destaque es que al hacerlo busca deslindarse de ello.

En ocasiones tomamos tantas precauciones de los "muertos" que no nos damos cuenta de que los que más daño nos hacen son los que están "vivos".

Les damos tantos atributos especiales a los primeros que parecería que en cualquier momento pueden aparecer y hacernos sufrir el peor de los males; sin percatarnos, que son personas tan parecidas a nosotros las que en cualquier momento ordinario nos pueden lastimar de las peores maneras imaginadas.

¿De qué sirve preocuparte de lo irreal si es lo real lo que te afecta?

"VEO GENTE ... VIVA."

Hay personas a mi alrededor que pudiendo hacer cosas por sus semejantes tiende a actuar para tomar ventaja de ellas y en muchos casos, afectarlas.

Para bien o para mal, nunca he visto a un ente del "más allá" actuar en contra de las personas que conozco; pero de lo que si me he percatado, es que son seres del "más acá", los voraces que

destruyen con razón o sin razón a otros e incluso, a su hábitat.

Desconozco si los tomadores de decisiones en los países están imbuidos de vibras malignas, pero si sé que ellos han provocado guerras, hambres, desempleo, incertidumbre y afectaciones severas que han lastimado y matado a gente, en su mayoría indefensa.

¿Te has percatado que los monstruos que imaginamos no son tan desalmados como los que vemos a diario?

"LUNA LLENA."

En la ficción nos enseñan a temerle a la noche y en especial, a la luna llena que es cuando surgen los seres que pueden acabar con nosotros, ya sea con salvajes mordidas o violentos movimientos.

En nuestro vivir, notamos que no se requiere un momento especial para lastimar a otro; basta que así se decida para convertirnos en ofensores y dirigir nuestras intenciones a quien decidamos.

Con ello, pareciera que la realidad nos muestra que no necesitamos de suponer un mundo diferente para sufrir; es decir, sabemos que las personas que están en nuestro entorno, incluso nosotros mismos, no distinguimos temporadas u horas para lastimar a otros.

Hay acciones y momentos en los que pudiéramos entender que el hecho de causar daño, lejos de ser un acto esporádico es un hábito popular.

¿Qué diferente sería la vida si sólo debiéramos preocuparnos en algunos momentos del día o bien, temporadas de la maldad de otros!

"LA ESTACA AL CORAZÓN."

Por la literatura sabemos que hay formas bastante conocidas para acabar a esos seres que en forma genérica denominamos monstruos; éstas van desde estacas, balas de plata, luz de día, etcétera.

De ellos tememos todos y presumimos como defendernos en casos extremos; no obstante, hay seres con los que tratamos en nuestra rutina y contra los cuales no tenemos defensa por no esperar nunca que vayan a dañarnos.

Esas personas son más peligrosas que los monstruos que tememos; toda vez que con sus acciones traicionan nuestra confianza de manera inesperada.

RAFFA VALDERRAMA

“EL SHOWMAN DE LA MÚSICA MEXICANA”

CELEBRA 40 AÑOS DE EXITOSA TRAYECTORIA

Continúa exitosamente con su programa “Por Amor a Mexico” Acompañado de sus Estampas Mexicanas y el Ballet Folclórico Valle de México Centeotl Prepara gira internacional

Raffa Valderrama “el showman” de la Música Mexicana”. Es un artista versátil baila, canta, actúa demostrando siempre su talento y profesionalismo .Ha compartido la escena con grandes como María de Lourdes, Juan Gabriel, Lucha Villa, Miguel Aceves Mejía, Rozenda Bernal, Estela Núñez, etc.

Entre los proyectos a corto tiempo destaca una gira por 5 países de Europa con su espectáculo “Estampas Mexicanas”.

En cada presentación rinde homenaje a la cultura musical de México, a través del canto, baile y vestuario regional. Su danza, es 100 por ciento profesional, con las bases del son huasteco jalisciense o veracruzano, resultado de una serie de procesos de investigación.

Lucha Villa es su madrina y ha sido el único artista reconocido por CONACULTA

Se ha presentado en diversos teatros como el Teatro de la Ciudad “Esperanza Iris”, Teatro Ferrocarrilero, Teatro Hidalgo, Teatro María Tereza Montoya, Teatro Jorge Negrete, Teatro Metropolitan al lado de Estela Nuñez.

Actualmente, con seis discos en su haber, el más reciente denominado “Agüita de limón”, Raffa Valderrama busca seguir trascendiendo como un embajador de la música y el folclor mexicano.

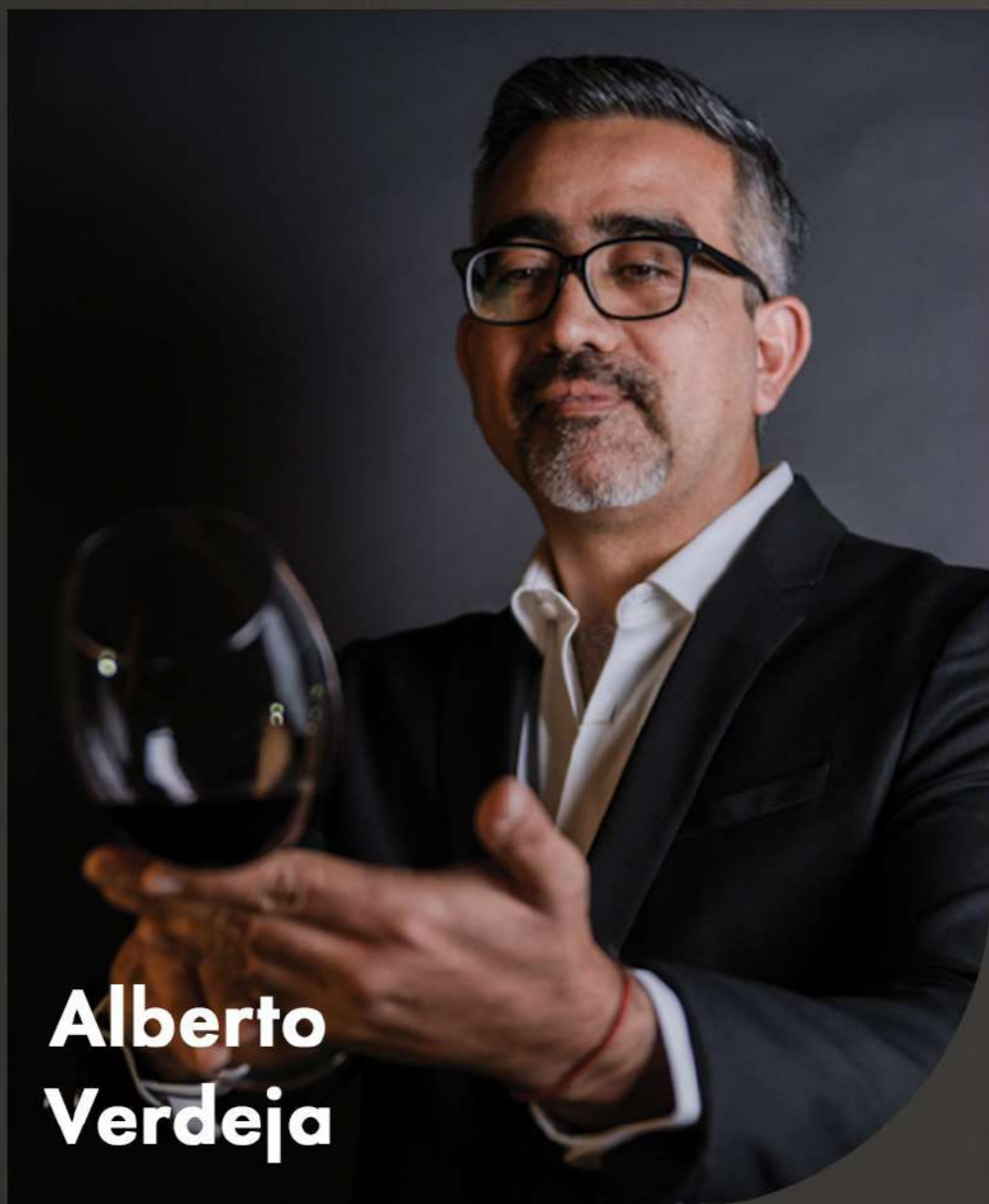
Es titular y productor de su exitoso programa semanal de radio y tv “Por Amor a México” transmitido por la ASOCIACIÓN NACIONAL DE LOCUTORES DE MÉXICO, A.C. Izzi y las principales plataformas Facebook y YouTube.

TIMCO®

Gold Radiance



REINVENTAMOS LA VINIFICACIÓN Y CONSEGUIMOS UNA OBRA MAESTRA



**Alberto
Verdeja**

Winemaker
de Bodegas Domecq.

Su constante investigación
e innovación en los
procesos se ve reflejada
en Vasija, el primer
vino tinto en México
elaborado en vasijas
de barro del siglo XVI,
y Viñas Viejas, un tinto
creado con uvas
provenientes de
viñas de 50 años.



VINOS DOMEcq®

