



# Relax

Lectura terapéutica



*Aniversario*

**BRAVIA**  **YAN**<sup>®</sup>

Amiodarona



## EDITORIAL

Queridos médicos lectores, a través de esta editorial, queremos detenernos un momento para mirar hacia atrás, con el corazón lleno de gratitud. Han pasado ya 22 años desde que esta aventura editorial comenzó como un susurro curioso entre páginas, con la intención de ofrecerles un espacio donde la ciencia pudiera encontrarse con el arte, la medicina con la imaginación, y la rutina con la inspiración.

Ustedes, médicos, médicas y demás profesionales de la salud, que dedican su vida al cuidado del cuerpo y del alma ajenos, han sido la esencia de esta revista. A lo largo de este tiempo, en cada número publicado, hemos intentado construir algo más que un proyecto editorial, sino un refugio, un respiro, un puente entre la medicina y la belleza del mundo. Porque sabemos que, en cada uno de ustedes, hay una persona sensible, curiosa y apasionada, además de por la medicina y el servicio al prójimo, por la cultura, la música, la literatura, el cine, la historia... y por esos pequeños placeres que nos recuerdan que, antes que todo, somos humanos. De ahí, los lemas de esta publicación: "Alivio para el médico" y "Lectura terapéutica"

En cada ejemplar, hemos buscado acompañarlos más allá de los pasillos clínicos, regalándoles un rincón de belleza, de cultura, de entretenimiento inteligente, donde las palabras también sanan, donde una historia, un poema, una película, una canción, un lugar, el deporte o una simple curiosidad pueden ser bálsamos después de un día difícil. Gracias por dedicarnos parte de su tiempo, por leernos con la misma atención con la que escuchan a sus pacientes, por permitirnos ser parte de su día a día durante más de dos décadas.

Para nosotros, es un honor compartir celebración con ustedes, ya que, en octubre, nuestro país celebra a los médicos. Por eso, el agradecimiento es también por dedicar parte de su vida a nosotros como pacientes, y éste viene acompañado, por supuesto, de una cálida felicitación. ¡Feliz Día del Médico!

A cada uno y una de ustedes, con profundo cariño y admiración, todo el equipo que hace posible la creación y distribución de *Revista Relax. Lectura terapéutica*.

**Coordinador Editorial**

Daniela Muñoz Cortés

**Redacción**

Cinthy Tovar

Hedy Hernández

**Diseño Gráfico**

Anel Zavala Morales

**Servicios Fotográficos**

123RF

**Ventas de Publicidad**

Hedy E. Hernández W.

María de Jesús Shimasaki Martínez

**Circulación**

Javier Reyes Romero

**Publicidad y Ventas**

55-5575-1100

relax.atenea7@gmail.com

**Relax, Lectura terapéutica**

Revista mensual: octubre 2025

**Business Consultant, S. A. de C. V.**

Av. Coyoacán #1120, Int. No. 7, Col. Del Valle,  
C.P. 03100, Ciudad de México.  
Teléfono: 55-5575-1100

**Editor responsable**

Business Consultant, S. A. de C. V.

**Impreso por**

Business Consultant, S. A. de C. V.  
Av. Coyoacán #1120, Int. No. 7, Col. Del Valle,  
03100, Ciudad de México

Número de Certificado de Reserva otorgado por el  
Instituto Nacional del Derecho de Autor:  
04-2022-051013301400-102

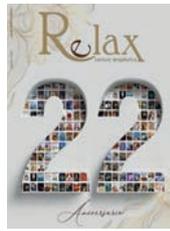
Número de Certificado de Licitud de Título: 12621  
Número de Certificado de Licitud de Contenido: 10193  
Número ISSN: 1665-8558

Número de filiación en el registro de la CANIEM: 3143  
Autorización de SEPOMEX: PP09-1133

Se reservan todos los derechos. Prohibida la  
reproducción de contenido literario o gráfico, por  
cualquier sistema, sin autorización previa por escrito  
del editor. Es responsabilidad de los autores el  
contenido de los artículos firmados. El contenido  
de los anuncios es responsabilidad del anunciante.

Distribuido por CES Mensajería  
División del Norte #2026, Int. 202, Col. Portales,  
03300, Ciudad de México

Tiraje certificado por el Bufete de Auditores Aguilar  
Becerra y Asociados y Jimsa Comunicación dentro  
del Padrón de Publicaciones de Segob.



En portada:  
22.º Aniversario

# CONTENIDO

- 4** El legado de Giorgio Armani, elegancia eterna en cada costura
- 12** *El Dulce Sabor de tu Ausencia*
- 13** Agradecimiento de Best of ASCO® CDMX 2025
- 21** Un día para celebrar a los chefs
- 24** El abuso de la tecnología, el "zombi" que devora el cerebro de los niños
- 28** Cuando la abeja reina muere
- 46** Tecnología de precisión en neurología



# SECCIONES

## 8 *Días del mes*

- Austria emite la primera tarjeta postal del mundo
- Día Internacional de las Personas de Edad
- Baja California y Quintana Roo son declarados estados
- Se consagra la Catedral de Chartres

## 16 *Cuestión de letras*

- Los libros que salen, pero jamás regresan a su biblioteca

## 34 *Entretenimiento*

- La evolución de los *reality shows*, de la televisión experimental a las casas más famosas

## 40 *Conociendo México*

- Motul, un rinconcito en Yucatán con sabor a historia, huevos motuleños y tradición



Por Redacción *Relax*

# EL LEGADO DE



Imagen: Vecteezy.com

# ELEGANCIA ETERNA EN CADA COSTURA

**H**ablar de Giorgio Armani es hablar de elegancia, minimalismo y reinención. El diseñador italiano no sólo transformó la moda masculina y femenina, sino que, también, dejó huella en el cine, el deporte y la cultura popular. Su legado trasciende la ropa; representa una filosofía de vida sofisticada, sobria y atemporal.

## **Cómo un hombre cambió la forma de vestir**

En los años 70, el mundo de la moda estaba dominado por excesos: colores vibrantes, estampados llamativos y siluetas que buscaban impactar más que convencer. En medio de esta euforia estética, apareció un hombre de mirada analítica y estilo refinado, Giorgio Armani. Con tijeras en mano y un ojo clínico para la sobriedad, redefinió la manera de vestir, creando un estilo que se convirtió en sinónimo de lujo discreto.





Armani nació en Piacenza, Italia, en 1934. Su infancia estuvo marcada por la austeridad de la posguerra, lo que influyó profundamente en su visión estética. Antes de dedicarse a la moda, estudió medicina y trabajó como escaparatista en grandes almacenes. Esa mezcla de sensibilidad científica y sentido práctico le permitió diseñar ropa que, más que adornar, se adaptaba al cuerpo y lo hacía sentir libre.

En 1961, Armani comenzó a trabajar para Nino Cerruti, una firma que ya tenía reconocimiento en el ámbito de la moda masculina. Fue en esta etapa donde aprendió el arte de diseñar trajes, comprendiendo la importancia de los cortes, las telas y, sobre todo, el equilibrio entre elegancia y comodidad.

Durante casi una década, fue diseñador en Cerruti, y, también, colaboró como *freelance* para otras marcas, lo que le dio una visión amplia del negocio. Sin embargo, algo dentro de él le pedía independencia; quería crear un estilo propio, sin ataduras.

Su gran salto ocurrió en 1975, cuando, junto a su socio Sergio Galeotti, fundó la marca Giorgio Armani S.p.A. Apenas un año después, revolucionó la moda masculina, con el famoso traje desestructurado: chaquetas sin hombreras rígidas ni forros pesados, que caían con naturalidad sobre el cuerpo. Fue un gesto simple pero transformador; de pronto, los hombres podían vestir elegantes sin parecer uniformados.

Armani solía decir: “La elegancia no consiste en hacerse notar, sino en hacerse recordar”. Esta frase se convirtió en su brújula creativa. No buscaba deslumbrar con extravagancias, sino conquistar con sobriedad.

Su éxito llegó a Hollywood en los años 80. Armani se convirtió en el diseñador favorito de las estrellas, como Richard Gere, quien inmortalizó sus trajes, en *American Gigolo* (1980). El propio Armani recordaba ese momento como un parteaguas: “Cuando vi a Gere en pantalla, con uno de mis trajes, entendí que había cambiado la historia del cine y de mi carrera”.

La relación entre Armani y el cine se consolidó con vestuarios para más de 200 películas, incluyendo *The Untouchables* (1987) y *The Dark Knight* (2008). El diseñador entendió que la ropa no era sólo moda; era narrativa visual.

Su influencia también se expandió a la moda femenina. Armani creó trajes para mujeres, que transmitían autoridad y elegancia, sin perder feminidad. Sus diseños se convirtieron en uniformes de ejecutivas, actrices y políticas.

Si bien, su moda masculina conquistó a empresarios y actores, su moda femenina lo consolidó como diseñador de primera línea para mujeres de alto perfil. Armani fue el elegido por primeras damas, esposas de líderes políticos y celebridades que buscaban proyectar elegancia sin estridencias.

- Nancy Reagan, primera dama de Estados Unidos, usó trajes Armani en los años 80, mostrando un estilo sobrio pero distinguido.
- Hillary Clinton, también, se dejó ver en trajes Armani durante sus años como senadora y candidata, reforzando su imagen de mujer fuerte y profesional.
- Sofía Loren, ícono del cine italiano, fue una de sus musas y amigas más cercanas; siempre, vestida por Armani en ocasiones públicas.

Además, en la alfombra roja, Armani vistió a esposas de grandes figuras del espectáculo y la política, que buscaban un estilo atemporal y refinado. Lo interesante es que Armani no diseñaba para la ostentación, sino para la confianza personal.

La clave de su legado está en su coherencia: sobriedad, líneas limpias y colores neutros. Armani demostró que menos siempre puede ser más, y que la elegancia no necesita estridencias para dejar huella.

## Armani, más allá de la moda

Si bien, Armani es reconocido principalmente como diseñador de moda, su visión fue mucho más ambiciosa: convirtió su nombre en un imperio del estilo de vida. Para él, la elegancia no se limitaba a la ropa; debía sentirse en cada aspecto de la vida cotidiana.

En el mundo del deporte, sorprendió, al convertirse en el diseñador oficial de uniformes para equipos de fútbol, como el Chelsea FC y la selección italiana, además de vestir a atletas olímpicos. Para Armani, el uniforme era más que indumentaria; era identidad.

En la hotelería, Armani rompió paradigmas, con el Armani Hotel Dubai, ubicado en el Burj Khalifa, el edificio más alto del mundo. Allí, trasladó su filosofía minimalista a los interiores: líneas rectas, tonos tierra, luces suaves. Más que un hotel, era un refugio de sobriedad en medio del lujo ostentoso de Dubái.



También, apostó por la gastronomía y la decoración, creando cafés, restaurantes y colecciones para el hogar, bajo la marca Armani Casa. Cada proyecto mantenía la misma premisa: la elegancia está en los detalles y en la simplicidad.

En la alfombra roja, su influencia es incuestionable. Desde Julia Roberts, en los 90, hasta Cate Blanchett, en la actualidad, las celebridades eligen Armani porque sus diseños nunca pasan de moda. Este salto del diseño a un estilo de vida global consolidó su figura como visionario. Armani no sólo hizo ropa; enseñó al mundo cómo vivir con elegancia.

## El hombre detrás de la leyenda

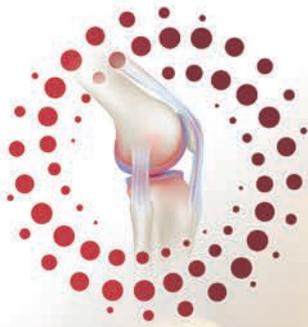
Giorgio Armani siempre se caracterizó por su discreción personal. Nunca fue un diseñador que buscara el escándalo ni el protagonismo mediático. En lugar de fiestas estruendosas o declaraciones polémicas, eligió una vida marcada por la disciplina y el trabajo constante.

Famoso por su rutina estricta (que incluía largas jornadas de trabajo y ejercicio físico diario), Armani se convirtió en un ejemplo de coherencia entre lo que predicaba con su ropa y lo que vivía. Solía bromear con que el secreto de su energía era la constancia.

A diferencia de muchos de sus colegas, que vendieron sus casas de moda a conglomerados, Armani siempre mantuvo el control de su empresa. Esa independencia le permitió proteger su estética y ser fiel a su visión.

El diseñador trascendió el 4 de septiembre de este año, pero su legado no sólo queda en sus prendas, sino, también, en su compromiso con la elegancia como filosofía de vida. Armani enseñó que la moda no es pasajera ni esclava de tendencias; es un reflejo de personalidad y autenticidad. R





# Mitigal<sup>®</sup>

Mitiga el dolor

## > Celecoxib

Muestra menor riesgo gastrointestinal frente a etoricoxib<sup>(1)</sup>

> Eficacia comprobada, seguridad cardiovascular respaldada<sup>(2)</sup>

- ✔ Artritis reumatoide
- ✔ Osteoartritis
- ✔ Dismenorrea
- ✔ Lumbalgia
- ✔ Espondilitis anquilosante
- ✔ Dolor agudo



MITG-01AT-25  
NO. DE ENTRADA: 2511032002C00067

**BIBLIOGRAFÍA:**

1. Martin L. et al. (2019). Gastrointestinal safety of coxibs: systematic review and meta-analysis of observational studies on selective inhibitors of cyclo-oxygenase 2. *Societ e Franc aise de Pharmacologie et de Therapeutique Fundamental & Clinical Pharmacology*; (33): 134-147.
2. Cheng B-R, Chen J-Q, Zhang X-W, Gao Q-Y, Li W-H, Yan L-J, et al. (2021) Cardiovascular safety of celecoxib in rheumatoid arthritis and osteoarthritis patients: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE* 16(12): e0261239. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261239>.

Revisar IPP:



Por Cinthya Tovar

## Austria emite la primera tarjeta postal del mundo

El primero de octubre de 1869, el Imperio austrohúngaro revolucionó las comunicaciones, al emitir la primera tarjeta postal oficial del mundo, conocida como *Correspondenz-Karte* (tarjeta de correspondencia), con un mensaje corto y sin necesidad de sobre. La idea fue impulsada por el barón Muly y propuesta por el reconocido economista Emanuel Herrmann, quien, en enero de ese año, había planteado la necesidad de un medio más económico y práctico para enviar mensajes breves. Su propuesta fue adoptada rápidamente por las autoridades postales, y el Ministerio de Comercio autorizó su emisión en septiembre de 1869. Se menciona que la primera tarjeta salió de la localidad austríaca de Perg hacia Kirchdorf.

La tarjeta postal permitió a millones de personas enviar mensajes sin necesidad de sobres, reduciendo costos y facilitando el acceso a la correspondencia. Se dice que, desde el primer mes, se vendieron 1.4 millones de unidades, lo que permitió su éxito inmediato, motivando a que otros países imitaran el modelo e impulsando una reforma global en los sistemas postales. Este avance marcó el inicio de la comunicación postal moderna y fue uno de los antecedentes clave para la creación de la Unión Postal Universal (UPU), el 9 de octubre de 1874, en Berna, Suiza. R



## Día Internacional de las Personas de Edad

Se conmemora cada primero de octubre, establecido por la Asamblea General de las Naciones Unidas, en 1990. Esta fecha busca reconocer el valor, la dignidad y las contribuciones de las personas mayores a la sociedad, al mismo tiempo que llama la atención sobre los desafíos que enfrentan, como la discriminación por su edad, la vulnerabilidad, el aislamiento social y el acceso limitado a servicios de salud y protección social.

En el contexto global del envejecimiento poblacional, se estima que, en 2050, más de una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 65 años y que, en el año 2080, las personas mayores de 65 años superarán, en número, a los menores de 18 años, según informes de la ONU. Por lo tanto, esta efeméride tiene una alta relevancia, tomando en cuenta que las Naciones Unidas promueven el envejecimiento saludable y activo, así como políticas públicas inclusivas que garantizan la participación plena de las personas mayores en la vida económica, social, cultural y política. El lema de cada año destaca un tema clave. Por ejemplo, en ediciones recientes, se ha enfatizado en la equidad digital, la salud mental y la sostenibilidad intergeneracional. Este día invita a reflexionar sobre la construcción de sociedades más justas, donde envejecer no sea sinónimo de olvido, sino de respeto, inclusión y cuidado. R



# Lodestar-duo<sup>®</sup>

Losartán + Amlodipino

Doble eficacia antihipertensiva

Doble órganoprotección<sup>1,2</sup>

Cómoda dosificación:  
una sola toma al día



Reg. Núm. 079M/2018 SSA IV

Favorece el apego  
al tratamiento

*La pareja antihipertensiva para toda la vida*

Bibliografía:

1. Martell M. Mecanismo de acción de las distintas familias de antihipertensivos. Diabetes Práctica 2016;07(Supl Extr 2):23-8.

2. Basile J. Critical appraisal of amlodipine and olmesartan medoxomil fixed-dose combination in achieving blood pressure goals. Integr Blood Press Control 2010;3:91-104.

Aviso de publicidad No. 193300202C3249

IPP LODESTAR-DUO<sup>®</sup>



## Baja California y Quintana Roo son declarados estados

Durante el mes de octubre, México conmemora dos momentos clave en su organización política: la integración plena de Baja California y Quintana Roo como estados libres y soberanos de la Federación. El entonces presidente, Luis Echeverría, en su informe de gobierno del primero de septiembre de 1974, hizo oficial el anuncio, y para el **8 de octubre** de ese mismo año, las dos entidades dejaron de ser territorios federales y se convirtieron en entidades soberanas adheridas al Pacto Federal.

El decreto fue publicado en el Diario Oficial de la Federación, consolidando la entrada formal de Baja California, como el 29.º estado de la República Mexicana, y de Quintana Roo, como el 30.º, siendo estos los estados más jóvenes del país, que han alcanzado su identidad.

Ambos procesos reflejan el esfuerzo por integrar regiones estratégicas de México, tanto en términos geográficos como económicos. Su transformación en estados fortaleció el federalismo mexicano y garantizó a sus habitantes derechos plenos de participación política, autonomía local y representación nacional. R



## Se consagra la Catedral de Chartres

El **24 de octubre de 1260**, fue consagrada la Catedral de Nuestra Señora de Chartres (*Cathédrale Notre-Dame de Chartres*), en presencia del rey Luis IX de Francia, junto a obispos y nobles. Este evento marcó la culminación de uno de los proyectos arquitectónicos más significativos de la Edad Media europea.

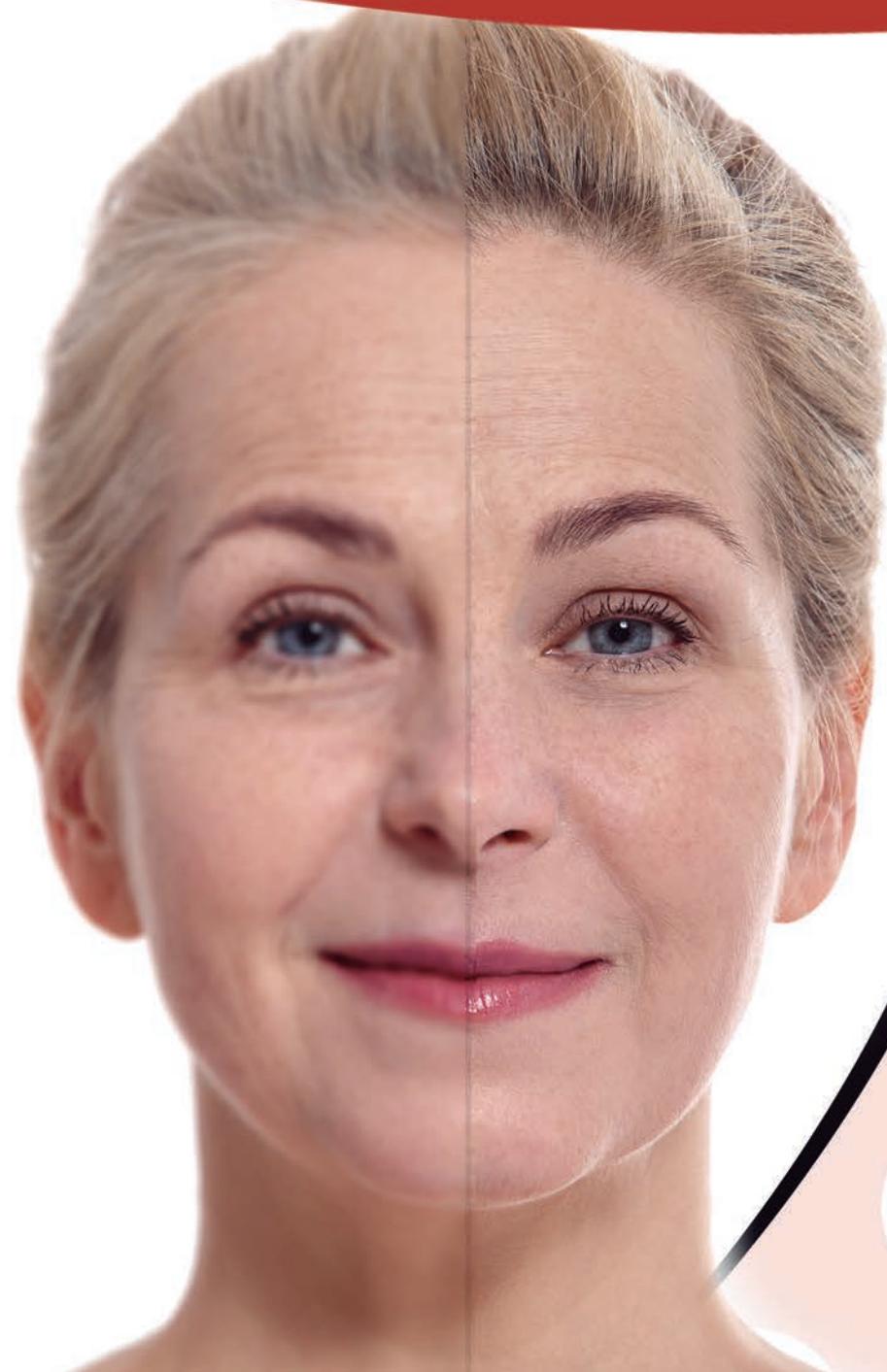
Ubicada en la región de Centro-Valle de Loira, la catedral es considerada una obra maestra del arte gótico, por su armonía arquitectónica, su innovador uso del arco apuntado y su impresionante colección de vitrales medievales, que narran episodios bíblicos, vidas de santos y escenas cotidianas de los siglos XII y XIII.

La construcción de la catedral, que mide 113 metros de altura, comenzó en 1194, luego de que un incendio destruyera gran parte del edificio románico anterior. En un tiempo récord, de apenas 26 años, fue reconstruida casi en su totalidad, algo excepcional en su época, al punto de ser considerado un milagro, por su perfecta unidad estilística.

Hoy, la Catedral de Chartres es Patrimonio de la Humanidad y sigue siendo un lugar de peregrinación dedicada a la Virgen María. Su consagración no sólo simbolizó un acto religioso, sino, también, un triunfo artístico, cultural y espiritual de la cristiandad medieval. R



# El tratamiento que *Sí* harías



*Arrugas*

*Marcas y cicatrices de acné*

*Tonalidades de la piel*

*Telangiectasias (venas rojas)*

*Envejecimiento*

*Poros dilatados*

*Daño solar*

*Líneas de expresión*

*Flacidez*

*Rosácea*

*Celulitis*

*Estrías*



**SCARLET<sup>®</sup> SRF**  
Volumetric Tightening

*Devuelve la salud a tu piel*

# El Dulce Sabor de tu Ausencia



Una novela de Gabriela Villazón



María Inés y Francisco se conocen desde jóvenes, y, al crecer, anhelan casarse, pero se enfrentan a la negativa del padre de ella. Su amor y el apoyo de su madre permiten que lleguen al altar, para culminar su historia de amor.

El tiempo pasa... nadie preparó a María Inés para lo que iba a vivir. De pronto, las cosas sucedieron, y, sin esperarlo, ella se encontró atravesando su momento más difícil.

¿Podrá el amor alimentarse solamente de la esperanza del regreso?  
¿Perderá la fe en Francisco? ¿Lograrán los sabores evocar la historia de una vida?

*El dulce sabor de tu ausencia* es una novela romántica, profundamente emotiva, que mezcla el dolor de la pérdida, la esperanza del amor y la magia de los sabores de la cocina.



**En venta en Amazon,  
Casa del Libro y  
Librerías El Sótano.**

**Disponible en español e inglés.**

# BEST OF ASCO®

OFFICIALLY LICENSED

Ciudad de México, agosto 2025.

## Revista Relax

En nombre del Comité Organizador y del Comité Científico del **Best of ASCO® CDMX 2025 – 12ª edición**, queremos expresar nuestro más sincero y profundo agradecimiento a la **Revista Relax** por su valioso apoyo y acompañamiento en la difusión de este importante encuentro académico.

Gracias a su respaldo, logramos alcanzar la **audiencia más grande desde 2013 en formato virtual**, con más de **3,700 inscripciones**, una conexión de más de **3,000 médicos el primer día**, **930 en el segundo** y un total de más de **7,000 visitas** en nuestras plataformas: la del Hospital y [www.congresosmpr.net](http://www.congresosmpr.net).

Best of ASCO® CDMX es un evento **gratuito, incluyente y accesible** desde cualquier punto del país, que promueve la **equidad de género** y está inspirado en los principios de **patient centricity**, siempre con el compromiso de garantizar el acceso a la mejor evidencia oncológica internacional y su adaptación al contexto mexicano.

Desde su inicio, este programa se ha sostenido en cinco pilares fundamentales:

- **Patient Centricity:** todo nuestro esfuerzo académico está orientado a que los médicos cuenten con herramientas actualizadas para brindar atención de la más alta calidad y calidez a sus pacientes.
- **Educación Médica Continua:** acceso gratuito, incluyente y permanente al conocimiento científico de frontera.
- **Difusión de lo más novedoso en Alta Especialidad:** acercar las principales actualizaciones de ASCO® al contexto clínico mexicano.
- **Enfoque en Médicos Adscritos y Residentes:** apoyo tanto a quienes ya ejercen como a las nuevas generaciones en formación.
- **Puntos de Recertificación:** fortaleciendo el desarrollo profesional con aval académico y ético.

Con profundo respeto y gratitud, reiteramos que la colaboración de la **Revista Relax** es vital para fortalecer la educación médica continua en México y seguir construyendo un entorno de salud más sólido e incluyente.

**¡Vamos juntos por un México más saludable, inclusivo y con educación médica continua gratuita para todos los mexicanos!**

Atentamente,

Lic. Luis David Erazo Valle  
Comité Organizador – since 2013 Best of ASCO® CDMX



# BEST OF ASCO®

OFFICIALLY LICENSED

May 30 – June 3, 2025

## Agradecimiento a REVISTA RELAX Por su impulso y apoyo a la Educación Médica Continua en Oncología

**12th Edition of Best of ASCO® – Great Mexico City –  
CENTRO MÉDICO NACIONAL 20 DE NOVIEMBRE  
21 y 22 DE AGOSTO 2025**



**Dr. Tomás Daniel Sánchez Cárdenas**  
Comité Organizador

Avalado por:



CONSEJO MEXICANO  
DE CERTIFICACIÓN  
EN RADIOTERAPIA, A.C.



Asociación Médica  
Mexicano-Libanesa  
Al Hakim



Sociedad Mexicana de Radioterapeutas



**Lic. Luis David Erazo Valle**  
Coordinador General de  
Best of ASCO® CDMX 2025 /MRP

Licencia autorizada a:  
Medical Research & Pharma

# Mantente actualizado en los últimos avances y tendencias de la Inmuno-Oncología este

# 2025



Únete a nuestros programas y sé parte de esta red global de Actualización Médica en Inmuno-Oncología

 **MRP**  
MEDICAL RESEARCH PHARMA

**Informes en:**  
[www.congresosmpr.net](http://www.congresosmpr.net)  
[medicine.matters@medicalrp.com.mx](mailto:medicine.matters@medicalrp.com.mx)  
WA. +52 999 528 6415

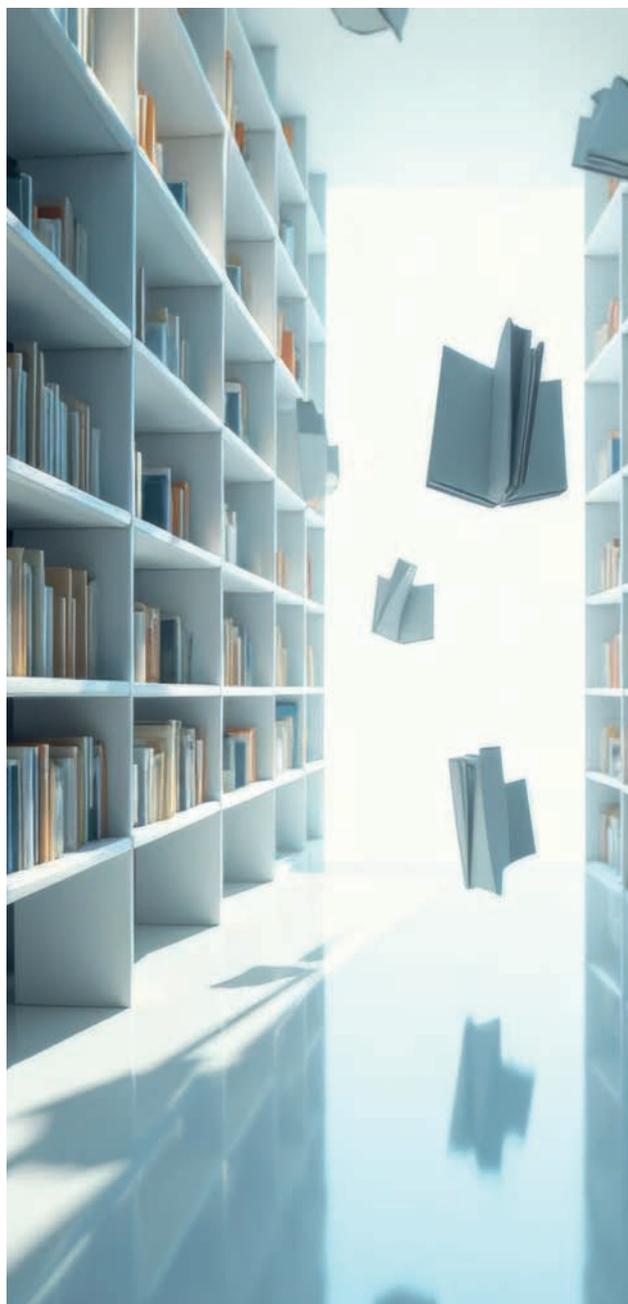


**MEDICAL IA-MENTOR**

# LOS LIBROS QUE SALEN, PERO JAMÁS REGRESAN A SU BIBLIOTECA

*Estos son los títulos más robados*

Por Cinthya Tovar



A lo largo de los años, las bibliotecas han sido guardianas del conocimiento; son espacios de acceso libre a la cultura, el pensamiento crítico y la educación a través del tiempo. De este modo, su importancia y valor fueron resaltados en la tira clásica de *Mafalda*, de Quino, en donde Felipe pregunta: ¿No sería hermoso el mundo si las bibliotecas fuesen más importantes que los bancos?

Sobre estos últimos, dado el producto que resguardan, resulta sumamente creíble que frecuentemente se cometan robos; sin embargo, aunque usted no lo crea, las bibliotecas —públicas, privadas, de escuelas, médicas o religiosas— también son víctimas de hurtos y “pérdidas sospechosas” de ciertos libros de los estantes. El fenómeno del robo en bibliotecas no responde únicamente a intereses económicos, sino que revela patrones sociales, culturales e, incluso, ideológicos.

¿Pero qué personas serían capaces de hacer tal cosa? Un biblioclepto es una persona que roba libros, generalmente de bibliotecas o librerías, motivada por el deseo de conocimiento, la censura, la vergüenza de solicitar ciertos temas o hasta por razones simbólicas o ideológicas. Lejos del ladrón común, que busca un intercambio económico por ello, el biblioclepto suele estar impulsado por una relación intensa —y, a veces, conflictiva— con el saber, lo que lo ha llevado a que sea visto, en ocasiones, como un rebelde intelectual, aunque su acto siga siendo ilegal y éticamente cuestionable.

# Tiazopir®

NUEVO

menos dosis, mayor acción

## Dexrabeprazol es el isómero R+ de Rabeprazol

Es un inhibidor de la bomba de protones (inhibición específica de la enzima  $H^+K^+ATPasa$ )



- > Úlcera gástrica
- > Úlcera duodenal activa
- > Enfermedad por reflujo gastroesofágico (**ERGE**) sintomática erosiva o ulcerativa <sup>(1)</sup>

**Dosis:**  
1 tableta de liberación retardada de 10 mg

**1 vez al día**

TIAZO-01A-24

NO. DE ENTRADA: 2511032002C00002

#### BIBLIOGRAFÍA:

1. Abdo-Francis JM, Cabrera-Álvarez G, Martínez-Torres H, Remes-Troche JM. Efficacy and safety comparative study of dexrabeprazole vs. esomeprazole for the treatment of gastroesophageal reflux disease. Gac Med Mex. 2022;158(6):423-429. English. doi: 10.24875/GMM22000722. PMID: 36657136
2. Pai V, Pai N. Randomized, double-blind, comparative study of dexrabeprazole 10 mg versus rabeprazole 20 mg in the treatment of gastroesophageal reflux disease. World J Gastroenterol. 2007 Aug 14;13(30):4100-2. doi: 10.3748/wjg.v13.i30.4100. PMID: 17696229; PMCID: PMC4205312.

Revisar IPP:



Cetus®

Senosiain®

Aunque cada ladrón puede robar ciertos libros según sus gustos, intereses o necesidades, existen ciertos títulos que coinciden en ser los preferidos de los amigos de lo ajeno.

Dentro de los primeros lugares del *ranking* no oficial de lo que estos ladrones suelen robar, se encuentra –en segundo lugar– la **Biblia**, el libro más traducido de la historia, escrita a lo largo de mil 500 años por diversos autores. Quizá, por su peso simbólico o, tal vez, por su poder espiritual y su contenido religioso, suele ser uno de los más extraídos de las bibliotecas.



En contraparte, también, desaparecen con frecuencia **libros de brujería, ocultismo y astrología**. En pleno siglo XXI, cuando la ciencia domina el discurso y la lógica guía nuestras decisiones, hay quienes buscan respuestas en estos textos, que no son robados por su valor monetario, sino por la promesa de lo arcano, por el anhelo de entender los misterios que la razón no explica de manera lógica.



También, se han reportado los libros de preparación de exámenes y capacitación, que incluyen información y ejercicios de razonamiento verbal, habilidades lectoras y matemáticas, entre otras capacidades, para aprobar ciertas evaluaciones. Estos libros o manuales no son robos por curiosidad o filosofía, sino por necesidad de estudio. En esos casos, el hurto es un grito silencioso: “Quiero salir adelante, pero no puedo pagar el precio del conocimiento”. Son robos que revelan brechas, desigualdades, sistemas que excluyen, ya sea por el alto costo de los libros académicos o por su difícil adquisición en el mercado.

También, ya sea por su valor cultural, o bien, monetario –al ser considerados reliquias–, se sabe que se han robado **muchos escritos de la Antigüedad**, por ejemplo, la copia del libro impreso más antiguo de Ucrania, libros médicos raros, códices, como el Calixtino, o textos de personajes importantes, como Aristóteles, Descartes, Galileo y Maquiavelo.

El entretenimiento es, igualmente, un área objetivo. Se han registrado robos de las primeras ediciones de libros de Dr. Seuss, así como **cómics** y hasta manuales del popular y controvertido juego de mesa *Dungeons & Dragons* (*Calabozos y Dragones*).

Pero, ahora, quizá, debe estarse preguntando ¿cuál es el libro más robado?, ya que le hemos revelado el segundo, mas no el primero. Probablemente, pensará que es un libro de historia antigua, algún libro prohibido o

**NUEVO**

# Xaraban®

Rivaroxabán

**el inhibidor del factor Xa de la coagulación**

- **Rápida acción** anticoagulante.<sup>1,2</sup>
- **Eficaz** reducción de eventos tromboembólicos.<sup>1</sup>
- En **prevención y tratamiento**, versatilidad anticoagulante.<sup>1</sup>



Descargue la IPP



Referencias: 1. Liomont. Información para prescribir amplia Xaraban® Rivaroxabán Tabletas.  
2. Berkovits A., Mezzano D., Nuevos anticoagulantes orales: actualización. Rev Chil Cardiol. 2017; 36 (3): 254-263  
Reporte las sospechas de reacción adversa al correo: farmacovigilancia@liomont.com.mx o en la página de internet: www.liomont.com.mx  
INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA PROFESIONAL DE LA SALUD  
XARABAN® TABLETAS 10, 15, 20 mg Reg. Núm. 188M2023 SSA IV  
Aviso de Publicidad Núm.: 2309072002C00105

Línea **cardiometabólica**

**&5**  
INFINITAMENTE  
LIOMONT

un libro de literatura universal, como *La Odisea*, de Homero, o la *Divina Comedia*, de Dante Alighieri...

Pero no. Según la BBC, los ladrones de libros, curiosamente, se interesan más por el famoso *Libro Guinness de los Récords*, que es el más robado de las bibliotecas públicas. El *Guinness World Records* es una obra que celebra las mejores marcas alcanzadas o superadas por las personas en diversas actividades, desde las más comunes hasta las más raras, por lo que resulta irónico que, en sí mismo, este libro tenga un récord involuntario, por su constante robo en las bibliotecas. ¿Será el deseo de pertenecer a una narrativa de hazañas o, simplemente, la atracción de lo curioso y lo extravagante sobre el tema? Lo dejaremos para reflexión.

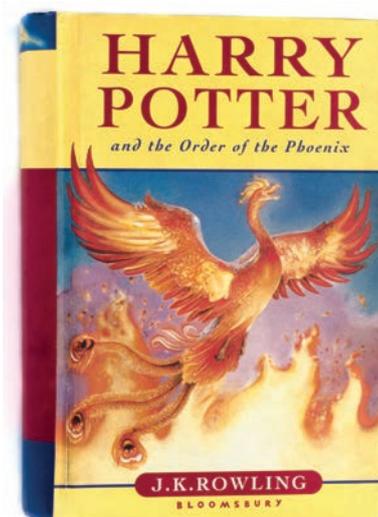
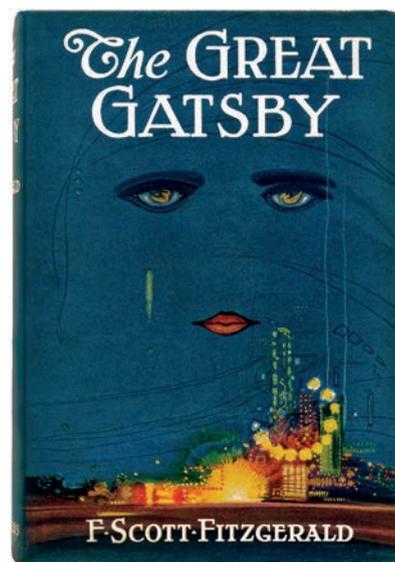
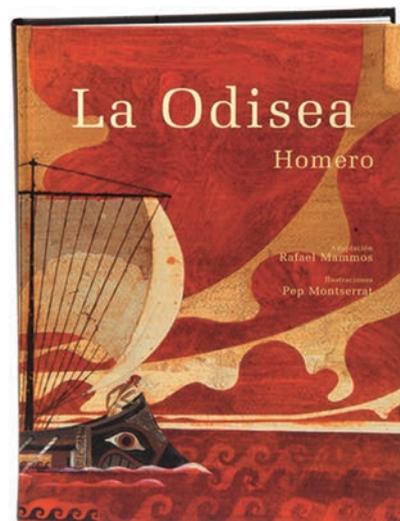
En el caso de los libros más robados de las librerías, los de Charles Bukowski, Jack Kerouac, junto con los de Ernest Hemingway, David Sedaris y *El Gran Gatsby*, de F. Scott Fitzgerald, son los que llaman la atención de los ladrones en Estados Unidos. En el caso del Reino Unido, la lista es diferente. Los más robados son los libros de la saga de *Harry Potter*, de J. K. Rowling.

Ante lo anterior, se puede notar que, en las bibliotecas, la gente se lleva libros por sus peculiaridades, mientras que, en las librerías, se enfocan en los libros de reconocimiento popular.

El caso de México es diferente. Aunque nuestro país ha experimentado pérdidas significativas en sus bibliotecas —por ejemplo, en Jalisco, se reportaron más de 61 mil ejemplares dados de baja en una década, por robo, extravío o deterioro, de acuerdo con *El Informador*—, no se ha identificado públicamente un título específico que lidere esas desapariciones en general.

En conclusión, el robo de libros en bibliotecas responde al deseo de lucro, aprendizaje, interés, curiosidad, revelando tensiones sociales, necesidades no satisfechas y fenómenos de censura privada. Los libros representan un tesoro invaluable, y cada uno de ellos debe ser preservado como una auténtica reliquia, ya que el cuidado del legado que se encuentra en las bibliotecas es una responsabilidad colectiva.

Sin embargo, robar un libro de una biblioteca es, sin duda, un acto contradictorio; es una traición al pacto social del saber compartido. Cada libro robado es una pregunta sin respuesta, una sombra que queda entre los estantes; y, además, nos dice algo sobre la sociedad. Porque, como escribió Jorge Luis Borges: “Siempre imaginé que el paraíso sería algún tipo de biblioteca”, pero, incluso, en el paraíso, hay quienes no pueden evitar estirar la mano y llevarse el fruto prohibido. R



# *Un día para celebrar a los chefs*

Por Cinthya Tovar



Cada 20 de octubre, se conmemora el **Día Internacional del Chef**, una fecha destinada a reconocer la labor de los profesionales de la cocina de todo el mundo, brindando un homenaje a quienes, mediante el dominio de técnicas culinarias, un profundo conocimiento de los ingredientes y las tendencias gastronómicas internacionales, contribuyen de forma significativa al desarrollo del sector gastronómico a nivel global. Este día pone en valor la habilidad técnica de los chefs, su creatividad, disciplina y compromiso con una de las artes más antiguas de la humanidad.

La conmemoración fue decretada de manera oficial en el año 2004, gracias a Bill Gallagher, un chef reconocido, entonces presidente de la World Association of Chefs Societies (WACS), también conocida como la Asociación Mundial Culinaria. Esta organización fue fundada en octubre de 1928, en París, con el objetivo de promover la educación culinaria, y, para el

año 2024, ya agrupaba a asociaciones culinarias de más de 95 países diferentes, con la misión clara de impulsar el desarrollo profesional de los chefs, promoviendo la educación e innovación gastronómicas, la sostenibilidad alimentaria, así como dar visibilidad al valor cultural y social de la cocina.

El chef Gallagher propuso esta fecha para destacar el papel del chef como un agente y promotor de cambio en temas alimentarios

clave, como la nutrición, la educación en buenos hábitos alimenticios para la salud, y la innovación gastronómica, promoviendo la cocina sostenible. En este sentido, el Día Internacional del Chef se ha convertido, en la actualidad, en una plataforma para concienciar sobre el impacto social y económico del sector gastronómico; por lo tanto, esta jornada representa una oportunidad para destacar la dedicación, la disciplina y el compromiso de quienes han elegido la cocina como su ámbito profesional.

En este contexto, ejercer la cocina con propósito se convierte en un acto consciente, que contribuye a una mayor conexión entre cocinas del mundo, en donde los chefs comparten ideas, recetas y visiones, desde Asia hasta América Latina, ya que, a través de sus platillos, son capaces de comunicar identidad, narrar historias y crear experiencias memorables que trascienden el acto de sólo alimentarse.



Para **Le Cordon Bleu**, institución fundada en París, en 1895, y considerada la red educativa más prestigiosa en artes culinarias y hospitalidad a nivel mundial, esta celebración es una ocasión para poner en valor el legado de

excelencia que sus profesores y egresados han consolidado a lo largo del tiempo en diversas partes del mundo; alumnos que, a través de su formación, se han convertido en generaciones de chefs con altas competencias que son necesarias para comprender el arte culinario y su impacto en la sociedad contemporánea. Un chef tiene una vocación de servicio; es un profesional integral que ejecuta con precisión, genera experiencias, preserva tradiciones, tiene liderazgo y promueve la innovación. Se distingue por respetar el origen del producto, seguir la estacionalidad de los ingredientes y reflejar la cultura a través de sus propuestas gastronómicas, que le dan un estilo único e identidad.

En esta fecha conmemorativa, **Le Cordon Bleu** rinde homenaje a sus egresados, quienes, hoy, lideran cocinas reconocidas internacionalmente, impulsan iniciativas sostenibles; a los estudiantes que forman parte de la oferta académica, encaminándose a convertirse en futuros chefs; y a su cuerpo docente de *master chefs*, como el chef Carlos Santos, el chef Carlos Barrera, el chef Edmundo Martínez, el chef Denis Delaval (chefs instructores de cocina), el chef Omar Morales (chef coordinador), la chef Esther Galeana y el Chef Thierry Laprune (chefs instructores de pastelería), y el chef Miguel Flores (chef de producción); todos, con una amplia experiencia profesional y de prestigio.

Aunque el 20 de octubre es la fecha para celebrar a los chefs internacionalmente, México ha decidido rendirles un homenaje especial, cada 26 de enero, siendo el Día del Chef Mexicano. Esta fecha reconoce la riqueza y diversidad de la cocina mexicana, declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, por la Unesco, desde el año 2010, valorando a los chefs mexicanos como custodios de una herencia culinaria, que, hoy, está viva, llena de historia, sabor y creatividad.



130  
Year Anniversary



LE CORDON BLEU®

Excellence in Education since 1895

# 2025

# Workshops:

PAN DE MUERTO  
SÁBADO, 4 DE OCTUBRE  
\$2,200

ECLAIRS  
SÁBADO, 18 DE OCTUBRE  
\$2,800

PAELLA  
SÁBADO, 25 DE OCTUBRE  
\$5,500

PIZZAS  
SÁBADO, 8 DE NOVIEMBRE  
\$5,500

ROSCA DE REYES  
SÁBADO, 29 DE NOVIEMBRE  
\$2,200



[www.cordonbleu.edu/mexico](http://www.cordonbleu.edu/mexico)



Facultad de  
Turismo y Gastronomía  
50 AÑOS

f LCBMexico

lcbmexico

+52 1 55 4319 9764



## EL ABUSO DE LA TECNOLOGÍA, EL "ZOMBI" QUE DEVORA EL CEREBRO DE LOS NIÑOS

Por Dr. Mario Velasco

La tecnología impacta diversos aspectos de la interacción humana, por ejemplo, la comunicación, la economía, la educación, la medicina, la industria e, incluso, los ecosistemas. Aunado a ello, se ha vinculado con la evolución cultural y social, influyendo tanto en la interacción como en el intercambio de conocimientos. Sin embargo, la excesiva interconectividad tecnológica puede generar problemas psicológicos, como aislamiento social, ansiedad y depresión.

Las personas pueden mostrar una propensión a depender de dispositivos digitales y redes informáticas, con el consiguiente impacto negativo en su bienestar e interacciones sociales. En ese sentido, los niños están creciendo en entornos saturados de tecnologías, las cuales están adoptando a menor edad, pasando de los cuatro años (1970) a los cuatro meses (2017), con fines de entretenimiento y no con objetivos educativos o de estimulación cognitiva.

## Los daños al cerebro y desarrollo infantil

Cabe mencionar que el período de la infancia es una etapa de enorme plasticidad cerebral, donde las experiencias influyen profundamente en el desarrollo emocional, afectivo, social y físico en la niñez, así como en la adolescencia. Se encuentra bien descrito que, en lactantes menores de un año, la exposición a pantallas electrónicas se asocia con un menor desarrollo cognitivo y del lenguaje. Estudios poblacionales muestran asociaciones entre el tiempo excesivo en que los niños miran televisión durante la infancia temprana y retrasos en sus habilidades cognitivas, del lenguaje, sociales y emocionales. Se ha reportado que los preescolares que miran frecuentemente televisión, tienen mayor riesgo de presentar retraso cognitivo, del lenguaje y en el desarrollo motor, donde, a mayor tiempo mirando televisión, peor es su desarrollo. Las características de la exposición con imágenes que cambian rápidamente se han relacionado con problemas en el desarrollo de funciones ejecutivas, como la atención, resolución de problemas y comportamiento impulsivo.



Ante este panorama, un estudio observacional reciente, que incluyó 269 infantes mexicanos (ambos géneros), con un rango de seis a <60 meses de edad, tuvo como objetivo demostrar si la cantidad de tiempo de uso de dispositivos electrónicos en esta población repercute en el desarrollo del lenguaje. Los resultados indicaron que el número de horas diarias utilizando algún dispositivo electrónico se comportó como factor de riesgo, aumentando 1.37 veces el riesgo de retraso en el desarrollo del lenguaje, por cada hora de exposición a dispositivos electrónicos. El grupo de investigación concluyó que un mayor número de horas de uso de los dispositivos electrónicos se considera como factor de riesgo para presentar retraso en el desarrollo del lenguaje en menores de cinco años. Por ello, es vital limitar su uso, así como evaluar y seleccionar adecuadamente el contenido al que se exponen

los niños para preservar el correcto desarrollo.

A su vez, otro estudio señaló, en una muestra pequeña, de 92 participantes de 25 meses de edad, que el uso de dispositivos electrónicos, específicamente televisión y tabletas, tuvo un impacto negativo en el desarrollo del lenguaje; resultados similares a los reportados en el estudio citado con anterioridad.

Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que bebés menores de dos años no pasen tiempo frente a una pantalla, y que niños de dos a cuatro años no le dediquen más de una hora al día. Cabe mencionar que el aprendizaje durante los primeros meses se da por la interacción y relación con las personas. A esto, se suma el desarrollo de la concentración, habilidad que comienza a desarrollarse durante los primeros años, cuando el cerebro tiene mayor sensibilidad al entorno que los rodea. Para que un cerebro se desarrolle, necesita estímulos esenciales del mundo exterior y tiempo para procesar dichos estímulos, ya que la constante absorción de imágenes y mensajes en pantalla afecta la capacidad de atención y enfoque en los infantes.

Por otro lado, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) cita que, entre los cero a seis años de edad, la tecnología, generalmente, no brinda ninguna ventaja adicional al desarrollo de los infantes. Por el contrario, su uso

compite con experiencias que son útiles y enriquecedoras para el crecimiento. El medio físico y presencial debe entretener, calmar, estimular a los infantes y no la tecnología.

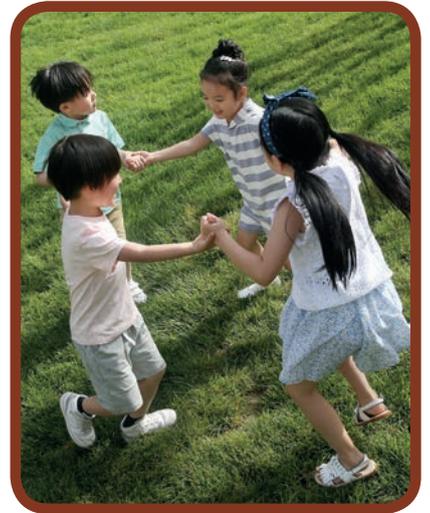
Según la Academia Americana de Pediatría (AAP), los niños menores de dos años no deberían estar expuestos a pantallas, salvo para videollamadas con familiares. Para los niños de entre dos y cinco años, se recomienda un máximo de una hora diaria de contenido de alta calidad, siempre, con supervisión de un adulto. Sin embargo, encuestas recientes muestran que muchos niños en este rango de edad pasan entre dos y cuatro horas al día frente a una pantalla.

Un estudio realizado por los Institutos Nacionales de Salud (NIH), en Estados Unidos, que analizó el desarrollo cerebral de más de 11 mil niños, encontró que aquellos que pasaban más de dos horas al día frente a pantallas obtenían puntuaciones más bajas en pruebas de lenguaje y razonamiento. Además, los niños que pasaban más de siete horas al día frente a pantallas mostraban un adelgazamiento prematuro de la corteza cerebral, un área clave para el pensamiento crítico y la toma de decisiones.

El exceso de tiempo frente a pantallas también afecta al sueño. La luz azul emitida por dispositivos electrónicos puede alterar el ritmo circadiano, dificultando que los niños concilien el sueño. La falta de descanso adecuado, a su vez, impacta negativamente en la memoria, la concentración, el comportamiento y el crecimiento. Y es que, durante el sueño, se estimula la producción de la hormona del crecimiento, que, además, ayuda a mantener los tejidos y órganos a lo largo de la vida. Esta hormona es producida por la glándula pituitaria, un órgano del tamaño de un chícharo, ubicado en la base del cerebro. De ahí, la importancia de los buenos hábitos y calidad de sueño en los infantes.

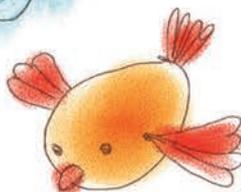
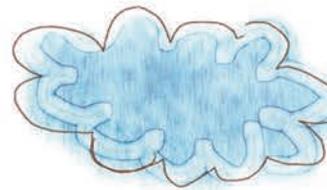
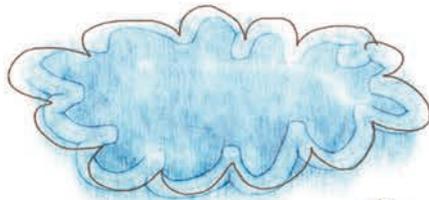
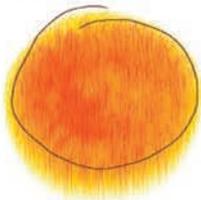


Otro efecto preocupante es la disminución de la interacción social y del juego físico. Estas actividades son fundamentales para desarrollar habilidades cognitivas y emocionales en la infancia. Cuando los niños sustituyen el juego activo y las relaciones personales por el uso de pantallas, se reduce su capacidad para expresar emociones, resolver conflictos y desarrollar empatía.



Sin embargo, la pandemia de COVID-19 dejó en evidencia que la tecnología en sí misma no es buena ni mala. Lo correcto es preguntarse si sirve o no sirve, y para qué sirve. Por ejemplo, cuando un niño está en un parque, interactuando con otros niños, no necesita de un teléfono ni una videollamada para vincularse con otros, porque la realidad se lo está ofreciendo, pero cuando el niño se queda en casa, el parque no es un espacio disponible, el acceso a la tecnología se vuelve fundamental para que el niño se vincule. <sup>R</sup>

# Biomics®



**Biomics** es seguro y eficaz  
en el manejo de:

- faringoamigdalitis
- otitis media
- sinusitis
- bronquitis
- neumonía

**1** vez  
al día

adultos y niños > 12 años  
o peso > 50 kg  
1 cápsula de 400 mg

solución  
niños > 6 meses - 8 mg/kg  
**Incluye** diluyente y pipeta



Revisar IPP



BIOM-01A-22 No. de Entrada. 223300202C0591

ALTIA®

Senosiain®

# CUANDO LA ABEJA REINA MUERE

*El drama secreto de una colmena*

Por Redacción *Relax*

**E**n lo profundo de una colmena, donde miles de abejas trabajan en perfecta armonía, existe una figura central que todo lo sostiene: la abeja reina. Pero ¿qué sucede cuando ella muere? Lo que parece un simple final de un ejemplar, en realidad, desata una historia fascinante de caos, resistencia y renacimiento de todos.

## El inicio del desorden

La vida en una colmena está regida por un orden meticuloso. Cada abeja cumple su rol: las obreras recolectan néctar y polen, limpian celdas y alimentan larvas; los zánganos esperan cumplir con su único deber, el reproductivo; y, en el centro, la reina gobierna gracias a las feromonas, esas señales químicas que mantienen la cohesión de todo el enjambre.

NUEVAS PRESENTACIONES

# Thoreva<sup>®</sup>

Atorvastatina

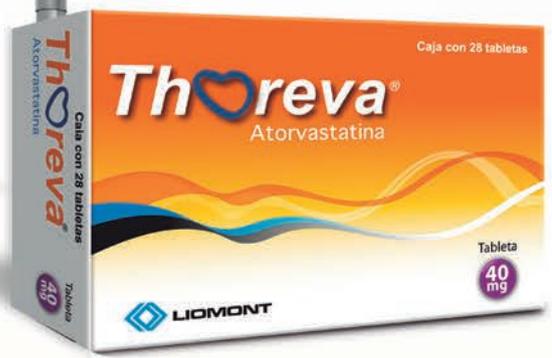
MES a MES

40 mg

Caja con 28 tab.

20 mg

Caja con 30 tab.



## Amplia gama de presentaciones

80 mg

Caja con 30 tab.

20 mg

Caja con 30 y 60 tab.

40 mg

Caja con 28 y 56 tab.

10 mg

Caja con 60 tab.



## El Camino Correcto en Dislipidemias

Referencias: 1. Información Para Prescribir Thoreva<sup>®</sup>

Thoreva<sup>®</sup> Tabletas Reg. Núm. 224M2011 SSAIV

Clave de almacén: 8840009 I'23

Aviso de publicidad No: 233300202X0503

Reporte las sospechas de reacción adversa al correo: [Farmacovigilancia@liomont.com.mx](mailto:Farmacovigilancia@liomont.com.mx) o en la página de internet: [www.liomont.com.mx](http://www.liomont.com.mx)

INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA PROFESIONAL DE LA SALUD



Cuando la reina muere, la colmena lo percibe casi de inmediato. Su aroma característico, una mezcla invisible de sustancias, llamada “feromona mandibular de la reina”, desaparece. Es como si un perfume imperceptible para los humanos se desvaneciera, dejando un vacío en el aire. Entonces, comienza la agitación.

Las obreras, inquietas, recorren frenéticamente la colmena. De pronto, la armonía se rompe: el trabajo se desorganiza, los vuelos de recolección se reducen y el murmullo del enjambre cambia de tono. A falta de la reina, la colmena entra en un estado de alarma silenciosa.

Afortunadamente, hay una válvula de escape. Y es que la biología de las abejas está preparada para enfrentar estas crisis. En cuanto detectan la ausencia de la reina, las obreras comienzan un proceso de emergencia: seleccionan algunas larvas muy jóvenes —de no más de tres días— y las alimentan con jalea real, una sustancia rica en nutrientes que transforma a una simple larva en candidata a la realeza.



En esos diminutos cuerpos, que todavía parecen insignificantes, se juega el futuro de la colmena, como en una partida de ajedrez. ¿Quién será la nueva reina? La colmena ha pasado de la estabilidad al suspenso, y cada obrera parece saber que la supervivencia de todas depende de ese delicado proceso.

Lo que, para nosotros, sería un funeral, para las abejas, se convierte en el inicio de una competencia implacable. La muerte de la reina no es el final de la historia, sino el prólogo de un capítulo turbulento en el que nacerá —o no— una sucesora capaz de mantener vivo el latido de la colmena.

### El nacimiento de una sucesora

Dentro de la penumbra de la colmena, las celdas reales crecen como torres doradas. Cada una alberga a una posible reina, nutrida día y noche con jalea real. Este alimento es la llave que desbloquea el potencial genético de la larva, es decir, la diferencia entre convertirse en una obrera común o en la madre de miles.

Pero la naturaleza es dura. No todas esas larvas llegarán a transformarse en reinas adultas. De hecho, el sistema está diseñado para que, al final, sólo una sobreviva. Cuando la primera reina emerge de su celda, su instinto es inmediato y

despiadado: buscar las demás celdas y destruirlas antes de que sus hermanas nazcan. Con su aguijón, atraviesa las paredes de cera y elimina a las rivales en estado larval.

En otras ocasiones, si dos reinas llegan a nacer al mismo tiempo, se enfrentan en un duelo letal. No hay tregua ni mediación posible. El resultado es siempre el mismo: una única reina viva. La colmena no tolera el poder dividido, y ese momento sangriento es crucial para restaurar el orden perdido.

La nueva reina, vencedora, aún tiene un camino largo. Necesita salir de la colmena y realizar su vuelo nupcial, donde se encontrará con zánganos de otras colmenas para aparearse. Sólo después de ese ritual, podrá regresar y comenzar a poner huevos, consolidando su papel como centro de la vida.

Así, lo que comenzó como una tragedia se convierte en una historia de renacimiento. La colmena entera suspira de alivio al percibir nuevamente las feromonas que aseguran la continuidad. Ha vuelto la calma, y la maquinaria perfecta del enjambre se pone otra vez en marcha.

Pero no todas las historias terminan bien. A veces, la colmena no logra criar a una sucesora a tiempo, y la ausencia de una reina conduce a una lenta decadencia. Sin una madre que ponga huevos, la población envejece y se reduce. Las obreras, en un último intento de supervivencia, desarrollan una extraña estrategia: algunas comienzan a poner huevos, aunque sólo producen zánganos, incapaces de trabajar ni sostener la comunidad. Entonces, el equilibrio se rompe por completo. Sin obreras jóvenes

## Tiene las **siguientes ventajas:**

- ✓ **No absorbible (<1%)**
- ✓ **Amplio espectro bacteriano** frente Gram positivos y negativos
- ✓ **Altas concentraciones** en la luz intestinal
- ✓ **No provoca alteraciones** importantes en la microbiota intestinal

Las recomendaciones para el uso de antibióticos se basan en la relación propuesta entre **el sobrecrecimiento bacteriano del intestino delgado y la malabsorción o la producción excesiva de gas.**



ARFL-01A-19 | NÚMERO DE ENTRADA: 193501202C0133

Revisar IPP:



que alimenten larvas y sin organización para recolectar suficiente néctar, la colmena entra en un ciclo de agotamiento. Poco a poco, las celdas se vacían, el zumbido disminuye y lo que fue una sociedad vibrante se convierte en un cascarón silencioso.

La muerte de la reina, sin relevo, significa la muerte de toda la colmena. Un final triste, pero parte natural de la vida de estos insectos, cuya existencia está entrelazada con la nuestra, pues, sin abejas, los ecosistemas y la agricultura humana también tiemblan.

### El papel del apicultor

Los apicultores han aprendido a intervenir y a ofrecer una segunda oportunidad a esas comunidades condenadas. Con paciencia y conocimiento, se convierten en guardianes de un equilibrio que, de otro modo, se rompería.

Lo primero que hace un apicultor al detectar la falta de la reina es observar el comportamiento de las obreras: si están agitadas, si el zumbido es distinto, si las celdas de cría comienzan a vaciarse. Ante esas señales, existen varias estrategias. Una de las más comunes es introducir

una reina nueva, criada en otro colmenar, dentro de una pequeña jaula de protección. Las obreras la olfatean, la rodean y, tras algunos días de aclimatación, la aceptan como su nueva soberana. Así, el enjambre recupera el orden perdido casi de inmediato.

Otra opción es proporcionar a la colmena un marco con huevos o larvas muy jóvenes de otra colonia. De esta forma, las obreras pueden criar a su propia reina de emergencia, como lo harían en la naturaleza, pero con la ventaja de que el apicultor guía el proceso y asegura el material biológico necesario.

En casos extremos, cuando la colmena está muy debilitada, los apicultores optan por unirla con otra más fuerte, permitiendo que ambas se integren bajo el liderazgo de una sola reina. Es una decisión difícil, pero, a veces, es la única manera de salvar a la mayor cantidad posible de abejas.

Estas prácticas muestran que la apicultura no es sólo cosechar miel; es, también, acompañar a las abejas en sus crisis, ofrecerles alternativas y, en cierta forma, convertirse en cómplices de su resiliencia. Con la ayuda humana, un reino huérfano puede volver a florecer. **R**

# Miel sobre hojuelas

Escrito por Gabriela Villazón

Las hojuelas son buenas y si tienen miel, mejores. Esta expresión nos permite ver que lo bueno puede serlo aún más. Como un codiciado objeto, poseer estas hojuelas conlleva un alto precio que, incluso, las puede convertir en algo amargo. Es así que saber disfrutarlas es verdadero arte de unos cuantos... y es que, por muy bueno que sea algo, no es perfecto.

En el México de principios del siglo XX, se tejían historias de las cuales descenderían los personajes que fueron echando raíces, moldeando su entorno, su economía, su vida; muchos de ellos viven en la mente y en el legado que dejaron a los suyos, pero, sobre todo, en la enseñanza de cómo hacer la vida.

Sí, hacer la vida... porque, aunque ésta emana con fuerza, sin parar, como torbellino sin tregua, hay que hacerla día a día, agregando miel a las hojuelas que hay, y sortearla con sus añoranzas y sinsabores, siempre, mirando hacia adelante, con la esperanza de que "Mañana... nuevos pájaros habrá".

En este contexto es donde se encuentran dos almas tan diferentes y afines a la vez, empeñadas en conseguir un anhelado sueño.



De venta en Amazon,  
Gandhi, Casa del Libro  
y Librerías El Sótano.

# ¡Muévete sin **Dolor!**



Medicina Social



Para el  
**tratamiento  
sintomático  
de reacciones  
alérgicas e  
inflamatorias severas**

**#Genéricos  
Excepcionales®**



GrupoBruluart  
www.grupobruluart.com





# La evolución de los *reality shows*. de la televisión experimental a las casas más famosas

Por Redacción Relax

Los *reality shows* han cambiado la manera en la que consumimos televisión. Lo que empezó como un experimento social y televisivo se transformó en un fenómeno global, capaz de marcar a generaciones enteras. Desde los primeros intentos tímidos hasta producciones que dominan plataformas y pantallas, los *realities* reflejan nuestra fascinación por la vida ajena.

## Cuando la vida cotidiana se volvió entretenimiento

Antes de que el término *reality show* existiera, ya había intentos por llevar la vida real a la pantalla chica. Durante los años 40 y 50, la televisión apenas estaba encontrando su estilo, y los programas de concursos o de variedades eran los que dominaban. Sin embargo, pronto, surgió la idea de mostrar el desarrollo de la vida de personas comunes o de registrar situaciones no guionizadas.

Uno de los primeros ejemplos es *Candid Camera* (1948), creado en Estados Unidos. El concepto era simple: una cámara oculta captaba las reacciones de la gente común ante bromas y situaciones inesperadas. Aunque, en ese momento, se consideraba un programa humorístico, hoy, se le reconoce como un pionero del género *reality*, pues introdujo la fórmula de “personas reales, situaciones reales”.

# Fosfonat<sup>®</sup>

ácido ibandrónico

**bi-Fosfonato oral**  
que da fortaleza ósea **mes a mes**



**REDUCE EL RIESGO DE FRACTURAS<sup>1</sup>**

Literatura exclusiva para Médicos

Recuerde que contamos con el Programa de Lealtad de Limont para sus pacientes "Juntos Por Tu Salud"  
[www.juntosportusalud.com.mx](http://www.juntosportusalud.com.mx) Call Center 800 5466 668

IPP Fosfonat<sup>®</sup>



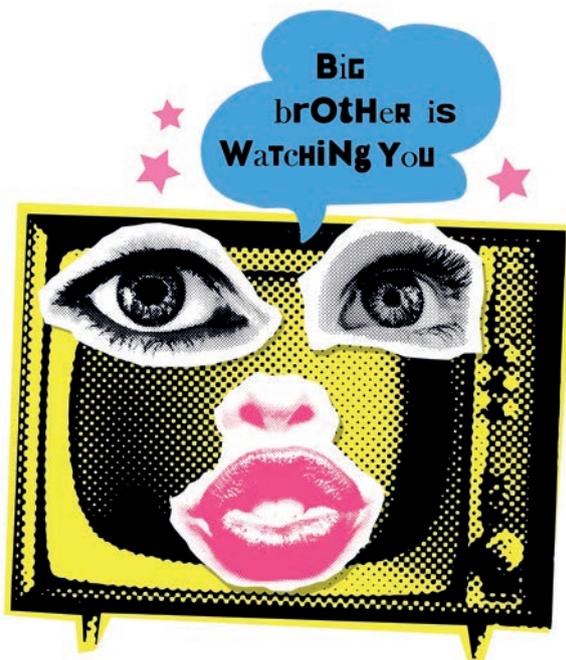
Bibliografía: 1.- Chesnut CH III and Cols. Effects of oral ibandronate administered daily or intermittently on fracture risk in postmenopausal osteoporosis. Journal of Bone and Mineral Research. Volume 19. number 8, 1241- 1249, 2004. No. de Aviso:153300202C8060



En los años 70, otro formato revolucionó la idea. PBS, en Estados Unidos, transmitió *An American Family* (1973), un documental, de 12 capítulos, que seguía la vida de los Loud, una familia californiana. Por primera vez, la intimidad de un hogar era mostrada al público, sin un guion. Los espectadores pudieron ver discusiones, conflictos matrimoniales e, incluso, la primera salida del clóset televisada de un hijo homosexual, en Estados Unidos. Aunque fue un concepto polémico, también, marcó un precedente: la vida privada podía ser espectáculo.

En Europa, también, se exploraron formatos similares. Programas, como *The Family* (Reino Unido, 1974), siguieron el mismo estilo documental. En él, la BBC siguió la vida cotidiana de la familia Wilkins, en Reading, mostrando, sin filtros, sus rutinas, conflictos y relaciones. Dicho programa es considerado la primera “docu-soap” británica. La fórmula era clara: mostrar lo ordinario como algo extraordinario. No había celebridades ni escenarios fabricados; sólo gente real frente a cámaras, lo cual resultaba intrigante para el público.

Durante los 80 y 90, MTV llevó esta tendencia a nuevas generaciones, con *The Real World* (1992). Este programa juntaba a un grupo de jóvenes en una misma casa, captando sus interacciones, conflictos y romances. Fue la primera vez que se consolidó el concepto de “encerrar a personas desconocidas y dejar que la convivencia genere la historia”. Ahí, nacieron muchos de los elementos que, luego, serían claves en *Big Brother* (y todos sus derivados, según el país) y otros formatos posteriores: la convivencia forzada, el aislamiento y la mirada constante del público.



Estos primeros *realities* demostraron que había un enorme atractivo en observar vidas ajenas y que el guion más fascinante era el que escribía la realidad misma.

### **El fenómeno de *Big Brother*, un ojo que todo lo ve**

El año 2000 marcó un antes y un después en la historia de la televisión. Desde Países Bajos, llegó *Big Brother*, un programa creado por John de Mol y producido por Endemol. La idea era encerrar a un grupo de desconocidos en una casa vigilada por decenas de cámaras, las 24 horas, sin contacto con el exterior. El público tendría el poder de votar y decidir quién se quedaba y quién salía cada semana.

Lo que sorprendía no era sólo la convivencia y los conflictos, sino, también, el morbo de saber que las cámaras nunca se apagaban. Por primera vez, los televidentes podían espiar la vida de otros, como si fueran vecinos curiosos, y, además, tenían la ilusión de influir en el destino de los participantes.

Tanto el nombre como el concepto del programa estaban inspirados en la trama de la novela *1984*, de George Orwell, donde un líder desconocido, a través de un ojo omnipresente (las cámaras), lo observa y controla todo. Y eso fue lo que sedujo a millones de espectadores alrededor del mundo. En pocos meses, *Big Brother* se exportó a decenas de países, desde Alemania hasta México, convirtiéndose en un fenómeno cultural global.

**Que todo  
México  
se entere:  
90% de lo  
que va a tu  
Afore, lo paga  
tu empresa.**



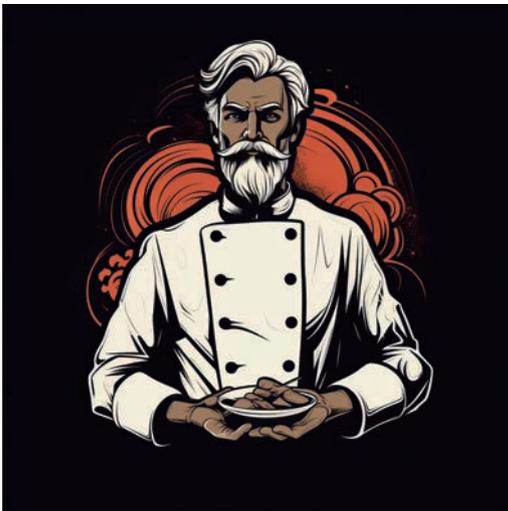
¡Escanea y  
descúbrelo!

**¡Checa tu Afore!  
Es tu dinero, es tu futuro.**

*Voz de las Empresas*   
Consejo de la Comunicación

La llegada de *Big Brother* a México, en el año 2002, fue todo un terremoto televisivo. Televisa apostó por este formato internacional y lo convirtió rápidamente en un fenómeno de masas. Durante meses, millones de espectadores siguieron a los participantes encerrados en una casa, observando sus romances, peleas y estrategias, mientras ellos mismos decidían, con sus votos, quién debía abandonar el juego.

El éxito fue inmediato: el programa rompió récords de audiencia, generó largas filas de aspirantes para futuras ediciones y se convirtió en tema de conversación nacional. El impacto fue tan grande que cambió la manera de hacer televisión en el país. Se impulsó la producción de más *realities*, desde concursos musicales hasta competencias de talento, de cocina, de baile y deportivas, como *The Voice*, *American Idol*, *Master Chef*, *Dancing With the Stars*, *La Isla*, *Survivor*, entre muchos otros.



Además, se incorporaron dinámicas de interacción con el público, comprobando que el entretenimiento no dependía únicamente de actores y guiones, sino de la autenticidad (o, al menos, la apariencia de ella).

*Big Brother* inauguró la era de los *reality shows* como espectáculo de masas. Creó estrellas instantáneas, introdujo dinámicas de votación masiva y, sobre todo, demostró que la televisión podía capturar la atención del público no con guiones, sino con la promesa de lo impredecible. Además, impulsó el consumo de televisión en vivo, ya que cada gala era un evento. También, abrió la puerta a debates sobre ética, privacidad y el límite entre el entretenimiento y la explotación emocional. Sin embargo, lo cierto es que, desde ese momento, la televisión cambió para siempre: el *reality show* se consolidó como un género imprescindible.

En los últimos años, el formato de *Big Brother* evolucionó, con la llegada de *La Casa de los Famosos*, transmitida en América Latina y Estados Unidos. Aquí, la fórmula de *Big Brother* se fusiona con un ingrediente irresistible: las celebridades. Actores, cantantes, conductores y figuras de redes sociales conviven bajo el mismo techo,

exponiendo no sólo su intimidad, sino, también, sus egos, rivalidades y alianzas.

El atractivo ya no es sólo ver la vida de desconocidos, sino observar a personalidades que los espectadores ya siguen y admiran, y de quienes tenían una cierta imagen o percepción. La interacción entre famosos genera un espectáculo cargado de polémicas, romances inesperados y conflictos mediáticos que trascienden la pantalla.

Otro cambio importante es la manera en la que el público participa. Gracias a las redes sociales, los seguidores no sólo votan, también, comentan, crean tendencias y viralizan momentos en tiempo real. Esto convierte a *La Casa de los Famosos* en un fenómeno multiplataforma, donde la conversación digital es tan importante como el programa televisivo.

En este formato, la línea entre la ficción y la realidad se vuelve aún más delgada. Los famosos saben que su imagen está en juego, pero, también, entienden que el drama vende. Y el público, entre cómplice y juez, disfruta cada segundo.

Los *reality shows* han recorrido un largo camino, desde los experimentos documentales hasta los encierros masivos de celebridades. Han cambiado la televisión y, con las redes sociales, se han vuelto parte de la cultura digital. Más que un género televisivo, son un espejo de nuestra fascinación por lo cotidiano convertido en espectáculo. R



# QUÍTALE EL FILTRO A LA DEPRESIÓN

Es el **antidepresivo con mayor número de indicaciones**<sup>1-7</sup>

**Menor riesgo** de interacciones farmacológicas<sup>8</sup>

**No requiere ajuste de dosis** en poblaciones especiales<sup>1,2</sup>



Para mayor información de Altruline® consulte la IPP escaneando este código QR.

**Reacciones secundarias y adversas (muy comunes):** Trastornos psiquiátricos: insomnio, trastornos del sistema nervioso: mareos y dolor de cabeza, trastornos gastrointestinales: diarrea y náuseas. El presente no es un listado exhaustivo de efectos adversos. Para mayor información, consultar la IPP.

**Referencias:** 1. IPP Altruline® Tabletas. 2. IPP Altruline® Cápsulas. 3. IPP Lexapro®. Disponible en: [https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/lexapro\\_tabletas/105/101/8379/210](https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/lexapro_tabletas/105/101/8379/210) Consultado 14/02/23. 4. IPP Cymbalta®. Disponible en: [https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/cymbalta\\_c%C3%A1psulas\\_de\\_liberaci%C3%B3n\\_retardada/50/101/7093/703](https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/cymbalta_c%C3%A1psulas_de_liberaci%C3%B3n_retardada/50/101/7093/703) Consultado 16/02/23. 5. IPP Luvox®. Disponible en: [https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/luvox\\_tabletas/3/103/44487/210](https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/luvox_tabletas/3/103/44487/210) Consultado 14/02/23. 6. IPP Paxil®. Disponible en: [https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/paxil\\_tabletas/64/101/9213/210](https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/paxil_tabletas/64/101/9213/210) Consultado 16/02/23. 7. IPP Brintellix®. Disponible en: [https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/brintellix\\_tabletas\\_recubiertas/105/101/60445/222](https://www.medicamentosplm.com/Home/productos/brintellix_tabletas_recubiertas/105/101/60445/222) Consultado 14/02/23. 8. Parissis J, Fountoulaki K, et al. Sertraline for the treatment of depression in coronary artery disease and heart failure, Expert Opinion on Pharmacotherapy, 2007;8:10,1529-1537.

"La venta y dispensación de este medicamento requiere receta médica". Material exclusivo para Profesionales de la Salud.

Producto	No. IPP	Registro SSA	No. Autorización	Código VMAP
Altruline® Tab.	22330022130096	339M95 SSA IV	2315052002C00828	ALTR-2023-0017
Altruline® Cáp.	193300415D0184	208M92 SSA IV		



# Motul, un rinconcito en Yucatán con sabor a historia, huevos motuleños y tradición



Por Hedy Hernández

Cuando uno piensa en Yucatán, casi siempre se imagina Mérida con su Paseo de Montejo, Chichén Itzá con su pirámide imponente, o las playas turquesas de Progreso. Pero si se anima a salir un poquito de la ruta más turística y se adentra en el corazón de la península, se va a topar con joyas escondidas que tienen tanta historia, cultura y sabor que terminan sorprendiéndolo. Uno de esos lugares es Motul, un municipio que está a tan solo 45 minutos de Mérida y que, aunque a simple vista parece un pueblo tranquilo, tiene un montón de cosas que contar.



# Rezplén

La unión que da la solución

Claritromicina/Ambroxol

Es la terapia de elección en:

Neumonía adquirida  
en la comunidad

Bronquitis

Amigdalitis

Faringitis

Sinusitis y otitis



En diferentes estudios, la claritromicina ha demostrado:

Mejorar la **respuesta inmune** de mucosas

Reducir el número de **infecciones bacterianas** agregadas

Acortar el tiempo de **hospitalización**



Ambroxol ha demostrado tener diferentes acciones:

Regulación del moco en las células caliciformes

Aumenta la producción de surfactante pulmonar

Aumenta los niveles de varios antibióticos en pulmón

Revisar IPP:



Itra®

REZP-01A-21  
No. de entrada 213300202C3045

Senosiain®

Se dice que los orígenes de Motul se remontan a la llegada de un grupo de mayas provenientes de Chichén Itzá, quienes decidieron establecerse en la zona. El líder de este grupo llevaba el nombre de Zac Mutul, y debido a ello, en sus inicios, Motul fue conocido como Mutul.

Durante la época de la conquista, al igual que en otras regiones del estado, se inició el proceso de evangelización de los mayas. En el caso de Motul, la construcción del convento San Juan Bautista comenzó en 1567, con el propósito principal de convertir a los mayas de Motul y las áreas circundantes al cristianismo. La construcción del ahora ex convento se completó en 1588; posteriormente, en 1651, se finalizó la construcción de la iglesia.

Y es que Motul no sólo es famoso por ser la cuna de los huevos motuleños (sí, ese desayuno con frijoles, tortilla, jamón, chícharos y plátano frito, en una mezcla rara pero deliciosa). También es tierra de historia revolucionaria, de antiguas haciendas henequeneras, de tradiciones religiosas y de un ritmo de vida que va entre lo pausado y lo festivo.



## El corazón de Motul: su plaza y su mercado

Como en todo pueblo yucateco, el corazón de Motul late en su plaza principal. Ahí está el kiosco clásico, los portales con heladerías y tienditas, y la gente que en las tardes sale a sentarse en las bancas para ver pasar la vida. Si llega temprano, el lugar huele a pan dulce y a café; si va por la noche, a marquesitas y a elotes asados.

Junto a la plaza está el mercado municipal “20 de Noviembre”, que es una parada obligada para los glotonos de corazón. Ahí nació la fama de los huevos motuleños, gracias a don Jorge Siqueff, un personaje que en los años 20 se inventó este platillo que hoy le da identidad al lugar. No hay mejor forma de probarlos que ahí mismo: con huevo estrellado sobre una tortilla untada de frijol, bañada en salsa de jitomate, con jamón, chícharos y queso rallado. Y si se siente aventurero, acompáñelos con un vaso de jugo de naranja recién exprimido, como hacen los locales.

Pero ojo, no todo es huevos motuleños. El mercado también es un paraíso para probar salbutes, panuchos, relleno negro y hasta cochinita pibil los fines de semana. El ambiente es alegre, bullicioso, lleno de vendedores que platican entre ellos y gritan ofreciendo sus productos cuando alguien pasa frente a ellos. Comer ahí es como meterse en la vida diaria de Motul.

## Historia con sabor a revolución

Motul no sólo se cuenta en sabores, también en historia. Este municipio fue la cuna de Felipe Carrillo Puerto, un político revolucionario que en los años 20 luchó por los derechos de los pueblos mayas y fue gobernador

de Yucatán. Lo llamaban “el apóstol rojo de los mayas” porque impulsó reformas agrarias, promovió la educación indígena y le dio voz a quienes nunca la habían tenido.

En Motul puede visitar la Casa-Museo Felipe Carrillo Puerto, que conserva fotografías, documentos y objetos personales. Es un lugar sencillo, pero con mucho significado. La visita lo deja a uno pensando en lo avanzado que fue su pensamiento para la época, y en cómo su figura sigue siendo respetada hasta hoy.

Además, la plaza de Motul tiene una estatua en su honor, porque la gente no olvida a quien trabajó por su tierra. Es común escuchar anécdotas de abuelitos que cuentan lo que sus propios padres vivieron en esos tiempos de lucha.

### Las haciendas: ruinas que hablan

Como muchos rincones de Yucatán, Motul también tiene su historia ligada al auge y declive del henequén, esa fibra verde que le dio riqueza al estado en el siglo XIX. Alrededor del municipio todavía se pueden ver haciendas henequeneras, algunas convertidas en hoteles o casas privadas, y otras en ruinas que se integran con la vegetación.

Una de las más conocidas es la Hacienda Uxmalal, que conserva parte de su arquitectura original. Sus arcos, su chimenea y las antiguas casas de máquinas son testigos de aquella época en que el henequén era conocido como “el oro verde”. Caminar por ahí es como escuchar a las piedras contar historias de trabajo duro, de treneitos de carga y de hacendados que hicieron fortuna.

Aunque muchas de estas haciendas no están abiertas al público de manera formal, basta con manejar por los alrededores para verlas y sentir ese aire nostálgico de un Yucatán que fue próspero y que luego se detuvo en el tiempo.

### Tradiciones que laten fuerte

Motul es un pueblo que no ha perdido sus tradiciones. Cada año, en julio, se celebran las fiestas patronales en honor a Nuestra Señora del Carmen. La plaza se llena de puestos, juegos mecánicos, música de jarana y espectáculos de vaquería (un baile típico yucateco donde los trajes de mestiza y los ternos brillan tanto como la música de la orquesta).

Las familias se reúnen, los toros se sueltan en corridas a la manera tradicional y el ambiente es de fiesta total. Es de esos momentos donde Motul se transforma: las calles tranquilas se convierten en un hervidero de gente, aromas y sonidos.

Otra tradición muy arraigada es el Hanal Pixán, la versión yucateca del Día de Muertos. Las casas se llenan de altares con fotos de los difuntos, velas, flores de x'pujuc y, por supuesto, comida típica: pib (un tamal gigante enterrado y cocido bajo tierra), atole nuevo y dulces de papaya. En Motul, las familias todavía mantienen la costumbre de visitar el cementerio, arreglar las tumbas y compartir la comida con los seres queridos que “vuelven” esos días.

### Lugares imperdibles

Aunque Motul es pequeño, tiene varios rincones interesantes para visitar:

- **Iglesia de San Juan Bautista:** un templo del siglo XVII que destaca por su fachada sobria y sus muros gruesos. En su interior guarda un aire solemne que contrasta con la vida bulliciosa de la plaza.



- **Ex Convento Franciscano:** parte del complejo religioso que los franciscanos construyeron en la región. Sus muros cuentan la historia de la evangelización y la mezcla cultural.
- **Cenotes escondidos:** en los alrededores de Motul hay varios cenotes poco conocidos, ideales para los que buscan un chapuzón sin multitudes. Entre ellos está el cenote Sambulá, que es subterráneo y tiene aguas cristalinas que invitan a nadar.
- **Parque Felipe Carrillo Puerto:** un espacio para descansar y aprender un poco más de la vida de este personaje histórico, con murales y esculturas alusivas.
- **Exhacienda Ticopó Gutiérrez:** a diferencia de otras haciendas restauradas, Ticopó Gutiérrez se encuentra en ruinas, por lo que tiene un aire de misterio y abandono que resulta atractivo para los viajeros.
- **Hacienda Kancabchén:** ofrece visitas guiadas que incluyen un recorrido por las diferentes áreas y atractivos, como: sus

caballerizas; su zoológico, en el cual se exhiben animales nativos de la región, entre ellos cocodrilos y jaguares; su Capilla con capacidad para 200 personas y cuyo patrón es San Antonio de Padua; la casa principal; una demostración de peinado de la fibra del henequén, o bien, una exhibición de charrería en el lienzo charro con el que cuenta la hacienda.

### Motul hoy: entre lo tranquilo y lo vibrante

Lo bonito de Motul es que logra un equilibrio raro: por un lado, es un lugar tranquilo donde la vida no va a las prisas; por otro, tiene una energía que lo hace vibrante, sobre todo cuando llega la gente de fuera a probar sus huevos motuleños o a recorrer sus alrededores.



Muchos viajeros lo eligen como una escapada de medio día desde Mérida, pero lo cierto es que vale la pena quedarse más tiempo. Hospedarse en una casa colonial, caminar por sus calles en la tarde, platicar con los locales que siempre tienen una historia bajo la manga... todo eso hace que la experiencia sea más auténtica.

Además, Motul es una base estratégica para recorrer otros sitios cercanos: a unos kilómetros está el cenote X'Batún, Izamal con su convento amarillo está a menos de una hora, y la costa yucateca también queda relativamente cerca.

### ¿Por qué se destaca Motul?

**Su gastronomía:** los huevos motuleños son ya parte del imaginario colectivo, pero también toda la comida yucateca que se sirve con sazón casera.

**Su historia:** ser la cuna de Felipe Carrillo Puerto le da un peso histórico que va más allá de lo local. Ahí se siente el eco de la lucha social y la importancia de la cultura maya en la identidad yucateca.

**Sus tradiciones vivas:** fiestas patronales, vaquerías, Hanal Pixán y celebraciones que siguen reuniendo a la comunidad y mostrando lo mejor del folclor yucateco.

Motul puede no tener la fama internacional de Mérida o Chichén Itzá, pero tiene alma. Y eso es justo lo que lo hace especial: es un pueblo que sabe combinar pasado y presente, sabor y tradición, fiesta y calma.

Visitar Motul es una de esas experiencias que le recuerdan a uno por qué México es tan rico en cultura y tradiciones. Aquí no necesita guías sofisticados ni espectáculos de luces para sentir la magia: basta con sentarse en el mercado a desayunar, caminar por la plaza, visitar una hacienda en ruinas o nadar en un cenote escondido.

Motul es un lugar que invita a disfrutar sin prisa, a dejar que el tiempo corra al ritmo de su gente y a saborear cada instante, como quien disfruta un buen plato de huevos motuleños: despacio, con calma y con mucho gusto. *R*



**NUEVO**

# DAPOSAR<sup>®</sup>

Dapagliflozina



## Nuevo Despertar Normoglicemiante

-  Eficaz Reducción de HbA1c por 24 horas <sup>1</sup>
-  Disminuye el Peso Corporal <sup>1, 2, 4</sup>
-  Reduce el riesgo de Albuminuria <sup>1, 2, 4</sup>
-  Disminuye la Presión Arterial <sup>1, 2, 4</sup>

Cómoda dosificación



Referencias Bibliográficas; 1. N. Maksud y cols Dapagliflozina: Una nueva esperanza para el tratamiento terapéutico de la diabetes mellitus tipo 2. *European Journal of Medicinal Chemistry Reports* 11 (2024) 100167 2. IPPA, información para prescribir amplia de Daposar® 3. Pyñeiro Garza E., Estudio de Bioequivalencia Dapagliflozina 10 mg (DAPOSAR®) 4. E. Han y cols Características de los pacientes que responden al tratamiento con dapagliflozina: Estudio longitudinal, prospectivo y nacional de vigilancia de la dapagliflozina en Corea. *Diabetes Ther* (2018) 9:1689–1701

Línea **cardiometabólica**



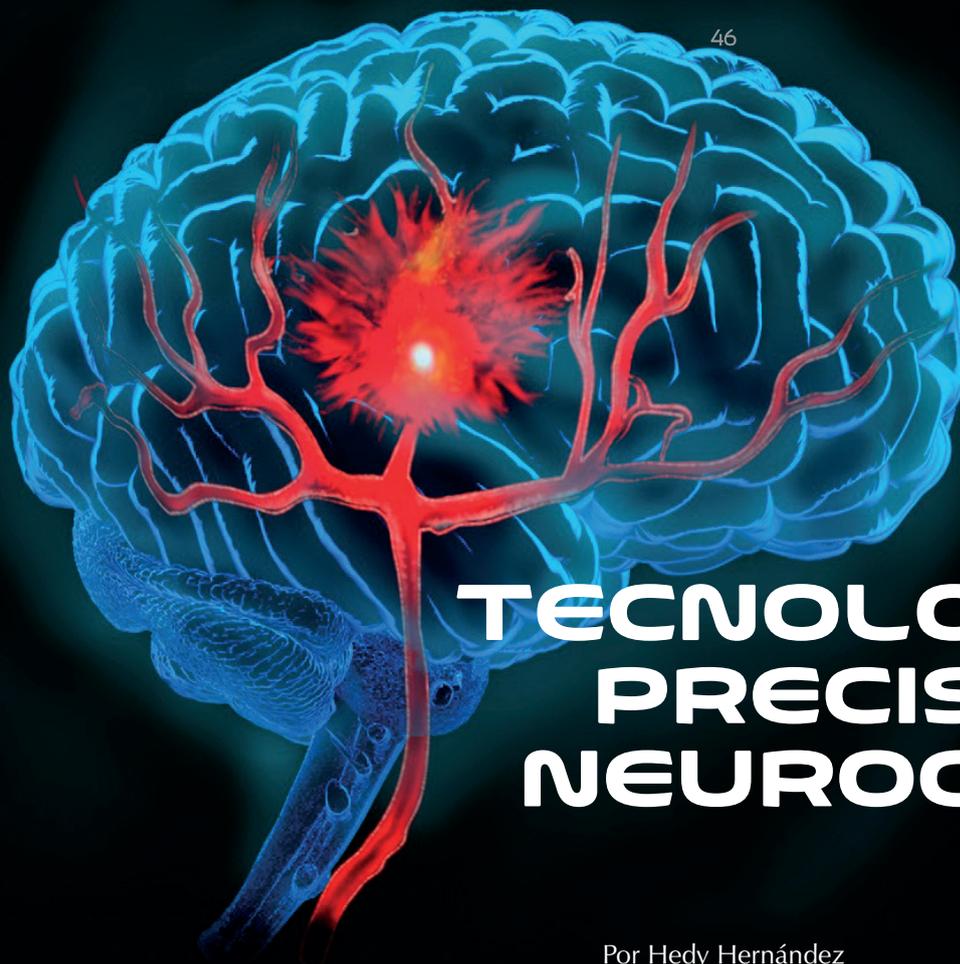
Reporte las sospechas de reacción adversa al correo: [farmacovigilancia@liomont.com.mx](mailto:farmacovigilancia@liomont.com.mx) o en la página de internet: [www.liomont.com.mx](http://www.liomont.com.mx)

INFORMACIÓN EXCLUSIVA PARA EL PROFESIONAL DE LA SALUD  
Daposar<sup>®</sup> Tabletas 10mg Reg. Núm. 093M2025 SSA IV  
Aviso de Publicidad No. 2509072002C00036

Daposar<sup>®</sup>



Descargue la IPP



# TECNOLOGÍA DE PRECISIÓN EN NEUROCIRUGÍA

Por Hedy Hernández

La Neurocirugía es la especialidad médica encargada del tratamiento quirúrgico de Enfermedades del Sistema Nervioso Central y de la columna vertebral. Es decir, enfermedades que afecten al cerebro, al cerebelo y al tronco encefálico.

La tecnología de precisión en neurocirugía abarca la neuronavegación, que usa imágenes médicas para guiar al cirujano con exactitud milimétrica; los microscopios y endoscopios avanzados, que ofrecen visiones nítidas y ampliadas; los sistemas de Realidad Aumentada (RA) y Realidad Virtual (RV), que permiten visualizar el cerebro en 3D y planificar procedimientos complejos; y la radiocirugía estereotáctica y la robótica quirúrgica, que facilitan operaciones mínimamente invasivas y precisas. Estas tecnologías mejoran la seguridad, la eficacia y la recuperación de los pacientes, abriendo paso a una medicina neurológica más restaurativa y personalizada.

## ***Tecnologías clave***

### **Neuronavegación**

Un sistema “GPS” para el cerebro, que combina imágenes preoperatorias (como TAC y RM) con la anatomía real del paciente para guiar con precisión los instrumentos quirúrgicos durante la operación. La ventaja de esta tecnología es que mejora la precisión, incrementa la seguridad, optimiza el resultado quirúrgico y reduce el tiempo de operación.

## Microscopios y endoscopios avanzados

Permiten un abordaje más seguro y preciso, maximizando la ampliación de imágenes y ofreciendo una visión nítida de la zona a tratar, lo cual es fundamental para operaciones mínimamente invasivas.

## Realidad Virtual (RV) y Realidad Aumentada (RA)

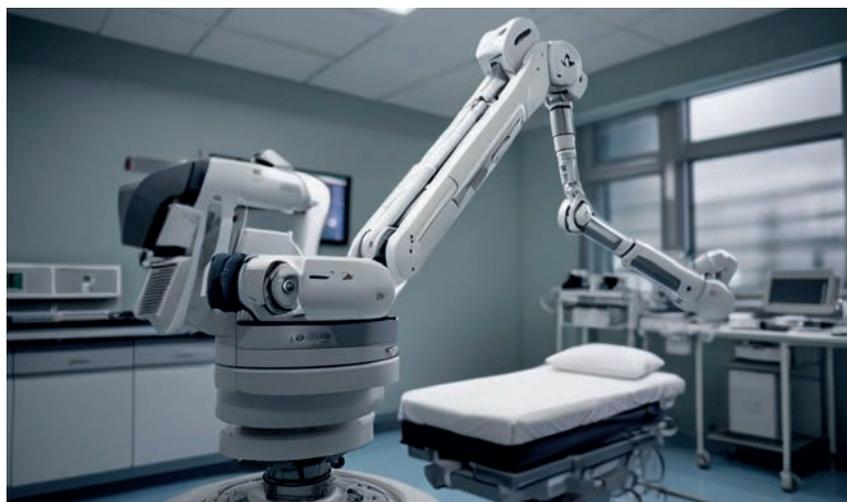
La RV permite a los cirujanos explorar virtualmente el cerebro del paciente y planificar la cirugía, mientras que la RA proyecta información digital en el campo visual del cirujano, mejorando la conciencia situacional. Estas tecnologías están revolucionando la planificación quirúrgica y la ejecución de procedimientos complejos.

## Radiocirugía estereotáctica

Técnicas como el Gamma Knife utilizan radiación para tratar tumores y otras afecciones cerebrales con gran precisión, ofreciendo un tratamiento no invasivo.

## Robótica quirúrgica

Los sistemas robóticos, tanto pasivos (controlados totalmente por el cirujano) como activos (con más autonomía), asisten al neurocirujano para realizar movimientos más precisos y seguros en la estereotaxia cerebral o espinal.



## Monitorización neurofisiológica intraoperatoria

Analiza la función nerviosa en tiempo real durante la cirugía para evitar daños y ajustar la estrategia operativa, mejorando la seguridad del paciente.

## Beneficios

- **Alta precisión:** Permite realizar intervenciones en el cerebro y la columna vertebral con exactitud milimétrica.

- **Mínima invasividad:** Facilita técnicas menos invasivas, como la cirugía endoscópica y la radiocirugía, lo que reduce el trauma en los tejidos circundantes.
- **Mejora de la seguridad:** Reduce el riesgo de errores y complicaciones, minimizando los riesgos asociados a las cirugías.
- **Recuperación acelerada:** Las incisiones más pequeñas y la menor invasividad de los procedimientos conducen a recuperaciones más rápidas.
- **Medicina personalizada:** Permite un enfoque más adaptado a cada paciente, con planificación detallada y simulación de procedimientos.

Las enfermedades del sistema nervioso periférico, causadas por lesiones o disfunciones de los nervios encargados de transmitir señales entre el cerebro, la médula espinal y el resto del cuerpo, representan un reto clínico significativo. Estas afecciones pueden producir dolor neuropático, debilidad muscular, pérdida sensorial y deterioro funcional, según la ubicación y severidad del daño.

El sistema nervioso periférico cumple la función de conectar el sistema nervioso central con la periferia corporal —músculos, piel, órganos sensoriales— permitiendo respuestas motoras y sensitivas. Cuando un nervio periférico se daña, la información no llega adecuadamente al cerebro, lo que compromete funciones motoras o sensoriales específicas.

La regeneración nerviosa espontánea es limitada. A pesar de que

un nervio puede crecer a una tasa de aproximadamente un milímetro por día, el tiempo requerido para alcanzar su destino funcional puede superar el periodo en que el músculo objetivo permanece receptivo. En trayectos largos, como del cuello a la mano, la regeneración puede tomar más de un año. Sin embargo, después de seis meses a un año, el músculo deja de aceptar nuevas conexiones nerviosas. Por ello, muchas veces la solución óptima es una intervención quirúrgica precoz y directa.

### Estrategias quirúrgicas de restauración

En respuesta a estas limitaciones, se realizan procedimientos altamente especializados, como la transferencia nerviosa, una técnica quirúrgica que consiste en redirigir la función de un nervio sano hacia un nervio dañado, conectándolos directamente para restablecer el control motor. Esta estrategia permite reducir la distancia que el nervio debe regenerar y mejora significativamente las posibilidades de recuperación funcional.

Adicionalmente, la técnica de transferencia muscular libre se emplea para sustituir músculos no funcionales por otros que mantienen su vitalidad, conectándolos quirúrgicamente a nervios viables. Este abordaje es particularmente útil en lesiones severas donde la musculatura original ha perdido su capacidad de respuesta.

### Interfaces neuronales y neuroingeniería

Las interfaces neuronales –dispositivos bioelectrónicos– se diseñan para registrar y estimular la actividad de nervios periféricos, médula espinal o incluso directamente del cerebro. Su objetivo es interceptar la señal nerviosa desde su origen y redirigirla funcionalmente a través de tecnologías implantables.

Lo notable es que, aun cuando el nervio está dañado, la información sobre su función original aún se conserva en el cerebro y desciende por la médula espinal. Por lo anterior, el objetivo es capturar esa señal antes de que se pierda y traducirla en acción motora efectiva mediante estimulación directa.

Aunque estos dispositivos aún se encuentran en fase preclínica, han mostrado resultados prometedores. En paralelo, se está desarrollando una plataforma híbrida que integra terapia celular con células madre sobre estos dispositivos, para promover la regeneración del tejido nervioso dañado y amplificar la conectividad bioeléctrica.

Asimismo, los electrodos intracraneales son componentes esenciales en el manejo de trastornos del movimiento como Parkinson, el temblor severo y otros desafíos neurológicos. Éstos permiten un monitoreo preciso y la entrega de estimulación cerebral profunda, lo que se traduce en una mejora notable en la calidad de vida de los pacientes afectados.

### Aplicaciones en lesiones medulares

Otra vertiente de investigación aborda el tratamiento de lesiones de la médula espinal, donde la transmisión de señales queda interrumpida por daño estructural. Para ello, se han diseñado electrodos circunferenciales —denominados 360°— que capturan señales nerviosas por encima y por debajo del sitio lesionado, con el fin de transferirlas mediante sistemas de conducción fluidodinámica o electrónica, evitando así la zona dañada. <sup>R</sup>

### CONTROLE SU ESTRÉS, ANSIEDAD Y DEPRESIÓN, DE FORMA NATURAL



AVENJOUR Y AVENUIT SON TINTURAS ARTESANALES, CIEN POR CIENTO NATURALES, DISEÑADAS Y ELABORADAS PERSONALMENTE POR UN EXPERIMENTADO HERBALISTA CERTIFICADO EN LOS ESTADOS UNIDOS.

CON BASE EN LA PRECIADA Y AMPLIAMENTE ESTUDIADA AVENA SATIVA L., AVENJOUR Y AVENUIT EJERCEN SU EFECTO TRANQUILIZANTE SIN INTERACTUAR CON MEDICAMENTOS NI SUPLEMENTOS, Y SIN CAUSAR ADICCIÓN.



HAGA SU PEDIDO POR WHATSAPP  
AL (55) 4855.5476 Y RECÍBALO  
EN SU CASA, SIN COSTO ADICIONAL.

# FLUMIL

El descongestivo de niños y adultos

Cuando necesita tratar los síntomas del **resfriado común** de manera **integral**...

- › **Dolor**
- › **Rinorrea**
- › **Obstrucción nasal**
- › **Inflamación de la mucosa nasal**

**FLUMIL**  
cuenta con  
**3 activos** que  
combinan sus  
efectos



FLUM-01A-17  
NO. DE ENTRADA: 173300202C4665

Revisar IPP:





# ZEDESEN®

En la elección del **antibiótico** adecuado

## ZEDESEN

es **Ceftibuteno**, una cefalosporina de 3era. generación, de **dosis única al día** con utilidad en:

**NUEVO**

**1**

**Infecciones del tracto respiratorio**

**2**

**Infecciones del tracto urinario**

**3**

**Infecciones intestinales**



ZEDE-01A-18 - Número de entrada: 183300202C0825

 **IPAL®**

**Senosiain®**