

**30 de julio reforestación de la Alianza por la Conservación del Bosque Suelo y Agua A.C** 7▶



**Transportistas marchan para exigir salida de Conrado Corral Leiva de la Guardia Civil** 5▶

**Anuncian reto MTB Jabalí en Zitácuaro**



Edición PDF

Escáreame

PORTAL DE NOTICIAS  
<https://laregionentinea.com.mx>

# Informativo La Region

EDICIÓN IMPRESA DEL ORIENTE DE MICHOACÁN

\$10.00 Ejemplar

Fundador y Director General: René Serrano García

MIÉRCOLES 19 de Julio de 2023 AÑO XXXIX No. 2796

**Muestra artesanal del 20 al 25 de julio en el centro de Zitácuaro**



## Secretaría de Salud de Michoacán, sin deudas y con más equipos

Almacén de medicamentos

- 27 Hospitales.
- 366 Centros de Salud.
- 85 Unidades móviles.

2021 15 millones de piezas

2023 30 millones de piezas

HONESTIDAD Y TRABAJO

Gobierno

También cuenta con 100% de abasto de medicamentos e insumos

**El uso prolongado de pantallas electrónicas altera el cerebro de los niños**



**Toño Ixtláhuac Encabeza Supervisión e Inauguración de obras en Francisco Serrato** 2▶



**Completa tu esquema de vacunación en la Jornada Nacional de Salud** 7▶



# Toño Ixtláhuac Encabeza Supervisión e Inauguración de obras en Francisco Serrato

H. Zitácuaro Mich., a 17 de julio de 2023.- El Presidente Municipal de Zitácuaro, Toño Ixtláhuac, encabezó una gira para la supervisión e inauguración de obras en la comunidad de Francisco serrato . En primera instancia, el alcalde

zitacuarenses, acompañado de los titulares de Obras Públicas, Participación Ciudadana, Atención Ciudadana, jefe de tenencia y vecinos de la comunidad, inauguró un camino de 200 metros, dentro del programa de obra pública.

El alcalde recordó que "gracias a la participación de la ciudadanía, así como voluntades unidas, el municipio puede avanzar en la modernización de la infraestructura, para disfrute de quienes las usan, ustedes son gente de trabajo, gente comprometida y solo

unidos haremos de nuestra Heroica, la tierra que anhelamos", concluyó Toño Ixtláhuac.

En el lugar, vecinos de la zona agradecieron al presidente la realización de la obra entregada, ya que era urgente y necesaria.

Después, como parte de gira laboral, a fin de constatar que los trabajos se estén llevando de manera adecuada, el alcalde Juan Antonio Ixtláhuac y personal de Obras públicas, realizaron un recorrido por la construcción de caminos del programa #Ruta100 en distintos puntos de esta demarcación.

El edil recorrió 4 accesos de esta zona para supervisar los avances de obra, dónde constató el trabajo, esfuerzo y compromiso de la gente de esta comunidad.

## Cúmulo de esfuerzos y voluntades, sociedad y gobierno juntos para un mejor Zitácuaro

**-Reconocemos un problema y presentamos una solución con Ruta 100: Toño Ixtláhuac.**

H. Zitácuaro Mich. a 16 de julio de 2023 .-El gobierno de la Heroica ha dotado de más Mil toneladas de cemento a Comunidades y colonias en la mejora y conservación de la red de caminos y calles con el programa #Ruta100.

Una red de más de 50 caminos rurales y urbanos para ser mejorados y con más de 2000 mil habitantes del municipio beneficiados y con participación ciudadana dónde el programa exitoso Ruta100 de la actual administración, ha unificado a gobierno y sociedad para unir esfuerzos y voluntades.

En su mensaje el alcalde de Zitácuaro en la comunidad de Aputzio de Juárez, en el camino al aserradero mencionó: "como es de su conocimiento, a la fecha hemos concluido 2 caminos, con el programa Ruta 100 se busca que sean los habitantes de esas localidades, preferentemente en comunidades, quienes se involucren directamente en la rehabilitación de caminos y calles , a través de un comité de obra, a quienes se les destinan materiales para la pavimentación de caminos. "Se han supervisado distintas colonias y comunidades que se han beneficiado con este programa lleno de voluntades y esfuerzos, nunca antes en la historia de la Heroica se había visto involucrada y tan firme la voluntad de la sociedad, trabajando a la par con gobierno para hacer mejor y más grande a nuestra heroica", concluyó el alcalde.

Cabe mencionar que son más de 50 caminos los que están dentro de este programa y a todos y cada uno de ellos se les dotará del apoyo que se ha acordado y en diciembre del presente año se vuelve a abrir la convocatoria para que más comunidades se registren.



El Presidente Municipal de Zitácuaro, Toño Ixtláhuac, encabezó una gira para la supervisión e inauguración de obras en la comunidad de Francisco serrato .



El gobierno de la Heroica ha dotado de más Mil toneladas de cemento a Comunidades y colonias en la mejora y conservación de la red de caminos y calles con el programa #Ruta100.



### Directorio Informativo La Región

Fundador y director general: **René Serrano García.**  
 Jefe de información y web master: **L.I. René Serrano Fuentes.**  
 Subdirectora administrativa: **Claudia Argueta González.**  
 Jefe de redacción: **Ing. Ind. César Fernando Serrano Fuentes.**  
 Reporteros: **Guadalupe Solache Rebollo. René Alejandro Serrano Argueta**  
 Sección sociales: **Rosa Fuentes Mendoza.**  
 Asesor Jurídico: **Lic. Octavio Morales Balboa.**  
 Articulistas: **Maestro Tayde González Arias, Lic. Gregorio López Mendoza**  
**P. Ángel Espino García. P. Agustín García Celis.**  
**Informativo La Región se publica los días miércoles y sábado.**



**JOSÉ MAURICIO MORALES SÁNCHEZ**

**NOTARIO PÚBLICO N° 38**  
 Y DEL PATRIMONIO INMOBILIARIO FEDERAL

H. ZITÁCUARO, MICHOACÁN  
 TELS. 153-09-03 Y 153-53-24

C.P. 61500

5 DE MAYO SUR N° 41-A  
 notario38@hotmail.com

# ¡Amigo paguitos

## ¡Estrena Equipo!

con

# paguitos semanales



MOTOROLA  
E22i

OPPO  
A57

SAMSUNG  
Galaxy A035

ZTE  
A51 64GB

**Crédito  
en  
minutos**



Equipos nuevos  
**12** meses de  
garantía

**EVONET**  
Distribuidor Autorizado

La mayor Cobertura y Velocidad



# Secretaría de Salud de Michoacán, sin deudas y con más equipos

- También cuenta con 100% de abasto de medicamentos e insumos.

Morelia, Michoacán, 18 de julio de 2023.- Se transforman los servicios de salud en Michoacán de manera progresiva y gradual, lo que ha permitido que hoy la Secretaría de Salud (SSM) presente estabilidad financiera y cero deudas; así lo puntualizó en rueda de prensa el titular de la dependencia, Elías Ibarra Torres.

En la gestión de Alfredo Ramírez Bedolla quedó subsanado el déficit financiero de más

de mil millones de pesos con el que se recibió la institución en 2021 y hoy el déficit es de cero.

Además, con la aportación solidaria estatal del Insabi de 350 millones de pesos se contrató de manera formal a los trabajadores que no tenían techo presupuestal para el pago de sus sueldos y se consolidó el ingreso de mil 700 empleados (2014-2015) al Fondo de Ahorro del Estado Capitalizable (FEMAC) y

millones en este 2023, y con el mismo presupuesto.

Hasta el momento se han instalado 421 equipos 100 por ciento nuevos con tecnología de punta con lo que aumentó la capacidad de atención y está en puerta la compra del segundo equipo más de imagenología y la licitación para la adquisición de equipo nuevo

## En Comachuen y Sevina, inicia Bedolla gira en las 32 comunidades con autogobierno

- El gobernador se reunió con concejeros comunales y la población para escuchar sus necesidades

Nahuatzen, Michoacán, 16 de julio de 2023.- El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla inició en Sevina y Comachuen, del municipio de Nahuatzen, gira de trabajo en las 32 comunidades indígenas regidas por autogobierno para inaugurar obras y platicar con ciudadanas y ciudadanos para escuchar sus principales necesidades.

Tras compartir que la visión de su administración es que las 138 tenencias indígenas de Michoacán tengan autogobierno para que ejerzan sus derechos a la libre determinación de recursos para obra y fortalecimiento a la seguridad, el mandatario reiteró el compromiso de apoyar el desarrollo y reconocimiento de los pueblos originarios.

"Estamos haciendo historia, somos ejemplo nacional en el respeto a los derechos indígenas y se trabaja para defender el autogobierno, soy aliado de la autonomía y autodeterminación de los pueblos indígenas", afirmó tras señalar que hay otras 8 comunidades en proceso de transición en acompañamiento del IEM.

En Comachuen, expuso que la comunidad cuenta con un presupuesto de 27 millones de pesos y recursos del Fondo de Aportaciones Estatales para la Infraestructura de los Servicios Públicos Municipales (Faeispum), para ejecutar obra convenida, como el proyecto autorizado este año para pavimentar la calle Zaragoza con millón 900 mil pesos, además de 500 mil pesos del Fortapaz para fortalecer a la ronda comunitaria.

Más tarde en Sevina, Ramírez Bedolla comentó que el presupuesto para esta localidad es de 17 millones de pesos, a los que se suman recursos del Faeispum y Fortapaz, por lo que pidió aplicar los recursos con honestidad y mantener el trabajo comunitario para la ejecución de las obras.

Frente a la población de estas comunidades, el gobernador se comprometió a dar seguimiento a las necesidades y proyectos solicitados como la construcción de rellenos sanitarios, la rehabilitación de la planta de tratamiento de aguas residuales de Comachuen y edificar otra en Sevina, así como una unidad deportiva y auditorio en Comachuen.

Acompañado por el secretario de Gobierno, Carlos Torres Piña, Ramírez Bedolla inauguró la pavimentación de las calles Nacional y Matamoras de Comachuen, con una inversión federal de mil 700 millones de pesos, y la calle Nochebuena de Sevina, con inversión Faeispum de más de un millón de pesos y dio arranque a los trabajos de construcción de la calle Prados Verdes de la misma localidad.



Se transforman los servicios de salud en Michoacán de manera progresiva y gradual, lo que ha permitido que hoy la Secretaría de Salud (SSM) presente estabilidad financiera y cero deudas; así lo puntualizó en rueda de prensa el titular de la dependencia, Elías Ibarra Torres.

se inició el pago de prestaciones laborales (uniformes y bono COVID) a 15 mil trabajadores.

de incubadoras, cunas de calor radiante, monitores, oxímetros, ventiladores y máquinas de anestesia.

Otro acierto más, es que se pudo duplicar la compra de medicamentos e insumos para las farmacias de los hospitales y centros de salud de 15 millones de piezas en 2021 a 30

Con estas y otras acciones, el gobierno de Alfredo Ramírez Bedolla avanza a pasos firmes para garantizar servicios médicos oportunos y de calidad a la población michoacana.

## Conmina SSM a la población, extremar precauciones en temporada de lluvias

Morelia, Michoacán, a 16 de julio del 2023.- De acuerdo al Sistema Nacional Meteorológico, este domingo en Michoacán, se pronostican lluvias puntuales e intensas, por lo que la Secretaría de Salud de Michoacán (SSM), exhorta a la población mantenerse atenta a las recomendaciones de las autoridades para preservar su seguridad e integridad.

Lo anterior, derivado de que las lluvias fuertes pueden generar deslaves, incremento en niveles de ríos y arroyos, desbordamientos e inundaciones, es así, la importancia de identificar los refugios temporales, evitar transitar zonas inundadas por que podrían ser arrastrados por el agua.

De igual forma, evitar tirar basura para no tapan coladeras y el sistema de drenaje provocando que el agua se acumule durante la lluvia y cause encharcamientos y caso inundación, cortar la corriente eléctrica y desalojar su vivienda.

Se pide a la población que habita en zonas de la costa o en zonas rurales, mantenerse informado sobre el pronóstico diario del clima, alejarse de zonas de riesgo como playas, ríos, arroyos y barrancas, tener a la mano los números de emergencia de su municipio y localizar los refugios temporales o albergues más cercanos.



El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla inició en Sevina y Comachuen, del municipio de Nahuatzen, gira de trabajo en las 32 comunidades indígenas regidas por autogobierno para inaugurar obras y platicar con ciudadanas y ciudadanos para escuchar sus principales necesidades.

**Temporada de lluvias y ciclones.**

**En caso de inundación te recomendamos:**

- Si piensas regresar a tu casa, primero revisala durante el día y **no lieves niños contigo para evitar riesgos.**
- Si tu casa continúa inundada, no entres y avisa a las autoridades para que te apoyen.
- **Infórmate con la autoridad correspondiente** sobre el restablecimiento de la energía eléctrica, para evitar accidentes.
- Si huele a gas, no entres, no enciendas cerillos, no prendas luces y avisa a las autoridades.
- **Ventila tu casa por lo menos 30 minutos** antes de permanecer en ella.
- No enciendas la corriente eléctrica ni utilices aparatos electrodomésticos **si estás parado en agua.**

**Cuida tu salud y la de tu familia**

## Transportistas marchan para exigir salida de Conrado Corral Leiva de la Guardia Civil

- Durante el día el transporte estuvo paralizado



Transportistas de todo el municipio realizaron este domingo una marcha pacífica para exigir un alto a los abusos policiacos y la salida inmediata de Conrado Corral Leiva de la Guardia Civil.

H. Zitácuaro Michoacán, 16 de julio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Transportistas de todo el municipio realizaron este domingo una marcha pacífica para exigir un alto a los abusos policiacos y la salida inmediata de Conrado Corral Leiva de la

Guardia Civil.

El punto de reunión fue la Avenida Revolución Norte, a la altura de la clínica del IMSS, de ahí partieron hacia el norte hasta dar toda la vuelta al libramiento y llegar a la plaza central. En su mayoría los manifestantes

## Regularizados, más de 118 mil autos chocolate en Michoacán: Luis Navarro

- En el primer semestre de 2023 se legalizaron 41 mil 578 vehículos.  
- El plazo para vencer el 30 de septiembre de este año.

Morelia, Michoacán, 18 de julio de 2023.- En Michoacán se han regularizado 118 mil 445 vehículos de procedencia extranjera, de los cuales, 41 mil 578 corresponden al periodo de enero a junio de 2023, informó el secretario de Finanzas y Administración, Luis Navarro García, quien dio a conocer que el plazo para realizar el proceso de legalización será hasta el próximo 30 de septiembre.

El funcionario destacó que se trata de un programa que beneficiará a la sociedad michoacana, ya que los interesados tendrán certeza legal de la posesión de sus vehículos, mientras las autoridades contarán con un padrón confiable sobre las unidades, la identidad y los datos de cada propietario.

Explicó que los 2 mil 500 pesos que se pagan al Servicio de Administración Tributaria (SAT) por concepto de aprovechamiento, serán devueltos por el Gobierno Federal a las regiones donde se efectuaron los procesos de legalización. "Son recursos que se aplicarán a la pavimentación en diferentes municipios", precisó.

Por su parte, el subsecretario de Ingresos de la Secretaría de Finanzas, Salvador Juárez Álvarez, anticipó que se trata de un programa que maneja el Gobierno Federal, a través del Registro Público Vehicular (REPUVE), motivo por el que es importante que los usuarios soliciten cita en la plataforma <https://www.regulizaauto.sspc.gob.mx>, para posteriormente, ya en los módulos, presentar título de propiedad original, manifiesto protesta de decir verdad, pago de aprovechamiento SAT por 2 mil 500 pesos, identificación oficial (NE, pasaporte vigente, cédula profesional, cartilla militar), comprobante de domicilio no mayor a dos



En Michoacán se han regularizado 118 mil 445 vehículos de procedencia extranjera, de los cuales, 41 mil 578 corresponden al periodo de enero a junio de 2023, informó el secretario de Finanzas y Administración, Luis Navarro García.

meses (agua, luz o predial), Clave Única de Registro de Población (CURP), y fotografía impresa del Número de Identificación Vehicular (NIV).

En Michoacán existen 12 módulos en los que es posible llevar a cabo la regularización de vehículos de procedencia extranjera: dos en el recinto ferial de Morelia, y el resto en los municipios de Coahuayana, Zitácuaro, Huetamo, Uruapan, Lázaro Cárdenas, La Piedad, Maravatío, Sahuayo, Jacana y Zacapu.

acudieron con una playera blanca en alusión a la paz.

"Fuera Conrado", "Ya no queremos más abusos por parte de Conrado", "No más extorsiones y cuotas", "Conrado fuera por abuso de autoridad extorsionar", "ratero, fuera" "fuera Conrado del municipio de Zitácuaro" fueron algunos mensajes que portaron los manifestantes en cartulinas y lonas.

Luego de llegar a la plaza central y mantenerse a las afueras de la Presidencia Municipal, fueron atendidos por el Secretario del Ayuntamiento, Eduardo Guerrero de las Matas al interior del auditorio municipal "Samuel Ramos".

Durante el encuentro en el que estuvieron más de 40 líderes taxistas, colectivos de carga y comerciantes, se acordó la realización de un

documento de todo lo denunciado en contra del Comandante Regional de la Guardia Civil y fue firmado con sellos de cada organización con el fin de no manejar nombres por el temor a las represalias.

Este se hará llegar al Gobernador del Estado, Alfredo Ramírez Bedolla para que en un tiempo máximo de 15 días haya respuesta, de lo contrario nuevamente habrá más movilizaciones.

También estuvo presente en la reunión Sergio Garduño Suárez, Coordinador Regional de la Comisión Coordinadora del Transporte COCOTRA.

Durante la movilización el transporte en el municipio estuvo paralizado, ya que acudieron a la marcha la mayoría de concesionarios y choferes de cada una de las rutas, solo en algunos casos algunas unidades de mantuvieron sin suspender el servicio. En cuanto a los autobuses de la Central Camionera, estos trabajaron de manera normal.

Fue hasta pasado el medio día cuando los manifestantes se retiraron del centro de la ciudad y poco a poco la actividad se fue regularizando.

## Anuncian reto MTB Jabalí en Zitácuaro

- Se esperan participantes de nivel estatal y nacional

H. Zitácuaro Michoacán, 17 de julio de 2023.- El próximo 23 del presente mes, Zitácuaro será la sede el evento de ciclismo de montaña "Reto MTB Jabalí" el cual pretende reunir participantes de nivel estatal y nacional.

Así lo dieron a conocer autoridades municipales así como integrantes del comité organizador, quienes destacaron que el objetivo es ofrecer diversión y conocer nuevas rutas desafiantes llenas de paisajes naturales así como promover la actividad física.

Selene Carrillo Carrera, Directora Operativa de la marca reto MTB Jabalí de ciclismo de montaña, expuso que este año llevarán a cabo una gira por todo el país, y Zitácuaro es el tercer lugar en donde se llevará a cabo el evento.

Las actividades comenzarán desde el sábado 22 alrededor de la 1:00 de la tarde con la entrega de Kits a los participantes, luego el día domingo 23 a las 8:00 de la mañana comenzará la actividad en la plaza central, que de ahí saldrán los participantes.

El recorrido inicia desde el jardín central rumbo a los terrenos de la feria, luego deberán subir el cerro de San Juan Zitácuaro y pasar por la Fundación, Emiliano Zapata hasta llegar a la Quebradora. Posteriormente deben tomar un sendero hasta salir al bosque del Shalom, salir a la Quebradora del lado de la carretera, pasar por el Estadio, el Rincón y pasar por el Canal de la Feria y llegar al centro por medio de la ciclovía.

Sobre las inscripciones, éstas se podrán hacer hasta el día jueves y se pueden hacer en línea al número de teléfono 729 144 87504 8750 y hay dos costos para los Kits; el básico 280 y el otro que tiene un costo de 350.

Los presentes invitaron a los ciclistas a sumarse a esta actividad y ser parte de la experiencia, durante todo el trayecto se contará con apoyo de Seguridad Pública, Tránsito y Protección Civil Municipal.

Estuvieron presentes Lud Divina Angeles Joven Secretaria de Educación, Félix Reyes Posadas titular de Cultura Física y Deporte, Ivon Moreno Tapia de PCM, así como Felipe Navarro Ortega y otros más..



El próximo 23 del presente mes, Zitácuaro será la sede el evento de ciclismo de montaña "Reto MTB Jabalí" el cual pretende reunir participantes de nivel estatal y nacional.

## Tortugas, paisajes y otros atractivos, este verano en las Playas de Michoacán



En las playas de Michoacán poco a poco iniciaron los desoves anuales de tortugas marinas, y esto permitirá que los vacacionistas de la temporada sean testigos en próximas fechas, del nacimiento de las primeras tortugas del verano.

Morelia, Michoacán, 17 de julio de 2023.- En las playas de Michoacán poco a poco iniciaron los desoves anuales de tortugas marinas, y esto permitirá que los vacacionistas de la temporada sean testigos en próximas fechas, del nacimiento de las primeras tortugas del verano.

El secretario de Turismo del Estado, Roberto Monroy García, comentó en ese sentido que las tortugas marinas se encuentran protegidas legalmente y a lo largo de la franja costera existen más de una veintena de campamentos que recolectan y resguardan los huevos para

asegurar el futuro de estos seres vivos.

Por otra parte, comentó al borde del Océano Pacífico, Michoacán cuenta con tres municipios que integran la región de las playas y se encuentran listos para recibir a los turistas: Lázaro Cárdenas, Aquila y Coahuayana. Son alrededor de 214 kilómetros de longitud, que colindan con Ixtapa y Acapulco por el sur y con Colima por el norte.

Las playas michoacanas conforman un territorio mayormente virginal, poblado de palmeras, ecosistemas marinos que van de los esteros a las playas, manglares y estuarios. Además, arenas que pasan del

color negro en una zona, al dorado en otra, o a la abundancia de suaves cantos rodados, que pueden tener mayor o menor presencia, dependiendo de la temporada del año.

Lázaro Cárdenas es un importante enclave de la siderúrgica nacional, uno de los puertos internacionales más importantes de América Latina y posee un malecón de casi un kilómetro de longitud junto al emblemático Río Balsas, con un horario de 7:00 am a 9:00 pm, de martes a domingo.

Desde el “Malecón de la Cultura y las Artes” se puede admirar la operatividad portuaria.

Además del Malecón, es digno de recorrerse el Boulevard Playero Lázaro Cárdenas - Playa Azul, que está abierto todo el año y en una parte de su trayecto forma un puente por encima de uno de los hermosos esteros de la costa michoacana, ecosistemas marinos ricos en aves, cocodrilos, manglares y otras expresiones de vida: el estero Barra de Santa Ana.

Los esteros como Barra de Santa Ana son espacios que visualmente parecen un brazo de mar metido a tierra. En temporada de bajamar, se hace visible una duna de arena que separa el agua del mar del agua del estero. Cuando esto sucede, el agua del estero parece una laguna. Luego, llega la temporada de marea alta - como durante este verano- y el mar se vuelve a unir con el estero.

Pertenecientes al municipio de Lázaro Cárdenas hay populares playas, como Playa Azul, Caleta de Campos o Playa La Soledad.

A lo largo de los 214 kilómetros de costa, cada playa, caleta o bahía tiene características diferenciadas: en unas desovan miles de tortugas, como en Playa Azul, el Habillal, Ixtapilla, Colola, Mexiquillo, etc.

En otras playas, las olas proceden de un solo punto en el horizonte y esa característica permite la práctica del surf, como en Nexpa y la Ticla.

En cuanto a infraestructura de hospedaje, en toda la región predominan pequeños hoteles y agradables cabañas que rinden tributo a la hermosa arquitectura autóctona.

Como en el resto de Michoacán, las playas también poseen expresiones artesanales distintivas, como en el municipio de Aquila, habitada por nahuas en pueblos como Pómaro, Coire, Ostula, Maruata, Cachán de Santa Cruz, Cachán de Echeverría, La Ticla y La Cuirla.

Trabajan la alfarería bruñida, utilitarios tallados en maderas de la región, muebles tejidos y textiles teñidos con caracol púrpura, ordeñando la tinta con gran cuidado de preservar la vida del animal y retornarlo al punto en el que fue encontrado.

Para mayor información sobre los atractivos, regiones e infraestructura de servicios, la Secretaría de Turismo del Estado pone a disposición de los interesados los datos de la Delegación de Turismo en la región: sector.regioncosta@gmail.com o al teléfono de oficina 753-537-3249.

## Presidente del PRI en Hidalgo, recibe a Silvano Aureoles



Como primera actividad de su gira en Pachuca, Hidalgo, Silvano Aureoles Conejo, estuvo en la sede del Partido Revolucionario Institucional (PRI), donde habló de la importancia de fortalecer al Frente Amplio por México en cada una de las entidades con el presidente estatal, Marco A. Bustamante Mendoza. Ahí refrendó su reconocimiento al papel que este instituto político ha jugado para forjar la historia del país: “Ya lo he dicho, el Partido Revolucionario Institucional ha sido uno de los pilares de la construcción de las instituciones de México y sin duda que aquí lo vemos documentado, en este acervo que está aquí preparando el presidente para guardar la historia de México y lo he dicho, la visión de la apertura del Reyes Heróles, la visión humanista de Manuel Gómez Morín y la vena democrática de Heberto Castillo y Cuauhtémoc Cárdenas está presente en esta coyuntura que es fundamental para rescatar a nuestro querido México” señaló.

## Pepe Alzati es reconocido por su trabajo en la Policía de Investigación

Reconoce el Senado de la República y el Colegio Nacional de Abogados Penalistas a José Alzati Cambrón, por su aportación del Sistema Penal para la Policía de Investigación.

El galardón fue entregado por Alejandro Armenta, Presidente de la Mesa Directiva del Senado de la República, junto con Ernestina Godoy, Fiscal de la Ciudad de México.

El doctor en derecho, Alzati, cuenta con una amplia experiencia en investigación policial, ahí es en donde ha forjado su carrera a la par de la academia.

El zitacuarenses ha ocupado diversos cargos en la función pública, particularmente al frente de policías de investigación, por lo cual fue galardonado.



Reconoce el Senado de la República y el Colegio Nacional de Abogados Penalistas a José Alzati Cambrón, por su aportación del Sistema Penal para la Policía de Investigación.

# Respalda Gobierno de Michoacán a 400 familias de niños con cáncer

- Los deudos tienen derecho a un pago de marcha en caso de fallecimiento.



En acompañamiento a las 400 familias cuidadoras de niñas y niños con cáncer registradas ante la Secretaría del Bienestar (Sedebi) en Michoacán, la dependencia otorga un apoyo de 4 mil pesos durante su tratamiento, y en caso de fallecimiento.

## Completa tu esquema de vacunación en la Jornada Nacional de Salud

- Hasta el 21 de julio, en centros de salud de la SSM, Unidades de Medicina Familiar del IMSS, y clínicas del ISSSTE.  
 - Contra la hepatitis B; tuberculosis; difteria, tosferina y tétanos; sarampión y rubeola; poliomielitis, entre otras.

Morelia, Michoacán, 18 de julio de 2023.- La Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) invita a la población a iniciar o completar los esquemas marcados en la cartilla de vacunación durante la Primera Jornada Nacional de Salud Pública, que se lleva a cabo del 10 al 21 de julio.

Para ello, los 364 centros de salud del estado, así como las Unidades de Medicina Familiar (UMF) del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), y las clínicas del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), cuentan con vacunas contra la hepatitis B; tuberculosis (BCG); difteria, tosferina y tétanos (DTP); sarampión y rubeola; poliomielitis (Hexavalente); y contra el Virus del Papiloma Humano (VPH). Esta última solamente se aplica a niñas de entre 13 y 14 años.

También hay dosis contra el rotavirus para los menores de dos meses a un año de edad, neumococo para adultos mayores de 60 años, y biológicos Abdala contra el COVID-19 para mayores de 18 años, con solo presentar impreso y prellenado el formato de la plataforma Mi Vacuna.

Es importante que los adultos, adolescentes, y menores de edad presenten en el área de vacunación la Cartilla Nacional de Salud, en caso de no contar con este documento, puede solicitarse en el área de Promoción de la Salud de la unidad médica.

La vacunación ayuda a prevenir enfermedades graves, de ahí la importancia de participar en la Primera Jornada Nacional de Salud Pública, donde además de vacunas, se ofrecen consultas médicas gratuitas, diagnósticos nutricionales, revisiones bucodentales, y detecciones de enfermedades crónicas como diabetes e hipertensión.



La Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) invita a la población a iniciar o completar los esquemas marcados en la cartilla de vacunación durante la Primera Jornada Nacional de Salud Pública, que se lleva a cabo del 10 al 21 de julio.

extiende a un apoyo extraordinario como pago de marcha al que tienen derecho las familias de los pacientes oncológicos menores de edad que pierden la batalla contra la enfermedad.

“Sabemos la situación difícil que enfrentan las familias michoacanas de niñas y niños con cáncer una vez que su familiar pierde la vida, por eso en esta política pública humanista del Gobierno de Michoacán se tuvo la visión de otorgarles un apoyo en caso de fallecimiento, a efecto de brindarles respaldo”, expuso.

Bugarini Torres señaló que los familiares continúan recibiendo atención psicológica, después del fallecimiento del paciente para garantizar así acompañamiento durante el proceso.

Morelia, Michoacán, 15 de julio de 2023.- En acompañamiento a las 400 familias cuidadoras de niñas y niños con cáncer registradas ante la Secretaría del Bienestar (Sedebi) en Michoacán, la dependencia otorga un apoyo de 4 mil pesos durante su tratamiento, y en caso de fallecimiento.

La titular de la Sedebi, Giulianna Bugarini Torres, detalló que el beneficio económico se

## 30 de julio reforestación de la Alianza por la Conservación del Bosque Suelo y Agua A.C

- Convocan a la población a participar

H. Zitácuaro Michoacán, 18 de julio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. La Alianza por la Conservación del Bosque Suelo y Agua A.C. llevará a cabo el 30 de julio su jornada de reforestación anual en un predio con vocación forestal en San Felipe los Alzati, en los límites con el municipio de Ocampo.

Se espera que a esta actividad se sumen todas aquellas personas que están interesadas en el cuidado del bosque. El punto de reunión será en punto de las 9:00 de la mañana en Revolución esquina con Pueblita. Se contará con vehículos para trasladar a los interesados en participar.

La recomendación para quienes acudan es que acudan con un pequeño lunch, ya que al término de la reforestación acostumbran compartir este momento. También de ser posible que lleven impermeable, pues en años pasados ha ocurrido que la jornada se realiza en medio de la lluvia.

Elsa Esteban López, Presidenta de esta asociación civil, explicó que ya llevan varios años realizando esta actividad, y durante este tiempo han tenido experiencias muy positivas, por ejemplo: se tiene conocimiento que

algunas de las plantaciones que han realizado, han prosperado y en este momento los árboles están llenos de vida en todo su esplendor y son un pulmón de la ciudad.

En entrevista, comentó que durante la jornada se pretenden plantar poco más de 1000 árboles, pero en otras fechas tienen previsto sumar más al bosque para dejar huella.

Exhortó a la población a participar en este tipo de acciones que tienen impacto favorable para el medio ambiente.



La Alianza por la Conservación del Bosque Suelo y Agua A.C. llevará a cabo el 30 de julio su jornada de reforestación anual en un predio con vocación forestal en San Felipe los Alzati, en los límites con el municipio de Ocampo.

# Necesario fortalecer las condiciones para que jóvenes continúen sus estudios: Gloria Tapia

-Al participar en la clausura del ciclo escolar 2022-2023, en la Escuela Secundaria Número 1, "Nicolás Romero", la diputada por el Distrito de Zitácuaro reconoció el esfuerzo de las y los jóvenes que concluyeron sus estudios



Es necesario fortalecer las condiciones para que las y los jóvenes puedan continuar sus estudios una vez que concluyen la secundaria o el nivel medio superior, subrayó la diputada Gloria Tapia Reyes, vicecoordinadora del Grupo Parlamentario del Partido Revolucionario Institucional en la LXXV Legislatura del Congreso del Estado.

Es necesario fortalecer las condiciones para que las y los jóvenes puedan continuar sus estudios una vez que concluyen la secundaria o el nivel medio superior, subrayó la diputada Gloria Tapia Reyes, vicecoordinadora del Grupo Parlamentario del Partido Revolucionario Institucional en la LXXV Legislatura del Congreso del Estado.

Al participar en la clausura del ciclo escolar 2022-2023, en la Escuela Secundaria Número 1, "Nicolás Romero", la diputada por el Distrito de Zitácuaro reconoció el esfuerzo de las y los jóvenes que concluyeron sus estudios.

"Sin duda pisar nuevamente estas instalaciones es de especial significado para mí, ya que fue en sus aulas donde yo realice mis estudios de secundaria, por lo que me encuentro profundamente agradecida del compromiso del personal docente y directivos en la formación de quienes en un futuro serán los que modelen el futuro de nuestro querido Michoacán".

Gloria Tapia destacó la importancia de

que las y los jóvenes que hoy concluyen sus estudios de secundaria, como aquellos que finalizaron la preparatoria o las y los niños que acabaron la primera, cuenten con las condiciones necesarias para

continuar sus estudios, desarrollándose y con ello, poder contar con mejores oportunidades a futuro.

"Lamentablemente sabemos que la deserción es un problema persistente frente a la falta de condiciones de muchos estudiantes para continuar con su formación, por lo que es necesario redoblar esfuerzos para que esto no suceda, de manera que su futuro no se vea condicionado", recalzó.

## Muestra artesanal del 20 al 25 de julio en el centro de Zitácuaro

- Un total de 40 artesanos locales van a participar

H. Zitácuaro Michoacán, 17 de julio de 2023.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Artesanos locales alistan lo que será una expo muestra artesanal del 20 al 25 de este mes en la explanada de la Plaza Cívica Licenciado Benito Juárez de esta ciudad.

Esta ocasión serán en promedio 40 artesanos los que van a participar con sus diferentes artículos, los cuales han elaborado para esta temporada. La actividad será posible gracias al espacio otorgado por el Presidente Municipal Juan Antonio Ixtláhuac y la Presidenta del DIF, Vanessa Ixtláhuac.

En entrevista, Antonio Cuiris Bautista, de la Unión "Manos Constructivas" señaló que este periodo será muy provechoso para ellos, pues este tipo de actividades fomenta que visitantes conozcan su trabajo y lo adquieran.

Dijo además que este tipo de lugares como el centro de la ciudad es un buen lugar para vender sus artículos, ya que durante todo el día hay afluencia de personas, principalmente de aquellas que están de visita por las vacaciones de verano.

Señaló que esperan una buena respuesta de la población, y para mostrar su trabajo estarán con sus puestos abiertos desde las 10:00 de la mañana hasta entrada la noche. En este sentido, invitó a los zitacuarenses y visitantes a acudir a esta muestra artesanal.

Entre las artesanías que estarán se encuentran juguetes de madera, alfarería, dulces tradicionales, prendas de lana, entre otros.



Artesanos locales alistan lo que será una expo muestra artesanal del 20 al 25 de este mes en la explanada de la Plaza Cívica Licenciado Benito Juárez de esta ciudad.

**Ahh Chingá...!**

La lista completa de los 12 productos más contaminados, ¿Qué otras frutas y vegetales contienen la mayor cantidad de residuos pesticidas? La lista completa de EWG "Dirty Dozen" 2018 es la siguiente: 1. Fresas, 2. Espinacas, 3. Nectarinas, 4. Manzanas, 5. Uvas, 6. Duraznos, 7. Fresas, 8. Peras, 9. Jitomates, 10. Apio, 11. Papas, 12. Pimientos marrones. Los 15 productos menos contaminados, según la EWG. Si se pregunta qué producto agrícola convencional contiene los residuos más bajos de pesticidas, dice: "Clean 15" de 2018, que son los productos agrícolas con el menor número de residuos pesticidas detectados: 1. Aguacates, 2. Maíz, 3. Piñas, 4. Coles (repollo), 5. Cebollas, 6. Chicharos congelados, 7. Papayas, 8. Espárragos, 9. Mangos, 10. Berenjenas, 11. Melones verdes, 12. Kiwis, 13. Melones, 14. Califlor, 15. Brócoli.

**Frutas y vegetales con mayor número de pesticidas**

## El uso prolongado de pantallas electrónicas altera el cerebro de los niños

Por el Dr. Mercola.- Los niños de 9 a 10 años de edad que usan dispositivos electrónicos durante siete horas o más al día han presentado adelgazamiento prematuro de su corteza cerebral, la capa cerebral externa que procesa la información de los cinco sentidos físicos

Tan solo pasar dos horas diarias frente a una pantalla electrónica podría afectar la cognición, lo que puede resultar en puntuaciones más bajas en las pruebas de capacidad de razonamiento y lenguaje

Los bebés menores a 2 años de edad no pueden aprender el lenguaje de forma efectiva por medio de videos; sino que necesitan de la interacción en vivo

Además, los bebés no pueden trasladar lo que aprendieron de un iPad al mundo real; por ejemplo, la capacidad de jugar con Legos virtuales no se traduce en la habilidad de manipular bloques de Lego reales

Las aplicaciones y redes sociales están diseñadas para ser adictivas y los niños pequeños son mucho más susceptibles que los adultos

Sabe a azúcar, aumenta la longevidad y mejora el estado de ánimo





# En Michoacán, vamos por 200 mil has de áreas naturales protegidas: Bedolla

- Lo que permitirá incrementar más del 100% la superficie actualmente decretada para su conservación



El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla informó que ya se realizan estudios para alcanzar la meta de 200 mil hectáreas de superficie forestal decretadas como áreas naturales protegidas.

## Morena Michoacán, siempre ha estado abierto al diálogo con la militancia

Morelia, Michoacán; 17 de julio del 2023.- El dirigente de Morena en Michoacán, Juan Pablo Celis Silva, destacó que la unidad al interior del partido guinda en el estado, es fundamental para continuar por la ruta de la transformación de cara al proceso electoral 2024.

“El Comité de Morena en Michoacán, siempre ha estado abierto al diálogo. Al ser un movimiento amplio, plural e incluyente, nos involucra a todos los actores políticos para seguir generando acciones que contribuyan a la continuidad del progreso en el estado”, expresó.

Juan Pablo Celis, hizo un llamado a no adelantar los tiempos electorales y entrar en disputas por candidaturas. Subrayó que aún falta mucho para que inicien los procesos internos de elección, de tal manera que hay tiempo para trazar una ruta de consensos.

“No vamos a permitir que la división, los dimes y diretes y la confrontación impidan el avance de nuestro movimiento, en el cual debemos construir y no destruir”, concluyó Celis Silva.



El dirigente de Morena en Michoacán, Juan Pablo Celis Silva, destacó que la unidad al interior del partido guinda en el estado, es fundamental para continuar por la ruta de la transformación de cara al proceso electoral 2024.

Morelia, Michoacán, 16 de julio de 2023.- El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla informó que ya se realizan estudios para alcanzar la meta de 200 mil hectáreas de superficie forestal decretadas como áreas naturales protegidas, priorizando zonas de recarga de mantos acuíferos y en riesgo por cambio de uso de suelo.

Adelantó que con esta cobertura, la actual administración logrará incrementar en más del 100 por ciento, el registro de suelo verde (87 mil hectáreas de 48 municipios) incorporado al Sistema Estatal de Áreas para la Conservación del Patrimonio Natural.

El mandatario recordó que, en menos de dos años, el Gobierno de Michoacán sumó 12 áreas naturales protegidas con un total de 15 mil 233 hectáreas forestales, lo que significó un aumento del 17.5 por ciento con respecto a

lo acumulado hasta 2021.

Por lo que ya se trabaja en incorporar otras 164 mil 217 hectáreas de zonas de reserva de captación y recarga hídrica de la región Bajío (La Piedad y Yurécuaro), con una superficie de 5 mil 799 hectáreas; la zona franja aguacatera constituida por 10 municipios: Ario de Rosales, Los Reyes, Nuevo Parangaricutiro, Peribán, Salvador Escalante, Tacámbaro, Tancítaro, Tingüindín, Uruapan y Ziracuaretiro, con un total de 106 mil 705 hectáreas.

Así como los polígonos que captan, infiltran y escurren el agua a las zonas bajas de la cuenca del Río Duero, sobre 50 mil 263 hectáreas de superficie de los municipios de Chilchota, Purépero, Tlazazalca, Zamora, Chavinda, Ixtlán, Jacona, Tangancicuaro, Tangamandapio y Pajacuarán.

Además de otras áreas que se irán identificando con el mismo criterio de importancia para la conservación de la biodiversidad y la provisión del agua como el Amique; el Cerro de Huacapan, municipio de Quiroga y el Cerro Cruz Hucuar, municipio de Paracho, entre otros.

## Estable, precio de la canasta básica; buena señal para la economía: Bedolla

- En 9 meses la inflación alimentaria ha disminuido un 6.6%, destaca Sedeco.

Morelia, Michoacán, 17 de julio de 2023.- El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla destacó que el costo de la canasta básica se mantiene estable y acorde con los índices inflacionarios, lo que refleja una buena señal para la economía de Michoacán.

En conferencia de prensa, el secretario de Desarrollo Económico, Claudio Méndez Fernández, aportó que de octubre del año pasado a la fecha la inflación alimentaria ha disminuido un 6.6 por ciento, y la generalizada una baja del 3.5 por ciento.

Expuso que, de acuerdo al corte del 14 de julio, el costo más bajo identificado en Michoacán para adquirir los 25 productos de la canasta básica fue de 962 pesos en la tienda Aurrera de Zitácuaro, informó el titular de la Secretaría de Desarrollo Económico (Sedeco), Claudio Méndez Fernández.

En rueda de prensa encabezada por el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla, explicó que, como parte del monitoreo de Michoacán Sin Carestía, se detectó que el precio más alto para adquirir los mismos productos fue de mil 277 pesos, en Morelia, una disparidad de poco más de 300 pesos entre uno y otro.

Detalló que en Uruapan el monto más bajo fue de mil 29 pesos y el más caro de mil 263; en Lázaro Cárdenas osciló entre mil 38 y mil 199 pesos; mientras que en Morelia fue de 980 a mil 277 pesos; en Apatzingán el mejor precio se encontró en mil 59 pesos y el más alto de mil 169 pesos; en Zamora el costo más bajo fue de 980 y el más alto de mil 130 pesos.

Sobre el costo del kilogramo de huevo, Méndez Fernández refirió que se identificó una diferencia de 7.90 pesos entre el más alto y el más bajo.



El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla destacó que el costo de la canasta básica se mantiene estable y acorde con los índices inflacionarios, lo que refleja una buena señal para la economía de Michoacán.

**la Región**  
\$10.00 Ejemplar

# El jengibre reduce los niveles de azúcar y mejora la sensibilidad a la insulina

Por el Dr. Joseph Marcola.-El Dr. Michael Greger, fundador de NutritionFacts.org, habló al respecto en este breve video, en el que dijo que cada vez hay más datos científicos que respaldan el uso del jengibre para ayudar a reducir los niveles de azúcar y mejorar la sensibilidad a la insulina. 9 Primero, mencionó un informe de caso de un hombre de 45 años que vivía en Austria que se propuso a dejar de tomar medicamentos para la diabetes y sustituirlos con estrategias naturales como incluir ingredientes nutricionales específicos en su alimentación. 10

Después de tres meses de dejar de tomar su medicamento oral, sus niveles de hemoglobina A1c bajaron al 6.4 %, y al 6.0 % después de seis meses. En personas sin diabetes, los niveles normales de hemoglobina A1c son inferiores al 5.7 %; ya que un nivel del 5.7 % al 6.4 % es una señal de prediabetes. 11 Los escritores dijeron que, controlar los niveles de glucosa suele requerir de una terapia a base de varios medicamentos. El jengibre no solo ayuda a tratar este problema de salud, sino también a prevenirlo.

En 2014, 12 un estudio demostró que exponer los compuestos de jengibre a las células musculares en una placa de Petri produjo un efecto en la absorción de azúcar similar al que produce la metformina, un medicamento para la



diabetes. Aunque estos estudios parecen ser efectivos en un modelo de roedores, se necesitan más ensayos para demostrar su efectividad en la salud humana.

En 2013, 13 se realizó un estudio que tenía como objetivo responder si el jengibre podría beneficiar a las personas con diabetes tipo 2. Por lo que, se realizó un ensayo aleatorizado doble ciego controlado con placebo, en el que participaron 64 pacientes que recibieron jengibre o un placebo. Los resultados demostraron que "el jengibre mejoró la sensibilidad a la insulina y algunas fracciones del perfil lipídico en pacientes con DM2".

Los investigadores 14 también analizaron el efecto de tomar 1600 mg de jengibre durante 12 semanas en

participantes con diabetes tipo 2 y encontraron que el jengibre redujo varios parámetros, que incluyen los niveles de glucosa plasmática, HbA1C, insulina, triglicéridos y proteína C reactiva. Según los investigadores "el jengibre podría considerarse como un tratamiento efectivo para prevenir las complicaciones

de la diabetes". 15

Luego, los investigadores analizaron los 16 efectos de tomar una mayor dosis de jengibre durante ocho semanas. Los resultados demostraron que consumir una cápsula con 3 gramos de jengibre en polvo durante ocho semanas ayudó a reducir los niveles de azúcar y hemoglobina A1c, mientras mejoró la resistencia a la insulina.

En un estudio similar, 17 los participantes con diabetes tipo 2 recibieron 2 gramos de jengibre en polvo al día, y los investigadores concluyeron que "redujo de manera significativa los niveles de azúcar y hemoglobina A1c en ayunas, y no solo eso, sino que también "mejoró otros biomarcadores.

Por último, Greger compartió 18 un estudio 19 en el que los participantes recibieron 3 gramos de jengibre en polvo, y los resultados demostraron que los participantes del grupo de intervención mejoraron varios biomarcadores, que incluyeron los niveles de glucosa y hemoglobina A1c, mientras que los biomarcadores del grupo de control empeoraron.

## Contemplando la Creación

P. Ángel Espino García

### UNA MIRADA AL UNIVERSO Y A SU CREADOR (58)



1.- Un día llegó llorando a la escuela el niño Juan, pues había perdido cien pesos que su padre le dio para comprar unos colores que el maestro pedía. Un grupo de niños lo rodeó y le preguntaban por qué lloraba. Juan les dijo que su papá le iba a pegar, porque perdió los cien pesos de sus colores. Ya no llores, le decían los demás. No fue tu culpa y tu papá va a comprender. Es que mi papá es muy pobre y se va a enojar. Uno propuso que todos cooperaran para apoyar a Juan. Los que aceptaron reunieron sesenta pesos. En eso llegó el hijo del director y dijo: yo traigo cuarenta pesos. Iba a comprar dulces, pero los aporé con gusto para Juan. Sobre mis dulces, está esta necesidad. Todo el grupo resolvió el problema. Se dieron un abrazo y todos contentos. Esa es la verdadera amistad.

2.- ¿QUÉ DICE LA SANTA BIBLIA. (1 Samuel 18) Jonatán y David se juran amistad. "Después que David terminó de hablar con el rey Saúl, Jonatán se hizo muy amigo de David, y llegó a quererlo como a sí mismo. Saúl, por su parte, ese mismo día, lo tomó a su servicio y no lo dejó volver a la casa de su padre. Jonatán y David se juraron eterna amistad, porque Jonatán quería a David como a sí mismo. Jonatán se quitó la capa y la túnica, y se las dio a David, junto con su espada, su arco y su cinturón". Una buena amistad, acerca a Dios. Una mala amistad, corrompe.

3.- ¿QUÉ SON LOS EXOPLANETAS? Son pequeños cuerpos comparados con el Sol, y con frecuencia están ocultos por el brillo de su estrella madre, pues los exoplanetas no emiten luz. El Sol no es la única estrella con planetas en su órbita. A partir del año 1995, se han descubierto más de cuatro mil y el número va en aumento. Los exoplanetas se agrupan en diferentes categorías. Algunas dependen de la masa del planeta en comparación con la Tierra. Algunos de los exoplanetas más pequeños podrían estar cubiertos por océanos y se les llama mundos de agua. Señor Dios: ¡Qué admirable es tu Nombre en toda la Tierra!.

## Beneficios del apio

@UnMundoSaludable\_

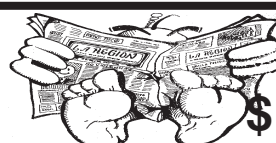
1. Disminuye el colesterol

2. Mejora la circulación

3. Combate el estreñimiento

4. Es depurativo y diurético

5. Calma los nervios y repara el esmalte de los dientes



laRegión  
\$10.00 Ejemplar

# 7 de cada 10 trabajadores mexicanos desconocen qué es el Buró Laboral: "Termómetro Laboral"

- Del total de encuestados, únicamente el 14% dijo conoce qué es y por qué existe el Buró Laboral.
- 17% de los mexicanos asegura que le han negado oportunidades laborales por estar en esta lista.
- Se registran más de 138 mil vacantes en la plataforma de OCCMundial durante la semana del 7 al 14 de julio.

Tlalnepantla, Estado de México, a 17 de julio de 2023.- En México, el Buró Laboral es una base de datos que funciona como una lista negra, la cual contiene los nombres de aquellos empleados que han estado involucrados en algún tipo de problema o juicio laboral con sus empleadores anteriores. Es importante destacar que no importa quién salga victorioso en dicho conflicto, ya que solo se registra la acción.

Sin embargo, de acuerdo con el artículo 133 de la Ley Federal del Trabajo, específicamente en su inciso IX, se prohíbe divulgar información que perjudique a los trabajadores que se separan voluntariamente o son separados de su puesto. Esto significa que no se permite boletinar a los empleados que se encuentran en dicha base de datos.

Tomando en cuenta lo anterior, la encuesta del "Termómetro Laboral", de OCCMundial, en su semana 162 (del 7 al 14 de julio), indagó si los trabajadores mexicanos están informados sobre qué es el Buró Laboral y por qué existe:

71% respondió que desconocía su existencia; de este total, el 40% dijo no estar informado y 31% no sabía que existía.

16% dijo conocer muy poco del tema.

14% comentó que sí conoce qué es y cual es función.

Adicionalmente, se les preguntó si consideraban que alguna vez perdieron una oportunidad de trabajo por estar en el Buró Laboral, a lo que el 46% dijo que no cree que el Buró Laboral interviniera en su búsqueda de empleo, 24% comentó que no había pensado en esta posibilidad, 17% mencionó que sí ha considera que por estar en esta lista le han negado oportunidades laborales y el 13% restante agregó que lo ha llegado a pensar.



## CONSULTORIO V.I.D.A.

Valoración Integral Diagnóstica Avanzada

Responsable  
**Dr. Juan Daniel Cruz Munguía**

Egresado de la Universidad Autónoma Metropolitana de la CD. MX.  
Diplomado en Diabetes Hipertensión e Hiperuricemia por el ITESM campus CD. MX.  
Certificado en Advanced Trauma Life Support (ATLS) por el American College of Surgeons.

**¿Presión Arterial ALTA? ¿Palpitaciones o dolor en el Pecho?**

**Realizamos estos estudios**

M.A.P.A.

Electrocardiograma

Holter

**Control de enfermedades crónicas como hipertensión diabetes, renales, tiroideas, cardiacas, cerebrales.**

Si eres mayor de 40 años

**¡¡Chécate!!**

Fijo Consultorio:  
**715-688-11-40**

Celular Consultorio:  
**715-123-41-14**

Consultorio: Santos Degollado Ote. 174-D, H. Zitácuaro, Michoacán.

## Arena Suelta

Por: Tayde González Arias.

### ¡Toma el llavero abuelita Y enseñame tu ropero!

La rama de la medicina que se ocupa de los problemas y enfermedades de los adultos mayores es la geriatría, además de incluir la prevención y el manejo del proceso de envejecimiento, también abarca el tratamiento de aspectos psicológicos y sociales que acompañan esta etapa de la vida. Envejecer, además de ser un proceso gradual de degradación del organismo, es una condición biológica en la que los seres vivos llegan a la denominación de ancianos.

Así como los pediatras para los niños, los geriatras para los adultos mayores, son las personas ideales que deben atenderles.

Con el tiempo las personas de edad avanzada presentan una serie de complicaciones de salud, entre las que se encuentran:

la demencia, la incontinencia urinaria, la osteoporosis o la depresión, entre otras, que para ser tratadas requieren una constante disciplina, pero también, y sobre, todo de tener seguridad social, o bien el suficiente recurso económico para tal efecto.

Muchas naciones del mundo, se están volviendo viejas, en su población, lo que no representaría problema alguno si sus sistemas de salud, como los educativos y demás de índole social, tuviesen la característica de atención a ésta población de la tercera edad, sin embargo, no planear para la prevención o el auxilio de nuestro abuelitos, mediante políticas públicas serias y de largo alcance, han hecho que sea preocupante la condición en la que llegan a sus últimos días nuestras personas mayores, siendo su último refugio, si bien les va, algún asilo, alguna estancia o su estadía en alguna institución de asistencia privada, y en los peores casos, el maltrato en casas de familiares, el peregrinar de hogar en hogar, e incluso terminar en situación de calle.

Para nadie es ajeno, que los adultos mayores representan un cúmulo de conocimientos, y aunque algunos lo saben, pocos lo valoran, por eso a nuestros viejecitos se les niega en muchas ocasiones la oportunidad de opinar, o de ser escuchados y se les relega, o se les impide una participación activa en la vida familiar y social, lo que acaba con su vivir antes de tiempo, debido a que tanto a algún adulto como a un niño, al no permitirles realizarse, de alguna manera se les mata en vida.

Ciertamente existen esfuerzos por permitir que las personas de edad avanzada sigan manteniéndose activas, como ejemplo en México podríamos mencionar el servicio de empaquetado en los súper mercados, actividad que desafortunadamente queda a merced de la voluntad del comprador, y que en muchos casos, sólo lo que les da de propina es lo que tienen como salario, por lo que además de hacer un llamado a poder apoyarles lo más posible, también valdría la pena que se considere por parte de las empresas, que se les otorgue algún pago de base, y de ser posible condiciones de seguridad social, que puedan permitirles que vivan una vida de calidad.

En el caso de nuestro país, para el tema de la educación de nuestros adultos mayores, también existen instituciones para que aquellos que aún con sus años auestas, y que no sepan leer y escribir, lo puedan hacer, se trata del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, por sus siglas INEA, que desde su creación en agosto de 1981, hasta la fecha, ha podido ofrecer servicios educativos de educación básica, apoyando de ese modo a que la vida de los adultos mayores sea mejor, una vez que la luz del conocimiento, mejora la calidad de vida de cualquiera. Sin embargo, en el aspecto educativo, aún hay mucho por hacer, pues siendo claro que la formación de docentes y asistentes educativos debe estar enfocada a la atención de la población de mayor edad, o capacitación de los adultos mayores, muchas entidades no lo han intentado siquiera y eso permite vislumbrar una crisis que tendrán que enfrentar más temprano que tarde.

En la actualidad, países como: Italia, Austria, San Marino, Grecia, Eslovenia, Finlandia o Bélgica, cuentan con una población que oscila de los 44 a los 45 años de edad, lo que les hace ser las naciones con mayor número de adultos mayores, a las que tendríamos que voltear a ver, para conocer lo que están haciendo para atender a sus personas mayores, y cuidando las proporciones hacer lo propio en México, y dejar de pensar que llegar a la tercera edad, es estar más lejos de la vida y más cerca de la muerte.

En cuanto a la calidad de vida se trata, así como a la preservación de éste bien superior que permite estar vivos, no se debe escatimar ni esfuerzo, ni recurso, y debemos multiplicar el trabajo para que sea digno cada segundo de existencia de las mujeres y los hombres que con sus enseñanzas lograron hacernos hombres y mujeres de bien, y que en el continuar de su camino por la vida encuentren en cada niño, adulto o joven, la mano amiga, el hombro de apoyo, el pañuelo de lágrimas o la sonrisa dulce que solo un alma agradecida puede dar.



## Tres menores motociclistas lesionados en diversos accidentes en las primeras horas del sábado

El primer accidente tuvo lugar a las 1:41 de la mañana, en la esquina de Degollado y Revolución, entre un auto derbi y un motociclista de 17 años, el cual fue trasladado al Hospital Regional para recibir atención médica.

El segundo herido de 16 años derrapó a las 4:40 en la carretera cerca del módulo de Seguridad Pública de la Encarnación en la carretera, Zitácuaro-Tuzantla, el adolescente se negó a ser trasladado a un hospital, por lo cual elementos de Bomberos le realizaron limpieza y curación de sus heridas.

El otro accidente fue a las 5:46, en Revolución sur, afuera de una empresa de aceros, el motociclista de 17 años, se impactó en la parte trasera de un tráiler estacionado. El herido presentaba estado divagante y lesiones en la cara, fue trasladado al Hospital Regional para su atención médica.

## Pide PC estatal tomar medidas preventivas y de autocuidado ante probabilidad de lluvias

**Lluvias**  
18 de julio de 2023

<b>Muy fuertes (50 - 75 mm)</b>	<b>Fuertes (25 - 50 mm)</b>	<b>Intervalos de chubascos (5 - 25 mm)</b>
Veracruz Oaxaca	Sonora Chihuahua Sinaloa Nayarit Jalisco Colima Michoacán	Guerrero Chiapas Edo. Méx. Tabasco Campeche Yucatán
	Baja California Sur Durango Guanajuato Hidalgo CDMX	Morelos Tlaxcala Puebla Quintana Roo Zacatecas

MEDIO AMBIENTE | CONAGUA | SMN

Morelia, Michoacán, 18 de julio de 2023.- La Coordinación Estatal de Protección Civil invita a las y a los michoacanos a tomar medidas preventivas y de autocuidado ante la probabilidad de lluvias fuertes en las próximas horas.

Pronósticos del Servicio Meteorológico Nacional indican la presencia de diversos fenómenos climáticos que afectan la mayor parte de la República Mexicana los cuales provocarán lluvias puntuales intensas (de 25 a 50 milímetros).

Estas precipitaciones podrían acompañarse de descargas eléctricas, rachas fuertes de viento y granizadas, generar deslaves, así como el incremento en los niveles de los cuerpos de agua, desbordamientos e inundaciones en zonas bajas.

Es por ello que se pide atender las recomendaciones que para estos casos, han dispuesto las autoridades en materia de protección civil y evitar con ello, afectaciones a la salud, a la integridad física y/o al patrimonio familiar.

Extremar precauciones ante presencia de vientos fuertes y poner especial atención a construcciones de material endeble.

Extremar precauciones al tránsito vehicular en carreteras y caminos rurales, vados y puentes serranos.

Extremar precauciones ante las ráfagas de viento, buscar refugio en casas y edificios de construcción sólida.

No tomar líquidos ni alimentos que hayan estado en contacto con aguas contaminadas o anegadas.

En caso de peligro inminente, desalojar el área inmediatamente y no tratar de salvar sus pertenencias.

Considerar evacuar su hogar si vive en un área que es susceptible a movimientos de ladera.

Estar atento a cualquier sonido producido por escombros en movimiento. Mantenerse alerta a cualquier cambio súbito en los niveles y turbulencia del agua.

Tener a la mano una mochila de emergencia, con agua, alimentos no perecederos y documentos importantes sellados en bolsas de plástico.

Prevenir encharcamientos e inundaciones al no tirar basura. Mantener limpia la calle y acera frente a las viviendas.

Evitar dejar arena, grava o cualquier material de construcción sin resguardo en la calle. Puede ser arrastrada hacia las alcantarillas.

No intentar cruzar corrientes de agua. Extremar cuidado con estructuras altas como letreros, postes de luz y árboles. Pueden caer.

Evitar guarecerse debajo de árboles. Atraen los rayos. No manipular artículos de metal durante la tormenta eléctrica.

Preparar un botiquín familiar en caso de emergencia. Dar mantenimiento constante al sistema de drenaje, coladeras y canaletas para evitar encharcamientos.

No dejar cables de luz o extensiones en el piso donde pueda entrar en contacto con el agua.

Durante una fuerte tormenta, evitar salir de casa si no es necesario. Desconectar aparatos eléctricos y cerrar tomas de gas si la lluvia se intensifica o comienza a aumentar el nivel de agua al interior de la vivienda.

Para finalizar, se recuerda que se dispone del número telefónico de emergencias 911 para el reporte de situaciones de riesgo, accidentes o cualquier tipo de eventualidad.

## Obtiene Fiscalía General, vinculación a proceso contra Alan "N" presunto responsable de violencia familiar, en agravio de su esposa

- Desde el año 2017, la víctima fue agredida física y psicológicamente por el imputado, situación que ocurrió de manera reiterada

Zamora, Michoacán, a 18 de julio de 2023.- La Fiscalía General del Estado de Michoacán (FGE) obtuvo vinculación a proceso en contra de Alan "N", por su posible relación en el delito de violencia familiar, cometido en agravio de su esposa.

De las investigaciones se desprende que, desde el año 2017, cuando el antes señalado y la víctima comenzaron a vivir juntos, ésta fue agredida física y psicológicamente, siendo la última vez el pasado 15 de julio, cuando el imputado le gritó a su pareja, para después golpearla en cabeza y rostro, provocando que se proyectara contra la pared.

Ante tal situación y mediante una llamada al 911, la mujer pidió el apoyo de la Policía Municipal que, tras acudir al llamado, realizó la detención en flagrancia de Alan "N", quien fue presentado ante el agente del Ministerio Público de la Fiscalía Regional de Zamora, que integró una Carpeta de Investigación.

Al reunir datos de prueba de los actos violentos que presuntamente le generó el ahora detenido a su esposa, la Fiscalía los expuso en audiencia, donde un Juez de Control resolvió la vinculación a proceso del antes señalado, le fijó medidas cautelares y estableció un plazo de un mes para el cierre de la investigación complementaria.

La FGE refrenda su compromiso de mantener acciones para que ningún hecho que atente contra la dignidad de las mujeres, quede impune.

**CIRUGÍA NEUROLÓGICA**  
**CIRUGÍA DE COLUMNA MÍNIMAMENTE INVASIVA**



**Dr. Gervith Reyes**  
Neurocirujano

www.drgervith.com  
contacto@drgervith.com  
(55) 56783727 Citas  
(55) 2240 0481 Urgencias

Agenda una consulta



**ELECTROENCEFALOGRAMA**  
**ELECTROMIOGRAFIA**

ZITÁCUARO	AGENDA TU CITA	CDMX
Salazar Nte. No. 10 Col. Cuauhtémoc 715 153 3767	Hospital Ángeles Acoxpa Consultorio 100 55 5678 3722 Centro Médico Dalinde Consultorio 506 55 5574 7925	



**laRegión**  
**\$10.00 Ejemplar**