

**Emite Gobierno de Zitácuaro convocatoria para elegir al nuevo Contralor Municipal**  
9 ▶



**El Cuerpo de Bomberos sigue invitando a la población a ayudar a damnificados de Huetamo**  
10 ▶

**Gran Felicitación a los Egresados de la Generación LIX que obtuvieron el Reconocimiento al Alto Rendimiento Académico**  
6 ▶



**Es tiempo de las mujeres: Mary Carmen Bernal**  
2 ▶



**Violencia en México, fracaso de políticas federales en materia de seguridad: Memo Valencia**  
9 ▶



**"Legislamos para devolver el sentido de justicia social a la Constitución": Morón**  
8 ▶



**Destruyen árboles reforestados por Visión Cero en Avenida Morelia**  
10 ▶

**Con proceso transparente la CNDH tendrá el mejor perfil: Celeste Ascencio**  
6 ▶



Edición PDF

Escórame

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

# Informativo La Región

EDICIÓN IMPRESA DEL ORIENTE DE MICHOACAN

\$10.00 Ejemplar

Fundador y Director General: René Serrano García

MIÉRCOLES  
9 de Octubre de 2024

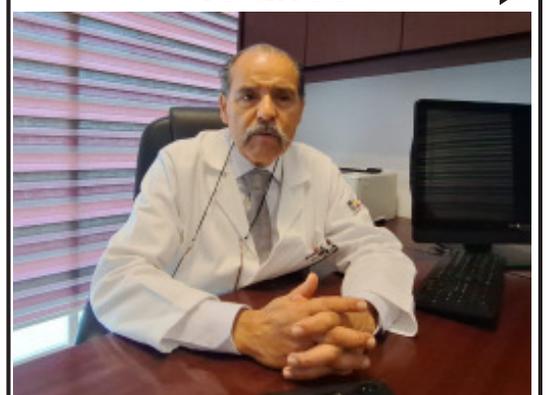
AÑO XL  
No. 2921



**Clínica de Salud Integral Municipal tendrá esquema para atender a comerciantes, transportistas así como jubilados y pensionados**  
5 ▶



**Vital que mujeres se realicen la mastografía a partir de los 40 años**  
10 ▶



# Entrega Gobierno de Toño Ixtláhuac becas del 50% a estudiantes de la Preparatoria Morelos

-Como parte del impulso al rubro educativo, el alcalde apoya a los alumnos destacados de esta institución con este porcentaje del subsidio a sus estudios de nivel medio superior.

Zitácuaro, Mich., a 5 de octubre del 2024.- Con la finalidad de continuar impulsando al sector educativo en el municipio y mantener a #LaHeroica como

referente en materia educativa, el alcalde Toño Ixtláhuac entregó becas del 50 por ciento a estudiantes de la escuela preparatoria José María Morelos, de esta ciudad.

El presidente municipal destacó que esta colaboración con la tiene la finalidad de reconocer a los alumnos más

destacados de la institución, ayudándolos con la mitad del gasto de sus colegiaturas y con ello aminore el impacto económico en sus hogares.

Toño Ixtláhuac aseveró que su gobierno articula distintas acciones como ésta, a fin de combatir la deserción escolar y brindar distintas alternativas para que la niñez y juventud no deje de estudiar por motivos de economía.

Cabe mencionar que estas becas tienen una vigencia de un año y forma parte de las acciones que el #GobiernoDeLaHeroica destina en favor del rubro educativo.

## Es tiempo de las mujeres: Mary Carmen Bernal

- Con la doctora Claudia llegamos todas, destacó la Diputada.

Zitácuaro. Michoacán. 6 de octubre de 2024. Cerrando un fin de semana cargado de actividades en los que estuvo presente en 3 municipios del distrito, este domingo la Diputada Federal, Mary Carmen Bernal Martínez, participó en la asamblea informativa de mujeres que se realizó en la tenencia de San Miguel Chichimequillas.

Ahí la legisladora escuchó la participación de varias representantes en la región del movimiento de transformación que encabezó el ex presidente AMLO y que la doctora Claudia Sheinbaum dará continuidad.

Es nuestro tiempo, es momento de las mujeres transformadoras y humanistas, con la llegada a la presidencia de la Republica por primera vez de una mujer, llegamos todas y debemos ser conscientes que la doctora Claudia nos sabrá representar dignamente, aseguró Mary Carmen.

“El momento histórico en el que nos encontramos las mujeres en la vida política y democrática de nuestro país ayudará a seguir construyendo el segundo piso de la Cuarta Transformación y no le fallaremos al pueblo de México”.

Este fin de semana la representante del Distrito Federal 03 con cabecera en Zitácuaro, acudió el viernes al municipio de Tuxpan donde atestiguó la entrega de la medalla al mérito cívico “José Benedicto López Tejada” a la Lic. María de la Luz Núñez Ramos y el día sábado asistió a la ceremonia de graduación del CESOM en el municipio de Maravatio.



Con la finalidad de continuar impulsando al sector educativo en el municipio y mantener a #LaHeroica como referente en materia educativa, el alcalde Toño Ixtláhuac entregó becas del 50 por ciento a estudiantes de la escuela preparatoria José María Morelos, de esta ciudad.



Cerrando un fin de semana cargado de actividades en los que estuvo presente en 3 municipios del distrito, este domingo la Diputada Federal, Mary Carmen Bernal Martínez, participó en la asamblea informativa de mujeres que se realizó en la tenencia de San Miguel Chichimequillas.

**SEPTIEMBRE Y OCTUBRE**

---

**MESES DEL TESTAMENTO**

---

**“Es momento de tomar la decisión que dé tranquilidad, seguridad y confianza a tus seres queridos”**

---



---

**Notaria Pública N°38** | 5 de mayor sur 41-a col centro  
1530903 / 1535324

**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.**

CON

# Amigo paguitos

Estrena  
smartphone

DESDE  
**\$50**

En **paguitos  
semanales**



Equipos nuevos  
**12** meses de  
garantía

**EVONET**  
Distribuidor Autorizado

La mayor Cobertura y Velocidad

# telcel

Compromiso a plazo sujeto a aprobación y validación de historial crediticio y capacidad de pago. Consulte plazos de pago disponibles en punto de venta. 1) Garantía Telcel: Telcel garantiza que la garantía otorgada por el fabricante del equipo terminal es de al menos 12 meses. Sujeto a los términos y condiciones de la política de garantía del equipo. 2) Alonto semanzado calculado considerando un equipo con precio de \$1,499 pagando 30% de enganche y remanente diferido en 36 pagos semanales. Consulte equipos terminales smartphone participantes en punto de venta. Términos y condiciones de Amigo Paguitos en [www.amigopaguitos.com](http://www.amigopaguitos.com). Información de Amigo de Telcel y Carta de Derechos Masivos en [www.telcel.com](http://www.telcel.com). Valida del 1 al 31 de octubre de 2024.

# Jueces y magistrados por voto popular; Bedolla firma iniciativa de reforma al Poder Judicial

- Único Poder que no había sido tocado por la democracia desde Porfirio Díaz.



El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla firmó la iniciativa de la Reforma Constitucional al Poder Judicial del Estado de Michoacán, la cual fue entregada al presidente de la Mesa Directiva del Congreso del Estado.

Morelia, Michoacán, 8 de octubre de 2024.- El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla firmó la iniciativa de la Reforma Constitucional al Poder Judicial del Estado de Michoacán, la cual fue entregada al presidente de la Mesa Directiva del Congreso del Estado, Juan Antonio Magaña de la Mora para su análisis,

discusión y aprobación en su caso, con lo cual, la Constitución del estado se homologaría con la Constitución federal.

Puntualizó que Michoacán es el primero de los 32 estados en presentar esta reforma local, la cual propone que las juezas, jueces, magistradas y magistrados sean electos por

voto universal, directo y secreto por el pueblo, además de que se respetan los derechos laborales del personal del Poder Judicial, así como la carrera judicial para ocupar los puestos que van desde escribiente hasta secretario de acuerdos.

El mandatario señaló de esta manera se da continuidad a la Cuarta Transformación, legado del expresidente Andrés Manuel López Obrador, el cual se ve reflejado en esta iniciativa que se presenta hoy al Poder Legislativo de Michoacán.

Refirió que esta iniciativa de reforma tiene como propósito acercar la justicia a las y los michoacanos y que, es el único Poder que no había sido tocado por la democracia desde la época de Porfirio Díaz.

Ramírez Bedolla expuso que actualmente las magistraturas únicamente se ubican en Morelia, y ahora en la nueva estructura se contemplan salas regionales y colegiadas, integradas por tres magistrados que deliberarán las resoluciones en Lázaro Cárdenas, Apatzingán, Uruapan, Zamora, Zitácuaro y dos más en Morelia, en materia civil, mercantil, laboral y familiar. Mientras que,

en materia penal, los jueces y magistrados tendrán una sola circunscripción en todo el estado.

Además, esta propuesta de reforma de ley establece la transformación del Tribunal de Justicia Administrativa del Estado en el Tribunal Anticorrupción y de Justicia Administrativa de Michoacán, con lo cual, se prevé un avance en esta materia para el funcionamiento del sistema anticorrupción.

Reconoció el diálogo sostenido con el presidente del Supremo Tribunal de Judicial, Jorge Reséndiz García, ya que fueron incluidas, en la iniciativa, las opiniones que se llevaron a cabo en las reuniones de trabajo.

En tanto, el secretario de Gobierno, Carlos Torres Piña, dijo que esta reforma abona a la transparencia para avanzar en la equidad y justicia social sin distinción; manifestó que se estuvo trabajando con magistrados y jueces, donde se escucharon las inquietudes y opiniones de los Poderes Ejecutivo y Judicial, y algunas otras estructuras, como el sindicato de esa instancia de justicia.

En el evento estuvieron presentes la diputada presidenta de la comisión de Puntos Constitucionales del Congreso del Estado, Emma Rivera Camacho; la diputada presidenta de la Comisión de Justicia, Anabet Franco Carrizales; el magistrado presidente del Tribunal de Justicia Administrativa, Hugo Alberto Gama Coria; y el Consejero Jurídico del Poder Ejecutivo, César Ocegueda Robledo.

## Continúa Sedebi dispersión de apoyos económicos para mujeres, niñas y niños con cáncer

- Se han entregado apoyos a mil 690 mujeres con cáncer y 407 familias cuidadoras de 89 municipios

Morelia, Michoacán, 6 de octubre de 2024.- La Secretaría del Bienestar (Sedebi) continúa con la dispersión de apoyos económicos destinados a mujeres, niñas y niños con cáncer en todo el estado, afirmó su titular, Andrea Janet Serna Hernández, tras puntualizar que este esfuerzo del Gobierno de Michoacán garantiza que las personas afectadas por esta enfermedad, puedan acceder a los recursos necesarios para continuar con sus tratamientos.

Serna Hernández subrayó que estos apoyos económicos de 4 mil pesos mensuales, no sólo ayudan a cubrir gastos como traslados, medicamentos y alojamiento, sino que permiten a las familias centrarse en el bienestar y recuperación de sus seres queridos, sin las preocupaciones financieras.

Desde el 20 de septiembre, se ha distribuido el apoyo a mil 690 mujeres y 407 familias cuidadoras en 89 municipios. El pasado 4 de octubre, se entregaron apoyos adicionales en municipios como Huetamo, San Lucas, Carácuaro, Nocupétaro, Madero, Tacámbaro y Turicato, con el respaldo de las autoridades locales.

El programa Familias Cuidadoras de Niñas y Niños con Cáncer ha beneficiado a más de 400 hogares en todo Michoacán, mientras que el programa de apoyo para mujeres con cáncer ha alcanzado a casi mil 700 beneficiarias, contribuyendo a mejorar las condiciones de vida de miles de familias en situación vulnerable.

Las personas interesadas en incorporarse a estos programas pueden solicitar información en la Sedebi, ubicada en Av. Lázaro Cárdenas 1016, en Morelia, o comunicarse al número 44 31 85 79 89.



La Secretaria del Bienestar (Sedebi) continúa con la dispersión de apoyos económicos destinados a mujeres, niñas y niños con cáncer en todo el estado, afirmó su titular, Andrea Janet Serna Hernández.

## Trazada ruta de seguridad para estrategia de primeros 100 días de Sheinbaum: Bedolla

Morelia, Michoacán, 5 de octubre de 2024.- El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla encabezó reunión de seguridad interinstitucional para reforzar las acciones de atención y combate a las actividades delictivas, en el marco de la Estrategia de Seguridad de los Primeros 100 días de Gobierno de la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo.

En la mesa estatal en la que participaron las secretarías de Gobierno (Segob), de Seguridad Pública (SSP), de Agricultura y Desarrollo Rural (Sader), de la Defensa Nacional (Sedena), de Marina (Semar), Fiscalía General del Estado (FGE) y Guardia Nacional, se estableció la ruta para mejorar las labores de inteligencia e investigación, judicialización y castigo a la extorsión.

El mandatario destacó la importancia de fortalecer los operativos de seguridad en municipios y regiones productoras del limón, mejorando la atención y trazabilidad del cítrico para evitar la extorsión en el sector.

Comentó que en el proceso debe continuar la coordinación entre todas las instituciones de seguridad y procuración de justicia del estado y a nivel federal para avanzar con la detención y cumplimiento de órdenes de aprehensión por ese delito.

Además de que se acordó generar condiciones para respaldar a todo el sector productivo citrícola con infraestructura y programas específicos de la Sader para evitar plagas en huertas de cultivo.



El gobernador Alfredo Ramírez Bedolla encabezó reunión de seguridad interinstitucional para reforzar las acciones de atención y combate a las actividades delictivas, en el marco de la Estrategia de Seguridad de los Primeros 100 días de Gobierno de la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo.

# Clínica de Salud Integral Municipal tendrá esquema para atender a comerciantes, transportistas así como jubilados y pensionados

- Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, Presidente Municipal de Zitácuaro presenta programa de beneficios.

H. Zitácuaro Michoacán, 07 de octubre de 2024.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Gracias al impulso del Presidente Municipal de Zitácuaro, Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, la Clínica de Salud Integral Municipal, tendrá un esquema especial para atender a sectores más necesitados.

Así lo señaló el alcalde al presentar el

Programa de Beneficios, el cual contempla a sectores como transportistas, comerciantes, jubilados y pensionados así como aquellos pacientes que demandan hemodiálisis. La idea con esto es que haya días y horarios específicos para su debida atención.

Acompañado de la Presidenta del DIF, Vanessa Ixtláhuac así como de Laura Garibay

como Directora de Salud, el alcalde refirió que ayudará a aquellos sectores que no tienen seguridad social, de aquellos que no tienen recursos y les cuesta trabajo irse a atender a otros lugares.

Recordó que el tema de salud no le corresponde al municipio, pero por iniciativa propia se tuvo la decisión de contar con una clínica municipal, además ya es un hecho la

construcción de la clínica del IMSS, cuya construcción comenzará en el mes de enero o febrero a la salida a Toluca.

Por su parte Laura Garibay, Directora de Salud precisó que los días martes la atención será para los jubilados, jueves comerciantes y los lunes transportistas. Esto implica medicina general sin costo, atención psicológica, nutrición así como fisioterapia cuya atención también será por sectores.

Cómo extra, cada mes habrá campañas de salud visual, y como promoción las sesiones de hemodiálisis una vez por mes habrá descuentos al 50% y otras ocasiones serán completamente gratuitas.

Durante la presentación algunos de los pacientes dieron su testimonio y agradecieron la creación de esta clínica, ya que ayudará a tratar las enfermedades que padecen.



Gracias al impulso del Presidente Municipal de Zitácuaro, Juan Antonio Ixtláhuac Orihuela, la Clínica de Salud Integral Municipal, tendrá un esquema especial para atender a sectores más necesitados.

# Escuela de Natación Tiburones de Zitácuaro nuevamente cosecha 14 medallas y un campeonato ahora en Uruapan

- La selección «Atlantis» está a cargo de su entrenador el profesor Ricardo Estrada Jiménez.

En la ciudad de Uruapan Michoacán, el pasado 5 y 6 de octubre la ASOCIACION MICHOCACANA DE NADADORES, llevo a cabo la «segunda etapa de liga 2024 de Novatos Curso Corto 2024», siendo la alberca semiolímpica de 5 carriles, de la Unidad Deportiva Hermanos López Rayón la sede para nadar las pruebas de: 50 metros estilo Pecho, 50 metros estilo mariposa, 100 metros libre, 50 metros dorso, 50 metros estilo libre y 100 metros combinado en las ramas varonil y

femenil. De la participación de 21 equipos compuestos por 214 atletas, resultaron ganadores del selectivo Atlantis: La deportista Regina Arlet Cambrón Avila con una medalla de segundo lugar por sumatoria de puntos en la categoría 11 y 12 años rama femenil, la atleta Penélope Scarlete Gómez Ramírez de 18 años de edad, 2 medallas de segundo lugar, en las pruebas de 50 metros dorso y 100 metros combinado, 3 medallas de

tercer lugar, en las pruebas de 50 metros pecho, 100 metros estilo libre y 50 metros libre, el atleta Miguel Arath de 15 años de edad obtuvo 2 medallas de primer lugar en las pruebas de 50 metros mariposa y 50 metros dorso, una medalla de segundo lugar en la prueba de 50 metros libre y dos medalla de tercer lugar en la prueba de 100 metros libre y 100 metros combinado así como el campeonato de la rama varonil en la categoría 15 y 16 años y el seleccionado Ángel Gael Morales Romero obtuvo medalla de segundo lugar en la prueba

de 100 metros estilo libre y medallas de tercer lugar en las pruebas de 50 metros pecho y 50 metros libre, obteniendo en total 2 medallas de primer lugar, 5 de segundo, 7 de tercer lugar y un campeonato en la rama varonil de la categoría de 15 y 16 años, los atletas dejaron en claro que el mejorar sus tiempos es una de las tareas que se llevan, así como continuar con la preparación para asistir al campeonato estatal, próximo a realizarse los días 9 y 10 de noviembre de la presente anualidad en la ciudad de Apatzingán de la Constitución Michoacán.

Un factor importante para los resultados obtenidos fue el acompañamiento de su entrenador el profesor Ricardo Estrada Jiménez, quien a lo largo de la preparación tanto física como mental les ha inculcado valores y les ha sembrado las ganas de ser campeones como siempre lo han hecho los TIBURONES.



Un factor importante para los resultados obtenidos fue el acompañamiento de su entrenador el profesor Ricardo Estrada Jiménez, quien a lo largo de la preparación tanto física como mental les ha inculcado valores y les ha sembrado las ganas de ser campeones como siempre lo han hecho los TIBURONES.

# Con proceso transparente la CNDH tendrá el mejor perfil: Celeste Ascencio

- Destacó que la convocatoria está siendo acompañada por organizaciones civiles para que ésta sea incluyente.



La Senadora de la República, Celeste Ascencio, reiteró su compromiso con la ciudadanía para que el proceso de elección o reelección para titular de la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) sea transparente y el cargo lo ocupe el mejor perfil.

Ciudad de México, 8 de octubre de 2024.- La Senadora de la República, Celeste Ascencio, reiteró su compromiso con la ciudadanía para que el proceso de elección o reelección para titular de la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH) sea transparente y el cargo lo ocupe el mejor perfil.

"Lo fundamental es que al frente de este organismo esté quien proteja los derechos humanos de la población, de todos los sectores, y lo vamos a lograr porque el proceso será limpio", destacó la legisladora michoacana.

La también presidenta de la Comisión de Derechos Humanos en el Senado, enfatizó que en esta convocatoria se está tomando en cuenta a las organizaciones civiles para asegurar una convocatoria incluyente.

"Quien esté al frente de la CNDH tendrá todo el respaldo de la sociedad civil organizada porque desde la convocatoria estamos trabajando en ello, para que sea un perfil sólido y avalado por la ciudadanía y las instituciones", agregó.

Ascencio también pidió la confianza de la población en general y exhortó a los interesados a estar pendientes de la convocatoria para que conozcan las bases y puedan participar.

Con este proceso se busca garantizar que la CNDH esté encabezada por un perfil que proteja los derechos humanos de todas, todos y todes, principalmente de sectores que en el pasado habían sido lastimados y marginados, como los pueblos originarios, población LGBTQI+, mujeres, jóvenes y personas con discapacidad.

Para Celeste Ascencio, hacer valer los derechos humanos de las y los mexicanos es un compromiso imperativo para garantizar la justicia, la igualdad y la paz en nuestra sociedad.

## Gran Felicitación a los Egresados de la Generación LIX que obtuvieron el Reconocimiento al Alto Rendimiento Académico

El Instituto Tecnológico de Zitácuaro se enorgullece en felicitar a los estudiantes egresados de la generación LIX que han obtenido el Reconocimiento al Alto Rendimiento Académico gracias a sus excelentes calificaciones a lo largo de su carrera.

Este reconocimiento distingue de manera honorífica a los Estudiantes de Excelencia que han demostrado un desempeño académico sobresaliente.

Nuestros egresados destacados son:

Isis Alejandra Casas Jaime - Arquitectura - 96.38

Miguel Ángel García Ramírez - Ingeniería Industrial - 93.04

Brandon Gutiérrez Mendoza - Ingeniería Civil - 92.98

Marco Leonardo Bautista Martínez - Ingeniería en Gestión Empresarial - 91.44

Estefanía Sandoval Rosas - Licenciatura en Administración - 90.21

¡Felicidades a todos ellos por su dedicación y esfuerzo!

Su compromiso con la excelencia académica es un ejemplo para todos nosotros y un orgullo para nuestra institución. Les deseamos el mayor de los éxitos en sus futuros proyectos profesionales y personales.



El Instituto Tecnológico de Zitácuaro se enorgullece en felicitar a los estudiantes egresados de la generación LIX que han obtenido el Reconocimiento al Alto Rendimiento Académico gracias a sus excelentes calificaciones a lo largo de su carrera.

## Con éxito acuden mujeres de 60 a 64 años a registrarse para el Programa Pensión para el Bienestar de Mujeres

- Del 7 de octubre al 30 de noviembre.

H. Zitácuaro Michoacán, 08 de octubre de 2024.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Con éxito se lleva a cabo el registro para el programa Pensión para el bienestar de mujeres de 60 a 64 años de edad en los centros integradores.

En el caso de Zitácuaro desde el primer día se tuvo buena afluencia e incluso se registraron ya más de 100 mujeres que cumplieron debidamente con los requisitos.

En entrevista Glenda Díaz Pérez, Directora Regional de Bienestar, señaló que por indicaciones del Gobierno Federal, el registro será del 7 de octubre al 30 de noviembre y será como se hace con el pago, a través de una calendarización de las letras del abecedario.

Precisó que se pueden registrar las mujeres de 63 y 64 años que vivan en la zona urbana y de 60 a 64 las que estén en la zona indígena, en este último caso les van a enviar una lista de localidades autorizadas.

Sobre los requisitos acta de nacimiento, CURP, comprobante de domicilio, INE, números de teléfono de contacto para brindarles la información.

Respecto a los horarios, especificó que el módulo integrador que está ubicado en Moctezuma oriente No. 1 estará llevando a cabo los registros 8:00 de la mañana a 2:30 de la tarde.

Díaz Pérez, agregó que el beneficio es de 3000 bimestrales y se les entregará a partir de enero a través de una tarjeta sin intermediario y como se hace con los adultos mayores.



Con éxito se lleva a cabo el registro para el programa Pensión para el bienestar de mujeres de 60 a 64 años de edad en los centros integradores.

# Cesmich y ejército refrendan compromiso cívico de colaboración

- Consejeros y Consejeras ratificaron el compromiso de apoyar en tareas de coordinación.



Consejeras y Consejeros del Cesmich reconocieron la labor y el esfuerzo del Ejército Mexicano, a favor de la sociedad civil, principalmente de los michoacanos, al tiempo de refrendar su compromiso de apoyo en las tareas en las que el Consejo Económico y Social de Michoacán pueda aportar.

Morelia, Michoacán., 07 de octubre 2024.- Consejeras y Consejeros del Cesmich reconocieron la labor y el esfuerzo del Ejército Mexicano, a favor de la sociedad civil, principalmente de los michoacanos, al tiempo de refrendar su compromiso de apoyo en las tareas en las que el Consejo Económico y Social de Michoacán pueda aportar.

A invitación del General de Brigada Diplomado del Estado Mayor, Ernesto Joaquín Geminiano Jiménez, consejeras y consejeros del Cesmich, encabezados por el presidente Eduardo Orihuela Estefan, participaron en la Ceremonia de Honores a la Bandera, en la explanada del cuartel de la XXI Zona Militar, donde también estuvo presente el secretario

de gobierno, Carlos Torres Piña.

Una vez concluida dicha ceremonia, se llevó a cabo un recorrido por una exposición itinerante, en la que se detallan las seis obligaciones constitucionales del Ejército Mexicano; defender la integridad, la independencia y la soberanía de la nación; garantizar la seguridad interior; auxiliar a la población civil en caso de necesidades públicas; realizar acciones cívicas y obras sociales que tiendan al progreso del país; en caso de desastre prestar ayuda para el mantenimiento del orden, auxilio de las personas y sus bienes, así como la reconstrucción de las zonas afectadas; y, seguridad pública.

En ese sentido, Lalo Orihuela reconoció la eficacia de los cuerpos militantes del país, así que el Cesmich está en la disponibilidad de

sumar esfuerzos y multiplicar las acciones que se lleven a cabo para la recuperación de la paz en Michoacán.

"Cuenta con nosotros -indicó Lalo Orihuela-; en el Cesmich estamos representados prácticamente todos los sectores de la sociedad civil y somos sensibles a todas las acciones que se llevan a cabo en beneficio de las y los michoacanos".

Además, se enfatizaron las acciones que lleva a cabo el Ejército en situaciones de desastres, ya que son parte fundamental del apoyo a los afectados. Sin duda, agregó, la prevención es fundamental y en el Cesmich pueden continuar las acciones de concientización en escuelas, ahora en coordinación con el Ejército Mexicano.

Finalmente, se acordó que se tendrán próximas reuniones para analizar las acciones conjuntas que se llevarán a cabo entre las Fuerzas Armadas y el Cesmich, ya que se reconoció la importancia de un Consejo tan plural, que puede aportar y apoyar significativamente en beneficio de los michoacanos.

## Anuncia Sedeco 90 % de descuento al solicitar el registro de tu marca

- Del 7 al 20 de octubre; conoce los detalles de esta campaña.

Morelia, Michoacán, 7 de octubre de 2024.- Para apoyar a los michoacanos emprendedores a través de una reducción significativa de costos para el registro de marcas y nombres comerciales, la Secretaría de Desarrollo Económico (Sedeco) lanzó la campaña Precio Diferencial de Tarifas 2024 III Etapa.

Esta campaña permite a los beneficiarios acceder a una tarifa reducida en un 90 por ciento, al pasar de 3 mil 126 a 312 pesos para la solicitud de registro de marca ante el Instituto Mexicano de la Propiedad Industrial (IMPI).

Los grupos elegibles para participar en esta campaña incluyen a personas adultas mayores de 60 años, así como en situaciones de riesgo o discriminación, y contempla a emprendedores que se encuentran en las primeras etapas de su negocio y carecen de ingresos adicionales constantes.

El periodo para acceder a este descuento será del 7 al 20 de octubre de este año. Cada beneficiario podrá solicitar hasta cuatro descuentos.

Para más información las personas interesadas pueden comunicarse a través de WhatsApp al 443 265 8613 o unirse al canal de notificaciones para mantenerse al tanto de la campaña <https://whatsapp.com/channel/0029Vai1wtPEquiTVjyV80K>.

Esta iniciativa representa un paso significativo hacia la equidad y el empoderamiento económico de los grupos menos favorecidos en el estado.

**Ahh Chingá...!**

**ES TLAXCALI, NO TORTILLA.**  
La palabra Tortilla, no es una palabra mexicana ni proviene de ninguna lengua mesoamericana, es de procedencia española. La palabra "tortilla" proviene del latín y significa "pequeña torta". Los españoles nombraron "tortilla" al "Tlaxcali" (Tlaxcali), nombre original en náhuatl de la tortilla mexicana. Una prueba de que la palabra "tortilla" no proviene del náhuatl, es que el náhuatl clásico es decir de hace 500 años, no tenía la letra "R". De hecho, en el idioma náhuatl prehispánico; no existían los sonidos correspondientes a las letras B, D, F, J, N, R, V, LL y X. Los sonidos que más han generado confusión son los de la LL y el de la X. La LL en palabras como Colpulli, Tullan, Calli no se pronunciaba como suena en la palabra llanto, sino como en lento; la X en todo momento se pronunciaba sh, como shampoo, en inglés. Este es un pequeño dato sobre nuestra principal base de alimentación: La Tortilla. Texto: Sofía Guadarrama Collado.

**ES TLAXCALI, NO TORTILLA**

SOLICITA TU FOLIO DE DESCUENTO DEL 3 AL 20 DE OCTUBRE HASTA LAS 13:00 HORAS / 2024-III ETAPA

Presenta tu **SOLICITUD DE REGISTRO DE MARCA**

TOTAL A PAGAR: **\$312.64** POR TRÁMITE **90%** DE DESCUENTO

ADULTOS MAYORES, PERSONAS QUE ENFRENTAN SITUACIONES DE RIESGO, DISCRIMINACIÓN, PUEBLOS INDÍGENAS, AFRODESCENDIENTES, PERSONAS QUE INICIAN CON UN EMPRENDIMIENTO Y QUE NO CUENTAN CON UN INGRESO CONSTANTE.

Para mayores informes llamar al 44 31 13 45 00, extensiones 10133/10608.

IMPI Secretaría de Desarrollo Económico 20 años MICHOACÁN MEJORA

# "Legislamos para devolver el sentido de justicia social a la Constitución": Morón

- Con las reformas al Poder Judicial, Guardia Nacional y Pueblos Indígenas ya consumadas, el senador adelantó que plantearán otras enfocadas a mejorar condiciones laborales y de jubilación.



"Nuestra Constitución fue trastocada durante el periodo neoliberal con reformas como la educativa, la energética o la realizada al sistema de pensiones, por eso vamos a legislar para regresarle su sentido de justicia social", afirmó el senador de Morena por Michoacán, Raúl Morón Orozco.

## Toño Ixtláhuac pone en marcha mejoramiento de caminos y espacios públicos por el #GobiernoDeLaHeroica

-Continúa el Gobierno de la Heroica recorriendo el municipio para rescatar calles y sitios que ocupan su renovación.

Zitácuaro, Mich., a 7 de octubre del 2024.- Toño Ixtláhuac sigue trabajando junto a los ciudadanos para mejorar caminos y espacios públicos.

Es tanto en la zona urbana como rural, donde la actual administración a poco más de un mes su inicio, se mantiene cercana a la población que demanda el mejoramiento de sus espacios.

Juan Antonio Ixtláhuac ha venido señalando en todos las localidades visitadas que con #ElPoderDeLaGente su gobierno está cerca de todas las comunidades de #LaHeroica para atender sus demandas y necesidades apremiantes.

Dando testimonio de lo anterior, el edil ha arrancado e inaugurado obras y trabajos en diferentes colonias y comunidades durante las últimas semanas.



Toño Ixtláhuac sigue trabajando junto a los ciudadanos para mejorar caminos y espacios públicos.

de diversos sectores sociales.

En dichos encuentros, explicó que en la LXVI Legislatura, la cual el pueblo construyó con su voto en favor de la Cuarta Transformación, el objetivo es que se garantice nuevamente la justicia social constitucionalmente, después de haber sido afectada por los neoliberales.

Por ello, ya con reformas como la del Poder Judicial consumadas, se abrirá paso a otras encaminadas a devolver la dignidad laboral, como la desaparición de la USICAMM por un sistema que no viole los derechos de las y los maestros, así como la modificación a la Ley del ISSSTE, que permitirá que trabajadores se jubilen con una pensión del 100 por ciento de su último salario recibido.

Finalmente, aseguró que en el sexenio de Claudia Sheinbaum, Michoacán se verá ampliamente beneficiado, al resaltar el cariño expresado por la presidenta de México por la entidad y la estrecha relación desarrollada durante los últimos años.

Tacámbaro, Mich., a 07 de octubre de 2024.- "Nuestra Constitución fue trastocada durante el periodo neoliberal con reformas como la educativa, la energética o la realizada al sistema de pensiones, por eso vamos a legislar para regresarle su sentido de justicia social", afirmó el senador de Morena por Michoacán, Raúl Morón Orozco.

En continuidad a su gira de agradecimiento al pueblo de Michoacán, el legislador y presidente de la Comisión de Educación del Senado de la República visitó este fin de semana los municipios de Paracho y Tacámbaro, en donde se encontró con militantes, simpatizantes, autoridades y líderes

**BENEFICIOS DE LA grenetina**

1. Conserva la **ELASTICIDAD DE LA PIEL** y reduce la aparición de estrías y celulitis.
2. Fortalece las uñas y el cabello y cuida la salud de los **HUESOS**, ligamentos y tendones.
3. Gracias a su **vitamina C**, ayuda a mejorar las defensas del **SISTEMA INMUNOLÓGICO**.
4. Mejora el funcionamiento del **SISTEMA DIGESTIVO** y combate molestias de gastritis y acidez estomacal.
5. Combate los **DOLORES ARTICULARES** y ayuda a regenerar las articulaciones.
6. Retrasa la aparición de **arrugas**, dándole a **LA PIEL** una apariencia más lisa y suave.

**Cocinovital** 52 REAL POR 100 GR

### CIRUGÍA NEUROLÓGICA CIRUGÍA DE COLUMNA MÍNIMAMENTE INVASIVA



**Dr. Gervith Reyes**  
neurocirugía / cirugía de columna

**NUOVA DIRECCIÓN**

**Teléfonos: 715.104.52.56/715.153.3767**  
**URGENCIAS: 55.22.400.481**

Leandro Valle Norte número 5, Primer piso, Consultorio 01, Col. Melchor Ocampo, C.P. 61506, H. Zitácuaro, Michoacán

#### AGENDA TU CITA

#### ESTUDIOS DE NEUROFISIOLÓGÍA

ELECTROESTIMULACIÓN TRANSCRANEAL - ELECTROENCEFALOGRAMA, ELECTROMIOGRAFÍA  
VELOCIDADES DE NEUROCONDUCCIÓN, POTENCIALES EVOCADOS SOMATOSENSORIALES

CDMX

**Hospital Ángeles Acoxpa**

Consultorio 100 55 5678 3722

# Violencia en México, fracaso de políticas federales en materia de seguridad: Memo Valencia

- Condena dirigencia del PRI Michoacán homicidio de Alejandro Arcos Catalán, presidente municipal de Chilpancingo, Guerrero.  
- Gobierno federal debe atraer investigaciones, dijo el dirigente priista.

## Emite Gobierno de Zitácuaro convocatoria para elegir al nuevo Contralor Municipal

-Los aspirantes tienen hasta el 15 de octubre para presentar su documentación.

Zitácuaro, Mich., a 5 de octubre del 2024.- La convocatoria para la elección del nuevo contralor municipal, fue emitida por el Gobierno Municipal que encabeza Juan Antonio Ixtláhuac, a fin de seleccionar al funcionario que cubra el perfil idóneo para este cargo clave en la supervisión y control de los recursos públicos y funcionamiento de la administración municipal.

Continuando con la política de eficientar la administración pública y mantener los estándares de buen gobierno, el Ayuntamiento que dirige Toño Ixtláhuac busca al mejor perfil. Los aspirantes tienen hasta el próximo 15 de octubre para presentar su documentación en las oficinas de la Secretaría del Ayuntamiento, al interior del Palacio Municipal.

Luego de haber concluido el plazo de inscripción, el Consejo Municipal responsable del proceso, conformado por regidores, realizará la selección de los postulantes que cumplieron con los requisitos y se concluirá con la votación y aprobación de los integrantes del Ayuntamiento para elegir al nuevo contralor.

La titularidad del contralor municipal es esencial para dar certeza jurídica a la transparencia y buen funcionamiento del manejo de los recursos públicos del municipio.

Auditar la operación, ejecución y destino de los recursos públicos, supervisar el cumplimiento de las normativas internas y el funcionamiento de la organización de las distintas unidades administrativas, son algunas de las principales funciones del contralor municipal.

Para mayor información se pueden consultar las bases en la convocatoria emitida.

Morelia, Michoacán, a 08 de octubre de 2024. "Lo que sucede en Chilpancingo es una muestra clara del otro México del que casi nadie se atreve a hablar y demuestra que hay un fracaso rotundo de las políticas del gobierno, el cual está siendo rebasado por los grupos de crimen organizado", afirmó Memo Valencia, desde la dirigencia del PRI Michoacán, quien también condenó de forma enérgica el asesinato del presidente municipal, Alejandro Arcos Catalán, así como el de sus colaboradores.

Las autoridades federales deben atraer las investigaciones, recalcó el líder partidista, quien también pidió investigar a actores políticos, tanto por omisión como por acción.

"Es una muestra clara de que el gobierno no está haciendo su trabajo. Invito al gobierno federal a que se investigue a la gobernadora Evelyn Salgado por sus nexos con el crimen organizado. Queda en evidencia que lo que

hay ya más que un rebase, es una complicidad por parte de las autoridades estatales, porque recordemos que por acción o por omisión también se es responsable", dijo.

Acompañado de Arturo Gamboa Mendoza, secretario de Organización, así como de Santiago Sánchez Bautista, secretario técnico de la Presidencia, Memo Valencia mostró la preocupación del Revolucionario Institucional porque el escenario de violencia como el de Guerrero se replique en Michoacán, en el caso específico de Cotija, donde el edil no ha podido gobernar, y no hay responsables detenidos por el secuestro y posterior homicidio de la ex presidenta municipal, Yolanda Sánchez.

Lamentó también que desde el gobierno estatal se minimicen las cifras de homicidios dolosos ocurridos en Michoacán, y en particular el incremento en Morelia de asesinatos, así como la insistente extorsión y "cobro de piso" a comerciantes, empresarios y productores agrícolas.

"Me sorprenden las cuentas alegres del gobernador al decir que han disminuido los homicidios dolosos cuando la percepción dista mucho de la realidad. Aquí en Morelia acaba de suceder, en lo que va del mes ya van 10 ejecutados. Tenemos información de que en Morelia han empezado a cobrar cuotas en distintos negocios, comercios, y bueno, pues la autoridad está siendo omisa en su responsabilidad de procurar justicia", abundó.



"Lo que sucede en Chilpancingo es una muestra clara del otro México del que casi nadie se atreve a hablar y demuestra que hay un fracaso rotundo de las políticas del gobierno, el cual está siendo rebasado por los grupos de crimen organizado", afirmó Memo Valencia, desde la dirigencia del PRI Michoacán.

CONVOCATORIA PÚBLICA PARA OCUPAR EL CARGO DE CONTRALOR MUNICIPAL EN EL MUNICIPIO DE ZITÁCUARO, MICHOACÁN.

CONVOCATORIA

BASES

El Ayuntamiento de Zitácuaro, Michoacán, convocará a ocupar el cargo de Contralor Municipal en el municipio de Zitácuaro, Michoacán, a fin de seleccionar al funcionario que cubra el perfil idóneo para este cargo clave en la supervisión y control de los recursos públicos y funcionamiento de la administración municipal.

El proceso de selección se realizará de acuerdo a las bases que se publican en esta convocatoria y que forman parte integrante de ella.

El proceso de selección se realizará de acuerdo a las bases que se publican en esta convocatoria y que forman parte integrante de ella.

El proceso de selección se realizará de acuerdo a las bases que se publican en esta convocatoria y que forman parte integrante de ella.

**Dr. Marco Aurelio F. Vega Nava**

**U.A.E.M.**  
**Cirujano General y Gastroenterología**

Reg. S.S.A. 52699 Reg. Fed. de Caus. VENM 500615  
Céd. Prof. 399703

**Mora del Cañonazo 29 Nte. H. Zitácuaro, Mich.**

**CONSULTAS PREVIA CITA POR TELÉFONO**

**715 148 0374 y 722 148 2056**

## Destruyen árboles reforestados por Visión Cero en Avenida Morelia

- Ambientalistas del proyecto invitan a toda la población a cuidar cada arbolito que se plante.



Durante el fin de semana, fueron maltratados y retirados arbolitos de la especie "palo verde" que habían sido reforestados por Visión Cero sobre la Avenida Morelia.

H. Zitácuaro Michoacán, 08 de octubre de 2024.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Durante el fin de semana, fueron maltratados y retirados arbolitos de la especie "palo verde" que habían sido reforestados por

Visión Cero sobre la Avenida Morelia.

Esta acción fue realizada durante la fiesta religiosa que se realizó en la capilla del lugar, y se debió a qué sobre la banqueta fueron colocador puestos y juegos mecánicos.

Ambientalistas del Proyecto Visión Cero, que son quienes han impulsado la reforestación de estos arbolitos por toda la ciudad, criticaron el hecho y pidieron a toda la población cuidar las acciones que se hacen, pues no benefician a unos cuantos sino a toda la ciudad.

Al respecto Victor Torres, integrante de Visión Cero, recordó que los efectos del cambio climático ya llegaron a Zitácuaro, y desde hace unos años atrás se han visto reflejados en un incremento en la temperatura de la ciudad. En este sentido estas reforestaciones que se han hecho pretenden precisamente reducir la sensación termina y lograr una bonita imagen.

Agregó que seguirán

reforestando en áreas verdes de la ciudad y también continuarán entregando arbolitos a los ciudadanos que quieran participar en el cuidado del medio ambiente y se animen a plantar un arbolito en su casa.

## El Cuerpo de Bomberos sigue invitando a la población a ayudar a damnificados de Huetamo

- El jueves acudirán a dejar lo que han recaudado.

H. Zitácuaro, Michoacán. - Por: Guadalupe Solache Rebollo. El Cuerpo de Bomberos de Zitácuaro sigue invitando a la población a donar ayuda para los damnificados de Huetamo y sus alrededores.

En entrevista José Luis Pérez Bernal, comandante de este cuerpo de auxilio, agradeció a todas las personas que se han estado sumando a la noble causa de apoyar a la gente que resultó afectada.

"Es poco lo que la gente a traído a la base, sin embargo aún falta que traigan cosas, nos han confirmado algunas personas que estarán arribando en las próximas horas, así como algunas escuelas que nos van apoyar", dijo.

Pidió a la población a seguir participando a seguir llevando cosas o bien que les marquen al 1538742 y con gusto acuden hasta donde les digan y trasladarlas a la base de avenida Revolución sur número 64.

Todos los viveres se llevarán el próximo jueves, la idea es que se lleve lo más que se pueda y apoyar a las familias que más se pueda. Lo que se está solicitando es comida enlatada, frijoles, arroz, leche en polvo, chiles, alimentos para mascotas así como agua embotellada.

Agregó además que la gente que vive en los alrededores de los ríos o laderas, tomen sus precauciones ya que seguirán las lluvias y la humedad puede ocasionar que se desgaje la tierra.



El Cuerpo de Bomberos de Zitácuaro sigue invitando a la población a donar ayuda para los damnificados de Huetamo y sus alrededores. Informó Luis Pérez Bernal, comandante de este cuerpo de auxilio.

## Vital que mujeres se realicen la mastografía a partir de los 40 años

- El Hospital Regional cuenta con un mastografo fijo.

H. Zitácuaro Michoacán, 08 de octubre de 2024.- Por: Guadalupe Solache Rebollo. Con el fin de detectar anomalías en los senos y tratarse a tiempo para no tener cáncer de mama, es vital que todas las mujeres mayores de 40 años se practiquen la mastografía.

Así lo señaló Hugo Alejandro Medina López, Director del Hospital Regional de Zitácuaro, quien recordó que en este mes dedicado a la prevención del cáncer de mama se impulsan los cuidados hacia las mujeres en este aspecto.

En entrevista dijo que el estudio de completamente gratuitos, los requisitos es tener de 40 a 69 años de edad, baño del día, no usar desodorante, tener las axilas depiladas. Los resultados se les entrega en 15 días, junto con una interpretación.

"Si se detecta alguna anomalía se canaliza a la Ciudad de Morelia para su tratamiento respectivo en Cancerología", expresó.

Cómo médico externó que el cáncer de mama es curable, todo depende si se detecta a tiempo. En este sentido la mastografía permite detectar alguna anomalía a tiempo y junto con un tratamiento adecuado se puede



Con el fin de detectar anomalías en los senos y tratarse a tiempo para no tener cáncer de mama, es vital que todas las mujeres mayores de 40 años se practiquen la mastografía. Así lo señaló Hugo Alejandro Medina López, Director del Hospital Regional de Zitácuaro,

salvar la salud de la mujer.

Agregó que el módulo de mastografía funciona de lunes a viernes de 9:00 a 3:00 de la tarde y cuenta con personal completamente capacitado para beneficio de la mujer solicitante.



# CONSULTORIO VIDA MÉDICO GENERAL

MEDICINA ALOPATA, HOMEOPATIA Y NATURISMO  
D.G.P.1342832 8 C.M.C.P. 5624 C.D NO. 91651

**YOHNATHAN  
MICHEL GONZÁLEZ MARTÍNEZ**  
TEL. 715 112 3982

Tratamos todo tipo de problemas de salud  
MEDICINA GENERAL Y ALÓPATA, HOMEÓPATA  
Especializados en enfermedades

- \* Artritis, cartilagos, dolor de rodillas articuciones.
- \* Hígado, cirrosis hepática
- \* Impotencia sexual masculina,
- \* Cálculos biliares, colitis, gastritis, páncreas.
- \* Control de glucosa y diabetes.
- \* Solución para sobrepeso, nervios, ansiedad y depresión.

- \* Cáncer, anemia, leucemia, nutrición.
- \* Menopausia, quistes.
- \* Problemas bronquiales, tos, gripa.
- \* Tratamiento contra acné y secuelas, erupciones en la piel.
- \* Tratamientos con efecto anti-edad progresiva
- \* Tratamiento de ácido hialurónico y cédulas madre, yoga facial.

Farmacia ubicada en 5 de mayo sur #36  
Consultorios ubicados en 5 de mayo sur #18 interior 2 y  
Leandro Valle norte #5 B segundo piso interior 2

## Cuidando a nuestras mascotas

### ¿Qué puede sentir tu perro que tú no?

Los perros tienen una capacidad increíble para percibir el mundo que los rodea, incluyendo cosas que los humanos no pueden percibir

Los perros pueden saber si estás estresado solo con oler tu sudor o aliento

Los perros pueden detectar el cáncer en humanos y en otros perros tan bien como los procedimientos de diagnóstico estándar

Los perros son expertos en detectar el COVID-19 con una precisión casi tan buena como las pruebas de PCR

Algunos perros pueden sentir cuando su dueño está a punto de tener una convulsión y, en ocasiones, pueden alertarlo al volverse más atento o realizar comportamientos para llamar su atención

Los perros tienen una capacidad increíble para percibir el mundo que los rodea, incluyendo cosas que los humanos no pueden percibir. Tu perro no solo siente tus emociones y las emociones de otros perros, sino que también puede distinguir entre los componentes verbales y emocionales del habla. Tu perro también puede percibir tus niveles de estrés, hasta el punto de que sus niveles se sincronizan con los tuyos.

Pero lo más sorprendente es que los perros pueden saber si estás estresado solo con oler tu sudor o aliento. Clara Wilson, autora del estudio, dijo para NBC News que, "este estudio brinda más evidencia de las capacidades tan increíbles del 'mejor amigo del hombre'". Lo más asombroso es que esto es sólo un ejemplo de los muchos sextos sentidos de los perros.



## La empleada va a donde la patrona a pedirle aumento...

Quora.-Espacio de TEODORO ROJAS, Publicado por Anahí Michel.

- A ver María. ¿Y por qué crees que yo debo aumentarte el sueldo?

- Por 3 razones, patroncita.

La 1ra. es porque yo cocino mejor que usted.

-¿ En serio María ?.

- Sí pues...

¿Y quién te dijo eso?

- Su esposo patroncita.

- ¿Mi esposo, te dijo eso?

- Sí pues...

¡Ese desgraciado!

- La 2da. razón:

Es porque yo plancho mejor que usted

- ¿De verdad María?,

- Sí pues...

¿Y quién te dijo eso?

- ¡Su esposo patroncita!

- ¡Aja!, ¿él te dijo eso?

¡Ese estúpido!

¿Y cuál es la 3ra razón María?

- Bueno patroncita, que YO HAGO EL

AMOR MEJOR QUE USTED



- ¿Eso te lo dijo mi esposo María?

- ¡No patrona! Eso me lo dijo el

JARDINERO...pues...

- Aaaaah ok ok ok! Tranquila María...

No te preocupes...

¿Cuánto me dijiste que querías...?

Fuente Facebook.

## Arena Suelta

Por: Tayde González Arias.

### Leer el mundo

Hay lecturas que nos han marcado por su contenido o mensaje, ejemplo para mí, es lo que dice el libro que se llama "hace falta un muchacho", del escritor español Arturo Cuyás Armengol, quien en sus primeras hojas hace referencia a que los jóvenes de este tiempo, pasado los años hemos de desarrollar las tareas de los gobernantes, profesores, policías entre otros, sin embargo, cuando les toque realizar estas tareas habrán de hacerlo mejor, pues el desarrollo tecnológico y científico no se detiene y entonces se contará con más y mejores herramientas. Estas ideas aplicadas tenderían a que en la actualidad fuésemos personas cuya evolución fuera notoria, optimizaríamos el uso de las redes sociales o los aparatos electrónicos, por ejemplo, sin embargo, no hemos sido capaces de aprovechar estas ventajas de la modernidad debido al desconocimiento de su uso o incorrecta explotación de estas.



Llegaron los avances tecnológicos y nos conquistaron, especialmente a los habitantes de las zonas urbanas, y debido a que como en otras campañas digitales no se nos instruyó en su uso y verdadera potencialidad, pululan los grupos, los perfiles falsos y los ciberfraudes, que comienzan justamente con la deslealtad y la mentira, verdadas en imágenes y letras que alguien subió y escribió pero que cobardemente no da la cara, como quien tira la pedrada y esconde la mano.

Ciertamente que cada uno somos responsable de lo que hacemos y decimos, pero a quien se le culpa en este momento de nuestra vida cibernética si no hay quien dé la cara o enfrente declaraciones que llegan a lastimar, que inmolan el honor o bien que difaman, con solo un fin, el cual claramente es hacer daño y causar problemas. Usar la libertad para deliberadamente abrir cuentas, robar fotos y colocarlas en perfiles o portadas no solo contraviene a un modo honesto de vivir, sino que raya en la falta de conciencia social que impide saborear fielmente el concepto de libertad.

Ciertamente gracias a las redes sociales y la tecnología sabemos lo que pasa en prácticamente todo el mundo, y aunque estar informados es un ganancia grande, en muchas ocasiones la noticia no es totalmente tal cual se transmite, pues el trasfondo que guarda una nota o parte de la investigación suelen ser de suma relevancia, por ello lo que transita en la red es solo una parte del todo y resulta importante investigar más, o ver otras publicaciones para poder hacer conjeturas o juicios serios y de valor.

En un momento se habló de los medios de comunicación como el cuarto poder, y muchos medios impresos transitaron a la digitalización, lo cual fue, es y seguirá siendo una necesidad, por lo práctico que resulta la consulta en un dispositivo móvil seguramente veremos en el futuro cercano más páginas para encontrar información seria y mentirosa, lugares para encontrar parejas, para comprar y vender y desde luego para hacer amistades, por lo que es menester identificar cual es la función que tiene u ofrece cada lugar de la gran telaraña mundial, tener cuidado con lo que se comparte e incluso con los equipos electrónicos, para evitar ser víctimas de virus, de trata o bullying cibernético.

Dicen que los mexicanos nos reímos hasta de la muerte, aunque yo considero que le guardamos muchos, amor a los difuntos, y como analogía a las redes sociales, se ha convertido en un lugar en donde nos reímos de nuestros iguales, nos olvidamos de que quien escribe para dañar a alguien, lo hará de otro ser, que también llora y ríe y con los famosos memes, que no dejan de ser imágenes trukeadas y casi siempre tomadas sin permiso, creemos que burlarse o fomentar que se mofen es gracioso, de una manera alevosa, por eso nuevamente es necesario e importante regularnos como usuarios de una red en la que siendo miembro, en cualquier momento se podría pasar a ser también víctima.

Existen muchas lagunas en materia de regulación digital y el uso de las redes, en nuestro país pocos son los que se atreven a hablar del tema, cuando se ha querido hacer, algunos lo han considera como coartar las libertades, y sin embargo cada día lo que se sube y se publica dista mucho de la razón, la conciencia y algunas veces hasta de buen juicio. Incluso los candidatos a la Presidencia de la República se encuentran entre dimes y directes en redes sociales, uno dice y la otra contesta, deberían saber que si quieren calentar el ambiente para el debate una recomendación es que guarden los argumentos para el debate verdadero, y no sean sensacionalistas y poco serios haciendo de estas redes chismografos, alejados de la idea de acercar amigos y familias objetivo con que fueron concebidas.

## Imparte FGE taller de control de emociones a personal docente de un preescolar en Zitácuaro

Zitácuaro, Michoacán, a 7 de octubre de 2024.- La Fiscalía General del Estado de Michoacán (FGE), a través del Centro de Mecanismos Alternativos de Solución de Controversias (CMASC), llevó el taller "Vivamos la emociones" a personal docente del Jardín de Niños Francisco González Bocanegra, ubicado en la localidad de la Palma de Cedano, en Zitácuaro.

La dinámica fue llevada a cabo por personal perteneciente a la Dirección de Programas de Justicia Restaurativa del CMASC, con sede en la Fiscalía Regional de Zitácuaro, en la que se explicó a las y los docentes de dicha institución la importancia de reconocer sus emociones para mantener entornos más saludables, tanto en el ámbito laboral, como el en familiar y social.

El taller, denominado "Vivamos la emociones", fue impartido por la psicóloga Nancy Gómez Alba, el cual tuvo como objetivo crear conciencia en el personal docente sobre la trascendencia de conocer, controlar y expresar las emociones como parte de un proceso de autocuidado.

Así mismo, exhortó a las y los asistentes a procurar su salud emocional y mental para estar en posibilidad de tomar las mejores decisiones sobre su cuerpo, su salud física y mental, y con ello transmitir a los niños y niñas la importancia de conocer sus emociones, identificando el cómo las viven, lo que permitirá conocer las prioridades de cada uno conforme a su edad y a futuro, reafirmando así su crecimiento personal.



La Fiscalía General del Estado de Michoacán (FGE), a través del Centro de Mecanismos Alternativos de Solución de Controversias (CMASC), llevó el taller "Vivamos la emociones" a personal docente del Jardín de Niños Francisco González Bocanegra, ubicado en la localidad de la Palma de Cedano, en Zitácuaro.

## SSM mantiene en operación 8 módulos contra la violencia familiar, sexual y de género

Morelia, Michoacán, 6 de octubre de 2024.- Con la finalidad de detectar oportunamente casos vinculados a la violencia familiar, sexual y de género, la Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) cuenta con ocho módulos de atención.

Estos espacios denominados Mujer y Salud (Musa) se encuentran ubicados en el Hospital de la Mujer y el "Dr. Miguel Silva", Psiquiátrico "Dr. José Torres Orozco", en Uruapan, Sahuayo y Lázaro Cárdenas, así como los centros de Salud de Morelia "José Manuel González Urueña" y Apatzingán.

En estos espacios especializados, se brinda apoyo psicoemocional a mujeres víctimas de violencia de género y atención a lesiones provocadas por agresiones físicas; se provee profilaxis para prevenir infecciones de transmisión sexual y, en caso de embarazo producto de violencia sexual, se realiza una referencia oportuna para el aborto seguro. Se puede acudir a cualquier unidad de salud para ser referenciada al módulo Musa.

Durante este 2024, mil 220 mujeres han recibido atención médica especializada, 4 mil 690 atenciones psico-emocionales y 12 mil 500 consejerías especializadas a mujeres, niñas y adolescentes.

Además, se brindaron pláticas sobre el derecho a una vida libre de violencia a 26 mil 410 personas: 22 mil 160 adultos y 4 mil 250 adolescentes, a través de personal especializado y capacitado para la atención, seguimiento y referencia a otras instancias, lo que ha permitido fortalecer la capacidad de respuesta y por ende los servicios de prevención y atención de la violencia de género y violencia sexual.



Con la finalidad de detectar oportunamente casos vinculados a la violencia familiar, sexual y de género, la Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) cuenta con ocho módulos de atención.

## Quora: "PARA DORMIR La Cáscara de banana. UN TÉ MILAGROSO

El té de banana ofrece varios beneficios para la salud:

Mejora del sueño : Contiene magnesio y potasio, minerales que ayudan a mejorar la calidad del sueño.

Reducción de la hinchazón; Su alto contenido en potasio ayuda a contrarrestar la retención de líquidos y la hipertensión.

Salud cardiovascular : Puede prevenir accidentes cerebrovasculares y enfermedades cardíacas gracias a su contenido de magnesio y potasio.

Fortalecimiento óseo : Aporta calcio y fósforo, contribuyendo a la densidad ósea.

Digestión: Rico en fibra, ayuda a combatir el estreñimiento y mejora el funcionamiento intestinal. (Preparación del Té de Cáscara de Banana)

Ingredientes: 1 banana, Agua, Canela (opcional)

Instrucciones:

Preparación de la Banana: Lave bien la banana sin quitarle la cáscara. Corte los extremos de la banana.

Cocción: Coloque la banana en una olla



con agua hirviendo. Cocine a fuego lento durante 10 minutos.

Reposo y Colado: Deje reposar el té unos minutos. Pase el líquido por un colador para retirar restos sólidos.

Saborización: Agregue una pizca de canela si lo desea.

El té de cáscara de banana es rico en potasio, magnesio y antioxidantes, y puede ayudar a mejorar el sueño y la salud ósea.??

### 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, cardíacas, 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.