

**Reducción de jornada laboral a 40 horas es un acto de justicia histórica:**  
**Raúl Morón**

6 ▶



**Nuestras costumbres y tradiciones son parte de nuestra identidad:**  
**Mary Carmen Bernal Martínez**

2 ▶



**Comité Directivo Municipal del PAN de Zitácuaro participa en Primera Reunión Distrital**

5 ▶



**Lenin Moreno Hernández; un entrenador que forja campeones y personas**

7 ▶



**Vacunación antirrábica llegará a todo el municipio, asegura titular de Protección Animal**

10 ▶



Fundador y Director General: René Serrano García

SABADO  
14 de Febrero de 2026

AÑO XLII  
No. 3057



**Michoacán cuenta con 771 mil vacunas disponibles contra el sarampión: Bedolla**



**Adultos mayores y Mujeres reciben tarjeta de cobro de Bienestar**

5 ▶



**Detalles para el Día del Amor y la Amistad en el centro de la ciudad**

11 ▶

**¿Sueñas con casa propia? Abierto pre-registro para el Programa de Vivienda para el Bienestar**



**Sigue reforzamiento de la vacunación en Zitácuaro**

11 ▶



# Titular de Medio Ambiente y Recursos Naturales Llama a Realizar Quemias Agrícolas con Precaución

## - Es la principal causa de incendios forestales

H. Zitácuaro, Michoacán, 11 de febrero de 2025.- El titular de Medio Ambiente y Recursos Naturales, Pedro Mondragón López, hizo un llamado a los agricultores a realizar quemias agrícolas con todas las medidas de seguridad necesarias para evitar incendios forestales.

En entrevista, Mondragón López destacó que la mayoría de los incendios forestales en la región se deben a quemias agrícolas que se salen de control, por lo que es fundamental

tomar precauciones y seguir las normas establecidas. Incluso señaló que de acuerdo a la norma 015 SEMARNAT estas acciones están prohibidas y no deben hacerse porque generan contaminación y restan nutrientes al suelo.

"Es importante que los agricultores notifiquen a las autoridades antes de realizar cualquier quema agrícola, para que se tomen las medidas necesarias y se eviten incendios",

señaló Mondragón López.

Entre las recomendaciones que hay para realizar quemias se encuentran:

- Notificar a las autoridades antes de realizar cualquier quema agrícola
- Seguir las normas y restricciones establecidas
- Tomar medidas de seguridad para evitar incendios
- Utilizar equipo de protección personal
- Tener un plan de emergencia en caso de

incendios

Mondragón López agregó que como parte del trabajo para atender los incendios forestales que ocurren en la actual temporada de estiaje, se harán reuniones en las comunidades para hacer brigadas voluntarias.

En el municipio, recientemente ya ocurrieron dos conatos de incendio forestales, uno de ellos en La Gironda y apenas el día de ayer en Aputzio; en ambos casos se atendieron de forma oportuna.

Invitó a la población a reportar cualquier incendio forestal, lo pueden hacer al número de teléfono 7151210113.

Actualmente la oficina de Medio Ambiente se encuentra en el parque Bicentenario, en la carretera rumbo al Naranjo, ahí se puede brindar más orientación a quienes la requieran para hacer una quema forestal y otros temas.

## Nuestras costumbres y tradiciones son parte de nuestra identidad: Mary Carmen Bernal Martínez

Zitácuaro, Michoacán a 7 de febrero de 2026. Desde la zona arqueológica de San Felipe de los Alzati y Zirahuato de los Bernal la Diputada Federal Mary Carmen Bernal destacó que el municipio de Zitácuaro tiene identidad, tiene historia, tiene costumbres y tiene tradiciones que son parte de nuestra esencia.

Al realizar un recorrido por ese histórico lugar para el municipio de Zitácuaro para promocionar el próximo carnaval de primavera de San Felipe los Alzati, la legisladora destacó que es a través de esas actividades como podemos fomentar el turismo en la región pero además conservar nuestra identidad y nuestras tradiciones.



Desde la zona arqueológica de San Felipe de los Alzati y Zirahuato de los Bernal la Diputada Federal Mary Carmen Bernal destacó que el municipio de Zitácuaro tiene identidad, tiene historia, tiene costumbres y tiene tradiciones que son parte de nuestra esencia.



El titular de Medio Ambiente y Recursos Naturales, Pedro Mondragón López, hizo un llamado a los agricultores a realizar quemias agrícolas con todas las medidas de seguridad necesarias para evitar incendios forestales.



### 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.**

Articlistas: **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

C.P. 61500

5 DE MAYO SUR N° 41-A

TELS. 153-09-03 Y 153-53-24

notario38@hotmail.com



# *Amigo* Paguitos

## ESTRENA DESDE

# \$50

## semanales

### con el

## DOBLE

## DE

# 6 GB

### POR

## meses

### EQUIPOS NUEVOS

# 12

### MESES DE GARANTÍA



**EVONET**  
Distribuidor Autorizado

La mayor Cobertura y Velocidad

**telcel**

1) Compra venta a plazo sujeta a aprobación y validación de historial crediticio y capacidad de pago. Consulte plazos de pago disponibles en punto de venta. 2) 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. 3) Monto comunicado calculado considerando un equipo con precio de \$1,499 pagando 30% de enganche y remanente diferido en 18 pagos semanales. Consulte equipos terminales smartphones 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 Máximas en [www.telcel.com](http://www.telcel.com) Válido del 1 de febrero al 31 de marzo de 2026.

## Michoacán cuenta con 771 mil vacunas disponibles contra el sarampión: Bedolla



Michoacán cuenta con 771 mil vacunas disponibles para la prevención del sarampión, las cuales se encuentran en los 364 centros de salud de la entidad, así lo señaló el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla.

## Celebra Bedolla reforma que reduce a 40 horas la jornada laboral; paso decisivo a la justicia social en Michoacán

Morelia, Michoacán, 12 de febrero de 2026.- Tras la reforma constitucional aprobada por el Senado que reduce la jornada laboral de 48 a 40 horas a la semana, el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla señaló que este es un paso decisivo hacia la justicia social y el bienestar de todas y todos los trabajadores.

“Esta iniciativa, impulsada por la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo, transformará el modelo de trabajo en el país, permitiendo que las familias michoacanas gocen de mayor tiempo para la convivencia y el desarrollo personal”, resaltó el mandatario.

Detalló que, con esta modificación a la ley, se avanza hacia un modelo de justicia social que pone en el centro la dignidad humana, permitiendo jornadas más accesibles sin sacrificar la estabilidad económica de los hogares.

Precisó que la reforma al artículo 123 de la Constitución federal, no bajará los salarios, sueldos, ni prestaciones de las y los trabajadores.

Subrayó que la implementación será paulatina, ya que la jornada en el 2027 será de 46 horas; en 2028 de 44, en 2029 de 42 y en el 2030 de 40 horas.

La reforma también establece que el trabajo extraordinario voluntario será de 12 horas a la semana, y las personas menores de 18 años, no podrán desarrollar tiempo extraordinario.



Tras la reforma constitucional aprobada por el Senado que reduce la jornada laboral de 48 a 40 horas a la semana, el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla señaló que este es un paso decisivo hacia la justicia social y el bienestar de todas y todos los trabajadores.

Morelia, Michoacán, 12 de febrero de 2026.- Michoacán cuenta con 771 mil vacunas disponibles para la prevención del sarampión, las cuales se encuentran en los 364 centros de salud de la entidad, así lo señaló el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla.

“Contamos con suficientes dosis y las brigadas correspondientes para combatir los contagios; es así que, a través de la Secretaría de Salud en coordinación con personal del IMSS-Bienestar, avanza de manera puntual la aplicación del biológico”, resaltó el mandatario.

Detalló que, desde abril de 2025 al corte del día de hoy, en Michoacán se han aplicado 515 mil dosis de la vacuna, y se cuenta con

equipos de respuesta rápida en todas las jurisdicciones para realizar los bloqueos vacunales donde se presente algún caso nuevo de sarampión.

Ramírez Bedolla explicó que el 90 por ciento de los casos de sarampión no tienen antecedentes de vacunación previa; por ello, hizo un llamado a las madres y padres de familia para que acudan a los módulos con los menores de seis meses a 12 años de edad, que no han recibido ninguna vacuna contra el sarampión, al ser uno de los sectores de mayor vulnerabilidad.

Otro grupo prioritario son los de 13 a 49 años sin la vacuna del sarampión o que no recuerden estar vacunados.

Finalmente, detalló que hasta este miércoles, en la entidad se encuentran 304 casos acumulados desde febrero de 2025 a la fecha.

## Aprueba 76 Legislatura evaluaciones médicas y de manejo a mayores de 80 años que soliciten licencias de conducir

Morelia, Michoacán; a 12 de febrero de 2026.- Con el objetivo de fortalecer los mecanismos de seguridad vial, ahora las personas mayores de 80 años que soliciten la expedición o renovación de licencias y permisos para conducir deberán acreditar evaluaciones médicas y psicológicas, así como una prueba práctica de manejo, que conservan las capacidades físicas, sensoriales, cognitivas y psicomotrices necesarias para conducir de manera segura.

Lo anterior luego que en sesión ordinaria las y los diputados aprobaron la reforma al artículo 139 de la Ley de Movilidad y Seguridad Vial del Estado, una propuesta presentada en su momento por el diputado Juan Carlos Barragán y dictaminado por la Comisión de Movilidad y Comunicaciones.

Dicha reforma establece que tales evaluaciones que se les realizaran a los solicitantes mayores de 80 años, deberán regirse conforme a los lineamientos y protocolos que emita la dependencia competente, con pleno respeto a los principios de igualdad, no discriminación y seguridad vial.

Las y los diputados integrantes de la 76 Legislatura coincidieron que con los mecanismos de evaluación periódica, no se pretende restringir arbitrariamente el derecho a la movilidad, sino garantizar que dicho derecho se ejerza en condiciones de seguridad, tanto para la persona conductora como para terceros.

“La medida cumple con el principio de proporcionalidad, al ser idónea para prevenir riesgos, necesaria ante la inexistencia de alternativas menos restrictivas y equilibrada, al permitir la conducción siempre que se acrediten las capacidades requeridas”, precisa el decreto aprobado con 26 votos.

Finalmente, el Pleno Legislativo puntualizó que la regulación diferenciada para personas mayores de 80 años no constituye discriminación, sino una acción normativa de protección reforzada, orientada a salvaguardar su integridad, autonomía y dignidad, sin imponer prohibiciones automáticas ni efectos retroactivos.



Con el objetivo de fortalecer los mecanismos de seguridad vial, ahora las personas mayores de 80 años que soliciten la expedición o renovación de licencias y permisos para conducir deberán acreditar mediante evaluaciones médicas y psicológicas, así como una prueba práctica de manejo, que conservan las capacidades físicas, sensoriales, cognitivas y psicomotrices necesarias para conducir de manera segura.



# Movilización masiva en Zitácuaro para prevenir el sarampión

- Decenas de personas acudieron a vacunarse contra esta enfermedad



Con una respuesta abrumadora de personas de todas las edades que acudieron a vacunarse contra el sarampión, este municipio se sumó a las acciones para reforzar la aplicación de vacunas que se lleva a cabo en todo el país.

H. Zitácuaro, Michoacán, 11 de febrero de 2026.- Con una respuesta abrumadora de personas de todas las edades que acudieron a vacunarse contra el sarampión, este municipio se sumó a las acciones para reforzar la aplicación de vacunas que se lleva a cabo en todo el país.

Desde las 9:00 de la mañana cientos de personas acudieron a vacunarse al módulo de vacunación instalado a las afueras de la Presidencia Municipal, la fila se extendió varios metros. Además de la vacuna contra el sarampión, estuvieron otras como la destinada al COVID, hepatitis B, neumoco y influenza, así como tétanos.

Asimismo lo mismo ocurrió en el

Centro de Salud de esta ciudad durante todo el día hubo fila para vacunarse.

Dicha acción de reforzamiento fue posible gracias a la suma de esfuerzos entre el Gobierno Municipal a través de la Dirección de Salud, Centro de Salud, IMSS e ISSSTE.

Además de instalación de puntos de vacunación como ocurrió en el centro de la ciudad, se están visitando escuelas enteras para vacunar a menores, se está convocando a escuelas enteras que acudan al Centro de Salud, para abarcar a niños y padres de familia que ocupen dicho biológico.

El sarampión se transmite por vía aérea y se caracteriza por fiebre alta, tos, coriza y un exantema generalizado. Si se presentan síntomas, es importante acudir de inmediato a una clínica del sector salud para recibir tratamiento. Aunque el sector salud ha destacado que la mejor forma de prevenir esta enfermedad es mediante la vacunación.

## Adultos mayores y Mujeres reciben tarjeta de cobro de Bienestar

- A la par del 16 al 22 de febrero nuevo registro

H. Zitácuaro Michoacán, 12 de febrero de 2026.- Aquellos adultos mayores de 65 años y mujeres de 60-64 que se incorporaron a los programas de Bienestar, recibieron su tarjeta con el que podrán acceder a este recurso.

Durante toda la semana esta entrega se estará haciendo en los 9 municipios que conforman la región, en el caso de Zitácuaro son 383 las que se van a entregar.

La entrega se llevó a cabo en las oficinas de Bienestar, ahí se les explicó las bondades de este programa y la forma como deben cuidar este recurso.

Juan Arcenio Rodríguez Villafañá, Director Regional de Bienestar, destacó que estas tarjetas corresponde a aquellos que se registraron en el mes de diciembre. De acuerdo a las reglas de operación, luego de su registro, al siguiente bimestre reciben su tarjeta, luego al mes o a los dos meses ya se comienza a ver su recurso. Para adultos mayores es de 6400 pesos y para mujeres es de 3100 pesos.

A la par de esta entrega de credenciales, dijo que del 16 al 22 del presente mes, en los diferentes centros integradores se estará incorporando a los adultos mayores de 65 años y mujeres de 60 a 64 años.

"Para los beneficiarios, es un sentir muy bonito porque es un reconocimiento a toda la labor que le han dado al país, por primera vez hay personas en las comunidades o colonias que tienen para comer y es de mucha ayuda".

Al atestiguar esta entrega, la Diputada Federal por el 03 Distrito, Mary Carmen Bernal Martínez destacó que tanto la pensión para adultos mayores como el recurso que llega a mujeres de 60 a 64 años es un acto de justicia social y fue impulsado por el ex presidente Andrés Manuel López Obrador.

La legisladora, precisó que estos dos programas son derechos universales que están contemplados en la Constitución, y que nadie les puede quitar a todos los mexicanos. Fue posible gracias a la aprobación y trabajo legislativo de diputados que son los encargados de modificar las leyes de la Constitución.



Aquellos adultos mayores de 65 años y mujeres de 60-64 que se incorporaron a los programas de Bienestar, recibieron su tarjeta con el que podrán acceder a este recurso.

## Comité Directivo Municipal del PAN de Zitácuaro participa en Primera Reunión Distrital

- Rumbo al proceso electoral del 2027

H. Zitácuaro, Mich., 11 de febrero de 2026.- El Comité Directivo Municipal del PAN de Zitácuaro encabezado por el Ingeniero Víctor Torres Morales, estuvo presente en la Primera Reunión Distrital de este instituto político.

Dicho encuentro tuvo como sede el municipio de Maravatío y reunió a integrantes del Comité Estatal así como varias dirigencias municipales como: Contepec, Epatacio Huerta, Tlalpujahua, Senguio y Zitácuaro.

El objetivo fue avanzar en los trabajos de organización de cara al proceso electoral del 2027; dar seguimiento a los indicadores que definirán las acciones en cada uno de los municipios y distritos.

Durante el encuentro, el dirigente estatal del PAN, Carlos Quintana, llamó a los presentes a trabajar en unidad y que haya seguridad que en todo momento habrá esa cercanía que garantizará que haya buenos resultados.

Asimismo insistió en respetar los tiempos electorales, en su momento la dirigencia nacional evaluará a los prospectos a buscar las diferentes posiciones.

Al respecto Víctor Manuel Torres Morales, aplaudió este tipo de reuniones y se dijo seguro que en Zitácuaro habrá resultados sólidos para tener un mejor estado y un mejor municipio.



El Comité Directivo Municipal del PAN de Zitácuaro encabezado por el Ingeniero Víctor Torres Morales, estuvo presente en la Primera Reunión Distrital de este instituto político.

## Reducción de jornada laboral a 40 horas es un acto de justicia histórica: Raúl Morón

- El senador destacó que tras más de 100 años sin cambios, hoy se pone fin a décadas de injusticia laboral y precariedad  
- La reforma, fruto de 40 mesas de diálogo, beneficiará a 13.4 millones de trabajadores sin reducir salarios ni prestaciones



"Después de 109 años de no tocar la jornada laboral máxima, hoy el régimen humanista de la Cuarta Transformación cumple un compromiso histórico, legal y moral con quienes entregan su talento al servicio de la patria", sentenció el senador de Morena por Michoacán, Raúl Morón Orozco, al participar en el debate y votar a favor de la aprobación de la reforma que reduce de 48 a 40 horas la jornada laboral en México.

## Congreso local reforma Ley de Hacienda en materia enajenación y arrendamiento de bienes propiedad del Estado

Morelia, Michoacán; a 12 de febrero de 2026.- La 76 Legislatura a fin de contribuir a fortalecer la armonización de las finanzas del Estado y con ello dar claridad y certeza jurídica al contribuyente, aprobó reformar los artículos 70 y 71 de la Ley de Hacienda de Michoacán.

En sesión ordinaria, con 32 votos a favor se aprobó que el Gobierno del Estado podrá obtener ingresos que se generen por la utilización, aprovechamiento o enajenación de bienes de propiedad del Estado, en términos de lo previsto en la normativa aplicable a la materia.

En este sentido, las Comisiones de Hacienda y Deuda Pública y de Programación, Presupuesto y Cuenta Pública especificó que la ley ya prevé los supuestos a través de los cuales el Estado obtiene ingresos para cubrir los gastos públicos generados por el ejercicio de la función pública a su cargo.

Por ello, al aprobar dicha reforma se atiende la actualización normativa así como la adaptación de los cambios en materia contable pasando del capítulo de los aprovechamientos al de los productos.

Cabe señalar que los productos son las contraprestaciones por los servicios que preste el Estado en sus funciones de derecho privado, así como por el uso, aprovechamiento o enajenación de bienes del dominio privado del Estado.

Es así que las y los legisladores dan claridad a la forma en que el Estado recaude en favor de sus ciudadanas y ciudadanos, siempre bajo los principios de certeza y seguridad jurídica para que el ingreso que se recaude sea regresado a estos en su beneficio.



La 76 Legislatura a fin de contribuir a fortalecer la armonización de las finanzas del Estado y con ello dar claridad y certeza jurídica al contribuyente, aprobó reformar los artículos 70 y 71 de la Ley de Hacienda de Michoacán.

Ciudad de México, a 12 de febrero de 2026.- "Después de 109 años de no tocar la jornada laboral máxima, hoy el régimen humanista de la Cuarta Transformación cumple un compromiso histórico, legal y moral con quienes entregan su talento al servicio de la patria", sentenció el senador de Morena por Michoacán, Raúl Morón Orozco, al participar en el debate y votar a favor de la aprobación de la reforma que reduce de 48 a 40 horas la jornada laboral en México.

Durante su intervención, el legislador michoacano realizó un recorrido histórico para señalar que desde la conquista y el porfiriato, la clase trabajadora fue sometida a jornadas inhumanas. Recordó que fue la lucha de figuras como los hermanos Flores Magón la que logró las 8 horas en 1917, un estándar que permaneció congelado por más de un siglo pese a los profundos cambios económicos y tecnológicos.

Morón Orozco fue tajante al señalar la omisión de las administraciones anteriores: "El PRIAN pudo aumentar el salario cuando gobernaba y reducir la jornada, pero no lo hicieron. Al contrario, presumían la mano de obra barata como motivo de orgullo mientras el pueblo estaba condenado a la precariedad", enfatizó.

El senador subrayó que esta reforma eleva a rango constitucional la reducción de la jornada de manera gradual, garantizando que no se afecte el aumento anual al salario mínimo ni se disminuyan prestaciones o días de vacaciones. Detalló que este logro es fruto del diálogo y consenso de más de 40 mesas de trabajo con empresarios, sindicatos, académicos y el gobierno.

Con la aprobación de la reforma, cerca de 13.4 millones de personas que actualmente trabajan 48 horas o más sin una remuneración justa, verán una mejora sustancial en su calidad de vida.

Finalmente, como luchador social y sindicalista, Raúl Morón reafirmó que esta reforma se suma a los éxitos de la 4T, como el incremento acumulado al salario mínimo del 135% y la ampliación del acceso a la vivienda, para consolidar un modelo donde el esfuerzo de las y los trabajadores rinde frutos reales y bienestar para sus familias.

## Es posible gobernar sin endeudar a Michoacán: Bedolla

- En cuatro años se han invertido más de 40 mil mdp en obras de infraestructura, sin deuda

Morelia, Michoacán, 13 de febrero de 2026.- Con una inversión superior a los 40 mil millones de pesos en los últimos cuatro años, para la construcción y rehabilitación de infraestructura, el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla demostró que en Michoacán es posible gobernar sin necesidad de endeudar a futuras generaciones.

"Gobernar con honestidad y disciplina financiera sí es posible, vine a dar soluciones y no a hipotecar el futuro de los michoacanos", afirmó el mandatario, quien agregó que ahora, con la reciente aprobación de la reforma constitucional por parte del Congreso local, para prohibir la contratación de deuda pública de largo plazo al Poder Ejecutivo del Estado, ninguna administración heredará compromisos financieros.

Señaló que, gracias al manejo responsable de las finanzas públicas, su administración transforma la entidad con la construcción de megaobras, como los teleféricos de Morelia y Uruapan, distribuidores y puentes superiores vehiculares, el mercado de Pátzcuaro, tramos carreteros o el segundo anillo periférico de la capital del estado, entre otras.

El dictamen con proyecto de decreto avalado por las y los diputados locales, contempla la adición de dos últimos párrafos a la fracción XII del artículo 44 de la Constitución Política del Estado y establece también que la contratación de deuda pública deberá realizarse bajo los principios de responsabilidad hacendaria, sostenibilidad financiera y transparencia, y que no podrá exceder la duración de la administración estatal en curso.

Cuando presentó la iniciativa de reforma constitucional en diciembre del año pasado, Ramírez Bedolla evidenció que en los últimos 25 años la deuda pública del estado había crecido 640 por ciento, de manera desproporcionada, convirtiéndose en una forma silenciosa de corrupción.

"Tan solo en el ejercicio fiscal 2025, el Estado de Michoacán devengó más de 6 mil 300 millones de pesos para el pago de deudas contraídas por administraciones anteriores, recursos que no se tradujeron en nuevas obras, servicios o programas, sino en el cumplimiento de obligaciones financieras heredadas", expuso el gobernador en su iniciativa.



Con una inversión superior a los 40 mil millones de pesos en los últimos cuatro años, para la construcción y rehabilitación de infraestructura, el gobernador Alfredo Ramírez Bedolla demostró que en Michoacán es posible gobernar sin necesidad de endeudar a futuras generaciones.



## Lenin Moreno Hernández; un entrenador que forja campeones y personas



Lenin Moreno Hernández es un hombre apasionado por el atletismo. Con 23 años de experiencia como entrenador, ha dedicado su vida a formar atletas y compartir su amor por el deporte.

H. Zitácuaro, Michoacán, 11 de febrero de 2026.- Lenin Moreno Hernández es un hombre apasionado por el atletismo. Con 23 años de experiencia como entrenador, ha dedicado su vida a formar atletas y compartir su amor por el deporte.

"Mi interés por el atletismo nació desde muy joven, cuando participé en competencias escolares y descubrí mi pasión por la disciplina y la superación personal", recuerda Moreno Hernández con una sonrisa. "Me encantaba la adrenalina de la competencia y la sensación de mejorar mis marcas personales".

Esta pasión lo llevó a estudiar la licenciatura en Educación Física y especializarse en atletismo como entrenador, y más tarde a seguir con la maestría en cultura física y deporte. A lo largo de su carrera, ha tenido la oportunidad de entrenar a más de 500 niños, jóvenes y adultos, tanto a nivel de formación como profesional.

"Ver a mis atletas crecer y alcanzar sus objetivos tanto en lo personal como en lo deportivo es increíble y vale la pena el esfuerzo que se pone como entrenador", expresa con orgullo. Algunos de sus atletas han destacado en competencias estatales, regionales, nacionales e internacionales, lo que lo motiva a seguir trabajando en la formación de nuevos talentos.

"Lo que me motiva a seguir es la satisfacción de ver a mis atletas mejorar y alcanzar sus metas", dice. "Me encanta el

proceso de entrenamiento, la planificación y la estrategia para ayudar a cada uno a superar sus límites".

Moreno Hernández destaca que el atletismo le ha enseñado valores como la disciplina, la perseverancia y el trabajo en equipo, que aplica en su vida personal y profesional. "El atletismo no solo se trata de correr o saltar, se trata de desarrollar habilidades y valores que te ayudan a alcanzar tus objetivos en la vida".

Invita a todas las personas a que practiquen algún deporte y si es atletismo mucho mejor, en su club de atletismo "Coyotes Team" donde forman atletas para la vida.

Uno de los momentos que recuerda con orgullo y gran emoción fue cuando uno de sus atletas logró clasificar a un campeonato nacional, fue único ver a alguien a quien entrenó y apoyó durante años, a alcanzar un objetivo tan importante.

"Recuerdo la preparación intensa, los sacrificios y el trabajo en equipo que hicimos juntos. Y cuando llegó el momento de la competencia, todo se unió; ver a mi atleta subir al podium y escuchar el himno nacional fue un momento inolvidable", expresa.

Asimismo añade "esa experiencia me recuerda siempre por qué amo ser entrenador: ver a mis atletas crecer, superar límites y alcanzar sus sueños es un sentimiento increíble que me motiva a seguir trabajando duro", finaliza Lenin Moreno.

## Ley de no más deuda a largo plazo es solo para el Ejecutivo; ayuntamientos son libres de su manejo financiero: Raúl Zepeda

- La iniciativa no contempla modificaciones a las atribuciones que tienen los 113 ayuntamientos

Morelia, Michoacán, 11 de febrero de 2026.- El secretario de Gobierno de Michoacán, Raúl Zepeda Villaseñor, enfatizó que la iniciativa de ley para impedir que el Gobierno del Estado adquiera deuda a largo plazo no será aplicable a los ayuntamientos, y rechazó que esta propuesta tenga como objetivo limitar o presionar financieramente a los municipios.

El encargado de la política interna estatal explicó que la reforma está dirigida exclusivamente al manejo financiero del Ejecutivo estatal y no interfiere con las facultades que tienen los gobiernos municipales para tomar decisiones sobre su hacienda pública.

Lo anterior, dijo, surge ante versiones que señalan que la modificación legal buscaría "asfixiar" a los ayuntamientos. Frente a ello, subrayó que la administración estatal mantiene una postura de respeto absoluto a la autonomía municipal y a las determinaciones que cada cabildo adopte respecto a sus finanzas y esquemas de financiamiento.

No obstante, puntualizó que toda administración pública, sin importar el nivel de gobierno, debería asumir como prioridad el cumplimiento de sus obligaciones financieras dentro de su propio periodo de gestión, con el objetivo de reducir progresivamente el rezago de deuda pública.

Zepeda Villaseñor sostuvo que la ruta es fortalecer la disciplina presupuestal y la planeación del gasto, a fin de evitar cargas excesivas para administraciones futuras y proteger la estabilidad financiera institucional.

Finalmente, destacó que el gobierno que encabeza Alfredo Ramírez Bedolla ha demostrado que con orden y disciplina financiera es posible impulsar más y mejores obras y acciones en beneficio directo de la ciudadanía, sin recurrir al endeudamiento a largo plazo.



El secretario de Gobierno de Michoacán, Raúl Zepeda Villaseñor, enfatizó que la iniciativa de ley para impedir que el Gobierno del Estado adquiera deuda a largo plazo no será aplicable a los ayuntamientos, y rechazó que esta propuesta tenga como objetivo limitar o presionar financieramente a los municipios.

### ÚLTIMOS DÍAS DE DESCUENTOS EN EL MES DE FEBRERO

5% DE DESCUENTO POR PRONTO PAGO	50% DE DESCUENTO ADULTOS MAYORES
<p>1 Expedición y Revalidación de Licencias de Funcionamiento</p> <p>2 Expedición y Revalidación de Anuncios Publicitarios</p> <p>3 Refrendo de Perpetuidad</p> <p>4 Impuesto Predial</p>	

#### CAJAS DE PAGO

<p>♥ Oficina de Ingresos Municipales de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.</p> <p>♥ Calle Ignacio Altamirano Sur 54, El Cerrito, de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.</p> <p>♥ Espacio Emprendedor, C. Iturbide #11 de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.</p>	<p>♥ Av. Morelia Esquina con Círculo Azul, La Joya, frente al CSIM de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.</p> <p>♥ Calle Evangelina Rodríguez, Col. Educación, de 9:00 a.m. a 3:00 p.m.</p>
---	---

# ¿Sueñas con casa propia? Abierto pre-registro para el Programa de Vivienda para el Bienestar

- El trámite se realiza en el portal oficial [preregistropvb.conavi.gob.mx](http://preregistropvb.conavi.gob.mx)



El Instituto de Vivienda del Estado de Michoacán (IVEM) anuncia la apertura del pre-registro para el Programa de Vivienda para el Bienestar. Esta convocatoria está dirigida exclusivamente a familias y personas no derechohabientes que no hayan recibido apoyos previos y busquen una solución habitacional.

## El 'tesoro verde' que reduce la presión arterial más rápido que cualquier medicamento

**Por el Dr. Mercola** Las investigaciones modernas demuestran que la espirulina, un alga verde azulada que las culturas antiguas utilizaban como alimento, ayuda a controlar la presión arterial

Consumir al menos 3 gramos de espirulina al día durante ocho a doce semanas reduce tanto la presión sistólica como diastólica, y su forma entera funciona mejor que los extractos

Las personas mayores de 50 años con sobrepeso o hipertensión son las que más podrían beneficiarse de la espirulina

La espirulina mejora la flexibilidad de los vasos sanguíneos, lo que incrementa la producción de óxido nítrico y protege las arterias del estrés oxidativo y la inflamación

La espirulina es segura y apta para casi todas las personas, pero evítela si tiene alergia a los mariscos o al yodo, está embarazada o en periodo de lactancia.

## Descubre la palabra

RETO A LA INTELIGENCIA VERBAL... Créditos a "Activando las neuronas".

EUREKA !!! Publicado por Julio C. López E.

**Descubre la palabra**  
POCOS LO LOGRAN



#COLORACONNA

Morelia, Michoacán, 12 de febrero de 2026.- El Instituto de Vivienda del Estado de Michoacán (IVEM) anuncia la apertura del pre-registro para el Programa de Vivienda para el Bienestar. Esta convocatoria está dirigida exclusivamente a familias y personas no derechohabientes que no hayan recibido apoyos previos y busquen una solución habitacional.

David Soto Quizamán, director general del IVEM, destacó que este pre-registro es fundamental para diagnosticar las necesidades reales del estado. Gracias a esta recopilación de datos, se podrán planificar con precisión las zonas de intervención en coordinación directa con la Comisión Nacional de Vivienda (Conavi).

El pre-registro se realizará en el portal oficial [preregistropvb.conavi.gob.mx](http://preregistropvb.conavi.gob.mx), donde las personas interesadas deberán completar un formulario sencillo con datos como nombre completo, CURP, fecha de nacimiento, teléfono de contacto y correo electrónico.

Cabe aclarar que este paso es un pre-registro y no garantiza la inscripción definitiva. La validación de los datos y el registro formal se realizarán próximamente a través de los módulos municipales que se instalarán durante el presente año.

El programa federal, impulsado por la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo, está orientado a atender a grupos en situación de vulnerabilidad, entre ellos mujeres jefas de familia, jóvenes, personas adultas mayores, personas con discapacidad, así como población de pueblos indígenas y afroamericanos.

El IVEM reitera que este trámite es completamente gratuito y que el acceso a los apoyos no requiere pagos a gestores ni intermediarios.



## APUNTE

La Administración Federal de Aviación (FAA) de Estados Unidos advirtió que el país empleará la fuerza letal contra cualquier violación a su espacio aéreo, luego de ordenar el cierre temporal del aeropuerto de El Paso, tras denunciar una incursión de un dron que identificó como propiedad de "carteles mexicanos de las drogas". "Sin embargo, hubo versiones encontradas sobre este incidente." "Luego del anuncio de la supuesta irrupción, funcionarios federales dijeron al diario The New York Times que "el cierre fue provocado por el uso de la nueva tecnología antidrones por parte del Departamento de Defensa y las preocupaciones sobre los riesgos que podría representar para otros aviones en el área". "De acuerdo con la cadena CNN, se trató de un láser de alta energía contra drones por parte de las autoridades migratorias." (Tomado de Excélsior).



## COMUNICADO

Ayuntamiento Constitucional de Zitácuaro

Respecto a las revisiones preventivas en los accesos a la Arena Heroica durante los distintos espectáculos, se informa que estas se realizan conforme a los protocolos de seguridad aplicables a eventos de gran aforo, con el único objetivo de salvaguardar la integridad de todas las personas asistentes. Las revisiones son efectuadas por personal femenino de la Dirección de Seguridad Pública cuando se trata de mujeres, garantizando en todo momento el respeto a su dignidad, privacidad y derechos humanos. Estas acciones son de carácter general y no están dirigidas a ningún grupo en particular.

Durante los operativos se detectaron diversos objetos cuya introducción está prohibida en este tipo de eventos, como envases de vidrio y objetos punzocortantes, por representar un riesgo para la seguridad colectiva. Dichos objetos fueron retirados conforme a los protocolos establecidos y, de manera preventiva, se reforzaron las medidas de seguridad para evitar incidentes.

El personal tiene la instrucción permanente de conducirse con trato digno, respeto y perspectiva de derechos humanos, priorizando en todo momento la protección de la ciudadanía.

Reiteramos que estas acciones tienen como finalidad que todas y todos puedan disfrutar de los espectáculos en un ambiente seguro, ordenado y respetuoso. Para cualquier situación particular, las autoridades se encuentran disponibles para brindar atención inmediata.

#GobiernoDeLaHeroica

Coordinación del Monarca Fest 2026, 12 de Febrero de 2026

Ayuntamiento de Zitácuaro Michoacán



**HOLA AMIGOS! QUERIDOS LECTORES, CONOCIENDO AL NARCISISTA.**  
 - UNA PERSONA NARCISISTA NO TE ABANDONA TE SUELTA, CUANDO YA NO PUEDE EXPRESAR NADA MAS. En la relación con una persona Narcisista rara vez tiene que ver con el amor o desamor. No se va cuando ya no sienta, se va porque ya no obtiene beneficio mientras haya sumisión, energía o admiración emocional o conflicto que explota la relación continua. La persona narcisista no rompe el vínculo cuando hay daño, cuando el suministro puede romper en relaciones claramente insanas, siempre que siga, controlando o provocando culpa o mantener a la otra persona girando a su alrededor, así el vínculo no es efectivo es funcional. Por eso «El abandono» suele llegar después del desgaste externo. Cuando ya no reacciones igual, Cuando pones límites, cuando dejas de justificarte o cuando hay dolor, ya no produce el efecto esperado, algo cambia. No porque hayas dejado de importarle sino porque has dejado de servir. En ese momento la persona Narcisista puede desaparecer o iniciar una campaña de difamación, para mantener su imagen a salvo. No hay cierre no hay responsabilidad, no hay reparación, la salida es abrupta porque no se trata de una pérdida emocional, sino de una retirada estratégica ante la falta de rendimiento. Esto explica porque muchas personas se sienten usadas y vacías tras la ruptura. No fue una relación basada en el cuidado mutuo, la salida es abrupta, porque no se trata de una pérdida emocional sino de una retirada estratégica ante la falta de rendimiento. Morelia, Mich., AL CUMPLIR AÑOS EL Ing. VÍCTOR MANUEL TINOCO ORTIZ Hijo del Lic. Victor Manuel Tinoco Rubi y de Chayito Ortiz de Tinoco acompañados de su familia entre ellos de sus hermanos y sobrinos lo ¡FELICITARON! En este su día, deseándole los mejores parabienes. Sus papás dijeron sentirse muy orgullosos como un destacado Ingeniero y con una sólida formación en electrónica y comunicaciones. Recibió los mejores deseos de compañeros de trabajo y amistades del ámbito político y social. CUMPLIO AÑOS EL Ing. ALDO DE LA HUERTA GARDUÑO Activo trabajador de Teléfonos de México Y Fue ¡FELICITADO! Con mucho amor por su esposa Miroslava Jaramillo de de la Huerta y por sus guapas hijas Escarleth y la Lic. Miroslava de de la Huerta Jaramillo como de su mamá la estilista Eva Garduño y compañeros de trabajo... CUMPLIO AÑOS La Mtra. EVELYN RODRÍGUEZ GARCÍA Y fue ¡FELICITADA! Con mucho cariño por sus padres Sergio Rodríguez y Beatriz García de Rodríguez de su hermana Yadira Rodríguez con su esposo el Chef. Clemente Sandoval e hija. Igualmente le fue festejado su día estando acompañada de demás familiares, amenizando un trío de la localidad y apago las velitas de su Pastel... ¡MUCHAS FELICIDADES! A una gran amiga que CUMPLE AÑOS La Sra. MARIBEL GÓMEZ CASTAÑEDA. Que Recibió los mejores deseos de su hija y de su hermana como de sobrinos. Así mismo también de compañeros de trabajo de la Clínica Hospital del ISSSTE-Zitácuaro. Uniéndome a estas la que esto escribe...



**ORGULLO ZITACUARENSE.** Recibió RECONOCIMIENTO EL CHEFF. MARTIN MENDIZÁBAL LOPEZ Otorgado por el Presidente Municipal Lic. JUAN ANTONIO IXTLAHUAC. O. Reconocido como el Mejor Cheff. Zitacuarense, en TRUCHA.



**AL CUMPLIR AÑOS EL Conocido Zitacuarense y SASTRE SR. JOSÉ BERNAL** Recibió ¡FELICITACIONES! De su esposa, hijos Beatriz, José Antonio y Karilita Bernal, familiares y amistades



**AL CUMPLIR AÑOS La guapa señora NATY CORREA** Recibió ¡FELICITACIONES! De hijos Lorena y Juan Carlos Zepeda Correa de nietos, fam. y de su grupo de amigas y apagó la Vela de su Pastel.



**CUMPLIO AÑOS EL Ing. ALDO DE LA HUERTA GARDUÑO** Activo trabajador de Teléfonos de México y lo ¡FELICITARON! Su esposa Miroslava, hijas Escarleth y Lic. Miroslava De la Huerta y de su mamá



**CUMPLIO AÑOS MARIBEL GÓMEZ CASTAÑEDA Y** Recibió ¡FELICITACIONES! De su hija, hermana y familiares y de compañeros de trabajo de la Clínica- Hosp. Del ISSSTE.



Toluca, Mex., **AL CUMPLIR AÑOS JEANNETTE HERRERA TEPALE** Recibió ¡FELICITACIONES! De su esposo el Dr. Fernando Morales Cansino de su Bebita, papás. Maru Tepale y Enrique Herrera y familia.



Morelia, Mich., **CUMPLIO AÑOS EL Ing. VÍCTOR M. TINOCO ORTIZ Y** Fue ¡FELICITADO! Con cariño por sus Padres. El Lic. Victor M. Tinoco Rubi y Chayito Ortiz de Tinoco de hermanos, hijos y fam.



Recibió RECONOCIMIENTO Por la CAJA POPULAR MEXICANA La trabajadora JUDITH RIVERA HERNÁNDEZ. Por su DEDICACIÓN AL SERVICIO Y Con su ejemplo de trabajo por los demás.

**CUMPLIO AÑOS** La conocida y guapa señora NATY CORREA y Recibió ¡FELICITACIONES! Con mucho amor de sus queridos hijos Lorena y Juan Carlos Zepeda Correa y de nietos que le desearon todo lo mejor en este día, igualmente recibió estas de demás familiares y de un grupo de amigas que la estiman. AL CUMPLIR AÑOS El conocido Sastre Zitacuarense Sr. JOSÉ BERNAL (Que elaboraba) los TRAJES de VESTIR En su tiempo cuando fue Gobernador el Lic. Victor Manuel Tinoco Rubi fue ¡FELICITADO! Por su esposa e hijos entre ellos Beatriz, José Antonio y Karilita Bernal. Y desde luego apago la vela de su Pastel acompañado de un grupo de amigos... Toluca, Mex., CUMPLIO AÑOS JEANNETTE HERRERA TEPALE Y Recibió ¡FELICITACIONES! De su esposo el Dr. Fernando Morales Cansino de su hermosa bebita con muchos besos y de papás Enrique Herrera y Maru Tepale de Herrera de hermano Enrique y abuelita Bolita Tepale. Y desde luego apago la Vela de su Pastel... CUMPLIO AÑOS La Mtra. ERÉNDIRA FIERRO CORONA Y Temperamente fue ¡FELICITADA! Por su mamá la Mtra. Virginia Corona de hermanos, sobrinos, primos y demás familiares, así como de compañeras de trabajo que la acompañaron a partir su Pastel... ORGULLO ZITACUARENSE. EL CHEFF. SR. MARTÍN MENDIZÁBAL LOPEZ DEL REST. -BAR LA TRUCHA ALEGRE Recibió RECONOCIMIENTO Por el H. AYTO DE ZITÁCUARO De manos del Presidente Municipal el Lic. Juan Antonio Ixtlahuac Orihuela por su invaluable participación y aportación a la grandeza de esta Heroica. Personaje que ha trabajado y concursado siempre con sus diferentes guisos, y presentaciones de la Trucha en exposiciones de nivel Estatal, nacional, internacional y en la Televisión. ¡FELICITACIONES AL MEJOR CHEFF!... Recibió RECONOCIMIENTO La Administrativa de la Caja «POPULAR MEXICANA» JUDITH RIVERA HERNÁNDEZ Por su dedicación al servicio, demostrando con su ejemplo a trabajar por los demás y dejando huella en el desarrollo de la organización. Orgullosos su esposo Sr. Juan Ayala e hijos Luisito, Paola y Juan Ayala. Sr. Hipólito Hernández y Josefina Sánchez y familiares... Se nos termina el espacio no sin antes dejar este Mensaje: «HAY UN DESEO COMÚN QUE ES EL CUMPLIMIENTO DE LO QUE SE CREE QUE VAA DAR FELICIDAD AL YO, Y AL EGO, ¡SEAN FELICES!...



**CUMPLIO AÑOS La guapa Sra. MARY ALCANTAR DE ALVARADO Y** Fue ¡FELICITADA! Y Festejada por su esposo el Deleg. Jorge Alvarado Serrato de hijas y familiares y amistades del ámbito Social.



**CUMPLIO AÑOS La Mtra. ERÉNDIRA FIERRO CORONA Y** Fue ¡FELICITADA! Por su mamá la Mtra., Virginia Corona de hermanos, primos, fam. y compañeros de trabajo.



**CUMPLIO AÑOS La Mtra. EVELYN RODRÍGUEZ GARCÍA Y** Fue ¡FELICITADA! Con mucho cariño por sus padres Sergio Rodríguez y Beatriz García de su hna. Yadira Rodríguez y fam. y amistades.



# Vacunación antirrabica llegará a todo el municipio, asegura titular de Protección Animal

- Este viernes la actividad se realizó en el centro de la ciudad



Las Jornadas de Vacunación Antirrábica Canina y Felina llegarán a todo el municipio sin pretexto, ya sea en colonias o en comunidades, advirtió el titular de Protección Animal, Alvaro González.

H. Zitácuaro Michoacán, 13 de febrero de 2026.- Las Jornadas de Vacunación Antirrábica Canina y Felina llegarán a todo el municipio sin pretexto, ya sea en colonias o en comunidades, advirtió el titular de Protección Animal, Alvaro González.

Este viernes la jornada se llevó a cabo en el centro de la ciudad, ya que la idea es cubrir un calendario de visitas que se ha se tiene programado.

En entrevista Alvaro González, precisó que cada vez son más los propietarios de mascotas los que están interesados en cuidar a su perro o a su gato, pues se dan cuenta que son parte de su familia.

Asimismo precisó que la importancia de cuidar a las mascotas radica en que son parte de la familia, por lo tanto conviven con todos, la mayoría de veces con los niños y de esta forma se cuida de todos porque es una forma de prevenir enfermedades.

El responsable de Protección Animal, dijo que la vacuna es gratuita, no tiene costo y aplicarla a las mascotas es un símbolo de amor hacia ellos.

Estimó que en cualquier jornada se aplican poco más de 300 vacunas, esto habla del interés que hay en cuidar a las mascotas.

Invitó a todas las personas que tienen una mascota a vacunarla y cuidarla, al hacerlo cuidan a la familia, para ello deben estar pendientes de los sitios que visitan en sus jornadas de vacunación antirrábica.

## Iniciativa de “no deuda” no afectaría la autonomía municipal, PAN mal informa: Octavio Ocampo

Morelia, Michoacán, 11 de febrero de 2026.- El diputado local Octavio Ocampo, integrante de las Comisiones Unidas del Congreso del Estado, afirmó que la iniciativa de reforma constitucional en materia de disciplina financiera, no afectará la autonomía de los municipios, ya que su alcance fue exclusivamente para el Gobierno del Estado.

Ocampo lamentó que la dirigencia estatal del PAN no haya leído la iniciativa, antes de opinar, pues el desconocimiento provoca mal información a la población. El diputado explicó que la propuesta tuvo como objetivo establecer que ningún gobernador pudiera contratar nueva deuda pública que comprometiera las finanzas de la siguiente administración, fortaleciendo así la responsabilidad hacendaria a nivel estatal. “Fue un dictamen de reforma enfocado únicamente al Ejecutivo estatal; la autonomía municipal no se tocó. Los ayuntamientos mantendrán intactas sus facultades”, puntualizó.

El legislador señaló que la iniciativa fue analizada a fondo en Comisiones Unidas, donde se revisó su viabilidad jurídica y financiera antes de emitir el dictamen correspondiente. “Dimos un debate serio, técnico y responsable. Se trató de proteger las finanzas públicas del estado y evitar que se heredaran cargas que limitaran el desarrollo de Michoacán”, expresó.

Octavio Ocampo sostuvo que la responsabilidad en el manejo de los recursos públicos debe ser un principio rector del servicio público. “Quien gobierna debe asumir plenamente sus decisiones financieras y no comprometer el futuro del estado. Esa fue la esencia de esta iniciativa”, concluyó.



El diputado local Octavio Ocampo, integrante de las Comisiones Unidas del Congreso del Estado, afirmó que la iniciativa de reforma constitucional en materia de disciplina financiera, no afectará la autonomía de los municipios, ya que su alcance fue exclusivamente para el Gobierno del Estado.

**Ahh Chingá...!**

¿Quién fue María Sabina?

Nació el 22 de julio de 1894 y murió en 1985 fue una célebre curandera y chamana mazateca de Huastla de Jiménez, Oaxaca, reconocida mundialmente por sus rituales tradicionales utilizando hongos alucinógenos, a los que llamaba "niños santos". Se dijo que María Sabina habría heredado el poder de la sanación por parte de su familia paterna, los que eran considerados chamanes. Reconoció los setas, mientras caminaba por un cerro junto a su hermana menor, María Ana. Ambas probaron los hongos, rieron, lloraron y así comenzó a experimentar con los hongos visionarios. Ella fue mucho más que una curandera indígena pobre: Soy sabia desde el vientre mismo de mi madre, solía decir. Su conocimiento venía de la naturaleza, los sueños y los cantos sagrados que recibía durante los trances. Los Beatles, los Rolling Stones, Aldous Huxley, Walt Disney, la visitaron, también importantes médicos y psicólogos. Mientras entraba en trance en medio de cantos, danzas e invocaciones a santos cristianos y recitados en lengua mazateca. Iba diagnosticando, recetando remedios y dando respuestas a todas las consultas.

**¿Quién fue María Sabina?**

**la Región**

**\$10.00 Ejemplar**



## Detalles para el Día del Amor y la Amistad en el centro de la ciudad

- Se instalan comerciantes en 5 de mayo, Lerdo de Tejada y Dr. Emilio García



Con motivo del Día de Amor y la Amistad que se celebra cada año, comerciantes de temporada se instalaron en el centro de la ciudad: sobre la 5 de mayo, Lerdo de Tejada y Dr. Emilio García.

## ¿Vas a vacunarte? No olvides presentar tu Cartilla Nacional de Salud

- En caso de no contar con ella, puede tramitarse de manera gratuita en los 364 centros de salud del estado

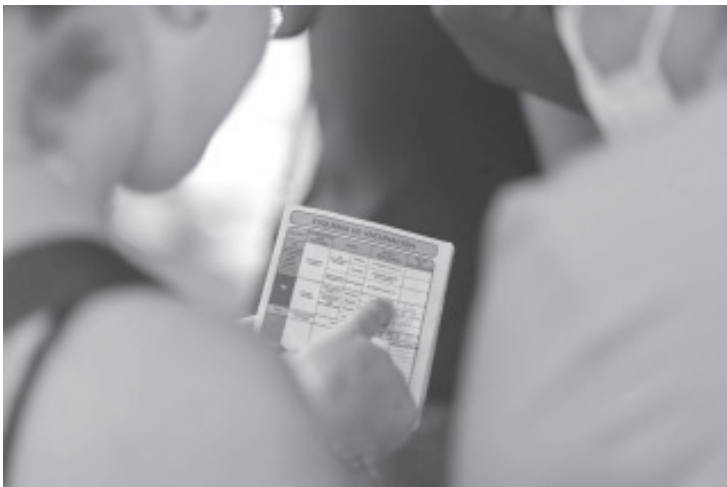
Morelia, Michoacán, 13 de febrero de 2026.- La Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) hace un llamado a las madres y padres de familia, así como a la población en general para que al acudir a las jornadas de vacunación contra el sarampión, presenten su Cartilla Nacional de Salud.

Este documento es fundamental, ya que permite al personal de enfermería verificar el historial de dosis aplicadas, asegurar que se complete el esquema correspondiente y mantener un control sobre la inmunización en la entidad.

La SSM informa que, en caso de extravío o de no contar con este documento, la ciudadanía puede solicitarla de manera totalmente gratuita en su centro de salud más cercano. Para realizar el trámite, es necesario presentar copias de la CURP (del menor o adulto según corresponda), acta de nacimiento, comprobante de domicilio, fotografía del niño o niña (a partir de los 5 años), presentar cartillas anteriores y comprobantes de vacunación, en caso de contar con ellos, para rescatar el historial de dosis.

La dependencia enfatiza que la falta de la Cartilla no debe ser un impedimento para recibir la vacuna; sin embargo, obtenerla es un acto de responsabilidad ciudadana que garantiza una atención médica organizada y eficiente.

Finalmente, la SSM reitera que las vacunas contra el sarampión son seguras, gratuitas y de alta calidad. Se invita a la población a acudir a su centro de salud más cercano para completar sus esquemas de vacunación, principalmente niñas y niños de seis meses a 12 años con esquema incompleto y personas de 13 a 49 años que no cuenten con su vacuna o que no estén seguros de haberla recibido.



La Secretaría de Salud de Michoacán (SSM) hace un llamado a las madres y padres de familia, así como a la población en general para que al acudir a las jornadas de vacunación contra el sarampión, presenten su Cartilla Nacional de Salud.

Antonia Valdez Cruz, dirigente de la Unión de Comerciantes del 14 de febrero, señaló que ya es una tradición que se instalen en este lugar para atender la demanda de aquellas personas que acostumbren regalar un detalle este Día del Amor y la Amistad.

"Tenemos detalles para todos los gustos y para todas las economías, quien venga puede comprar algo para el papá, la mamá, los hijos, el novio, la pareja o para los amigos", expresó.

Destacó que este año se cumplen 33 años que se instalan en este lugar a realizar su actividad comercial y siempre tienen la preferencia de la gente porque sabe de la variedad de artículos que aquí se venden.

Invitó a la población en general a acudir y no perder la costumbre de regalar algún detalle este día.

## Sigue reforzamiento de la vacunación en Zitácuaro

- Por segunda ocasión se instala modulo en el centro de la ciudad

H. Zitácuaro Michoacán, 13 de febrero de 2026.- Por segunda ocasión, en el centro de la ciudad se instaló un módulo de vacunación para atender a la población y reforzar las acciones de inmunización.

El módulo funcionó de 9:00 de la mañana a 1:00 de la tarde y las vacunas que estuvieron disponibles fueron contra el covid, influenza, Hepatitis B, neumococo, sarampión y Tétanos.

Desde el inicio de la jornada decenas de personas ya estaban listas para recibir el biológico, y durante todo el día se mantuvo de forma constante.

Entre los asistentes estuvieron desde niños, jóvenes y adultos, principalmente mujeres; todos aprovecharon para recibir el biológico que les hace falta en su cartilla de vacunación.

Hay que mencionar que la instalación de este puesto de vacunación, se debió a la coordinación del municipio con el nivel estatal y federal de salud; es una medida por reducir el riesgo que existe de casos de sarampión, ya que a nivel estado ha ido aumentando la presencia de esta enfermedad viral y las autoridades han dejado claro que la mejor forma de prevenir es la vacunación.



Por segunda ocasión, en el centro de la ciudad se instaló un módulo de vacunación para atender a la población y reforzar las acciones de inmunización.

**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**

## Incendio de predio moviliza a Bomberos Zitácuaro

H. Zitácuaro, Michoacán, 11 de febrero de 2026. - La tarde de este martes, el Heroico Cuerpo de Bomberos de Zitácuaro atendió un incendio de pastizal registrado sobre la carretera Zitácuaro-Morelia, a la altura del Hotel Imperial.

El reporte se recibió a las 17:35 horas mediante una llamada telefónica que alertaba sobre el siniestro. De inmediato, se trasladaron al lugar las unidades Motobomba 225 Zamuray 19-07 y dos vehículos de respuesta rápida, con dos elementos a bordo.

Al llegar, los bomberos confirmaron que se trataba de un incendio de pastizal que afectaba aproximadamente una hectárea de terreno. Se realizaron maniobras de control y combate contra el fuego, logrando sofocarlo y enfriar la zona para evitar su reactivación. Las labores concluyeron a las 18:08 horas.

Hasta el momento se desconoce la causa que originó el incendio. Gracias a la rápida intervención de los bomberos, el siniestro no se extendió a áreas cercanas ni representó riesgo para la ciudadanía.

## Cuidando a nuestras mascotas

### Sonidos cotidianos que pueden causar convulsiones en gatos

Investigadores en Reino Unido Descubrieron un trastorno convulsivo común en gatos mayores que se activa con ciertos sonidos. El trastorno se llama convulsiones por reflejo audiogénico felino (FARS, por sus siglas en inglés)

Las reacciones que mostraron los gatitos fueron similares a los movimientos espasmódicos que se observan en las crisis epilépticas, las convulsiones y la pérdida de equilibrio

Los investigadores entrevistaron a los dueños de 96 gatos con este trastorno para determinar qué tipos de sonidos provocaban las convulsiones. Todos los gatos tenían entre 10 y 19 años

Las convulsiones variaban en gravedad, entre leves y graves, siendo el desencadenante más común el crujir del papel de aluminio, el cual provocó convulsiones en 82 de los 96 gatos

Los investigadores están trabajando para identificar la base genética del FARS y, además, están elaborando un informe sobre el tratamiento recomendado para este trastorno



## Fotos interesantes, históricas y chuscas.

Publicado por YoSoyHekate. Parece que la gravedad olvidó hacer su trabajo en este rincón de Siberia. Allí se encuentra la famosa Piedra Colgante, una enorme roca de unas 600 toneladas ubicada en la reserva de Ergaki.

Apoyada sobre un punto mínimo al borde de un precipicio, da la impresión de que caerá con el más leve empujón. Sin embargo, ha mantenido ese delicado equilibrio durante miles de años, convirtiéndose en una de las formaciones naturales más sorprendentes de la región.



En Siberia existe una roca gigantesca de 600 toneladas que parece suspendida al borde del vacío

## Miel pura de abeja económica y nutritiva

Usted debe aprovechar para consumir miel pura de abeja a precio muy económico el litro, también Cajeta de San Juan de los Lagos, original y sabrosa.

Contamos con una gran variedad de macetas al mejor precio y artesanías de Chinahuapan, Puebla.

**Familia Zúñiga**

**Degollado oriente # 93 H. Zitácuaro, Mich.**

## 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.

**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 NEUROFISIOLOGÍA**

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

**CDMX**

**Hospital Ángeles Acoxa**

**Consultorio 100 55 5678 3722**