



## NO HAY TRABAJO PEQUEÑO...



**“EN HIDALGO, CADA EMPLEO HACE LA DIFERENCIA” DAVID PENCHYNA**

Entrega Senador equipo para atención médica a 50 parteras tradicionales provenientes del Valle del Mezquital, la Huasteca, la Sierra y la Otomí Tepehua

“Para sus comunidades, ustedes hacen el trabajo más importante” Penchyna

1 de noviembre de 2015.- El Senador por Hidalgo David Penchyna Grub, hizo entrega de baumanómetros, estetoscopios, glucómetros y material para atención médica, a 50 parteras tradicionales de comunidades en Valle del Mezquital, la Huasteca, la Sierra y la región Otomí Tepehua.

“En Hidalgo no hay trabajo

pequeño ni esfuerzo que no cuenta. Para sus comunidades ustedes tienen la más importante de las tareas. Ustedes son el primer vínculo de los nuevos hidalguenses con esta tierra que nos une,

por eso agradezco de corazón el noble trabajo que las hace indispensables para sus comunidades.

Penchyna expresó que la complejidad de la orografía del

estado, así como la dispersión poblacional, hacen de la atención de las embarazadas, todo un reto para los servicios de atención médica. Por ello –destacó– la labor de las parteras en esas condiciones, hace la diferencia.

”Sé que este apoyo no resuelve las carencias con las que muchas veces ustedes hacen su trabajo. pero también sé que es una manera de recordarles a todas, que las tenemos en la memoria y que Hidalgo sabe ser solidario”, puntualizó.

El Senador por Hidalgo anunció que seguirá impulsando a través del Programa Integral de Gestión, acciones concretas que impacten positivamente a la población en los rubros de salud, educación y empleo.





# Razones

LA VERDAD A FONDO

DIRECTOR GENERAL: JORGE ZAMACONA RAMIREZ

05 DE NOVIEMBRE DEL 2015 AÑO 07 NÚMERO 341

SIGNOS DE ALERTA...

Pág. 11

NO HAY TRABAJO PEQUEÑO...

Pág. 16



En Tulancingo son muy pocos los rostros que puedan atraer a los electores por este partido, ya que los que existen se han caracterizado por poca o mediana actividad política, siendo desde el punto de vista de *Razones* solo tres hombres los que puedan contender por la Presidencia Municipal... Pág. 08

## MUNICIPIOS

### ACAXOCHITLÁN

-Recibe galardón denominado premio CONAMM... Pág. 09

### NOPALA

-Priistas de Nopala agradecen a Crespo... Pág. 13

## SIN PROTOCOLO

- Fayad sabe dónde está parado...
- Julio Menchaca renunció al PRI...
- "Goyo" apoya a Núñez, Actopan...

Pág. 06

## SOLO PARA MUJERES

- \* Aclara tú piel..
- \* Soñar con lodo...

Pág. 10

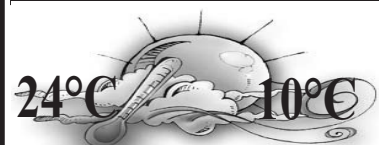
## MUNICIPIOS

### HUEJUTLA

- Entregó alcalde ambulancia a Bomberos...  
- Omar Fayad visitó la Huasteca... Pág. 05

## CLIMA

Este ejemplar es gratuito



**EDITORIAL**

Los partidos políticos en México, muy poco han cambiando su esquema político electoral y cada día pierden más credibilidad y respeto de la sociedad. Algunos partidos son totalmente electoreros, pues solo se acuerdan de la gente cuando hay elecciones, esto es algo muy comentado entre la ciudadanía sin que los partidos reaccionen de manera positiva. El divorcio entre políticos y ciudadanos es cada vez más fuerte y algunos se preguntaran ¿Quién necesita más de quién? y la respuesta es muy simple, a los políticos les urge convencer al electorado de que ellos son la mejor opción, ya que los partidos políticos sin votos dejarían de existir. Es urgente que organizaciones, sectores, fundaciones y de más que integren un partido, se pongan a trabajar con seriedad, porque de lo contrario quedaran en la orfandad política y eso a ellos no les conviene, ya que les quitarían grandes privilegios que hasta hoy vienen gozando de manera burocrática alejados totalmente de las fuerzas vivas que hoy reclaman y reprochan a cada político su alejamiento.

**RAZONEZ CIUDADANAS**

Ciudadano (Sábado, 24 octubre 2015 00:26) Es increíble que la rata más gorda de este municipio quiera esconderse más a sabiendas de lo que hizo y los ciudadanos jamás hacen nada por eso el municipio está como está cada vez más jodido y ahora resulta que Arturo salvador más corrupto que nada este en política solo falta Hitler para su gabinete julio soto sabemos que te escondes rata infeliz corrupta asi hayas metido a salvador en tu gabinete todos caerán aquí son algo en d.f no son nada

**Envíe sus quejas y comentarios a:**

**[aunvive55@hotmail.com](mailto:aunvive55@hotmail.com)**

**[periodico.razones@gmail.com](mailto:periodico.razones@gmail.com)**

**Visítenos en nuestra página**

**[www.razones.net](http://www.razones.net)**

**<http://razonesperiodico.jimdo.com/>**

**Tel: 775 7524329**

*Razonez*

*Razonez* respeta íntegramente los puntos de vista de los autores de artículos de opinión y de columnas, pero no necesariamente comparte sus criterios.

Las informaciones presentadas en este medio son responsabilidad de sus autores.

Por otra parte, *Razonez* recibe con gusto los comentarios que mediante correo electrónico envíen nuestros lectores. Serán bienvenidas las colaboraciones en forma de artículo de opinión provenientes de ciudadano honorable.

Todos los registros de ley en trámite.



# RECIBE RECONOCIMIENTO...



El gobernador José Francisco Olvera Ruiz, recibió un emotivo reconocimiento de manos de Jesús Martínez Patiño, presidente del Grupo Pachuca, por su invaluable apoyo en las distintas actividades que ha realizado la Promotora desde los inicios del Salón de la Fama, recordando que el mandatario también fue presidente del equipo. Ello, en el marco de la Quinta Ceremonia de Investidura del Salón de la Fama de Fútbol, que en su versión 2015, celebrada como es costumbre en la capital hidalguense, honró a tres figuras nacionales y ocho internacionales, entre los que sobresalen los emblemáticos Ruud Gullit y Vicente del Bosque, de origen holandés y español, respectivamente, quienes, junto con el resto de los investidos, también recibieron el saco de honor y un trofeo. Es importante resaltar que la ceremonia estuvo amenizada por la voz del tenor Fernando de la Mora, acompañado de la Orquesta Sinfónica de la Universidad Autónoma del estado de Hidalgo.



# OPERACIÓN GRATUITA...



Tuvimos una respuesta importante es que tramiten favorable en la valoración para las cirugías de cataratas, donde asistieron más de 180 personas, que afortunadamente nada más salieron aptas para cirugía un promedio de 65, pero a las demás se les dijo lo que padecían lo cual era parte del objetivo. Ahora bien, el paso a seguir es que cumplan con los requisitos y el más

para que esto se realizará, así también al equipo de médicos que vinieron de la Ciudad de México, que tienen una ética profesional increíble y muy capacitados en su ramo y por nuestra parte atendimos a la gente como es nuestra




**Somos Amigos de**  
**Abelardo**

humana porque hoy en día así lo requieren y se fueron muy pero muy agradecidos y nosotros nos quedamos muy complacidos por ser útil a los demás.

Las operaciones se realizarán en la Ciudad de México previniendo cualquier complicación allá se cuenta con todos los aparatos de la más avanzada tecnología y un equipo de médicos oftalmólogos especializados y la

operación será gratis.



el Seguro Popular para la intervención quirúrgica. Fue un día de ardua labor, pero valió la pena a través de este medio quiero expresarle mi reconocimiento y mi gratitud a todos y cada uno de mis amigos, amigas y conocidos que me apoyaron

costumbre, con mucha calidez





Por: Emiliano Carillo.

# NUEVO LIDERAZGO...



La llegada de Alberto Meléndez Apodaca al Comité Directivo Estatal del Partido Revolucionario Institucional (PRI) ya se da como un hecho en los pasillos y comederos de la clase política hidalguense y apuntan que va acompañado por Emilse Miranda Munive como Secretaria General.

Con una trayectoria de muchos años en la administración pública, "Tito" como muchos lo mencionan de manera amigable se ha ganado la estima de muchas personas, al menos en la zona metropolitana de Pachuca en donde se desempeñó como alcalde.

Este mismo sentimiento no es compartido del todo por aquellos que han sufrido el daño en su patrimonio por la ausencia de una debida planeación en los ordenamientos territoriales

y en las obras y servicios que presta el gobierno estatal.

La falta de contundencia en sus acciones que ha permitido los excesos en inversionistas con poder y las promesa incumplida de hacer valer el estado de derecho, han sido una constante en su actuación, tanto en el actual encargo que desempeña como secretario de Planeación como cuando estuvo al frente del ayuntamiento.

Hay que recordar que las señales cambian de color cuando es elegido un presidente estatal que en su hoja de servicio tiene un tache al no alcanzar a convencer a los votantes del Distrito VI y es vencido por Daniel Ludlow Kuri, marcando de allí la mala suerte de Pachuca en materia de elecciones.

Si bien es cierto que ha tenido la persistencia de mantenerse en todos y cada uno de los cargos públicos a lo largo de cuatro sexenios, también ha logrado ahuyentar la credibilidad cuando en lugar de hablar de los destacado del año de la administración públicas, tenga que justificarse y decir que no gastó 200 mil pesos en un estudio fotográfico para ocultar los 51 años que tiene de vida.

Va acompañado por la ex Diputada Local y Federal Emilse Miranda, una política ya formada en otras esferas del poder, como parte de la formula que cumple con la cuota de equidad de género.

Esta política originaria de la zona otomí-tepehua fue encontrada prácticamente entre los asistentes a los eventos organizados dentro del gobierno

del entonces Gobernador Jesús Murillo Karam.

A partir de su primera visita que hizo a la capital viajando en helicóptero, Miranda Munive logró su inserción en los quehaceres políticos de Hidalgo, logrando ´riomero colocarse como candidata por ese distrito y luego a nivel federal.

Los tiempos se agotan en las oficinas estatales del PRI y con la celebración del consejo político, ya sólo se espera la llegada estatutaria que permita la elección de este duo de políticos que se han forjado dentro de los cargos públicos.

Ahora bien, hay que analizar sus hojas de servicio para encontrar el origen de la agudeza política que necesitarán para enfrentar una de las elecciones más difíciles en la historia del PRI en Hidalgo, debido a que la negativa que siempre tuvieron de permitir juntar las elecciones, ahora es una realidad que los pone contra la pared, porque el malestar ciudadano ya se infiltró hasta en las filas de los simpatizantes del tricolor.

Deberán contar con la destreza, la capacidad de dialogar, la prudencia para saber esperar, aguantar las pugnas internas de los grupos políticos internos de cada municipio, entre otras actividades que no serán cosa fácil.

Ahora nos resta la espera que, seguramente confirmará esta especie que ya es cosa común entre los priistas hidalguenses.

# ¿LO CONOCE?



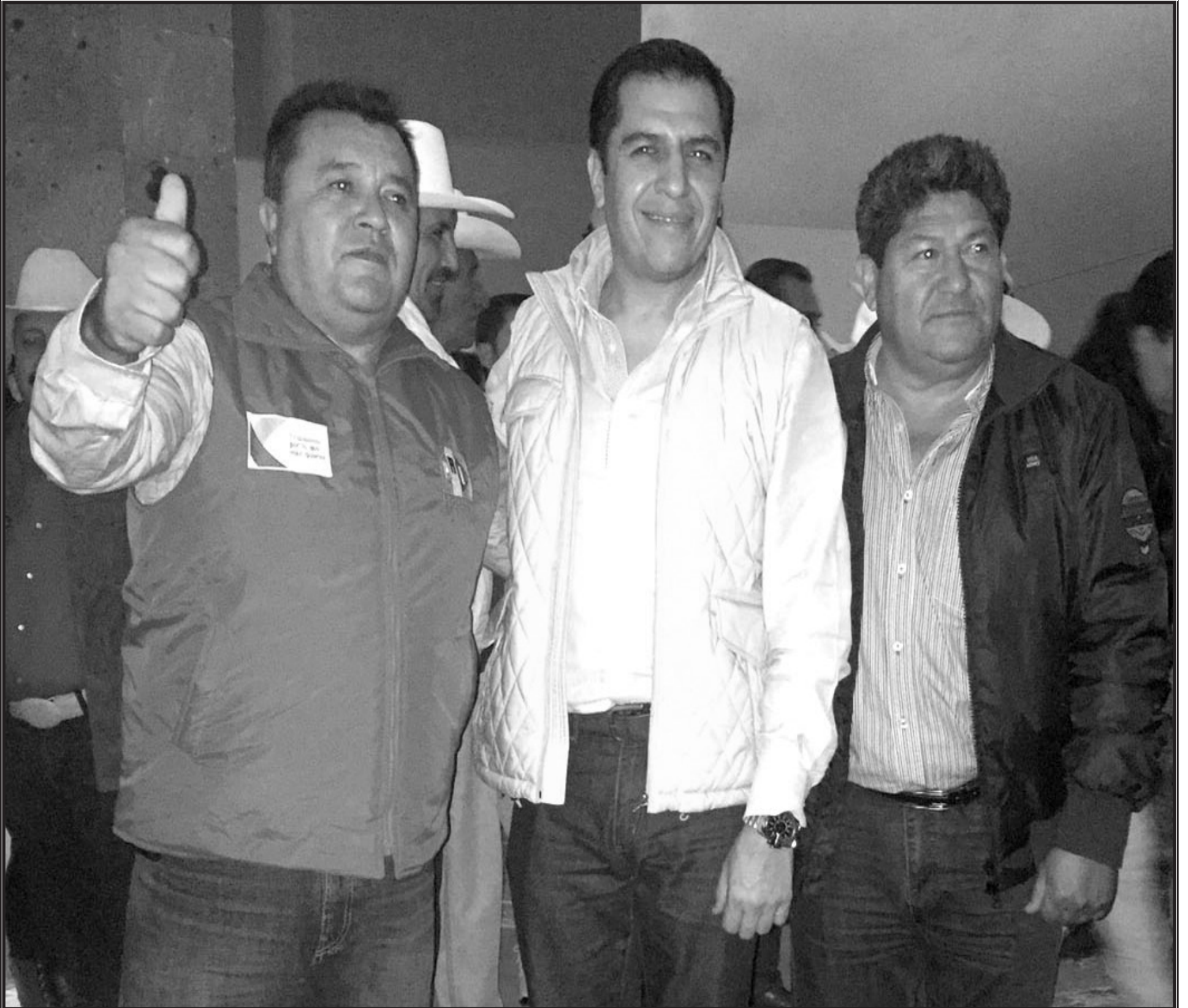
**Y se dice lider del PAN...**

**!!!NO CUMPLE SU PALABRA...!!!!**

**NI PAGA SUS DEUDAS...**



# Agradecen a Crespo...



La toma de decisiones en el Comité Directivo Estatal del PRI, que encabeza Ricardo Crespo Arroyo, siempre se ha basado en el consenso entre sus militantes, quienes de manera libre expresan sus opiniones en torno a temas de relevancia para la vida política de Hidalgo. Es así que priistas de Nopala agradecieron al dirigente estatal la apertura del partido y su respaldo para el logro de las metas proyectadas, durante cercana reunión con la estructura.

## DIETA PARA ELLOS...

Cuando hablamos sobre dietas lo hacemos sin diferencias entre sexos y es lógico, lo que es sano para los hombres es sano para las mujeres, pero si lo que buscamos es estilizar la figura, la cosa cambia, la grasa no se acumula de la misma forma en ambos sexos, los hombres tienen una mayor tendencia a acumular grasa por encima de la cintura, en la barriga (a diferencia de las mujeres, que la acumulan en la cadera y los muslos), algo que no sólo es poco estético, además es peligroso.

Los hombres de mediana edad que acumulan demasiado peso por encima de la cintura tienen más posibilidades de sufrir problemas cardiacos y diabetes tipo 2. ¿Cuándo deberíamos empezar a preocuparnos? según la nutricionista británica vicki edgson, en el momento en que el diámetro de nuestra barriga sea 10 cm más grande que del nuestra cadera.

¿Qué alimentos debe incluir una dieta masculina?

Avena, pechuga de pavo, salmón, leche, granos enteros, aceite de oliva, frijoles y huevos, son alimentos básicos que tienes que incluir en tu dieta. sus diferentes propiedades te ayudarán a vivir más y mejor.

¿Cómo auxilia la avena al corazón?

Gracias al beta-glucano, una forma de fibra soluble, la avena ayuda a regular los niveles de azúcar en la sangre y disminuir el exceso de colesterol, indica marisa moore, nutrióloga portavoz de la academy of nutrition and dietetics. consume 1 ½ tazas al día.

¿Ayuda la pechuga de pavo a la fertilidad?

Es rico en zinc, el cual ayuda a mejorar la producción de espermatozoides, afirma elizabeth ward, nutrióloga autora de "the pocket idiot's guide to the new food pyramids". come 3 porciones de pechuga de pavo por semana.

¿Es buena la leche entera?

Consumida en cantidades adecuadas, dos vasos al día, la leche es benéfica para mantener la densidad ósea y la coagulación sanguínea, gracias al calcio. puedes también intercambiarla por leche de almendras o soya.

¿Qué grano entero es mejor?

La quínoa, tiene un sabor ligero y tiene más proteínas que otros granos enteros, además también es fuente de grasas insaturadas y vitaminas del grupo b, afirma, christopher mohr, profesor de nutrición de la university of louisville.

¿En qué beneficia comer aceite de oliva?

Este aceite tiene propiedades

antiinflamatorias, lo que significa que puede ayudarte a combatir el dolor y la inflamación cuando se presentan, indica un estudio publicado por la revista nature. adereza tus ensaladas con 2 cucharadas.

¿Los frijoles son adecuados para adelgazar?

La fibra que contienen se "hincha" en el estómago y promueve la sensación de saciedad, por lo cual comerás menos al tiempo que te sientes lleno de energía, explica la nutrióloga jennifer r. bathgate. consume dos porciones a la semana.

¿Qué pasa con el huevo y el

colesterol?

Una pieza al día no es dañina para tu salud, sobre todo si tus niveles de colesterol son estables, además contienen aminoácidos que te ayudan al crecimiento muscular, y colina que mejora tu memoria, asevera la nutrióloga elizabeth ward.

De vez en cuando

Los hombres que consumen comida chatarra, incluso una vez a la semana, aumentan 20% el riesgo de morir por enfermedades coronarias, indica la school of public health. ¡evítalos lo más que puedas y come saludable



**"EL AGUA ES UN DERECHO, PAGARLA UNA OBLIGACIÓN"**  
**¡PONTE AL CORRIENTE, EVITA CORTES Y GASTOS INNECESARIOS!**



**"COMISION DE AGUA POTABLE, ALCANTARILLADO Y SANEAMIENTO DE SANTIAGO TULANTEPEC"**

**JARDIN CARRILLO PUERTO, RELOJ MUNICIPAL. COL. CENTRO TEL/FAX 01 775 75 4 64 59**



Por: José León Eduardo Fernández

## XANTOLO...



### Celebra FNLS Xantolo en la Huasteca

La tradicional fiesta de Xantolo - celebración de todos santos - en la región Huasteca, concluyó sin incidentes reportaron las autoridades municipales y estatales de la zona, donde se registró un aproximado de 100 mil visitantes de diferentes partes de la república.

Durante la celebración, fueron colocados altares en la vía pública y plazas principales de las localidades, con el propósito de que los turistas pudieran conocer las costumbres de la Huasteca Hidalguense y convivir con los habitantes a través de la danza, la gastronomía y los servicios religiosos que tuvieron lugar.

Organizaciones como el FNLS-FDOMEZ hizo lo propio para conmemorar a sus integrantes ya fallecidos, como fueron Bertha Tovar Hernández y Jorge Andrés Hernández Ramírez, luchadores sociales a los que les hicieron una ofrenda con música y danzas, además de dar a conocer un comunicado en el que nuevamente acusan el hostigamiento gubernamental.

## NUEVA AMBULANCIA...

### Entregó alcalde ambulancia a bomberos

Alfredo San Román Duval, presidente municipal de Huejutla, hizo entrega de una ambulancia al H. Cuerpo de Bomberos de Huejutla, con lo que podrán prestar con mayor eficiencia sus servicios a la comunidad en general.

En un acto modesto pero muy significativo, el alcalde señaló a los tragaahumo que su administración ha buscado la manera de conseguir mayores apoyos para ellos, y aunque lentamente ha sido posible, no ha dejado de insistir para que tengan mejores condiciones laborales.

Por su parte Juvencio Elizalde, primer comandante del citado



cuerpo de emergencia, agradeció el apoyo recibido y a nombre de sus elementos se comprometió a redoblar esfuerzos para trabajar a favor de la ciudadanía, así

como a realizar las campañas necesarias para la prevención de accidentes y con ello evitar la pérdida de vidas humanas y daños materiales.

## VISITA LA HUASTECA...

### Omar Fayad visitó la Huasteca

El Senador por el estado de Hidalgo, Lic. Omar Fayad Meneses, estuvo de visita por la Huasteca Hidalguense con el propósito de saludar a los habitantes de dicha región y participar en las festividades de Xantolo, motivo por el cual acudió a hacer un recorrido por la zona centro de Huejutla, donde le fue proporcionada una explicación sobre la festividad.



Acompañado por las

autoridades municipales, el Senador se mostró satisfecho por el trabajo realizado por los gobiernos del estado y municipios para preservar

las tradiciones y costumbres, ofreciendo incondicionalmente su respaldo para continuar fomentando la cultura entre las nuevas generaciones.

Asimismo, el legislador anunció la presentación de su informe de actividades, en el cual, dijo, habrán de darse a conocer todas las acciones que ha emprendido para beneficio de los hidalguenses y de todos los mexicanos, coadyuvando con el gobierno del Lic. Enrique Peña Nieto y del Lic. Francisco Olvera Ruiz.



Por: Jorge Zamacona  
 Correo: aunvive55@hotmail.com

**Fayad sabe dónde está parado...  
 Julio Menchaca renunció al PRI...  
 “Goyo” apoya a Núñez, Actopan...  
 Tránsito Municipal, muy mal...**



El gran debate por la legalización de la marihuana, llegó a un punto de incertidumbre, ayer la Suprema Corte de Justicia dio el sí a cuatro amparos que fueron promovidos ante esta Institución, pero es muy importante aclarar a la población que el uso de la marihuana ni se legaliza ni se autoriza su comercialización, mismo que creará mucha polémica, pues muchos dicen que este es el inicio de un gran camino hacia un cambio de la actitud de los mexicanos...

**HAY QUE...**

Recordar que el tema del aborto y el de los homosexuales, fue algo semejante a lo que se vive hoy con lo de la legalización de la marihuana, hay que medir los alcances de esta decisión y tomar las cosas con mayor seriedad y madurez, es importante dimensionar las consecuencias la resolución sobre el tema de salud y el más importante, la legalidad de este estupefaciente, por lo pronto esperemos las reacciones de una sociedad que hoy está sorprendida por tal decisión, ya que será el principio de un camino largo, hay tanta tela de donde cortar que el debate está ya en boca de todo México...

**OTRO DEBATE...**

Es la Ley **Fayad**, que desde nuestro punto de vista fue mal planteado, lo que trajo como consecuencia una gran embestida en contra del Senador hidalguense, este tema afectó a **Fayad** en su imagen como político, pero también es importante mencionar que fue “fuego amigo” el que lo metió en la palestra del debate, lo que significa que la sucesión por la gubernatura de Hidalgo tiene más de fondo, de lo que pensamos usted y yo; por lo pronto **Fayad** sigue su recorrido por los diferentes municipios de la entidad...

**HAY QUE...**

Esperar hasta dónde lo merma o simplemente será un tropiezo más como los que suelen tener los hombres que buscan el poder; **Omar Fayad** sabe dónde está parado y conoce muy bien los riesgos que tiene al aspirar a gobernar su Estado, por lo pronto la vida sigue y la carrera hacia la silla de Plaza Juárez está entrando a su punto más neurálgico y en este mes deberá tomarse la decisión, porque no se podrá improvisar al “cuarto para las doce”, ya que si así fuera las consecuencias serían catastróficas, pues las diferentes corrientes políticas en la entidad se sentirían huérfanas ante la falta de “humo blanco” y esto provocaría incertidumbre, desbandada y eso el partido oficial no lo puede tolerar, porque perdería liderazgo en la lucha por el poder, no solo en la silla de gobernador, sino en los municipios donde la efervescencia no tiene control

ya en estos momentos...

**EL MEJOR EJEMPLO...**

De ello es Pachuca, donde el primer independiente ya asomó la cabeza, **Julio Menchaca Salazar**, quien renunció al PRI hace apenas un poco más de 48 horas y con ello abrió la competencia hacia la presidencia municipal de la ciudad capital; **Menchaca**, hombre probado en su capacidad intelectual, sencillo, apegado a las corrientes progresistas, entra hoy a tormentas nunca vividas en su actuar político, en este momento el ex diputado local sufrirá el desprecio de sus “amigos” que lo verán como algo “raro” y lo peor como, **Pedro** negó a **Jesús**, **Julio** será ignorado por aquellos que alguna vez presumieron de su amistad...

**JULIO MENCHACA...**

Deberá adoptar un perfil de oposición al sistema en el cual sirvió durante muchos años en su vida pública, la pregunta que muchos se hacen es, ¿podrá **Julio** ser líder opositor? ¿Su perfil lo ayuda? Lo cierto es que el ex presidente del Tribunal, no tiene cualidades para ser opositor, él es educado, caballeroso, intelectual, inteligente, pero no tiene en sus genes, al menos no se le ven hasta ahora, que sea un hombre de combate político, que abandere causas sociales, es un hombre de debates, pero de manera institucional, no popular, es un buen orador pero en el atril legislativo, hay que ver hasta dónde llega su pasión y su ambición por lograr su anhelo de gobernar su tierra natal, Pachuca...

**POR LO...**

Pronto deberá este ex priista cambiar el traje por la camisa de campaña y salir a la calle a convencer a propios y extraños que él debe ser el próximo presidente de Pachuca, porque si se

queda esperando a que los demás lo hagan, su causa está perdida desde el momento en que confie en que otros lucharán por sus ideales, “duro paquete” para **Julio Menchaca** quien a partir de hoy deberá mandarse a hacer un traje nuevo con características muy peculiares, teniendo como principal ingrediente, una “torta de sesos con huevos” porque la lucha será a “muerte” donde triunfará quien más saliva tenga.

**OTRO QUE...**

Debe poner su “barba a remojar” es “**Goyo**” el alcalde de Actopan, quien ha llegado al extremo de no interesarle nada de la presidencia municipal, al grado que hasta el día de ayer no había cubierto la quincena a los trabajadores de su gobierno y cuando un colaborador le preguntó ¿Qué hacían? Solo les respondió “que se aguanten o renuncien porque les voy a pagar hasta que complete la nómina, y que le hagan como quieran”; **Goyo** anda tan divorciado del pueblo que dice a sus allegados que ya habló con el próximo candidato y que tiene su respaldo, al preguntarle ¿Quién era? Respondió que el sobrino de un ex gobernador y líder de los jóvenes en la entidad, pobre joven **Núñez**, ya “lo beso el diablo”...

**TULANCINGO...**

Busca alcalde, debe ser la pancarta que se ha colocado en alguna parte del municipio, porque por donde quiera brotan aspirantes, quizá unos con más derecho que otros pero la efervescencia está a todo lo que da; la verdad que es muy bueno que la gente que tenga aspiración lo manifieste, que tome las calles con orden por supuesto, que levante la voz, que digan que quieren gobernar su pueblo, hombres y mujeres levanten el vuelo,

pero, primero aprendan a debatir con pasión, prepárense para aceptar que hay otros mejores y peores que ustedes, sean humildes, ayuden al prójimo, pero sobre todo acepten que solo uno será el elegido y al no ser, súmense al proyecto del ganador, avancen hagan política, mucha política, dejen afuera de su ser la arrogancia y la soberbia, éstas son cosas que no ayudan al contrario, afectan el alma y el espíritu, en fin, sean leales y respetuosos con sus ideales, pero sobre todo, tenga fe en ellos...

**POR EL PAN...**

Va **Felipe García**, quizá sea este partido el que encabece la fórmula y lleve a un Perredista como suplente ¿Quién? No lo sé todavía, pero por lo pronto “**Felipillo**” suena como posible abanderado del partido azul, ¿ganará? No creo, el pagara todos los errores del su actual jefe, quien abandonó la idea de ser postulado como candidato a la diputación local, ¿Por qué? Porque iban a darle “cucharada de su propio chocolate”, **Julio Soto** será solo un espectador más en las próximas elecciones del 5 de Junio, no se va a mover al menos a la vista de los demás, porque donde lo haga perderá todo, y eso es lo que más cuida, su futuro, que es muy incierto y depende de él si tiene tranquilidad como ex presidente o se complica la vida metiendo la mano “donde no debe”...

**FELIPILLO...**

Deberá estar preparado para soportar todos los desmanes que su jefe hizo durante casi cuatro años, las ofensas a la población, a sus “amigos”, a sus compañeros de partido, a sus colaboradores, en fin, **Felipillo** “se las va a ver muy negras”, pero allá él si incluye en su equipo a su archienemigo **Sinhué**, quien no deja de decir a sus allegados que él no tolera a **Felipillo**, que lo tiene hasta la maaaaad...

**TRANSITO MUNICIPAL...**

Muy mal, los elementos muy inconformes con su jefe, quien tiene un elemento como encargado de “negociar” los permisos especiales y eso les molesta a muchos porque dicen, nosotros damos la cara y él se beneficia, por ahí tenemos unos documentos que pronto publicaremos ¡Y qué sorpresa se van a llevar!, empezando por el alcalde...

**INDEPENDIENTES...**

Por Tulancingo, habrá más de dos, solo que ninguno de ellos va a dar el “campanazo” si no tienen soporte político y económico, por lo pronto están guardados trabajando, no con la gente, sino con los que auspiciarán los gastos y proyectarán las estrategias y son muy fuertes...



Por: Jeovana S. M.

# SIGNOS DE ALERTA...

## Signos de peligro con los dolores de cabeza

Un dolor de cabeza es un dolor o molestia en la cabeza, el cuero cabelludo o el cuello.

Los tipos de dolores de cabeza comunes abarcan: cefaleas tensionales, migraña o cefalea en brotes, dolores de cabeza sinusales y dolores de cabeza que empiezan en el cuello, usted puede tener un dolor de cabeza leve con el resfriado común, la gripe u otras enfermedades virales cuando también tenga una fiebre baja.

La mayoría de las personas con dolores de cabeza pueden sentirse mucho mejor haciendo cambios de estilo de vida, como aprender formas de relajarse, tomar medicamentos, como analgésicos, también ayuda.



## Causas urgentes de los dolores de cabeza.

Los problemas vasculares y el sangrado en el cerebro pueden causar un dolor de cabeza, estos abarcan:

Una conexión anormal entre las arterias y las venas en el cerebro que normalmente se forma antes del nacimiento, este problema se denomina malformación arteriovenosa.

Se detiene el flujo de sangre a parte del cerebro, esto se denomina accidente cerebrovascular.

Un debilitamiento de la pared de un vaso sanguíneo que puede romperse y sangrar dentro del cerebro, lo que se conoce como un aneurisma cerebral.

Sangrado en el área entre el cerebro y el delgado tejido que lo cubre, esto se denomina

hemorragia subaracnoidea.

Otras causas de los dolores de cabeza que deben ser examinadas de inmediato por un médico son: presión arterial muy alta, tumor cerebral, acumulación de líquido dentro del cráneo que ocasiona hinchazón cerebral (hidrocefalia), acumulación de presión dentro del cráneo que parece ser un tumor, aunque no lo es (seudotumor cerebral), intoxicación con monóxido de carbono, infección en el cerebro o el tejido que lo rodea, así como un absceso cerebral, una arteria hinchada e inflamada que irriga sangre a parte del área del cuello, la cabeza y la sien (arteritis temporal), cuándo llamar al médico.

Si no puede acudir al médico inmediatamente, vaya a la sala de urgencias o llame al número local de emergencias (911 en los estados unidos) cuando tenga algo de lo siguiente:

Es el primer dolor de cabeza que

usted haya tenido en su vida e interfiere con sus actividades diarias.

Le da un dolor de cabeza justo después de actividades tales como levantamiento de pesas, aeróbicos, trotar o tener relaciones sexuales.

Su dolor de cabeza aparece de repente y es explosivo o violento. Describiría su dolor de cabeza como el "peor que jamás haya sentido", incluso si regularmente le dan dolores de cabeza.

También presenta mala articulación del lenguaje, un cambio en la visión, problemas para mover los brazos o las piernas, pérdida del equilibrio, confusión o pérdida de la memoria con su dolor de cabeza. Su dolor de cabeza empeora durante un período de 24 horas.

También tiene fiebre, rigidez en el cuello, náuseas y vómitos con su dolor de cabeza.

Su dolor de cabeza se presenta con un traumatismo craneal.

Su dolor de cabeza es intenso y sólo en uno de los ojos, con enrojecimiento en dicho ojo.

Apenas comenzó a tener dolores de cabeza, especialmente si es mayor de 50.

Tiene dolores de cabeza junto con problemas de visión y dolor al masticar, o pérdida de peso.

Tiene antecedentes de cáncer y desarrolla un nuevo dolor de cabeza.

Acuda pronto al médico si: los dolores de cabeza lo despiertan, un dolor de cabeza dura más de unos cuantos días, los dolores de cabeza son peores por la mañana, usted tiene antecedentes de dolores de cabeza pero han cambiado de patrón o intensidad, tiene dolores de cabeza con frecuencia y no hay ninguna causa conocida.

# Aclara tú piel...



Hace muchos años las mujeres de la realeza querían mantener su piel blanca pues tener la piel bronceada quería decir que la persona había estado trabajando bajo el sol, algo inaceptable para la realeza, ellas usaban varios trucos y remedios caseros para aclarar su piel, en especial los baños de suero de leche (buttermilk). Hay varios ingredientes naturales que tienen propiedades para aclarar la piel. Ejemplos son el jugo de cebolla, el jugo de pepino, el perejil y la cúrcuma.

A continuación tenemos varias recetas para blanquear la piel, no olvide consultar con un dermatólogo antes de usar estos remedios caseros. También se debe hacer una prueba de alergia antes de ponerse cualquier ingrediente sobre la piel.

## Piel blanca

Ingredientes como el jugo de cebolla y el perejil aclaran la piel

Para hacer una prueba se puede poner la sustancia sobre la parte inferior de la muñeca y dejarla por 48 horas. Si no hay reacción lo más probable

es que no tiene alergia al ingrediente.

Suero de leche para aclarar la piel

Aplíquese con un algodón y déjela actuar toda la noche. También se la puede agregar al agua de la tina.

Otra receta para blanquear la piel

Ponga las cáscaras de naranja a secar al sol. Cuando estén bien secas, píquelas y hágalas un polvito. Agregue leche hasta formar una crema y aplíquese sobre el área que desea blanquear. Déjela secar. Lávese con agua tibia. Repita todos los días.

Crema para aclarar la piel

Tome las claras de dos huevos y le agrega jugo de limón fresco. Lo bate hasta que esté cremoso

y se lo aplica por las noches. Antes de salir al día siguiente se debe lavar bien esta mezcla ya que el limón con el sol mancha la piel. El limón también sirve para despercudir las rodillas.

Emblanquear la piel con agua de arroz

Eche un puñado de arroz en tres tazas de agua y póngalo en fuego lento hasta que hierva. Deje enfriar y aplíquese el agua con un algodón. Déjelo actuar toda la noche, no olvides que debes cuidarte y que mejor con lo natural.

# Soñar con lodo...



Soñarse caminando en el fango o lodo es un aviso de que por una conducta indebida se esté desprestigiando ante sus amistades, lo que ocasionará riñas familiares. Soñar a otras personas caminando o chapoteando en el fango insinúa que algo desagradable le sucederá a sus familiares o amigos.

Soñar que su ropa está manchada de fango insinúa que su prestigio ya está en entredicho; pero si en el sueño se limpia completamente la ropa, esto indica que saldrá airoso de las murmuraciones e intrigas en su contra.

Los sueños en donde nos vemos caminando entre fango son presagio de humillaciones y vergüenzas, pero si luego caminamos sobre agua cristalina es señal de que saldremos bien librados de dichas situaciones.

El fango en sueños, en especial cuando nos vemos con los pies enterrados en él, simboliza pequeños obstáculos que se presentarán en nuestro camino al éxito. Este sueño es una invitación para tener calma, pensar las cosas con cabeza fría y tomar la mejor decisión a la hora de realizar algunas elecciones que nos ayudarán a superar los inconvenientes que se presenten.

Soñar con barro limpio y arcilloso indica que hemos tomado decisiones acertadas y nuestra conducta es apropiada, mientras que si lo vemos sucio insinúa que nos sentimos insatisfechos con nuestro trabajo, somos conscientes de que podemos dar más, pero algunas distracciones nos lo impiden.



Por: Emiliano Carillo.

# 2016 NO SERÁ FÁCIL...

La renovación de las políticas electorales a nivel federal alcanzó a las entidades, quienes tendrán que desandar mucho del camino avanzado en materia de autonomía y resolución de sus problemas, al sujetarse de manera ostensible a estos lineamientos de mando híbrido y de decisiones foráneas.

Los primeros embates de esta nueva legalización ya se resiente en Hidalgo con la llegada de los nuevos integrantes del Consejo General del Instituto Estatal Electoral, quienes desprovistos, algunos de ellos, de una carrera electoral cruzaron los pantanos de la burocracia del Instituto Nacional Electoral para llegar a estos cargos de privilegio.

El extremo celo que tienen con la plantilla laboral que durante muchos años se ha desarrollado en el IEEH, vaticina sin lugar a dudas, que habrá el despido total de todos, para entonces, entrar la gente de confianza de estos noveles funcionarios.

Contaba una luchadora social que su abuela siempre le recomendaba aquel dicho de “que el cocinero no debe experimentar en día de fiesta”, situación que aquí parece no ser escuchada como un principio de humildad e inteligencia.

Junto a ello, las encerronas con representantes de los partidos políticos en el Parador del Valle de San Javier, nos muestra que ésta nueva clase político-electoral, realmente



no tendrá ningún empacho en hacer gastos innecesarios cuando el tema de la discusión debe ser hacia el interior del edificio propio ubicado sobre la carretera a Ciudad Sahagún. La toma de decisiones, con la designación de los nuevos funcionarios en las distintas áreas no justamente tienen un claro apego al profesionalismo o a la experiencia, más bien parecen atender a recomendaciones de conocidos o familiares, sin un sustento científico de efectividad y resultados.

Prueba de ello fue la designación del responsable del área de prensa, en donde

fue elegido un corrector de línea de un diario, actividad que sin menosprecio, no justamente reúne el perfil y las habilidades necesarias para manejar de forma eficiente la información en asuntos de trascendencia como será la elección recurrente de gobernador, diputados y presidentes municipales.

Cualquier intento por mejorar el perfil de los funcionarios, con esta designación quedó expuesto que los espacios se llenan por recomendación y nunca por capacidad o experiencia.

Instituciones de la naturaleza del IEEH, no sólo cumplen

tareas administrativas de elegibilidad, conllevan el grave peso de mantener la paz social antes, durante y después de la elección.

La historia contemporánea electoral de Hidalgo nos ha mostrado los riesgos sociales que implica una elección mal conducida por los consejeros o los propios funcionarios del IEEH.

La elección del 2016 no será cosa fácil porque habrá cientos de candidatos que buscarán hacer un juego ganador sin importar reglas o lineamientos, incluso sin importar el riesgo social que esto implique. Y para contrarrestarlo por necesidad el Estado debe garantizar autoridades con firmeza y suficiente experiencia y conocimiento para enfrentar todos y cada uno de estos cientos de candidatos.

Hay que recordar las pifias electorales de Huasca, Mineral de la Reforma y otros en donde la gente salió a las calles para manifestarse y en algunos casos tuvo que intervenir la policía para apaciguar los ánimos, que de ninguna manera eran acallados por un consejero por estudiado que sea.

Hidalgo en 2016 se la va a jugar todas, porque renovará por completo todas sus autoridades por elección popular y urge un instituto acorde a las necesidades, más no perfiles fincados en un éxito logrado a partir del resquicio que dejó la equidad de género.

Por: Jorge Zamacona  
Correo: aunvive55@hotmail.com

# UN PARTIDO EN DECADENCIA...

El partido del Sol Azteca en los últimos meses va en caída libre a nivel nacional, los hombres que le dieron fuerza alguna vez, hoy están fuera de este partido, la repercusión ha llegado a las demás entidades del país y cada vez más el PRD se desmorona. En Hidalgo no es la excepción y los principales líderes de revistas van de un lugar a otro como un "barco en alta mar" donde están expuestos a que cualquier tormenta los hunda; en Hidalgo como en otras entidades donde habrá elecciones para gobernador, la disputa por la candidatura será cada día menos ya que el candidato natural de este partido será sin duda alguna **Pepe Guadarrama**, salvo que el PAN haga una propuesta seria y de gran peso electoral.

En Tulancingo son muy pocos los rostros que puedan atraer a los electores por este partido, ya que los que existen se han caracterizado por poca o mediana actividad política, siendo desde el punto



de vista de *Razonez* solo tres hombres los que puedan contender por la Presidencia Municipal, **Adán Pérez**, un hombre que se ha mantenido en la raya y con lealtad al Partido Azteca, nunca ha hecho ni dicho algo que valla en contra en la filosofía política de éste partido, un hombre de izquierda, respetuoso de las demás corrientes en sus partido y

con buenas relaciones con la dirigencia estatal, nacional e internacional, **Adán Pérez**, si el PRD quiere, tiene en él un magnifico prospecto para contender por la silla que hoy ocupa el panista **Julio Soto** el próximo 5 de junio de 2016.

**José Luis Cruz**, perredista que se ha caracterizado por ser muy convenenciero, es su aspiración política, pues

cada vez que ha ocupado un cargo en la comuna de Tulancingo se ha olvidado de sus orígenes y ha traicionado a más de un militante de su partido el PRD.

**Miguel Romero Quezada**, un hombre valioso por su calidad humana, pero ausente en los grandes movimientos que se han hecho en Tulancingo, ha sido dirigente de este partido durante mucho tiempo y debemos reconocer que en la pasada elección de diputación logró levantar el número de votos a favor de su partido, quizá a **Miguel**, para contender a la presidencia municipal de Tulancingo, deberá ser más política a cielo abierto.

Estos tres hombres son los que más suenan en el ánimo por dicho instituto político hay que esperar quien más surge, aunque les adelanto que quizá los perredistas cedan ante el Partido Acción Nacional y ellos se conformen con ser suplentes.



**"EL AGUA ES UN DERECHO, PAGARLA UNA OBLIGACIÓN"**  
**¡PONTE AL CORRIENTE, EVITA CORTES Y GASTOS INNECESARIOS!**



"COMISION DE AGUA POTABLE, ALCANTARILLADO Y SANEAMIENTO DE SANTIAGO TULANTEPEC"

JARDIN CARRILLO PUERTO, RELOJ MUNICIPAL. COL. CENTRO TEL/FAX 01 775 75 4 64 59



# Premio CONAMM...



**NOVIEMBRE-2015**

## **OBTIENE ACAXOCHITLÁN PREMIO CONAMM.**

El municipio de Acaxochitlán obtuvo el galardón denominado Premio CONAMM (Conferencia Nacional de Municipios de México) a la Excelencia Municipal debido a la creación del parque de entrenamiento y convivencia "Nueva Esperanza" para personas con capacidades especiales.

El parque mencionado está ubicado en el campo de las nuevas instalaciones de la Unidad Básica de Rehabilitación (UBR) en barrio Tlacpac y consiste en columpios especiales, volantín, sube y baja, resbaladilla, estación de fortalecimiento y lanzamiento de bala y jabalina, con accesos plausibles traducidos al náhuatl y al sistema braille.

A decir de Selene Sánchez Gayosso, presidenta del Sistema DIF municipal es de suma importancia hacer proyectos incluyentes en los que las personas con capacidades especiales tengan un espacio digno en el que, además de rehabilitarse, tengan un rato de diversión y entretenimiento.

"Este parque busca también la integración familiar y está adaptado para personas con capacidades especiales que usen silla de ruedas, bastón y/o andadera; o que presenten alguna discapacidad visual o de cualquier tipo" comentó Sánchez Gayosso.

Al respecto el presidente municipal Erick Sosa Campos mencionó que "haber sido en Hidalgo el primer municipio con una iniciativa incluyente, solidaria y sobre todo humana nos llena de una satisfacción plena al tiempo que refrendamos con hechos nuestro apoyo total

a las personas especiales, gente de vida; este premio es para luchona que nos da un ejemplo ellos".



**TE RECOMIENDA QUE ANTES DE COMPRAR  
AGUA PURIFICADA ENVASADA OBSERVES:**

- **Sello de garantía**
- **Etiqueta que señale marca, domicilio y responsable de elaboración.**
- **Lote, fecha de elaboración y fecha de caducidad.**
- **El envase no debe estar roto o parchado.**
- **Que el agua no tenga olor o sabor extraño.**



**Si no cumple con estos requisitos  
! No lo consumas !**

BLVD. CENTENARIO DE LA REVOLUCIÓN 240  
COL. EXQUITLÁN, SANTIAGO TULANTEPEC, HGO.  
TEL. 775-760-02-27

