

**SIN RASTRO.** Intervienen corporaciones en búsqueda de Yarely Moctezuma García, Santiago de Anaya | 8



**REGIONES | 8**

*Considera alcalde de Santiago de Anaya iniciar desde ahora auditorías para evitar problemas posteriores*

[ HUGO CARDÓN ]



**REGIONES | 9**

*Reconocen autoridades de Tula que desde enero pasado hay varios temas en la Coordinación Jurídica del ayuntamiento; apuros*

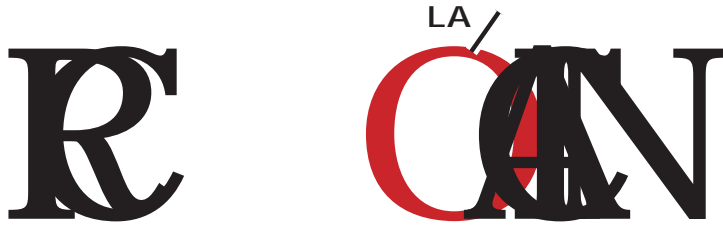
[ ÁNGEL HERNÁNDEZ ]

*Valores:	
Moneda	Venta en pesos
Dólar (\$)	19.19
Euro (€)	20.99
Libra (£)	24.65

\*Fuente: Banco Nacional de México.

PRESIDENTE Y DIRECTOR GENERAL:  
Jorge Kahwagi Gastine

LUNES 23  
DICIEMBRE 2019  
AÑO 11 Nº 3888 / \$6.00



www.cronicahidalgo.com

# Con parsimonia el presupuesto

■ Convocaron al pleno a las 17 horas del domingo; sin embargo, inicialmente sólo asistieron 11 de 30 diputados de la LXIV Legislatura; hubo jaloneos

[ ROSA GABRIELA PORTER ]

Retraso en la discusión de la Ley de Egresos 2020 por parte de la Comisión de Hacienda y Presupuesto provocó que el pleno de la LXIV Legislatura debatiera el dictamen hasta antes de medianoche, ya que había indefiniciones respecto al monto que ejercerá la entidad, más de 50 mil millones de pesos, al cierre de edición todavía no sesionaban los

diputados locales.

Al término de este cónclave, finalizará el segundo periodo ordinario del primer año legislativo y designarán a los representantes que formarán parte de la diputación permanente.

En un principio, convocaron al pleno a las 17 horas del domingo; sin embargo, inicialmente sólo asistieron 11 de 30 diputados de la LXIV Legislatura... **3**



**VISIÓN.** En reunión con integrantes del Consejo Coordinador Empresarial, el gobernador Omar Fayad destacó que son positivos los resultados de la cercanía, colaboración y coordinación de las autoridades estatales con los empresarios, para todas las familias de la entidad. Auguró que con el apoyo de los empresarios el 2020 será, sin duda, un mejor año para la sociedad hidalguense.

ESPECIAL

## Sincroniza Semarnath programa Aire Limpio

■ Meta es reducir las emisiones contaminantes de los vehículos automotores: aplica secretaría acciones de vigilancia específicas. Sanciones y recomendaciones **4**

## Resalta Simón Vargas ambiente de paz, en la geografía estatal **5**



**REGIONES | 10**

*PRI, el primer instituto en entregar plataforma electoral ante el IEEH; remarca dirigencia los perfiles que elegirán*

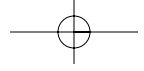
[ REDACCIÓN ]



**SOCIEDAD | 21**

*Decomisan pirotecnia en negocio establecido en el centro; el llamado es a procurar escenarios más seguros, Tulancingo*

Escriben	
RAÚL TREJO	Uno
RAFAEL CARDONA	Dos
PEPE GRILLO	Dos



# LA CRÓNICA de hoy

LUNES, 23 DICIEMBRE 2019

Directorio  
LA CRÓNICA DE HOY  
en HIDALGO

DIRECTOR GENERAL: José Ángel Silva Hidalgo  
DIRECTOR EDITORIAL: Andrés Torres Aguirre  
EDITOR EN JEFE: Juan José Herrera Pineda  
EDITORA ADJUNTA: Daysy Barrios Romero  
FOTOGRAFÍA: Aldo Falcón Jiménez  
PAGINADORES: Jazmin Falcón Jiménez  
Julio Enrique Hoyos León  
Alejandro Ortega Betancourt

PRESIDENTE:  
Jorge Kahwagi Gastine  
VICEPRESIDENTE:  
Jorge Kahwagi Macari

■ Impreso en LC Impresos S.A. de C.V., ubicación en Calzada Azcapotzalco-La Villa 160, Col. San Marcos, México, D.F.  
■ Número de Certificado de Reserva, 04-2010-030418300100-101 del Indautor, Dirección de Reservas de Derechos de la SEP  
■ Número de Certificado de Licitud de Título y Contenido, 14786, de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación.  
■ El contenido de los artículos es responsabilidad de los autores. Todos los derechos están reservados. Queda prohibida la reproducción parcial o total del material publicado sin consentimiento por escrito de los editores.  
■ DOMICILIO: Bulevar Valle de San Javier No. 534, interiores 101 y 102, Fraccionamiento Valle de San Javier, CP. 42086  
■ SUSCRIPCIONES: 719-7767, 719-3641  
cronica Hidalgo@hotmail.com

## GRILLERÍAS



### PRESIDENTE

Confirmaron los grillitos que el **Presidente de la República, Andrés Manuel López Obrador, visitará hoy el estado de Hidalgo. La agenda original contemplaba que el primer mandatario de la nación realizara su acostumbrada conferencia mañanera desde algún punto de la entidad; sin embargo, por cuestiones de tiempo no será así y la ofrecerá desde la Ciudad de México para posteriormente viajar al estado y celebrar varios eventos, donde será acompañado por el gobernador Omar Fayad. En este marco se esperan importantes anuncios relativos a rubros como obras públicas y salud. Cabe recordar que Hidalgo es a la fecha una de las pocas entidades que más visitas registra por parte del jefe del Ejecutivo Federal y no sólo eso, pues los grillitos informaron que también en enero López Obrador abrirá sus actividades del año nuevo regresando al estado, concretamente a las instalaciones del C5i, donde habrá una importante reunión en materia de seguridad.**

### APUESTAS

El director general de Orquesta y Coros de la SEP federal, José Ricardo Cerrillo Reyna, reconoció la responsabilidad de Hidalgo y del gobernador con la educación, toda vez que la entidad fue la primera en firmar la carta compromiso para la formación de orquestas y coros infantiles; concordancia con los principios de la Nueva Escuela Mexicana.

### TLAHUELILPAN

Refirió el alcalde, **sobre el supuesto despojo de una parte del terreno de la telesecundaria 744 de la Cuauhtémoc para favorecer a su hermano, Manolo Cruz Frías, que es un asunto de legalidad, que tendrá que resolver un juez y se dijo dispuesto a acatar el resolutive.** Los grillitos seguirán de cerca este caso para seguir informando.

### PUNTOS

Asevera el jefe del **Ejecutivo en Tula que los integrantes de la asamblea municipal, en ninguno de sus casos recibieron aguinaldo, "ni síndicos ni regidores, pues no hay un esquema de ley que lo contemple... ellos reciben dieta, no salario".**

Esta columna, así como Arriba y Abajo se basan en trascendidos o hechos sin confirmar que circulan en los corrillos políticos.

## arriba



### RODRIGO LEÓN

Contribuyen elementos de la **Policía Industrial Bancaria, a cargo de Rodrigo León, al resguardo de diversas instituciones. En esta temporada hay especial interés en zonas específicas de la entidad, por el pago de aguinaldos ya que quienes cobran vía nómina deben acudir al banco para obtener este beneficio.**

## abajo



### FRANCISCO CHEW

Desvirtúa un poco el trabajo del secretario general del **Movimiento Social por la Tierra el hecho de que, cuando compete, apoya a "x" o "y" partido ya que eso no agrada del todo a los simpatizantes del MST. Además, el peso político de Chew Plascencia no es como lo requieren los adeptos a éste.**

## LA IMAGEN

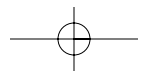


## SORPRESIVO

Una menor de edad **perdió la vida al interior de la Plaza Galerías, en Pachuca. Los hechos ocurrieron la tarde de este domingo. De acuerdo con testigos, C. C. M., se encontraba en un negocio denominado "Jumping time"**

cuando empezó a sentirse mal, por lo que llamaron al personal de Emergencia. Arribando elementos de Cruz Roja, quienes brindaron los primeros auxilios, pero éste **perdió la vida al interior de la unidad.** *Foto: Aldo Falcón.*

## UAEH 23 Diciembre





# Atrasan discusión del presupuesto 2020, hubo ajustes a última hora

## EFERVESCENCIAS

► Convocaron al pleno a las 17 horas del domingo; sin embargo, inicialmente sólo asistieron 11 de 30 diputados de la LXIV Legislatura, declararon receso por falta de quórum

[ ROSA GABRIELA PORTER ]

**R**etraso en la discusión de la Ley de Egresos 2020 por parte de la Comisión de Hacienda y Presupuesto provocó que el pleno de la LXIV Legislatura debatiera el dictamen hasta antes de medianoche, ya que había indefiniciones respecto al monto que ejercerá la entidad, más de 50 mil millones de pesos, al cierre de edición todavía no sesionaban los diputados locales.

Al término de este cónclave, finalizará el segundo periodo ordinario del primer año legislativo y designarán a los representantes que formarán parte de la diputación permanente.

En un principio, convocaron al pleno a las 17 horas del domingo; sin embargo, inicialmente sólo asistieron 11 de 30 diputados de la LXIV Legislatura, por lo que la presidenta de la mesa directiva, Susana Ángeles Quezada, declaró un receso por falta de quórum.

Aparentemente, la dilación para sesionar fue porque los diputados de Movimiento Regeneración Nacional (Morena) identificados con el Grupo Universidad trataron de ajustar algunos rubros de último momento, a fin de destinar recursos hacia la máxima casa de estudios hidalguense, ya que presuntamente habría un proyecto de 54.2 mil millones de pesos, cifra que dependería de la recaudación tanto federal como estatal, además esta cantidad sería mayor por 8 mil millones de pesos comparado con 2019.

Esto lo confirmó el coordinador parlamentario del Partido Acción Nacional (PAN), Asael Hernández Cerón, quien dijo que estos legisladores sugirieron ciertos cambios en el presupuesto para respaldar a la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (UAEH).

"Hay sugerencias por parte del Grupo Universidad, entiendo que tratan de etiquetar recursos para la UAEH, pero quieren confundir a la sociedad metiendo rubros distintos de manera irresponsable, porque se meten a trastocar fondos que no se



**PARTIDAS.** Debatieron diputados hasta medianoche, ya que había indefiniciones respecto al monto a ejercer.

deben tocar si se quieren cumplir las metas de combate al rezago de pobreza y lo que implica, creo que es una estrategia que utilizan de tal forma que puedan presionar para lograr los recursos que les encargaron de la máxima casa de estudios".

El anteproyecto que remitió la Secretaría de Finanzas, el pasado 19 noviembre, consideraba un gasto neto total de 50 mil 202 millones 306 mil 609 pesos, que incluye los ramos autónomos, administrativos y generales; no obstante, trascendió que vislumbraron un monto extraordinario superior de 4 mil millones de pesos que supuestamente direccionarán a los conceptos de salud, protección civil, planeación, educación, entre otros.

Al cierre de edición, permanecían las reuniones a puerta cerrada entre los diputados de la comisión para determinar la distribución de los recursos, aunque prevaleció el jaloneo entre los diferentes grupos parlamentarios.

ROSA GABRIELA PORTER

## MENSAJE PARA DIPUTADOS

### Advierten sobre falta de recursos para el campo

■ Lamentable que diputados locales no asumieran el compromiso para apoyar al sector agrario en 2020, acusaron las organizaciones que integran el Frente Auténtico por el Campo (FAC), las cuales mantienen un campamento en las inmediaciones del Congreso local desde hace una semana.

Señalaron que algunos legisladores no quisieron firmar documentos para garantizar una partida presupuestal hacia el rubro agropecuario durante el siguiente ejercicio, bajo el argumento de que requieren la autorización federal, aspecto que criticaron porque incluso ya desaparecieron algunos programas de concurrencia.

Los dirigentes de la Unión Nacional de Trabajadores Agrícolas (UNTA), Coalición de Organizaciones Democrática,

Urbanas y Campesinas (Coduc), Movimiento Social por la Tierra (MST), así como la Central Independiente de Obreros Agrícolas y Campesinos (CIOAC), convocaron a una conferencia de prensa previo a la discusión de la Ley de Egresos por parte de la LXIV Legislatura, celebrada este domingo, para insistir en que urgen recursos al sector agreste, ante la eliminación de programas y otros apoyos económicos.

En las reuniones que sostuvieron los líderes con integrantes de la Comisión de Hacienda y Presupuesto, insistieron que necesitan al menos el 10 por ciento (%) del total de egresos que ejercerá la entidad para el próximo año, sin embargo, los cabecillas campesinos denunciaron que ningún diputado asumió el compromiso de respaldar a las agrupaciones.

Al respecto, Martha López Ríos, de la UNTA, recordó que desde el Gobierno Federal atentaron contra las actividades agropecuarias al momento de quitar de las políticas públicas los montos concurrentes hacia los estados, por lo que ahora compete a los mandatarios locales diseñar programas y reglas de operación que permitan el acceso a dichos beneficios.

En tanto, quien encabeza MST, Francisco Chew Plascencia, mencionó que para solventar la situación es necesario que tanto el Poder Ejecutivo como el Congreso realicen foros de consulta para elaborar políticas o proyectos que incentiven la producción agropecuaria en el país, pues más del 70% de la población hidalguense se dedica a este tipo de diligencias. (Rosa Gabriela Porter)

# Impulsan *Aire Limpio* para reducir emisiones

SEMARNATH

► Ubican unidades, detienen y sancionan a quienes llevan vehículos ostensiblemente contaminantes o no portan holograma vigente

[ ALBERTO QUINTANA ]

Para reducir las emisiones contaminantes de los vehículos automotores la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales de Hidalgo (Semarnath) implementa el programa "Aire Limpio", informó el titular de la dependencia.

Benjamín Rico Moreno comentó que a través de esta actividad detectan las unidades, detienen y sancionan a quienes llevan vehículos ostensiblemente contaminantes o no portan holograma vigente.

De acuerdo con el artículo 140, el propietario o poseedor del vehículo que incumpla con las normas oficiales mexicanas o las normas técnicas ecológicas estatales, tendrá un plazo de 30 días naturales para hacer las reparaciones necesarias.

Deben presentarlo a una nueva verificación y tres días hábiles para el caso de aquellos vehículos que no cuenten con la verificación vehicular vigente. El vehículo po-



ARTÍCULO 140. El propietario o poseedor del vehículo que incumpla con las normas oficiales mexicanas o las normas técnicas ecológicas estatales, tendrá un plazo de 30 días naturales para hacer las reparaciones necesarias.

drá circular en esos periodos sólo para ser conducido al taller mecánico o ante algún centro de verificación vehicular.

Explicó que el artículo 225 establece que un vehículo en circulación, que no porte el holograma de verificación se cobrará 10 días de salario mínimo vigente en el estado. El 226 determina que los vehículos ostensiblemente contaminantes se pagarán, respecto al servicio particular; 20 días de salario mínimo vigente en el estado de Hidalgo.

Las unidades del servicio público la multa será de 30 días de salario mínimo vigente y las de carga y pasajeros, 40 días de salario mínimo vigente en el estado de Hidalgo.

El funcionario indicó que según la ley ambiental las emisiones de contaminantes de la atmósfera pueden ser fuentes fijas, naturales o móviles, deben ser reducidas y controladas para el bienestar de la población y el equilibrio ecológico.

El artículo 135 indica que las emisiones de contaminantes generadas por fuentes móviles, que circulan en el territorio estatal, no deberán rebasar los límites máximos permisibles.

En este contexto la Semarnath, la procuraduría o los ayuntamientos, podrán limitar la circulación de vehículos automotores en el estado de Hidalgo, incluyendo los que cuenten con placas expedidas por la secretaria de comunicaciones y transportes.

Así como de otras entidades federativas o por el extranjero, para prevenir y reducir las emisiones contaminantes, en los términos de las disposiciones jurídicas aplicables.

ALDO FALCÓN

## Unidos vs saqueo en regiones

■ "Nuestra tarea es debilitar a todas esas bandas que se dedican al robo hormiga de madera, de esta forma será posible cuidar nuestros espacios arbolados y garantizarles larga vida para ser parte de los pulmones naturales con los que cuenta el estado de Hidalgo".

Añadió también que es importante que la población se sume a las tareas de vigilancia y supervisión en zonas como ésta y que dé parte de manera inmediata a las instancias competentes, así como a las direcciones de seguridad pública municipales a fin de evitar que los bosques en saqueados. (Milton Cortés)

# Baja robo hormiga en bosques: ecologistas

► Práctica ha afectado por años en municipios como Singuilucan y Mineral del Monte

[ MILTON CORTÉS ]

■ La Organización de Ecología de Hidalgo reportó una disminución de "robo hormiga" de pino natural en bosques para este fin de año.

Esta práctica ha afectado por años en municipios como Singuilucan y Mineral del Monte donde se registraron cuantioso robo de madera mediante esta modalidad.

Anticiparon que resultado de la coordinación que ha existido entre organismos no gubernamentales e instancias federales, estatales y municipales hubo una disminución notable en el robo hormiga de madera.

Ésta es una de las temporadas en la que la modalidad de robo de árboles se presenta con mayor frecuencia; hasta el momento no han sido dados a conocer casos en los que se presente este robo lo que se traduce en una disminución superior al 50 por ciento este delito, señaló Javier Canales Vera.

Dijo que para todos es importante seguir con las estrategias de vigilancia y supervisión en el ánimo de restar capacidad de operación a los grupos delincuenciales que ven en el robo de madera un jugoso negocio.



ALDO FALCÓN

# Predomina un panorama de paz social

**SIMÓN VARGAS**

► Los delitos son bajos en comparación con otras entidades del país, gracias al decidido trabajo y política del gobernador Omar Fayad

[ ALBERTO QUINTANA ]

**A**l cierre de 2019 existe un panorama de paz social y sigue siendo Hidalgo la quinta entidad más segura del país, afirmó el secretario de Gobierno, Simón Vargas.

Comentó que se tienen algunos sucesos que son atendidos por las autoridades de los gobiernos, estatal y federal, de manera oportuna, lo cual se refleja en las estadísticas a escala nacional.

Los delitos son bajos en comparación con otras entidades del país, gracias al decidido trabajo y política del gobernador Omar Fayad, así como la coordinación que tiene con el gobierno federal y municipios.

Respecto al tema de Tlahuelilpan y a unos días de cumplir un año del trágico acontecimiento, hay atención permanente del gobierno federal y estatal de las



**REFLEJOS.** El secretario de Gobierno comentó que se tienen algunos sucesos pero que son atendidos por las autoridades de los gobiernos, estatal y federal.

familias del municipio.

"Las autoridades del gobierno esperan que no se repita esta si-

tuación que enluto a varias personas de esta zona de Hidalgo".

Simón Vargas expuso que se

trabaja en temas de protección civil, medidas de seguridad, observar y aplicar las recomenda-

ciones que se hacen de manera general a la población.

El acontecimiento que se presentó a enero de este año fue a consecuencia de las fallas que se registraron, ya que la gente pensó del riesgo y están las consecuencias trágicas. El funcionario estatal comentó que el incidente fue una lección.

"Actualmente se retoma la normalidad en las actividades, sobre todo el compromiso de trabajar; y uno de los saldos que dejó la tragedia es la unidad entre la población y las autoridades del gobierno".

Los apoyos para las personas afectadas son de forma permanente de este municipio; el gobierno de Omar Fayad otorga los beneficios sin distinción de colores partidistas o credos religiosos, sino de manera general para la sociedad de los 84 municipios del estado.

ALDO FALCÓN

TEPJF

## Quieren revocar sentencia que ordena emisión de autoridades indígenas; eje

[ ROSA GABRIELA PORTER ]

■ Impugnan ante la Sala Regional Toluca del Tribunal Electoral del Poder Judicial de la Federación (TEPJF), ciudadanos indígenas y el Partido de la Revolución Democrática (PRD), la sentencia del Tribunal Electoral del Estado (TEEH) que ordenó diversos cambios en las reglas de postulación de candidatos para garantizar la paridad de género, participación de menores de 30 años y perfiles autóctonos en las planillas del proceso electoral del 2020.

El "sol azteca" y tres promovenes autóctonos, César Cruz Benítez, gobernador hñahñu, Ángel Pérez Hernández, ciudadano indígena del municipio de El Cardonal y Esperanza Ponce Ponce, originaria de Ixmiquilpan, promovieron un juicio de revisión constitucional y de protección de derechos políticoelectorales, respectivamente, para refutar la resolución TEEH-RAP-NAH-016/2019.

Cabe recordar que en dicha sentencia del tribunal hidalguense, solicita que la autoridad electoral local, en coordinación con el Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas

(INPI) y la Comisión Estatal para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas, emitan un listado de autoridades acreditadas para emitir las adscripciones calificadas que requieren los candidatos para certificar su pertenencia.

Estas personas verificadas por los organismos otorgarán los documentos respectivos a los candidatos que pretendan su acreditación y la adscripción calificada en los municipios o localidades, es decir que corroboren su participación en actividades o pertenencia en las demarcaciones con presencia nativa.

En total son 39 municipios hidalguenses en donde los partidos políticos tienen la obligación de postular candidatos con adscripción indígena para los comicios del siguiente año, en donde la población nativa oscila entre el 35 por ciento (%) a más del 90 %.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), algunas de las demarcaciones que cuentan con una tasa de población superior al 90% de indígenas son: Huautla, Huazalingo, Nicolás Flores, Cardonal, Yahualica, Xochiatipan y Jaltocán.

**Pista de hielo**

DEL 9 DE DICIEMBRE DE 2019  
AL 6 DE ENERO DE 2020

**PACHUCA DE SOTO**

LUNES A VIERNES  
DE 15:00 A 22:00 HORAS

SÁBADO Y DOMINGO  
DE 9:00 A 11:00 HORAS  
Y DE 15:00 A 22:00 HORAS

HIDALGO crece contigo

Dif Hidalgo



# Suman a búsqueda de la desaparecida

## INDICIOS

► Montaron municipales y estatales acciones que incluyeron drones y perros adiestrados

[ HUGO CARDÓN ]

Efectuaron elementos de la Dirección de Seguridad Pública de Santiago de Anaya, en coordinación con integrantes de la Policía Estatal, un operativo especial para la búsqueda de una persona reportada como desaparecida hace algunos días.

El pasado 19 de diciembre fue reportada la desaparición de Yarely Moctezuma García, de 31 años de edad, quien hasta el momento no ha sido localizada por sus familiares, siendo estos quienes realizaron la denuncia formal.

De acuerdo con los primeros reportes que se dieron a conocer, Moctezuma García fue vista por última vez en el tramo Boxaxni-Xitzo en Santiago de Anaya, lugar donde varias personas iniciaron a buscarla como punto de referencia.

La presidencia de Santiago de Anaya, a través de un comunicado, informó que la Dirección de Seguridad Pública de Santiago de Anaya en con-



SANTIAGO DE ANAYA. El 19 de diciembre fue reportada la desaparición de Yarely Moctezuma García, vista por última vez en el tramo Boxaxni-Xitzo.

ordinación con la Policía Estatal realizaron un operativo con drones y algunos perros adiestrados en búsqueda.

Hasta el cierre de edición, se informó que no había sido localizada la fémina; no obstante, continuaría la búsqueda tal como lo han solicitado sus familiares, pa-

ra ello, habían dispuesto de todos los recursos con los que cuenta el ayuntamiento.

Cabe mencionar que en Ixmiquilpan también desapareció una mujer que responde al nombre de Sandra Pérez Martínez, sobre quien desde 15 de diciembre desconocen su paradero.



HUGO CARDÓN

SENTIDOS

## De una vez. Camargo, listo para la auditoría

Consideró el alcalde de Santiago de Anaya, Jorge Aldana Camargo, que es necesario que desde este momento su administración sea auditada a fin de que una vez que concluya su gestión no haya ningún problema.

"Estamos a favor de que las auditorías ayudan mucho, es más, a mí me gustaría que me auditaran desde ahorita para salir en ceros y sin ningún contratiempo; estamos seguros del trabajo que se ha realizado y no tenemos problemas".

Expuso que la población puede estar tranquila sobre las observaciones que se han realizado por parte de la Auditoría Superior del Estado (ASEH), ya que éstas son acciones que son parte de una administración que maneja recursos públicos.

"La gente deben estar tranquila, en el municipio de Santiago de Anaya y la administra-

ción que su servidor preside, se trabaja con honestidad, transparencia y legalidad, no estamos haciendo mal uso de los recursos públicos que tenemos".

Explicó que muchas veces se enfocan en concepto pero se observa toda la obra, de ahí que luego las cantidades que se manejan son un tanto exorbitantes y que espantan a la población, ya que se piensa que la observación o recurso faltante corresponde a la totalidad del proyecto.

Cabe mencionar que en las últimas dos administraciones municipales ha sido objeto de observaciones millonarias por parte de la ASEH, mismas que no fueron solventadas, motivo por el cual existe especial atención en este municipio.

Las observaciones han llegado a denuncias penales en contra de los alcaldes de este municipio. (Hugo Cardón)

EN ACTOPAN

## Que no le digan, que no le cuenten, porque a lo mejor le mienten

Aclara Héctor Cruz que no está dentro de los planes del gobierno municipal la creación de un nuevo mercado en Actopan, como han sugerido algunos militantes de la Unión Nacional de Trabajadores Agrícolas (UNTA).

En los últimos meses, se ha mencionado por parte de los militantes de la UNTA la idea de solicitar la creación de un nuevo espacio comercial para algunos vendedores de la región, a fin de contar con una nueva fuente de empleo para algunos comerciantes.

Sobre este tema, el presidente municipal expuso que hasta el momento al

ayuntamiento no se ha llegado ninguna solicitud formal por parte de los comerciantes o de alguna organización en específico para este tipo de proyectos.

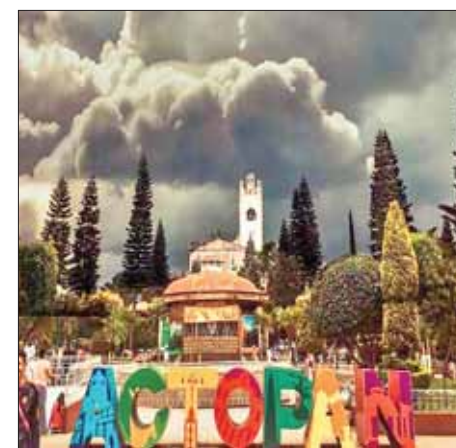
Asimismo indicó que en este momento, el municipio no cuenta con la capacidad económica, por ello no está dentro de los planes a corto plazo realizar proyectos como el crear un nuevo mercado dentro de esta demarcación.

"Tenemos un mercado que finalmente no tiene mucha demanda, tienen poca venta, entonces crear otro definitivamente en este momento no es una opción para el municipio de Actopan;

sin embargo, no estamos cerrados para estos trabajos".

Dijo que su gobierno siempre ha estado abierto al diálogo con toda la ciudadanía, a fin de escuchar sus peticiones y las necesidades en cada una de las comunidades, acción que seguirá hasta el final de la administración.

Cabe mencionar que en esta demarcación cuentan con mercados de grandes dimensiones: el Tianguis de autos, el de animales y el del día miércoles en donde convergen más de mil comerciantes de diferentes localidades de la región del Valle del Mezquital. (Hugo Cardón)



HUGO CARDÓN

UMI

## Aplicar la vacuna y *contener* los casos

■ Conminó el galeno de planta de la Unidad Médica Integral del Sistema DIF de Tula (UMI), a la población en general a aplicarse la vacuna contra el virus de la influenza estacional para evitar que los ya de por sí numerosos padecimientos broncorrespiratorios se disparen.

En entrevista, el doctor de cabecera de la UMI afirmó que, a consecuencia de las ondas gélidas de la presente temporada invernal, los padecimientos respiratorios van en aumento y comentó que prácticamente todo el día recibe a pacientes con gripes, tos o asma.

Asimismo para evitar enfermedades y contagios recomendó poner especial atención a menores de edad y adultos mayores además de comer frutas y verduras ricas en vitamina C, además de usar cubreboca y no exponerse a cambios bruscos de temperatura.

Asimismo dijo que las personas deben evitar salir a la vía pública en la medida de lo posible para no exponerse a las bajas temperaturas que son causa de enfermedades, y señaló que en caso de ser absolutamente necesario se debe salir bien cubierto con ropa abrigadora.

Indicó que en estas fechas los padecimientos respiratorios van en aumento, por lo que los sanatorios públicos suelen estar saturados con enfermos de resfriados comunes, gripes y tos.

"Esta temporada de fin de año es de cierto cuidado, ya que las infecciones respiratorias están a la alza, día tras día", sostuvo Jiménez Alonso.

Cabe resaltar que el galeno también empleó a la población civil a evitar el uso de anafores o calentadores a base de fuego en espacios cerrados, puesto que éstos pueden ocasionar intoxicaciones por bióxido de carbono e incluso ser mortales. (Ángel Hernández)



ÁNGEL HERNÁNDEZ



ÁNGEL HERNÁNDEZ

**VISOS.** De no seguir los procedimientos que marca la ley, entonces los reglamentos no quedarán armonizados y permanecerán como letra muerta, es decir, inservibles.

# Estancados en varios temas, reconoce alcalde

**COORDINACIÓN JURÍDICA**

► Señaló el edil que el compromiso de su administración es entregar el mayor número de reglamentos actualizados que se pueda; seguirán con los trabajos

[ÁNGEL HERNÁNDEZ]

Pendiente desde enero pasado el tema de los panteones, esto en la Coordinación Jurídica del ayuntamiento de Tula; sin embargo, no es el único según reconoció el alcalde Gadoth Tapia Benítez, quien dijo que "hay varios más".

En entrevista, el mandatario dijo que no obstante los nuevos compendios han ido avanzando como la legislación renovada de panteones, que en próximos días se habrá de publicar.

Señaló el edil que el compromiso de su administración es entregar el mayor número de reglamentos actualizados que se pueda, por lo que seguirán con trabajos en este sentido pese al periodo de receso que se viene para el Periódico Oficial del Estado (POE).

"Aun así continuaremos trabajando para que cada reglamento municipal tenga el visto bueno del área Jurídica del ayuntamiento, para que, en cuanto se renueven actividades inmediatamente subirlo al pleno de la asamblea para su aprobación por el Cabildo y su posterior publicación en el rotativo del estado.

Asimismo Tapia Benítez aseveró que el asunto de los reglamentos sin actualizar se distra-

bó con la reciente aprobación del Bando de Buen Gobierno, eje rector de todos los demás y que no podía quedar sin contemplarse porque de otra manera estos no

estarian empatados a la principal ley del municipio y entonces no serviría.

Sin embargo, el presidente municipal sostuvo que no es única-

mente trabajo de la Asamblea municipal sino que para el reglamento de comercio, hace falta esperar las modificaciones en la materia del Congreso del estado.

## Arrebata picudo negro vida a palmeras

■ Reconoció el gobierno municipal de Tula que ya no hay nada que hacer por decenas o quizá cientos de palmeras antiguamente asentadas en la demarcación y cuya vida fue arrebatada por la plaga del picudo negro, del que se tienen registros desde 2013, pero del que hubo interés por contrarrestar los daños hasta finales de junio de este 2019.

Consultado al respecto, el alcalde Gadoth Tapia Benítez finalmente reconoció que por el escenario que ve a diario la ciudadanía, ya se puede hablar de devastación, y dijo que todos los ejemplares afectados por la plaga se tendrán que derribar para evitar riesgos innecesarios para la ciudadanía.

Lamentó que a estas alturas la administración local ya no pueda hacer nada para revertir la afectación originada en este tipo de planta que antiguamente adornaba las calles, pero que hoy está muerta, "lo mismo en áreas públicas que en jardines particulares".

El edil sostuvo que recientemente el propio secretario del Medio Ambiente en el estado, Benjamín Rico Moreno, estuvo de visita en el municipio para supervisar los trabajos realizados para atacar este tema, así como las acciones para la futura sustitución de ejemplares infectados.

Reconoció que, con los ejemplares muertos

no sólo es el impacto visual el que se sufre sino también el ambiental, e invitó al ciudadano y aún a las propias autoridades a hacer consciencia de la situación medioambiental que se suscita en la zona, porque por ejemplo, el picudo es una plaga que nunca se había tenido.

A mediados de julio pasado, la dirección de Protección Ambiental del ayuntamiento, habló de la existencia de una vacuna para salvar a las palmeras, la cual nunca fue adquirida por parte de la alcaldía. (Ángel Hernández)



ÁNGEL HERNÁNDEZ

PESH

## Organización comunitaria para contribuir a democracia

■ Impartió el Partido Encuentro Social de Hidalgo (PESH), esta semana una conferencia en Ixmiquilpan, la cual se denominó "Herramientas de Participación Ciudadana y Organización Comunitaria".

Encuentro Social dio a conocer a través de la conferencia, que la organización comunitaria, es un mecanismo incluyente que tiene como propósito escuchar a todas las voces de los integrantes de la comunidad, en la determinación de los objetivos comunes de los habitantes de

un municipio, para que tengan mayor posibilidad de contribuir con sus conciudadanos para un bienestar en común de su localidad, lo que quiere decir que entre más organizados y enterados estén de las estrategias y lineamientos que deben de seguir, podrán obtener mayores beneficios de las autoridades, llámese Presidencia Municipal, Gobierno Estatal o bien Gobierno Federal, ya que al estar juntos y bien informados, estarán en la posibilidad de que sus exigencias y proyectos sean más viables para con-

tribuir al avance de la democracia.

El estar preparados para los retos actuales es de vital importancia ya que el tener los conocimientos sobre las necesidades y los temas que le interesa a los habitantes de un municipio, estarán en la posibilidad de coadyuvar con las inquietudes de los habitantes de una localidad, es por ello que algunas personas tienen la vocación de involucrarse en los asuntos públicos, en aportar su tiempo, talento, conocimientos, experiencia, en favor de asuntos comunes y para beneficio de los demás, para tener un mecanismo incluyente que tiene como propósito escuchar a todas las voces de los integrantes de la comunidad en la determinación de objetivos comunes. (Redacción)



ESPECIAL

## Absoluto respeto a legalidad: dirigencia

■ La lideresa del PRI expresó que para la próxima contienda, el instituto político que representa irá con las mejores mujeres y hombres y además con la mejor plataforma electoral.

"Estamos dando los primeros pasos hacia la elección del 2020. Lo estamos haciendo con absoluto respeto a la legalidad, con seriedad y con toda la transparencia. Vamos al 2020 con mucho optimismo, con certeza de la historia de logros del partido, el trabajo incansable de muchos priistas, el desempeño de nuestros diputados y nuestras diputadas en el Congreso del estado y los resultados de nuestro compañero Omar Fayad Meneses como gobernador de Hidalgo, serán nuestra fortaleza".

Agregó que con unidad, solidaridad y entusiasmo, el 2020 será un año de buena cosecha para el priismo hidalguense.

"Estoy segura que los que acuden en este momento a nuestro partido es porque están convencidos y convencidas, que estamos escribiendo la mejor historia de nuestro partido, el Revolucionario Institucional. Con el PRI al 2020".

**FECHAS.** Para consolidar el desarrollo político de la Unidad Revolucionaria en Hidalgo, el 19 de diciembre realizaron el nombramiento de presidentes de la asociación en El Arenal, Mineral de la Reforma, Alfajayucan, Pachuca, Tizayuca, Molango, Tecozautla, Tula, Tepeji del Río. (Redacción)

# PRI, primer instituto en entregar plataforma electoral ante IEEH

ELECCIÓN 2020

► Erika Rodríguez destacó que construcción de ésta se llevó a cabo a lo largo de 9 meses de trabajo en los 84 municipios de la entidad

[ REDACCIÓN ]

**F**ue en la reciente sesión extraordinaria del Consejo Político Estatal, conformado por la presidenta de la mesa directiva Erika Rodríguez; del secretario Julio Valera; del secretario técnico José Gonzalo Badillo; además de las y los consejeros políticos, que aprobaron los procedimientos para seleccionar y postular candidatas y candidatos para integrar los ayuntamientos de los 84 municipios del estado de Hidalgo; autorizaron la expedición de las convocatorias respectivas; la implementación de la fase previa a través del mecanismo de aplicación de exámenes; la celebración de coaliciones y/o candidaturas comunes, con otros partidos políticos afines; así como la integración de la Comisión Estatal para la postulación de candidaturas.

En su mensaje, Erika Rodríguez destacó que la construcción de la plataforma electoral se llevó a cabo a lo largo de 9 meses de trabajo en los 84 municipios de la entidad y además el Revolucionario Institucional, es el primer instituto político en entregarla ante el Instituto Estatal Electoral de Hidalgo (IEEH).

"Para el PRI de Hidalgo el resultado electoral del 2020 será el reflejo del trabajo que previa y continuamente realizamos. Las elecciones se ganan



OPERATIVIDAD. El PRI en Hidalgo se prepara día con día para ganar la confianza de la ciudadanía con oferta política.

con trabajo cotidiano, abandonando causas, escuchando a la sociedad, estando cerca de la militancia, capacitando y

adoctrinando a nuestros cuadros, haciendo buena política, todo el tiempo y en todo lugar".

Refirió que, el PRI en Hidal-

go se prepara día con día para ganar la confianza de la ciudadanía con oferta política, con esfuerzo y sobre todo con el ejemplo de entrega, de lealtad y de congruencia del líder priista Omar Fayad Meneses.

Con relación a la plataforma electoral, subrayó que este documento es el resultado de un amplio ejercicio de diálogo con la militancia y con la ciudadanía, ya que por primera vez, se desarrollaron encuentros en los 84 municipios de la entidad, en los que participaron miles de hidalguenses.

"Para esta dirigencia no sólo es importante cumplir con las disposiciones legales y estatutarias aplicables, sino presentar al electorado una plataforma incluyente...".

## SENSORES

### ► Ánimo

"Para esta dirigencia no sólo es importante cumplir con las disposiciones legales y estatutarias aplicables, sino presentar al electorado una plataforma incluyente, realista y realizable, diferente, que traza el tamaño del reto y de la responsabilidad que habrán de asumir quienes serán nuestras abanderadas o nuestros abanderados"

### ► Redes

El PRI Hidalgo se prepara para ganar la confianza de la ciudadanía con nuestra oferta política y sobre todo, con el ejemplo del primer priista, Omar Fayad. Ante el IEEH registramos la plataforma electoral 2020, resultado de la suma de las voces del priismo hidalguense #ConelPRI2020

### ► Miras

Las elecciones se ganan con trabajo cotidiano, abandonando causas, escuchando a la sociedad, estando cerca de la militancia, capacitando y adoctrinando a nuestros cuadros, haciendo buena política, todo el tiempo y en todo lugar

ESPECIAL



## MIGRANTES

## Reúnen a familias en temporada decembrina

[ ALBERTO QUINTANA ]

■ La Secretaría de Desarrollo Social (Sedeso), a través del programa Abrazando Destinos, realizó 24 reencontros familiares en 2019, beneficiando a casi un millar de personas, informó el titular de la dependencia, Daniel Jiménez Rojo.

Con estas acciones, el gobierno de Hidalgo cumple con el objetivo de unir a familias de migrantes que tiene años de no verse y hoy gracias a este programa tienen esa oportunidad.

Daniel Jiménez resaltó el compromiso del gobernador, Omar Fayad, con los temas de desarrollo humano, estrechando las distancias y los muros con este programa que se puso en marcha en Hidalgo desde el inicio de esta administración y que impulsa la reunificación de familias migrantes.

"Gracias al programa Abrazando Destinos, 133 personas adultas mayores lograron reunirse con sus hijas e hijos que radican en los Estados Unidos, y que en el caso de los que salieron este mes, pueden pasar estas fechas decembrinas juntos".

Jiménez Rojo agregó que son 90 mujeres y 43 hombres los que partieron vía terrestre rumbo a la ciudad de Houston en el estado de Texas para reunirse con sus familias en la Unión Americana.

Recordó que el grupo partió desde Pachuca y su estancia comenzó el 20 de diciembre de este año y estarán de regreso el 11 de enero del 2020.

Las 133 personas adultas mayores originarias de 25 municipios fueron apoyadas por la Sedeso con los traslados a la embajada de los Estados Unidos.

Además de las asesorías, preparación y acompañamiento para obtener su Visa, misma que tiene vigencia de 10 años.

Por su parte el Club Frente Indígena Revolucionario de los Migrantes en USA se coordinó con las familias en la organización del viaje hasta los EUA.

# Hidalgo, la primera entidad en responder

ORQUESTAS SINFÓNICAS Y COROS INFANTILES

- ▶ Concordancia con los principios de la Nueva Escuela Mexicana
- ▶ Actividad deriva del Programa Escuelas de Tiempo Completo

[ REDACCIÓN ]

Encabezaron el titular de la Secretaría de Educación Pública de Hidalgo (SEPH), Atilano Rodríguez Pérez y el secretario de Cultura, José Olaf Hernández Sánchez, el Primer Concierto de Orquestas Sinfónicas y Coros Infantiles y Juveniles de Hidalgo, teniendo como sede el auditorio de la Escuela Primaria General "Presidente Alemán", de Pachuca.

El concierto contó con la participación de 205 niñas y niños en la orquesta inicial y 140 en la orquesta avanzada, integradas por estudiantes de diversos centros educativos de la modalidad de Tiempo Completo.

Dicha actividad deriva del Programa Escuelas de Tiempo Completo (PETC) que se orienta hacia el fortalecimiento de la Educación Básica, incluyendo actividades de tipo artístico y cultural para lograr el desarrollo humano integral del educando.

En su mensaje, el titular de la SEPH mencionó que este tipo

Este tipo de actividades fomentan el desarrollo de habilidades musicales, mediante las cuales se permite la asimilación de valores relacionados con la convivencia armónica"

de actividades fomentan el desarrollo de habilidades musicales, mediante las cuales se permite la asimilación de valores relacionados con la convivencia armónica y por ende, el desarrollo integral de las y los alumnos.

Por su parte, el director general de Orquesta y Coros de la SEP federal, José Ricardo Cerrillo Reyna, explicó que la conformación de coros y orquestas inició en agosto pasado y que a la fecha se ha mostrado una considerable evolución en las aptitudes musicales de las y los estudiantes.

Asimismo reconoció la responsabilidad de Hidalgo y del gobernador con la educación, toda vez que la entidad fue la primera en firmar la carta compromiso para la formación de orquestas y coros infantiles bajo este esquema y en concordancia con los principios de la Nueva Escuela Mexicana.



TAMIZ. Consolidar educación como factor principal de crecimiento.

## FONDO ESTATAL

## Benefician a nueve tulancinguenses repatriados

■ En el marco del Día Internacional del Migrante, través del Programa "Fondo Estatal para el Fortalecimiento de la Población Migrante y sus Familias", fueron beneficiados con apoyos económicos nueve migrantes repatriados de Tulancingo.

Este fondo lo promueve la Secretaría de Desarrollo Social de gobierno del estado, en coordinación la Dirección General de Atención al Migrante, el cual tiene como propósito que los beneficiarios pongan en marcha un negocio productivo.

Es importante aclarar, que el apoyo únicamente se otorga a quienes no han

cumplido más de un año de su repatriación de su lugar de origen.

Se informó que con este tipo de beneficios, se busca que las personas no vuelvan a emigrar, sino que generen ingresos, y en un futuro logren un patrimonio estable en beneficio de ellos y de sus familias.

Félix Chávez San Juan, director de Turismo de Tulancingo, dio a conocer que la dependencia es el enlace para promover dichos apoyos.

Los beneficiarios fueron: Lucía Hernández, María del Rocío Ortiz y Pablo

Romero, quienes recibieron un monto económico de 2 mil 500 pesos.

Asimismo, Susana Vivian, Antonio Islas, Adrián Guzmán, Mario Alberto Jiménez, Federico Mérida y Melquiades Guzmán, quienes recibieron la cifra económica de 25 mil pesos.

Para mayor información sobre el Programa "Fondo Estatal para el Fortalecimiento de la Población Migrante y sus Familias", las y los interesados deberán comunicarse al teléfono 75 5 84 50 extensión 1190 o bien acudir a las oficinas de Turismo. (Redacción)

DÍA

## Premiación *Policía del Mes*; vocación

■ Reconocieron las labores de vocación y servicio de elementos de Seguridad Pública, Tránsito y Vialidad, así como Bomberos y Protección Civil de Tulancingo.

El alcalde, Fernando Pérez Rodríguez; encabezó el festejo y pre-

miación al "Policía del Mes", esto en el marco del Día del Policía que se conmemora cada 22 de diciembre, para hacer distinción a hombres y mujeres que cuidan y protegen a la ciudadanía.

El alcalde, acompañado de

la presidenta del Sistema DIF Tulancingo, Rosario Lira Montalbán, felicitó a cada uno de los elementos que forman parte de la Secretaría de Seguridad Ciudadana, por su esfuerzo y dedicación en el desempeño de su función.

Hizo entrega de reconocimientos y premios a los siguientes elementos de Seguridad Pública: Erick Domínguez, Jonny Sosa, Iván Domínguez y Javier Guerrero, quienes participaron en estrategias de seguridad escolar, recu-

peración de motocicletas y vehículos, daños en propiedad, así como la detención de personas por robo de objetos, respectivamente.

Mientras que los galardonados de la Dirección de Tránsito y Vialidad fueron: Rocío Franco y Jaime Gayosso, elementos que cuentan con antigüedad de 5 a 12 años respectivamente, a quienes se les reconoció su deber como servidores públicos.

Finalmente, los cuerpos heroicos de la Dirección de Bomberos y Protección Civil, fueron: Jorge Ri-

cardo Rosete y Edgar Aldama Lemus, con 11 y 10 años de servicios, quienes atienden emergencias de manera responsable, además de poner en riesgo su vida con la finalidad de salvar a otras.

Cabe destacar que con esta premiación concluye satisfactoriamente el "Policía del Mes", correspondiente al año 2019, el cual, tiene por objetivo reconocer el actuar de los elementos de seguridad pública, tránsito y vialidad, por su labor, compromiso y disciplina. (Redacción)

# Decomisan pirotecnia en pleno centro, Tulancingo

COMPROMISO

► Acción efectuada por elementos de la Dirección de Bomberos y Protección Civil en coordinación con Reglamentos y Espectáculos del municipio

[ REDACCIÓN ]

Atendiendo a los llamados de la población, decomisaron pirotecnia en un negocio establecido en el centro de Tulancingo, acción efectuada por elementos de la Dirección de Bomberos y Protección Civil en coordinación con Reglamentos y Espectáculos del municipio.

Indicó la oficialía que lo anterior fue con fundamento en los artículos 1, 2, 7, 153, 453 y 455 establecidos en el Reglamento del Bando de Policía y Buen Gobierno del Municipio de Tulancingo.

En el local ubicado en la calle 21 de Marzo se realizó el decomiso de 95 cajas "pop pop", 19 bolsas de chispitas, así como bolsas de cerillos, chispitas chicas y varitas luminosas.

Jesús García Ávila, director de Bomberos y Protección Civil, manifestó que los operativos serán permanentes tanto en la vía pública como en comercios establecidos.

Por lo anterior, exhortó a la población evitar vender este tipo de producto durante las fechas decembrinas, además puntualizó que en Tulancingo no existe ni un solo permiso de este giro comercial por parte de la Dirección de Reglamentos.

Aunado a lo anterior, recordó que el próximo 2 de enero la pirotecnia quedará prohibida, según establece el artículo 72 del Reglamento para la Protección del Medio Ambiente del Municipio de Tulancingo.

La norma prohíbe la producción, almacenamiento, comercialización y transporte de artículos pirotécnicos de cualquier clase, así como su uso en carnavales, festividades religiosas, cívicas, políticas y sociales.

Las sanciones administrativas consisten en amonestaciones con apercibimiento, multa que va desde las 10 hasta 250 Unidades de Medida y Actualización (UMA).



EXHORTO. Realizar la denuncia anónima, para evitar que posibles vendedores pongan en riesgo la integridad física de las y los tulancinguenses.

COBIJAS

## Beneficio para mil 500 personas; entregas

■ Encabezaron el alcalde, Fernando Pérez Rodríguez; y la presidenta del Sistema DIF Tulancingo, Rosario Lira Montalbán; gira de entrega de cobijas a vecinos de las colonias El Paraíso y Rojo Gómez.

Detalló la oficialía que el beneficio fue para mil 500 personas, se informó que estos apoyos tienen como propósito velar por la salud de las familias más necesitadas del municipio, para evitar que el frío repercuta en la salud pública.

Siendo especialmente los menores o personas de la tercera edad quienes son más vulnerables ante las inclemencias de la temporada de invierno.

En su intervención, Pérez Rodríguez exhortó a las familias tulancinguenses a tener cuidados especiales con las bajas temperaturas de fin de año, con el fin de prevenir enfermedades respiratorias.

La mayoría de los beneficiados en ambas colonias fueron adultos mayores que viven en situación de vulnerabilidad, mismos que al recibir estas cobijas, cuentan ya con un aditamento acogedor para su bienestar.

Por otro lado, añadió que continuará con la realización acciones en beneficio de la población, atendiendo las diversas necesidades expresadas por las familias. (Redacción)

ESPECIAL

# Sociedad



## Aumento de hasta 4 kilogramos

FIESTAS DECEMBRINAS

► Los atracones de comida pueden tener un efecto negativo sobre el organismo, pues el consumo excesivo de kilocalorías en un corto periodo puede traer como consecuencia inflamación gastrointestinal y malestar generalizado

[ REDACCIÓN ]

**U**n aumento de hasta 4 kilos por los atracones de comida durante las fiestas decembrinas; los expertos recomiendan evitar esta conducta y consumir la cantidad de alimentos necesaria para realizar las actividades y las funciones vitales del organismo.

De acuerdo con Jesús Ernesto León Rivera, coordinador estatal de Alimentación y Actividad Física de la Secretaría de Salud de Hidalgo (SSH), los atracones de comida en las fiestas decembrinas pueden tener un efecto negativo sobre el organismo, esto debido al consumo excesivo de kilocalorías en un corto periodo que puede traer como consecuencia inflamación gastrointestinal y malestar generalizado, además; la digestión se hace más lenta y pesada, prolongando el malestar a lo largo del día y la noche, incluso con la posibilidad de producir vómito si la cantidad de alimentos ingerida es excesivamente alta.

Por ello, aconsejó que en esta época, se consuma comida variada en cantidades moderadas, seleccionando cada día de celebración una comida tradicional de las fiestas de-



**CONSEJO SSH.** El primer platillo a consumir esté conformado por verduras, ya sean frescas, asadas o al vapor y que el segundo platillo pueda tener carne o pescado en raciones más pequeñas.

cebrinas para no privarse de los platillos típicos de la época, pero sin cometer ningún tipo de exceso.

"Es muy frecuente que unos días antes de las fiestas decembrinas las personas se pongan a dieta para poder 'comer a gusto' durante esos días, sin embargo; no es una opción

muy recomendable, pues podría tener un efecto contrario y si se le suma que no hay asesoría de un experto es posible que se gane más peso del esperado en lugar de perderlo, debido a que no hay un equilibrio entre los alimentos que se consumen y el gasto de energía que se necesita realizar".

ludables a base de frutas o verduras, evitando alimentos que sean altos en calorías, grasas o azúcar. Esto ayudará a evitar los atracones a la hora de la comida principal. No debe olvidarse la importancia de moderar la permanencia frente a dispositivos electrónicos o la práctica de conductas sedentarias, por lo

PIEZAS

### Termina entrega

[ MILTON CORTÉS ]

■ Concluyeron conglomerados no gubernamentales con entrega de cobertores: beneficio para cerca de mil 200 familias en la entidad.

Las nueve agrupaciones que trabajaron desde noviembre en la colecta de cobertores y cobijas concluyeron este fin de semana con la entrega de estas prendas, permitiendo aminorar los efectos del frío entre familias de escasos recursos.

Destacaron que estas acciones no corresponden a ningún interés partidista, ya que el beneficio ha sido entregado desde hace 5 años y el único fin es apoyar a quien menos tiene.

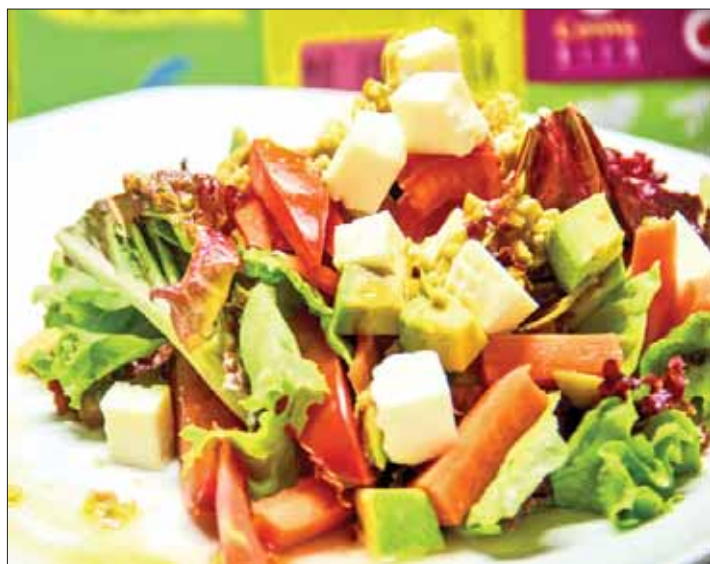
"Con el apoyo de la sociedad civil, el sector empresarial y algunas escuelas que se sumaron a la colecta de las cobijas, número que pareciera corto pero que representan la intención de la gente por ayudar a quien menos tiene", manifestó Bera Rocha.

Dijo que los municipios beneficiados con esta entrega fueron Pachuca, Mineral de la Reforma, San Agustín Tlaxiaca y Mineral del Monte.

"La última entrega de paquetes se realizó el pasado sábado y resulta muy satisfactorio porque se ha impreso un gran esfuerzo ya que de verdad hay demasiada gente que requiere del apoyo de una cobija, de prendas de vestir y que desafortunadamente no tienen forma para adquirir una".



ESPECIAL



"Personas que viven con diabetes, sobrepeso u obesidad, tener especial cuidado de no abusar de los alimentos durante estas fiestas"

El nutriólogo recomendó que el primer platillo a consumir esté conformado por verduras, ya sean frescas, asadas o al vapor y que el segundo platillo pueda tener carne o pescado en raciones más pequeñas.

También es importante establecer límites en el consumo de dulces, especialmente en los niños y realizar colaciones sa-

que es importante realizar cualquier tipo de actividad física todos los días de la semana.

Asimismo, es fundamental recordar a las personas que viven con diabetes, sobrepeso u obesidad, tener especial cuidado de no abusar de los alimentos durante estas fiestas, y monitorear periódicamente sus niveles de glucosa en sangre.