

PRI no secundará farsa del Poder Judicial **PÁG. 7**



Pier Michel Ríos Ruiz realiza el trabajo que le corresponde a Gobierno del Estado **PÁG. 7**

www.lanotazacatecas.com

@NotaZacatecas

LA NOTA ZACATECAS / LNZ



Pero diiiiicen... que al que le llovió sobre mojado es al diputado Santos González; propone que los familiares no formen parte de los equipos de las presidencias municipales... quiere proponer lo que nadie en la familia Morena ha respetado en años...

PÁG. 4

▶ ÉPOCA 2 / AÑO 4 / NÚM. 99 ▶ 12 DE SEPTIEMBRE DE 2025

Estudiantes de *Prepa 2* se hacen escuchar

PÁG. 5



LNZ

ZACATECAS, ZAC.- Tras una manifestación pacífica en la que no se suspendieron las clases, alumnos de la *Prepa 2* lograron que las autoridades escolares y civiles garanticen más seguridad para los estudiantes, luego de que algunos preparatorianos fueron víctimas de asalto y agresiones, mientras que otros han sido acosados.



Ayudan buzos de Fresnillo a recuperar cuerpo en Súchil, Durango.

PÁG. 7



NUESTRAS PLUMAS

PÁG. 10

Devany Rojas



La rafia de la solidaridad

ZACATECAS, ZAC.- En la Plaza de Armas se realizó una tejida y bordada en solidaridad con las familias buscadoras y Sangre de mi Sangre para manifestarse contra los abusos de autoridad que no ha ofrecido disculpas por enviar militares a agredir civiles en medio de una libre manifestación.

PÁG. 6



DIRECTORIO

DIRECTOR GENERAL:
Carlos Peña Badillo

DIRECTORA EDITORIAL:
Lucía Dinorah Bañuelos

DIRECTORA DE ADMINISTRACIÓN:
Tania Rodríguez Briones

JEFA DE INFORMACIÓN:
Gema Gallegos

ARTE Y DISEÑO:
Alejandro Varela



EQUIPO COMPROMETIDO
con la información veraz, objetiva
y responsable en el estado de Zacatecas

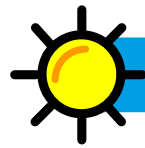
#lanotazacatecas

www.lanotazacatecas.com



La Nota Zacatecas es un periódico de circulación digital de lunes a viernes; 12 de septiembre de 2025, núm. 99. Calle Enrique Estrada 224, Av. González Ortega, Col. Sierra de Álica, Zacatecas, Zac., CP 98050. Número de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2021-090817041800-203. Certificado de Licitud de Título y Contenido: en trámite. Responsable de contenidos: Tania Rodríguez Briones.

Copyright © 2022 La Nota Zacatecas



CLIMA HOY

MÍNIMA

13°

MÁXIMA

23°

NUBLADO

PAÍS



Prevén aumento de refrescos de entre 10% y 15%

• TEXTO Y FOTO: EFE

CIUDAD DE MÉXICO.- La Asociación Mexicana de Bebidas (MexBeb) expresó "sorpresa y profunda preocupación" ante la propuesta de aumentar un 87% la cuota del Impuesto Especial sobre Producción y Servicios (IEPS) a bebidas saborizadas y advirtió que la medida repercutirá en aumentos de costos para los consumidores.

La medida, incluida en el paquete económico 2026, contempla elevar la tasa a 3.08 pesos (casi 0.15 dólares) por litro, un aumento de 87%, además de aplicar un nuevo gravamen a las bebidas con edulcorantes no calóricos.

En un comunicado, el organismo señaló que el incremento encarecerá los precios al consumidor entre 10% y 15%, lo que impactará especialmente a los hogares de menores ingresos.

"Se trata de un impuesto altamente regresivo", advirtió MexBeb, al recordar que las familias con menos recursos destinan hasta tres veces más de su gasto proporcional a refrescos y bebidas

saborizadas que los hogares con mayores ingresos.

La asociación también cuestionó la eficacia de la medida como política de salud, pues recordó que, según evaluaciones de las Naciones Unidas (ONU) y sus agencias, los impuestos a bebidas azucaradas no han demostrado reducir la obesidad ni modificar de manera significativa los patrones de consumo.

Además, subrayó que las bebidas saborizadas representan menos del 5% de la ingesta calórica total en México, mientras que el resto proviene de otras fuentes no gravadas.

En este sentido, la Secretaría de Hacienda aclaró que no es una medida recaudatoria, sino de prevención y atención a fenómenos sociales, con la cual busca ampliar los recursos destinados a salud.

Según estimaciones de Hacienda de México, el incremento de 1.6451 a 3.0818 pesos por litro generaría cerca de 41 mil millones de pesos (unos 2 mil 050 millones de dólares).

LA NOTA METRO

Anuncia el PRI que no secundará farsa del Poder Judicial

TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS, ZAC.- Los integrantes del Grupo Parlamentario del PRI, Dayanne Cruz Hernández, David González Hernández, Isadora Santivañez Ríos y Carlos Peña Badillo informaron de sus trabajos legislativos, de iniciativas presentadas y actividades en general del primer año de ejercicio de esta LXV Legislatura.

Como coordinador de este grupo, el diputado Carlos Peña Badillo destacó que a lo largo de 12 meses se hizo un trabajo política y legislativamente correcto y responsable, porque en todo momento se actuó defendiendo los intereses y las causas de los zacatecanos.

Reconoció que Zacatecas no está bien y que es una gran responsabilidad de todos los diputados trabajar para que haya leyes justas y con alto contenido social, de tal forma que la LXV Legislatura sea una verdadera coadyuvante del progreso estatal.

Carlos Peña Badillo informó que el Grupo Parlamentario del PRI estará preparado para participar en las glosas del IV Informe de Gobierno y del Paquete Económico 2026 y trabajará para construir alianzas parlamentarias con las Fracciones cuya prioridad sea también el beneficio de la gente.



Finalmente dijo que los diputados priistas no estarán presentes en la Sesión de Instalación del Nuevo Poder Judicial, el próximo 15 de septiembre, por considerar que su elección no estuvo apegada a derecho, pero sí encausada y promovida por Morena, la Delegación del Bienestar y autoridades estatales.

Contra la trata

En su mensaje, la Diputada Dayanne Cruz Hernández dio a conocer que presentó iniciativas para destinar el Impuesto Adicional para la Infraestructura al mantenimiento, rehabilitación y construcción de nuevas carreteras; para mantener el turismo social y proteger a

niñas, niños y adolescentes en hoteles y moteles para que puedan identificar casos de trata y abuso sexual infantil.

Así como una reforma a la Ley Orgánica del Municipio, de Cultura y de la Fenaza, para que los talentos locales reciban un pago digno y justo por su trabajo y reformar el Código Penal para incrementar las penas y sanciones por violencia ácida, la Ley Malena, para homologarla y una iniciativa para reformar la Ley Electoral y dar certeza jurídica a los cargos por representación proporcional desde regidurías hasta diputaciones.

Trabajo de David González

En su momento, el diputado David

González Hernández destacó que durante el primer periodo legislativo trabajó en la Ley Orgánica de los Municipios, en la designación de los Órganos Internos de Control para otorgar a la primera minoría del Cabildo la facultad de proponer la terna respectiva, que promueve un equilibrio político y evita la concentración del poder en una sola fuerza y fomenta la pluralidad; una Reforma a la Ley Electoral del Estado de Zacatecas para reducir el tiempo de campañas y costos.

Así como una reforma a la Ley de los Sistemas de Agua Potable, Alcantarillado y Saneamiento del Estado, para buscar a través de dispositivos, la expulsión de aire en los medidores de agua potable y una iniciativa en materia de educación para priorizar la conectividad en las zonas rurales.

Isadora Santivañez

Finalmente, la diputada Isadora Santivañez Ríos realizó una síntesis del trabajo legislativo que ha realizado siempre salvaguardando los derechos de las mujeres y las infancias, estableciendo una agenda responsable y acorde a la realidad.

Informó que presentó la iniciativa para tipificar como delito la violencia económica contra las mujeres, para lograr una igualdad sustantiva y tener los mismos derechos laborales; la iniciativa que busca la tipificación del delito de violencia vicaria, entre otras.

TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS, ZAC.- De manera unánime por parte de los diputados, la legisladora Isadora Santivañez fue designada como presidenta del Órgano de Administración y Finanzas de la Legislatura del Estado de Zacatecas, instancia responsable de la gestión de los recursos humanos, materiales y financieros del Poder Legislativo.

El adecuado manejo de estos recursos resulta fundamental para el correcto funcionamiento del Congreso local, ya que implica la administración del personal, la supervisión de presupuestos y la vigilancia del gasto público, todo ello bajo los principios constitucionales de eficiencia, eficacia, economía, transparencia y honradez.

Asimismo, las labores del órgano deben atender lo dispuesto en leyes relacionadas con la dis-

Isadora Santivañez, presidenta del Órgano de Administración y Finanzas de la LXV Legislatura de Zacatecas

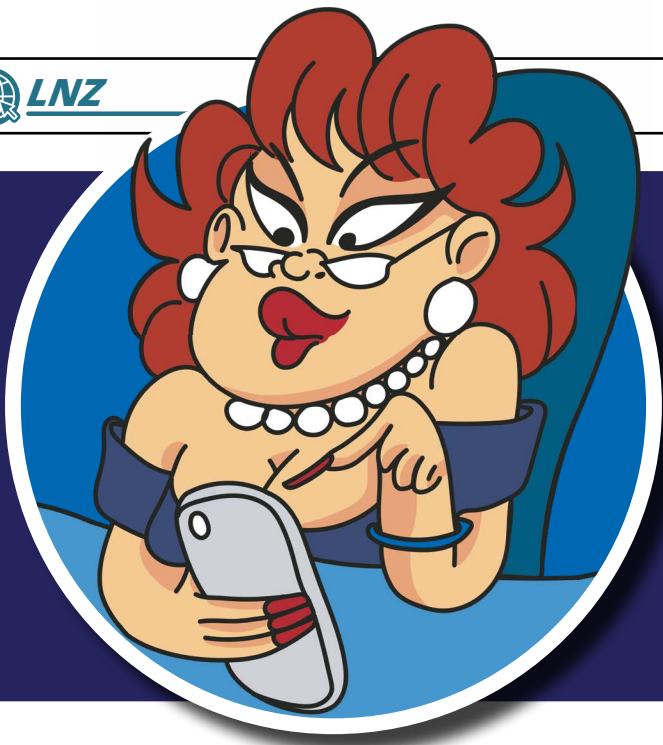


ciplina financiera, la contabilidad gubernamental, el sistema anticorrupción, la planeación democrática del desarrollo y la gestión sostenible de las finanzas públicas, entre otras disposiciones.

Por su parte, la diputada Isadora Santivañez, destacó que la administración parlamentaria requiere un esfuerzo constante de adaptación a las condiciones cambiantes de la dinámica social, el progreso tecnológico y los procesos de modernización institucional. En este sentido, subrayó la importancia de implementar

políticas que mejoren el gasto corriente mediante el uso eficiente de los recursos.

Finalmente, desde la Junta de Coordinación Política se resaltó que la integración de este órgano debe recaer en diputadas y diputados con experiencia política, laboral y académica, así como en el acompañamiento permanente y profesional de la Dirección de Administración y Finanzas, con el objetivo de dar certeza jurídico-administrativa y fortalecer los servicios que garantizan la operación del Poder Legislativo.



► POR: MARIA-NOTA

Pero DIIIIICEN...

Viernes, se acabó la semana. Fue todo por ahora, **diiiiicen** que llegó la hora de los quehaceres del hogarts y que lo que ya más pide una, es que llegue el lunes ¿si les pasa?

Hablando de pasar, me **diiiiicen** que quien se la ha pasado yendo a informes es el **gobernador David Monreal**.

Diiiiicen que lleva esta semana más municipios visitados que en los últimos meses; y es que entre el informe y los informes tuvo que hacer presencia si o sí en el territorio, donde muy poco le gusta andar.

Eso sí, sobre todo ahora. En donde debe aparecer en esos eventos de rendición de cuentas, lo que menos quieren es exponerlo. Si en temporada normal, **diiiiicen** no acude casi a **municipios de oposición** y cuando lo hace, no invita a sus **presidentes** y **presidentas**; ahora que esto es obligado, puro ayuntamiento de **Morena** o aliados es a donde acude.

Las apuestas son, si en estos días, de hoy al 15 de septiembre, ¿acudirá a un municipio donde no gobierne su partido? Lo malo es que **diiiiicen** todo mundo asegura que no hará caso y en esos lugares donde no gobiernan

ni acudirá ni ayudará en algo que digamos.

Pa' ayudas las que **diiiiicen** hace el diputado **Santos González**. Presentó una iniciativa en la que propone, los familiares no formen parte de los equipos de las presidencias municipales.

Le llovió sobre mojado, pues **diiiiicen** quiere proponer lo que nadie en la familia Morena ha respetado en años.

Así que **diiiiicen** el buen juez por su casa, a menos que **Santos**, se haya sumado a la estrategia de mandarle más coscorriones a **Saúl** y sus aspiraciones ¡sabe!

Hablando de aspiraciones y antes de despedirnos les cuento que después de vídeo, foto y saludo familiar, me **diiiiicen** que **Saúl Monreal** otra vez le echó leña al fuego.

Declaró que él seguía presto y puesto para ser candidato en el 2027. Eso sí, **diiiiicen** que le mandó decir a su hermano, que no se meta y que como pleito de secundaria ¡solos, solos!

Por cierto, ya sólo resta despedirme, cuidense y nos vemos el lunes. Al fin que aquí no todo es cierto, nomás es lo que **¡diiiiicen!, ¡diiiiicen!**

Tras asalto, estudiantes de la prepa 2 exigen seguridad

TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS, ZAC.- Este miércoles estudiantes de la Unidad Académica Preparatoria 2 fueron agredidos y asaltados por dos sujetos, por lo que el jueves, alumnos realizaron una protesta pacífica para exigir seguridad.

Un estudiante que prefirió omitir sus datos por temor a represalias de las autoridades escolares, refirió que los estudiantes también han sido víctimas de acoso y han tratado de violentarlos e incluso hay más intentos de asaltos, en el camino del Torito a la prepa.

Narró que uno de los cuatro estudiantes que fue asaltado el miércoles fue víctima de lesiones con arma blanca, mientras que una joven convulsionó tras un golpe en la cabeza.

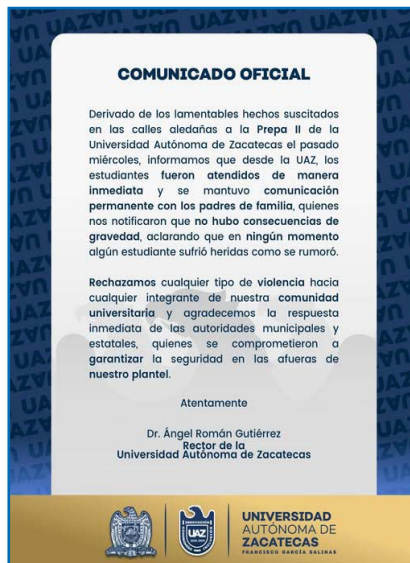
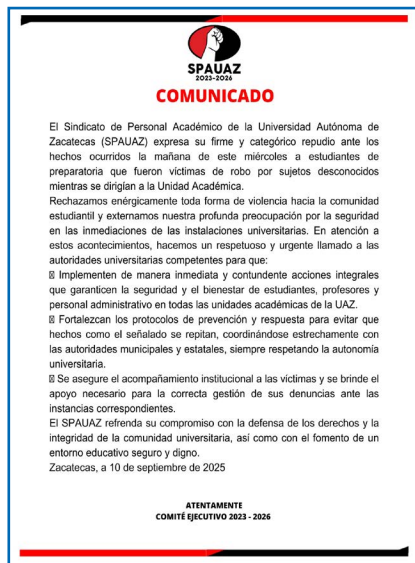
Los estudiantes mostraron su indignación porque al informar al director del hecho, este se excusó diciendo que no le correspondía hacerse cargo porque esto había ocurrido fuera de la escuela y daba mala imagen a la institución.

Para revelarse y exigir seguridad, este jueves a las 6:30 de la mañana los estudiantes organizados sacaron sillas y butacas a la calle para impedir la circulación vehicular, así como cartulinas con las exigencias pegadas en el perímetro de la institución.

Tras el hecho, autoridades escolares y civiles respondieron, el primero de ellos fue el secretario general de Gobierno, Rodrigo Reyes Mugüerza, quien informó que "los presuntos asaltantes de jóvenes estudiantes pertenecientes a la Preparatoria II de la UAZ ya fueron detenidos. Se trata de dos masculinos que han sido puestos a disposición a la Fiscalía, institución que, en el momento procesal correspondiente, brindará mayores detalles".

Aprehenden a Leonardo "N"

En un comunicado, la Fiscalía General de Justicia del Estado de Zacatecas dio a conocer que como resultado del cumplimiento de una orden de aprehensión, la tarde de este jueves se realizó la audiencia inicial, en la cual, el equipo de Fiscales del Ministerio Público formuló imputación en contra de



Leonardo "N" por los delitos de amenazas, lesiones calificadas y robo calificado, ilícitos que fueron cometidos en perjuicio de cuatro víctimas cuya identidad se mantiene en reserva.

Durante la audiencia, el imputado se acogió al término constitucional con la finalidad de que se resuelva su situación jurídica hasta el próximo 15 de septiembre. Cabe destacar que, a petición de

la Fiscalía, el Juez de Control impuso la medida cautelar de prisión preventiva justificada.

Asimismo, se cumplimentó una segunda orden de aprehensión en contra de otra persona involucrada en los mismos hechos, tratándose de un adolescente originario de la Ciudad de México y quien ya fue puesto ante el tribunal especializado para resolver su situación jurídica.

SPAUAZ exige protocolos de prevención

El Sindicato de Personal Académico de la Universidad Autónoma de Zacatecas (SPAUAZ) manifestó su repudio ante los hechos ocurridos a estudiantes de preparatoria que fueron víctimas de robo por sujetos desconocidos mientras se dirigían a la Unidad Académica.

El SPAUAZ reiteró su rechazo a toda forma de violencia hacia la comunidad y externó su profunda preocupación por la seguridad en las inmediaciones de las instalaciones universitarias.

Por lo que urgieron a las autoridades a implementar de manera inmediata y contundente acciones integrales que garanticen la seguridad y el bienestar de estudiantes, profesores y personal administrativo en todas las unidades académicas de la UAZ.

Además de fortalecer los protocolos de prevención y respuesta para evitar que hechos como el señalado se repitan y que se asegure el acompañamiento institucional a las víctimas y se brinde el apoyo necesario para la correcta gestión de sus denuncias ante las instancias correspondientes.

Asegura Rectoría que no hubo consecuencias de gravedad

En un comunicado, la Rectoría aseguró que los estudiantes fueron atendidos de manera inmediata y se mantuvo comunicación permanente con los padres de familia, quienes nos notificaron que no hubo consecuencias de gravedad, aclarando que en ningún momento algún estudiante sufrió heridas como se rumoró.

Fortalecen operativo

El Ayuntamiento de Zacatecas desplegó unidades de la Policía Turística para sumarse al operativo que se lleva a cabo en conjunto con el resto de corporaciones de seguridad en las inmediaciones de la Fenaza.

Asimismo, el Ayuntamiento de Zacatecas verificó el funcionamiento de las luminarias que le corresponden, con el fin de brindar seguridad a la población que transita por el lugar: deportistas, estudiantes y a la población en general.

LA NOTA MUNICIPIOS



Defienden al río Atenco; luchan contra presa Milpillas

TEXTO Y FOTO: LNZ

JIMÉNEZ DEL TEÚL, ZAC.- Este viernes, el Movimiento en Defensa del Territorio y el Río Atenco, el Observatorio de Conflictos Mineros en Zacatecas (OCMZ) y la Red Mexicana de Afectados/as por la Minería (REMA) realizarán una manifestación pacífica en Jiménez del Teúl, Zacatecas, contra la imposición de la presa Milpillas y a favor de la defensa del río Atenco.

Por lo que los activistas hicieron un llamado a organizaciones sociales, colectivos, comunidades aliadas, académicos, artistas, periodistas y medios de comunicación comunitarios a sumar su voz en apoyo a la marcha.

Los defensores del río saben que el movimiento no está solo y que somos muchos y muchas las que protegemos los ríos y los terri-

torios en México.

Manifestaron que las y los ejidatarios están ejerciendo su derecho legítimo a la libre autodeterminación.

Para sumarse a su causa invitaron a enviar cartas públicas de apoyo dirigidas a las autoridades federales, estatales y municipales, solicitando se garantice el derecho a manifestarse pacíficamente, sin intimidaciones ni represalias.

Difundir en redes sociales mensajes de respaldo a la marcha y al derecho de los pueblos a decidir sobre su territorio con los identificadores: #DefendamosAIRíoAtenco #NoALaPresaMilpillas #Territorios Libres

Además de reiterar públicamente que la movilización es pacífica y que la defensa del río es un derecho legítimo e inalienable.

● Bachea Ayuntamiento de Villa de Cos carretera de Los Amarillos a Chupaderos

TEXTO Y FOTO: LNZ

VILLA DE COS, ZAC.- A pesar de que es responsabilidad de Gobierno del Estado la rehabilitación de los tramos carreteros interestatales, el Ayuntamiento de Villa de Cos realiza una campaña de bacheo en distintos puntos, entre ellos el de la carretera de Los Amarillos a Chupaderos.

El presidente municipal Pier Michel Ríos Ruiz reconoció que en esta carretera existe un tramo de un kilómetro o un kilómetro y medio antes de llegar al entronque al Pardillo muy dañado, por lo que solicitaron ante el Gobierno del Estado un reencarpetamiento, pero si no son escuchados tendrán que asumir la obra como municipio.

Aunque reconoció que de encargarse el municipio, se tendría que programar y ejecutar la obra el próximo año.



Realizan búsqueda forense en Jerez con resultados positivos



TEXTO Y FOTO: LNZ

JEREZ, ZAC.- El Gobierno de Zacatecas y la Fiscalía General de Justicia del Estado llevaron a cabo una búsqueda forense en este municipio, la cual resultó positiva.

La prospección se realizó en la comunidad de Plan de Carrillo, perteneciente a este municipio.

En el comunicado no se dieron más detalles de la búsqueda positiva, sólo se informó que participaron: la Fiscalía Especializada en Atención al Delito de Desaparición Forzada y Desaparición Cometida por Particulares.

Además de la Secretaría de Seguridad Pública, de la Guardia Nacional, del Ejército Mexicano y la asistencia de representantes de colectivos de familias de personas desaparecidas, se realizaron con el apoyo de herramientas manuales, drones y georadar, informó el Comisionado Everardo Ramírez Aguayo.

Buzos de Fresnillo localizan cadáver en Suchil, Durango

TEXTO Y FOTO: LNZ

FRESNILLO, ZAC.- Buzos de Protección Civil y Bomberos de Fresnillo rescataron un cadáver en la presa Santa Elena de Suchil, Durango.

Cabe destacar que Suchil, Durango había solicitado al municipio, debido a que una familia al tratar de cruzar el río en un vehículo fueron llevados por la corriente y todos perdieron la vida al caer al río.

Esto ocurrió el domingo y el lu-

nes aparecieron dos cuerpos, sin embargo, faltaba el de un hombre de 54 años.

Tras el apoyo que se hizo, el alcalde Javier Torres envió 10 buzos profesionales y dos paramédicos, quienes se unieron a PC Durango, Guardia Nacional y PC Suchil.

Y, tras tres días de búsqueda y con más de 20 inmersiones, los buzos lograron recuperar el cuerpo del hombre para entregarlo a las autoridades correspondientes.

En un comunicado se dio a conocer que participaron los elementos:

Manuel Alejandro Ramos Bañuelos
Manuel de Jesús Álvarez de Santiago
Juan Antonio Matehuala Bañuelos
Carlos David González López
Manuel de Jesús Montelongo Amaro
José Pedro Juárez Mora
Erick Giovanni Hernández Sánchez
Luis Gilberto Rodríguez Muro
Al mando del coordinador de bomberos Luis Andrés Rivas Castillo.



LA NOTA DE INTERÉS

¿Por qué los fuegos artificiales afectan a los perros y gatos?



AGENCIAS • FOTO: CORTESÍA

CIUDAD DE MÉXICO.- Durante las Fiestas Patrias en septiembre, o las de Navidad y Año Nuevo es muy común que haya muchos fuegos artificiales como parte de las celebraciones, aunque se ven muy bien, la realidad es que pueden ser nocivas para las mascotas. Pero, ¿por qué la pirotecnia afecta a los perros y gatos?

La pirotecnia afecta de manera severa a perros y gatos debido a la agudeza de su sistema auditivo, que es significativamente más sensible que el de los humanos. Los sonidos producidos por los fuegos artificiales, que pueden superar los 150 decibelios, resultan ensordecedores y, en muchos casos, dolorosos para estas mascotas.

Además, el carácter inesperado y la falta de patrones en los estallidos generan una respuesta de **estrés extremo**, activando el sistema nervioso simpático y provocando **taquicardia**, **hiperventilación** y una **sensación de amenaza inminente**.

A este impacto físico se suma el aspecto **psicológico**. Los animales no comprenden el origen ni la naturaleza de los ruidos, lo que intensifica su sensación de peligro y puede derivar en conductas como esconderse, intentar huir o, en casos extremos, lastimarse.

Los gatos, por ejemplo, tienden a refugiarse en espacios pequeños, mientras que los perros, más propensos a actuar por impulsos,



pueden escapar y exponerse a accidentes. En ambos casos, la exposición recurrente a la pirotecnia puede desencadenar trastornos de ansiedad a largo plazo, afectando su calidad de vida.

¿Cómo protegerlos?

Proteger a perros y gatos de los fuegos artificiales requiere crear un entorno que les proporcione seguridad y reduzca su estrés. Lo primero es preparar un espacio en casa donde puedan sentirse resguardados, como una habitación tranquila y lejos de ventanas, donde se puedan amortiguar los sonidos.

Colocar mantas, juguetes o su

cama habitual ayuda a que asocien el lugar con comodidad. Además, mantenga las puertas y ventanas cerradas, minimizando tanto el ruido externo como la posibilidad de que intenten escapar.

El uso de música relajante o ruido blanco también puede ser efectivo para enmascarar los estruendos de la pirotecnia. Es importante evitar reforzar su miedo; calmarlos con una actitud serena es mejor que reaccionar con sobreprotección, ya que esto podría aumentar su ansiedad.

Si se trata de animales particularmente sensibles, consultar a un veterinario sobre posibles métodos de sedación o el uso de fero-

monas puede ser una alternativa. Finalmente, asegúrese de que lleve una placa de identificación actualizada es crucial, en caso de que lleguen a huir.

¿Cómo relajarlos?

Para relajar a los perros durante los fuegos artificiales, lo primero es mantener una actitud calmada, ya que ellos perciben el estado emocional de sus dueños. Cree un espacio seguro dentro de la casa, como una habitación tranquila y acogedora, les brinda un refugio donde puedan sentirse protegidos.

Asegúrate de cerrar ventanas y cortinas para minimizar el ruido y los destellos de luz, y utiliza música relajante o ruido blanco para suavizar los sonidos externos.

El contacto físico, como acariciarlos de manera suave, puede ayudar siempre que ellos lo busquen, pero es importante no forzarlos si prefieren estar solos.

Envolverlos con una manta ajustada, conocida como "técnica de presión", puede brindarles sensación de seguridad, al igual que usar productos especializados como chalecos anti-ansiedad.

Si el perro es extremadamente sensible, consulte con un veterinario sobre feromonas sintéticas o calmantes naturales. Mantén su rutina lo más normal posible antes del evento para evitar que asocien más estrés con la situación.

NUESTRAS PLUMAS

Tu historia aún no termina

Designado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 10 de septiembre se conmemora el Día Mundial de la Prevención del Suicidio, este día busca resaltar la importancia de eliminar los estigmas, mitos, tabúes que existen entorno a la salud mental, mostrando así, la realidad a la que muchas personas, ya sean niños, niñas, jóvenes y adultos se enfrentan en su día a día. Si bien, es considerado como un problema de salud pública, durante algunas décadas había estado desatendido y debido a las lamentables vidas perdidas a causa de esto se ha comenzado a prestar más atención, no obstante, aún existe un largo camino por seguir recorriendo.

Según datos de la OMS, durante 2021, un total de 727 mil personas perdieron la vida por suicidio, y es que no hay que verlo sólo como cifras, sino como vidas que tenían mucho por delante, pero decidieron irse. Cabe destacar que el suicidio es la tercera causa de muerte entre los jóvenes de 20 a 24 años, y las personas de entre 45 a 59 años tienen la tasa de suicidio más alta en la Región de las Américas.

Investigando y analizando acerca de los factores que influyen en que el suicidio siga siendo una problemática latente, encontré que como en cualquier situación de salud, los determinantes sociales son clave dentro de esta situación, por una parte, tenemos los estigmas y tabúes relacionados con las falsas creencias que mínimo alguna vez hemos escuchado, como por ejemplo, enfrentarse al juicio que la sociedad pueda hacer al momento de mostrar tu sentir, y la idea errónea de que las enfermedades mentales son un reflejo de debilidad, lo que resulta totalmente falso. Todas estas ideas generan una ola de desinformación e ignorancia que impiden que las personas que atraviesan por alguna situación no se atrevan a pedir ayuda.

Nuestro entorno y las condiciones sociales, culturales y económicas en las que nos desenvolvemos también tienen un gran impacto para



● **Devany Alejandra Rojas Menchaca**

Joven zacatecana, estudiante de la Licenciatura en Salud Pública por la Universidad Autónoma de Zacatecas. Participante en parlamentos juveniles realizados en el H. Congreso del Estado, concursante en diversos certámenes de oratoria a nivel estatal, nacional e internacional. Amante de la escritura, la oratoria y la música.

la salud mental, ya que en nuestro país los recursos económicos que se destinan a la atención en salud mental son pocos, además de que no es un secreto que las condiciones de salud mental han pasado a segundo término debido a que se prefiere priorizar otras patologías, enfermedades agudas, principalmente. Aunado a esto, las condiciones de vida como la pobreza, el desempleo, el estrés crónico también son fuentes que propician al desarrollo de problemas de salud mental, y no dejemos a un lado las vivencias, la falta de amor durante la crianza, los problemas en la infancia, los traumas, las pérdidas, todo esto vuelve a una persona más vulnerable y susceptible a desarrollar problemas de salud mental.

Muchas veces escuchamos el famoso “échale ganas” cuando alguien se siente triste, ansioso, deprimido, etc, pero no sólo se trata de soportar y “echarle ganas”, se trata de ser conscientes de que tus emociones por poco o muy intensas que se sientan valen y es importante gestionirlas, que es totalmente válido reconocer cuando no estás bien, y que tienes todo el derecho a expresarte y pedir ayuda. Recuerda siempre que no, no eres ni serás una carga, tus emociones valen mucho, y está bien pedir ayuda, tu vida importa y no tienes que cargar solo con el dolor, no estás siendo “dramático”, tu historia aún no ha terminado tienes mucho por contar y por vivir.



HORÓSCOPOS

Por: *La Madame*



Aries

21/03 al 19/04

Ten cuidado por donde caminas, la distracción que llevas auestas podría llevarte a un accidente que podría sacarte de circulación algunas semanas.



Tauro

21/03 al 19/04

Intenta reinventarte en todos los ámbitos de la vida, en especial en aquellos en los que sientes que has estado atorado por bastante tiempo.



Géminis

21/05 al 20/06

Te darán muestras de gratitud y cariño; recíbelas con alegría, ya que es la puerta que se abre a un sinfín de probabilidades para que cambies positivamente tu vida.



Cáncer

21/06 al 22/07

Rodéate de personas que te hagan sentir bien, que se quieran divertir hasta con sus errores y llenen tus horas de alegría. Acabarás contagiándote.



Leo

23/07 al 22/08

Aunque no muestras interés por tener una relación sentimental formal, sí estarás inquieto e intentarás relacionarte con alguien para compartir tu alegría.



Virgo

23/08 al 22/09

Una mujer te espía. Aunque no está claro el motivo, lo que sí debes tener muy presente es que eres observado, razón por la que te sentirás nervioso.



Libra

23/09 al 22/10

Es muy probable que recibas noticias de personas que están lejos de ti territorialmente y que tienes tiempo sin saber de ellas. La noticia te traerá esperanza.



Escorpión

23/10 al 21/11

No te apresures con tus juicios, muchas veces nos equivocamos por dar cosas por sentadas sin saber lo que hay atrás de las palabras o actos de los demás.



Sagitario

22/11 al 21/12

Una sorpresa no muy agradable puede aparecer hoy. Analiza tus movimientos recientes y trata de reparar tal vez algún tropiezo que incomodó a terceros.



Capricornio

22/12 al 19/01

Se avecinan viajes, que aunque pudieran ser de trabajo traerán un poco de relax a tu ajetreado ritmo de vida. Disfruta al máximo la oportunidad de salir de la rutina.



Acuario

20/01 al 18/02

Los astros se alinean a tu favor, así que siéntete listo para asumir riesgos, avanzarás conforme te lo propongas.



Piscis

19/02 al 20/03

Hay una deuda del pasado que se te pagará justo en el momento que lo necesitas. Es probable que incluso una persona que no ves desde hace tiempo regrese.