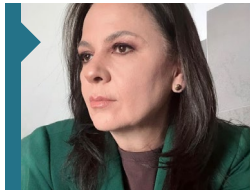




NUESTRAS PLUMAS

PÁG. 8

Devany Rojas



Defiende Julieta del Río labor que realizó el INAI; están documentados los casos que se investigaron, afirma

PÁG. 5

www.lanotazacatecas.com

@NotaZacatecas

LA NOTA ZACATECAS / LNZ



Pero diiiiicen... que al *gober* Monreal se le complican las cosas para la imposición en la sucesión, pues le mandaron decir desde la dirigencia de Morena que *Vero* no cuaja y *Rodrigo* no crece...

PÁG. 4

ÉPOCA 2 / AÑO 4 / NÚM. 175 ▶ 16 DE ENERO DE 2026

Deschatarización

FRESNILLO, ZAC.- El gobierno municipal pone en marcha un programa de deschatarización en su parque vehicular una estrategia de dos pasos: subasta estratégica y reinversión inmediata; se venderán como chatarra las uni-

dades inservibles y los recursos que se obtengan se aplicarán para comprar refacciones para los vehículos que aún tengan vida útil.

PÁG. 6



Salud da tregua a gobierno

LNZ

PÁG. 5

ZACATECAS, ZAC.- La Sección 39 del Sindicato Nacional de Trabajadores de la Salud (Sntsa) acordó una tregua laboral con la que suspende de inmediato toda acción de manifestación previamente anunciada, para no entorpecer la ejecución de los acuerdos administrativos tomados con el IMSS-Bienestar

y el Gobierno del Estado.

Este jueves se reunieron representantes del IMSS-Bienestar (tanto a nivel federal como estatal), las secretarías de Finanzas y de Salud y de la dirigencia nacional del sindicato para destrabar los temas pendientes que afectan a los trabajadores del sector.

Diputados locales analizan retos y derechos de migrantes en parlamento abierto

PÁG. 3

Remueven escombros en el basurero de Jerez; en 15 desaparecerá el humo del incendio

PÁG. 7



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

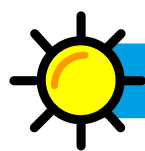
#lanotazacatecas

www.lanotazacatecas.com



La Nota Zacatecas es un periódico de circulación digital de lunes a viernes; 16 de enero de 2026, núm. 175. 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

ZACATECAS

MÍNIMA

6°

MÁXIMA

19°

NUBLADO

DEPORTES

El primer oro de 2026 para Ilse Guerrero



TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS, ZAC.- La atleta zacatecana Ilse Guerrero se colgó su primera medalla de oro de 2026 al ganar la prueba de los 21 kilómetros (medio maratón) en el Campeonato Nacional de Marcha Femenil en Estados Unidos, llevada a cabo en Santee, California.

La zacatecana paró el cronómetro 1 hora 37 minutos 29 segundos después de salir de la meta, en lo que fue la cuarta ocasión que par-

ticipa en esta contienda internacional y la cuarta ocasión que la gana.

El 1-2 lo hicieron dos mexicanas, el primer lugar fue para Guerrero y el segundo para Valeria Ortuño (Ciudad de México) quien hizo un tiempo de 1:42:01.

Esta competencia es la primera de 2026 para la multipremiada atleta zacatecana; luego participará en el selectivo de medio maratón en Guadalajara para asistir al Mundial de Atletismo 2026 en Brasil.

LA NOTA METRO

TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS. Este jueves, la LXV Legislatura del Estado llevó a cabo el Parlamento Abierto "Derechos de los Migrantes y sus Familias", un ejercicio de diálogo social que busca integrar las voces de la comunidad binacional en la construcción de nuevas leyes y políticas públicas.

Un espacio de escucha y compromiso

El diputado Roberto Lamas Alvarado, presidente de la Comisión de Derechos de la Niñez, Adolescencia, Juventud y Familia, encabezó el evento destacando que este parlamento no es solo un acto protocolario, sino un espacio de "construcción colectiva" para fortalecer el marco jurídico que protege a quienes dejan el estado en busca de oportunidades.

Por su parte, el legislador Carlos Peña Badillo subrayó que la migración debe ser tratada como un "tema de Estado", donde la suma de esfuerzos entre sociedad y gobierno es fundamental para actualizar las leyes que rigen a este sector.

Salud mental: el reto pendiente

Uno de los puntos más críticos de la jornada fue expuesto por la diputada Karla Guadalupe Estrada García, quien puso sobre la mesa la vulnerabilidad de la salud mental de los connacionales. Estrada denunció que las políticas migratorias restrictivas han dejado a los migrantes con un acceso precario a la salud, provocando que muchos retornen con enfermedades crónicas sin la atención adecuada.

"Cuestionamos qué se está ha-

Analizan en el Congreso retos y derechos de migrantes



ciendo hoy para garantizar una atención integral para quienes regresan a su país", enfatizó la legisladora.

Participación plural

El evento logró reunir a un presidium diverso que incluyó a los le-

gisladores: Dayanne Cruz, Jesús Eduardo Badillo y Eleuterio Ramos.

Así como al magistrado Virgilio Rivera y representantes de la CD-HEZ.

También destaca la presencia de los líderes migrantes: Avelino Meza (Fuerza Migrante), así como presi-

dentos municipales y académicos.

El diputado Eleuterio Ramos Leal clausuró los trabajos informando que todas las aportaciones fueron integradas en una relatoría oficial, la cual servirá como base para las próximas iniciativas de ley en la Legislatura.

Analizan uso de la IA en la enseñanza



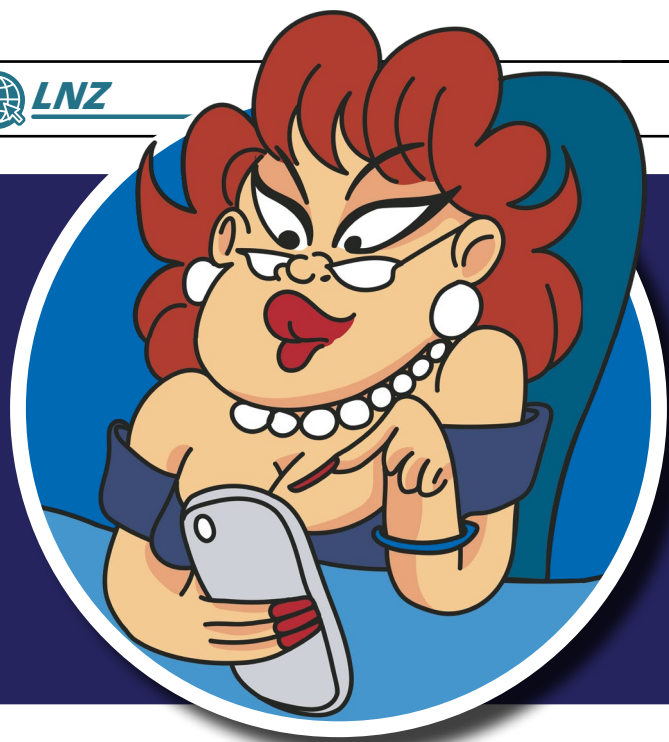
TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS, ZAC.- Con el objetivo de transformar el aula en un espacio de vanguardia tecnológica, el Colegio de Bachilleres del Estado de Zacatecas (Cobaez) llevó a cabo el webinar "La Inteligencia Artificial (IA) como aliada estratégica en la educación media superior".

Como parte de las Jornadas de Actualización rumbo al semestre 2026-B, docentes de los 40 planteles del estado profundizaron en competencias digitales bajo la guía de José Manuel Gámez, especialista de la BUAZ.

Durante la sesión, se abordó no sólo el uso de herramientas generativas, sino también la capacidad de identificar información falsa (fake news) creada con IA.

El director general del subsistema, Francisco Javier González Ávila, enfatizó que la actualización docente es la clave para enfrentar los retos del siglo XXI. "La IA, utilizada de manera ética, fortalece el aprendizaje de nuestros jóvenes", señaló, destacando que esta capacitación beneficiará directamente a una matrícula de 15 mil alumnos.



► POR: MARIA-NOTA

pero DIIIIICEN...

Viernes al fin, es hora de irnos oigan, pero antes les cuento el último chismito de la semana para poder irnos, como **diiiiicen**, a descansar haciendo adobes.

Quien no hace adobes, sino corajes, es el **gobernador David Monreal. Diiiiicen** que le mandaron decir que al parecer todo se complica para la "imposición" en la sucesión.

Cuentan quienes saben, que ya le comentaron desde la dirigencia de **Morena**, que **Vero Díaz** no cuaja y **Rodrigo** no crece. **Diiiiicen** que salvo que se aferre y asuma todos los costos, el tema de elegir a su sucesor o sucesora, se complica.

Diiiiicen que Ulises **Mejía** se ha encargado de difundir un día sí y otro también, que ni monrealistas ni oficialistas le ven el polvo. Que aunque lo acusen de desviar militantes y andar haciendo una **4T** de **TEMU**, el moreno más ungido para el 27 es él.

A tal grado que asegura, que ya hasta **Ramírez Cuéllar, La Polla**, aceptó que lo coloquen como secretario en el Gobierno Federal a cambio de dejarle libre el camino a **Mejía Haro. Diiiiicen** que la historia suena tan bonito, que parece real ¿será que la **Nueva Gobernanza** y el monrealismo acepte que no les da?

Por cierto, quienes no aceptaron lo que les dan y eso que aun no andamos en las candidaturas, son el **Partido Verde** y el **Partido del Trabajo. Diiiiicen** que ambos partidos ya se levantaron de la mesa de la refor-

ma electoral.

Están confirmando que las, los y les morenos, son voraces e insensibles, **diiiiicen** que ni consentidos ni maltratados, están dispuestos a permitir que les quiten lo poco que les queda, entre espacios y recursos.

Muy caro **diiiiicen**, les está saliendo este amor electoral comprado. Así que si eso anda pasando ahorita, imagínense cuando repartan los espacios del 27, les darán puras migajas y esas hasta donde alcancen, sea por Dios.

A quienes ya les ofrecieron resolverles o cuando menos respetar y avanzar en sus peticiones, fue a las, los y les trabajadores del **sector salud. Diiiiicen** que establecieron una mesa que dejó este acuerdo.

Eso es lo bueno; lo malo es que **diiiiicen**, les andan aplicando la misma dosis que al **magisterio** de la **Sección 34**. Mesa, promesa y mentira.

Si no, que vean el nuevo anuncio de su dirigente **Fili** que ayer les conté y que **diiiiicen** anda bien enojado y sus agremiados alterados porque nomás les vieron la cara.

Así que ojalá, a todo el personal sindicalizado que encabeza **Normita Castorena**, no les fallen como a **productores, profes** y cuanta promesa **diiiiicen**, hacen en los **gobiernos morenistas**.

Y como yo no les prometo, me aplico, ya me voy y nos leemos el lunes, al fin que aquí no todo es cierto, nomás es lo que **¡diiiiicen!; ¡diiiiicen!**

Sntsa pausa protestas tras mesa de diálogo

TEXTO Y FOTO: LNZ

ZACATECAS. Tras una jornada de negociaciones en la Secretaría de Gobierno, la dirigencia sindical de salud anunció una pausa en la asamblea permanente y en las movilizaciones que mantenía el personal, con el fin de permitir que avancen los acuerdos administrativos con el IMSS-Bienestar y el Gobierno del Estado.

Acuerdos y puntos clave

La reunión contó con la participación de representantes de IMSS-Bienestar (tanto a nivel federal como estatal), la Secretaría de Finanzas, la Secretaría de Salud y la dirigencia nacional del sindicato.

El objetivo principal fue **destrabar los temas pendientes que afectan a los trabajadores del sector.**

Profesionalización

Se dio prioridad al proceso de reconocimiento para el personal de enfermería y trabajo social.

También se revisó el establecimiento de calendarios para dar validez oficial a la trayectoria de los empleados.

Tras la reunión se acordó una



tregua laboral en la que se registra la suspensión inmediata de las manifestaciones para no entorpecer los procesos de gestión.

El diálogo como vía de solución

Norma Castorena, secretaria gene-

ral, informó a través de un comunicado que esta decisión se tomó con "responsabilidad y convicción", privilegiando la coordinación interinstitucional para fortalecer al Sector Salud.

Aunque las acciones de protesta se encuentran en pausa, el sin-

dicato enfatizó que se mantendrán vigilantes del cumplimiento de los acuerdos.

"Se mantendrá informada a la base trabajadora sobre los avances y resultados que surjan en los próximos días", señaló la dirigencia.

Defiende Del Río Venegas labor que realizó el INAI

TEXTO Y FOTO: LNZ

CIUDAD DE MÉXICO.- Julieta del Río Venegas, excomisionada del extinto Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (INAI), salió en defensa de la labor institucional del organismo, **rechazando enérgicamente la narrativa que busca posicionar que el Instituto no investigaba de oficio o mantenía expedientes en el olvido.**

"Cientos de casos fueron atendidos, muchos de ellos de oficio, y los registros oficiales lo demuestran", afirmó Del Río Venegas, quien subrayó que durante la vida del Instituto se tramitaron más de 173 mil medios de impugnación, desglosando que 22,820 corres-

pondieron estrictamente a la protección de datos personales.

Pruebas contra la desinformación

Ante los señalamientos que sugieren una supuesta omisión institucional, la excomisionada recordó casos de alto impacto mediático en los que el INAI actuó de manera inmediata. Entre ellos, destacó la investigación por la filtración de datos de periodistas que cubrían las conferencias presidenciales, el caso de la activista María Amparo Casar y el hackeo masivo a la Secretaría de la Defensa Nacional (SEDENA), conocido como "Guacamaya Leaks".

Respecto a las sanciones, aclaró



que el INAI impuso multas millonarias a entes privados (recursos que se destinaban a la Secretaría de Hacienda) y que, en el caso de autoridades públicas, el diseño legal obligaba al Instituto a turnar las

sanciones a los Órganos Internos de Control (OIC), responsables finales de su ejecución.

Crítica a la nueva narrativa oficial

Del Río Venegas calificó como "preocupante" que desde la Secretaría de Anticorrupción y Buen Gobierno se desconozcan estas estadísticas. Señaló una contradicción directa: los actuales encargados de la protección de datos en dicha Secretaría son excolaboradores del INAI. "La respuesta está dentro de sus propias oficinas", espetó.

Finalmente, la excomisionada hizo un llamado a las nuevas autoridades para que enfoquen sus esfuerzos en resolver las reservas de información pendientes y proteger los datos de la ciudadanía frente a proyectos polémicos como el padrón de telefonía celular, en lugar de "distorsionar la historia" para justificar decisiones políticas actuales

LA NOTA MUNICIPIOS



TEXTO Y FOTO: LNZ

FRESNILLO, ZAC. – Con el objetivo de poner orden y optimizar los recursos del municipio, el alcalde Javier Torres Rodríguez encabezó una supervisión directa en las instalaciones de Control Vehicular. La meta es clara: limpiar el inventario de unidades inservibles y reactivar la movilidad de las áreas operativas.

Durante el recorrido, el primer edil, acompañado por parte de su gabinete, evaluó el grado de deterioro de decenas de unidades que han permanecido en el abandono.

Tras el diagnóstico, Torres Rodríguez anunció una estrategia de dos pasos: subasta estratégica y reinversión inmediata.

Las unidades cuya reparación supere su valor comercial serán propuestas ante el Cabildo para su venta como chatarra.

Cada peso recaudado por estos remates será destinado a la compra de refacciones para rehabilitar los vehículos que aún tienen vida útil.

"En muchos casos, el costo de recuperación es excesivo debido al abandono. Es más responsable

Venderán chatarra del parque vehicular de Fresnillo

para las finanzas del municipio vender lo que ya es chatarra y usar ese recurso para poner en marcha lo que sí sirve", explicó el alcalde.

Hacia un gobierno más operativo

Esta medida no solo busca limpiar los talleres municipales, sino garantizar que cada secretaría y departamento cuente con las herramientas necesarias para atender a la ciudadanía. Con un parque vehicular optimizado, el Gobierno Local asegura una respuesta más rápida y eficiente en las calles de Fresnillo.



TEXTO Y FOTOS: LNZ

VILLA DE COS, ZAC.- Con el objetivo de fortalecer la unión familiar y brindar seguridad legal a las parejas del municipio, el Ayuntamiento de Villa de Cos 2024-2027, en coordinación con la Oficialía de Registro Civil, lanzó la convocatoria para los Matrimonios Colectivos 2026.

El alcalde Pier Michel Ríos Ruiz hizo un atento llamado a todas las parejas que viven en unión libre o que desean formalizar su compromiso, a que se acerquen a las oficinas municipales para aprovechar este beneficio.

El primer edil subrayó que el trámite es completamente gratuito, buscando que la economía no sea un impedimento para que las familias obtengan la certeza jurídica que su relación merece.

Fecha y sede

La ceremonia se llevará a cabo el próximo viernes 13 de febrero en el Auditorio Anexo a la Presidencia, un evento diseñado para celebrar el compromiso de los habitantes de Villa de Cos en el marco del mes del amor y la amistad.

Requisitos para participar

Los interesados deberán presentar la siguiente documentación en las oficinas del Registro Civil:

Edad

Ambos contrayentes deben ser mayores de edad.

Actas

Copia de actas de nacimiento (si son de otra nacionalidad, deben estar apostilladas y traducidas).

Villa de Cos invita a dar certeza jurídica al amor



Identificación y CURP

Copia de la credencial de elector y CURP de ambos, así como los CURP de los padres de los novios.

Constancias:

Constancia de soltería y de no deudor moroso (necesarias si alguno está registrado en otro estado o municipio).

Testigos

Cuatro testigos con copia de INE (dos por cada contrayente).

Salud y pláticas

Certificados médicos prenupciales y haber tomado las pláticas prematrimoniales en el Instituto de la Mujer.

Fecha límite

Es importante que las parejas interesadas entreguen sus expedientes completos antes de la fecha de cierre.

El último día para la recepción de documentos es el viernes 6 de febrero.

TEXTO Y FOTOS: LNZ

En 15 días desaparecerá humo por incendio en el basurero

JEREZ, ZAC.- En el basurero municipal se puso en marcha un operativo de emergencia para sofocar definitivamente las emanaciones de humo y prevenir nuevos incendios.

Esta acción, de acuerdo con un comunicado de prensa se realizó por instrucción del alcalde Rodrigo Ureño.

Para estas labores, el municipio contrató maquinaria pesada (bulldozer) que se encargará de la remoción de escombros, el retiro de cenizas y el sellado con tierra.

Las autoridades confirmaron que esta inversión se realiza con recursos propios, agilizando la respuesta ante la contingencia ambiental.

Según el cronograma técnico, se espera que el humo desaparezca por completo en menos de dos semanas, mientras que el saneamiento integral y la compactación de residuos concluirán en un plazo máximo de 30 días.



LA NOTA DE INTERÉS

TEXTO Y FOTOS: LNZ

CIUDAD DE MÉXICO.- La depresión es una enfermedad mental que afecta a más de 3.6 millones de mexicanos; sin embargo, en más de la mitad de los casos, esta condición no es diagnosticada ni tratada, advirtió a EFE un especialista.

“Más del 50% de las personas con depresión no recibe ningún tipo de atención, y algunos estudios hablan de hasta un 70% que no está adecuadamente tratado”, indicó el psiquiatra Alonso Morales Rivero, especialista del Centro Médico ABC.

El especialista subrayó que la depresión no debe confundirse con la tristeza cotidiana, ya que se trata de un trastorno clínico que impacta de manera directa la funcionalidad de quien lo padece y que puede incluir ideación suicida.

“La depresión es una enfermedad cuyos síntomas principales son el ánimo depresivo y la anhedonia, que es la pérdida de la capacidad de experimentar placer”, explicó Morales Rivero, quien detalló que para su diagnóstico los síntomas deben mantenerse al menos durante 15 días.

Entre los signos más relevantes, el psiquiatra mencionó alteraciones en el apetito, problemas cognitivos como dificultad para mantener la atención, sentimientos persistentes de culpa o minusvalía y pensamientos suicidas.

“Cuando uno pierde la funcionalidad y deja de disfrutar las cosas que antes le gustaban, ya no hablamos de una emoción normal, sino de un trastorno”, dijo.

Morales Rivero enfatizó que la tristeza es una emoción básica y esperable ante pérdidas o situaciones adversas, mientras que la depresión implica un deterioro sostenido en la vida diaria.

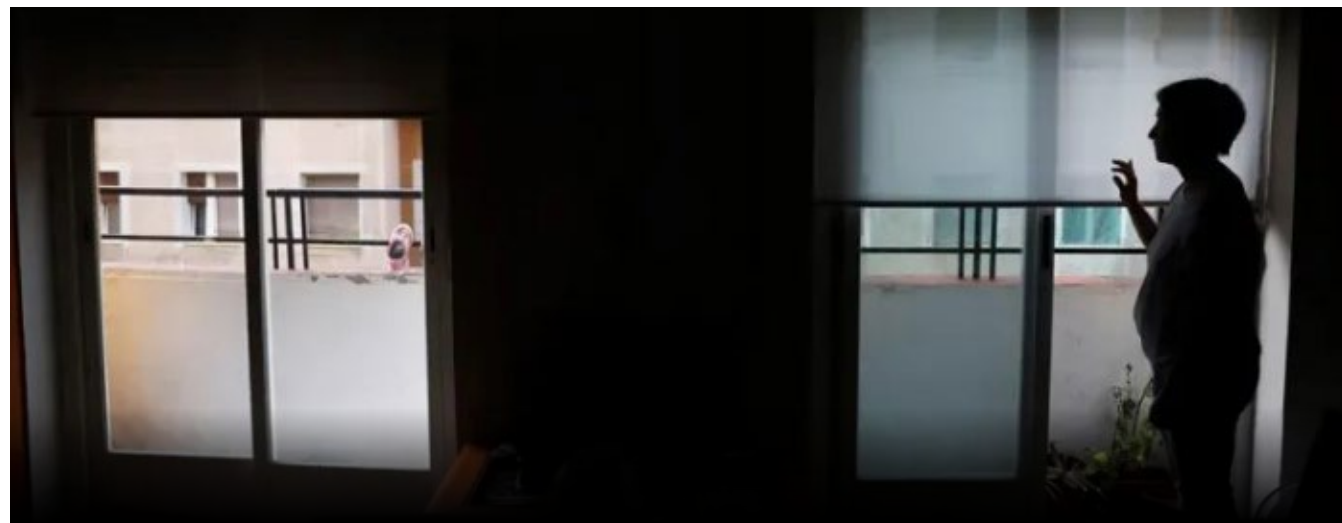
“No está mal sentirse triste; lo que marca la diferencia es cuando eso interfiere con el día a día”, apuntó.

Se estima que 3.6 millones de personas adultas viven con depresión, con una afectación significativamente mayor en mujeres, quienes presentan una prevalencia hasta tres veces superior a la de los hombres, particularmente entre los 40 y 59 años.

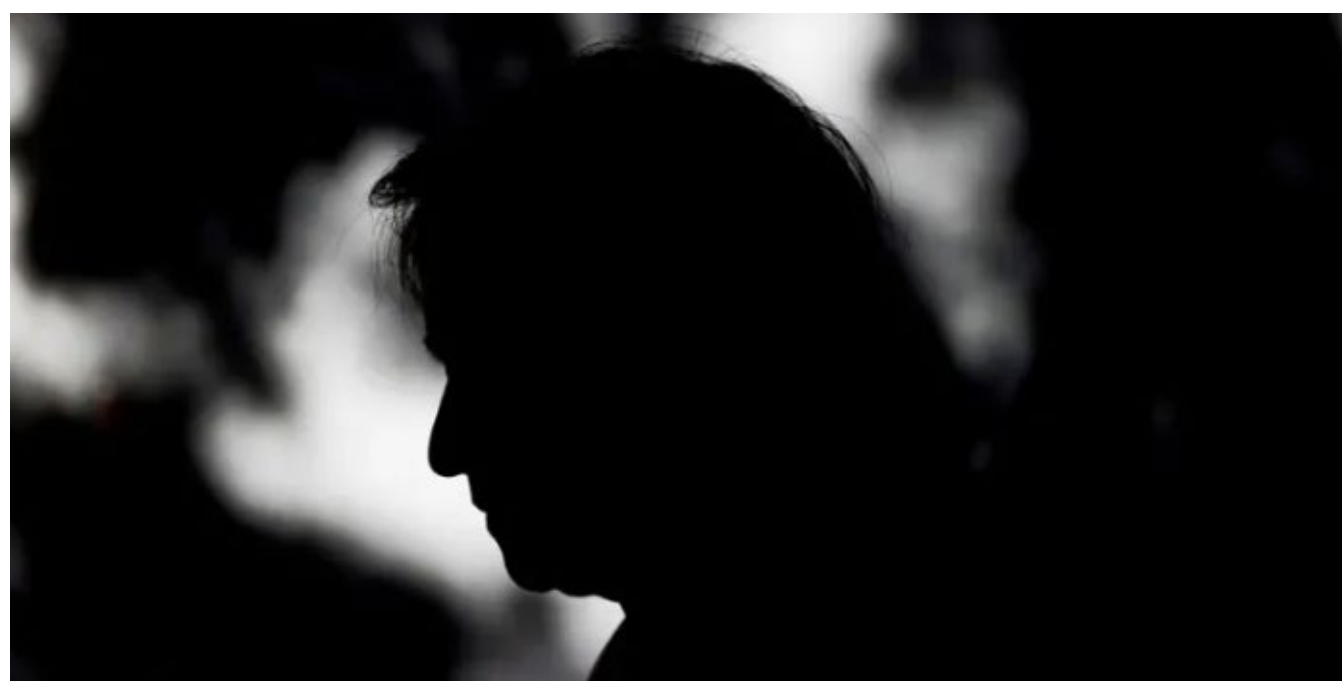
Además, este padecimiento ocupa el primer lugar como causa de discapacidad en mujeres mexicanas y el noveno en hombres.

Se estima que más de la mitad de las personas que presentan cuadros depresivos no están diagnosticados

Las mujeres de entre 40 y 59 años presentan mayor prevalencia que los hombres, hasta tres veces superior



Afecta depresión a 3.6 millones de mexicanos



El estigma sigue siendo una barrera

De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi), más de 34 millones de personas han reportado sentirse deprimidas en algún momento de su vida, pero sólo una fracción mínima recibe atención farmacológica o psicoterapéutica adecuada.

Esta brecha de tratamiento incrementa el riesgo de cronificación, recaídas y deterioro en la calidad de vida.

Aunado a ello y pese a su

impacto, la depresión continúa como un estigma, subdiagnosticada y subtratada.

“Nosotros los psiquiatras y psicólogos hemos sido víctimas de una estigmatización importante. La realidad es que los tratamientos psiquiátricos y las enfermedades psiquiátricas siempre han estado cargadas de este velo hasta como de misticismo que genera mucha curiosidad lejos de una situación de compasión y empatía”, afirmó.

El psiquiatra explicó que la pandemia de covid-19 agravó la

prevalencia de la depresión a nivel global y que esta condición es más frecuente en adultos jóvenes y en personas mayores de 65 años.

Ante este panorama, Morales Rivero llamó a reforzar la detección temprana desde el primer nivel de atención médica y a normalizar el cuidado de la salud mental.

“La depresión tiene diagnóstico, tratamiento y pronóstico, y bien manejada, a la mayoría de los pacientes les va bien”, concluyó.

NUESTRAS PLUMAS

Como el Ave Fénix

En la mitología griega existe una criatura conocida como el ave fénix, la cual es conocida por tener la capacidad para renacer después de morir en llamas, para muchas culturas, esta ave simboliza la inmortalidad, la renovación, la purificación y la esperanza. Desde que leí su historia no pude evitar hacer una analogía de esta ave con nuestra propia historia, de cómo a veces en la vida se nos presentan pruebas que al igual que al ave, nos dejan en "cenizas" y de ahí lo único que podemos hacer no es controlar lo que sucede a nuestro alrededor sino tomar responsabilidad de las acciones propias y renovarnos.

En la vida nos vamos a encontrar con diferentes etapas y ciclos que tendrán un inicio y también un cierre, incluso si no lo deseamos, o no estamos listos para ello, habrá momentos en los que nos costará entender porque algo que amamos tiene que irse, algo que sentíamos tan nuestro, de un día para otro tendrá que irse de nuestra vida, y tocará aceptarlo y muchas veces desde el amor propio, desde el hecho de entender que por más que quieras algo o a alguien deberás decirle adiós, y no porque así lo quieras, sino porque el amor propio hacia nosotros mismo es más grande que el hecho de aferrarnos a una situación, un lugar o una persona que ya no puede caminar con nosotros.

Y no, no resulta fácil despedirse de lo que creímos se quedaría con nosotros siempre, y no, no se olvida de la noche a la mañana, todo conlleva un proceso de aceptar que las situaciones ocurren, los ciclos terminan, las personas se van y aunque sea difícil y algo doloroso, sólo nos quedará agradecer lo vivido, aprender de los errores, de cada lección,



● 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.

perdonar, respirar hondo y simplemente, retirarse, por salud, por paz, por amor propio, cual sea la razón, habrá que aprender a decir adiós.

Si algo nos enseña a atravesar por estos procesos es que, aunque nosotros sintamos un final, no siempre es así, considero que es preferible verlo como el inicio de algo nuevo, y mejor si trabajamos por ello. Y claro, para nada es fácil, adolece, nuestro cerebro se acostumbra a lo conocido, a lo que queríamos, a los planes que imaginábamos, pero es necesario que como seres humanos también aprendamos a reinventarnos, a conocernos a nosotros mismos, a vernos en un espejo y mirar cada aspecto de nuestra vida, quiénes somos, de dónde venimos, hacia donde queremos ir, y siempre, siempre habrá cosas que mejorar. Entendamos que nos encontramos en un constante crecimiento y la evolución también viene acompañada de caos, de incertidumbre, de miedo, de sentirse rotos, pero hay que intentar ser como el ave fénix, hay que intentar resurgir de nuestras propias cenizas, de renovarse, de intentar e intentar cuántas veces sean necesarias hasta alcanzar aquello que tanto anhelamos.



HORÓSCOPOS

Por: *La Madame*



Aries

21/03 al 19/04

Concédete permiso para sentirte feliz unos minutos, desde tu mente, tu corazón y tu cuerpo, sólo uno será suficiente para que veas magia.



Tauro

21/03 al 19/04

Todo está dispuesto para que refuerces lazos amorosos, ya sea de pareja, con hijos o amistades. Descubrirás que eres plenamente correspondido.



Géminis

21/03 al 20/06

No dudes en pedir ayuda si la necesitas, no es señal de debilidad, sino más bien de inteligencia, para lograr tus objetivos.



Cáncer

21/06 al 22/07

Aunque hay cosas que no te gustan del lugar donde estás, debes acatar reglas o bien buscar tu propio espacio para no transgredir el orden que ya está establecido.



Leo

23/07 al 22/08

Se necesita valor para aceptar una equivocación ante la persona que más admiras o quieres, sin embargo, ganarás el respeto de esa o esas personas.



Virgo

23/08 al 22/09

Una buena acción tendrá recompensa de inmediato. Tu buen corazón se va dando a conocer en tu entorno, sólo debes tener claro tus límites.



Libra

23/09 al 22/10

Cuida tu salud. Aunque te sientas invencible, de pronto un descuido puede ser de consecuencias graves, se recomienda que un chequeo general.



Escorpión

23/10 al 21/11

Tendrás la ayuda que necesitas para salir de un lío en el que te metiste por despistado, sin embargo, debes ser cauteloso en tus próximos movimientos.



Sagitario

22/11 al 21/12

Se avecina una tempestad en tu vida provocada por situaciones que no están a tu alcance controlar, será de más ayuda que dejes fluir las cosas a tratar de detenerlas.



Capricornio

22/12 al 19/01

Tienes un admirador secreto, aunque parece que a ti no te interesa entablar ningún tipo de relación amorosa, esta persona logrará llamar tu atención.



Acuario

20/01 al 18/02

No des por sentado lo que ocurrirá tras un desafortunado acontecimiento; antes de actuar, tómate tu tiempo para analizar lo que ocurrió para poder tomar decisiones.



Pisces

19/02 al 20/03

Tienes una mente brillante, pero no logras despegar tu carrera porque es muy grande tu miedo. Date permiso de hacer, sin temor a fallar, si te equivocas, empiezas otra vez.



Participa y

GANA UN TRACTOR SONALIKA

LA FUERZA PARA EL CAMPO TE PREMIA

Mi tierra

JUNTOS MOVEMOS EL CAMPO

SONALIKA

¿Cómo participar?

* Importante: Ser mexicano y mayor de 18 años

1 Graba un video (de máximo 2 minutos) donde cuentes:

- > Quién eres y dónde trabajas la tierra.
- > Qué cultivas.
- > Por qué necesitas un tractor.
- > Cómo cambiaría tu vida y la de tu comunidad si lo tuvieras.
- > Poner un escrito que nos ceda los derechos del video para poder repostearlos y usarlos para promoción.



2 Publica tu historia o video en tu perfil de Facebook (modo público).



Etiqueta y sigue a

[youtube.com/@periodicomitierramx](https://www.youtube.com/@periodicomitierramx)

también sigue a:

[facebook.com/SonalikadeMexico](https://www.facebook.com/SonalikadeMexico)

[instagram.com/sonalikamx](https://www.instagram.com/sonalikamx)

[youtube.com/@sonalikamx](https://www.youtube.com/@sonalikamx)

[tiktok.com/@sonalikamx](https://www.tiktok.com/@sonalikamx)



Incluye los hashtags:

#FuerzaParaElCampo
#MiTierraNoSeDetiene



3 Invita a tus amigos a seguir las páginas oficiales de Mi Tierra y Sonalika de México. ¡Anímalos a reaccionar, compartir y comentar en tu publicación!

(Los "me gusta" y comentarios contarán como apoyo, pero no serán el único factor para ganar.)



Vigencia: De noviembre 2025 a Marzo 2026