

CAPITAL CDMX

NÚMERO 85
www.capital-cdmx.org



Justicia torcida en la CDMX

Más caos en reparación de Línea 12

Semanario del 28 de marzo al 3
de abril de 2022.

DIRECTORIO

SEMANARIO **85**

DIRECTOR GENERAL
LUIS EDUARDO VELÁZQUEZ

FOTOGRAFÍA
OBTURADOR MX

DISEÑO EDITORIAL
KARINA SALAZAR ARMENTA

REPORTEROS
ALBERTO CUENCA
ALDO FERRARA
HUGO SALVADOR

REDES SOCIALES SÍGUENOS

CANAL DE YOUTUBE
CDMX TV
<HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/C/CAPITALMX>

FACEBOOK
CAPITAL CDMX
<HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/CAPITALMX1>

TWITTER
@CAPITALMX
HTTPS://TWITTER.COM/CAPITALMX_

INSTAGRAM
@CAPITALCDMX
<HTTPS://WWW.INSTAGRAM.COM/CAPITALCDMX/>

PINTEREST
CAPITAL MX
<HTTPS://WWW.PINTEREST.COM.MX/CAPITALMX5/>

LINKEDIN
CAPITALMX
<HTTPS://WWW.LINKEDIN.COM/COMPANY/CAPITALMX>

SITIO WEB
<WWW.CAPITAL-CDMX.ORG>

CORREO
<CAPITALEMEEQUIS@GMAIL.COM>

LIDER REDES SOCIALES
KARINA SALAZAR ARMENTA
<CONTACTO@CAPITAL-CDMX.ORG>

EDITO- RIAL

En el conflicto político derivado de la jefa de Gobierno de la Ciudad de México (CDMX), Claudia Sheinbaum, y la alcaldesa en Cuauhtémoc, Sandra Cuevas, se evidenció lo torcida que está la justicia en la capital del país.

Pese a que Sheinbaum ha advertido que no se trata de un asunto político, los hechos han confirmado lo contrario.

La prueba más fehaciente fue que se disgustó con el acuerdo reparatorio y la forma en que lo cumplió Cuevas.

Lo llamó una “chapuceria” de Sandra Cuevas y quedó abierta la posibilidad de que la Fiscalía General de Justicia de la CDMX impugne para que la alcaldesa no se salga con la suya.

Sheinbaum en su disputa por el poder político abrió uno de los temas más delicados al comprometer al Poder Judicial.

Lo hizo a través de las imputaciones de la Fiscalía, que no es autónoma, las cuales se fueron derruyendo una a una.

En un principio se denunciaron los delitos

de secuestro, lesiones, abuso de autoridad, robo y discriminación.

Ante la jueza no se pudo acreditar los delitos de secuestro y lesiones por la falta de pruebas documentales.

Pero quedó de manifiesto que los operantes del Poder Judicial están sometidos al poder de la Jefa de Gobierno y vincularon a proceso a la alcaldesa.

Al ser un escándalo político, Sheinbaum intentó evadirse del problema y dejarlo en manos de la justicia.

Ahí ya entró el juego de las estrategias legales y por eso Sandra Cuevas logró un acuerdo reparatorio que le permitió recuperar el poder de forma plena.

La resolución judicial del conflicto sólo dejó ver la vulnerabilidad del Estado de Derecho cuando se inmiscuye la política. Por eso vimos una justicia torcida que terminó en uno de los más penosos antecedentes de la política de la CDMX.

Se confirmó el viejo adagio del Derecho, que si existiera transformación real de México, ya no tendría sentido: “cuando la política entra en un caso jurídico, la justicia sale por la puerta trasera”.

Aquí en el semanario les compartimos a profundidad el desenlace del caso de Sandra Cuevas.

LUIS EDUARDO VELÁZQUEZ



SCHERER CONTRA GERTZ: LA 4T SE DESTRUYE

ALDO FERRARA

Scherer contra Gertz. La edición de este domingo de la revista Proceso publicó en la portada una carta de Julio Scherer Ibarra.

Scherer es exconsejero Jurídico de la presidencia y considerado “hermano” por Andrés Manuel López Obrador.

En el texto acusó a la exsecretaria de Gobernación, Olga Sánchez Cordero, y al fiscal General de la República, Alejandro Gertz Manero, de dirigir una ofensiva en su contra.

La disputa no es de fechas recientes, pues desde el inicio del sexenio de López Obrador se supo de las diferencias que tenían los altos funcionarios de la denominada 4T.

Incluso, la hoy senadora Sánchez Cordero lo ha aceptado en distintas ocasiones.

Y este fin de semana, el exconsejero arremetió contra la senadora y Gertz Manero.

Lo anterior, por supuestamente formar una estrategia para desprestigiarlo.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/julio-scherer-contra-gertz-manero/>

EE.UU. PROTESTA POR COQUETEO DE MÉXICO CON RUSIA

HUGO SALVADOR

El embajador de Estados Unidos en México, Ken Salazar, condenó el recibimiento del embajador de Rusia en México, Viktor Koronelli, en la Cámara de Diputados.

El pasado miércoles 23 de marzo se instaló el grupo de Amistad México-Rusia en la Cámara de Diputados.

Los promotores fueron los legisladores de Morena y el Partido del Trabajo (PT).

Esta acción provocó las críticas del embajador Salazar.

En este sentido, tras la instalación del Grupo de Amistad México- Estados Unidos en San Lázaro, el embajador Ken Salazar llamó a la solidaridad con Ucrania.

Salazar precisó que es necesario posicionarse en contra de Rusia en lugar de fomentar un lazo de amistad con dicho país.

Además, el embajador de Estados Unidos reclamó que el embajador Koronelli estuvo “haciendo ruido” sobre una relación cercana con México.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/embajador-de-eeuu-condena-recibimiento-de-funcionario-de-rusia-en-camara-de-diputados/>



CUEVAS SE DISCULPA Y NO RECONOCE DELITOS

ALBERTO CUENCA

Aregañadientes Sandra Cuevas se disculpó con los policías que la acusaron de robo, abuso de autoridad y discriminación.

“Me disculpo, pero no reconozco los hechos”, dijo la alcaldesa en Cuauhtémoc luego de asistir a una audiencia afuera del Reclusorio Norte.

También dijo que se disculpa con la ciudadanía y con los partidos políticos que la postularon, por lo que calificó como “este trago amargo”.

Respeto a los uniformados que la inculparon dijo que si ellos consideran que les hizo un daño les ofrece una disculpa, “pero sin reconocer que les haya hecho yo un daño”, insistió.

Agregó que a partir de mañana 25 de marzo reanudará sus labores al frente de la alcaldía, a partir de las 5:15 am.

La alcaldía Cuauhtémoc emitió luego un comunicado en el que aseguró que el proceso penal contra Sandra Cuevas ha llegado a su fin..

Así, destacó que la Alcaldesa se reincorpora a sus funciones publicas de manera normal, sin que esto se considere aceptación o reconocimiento de la culpa.

Agregó que al cumplirse las condiciones que se acordaron entre las partes, la resolución será considerada como sentencia absolutoria por lo que no quedará registro alguno.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/se-disculpa-sandra-cuevas-con-policias-pero-dice-no-reconocer-los-hechos/>

SHEINBAUM SE DISGUSTA POR DISCULPA DE CUEVAS

ALBERTO CUENCA

A Claudia Sheinbaum no le gustó la disculpa pública de Sandra Cuevas a policías que la acusaron de robo, abuso de autoridad y discriminación.

La jefa de gobierno calificó esa disculpa de chapucera y dijo que no se apega a protocolos que establecen instancias como la Contraloría capitalina.

“Yo no considero que esa sea una disculpa pública, me parece que las disculpas públicas tienen que ser frente a las víctimas en un reconocimiento de lo que se hizo.

“Eso parece una justicia ‘chapucera’, la verdad, en una banqueta hablando frente a medios de comunicación”, criticó la mandataria capitalina.

En entrevista, se le preguntó a Sheinbaum qué opinaba de la disculpa ofrecida ayer por la alcaldesa en Cuauhtémoc afuera del Reclusorio Norte.

Esa disculpa de Cuevas se dio ante medios de comunicación, al término de una audiencia en donde la alcaldesa llegó a un acuerdo reparatorio que le permitió regresar hoy al cargo.

Aunque Sandra Cuevas ofreció disculpas dijo que no reconocía los hechos que le imputaban los policías.

Sobre eso lo que dijo hoy Claudia Sheinbaum fue: “Entiendo que el juez está notificando a la fiscal, me lo comentó hace unos momentos”.

No precisó qué fue lo que la juez de control le notificó a la fiscal Ernestina Godoy.

Pero insistió en que Sandra Cuevas no está cumpliendo las condiciones del acuerdo reparatorio hacia las víctimas.

Sheinbaum dijo que una disculpa pública, como lo establece la Contraloría capitalina, debe ser en un espacio especial y debe haber un reconocimiento.

“Tiene que ser frente a las víctimas en cualquiera de los casos, así se hace normalmente en cualquiera de estos casos; recuerden otros casos que ha habido con la Fiscalía y se ha hecho de esta manera”, dijo Sheinbaum.

Reiteró que si ya se dictó un acuerdo reparatorio, debe de cumplirse como se estableció y, particularmente, por las víctimas.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/a-sheinbaum-no-le-gusto-la-disculpa-de-sandra-cuevas-es-chapucera-critico/>



INVESTIGAN A POLICÍAS POR ASESINATO DE COMUNEROS EN TLALPAN

ALBERTO CUENCA

En el asesinato de dos habitantes de Huitzilac, Morelos, la Fiscalía capitalina contempla líneas de investigación que apuntan tanto a servidores públicos como a civiles.

Al seguirse esa línea, la Fiscalía toma en cuenta los señalamientos de habitantes de Huitzilac, quienes el viernes bloquearon durante 10 horas la carretera federal México-Cuernavaca.

Según esa versión, elementos de la Guardia Nacional sacaron de una vivienda a las víctimas, en el municipio de Huitzilac.

De ahí los habrían trasladado y entregado a pobladores de Topilejo, ya en el territorio de la CDMX, todo esto bajo la custodia de policías capitalinos.

Las primeras versiones apuntaron a que en la desaparición de las víctimas subyace una disputa entre habitantes de Topilejo y Huitzilac .



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/en-homicidio-de-habitantes-de-huitzilac-se-investiga-a-servidores-publicos/>

SHEINBAUM RECHAZA PLAN INMOBILIARIO EN LOS DINAMOS

REDACCIÓN CAPITAL CDMX

La Secretaría de Medio Ambiente (Sedema) aseguró que en el Parque Natural La Cañada, ubicado en el Primer Dinamo de Contreras, no se autorizará ningún desarrollo inmobiliario.

Según la dependencia, cualquier uso que se dé a ese predio deberá contar con las autorizaciones pertinentes, así como con el acuerdo de las comunidades vecinas.

La tarde este 22 de marzo, la Sedema emitió un comunicado de prensa en el que refutó acusaciones de vecinos de la Magdalena Atlitic.

Integrantes de la Asamblea Popular de la Resistencia Atlitic pidieron a la jefa de Gobierno de la Ciudad de México (CDMX), Claudia Sheinbaum, una clara definición pública y por escrito respecto al proyecto inmobiliario de Grupo Frisa en el Primer Dinamo de Contreras.

Los colonos recordaron que en la zona conocida como La Cañada, dentro del primer Dinamo, .



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/niega-sedema-plan-inmobiliario-en-dinamos-pero-apoya-a-frisa/>

CONTRAGOLPE

En la disputa del poder los aliados políticos deben ser elegidos de manera estratégica porque de lo contrario se vuelven un lastre.

Julio Scherer Ibarra dejó el cargo de Consejero Jurídico de Andrés Manuel López Obrador el 2 de septiembre de 2021.

Lo hizo a sabiendas de que estaba inmiscuido en un asunto grave de corrupción.

No hay pruebas, por ahora, que acrediten que intentó extorsionar al abogado salinista, Juan Collado, para conseguir su libertad.

Lo han señalado de traficar influencias y él en su carta en la revista Proceso, de la cual es heredero, dio su versión.

En esa declaración culpa a Olga Sánchez Cordero de ser cómplice de Alejandro Gertz Manero, titular de la Fiscalía General de la República (FGR), en la tarea de desprestigiarlo

La trama cobra relevancia en la CDMX porque Julio Scherer es uno de los principales asesores de la jefa de Gobierno, Claudia Sheinbaum.

Amén de que tiene varios negocios en la capital del país que ha conseguido desde que López Obrador fue gobernante y sus relaciones perduraron en los demás sexenios.

Sobre todo, tuvo una amplia influencia en los ex delegados del PRD en diversas demarcaciones en manos de René Bejarano.

Por eso Scherer tiene un interés especial en su cercanía con Sheinbaum.

SCHERER AFECTA A SHEINBAUM

Además de que los une el movimiento, están detrás los negocios y la ambición presidencial de Sheinbaum.

Estos hechos dan más claridad al conflicto que se vive en las altas esferas de la autodenominada cuarta transformación (4T).

El tema de fondo es que Scherer eligió un enemigo de mayor calibre y es un actor de poder que fortalece a los adversarios de Sheinbaum que están en Morena y en la oposición.

Previo a la carta de Scherer, Gertz fue agasajado en el Senado por Ricardo Monreal y Sánchez Cordero.

El Fiscal General al tener buena relación en el Senado es inamovible porque se requiere de dos terceras partes para hacerlo a un lado.

Por ello, Gertz tiene asegurado su cargo hasta el 18 de enero de 2027.

Y es un factor importante de poder porque será jugador clave en la sucesión presidencial de 2024.

Scherer en su carta dejó ver que tiene temor de las investigaciones que realice Gertz porque sabe que indagan sus gestiones como abogado

durante los últimos 11 años.

Muchas de esas gestiones están en la CDMX y por supuesto van a repercutir en la imagen de Sheinbaum si hacen una revisión en Tlalpan.

En esa demarcación está pendiente el caso Rebsamen y en la FGR hay un expediente por la Línea 12 del Metro.

Gertz por sí fuera poco recibió un espaldarazo de López Obrador.

Sheinbaum y la 4T se han caracterizado por usar las Fiscalías para intimidar a los opositores.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/scherer-afecta-a-sheinbaum/>



UIS ESDUARDO VELÁZQUEZ



NO CAUT

Sheinbaum tiene en las manos un caso grave de seguridad.

Lo ocurrido en Tlalpan por grupos criminales involucra a su policía en manos de Omar García Harfuch.

El jefe de la Policía debe rendir cuentas en un asunto tan grave.

¡Abrazos, no periodiczos!



BASTION DE PAPEL

COLOSIO ANTE EL MASTODONTE AUTORITARIO

JULIÁN ANDRADE JARDÍ

En la actualidad soy periodista y consultor. Escribo en diversos medios y entre ellos Forbes, La Crónica de Hoy y Etcétera. En La Razón me desempeñé como columnista y editor jefe. En Milenio trabajé como coordinador de información y en La Crónica de Hoy como subdirector. Dirigí Newsweek en español. En el ámbito de gobierno, fui coordinador general de comunicación social en el gobierno de la Ciudad de México y en el Tribunal Electoral del Poder Judicial de Federación. Soy autor de la novela "La lejanía del desierto" y coautor, con Jorge Carpizo, de "Asesinato de un cardenal".



Hace 28 años murió asesinado Luis Donaldo Colosio en la ciudad de Tijuana.

Un tiempo largo que permite establecer los costos para el país de aquella tragedia.

Al ser el candidato del PRI, Colosio se convertiría en presidente de la República.

En ese momento la oposición no tenía ni la fuerza ni la organización para derrotar al partido en el poder.

Su muerte afectó los planes del grupo en el poder.

El presidente Carlos Salinas no tenía un plan B, porque Colosio siempre fue su plan.

Así se observa en la propia trayectoria del sonorense: diputado federal, senador, presidente del PRI y secretario de Desarrollo Social.

Cuando lo designaron candidato a la presidencia

del PRI, en un discurso que pronunció en la explanada de la sede central de su partido, en Insurgentes Norte, dejó muy claro el mensaje de pertenencia, de trabajo con las bases y de conocimiento de los liderazgos.

Colosio, a diferencia de Salinas, tuvo la prueba de las urnas y la pasó con sobresaliente.

El objetivo era despojar a Colosio de las críticas que existían respecto al grupo en el poder, por su carácter más técnico que político, por su experiencia más en los escritorios, que gastando suela en los terregosos caminos del país.

Esto era relativo, porque pocos gobiernos han tenido un proyecto social tan ambicioso como el de Salinas, pero a nivel de estrategia era correcto que el sucesor tuviera ese baño de política y de pueblo dentro de las tradiciones más arraigadas en la élite del oficialismo.

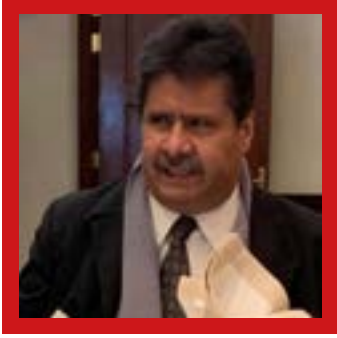
Por eso el asesinato de Colosio significó también la ruptura de un proyecto e inclusive dividió al grupo que se mantuvo unido hasta esa tarde de mala memoria en Tijuana.

Al margen de las investigaciones de la PGR, que son bastante sólidas, la muerte del candidato tuvo un impacto poderoso en las relaciones del propio poder.



DALE CLICK PARA
SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/colosio-ante-el-mastodonte-autoritario/>



PUERTO MADERO

HASTA EN EL ESPEJO SE PELEARÍA

Hasta en el espejo. Se podrá sostener lo que sea, pero el inquilino de Palacio Nacional sigue dando nota en la mañanera.

Ya sea cometiendo yerros, suponiendo complots, corrigiendo datos, incluso oficiales con los “suyos”, hasta amarrar navajas contra todo cuestionamiento.

Si en el palacio ubicado en el primer cuadro de la Ciudad de México, donde decidió instaurar el centro de operaciones de su 4TA transformación, los espejos que son hermosos en esa belleza colonial, deben estar tapados o cubiertos.

Porque sí se logra ver en cuerpo completo o de ovalito, de seguro se pelearía con el mismo.

Si es que escuchara toda la verborrea que se avienta cada mañana principalmente en ese recinto.

Aunque de igual forma lo hace cuando anda de gira.

Las ocurrencias o resbalones de presidentes en México, desde que llegó la democracia y se creó instituciones para apuntalar la misma, claro, no del partido Movimiento de Regeneración Nacional (Morena), sino PRI y PAN han sido cotidianas.

Todas ellas fueron parte de cartones, columnas o noticias políticas, que se ven reflejadas al otro día.

Pero este señor que no se muerde sólo porque no se alcanza, ya rebasó la raya y como él dice: “ya chole”.

Todo lo que tambalea a su gabinete lleno de arribistas o traidores de otros partidos como del Revolucionario Institucional (PRI) o Acción Nacional (PAN), sólo para mencionar unos, los batea o se inventa sus “fantasías animadas” que WB envidiarían.

Sí es descubierto en una

autonomía del Poder Judicial de la Federación (PJF) en la Suprema Corte, Banco de México, Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), entre otras más, donde ha puesto a sus pajes o serán pejes, a saber.

Lo del tren maya, que no discutimos vaya a ser en el futuro un detonante de desarrollo en el sureste mexicano que siempre ha sido olvidado por gobiernos de todas las épocas modernas desde el siglo XX, es uno de sus proyectos torales, pero a qué costo.

Pero eso de acusar a artistas, académicos y ambientalistas con

“ A ESPERAR QUÉ PASA CON LA REFORMA ENERGÉTICA LISTA EN EL CONGRESO.

mentira o media verdad, de inmediato la logística de comunicación, centralizada desde el palaciego recinto, echa a andar todas las formas para suavizar y el Presidente, es abrir otra polémica un día más.

Lo invasión de Rusia a Ucrania, Estados Unidos y el grupo legislativo de apoyo a rusos, la revelación del incremento de la tasa de interés del Banco de México, los opositores al Tren Maya y demás linduras de la política nacional son las evidencias.

Ha invadido de una manera grosera la independencia o

nombre y otros con renombre, sobre lo que ocurre en la península de Yucatán, que se dividió en Yucatán, Campeche y Quintana Roo, por intentos separatistas, se conocían.

Los que tuvimos la oportunidad de radicar y trabajar en Quintana Roo.



DALE CLICK PARA
SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/hasta-en-el-espejo-se-pelearia/>

RUBÉN TORRES



IGLESIA Y SOCIEDAD

LOS OBISPOS CUESTIONAN LA REVOCACIÓN DEL MANDATO

Los obispos cuestionaron al presidente Andrés Manuel López Obrador (AMLO) sobre qué pretende demostrar en la revocación del mandato y ven con temor que se pretenda perpetuar en el poder.

La Conferencia del Episcopado Mexicano (CEM) en su mensaje sobre este proceso no fue contundente, como en el pasado, cuando señaló que es un “pecado social” no participar en elecciones.

En esta ocasión, los obispos invitaron a los fieles a orar “delante de Dios” y así decidir si deben participar o no “en caso de hacerlo en qué sentido deberá emitir su voto”.

El mensaje de la CEM es contrastante, porque mientras deja que Dios aconseje a la grey sobre su participación, firmemente brinda su apoyo al Instituto Nacional Electoral (INE).

En momentos en que hay una plena confrontación de los diputados de Morena con el INE que han propuesto juicio político para su consejero presidente Lorenzo Córdova y al consejero Ciro Murayama.

Las manifestaciones de apoyo al INE también se dieron en lo particular.

El obispo Hilario González García de Saltillo llamó a no dejar morir sólo al Instituto y en la medida de lo posible apoyarlo.

Tras señalar que no ha tomado una decisión sobre participar en la revocación del mandato, mencionó que algunos ciudadanos no ven la necesidad de esta consulta.

A su vez, el obispo Salvador Rangel de Chilpancingo, afirmó: “Es una consulta pagada y propiciada por el Gobierno que no es otra cosa que un golpe de estado democrático”.

En entrevista con el periódico Reforma, el obispo manifestó su

Los que más promueven esta votación, ¿sólo anhelan una ratificación de lo que están tratando de hacer para lo que llaman una transformación del país?

¿Se quieren demostrar a sí mismos, y al resto de la opinión pública, que el pueblo les apoya mayoritariamente, para seguir por el mismo rumbo, sin cambiar para nada sus estrategias?

¿Están tan seguros de que todo lo que hacen está muy bien hecho, y de que el pueblo quiere que así sigan?

¿Están tan seguros de que la mayoría les va a apoyar? ¿Cuáles son esas mayorías? ¿Las que reciben dádivas y apoyos que el

“ESTÁ EN RIESGO LA POLÍTICA ELECTORAL, SE PRETENDE DISMINUIR, DESMANTELAR Y DESAPARECER AL INSTITUTO”.

temor:

“... de que cuando cumplan los seis años (AMLO) va decir lo mismo haciendo otra consulta.

”Y el peligro que yo veo es de que se vaya a perpetuar en el poder, aunque él ha dicho que no oficialmente».

Otro jerarca católico crítico, el cardenal Felipe Arizmendi mencionó que llama la atención en este proceso que “quienes más promueven que se participe son quienes están en el poder, empezando por el Jefe Supremo”.

Aseguró que ahí entran las suspicacias y lanzo preguntas:

gobierno les da?

Al actual gobierno, ¿sinceramente le interesan los pobres, o sólo estos votos cautivos e interesados?



SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/los-obispos-cuestionan-la-revocacion-del-mandato/>

E

UGENIA JIMÉNEZ

SALUD Y BIENESTAR



LOS ALIMENTOS CONTRA LA DEPRESIÓN

Los alimentos contra la depresión son muy variados y tienen un efecto positivo en las personas.

Una manera de prevenir las enfermedades es la alimentación sana.

Hoy platicaremos de los que sirven para prevenir y curar la depresión.

En primer lugar hay que destacar que tiene mejor resultado si son alimentos preparados en casa.

Incluso se ha comprobado que la comida casera tiene un índice más bajo de calorías.

Hay cinco alimentos económicos que se valoran poco.

Se trata de los caldos realizados con huesos, vegetales y germinados cultivados en casa, salmón de Alaska enlatado, alimentos fermentados y huevos de gallinas criadas con pastura.

El caldo de huesos hecho en casa acelera la curación y recuperación de una enfermedad por su contenido vitamínico y de minerales que fortalecen el sistema inmunológico.

En un análisis de alimentos de la Clasificación de Alimentos Antidepresivos (AFS, por sus siglas en inglés) se encontraron alimentos valiosos para combatir esta enfermedad.

Tres alimentos son de origen animal y cuatro de origen vegetal.

La lista completa de alimentos antidepresivos está encabezada por el berro con un puntaje del 127 %, mientras que el alimento más alto de origen animal son las ostras con el 56 %

“Entre las personas de 15 a 44 años, las afecciones mentales, incluyendo la depresión, son la principal causa de discapacidad en todo el mundo, por lo que ver a los alimentos como una opción de tratamiento se considera imprescindible para las personas que luchan con estos problemas”, indica el estudio.

En septiembre de 2018, se reportaron los resultados de un estudio centrado en encontrar los mejores alimentos para ayudar a combatir la depresión.

La doctora Laura R. LaChance, junto con un equipo de la Universidad de Toronto, y Drew Ramsey, del departamento de psiquiatría de la Facultad de Médicos y Cirujanos de la Universidad de Columbia, abordaron esta iniciativa.

Los mejores nutrientes para combatir la depresión según el estudio citado son los siguientes:

Formato, Hierro, Ácidos grasos omega-3 de cadena larga (EPA y DHA), Magnesio, Potasio, Selenio, Tiamina, Vitamina A, Vitamina B6, Vitamina B12, Vitamina C y Zinc.

Estos alimentos se encuentran en la dieta mediterránea que considera el consumo de pescado y una variedad de vegetales y aceite de oliva.

Es importante considerar que la dieta debe ser balanceada y si es realizada en casa se evitan alimentos procesados.

Reducir el consumo de alimentos procesados y alcohol son factores indispensables para frenar la depresión.

«La evidencia de que la nutrición es un factor crucial en la alta prevalencia e incidencia de trastornos mentales sugiere que la alimentación es tan importante para la psiquiatría como lo es para la cardiología.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/los-alimentos-contrala-depresion/>

PATRICIA CHICO ALDAMA



SERGIO AGUAYO

Académico y analista. Nació en Jalisco y creció en Guadalajara. En 1971 llegó a la Ciudad de México a estudiar la licenciatura en Relaciones Internacionales en El Colegio de México. Realizó la Maestría (1971), doctorado y post-doctorado (1977-1984) en la Universidad Johns Hopkins. Desde 1977 es profesor investigador del Centro de Estudios Internacionales de El Colegio de México y tiene el Nivel III en el Sistema de Investigadores. Actualmente coordina el Seminario sobre Violencia y Paz en esa institución.

El enfrentamiento entre Alejandro Gertz Manero y Julio Scherer Ibarra conduce al choque entre el poder político y algunos medios de comunicación.

La atención se ha centrado en el texto de Julio Scherer Ibarra publicado por Proceso.

Es igualmente importante la crónica publicada por su actual director Jorge Carrasco (“La génesis del conflicto”) donde relata un encuentro que presenció en octubre de 2021 en el cual participaron el fiscal y el exconsejero.

El hilo conductor de la crónica de Carrasco son las cuatro quejas del fiscal por cuatro textos de Proceso.

Le disgustaron el reportaje de Juan Omar Fierro sobre la ofensiva empresarial de Gertz contra la Universidad de las Américas Puebla.

La investigación de Neldy San Martín sobre una residencia que Gertz cobró a la Universidad de las Américas y se olvidó de incluir en su declaración patrimonial.

Las columnas de Ricardo Raphael (“está chingue y

chingue”) sobre el caso de su hermano.

Y el reportaje de Jesús Esquivel sobre su papel en el caso del general Cienfuegos (“una infamia, una completa mentira”).

La retahíla de agravios culmina en un exabrupto del fiscal: “¡Ustedes me han maltratado y no se vale! ¡Ya es demasiado! —dijo— A usted, don Julio, le digo: usted puede tener un fiscal amigo o un fiscal enemigo”.

El director de Proceso clava dos frases cruciales posicionando a la revista: “la familia Scherer no interviene en la línea editorial del semanario” porque, añade, “yo soy el responsable”.

Si insertamos las palabras del fiscal en uno de los ejes monotemáticos de las mañaneras, se confirma que hay políticos empeñados en seguir negando autonomía a los periodistas; los consideran parte de la telaraña de intrigas en la cual viven.

Es indudable que una parte de la prensa mexicana es corrupta y se vende al mejor postor, pero hay una franja de



Una señal de madurez sería que asumieran las consecuencias de sus actos y dejaran de culpar a quienes solo cumplen con su deber.

PODER Y MEDIOS



independencia crítica que se niegan a reconocer.

El menosprecio a los medios independientes es añejo.

Los vencedores de la Revolución, Álvaro Obregón y Plutarco Elías Calles, se empeñaron en corromperlos, domarlos o aplastarlos.

De los 550 periódicos que existían en 1921, al menos los 50 afiliados a la Prensa Asociada de los Estados tenían vocación de independencia.

Sobrevivieron a los embates autoritarios porque sus fundadores tenían la legitimidad de haber participado en la lucha contra las dictaduras; eran parte de la Familia revolucionaria.

Nuestra historia se ha nutrido

desde entonces con el trabajo de El Universal, Reforma, La Jornada, Aristegui Noticias, Proceso, Ríodoce, AM de León y un larguísimo etcétera.

Independientemente de la orientación de cada uno, sobreviven porque hay audiencias que los consideran útiles por la información que presentan.

Hay un público deseoso de saber lo que pasa en los corredores de poder de la Cuarta Transformación y hay un buen número de medios y columnistas cumpliendo con esa tarea.

Con ello regreso a la crónica de Carrasco y a la montaña de información sobre el fiscal y el

ex consejero jurídico.

Hay evidencia de que el primero ha utilizado el cargo para venganzas y negocios personales: procede su renuncia o su despido.

Hay también indicios de que el exconsejero utilizó su poder para hacer negocios muy redituables; como él ya dejó el cargo, lo lógico sería que, además de publicar una carta en una revista cercana, concediera una conferencia de prensa.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/poder-y-medios/>

CRÍMENES DE GUERRA



La invasión militar de Ucrania por parte de Rusia representa el clásico ejemplo de una guerra de agresión.

El incesante bombardeo ordenado por Vladimir Putin sobre ciudades inermes incrementa diariamente el número de víctimas civiles, a lo que se suman las ejecuciones sumarias, el maltrato y la deportación a regiones inhóspitas.

Los ataques alcanzan campos de refugiados, hospitales, plantas potabilizadoras de agua, de generación eléctrica, comedores populares y escuelas, todo ello teniendo como testigos a los medios de

comunicación internacionales.

La de Rusia no es una guerra defensiva sino una guerra de conquista y opresión.

Esta “operación especial” como la denomina el régimen moscovita asemeja a las matanzas en Camboya, Bangladesh y Gaza, a las limpiezas étnicas en Bosnia y Kosovo, en Ruanda, Sudán, Sierra Leona, el Congo, Liberia y Timor Oriental.

De acuerdo con la Convención de Ginebra, un crimen de guerra representa una violación de las protecciones establecidas para las personas por los tratados internacionales, las leyes y las costumbres de la guerra.

Son infracciones graves al

derecho internacional de los derechos humanos

La Corte Penal Internacional nace de las terribles experiencias del siglo XX como el holocausto nazi y el gulag estalinista.

Así como las dictaduras salvajes de América Latina, África y Asia, los diferentes “apartheid”.

Y limpiezas étnicas, así como otros genocidios en la antigua Yugoslavia, Ruanda y Chechenia.

Con la adopción del Estatuto de Roma en 1998 se creó una instancia jurisdiccional para los delitos de genocidio.

Además de los crímenes de lesa humanidad, crímenes de guerra y crímenes de agresión.



La única forma de neutralizar la agresión rusa es con una acción militar internacional que detenga los crímenes de guerra.



ISIDRO H. CISNEROS

Doctor en Ciencia de la Política por la Universidad de Florencia, Italia. Licenciado en Sociología por la Universidad Nacional Autónoma de México. Licenciado en Derecho por la Universidad La Salle del Pedregal. Fue diputado de la Asamblea Constituyente de la CDMX.

Es un tribunal de justicia internacional permanente cuya misión es procesar a los responsables de esos crímenes en cuatro situaciones:

Si el delito se comete en territorio de un Estado signatario del Estatuto de Roma;

En caso de que el delito sea cometido por un nacional de un Estado parte;

Si el Consejo de Seguridad de la ONU comunica a la Corte sobre una situación de quebrantamiento de la paz y la seguridad internacionales.

Y cuando un Estado que no ha ratificado el Estatuto acepta la competencia de la Corte.

El debate sobre la necesidad de un sistema de represión de los delitos contra la humanidad solo podía iniciar después de la afirmación del principio de la criminalidad colectiva de los estados.

Es decir, del Estado como sujeto de infracción por actos ilícitos que pueda cometer en sus relaciones con otros estados.

Actualmente la Corte tiene 139 países firmantes y 122 han

ratificado.

Aún no la suscriben Estados Unidos, Rusia, China e Israel.

Aunque se considera que los estados, al ser soberanos, no están subordinados a ningún orden y por lo tanto, no rinden cuentas, éstos no pueden ignorar las reglas del Derecho.

Cuando surge la criminalidad en amplia escala por ordenes o con la anuencia de autoridades políticas o militares, aparece según el intelectual francés Yves Terson, la noción de Estado Criminal.

Este se enfrenta a la necesidad de matar para sobrevivir, y prepara a sus ciudadanos mediante la propagación del odio y el miedo.

Por su parte, el filósofo norteamericano Michael Walzer sostiene que a veces, la guerra es justificable y la forma en que se desarrolla estará siempre sujeta a una crítica moral.



DALE CLICK PARA SEGUIR LEYENDO

<https://capital-cdmx.org/la-diplomacia-del-populismo/>

REPORTAJE GRÁFICO

PROTESTAS CONTRA DESARROLLO INMOBILIARIO DE SHEINBAUM

Vecinos de la colonia Roma se manifestaron en la esquina de las avenidas Yucatán y San Luis Potosí en contra de los proyectos inmobiliarios que elitizan a la colonia y afectan la calidad de vida de los residentes.

De igual manera, denunciaron que a través de contratos ilícitos y corrupción se sigue permitiendo la construcción de diferentes residencias a pesar de que la colonia Roma es una zona de alto riesgo ante la actividad sísmica.

Aseguraron que la falta de límites al desarrollo inmobiliario ha creado un problema grave de falta de agua y de contaminación por el ruido que ocasionan las construcciones.



OBTURADOR MX

<http://cdmx.obturador.com.mx>



FOTOGRAFÍA
Obturador MX
<http://cdmx.obturador.com.mx>



RAFÍAS:
MX
cdmx.obturador.com.mx

NUEVA REALIDAD, NUEVAS MANERAS DE INFORMAR

CAPITAL
CDIMX

PERIODISMO SIN FINES DE LUCRO



**¡SUSCRÍBETE!
BENEFICIOS
ESPECIALES
PARA TI.**



www.capital-cdmx.org