

LOCAL

Anuncian la XIV Carrera Nissan SADO Oriente

• ESPERAN MÁS DE 1,500 CORREDORES QUIENES PODRÁN PARTICIPAR Y GANAR UN AUTO

Pase a la Pág. 3



Con fraternidad y tradición, antorchistas

Celebran exitosamente la Feria Huitzilan de Serdán 2026

• EL MOVIMIENTO ANTORCHISTA DESTACA ESTA FERIA COMO PARTE DE UN MUNICIPIO QUE RESCATA CULTURAL Y UNIDAD ENTRE PUEBLOS

Pase a la Pág. 4



REGIONAL

¡Chignautla cuna del Xole!

• La feria del Xole celebra su octava edición en Chignautla con tres días de tradición, sabor y cultura
• El evento, que se realizará del 4 al 6 de septiembre, busca consolidar la identidad de la región a través de su bebida ancestral

Pase a la Pág. 7



POR: LILIANA LARA
TEZIUTLÁN, PUE.-

Con reconocimiento, cariño y gratitud hacia quienes han dejado huella en la historia y en el corazón de las familias teziutecas, el Gobierno Municipal que encabeza la presidenta Karla Martínez Gallegos prepara una semana llena de alegría, convivencia y momentos especiales para celebrar a las abuelitas y abuelitos de Teziutlán.

Como parte de estas actividades, este miércoles 19 de agosto se llevó a cabo el desfile de presentación de la Reina Alma y el Rey Guillermo, acompañados por sus princesas Karina y Angélica, quienes representan con orgullo y entusiasmo a la Casa del Abue.

Los festejos continuarán del 24 al 29 de agosto con un programa pensado especialmente para reconocer la experiencia, sabiduría y cariño de las personas adultas mayores.

El lunes 24 de agosto, a las 10:00 horas, en las instalaciones de la Casa del Abue, la presidenta municipal Karla Martínez Gallegos encabezará el inicio oficial de las celebraciones. Posteriormente, a las 12:00 horas, en el Tea-

Con cariño y alegría celebran la Semana del Abue

• EL GOBIERNO MUNICIPAL PREPARA UNA SEMANA LLENA DE ALEGRÍA, CONVIVENCIA Y MOMENTOS ESPECIALES



tro Victoria, se realizará la gran Coronación de Alma y Guillermo como Reina y Rey 2026, acompañados por sus princesas Karina y Angélica.

El programa continuará el martes 25, con una conferencia sobre Tanatología, impartida por Martha Díaz, en las instalaciones de la Casa del Abue, brindando a las y los asistentes un espacio de aprendizaje y reflexión.

El miércoles 26, a las 11:00 horas en el Teatro Victoria,

se presentará “A Través del Tiempo”, un espectáculo que recorrerá diferentes épocas mediante la música y el baile, bajo la dirección del profesor Andrés Martínez.

Para el jueves 27, a las 11:00 horas, se realizará la emotiva actividad “Apadrina un Abue”, en la Casa del Abue, promoviendo la convivencia y los vínculos de afecto con las personas adultas mayores.

El viernes 28, a las 11:00 horas, las abuelitas y abuelitos

participarán en una Misa de Acción de Gracias en la Santa Iglesia Catedral, para posteriormente compartir un convivio en sus instalaciones.

Finalmente, el sábado 29 de agosto, los festejos concluirán con una Cena Baile en la Casa de la Cultura, donde las y los adultos mayores podrán disfrutar de una noche de música, baile y convivencia.

Con estas actividades, el Gobierno Municipal de

Teziutlán refrenda su compromiso de construir una sociedad más incluyente, donde las personas adultas mayores sean reconocidas, escuchadas y celebradas.

Porque cada historia compartida, cada consejo y cada recuerdo forman parte de la identidad de Teziutlán. Celebrar a nuestros abuelitos es celebrar nuestras raíces y reconocer a quienes han ayudado a construir la historia que hoy nos llena de orgullo.



Anuncian la XIV Carrera Nissan SADO Oriente

* ESPERAN MÁS DE 1,500 CORREDORES QUIENES PODRÁN PARTICIPAR Y GANAR UN AUTO

TEZIUTLÁN, PUE.-

Grupo SADO Oriente presentaron oficialmente la décimo cuarta edición de la Carrera Nissan Sado, evento que ya se ha convertido en una tradición y en un sello característico de la empresa, y que este año tendrá como sede la ciudad de Chignautla.

En rueda de prensa, el licenciado Rafael Castro, informó que la justa deportiva se llevará a cabo el próximo domingo 25 de octubre a las 8:00 horas, con salida y meta en el centro de la ciudad.

Destacó que la carrera nació hace 14 años como una actividad de integración para los colaboradores de la empresa, y que hoy se ha consolidado como el evento deportivo más importante de la región serrano-costeña. Tan solo el año pasado reunió a más de mil 500 participantes provenientes de Puebla, Veracruz, Estado de México y otros estados del país.



Apuesta por la movilidad eléctrica

Para esta decimocuarta edición, el concepto central será la movilidad eléctrica, en referencia a la tecnología e-POWER de Nissan, que marca la tendencia de la industria automotriz a nivel mundial y que la marca estará impulsando en los próximos meses.

Tres rutas para todo público

La competencia contempla tres modalidades:

- 2 kilómetros familiar, ideal



para realizar en familia y que tradicionalmente es la más concurrida.

- 5 kilómetros libre, con un

trazo sencillo pero con pendientes pronunciadas que exigen preparación.

- 15 kilómetros trail, la prueba más retadora, que combina pavimento, terracería, lodo y ascensos pronunciados.

Los organizadores subrayaron que mantendrán costos de inscripción accesibles, por debajo del promedio de carreras similares en la región, y que todos los participantes recibirán medalla conmemorativa.

Operativo de seguridad

Para su realización, se contará con el respaldo del Ayuntamiento de Chignautla, Policía Municipal, Protección Civil, Seguridad Vial, así como de instituciones como la Escuela Normal Carmen Serdán, la Asociación de Profesores de Educación Física, Cruz Ámbar, Escuela de Enfermería, Universidad de América Latina, Clínica Steinbroth y Fitness Club Mabel, encargados de la logística y la atención médica.

Finalmente, exhortaron a los corredores a realizar su inscripción con tiempo, pues en ediciones anteriores el cupo se agotó y varios interesados se quedaron fuera.

Resultados al

600G%

para Transformar en Grande

“Proteger a las mujeres también es **construir justicia**”

GOBIERNO DEL ESTADO
2024 - 2030

24 CASAS CARMEN SERDÁN

210,099 ATENCIONES

A photograph of a woman in a black shirt making a heart shape with her hands. In the background is a large building with a curved roof, identified as Casa Carmen Serdán. The building has signs for 'Seguridad' and 'Agricultura y Desarrollo Rural'.

Con fraternidad y tradición, antorchistas

Celebran exitosamente la Feria Huitzilan de Serdán 2026

• EL MOVIMIENTO ANTORCHISTA DESTACA ESTA FERIA COMO PARTE DE UN MUNICIPIO QUE RESCATA CULTURAL Y UNIDAD ENTRE PUEBLOS

POR: LYDIA MOLINA
HUITZILAN DE SERDÁN, PUE.-

Con gran emoción y espíritu de fraternidad, el Movimiento Antorchista celebra la Feria Huitzilan de Serdán 2026, una fiesta patronal que del 9 al 15 de agosto se ha convertido en símbolo de cultura, tradición y organización popular. Autoridades antorchistas señalaron que esta feria es una forma de estrechar los lazos de fraternidad entre los pueblos, de fomentar el intercambio cultural y de rescatar las tradiciones que por años han pasado de generación en generación, principios que impulsa el Movimiento Antorchista en la región. En este marco, agradecieron el acompañamiento y respaldo de los compañeros de Huitzilan, de Tecomatlán,



del presidente anfitrión Josué Elías Velázquez Bonilla y de la Dra. Soraya Córdova Morán, líder estatal de Antorcha en el estado, quienes dieron realce a la feria patronal. A lo largo de 42 años, Antorcha —que es el pueblo organizado en Huitzilan—, ha

logrado un cambio impresionante en el aspecto material, que se ve reflejado en el florecimiento de sus tradiciones, en la alegría de su gente y en el éxito de sus eventos, que son resultado de la confianza al trabajo del pueblo organizado. Córdova Morán aseguró

que la lucha y el trabajo arduo de los huitziltecos ha logrado la unidad: “para que nos den una obra tenemos que luchar, tenemos que demostrar nuestra unidad, nuestras ganas de salir adelante. Nosotros lo hemos demostrado y aquí están los resultados de Huitzilan de Serdán”.

“Es una fiesta religiosa, la gente cultiva sus tradiciones religiosas; pero también cultiva sus tradiciones. Huitzilan es un pueblo artístico, hace cosas maravillosas y lo hace también por el trabajo organizado que ha venido realizando durante años”, enfatizó.





Las Guerreras del K-pop, un show infantil interactivo y musical que encantó a todos los peques de Huitzilan y municipios vecinos.



Córdova Morán dijo que desde el 2017, Huitzilan ha tenido problemas fuertes: asesinato de un alcalde, agresiones físicas, linchamiento mediático, la intromisión con los programas sociales, lo que ha dificultado el trabajo; sin embargo, la persistencia, la buena dirección y el trabajo de las administraciones antorchistas han logrado vencer muchas barreras. “Pero aquí estamos. Antorcha está más viva que nunca, está más alegre, más unida que nunca y más convencida de que la única forma de que los pueblos pueden prosperar es así, trabajando organizadamente y conscientes de lo que quieren”, manifestó.

Bajo el lema “Cultura y Tradición”, la Feria Huitzilan de Serdán 2026, organizada por el ayuntamiento antorchista, reafirma el compromiso del Movimiento Antorchista por preservar la identidad, fortalecer la unidad del pueblo trabajador y mantener vivas las costumbres de Huitzilan.



Condecora Congreso de Puebla a artesana de Zacapoaxtla

• POR SU DESTACADA TRAYECTORIA EN LA PRESERVACIÓN CULTURAL

ZACAPOAXTLA, PUE.-

El Congreso del Estado de Puebla condecoró este 19 de agosto a la emprendedora y artesana zacapoaxteca Clemencia Lillo Esquivel, en la categoría de Arte Popular y Patrimonio, bajo el expediente oficial 26GMQLAC25, por su destacada trayectoria en la preservación cultural.

El reconocimiento fue celebrado por el Presidente Municipal, Margarito Rojas Parra, y por el personal del Ayuntamiento de Zacapoaxtla, quienes expresaron una amplia felicitación a la artesana por poner en alto el nombre del municipio.

De acuerdo con el dictamen legislativo, los méritos que le valieron la distinción son: Legado Familiar, por la preservación de técnicas y saberes artesanales heredados de una tradición familiar viva por cuatro generaciones. Gestión de Identidad, por la promoción de procesos e ingredientes tradicionales de Zacapoaxtla para proteger la memoria regional. Desarrollo Comunitario, por impulsar y abrir nuevos escaparates comerciales para productores locales y colectivos de la región.

Con este galardón, Lillo Esquivel se consolida como una de las principales promotoras del arte popular y del patrimonio cultural de la Sierra Nororiental, cuyo trabajo ha permitido preservar y difundir la identidad zacapoaxteca.



PROGRAMA OFICIAL

FERIA JALACINGO 2026

6 AGOSTO

GRAN BAILE CON SONIDO FAMOSO

(ATRIUM DE LA IGLESIA) - 7:00 PM

EVENTO GRATUITO

17 AGOSTO

ENCUENTRO DE DANZAS AUTOCTONAS

(ATRIUM DE LA IGLESIA) - 4:00 PM

EVENTO GRATUITO

19 AGOSTO

PRIMER GRAN TORNEO DE AJEDREZ

AUDITORIO MUNICIPAL - 10:00 AM

EVENTO GRATUITO

20 AGOSTO

PRIMER GRUPO DE PUÑOS DE ORO

AUDITORIO MUNICIPAL - 7:00 PM

EVENTO GRATUITO

21 AGOSTO

PRIMER GRAN BAILE DE FERIA GRUPO QUINTANA

TEATRO DEL PUEBLO - 9:00 PM

EVENTO GRATUITO

22 AGOSTO

GRAN PARTIDO DE LUCHA LIBRE DE FUTURO LEYENDAS AMERICA VS JALACINGO

ESTADIO MUNICIPAL - 2:00 PM

ENTRADA GENERAL \$10.00

22 AGOSTO

TORNEO RELAMPAGO DE FERIA FUTBOL SALA

AUDITORIO MUNICIPAL - 8:00 PM

EVENTO GRATUITO

22 AGOSTO

CINCUETO DE RODEO SALTOS DE GLORIA CON EL PODER DEL NORTE

TEATRO DEL PUEBLO - 10:00 AM

VENTA DE BOLETOS BAJOS DEL PALACIO MUNICIPAL

23 AGOSTO

RODADA EN EL ARENALITO

INICIO DE RUTA ESTADIO MUNICIPAL - 8:00 AM

EVENTO GRATUITO

23 AGOSTO

TORNEO DE RAYUELA

PISTA DEL ESTADIO MUNICIPAL - 2:00 PM

EVENTO GRATUITO

23 AGOSTO

TORNEO DE BASQUETBOL

AUDITORIO MUNICIPAL - 10:00 AM

EVENTO GRATUITO

23 AGOSTO

PLATANITO SHOW

TEATRO DEL PUEBLO - 9:00 PM

EVENTO GRATUITO

24 AGOSTO

BAILE CON LOS BYBYS

TEATRO DEL PUEBLO - 9:00 PM

EVENTO GRATUITO

25 AGOSTO

ENCUENTRO DE RONDALLAS

TEATRO DEL PUEBLO 6:00 PM

EVENTO GRATUITO

26 AGOSTO

TRIBUTA A BELY Y BETO

TEATRO DEL PUEBLO 6:00 PM

EVENTO GRATUITO

28 AGOSTO

CONCIERTO DEL MILLONARIO

ESTADIO MUNICIPAL - 8:00 PM

EVENTO GRATUITO

29 AGOSTO

TORNEO DE VOLEIBOL

AUDITORIO MUNICIPAL - 4:00 PM

EVENTO GRATUITO

29 AGOSTO

BAILE DE FERIA 2026 CALIBRE 50 / EDWIN LUNA

ESTADIO MUNICIPAL - 9:00 PM

VENTA DE BOLETOS BAJOS DEL PALACIO MUNICIPAL

30 AGOSTO

CABALGATA 2026

INICIO PRIMARIA JUSTO SIERRA 9:00AM

30 AGOSTO

BAILE CIERRE DE FERIA ALAMENDOS DE LA SIERRA Y GRUPO GALOPE

ESTADIO MUNICIPAL - 9:00 PM

ENTRADA CON DOS PRODUCTOS PERECEDEROS

DEL 17 AL 30 DE AGOSTO

JALACINGO

¡ESTÁ DE MODA!

JALACINGO

GOBIERNO MUNICIPAL 2026-2029

Hagamos que lo bueno suceda

DIF JALACINGO

ADMINISTRACIÓN 2026-2029



¡Chignautla cuna del Xole!

• LA FERIA DEL XOLE CELEBRA SU OCTAVA EDICIÓN EN CHIGNAUTLA CON TRES DÍAS DE TRADICIÓN, SABOR Y CULTURA
• EL EVENTO, QUE SE REALIZARÁ DEL 4 AL 6 DE SEPTIEMBRE, BUSCA CONSOLIDAR LA IDENTIDAD DE LA REGIÓN A TRAVÉS DE SU BEBIDA ANCESTRAL

POR: LYDIA MOLINA
CHIGNAUTLA, PUE.-

El Xole, una bebida ancestral hecha a base de maíz quemado, cacao, panela y canela, no solo es un sello de identidad para Chignautla, sino también el motor de una fiesta que en su octava edición promete reunir a familias enteras. La Feria del Xole, que se llevará a cabo los días viernes 4, sábado 5 y domingo 6 de septiembre, se ha convertido en un escaparate de usos y costumbres que trasciende lo gastronómico para abrazar lo artístico, lo deportivo y lo turístico.

A esta presentación asistieron Joel Rodrigo Cabrera coordinador general de la Feria del Xole; Angélica Cesena Juárez parte del comité organizador; Katia Perfecto, Miss Turismo Puebla 2026; Luis Rodrigo Rodríguez, Secretario General y la cocinera tradicional Viridiana Bautista Martínez, quien realizó la explicación de cómo se realiza la preparación del Xole, quien se llevó esta rueda de prensa



al mostrar con lujo de detalle como moler, mezclar y cocinar la riquísima bebida.

Con el respaldo del presidente municipal Juan Toral y el Ayuntamiento, se presentó un programa que arrancará el viernes a las 15:00 horas con un foro artístico de talentos locales y regionales, y que cerrará la noche con la tradicional quema de toritos pirotécnicos, uno de los espectáculos más esperados por los asistentes.

El sábado será el día más

nutrido en actividades: desde un torneo de básquetbol infantil y cuadrangulares varonil y femenino, hasta la puesta en marcha de la “Experiencia del Xole”, un recorrido vivencial que se extenderá hasta el domingo y en el que comunidades enteras explicarán el origen, los ingredientes y el proceso de preparación de esta bebida única. Ese mismo día, el Auditorio Municipal albergará una exposición artesanal, mientras que en la explanada del Parque Municipal se montará una muestra gastronómica con expositores provenientes no solo de Chignautla, sino también de Teziutlán, Atempan, Teteles, Tlatlauquitepec, Xiutetelco, Puebla capital, Tlaxcala y Veracruz. El foro artístico se extenderá desde las 14:00 horas hasta la medianoche, con más de 40 invitados entre bailarines folclóricos y cantantes.

El domingo, los madrugadores podrán participar en el ascenso a la cima del Cerro de Chignautla para recibir el amanecer, así como en un trotte matutino de 7 kilómetros, running y senderismo. Durante el día, continuará la Experiencia del Xole y se llevará a cabo un mural comunitario en la localidad de Coahuixco, inspirado en el tradicional encuentro de danzas entre Chignautla y Atempan, como un guiño a la memoria colectiva de la región.

En esta edición, cinco comités comunitarios —de la Colonia Azteca, Tezotepec, la parroquia y otras localidades— serán los encargados de elaborar la bebida estrella, lo

que garantiza que cada sorbo conserve la autenticidad de las manos que la preparan, del cual se pide a todos los asistentes que lleven su taza o vaso para apoyar al medio ambiente.

Los organizadores destacaron que la feria no solo es un espacio de esparcimiento, sino un motor económico que beneficia a transportistas, comerciantes, hoteleros y restauranteros. “El maíz quemado, el cacao, la panela y la canela le dan vida a la bebida, pero son los comerciantes, las autoridades y la sociedad civil quienes le dan identidad a la feria”, señaló el comité.

La invitación está abierta a todas las familias de Chignautla y municipios vecinos. Para conocer más detalles, los interesados pueden seguir las redes sociales oficiales: Feria del Xole de Chignautla en Facebook, Instagram y TikTok.

La cita es imperdible para quienes deseen saborear la tradición en cada taza de esta bebida ancestral, en el mejor lugar: ¡Chignautla cuna del Xole!.



GOBIERNO ESTATAL

Transforma parques estatales en espacios vivos

- BUAP PARTICIPA CON INVESTIGACIÓN Y BRIGADAS MULTIDISCIPLINARIAS PARA FORTALECER LA PLANEACIÓN Y APROVECHAMIENTO DE LOS ESPACIOS PÚBLICOS.
- RUTA DE LOS VOLCANES, ECOPARQUES Y ASTROPARQUE AMPLIARÁN LA OFERTA TURÍSTICA, CIENTÍFICA, AMBIENTAL Y RECREATIVA DE PUEBLA.

PUEBLA, PUE.-

El 170 luminarias y 239 cámaras de videovigilancia serán instaladas en los 18 parques estatales de Puebla, como parte de una estrategia integral para fortalecer la seguridad y ampliar el aprovechamiento de estos espacios públicos, informó el gobernador Alejandro Armenta Mier al presentar “Regálale vida a tus días” y encabezar la entrega de uniformes al personal de Convenciones y Parques.



La directora de Convenciones y Parques, Michelle Talavera, explicó que la estrategia contempla cuatro ejes: estudio científico y ciudadano, capacitación del personal, activación de los parques y ejecución de proyectos estratégicos. En colaboración con la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP), 25 brigadistas de ocho áreas del conocimiento realizaron 137 entrevistas a

usuarios del Ecoparque Metropolitano y Parque Mirador Atoyac para identificar necesidades y convertirlas en acciones de mejora. La iniciativa suma ya a más de 2 mil 500 personas usuarias.

Como parte de la dignificación laboral, se entregaron 505 juegos de uniformes a personal operativo y administrativo de 12 áreas, luego de más de 10 años sin recibir este equipamiento. Armenta Mier destacó que la medida forma parte de una política de cuidado y reconocimiento a quienes diariamente mantienen en funcionamiento los parques, y anunció que la próxima semana iniciará la rehabilitación de la pista de tartán afectada por un socavón. También se informó que los espacios de renta pasaron de 53 en 2025 a 65 actualmente, un incremento de 22.6 por ciento.

La estrategia cuenta con la participación de la rectora de la BUAP, Lilia Cedillo Ramírez, la secretaria de Turismo, Carla López-Malo, el secretario de Gobernación, Samuel Aguilar Pala, y el director del Colegio de Puebla, Alberto Jiménez Merino. El gobernador señaló que esta vinculación permitirá impulsar proyectos como la Ruta de los Volcanes,

los ecoparques de La Malinche e Iztaccíhuatl y el Astroparque de la Sierra Negra, en coordinación con instituciones federales y bajo la normatividad ambiental correspondiente. Asimismo, resaltó el fortalecimiento de la conectividad aérea de Puebla, con 18 vuelos nacionales y cuatro internacionales desde el Aeropuerto Internacional Hermanos Serdán.

Lilia Cedillo Ramírez reconoció que los parques representan espacios fundamentales para la convivencia familiar, la activación física, el bienestar emocional, el turismo y la conservación de la naturaleza, por lo que refrendó la disposición de la BUAP para colaborar con el Gobierno del Estado. Durante el encuentro también se reconoció a aliados de “Regálale vida a tus días” y se entregaron uniformes a representantes de distintas áreas de Convenciones y Parques, como Jardinería, Cocina, Mantenimiento, Estacionamiento, Operación y Montaje y Área Eléctrica.

El Gobierno del Estado refrenda su compromiso de recuperar espacios públicos para convertirlos en lugares más seguros, dignos y accesibles para las familias. Claudia, del área de Control y Seguimiento, destacó que la estrategia impulsa actividades deportivas, culturales y sociales, Salma agradeció el reconocimiento y la oportunidad de contribuir al bienestar de Puebla, Angela Chesenía Ruiz del Sol celebró la entrega de uniformes y el respaldo laboral, Montserrat Cholula Méndez señaló que el nuevo equipamiento facilita su trabajo y permite identificarse durante sus labores, Andrés Saucedo Rojas y Abraham Sánchez reconocieron el apoyo recibido y coincidieron en que los uniformes fortalecen sus condiciones para desempeñar sus actividades.





Llantas Cabrera
LAS MEJORES MARCAS

En la compra de 4 llantas
Instalación, Alineación, Balanceo y Nitrógeno
SIN COSTO

SERVICIOS

- Alineación por computadora
- Balanceo
- Nitrógeno
- Frenos
- Suspensiones
- Rectificado de discos y tambores
- Reparación de llantas
- Renovado de llantas



Aceptamos tarjetas de débito, crédito





Miguel Hidalgo No.405,
Col. El Progreso,
San Juan Xiutetelco, Pue

Contactanos

 **231 116 22 61**

GOBIERNO ESTATAL

Encabeza transformación histórica de caminos y vialidades

- LA ESTRATEGIA OPERA 13 TRENES DE PAVIMENTACIÓN Y 14 MÓDULOS DE MAQUINARIA DE TERRACERÍA EN TERRITORIO POBLANO.
- EN 2026 SE PROYECTA INTERVENIR 100 VIALIDADES CON 412 KILÓMETROS DE TRABAJOS, EN COORDINACIÓN CON PEMEX Y LOS AYUNTAMIENTOS.

CIUDAD DE MÉXICO.-

Con 13 trenes de pavimentación y 14 módulos de maquinaria de terracería, el Gobierno del Estado fortalece la infraestructura carretera, urbana y productiva de Puebla, como parte de una estrategia de atención directa a las necesidades de la población, afirmó el gobernador Alejandro Armenta Mier en conferencia de prensa desde la capital del país. Destacó que la coordinación entre los gobiernos federal, estatal y municipal permite atender con mayor eficacia las necesidades de infraestructura, bienestar y desarrollo, en congruencia con las directrices de la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo y el Plan Nacional de Desarrollo.

El secretario de Infraestructura, José Manuel Contreras de los Santos, informó que durante 2025 los módulos de pavimentación permitieron concluir 146 kilómetros, equivalentes a 5 mil calles, además de 26 vialidades urbanas y cinco carreteras. Para 2026 se contempla intervenir 100 vialidades, equivalentes a 412 kilómetros, en 31 municipios. Explicó que 76 vialidades urbanas corresponden a la zona metropolitana y 24 carreteras al interior del estado. Preciso que para estas acciones se dispone de 13 trenes de pavimentación y 126 máquinas que trabajan de manera permanente, con el propósito de recuperar la conectividad y facilitar el acceso a servicios, comercio y atención médica.

José Manuel Contreras de los Santos destacó que esta estrategia se fortalece con la coordinación con el Gobierno de México, particularmente con Petróleos Mexicanos, que incrementó las donaciones de insumos para Puebla. En 2026 se recibieron 12 mil

toneladas de cemento asfáltico AC-20, 500 mil litros de gasolina y 500 mil litros de diésel, adicionalmente, el Gobierno del Estado adquirirá 24 mil toneladas de cemento asfáltico, para alcanzar un total de 36 mil toneladas. Señaló que esta política responde a la visión de la presidenta Claudia Sheinbaum de impulsar infraestructura con maquinaria propia, proteger los recursos públicos y fortalecer el desarrollo productivo.

Respecto a los módulos de terracería, el secretario informó que en 2025 se realizaron 106 acciones con 151 máquinas en 24 microrregiones, 68 municipios y con beneficio para 1.3 millones de habitantes, entre ellas 224 kilómetros de mantenimiento de caminos rurales y saca cosechas, 38 mil 885 metros cúbicos de desazolve de cauces, 56.8 kilómetros de trabajos para reconstrucción carretera y 1.08 millones de litros de agua distribuidos durante la contingencia ocasionada por el huracán Jerry. En 2026, al corte, se contabilizan 163 acciones en 20 microrregiones, con 151 equipos y beneficio para 3.3 millones de habitantes. La maquinaria también permitió responder en nueve horas a la emergencia de octubre pasado, con 112 equipos que removieron 62 mil 457 metros cúbicos de escombros, liberaron 135 tramos carreteros y atendieron viviendas, derrumbes, hundimientos y desazolves en municipios afectados.

Durante un enlace remoto desde la capital de Puebla, el residente de obra, ingeniero Salvador Martínez, explicó que la rehabilitación de Avenida Valle de México, calle San Lázaro y Avenida San Miguel Allende comprende 3.57 kilómetros, equivalentes a 70 calles, con un avance de 37 por ciento, 24 mil 419 metros cuadrados de fresado y una carpeta compacta de 5 centímetros, la intervención beneficia directamente a 124 mil habitantes y a más de 1.5 millones de beneficiarios indirectos en 10 colonias. La beneficiaria Bellaluz del Mar González López agradeció la obra y señaló que permitirá mejorar la conexión de la zona sur de la capital. En Acatzingo, el ingeniero Francisco



Navarrete Santos reportó 18 por ciento de avance en la modernización de 3.38 kilómetros de la carretera federal San Hipólito-Xalapa, con drenaje pluvial, banquetas, guarniciones, señalamiento y luminarias; la beneficiaria Ana Victoria Sánchez destacó que la obra mejorará la movilidad y fortalecerá la conexión comercial hacia el puerto de Veracruz.

Asimismo, desde Xicotepec, el residente de obra Ricardo Gomar Aguilar informó sobre los trabajos de encauzamiento y desazolve de 5.5 kilómetros de los ríos San Marcos y Silima, con 80 mil metros cúbicos de intervención y beneficio para 13 mil habitantes, a fin de prevenir inundaciones; el presidente auxiliar de Gilberto Camacho, Marco

Rodríguez Cuevas, y las beneficiarias María de los Ángeles y otra habitante de la comunidad reconocieron la atención otorgada tras las afectaciones por las lluvias y el mejoramiento de drenajes y caminos. José Manuel Contreras de los Santos resaltó que se han enviado más de 200 pipas a la zona afectada y afirmó que la maquinaria propia permite mantener un gobierno de territorio, cercano a las familias y con capacidad de respuesta. El Gobierno del Estado refrenda su compromiso de mantener una infraestructura funcional, segura y productiva, mediante coordinación institucional, maquinaria propia y acciones que mejoren la movilidad, prevengan riesgos y eleven el bienestar de las y los poblanos.



Funerales J. Rodríguez

Servicios Funerarios Completos

26 ANIVERSARIO

LE OFRECE LOS SERVICIOS DE

Ataúd de todo tipo:
Finos, Semifinos,
Económicos y de Cedro
(DE ACUERDO A SU PRESUPUESTO)
Previsión a Futuro
Equipos de Velación
para Domicilio,
Sillas, Mesas, Lonas,

Cruces de todo tipo y granito
Gestión de Trámites Legales
Carrozas de lujo para
cortejo fúnebre
Traslados Nacionales e
Internacionales
Servicio Post-Mortem para
Embalsamar Cuerpos.

Sistema de Crédito.

TENEMOS CONVENIOS CON FUNERARIAS EN LA CIUDAD DE MÉXICO, PUEBLA Y PARTE DEL EXTRANJERO.

AGRADECEMOS SU PREFERENCIA DURANTE ESTOS 26 AÑOS DE SERVICIO

Parada El Atorón
Tel. 226 318 3841
Cels. 231 326 6918 y
231 325 4524
San Juan Xiutetelco, Pue.

Calle Juan Francisco Lucas No. 128
Col. Centro C. P. 73970
Tel. 226 318 3841
Cels. 231 326 6918 y 231 325 4524
Xaltipan, San Juan Xiutetelco, Pue.

CON DATOS DEL AVANCE EN LA ESTRATEGIA DE SEGURIDAD

García Parra refuta narrativa falsa

- DURANTE LA TERCERA EDICIÓN DE “DERECHO DE RÉPLICA” EL COORDINADOR DE GABINETE PRESENTÓ CIFRAS OFICIALES QUE MUESTRAN UNA REDUCCIÓN EN DELITOS PRIORITARIOS DURANTE ENERO-JULIO DE 2026.
- LA ENTIDAD, ALINEADA CON LA ESTRATEGIA NACIONAL DE SEGURIDAD, FORTALECE INTELIGENCIA, INVESTIGACIÓN, COORDINACIÓN Y ATENCIÓN A LAS CAUSAS.

PUEBLA, PUE.-

Al señalar que el objetivo de “Derecho de Réplica” es poner a disposición de la ciudadanía información oficial y verificable para contrastar datos con publicaciones que, en algunos casos, presentan hechos aislados sin contexto estadístico, el coordinador de Gabinete, José Luis García Parra, destacó que la estrategia de seguridad en Puebla mantiene una tendencia favorable en delitos prioritarios, con reducciones de 23 por ciento en homicidio doloso, 60 por ciento en feminicidio, 53.3 por ciento en secuestro, 16.5 por ciento en robo de vehículo automotor y 33.7 por ciento en robo a transportista durante enero-julio de 2026, respecto al mismo periodo de 2025.

“Hoy se les acabó el juego, a quienes quieren lucrar con la desinformación y con el miedo, ya probamos con datos que la estrategia está funcionando y vamos a seguir avanzando porque hay respuesta inmediata, hay presencia, hay coordinación entre el Estado y la Federación, el gobierno está haciendo lo que le corresponde, por la tranquilidad



de las familias poblanas” reafirmó el coordinador de Gabinete.

José Luis García Parra destacó que los resultados forman parte de una estrategia integral encabezada por la presidenta de México, Claudia Sheinbaum Pardo, y respaldada en Puebla por el gobernador Alejandro Armenta Mier, con participación de la Secretaría de Seguridad Pública, Fiscalía General del Estado, Secretaría de la Defensa Nacional, Secretaría de Marina y Guardia Nacional. Explicó que la política de seguridad considera atención a las causas, inteligencia, investigación y coordinación entre ins-

tituciones para fortalecer la protección de las familias poblanas.

Como parte de la presentación, se informó que la tendencia descendente también se observa en comparativos de 2024, 2025 y 2026. En el caso del feminicidio, durante febrero y abril de este año no se registraron casos en la entidad; mientras que en robo a transportista se reportaron 84 incidentes acumulados hasta julio de 2026. El coordinador de Gabinete subrayó que estos avances no significan que el reto esté resuelto y que la administración estatal mantendrá acciones permanentes para reducir la incidencia delictiva y garantizar cero impunidad.

La tercera edición de “Derecho de Réplica” también expuso resultados de operativos y acciones de inteligencia que derivaron en la detención de objetivos prioritarios y presuntos responsables de hechos de alto impacto. Entre los casos mencionados se encuentran la captura de un objetivo identificado como “El Bukanas” y seis integrantes de su grupo delictivo; nueve detenidos relacionados con el hallazgo de cuerpos previo a la Feria de Puebla de 2025, cuatro presuntos responsables del incendio en el establecimiento Lacoss, cuatro detenidos por el caso del establecimiento Sala de Despecho, cinco probables responsables del homicidio de un matrimonio, 26 detenidos vinculados con actividades delictivas en el Mercado Morelos, así como siete presuntos responsables relacionados con narcolaboratorios asegurados en Jopala y Chila de la Sal. También se informó del aseguramiento de más de 2 millones de litros de hidrocarburo en un predio de Esperanza.

Asimismo, con base en información del INEGI, se señaló que Puebla registró 966 homicidios en 2025, cifra menor a la de

2024, y una tasa de 15 homicidios por cada 100 mil habitantes, inferior al promedio nacional de 21.4. El Gobierno del Estado reiteró que estos indicadores forman parte de registros estadísticos oficiales y no de encuestas de percepción. García Parra afirmó que la administración estatal continuará el ejercicio del derecho de réplica de manera institucional, mediante información documentada, y mantendrá la coordinación con las instituciones federales para fortalecer la estrategia de seguridad y mejorar los resultados.

El Gobierno del Estado de Puebla refrenda su compromiso de trabajar todos los días por la tranquilidad, seguridad y bienestar de las familias, con apego a la legalidad, cero impunidad, coordinación interinstitucional y transparencia en la información. La administración de Alejandro Armenta Mier mantendrá una política de seguridad basada en datos, inteligencia, investigación y presencia operativa, en respaldo a la estrategia de la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo y en beneficio de las y los poblanos.

TRANSPORTES LÓPEZ

RENTA Y FLETE DE PIPAS DE AGUA

231 313 0339

231 140 3730

231 121 8336

2 de Abril No. 102, Bo. de Xoloco, Col. La Cofradía, Teziutlán, Pue.



CENTRO VETERINARIO
TEZIUTLÁN



SERVICIO A DOMICILIO
231 31 23 755 o al 231 111 89 68
PREGUNTA CON LOS MEJORES

GRAN VARIEDAD DE:

• Accesorios	• Vacunas	• Alimento para tus mascotas
• Ropa	• Consultas	
• Correas	• Desparasitaciones	• Asesoría por expertos en el cuidado de tus mascotas
• Estética Canina	• Odontología Canina.	

Visítanos en Calle Lerdo No. 511 Col. Centro, Teziutlán, Pue.

Matriz Teziutlan



ACEROS Y MATERIALES RC
S.A DE C.V

Sucursales

• Mtz de la Torre • Misantla • Jalacingo
• Rojo Gómez • Zacapoaxtla • Atempan
• Zaragoza • Ahuateno, Tez. • Perote
• Hueytamalco

Tel. 231 313 3170



FERMUZ
Tu Mueble
INTERIORES

LUIS AUDIRAC 235, TEZIUTLÁN, PUE

Tu Mueble Interiores

2311446164 2311447182 2282816346



REFACCIONARIA Y TALLER DE RECTIFICACIÓN
EL CIGÜÑAL DE ORO

Amplio surtido en Refacciones para Motores Nacionales y de Importación.

“62 AÑOS AL SERVICIO DE USTED”



Alende No. 304, Col. Centro, Teziutlán, Pue.

231 312 0334
231 312 12 59



Los Portales
ATZALAN
RESTAURANTE • HOTEL

¡Ya Abrimos!
Te esperamos
de martes a domingo
de 09:00am-06:00pm



Nos ubicamos en Atzalan, Veracruz.



LLANTERA "HUICHOS"
ALINEACIÓN Y BALANCEO "3D"

CONTAMOS CON:

- LLANTAS NUEVAS EN TODAS LAS MEDIDAS
- SECCIONADO DE LLANTAS VOLADAS
- SERVICIO MOVIL A DOMICILIO
- ENGRASADO

"CALIDAD, RAPIDEZ Y EFICACIA" ES LO QUE NOS CARACTERIZA

Carre. Fed. Teziutlan-Perote. Col. El Progreso, Xistatolco, Puebla

CONTACTANOS A LOS NÚMEROS: 231 144 3900 O AL 226 102 7552



JOYERÍA  **TEZIUTLÁN**
CASA

Compra y venta de monedas de oro, plata, nikel y cobre
Reparación y venta de alhajas

Centro Comercial la Perla Local No. 12
Col. Centro, Tel. 231 312 41 81 Teziutlán, Pue.

VULCANIZADORA "EL GALLO"



231 322 36 31

Calle El Pedregal, S/N junto a Gasera, Bo. de Xoloateno, Teziutlán, Pue.



Viveros Oscarín

¡VISITARNOS!

BRIMOS DE 7AM A 7PM DE DOMINGO A DOMINGO HORARIO CORRIDO.

NOS ENCONTRAMOS EN CARRETERA FEDERAL TEZIUTLÁN/ PEROTE KILÓMETRO 16 A 200 METROS DE LA PARADA LOS ENCINOS JALACINGO VERACRUZ MÉXICO

2261007152 O BUSCAR EL GOOGLE COMO VIVEROS OSCARIN DE JALACINGO VERACRUZ

PRECIOS MAYOREO Y MENUDEO

Pimienta \$160
Uvas \$60
Lichís \$40
Arándanos ojo de conejo \$30
Aradano bilixi \$160
Aguacate 🥑 has \$65
Guanábana semilla \$40
Duraznos 🍑 injerto \$30
Canela \$40
Olivos \$50

D	E	R	O	G	A	T	O	R	I	O
O	A	O	A	C	E	H	L	S	C	M
O	Y	D	U	C	O	E	C	O	A	S
O	D	A	I	P	O	R	P	A	V	I
A	S	R	M	C	D	B	D	I	T	C
S	R	E	U	A	I	O	S	E	E	I
O	E	P	R	Z	C	L	B	A	R	L
M	H	U	A	P	A	A	P	L	R	O
B	R	C	P	S	M	R	U	M	E	T
R	A	E	N	A	T	I	G	G	O	A
O	I	R	U	A	S	O	N	I	D	C

ENCUENTRA LAS SIGUIENTES PALABRAS

PIEL	DINOSAURIO	ANCHO
PUES	GITANEAR	APROPIADO
RECUPERADOR	GUACAMAYO	ASOMBRO
TACHA	HERBOLARIO	CATOLICISMO
TRASBOCAR	IMPRESO	COMPLICIDAD
VOLT	OBLEA	CORDERO
ZURDO	PASTO	DEROGATORIO

- SOPAS DE LETRAS -

V	M	A	D	R	E	C	L	A	R	A
Z	U	R	C	A	T	A	B	A	A	B
S	O	A	C	S	S	S	C	A	S	O
L	B	R	O	I	U	I	E	I	U	A
O	I	D	M	C	P	R	N	L	C	C
N	T	U	E	E	S	N	T	R	L	V
T	U	O	R	R	S	O	E	I	U	O
A	A	O	A	P	I	U	L	E	D	Z
A	R	N	O	H	T	A	L	E	G	O
A	I	C	N	E	I	C	A	P	R	N
M	O	E	E	V	O	E	R	A	R	O

ENCUENTRA LAS SIGUIENTES PALABRAS

PACIENCIA	CRUZ	ARCE
PRECISAR	HONRA	ARDUO
RARO	LEGO	BATA
REPICAR	LORD	CABO
SELLO	MADRE	CAOBA
SITIO	MINAR	CAOS
SURTIDO	MISAL	CASO
TUERCA	OBITUARIO	CENTELLAR
USAR	ONCE	CLARA
VIAL	OSCO	CRIN
VUELCO	OZONO	

Dra. Nora Celis López

MEDICINA CIRUJANA Y PARTERA

Diplomado en Colposcopia y enfermedades de la mama.
CED. PROF. 6392340

¡Agenda tu cita!

- ✓ Detección y Tratamiento del Virus del Papiloma Humano y lesiones precursoras del cáncer cervicouterino
- ✓ Estudio de Colposcopia
- ✓ Tratamiento de Quistes y Miomas
- ✓ Sangrados Anormales
- ✓ Atención de Partos y Cesáreas
- ✓ Papanicolaou y colposcopia
- ✓ Salud menstrual y hormonal

📍 Av. Juárez No. 505, 2 do. Piso, (Frente a la Calera) Col. Centro, Teziutlán, Pue.

📞 Urgencias 231 107 05 67

🕒 Lunes a Viernes de 11:00 am A 3:00 y de 4:00 A 4:00 a 6:30 pm

Pollos y Costillas Mazatepec

¡¡De los sabroso mucho!!

Sucursal Atempan
5 Oriente No.19
Col. Centro
Atempan, Puebla
Tel:2313110359

Sucursal Acuaco
Carretera federal
Puebla - Teziutlán s/n
Col. Acuaco
Zaragoza, Puebla
Tel. 2333115376

Sucursal Teziutlán
Zaragoza no. 614 - a
Col. Centro
Teziutlán, Puebla.
Tel. 2313126470

LE OFRECEMOS A USTED Y A SU FAMILIA:

- Pollo ahumado al natural
- Pollo ahumado enchilado
- Pollo ahumado encacahuatado
- Costilla ahumada encacahuatada
- Longaniza ahumada
- Carnitas y cueritos
- Chamorro en caritas y ahumado
- Panceta

Disfrúte sus 7 deliciosos sabores de salsas

Todas nuestras preparaciones son de la más alta calidad.

Se proyectará “Juan Gabriel: Mi Primer Bellas Artes” en cines de Estados Unidos

Se ha anunciado el estreno de la versión reedita y restaurada del primer concierto de Juan Gabriel en el Palacio de Bellas Artes de Ciudad de México. La historia presentación, bajo el título “Juan Gabriel: Mi Primer Bellas Artes”, se estrenará en las salas de cine de Estados Unidos el próximo 15 de septiembre.

El proyecto de restauración y reedición de este material fue liderado por María José Cuevas, conocida por haber dirigido la docuserie de Netflix “Juan Gabriel: I Must, I Can, I Will”. Desarrolló el proyecto en colaboración con MEZCLA, la productora que también trabajó con Cuevas en la serie.

“Preservar el legado de Juan Gabriel significa asegurar que las nuevas generaciones puedan experimentar los momentos que lo definieron. Su concierto de Bellas Artes de 1990 no solo fue un hito en su carrera, sino un momento trascendental en la música y la cultura mexicana e hispana. Revivirlo en la pantalla por primera vez es una forma de mantener viva esa historia”, ha declarado Cuevas a través de un comunicado difundido con los medios de comunicación.

La importación de su legado cultural también ha estado relacionada con la elección de la fecha de su estreno en Estados Unidos, pues será el primer día del Mes de la Herencia Hispana y un día antes del Día de la Independencia de México. Las entradas estarán disponibles a través de Fathom Entertainment.

DIARIO

MIÉRCOLES

Entrada General

Entrada General

\$55.00

\$40.00

\$65.00

Clasif.	Película	Diario	Sábado y Domingo
B / DOB	EL FINAL DE LA CALLE OAK	15:00 17:00 19:00 21:10	15:00 17:00 19:00 21:10
B / DOB	LA ODISEA	20:10	20:10
B15 / DOB	LOCO MÉXICO MÁGICO	16:00 18:00	16:00 18:00
A / DOB	MINIONS & MONSTRUOS	14:00	14:00
A / DOB	MOANA	13:00	13:00
A / DOB	PAW PATROL: LA DINO PELÍCULA	12:20 16:20 18:20 20:20	12:20 16:20 18:20 20:20
B / DOB	SPIDER-MAN: UN NUEVO DÍA	13:00 17:50 21:30	12:00 15:50 20:40
B / DOB	SPIDER-MAN: UN NUEVO DÍA	14:50 18:40	13:00 17:50 21:30
B / DOB	SPIDER-MAN: UN NUEVO DÍA	15:50 20:40	14:50 18:40
A / DOB	TOY STORY 5	14:20	14:20

cinebox.mx

CARTELERA DEL 13 AL 19 DE AGOSTO 2026

cineboxmx

Los Horóscopos



ARIES

Experimentarás un período de profunda movilización que requerirá transformaciones. Te ocuparás de asuntos financieros y estarás persiguiendo una operación comercial para aumentar tu capital. Mantén el control y evita que el ego o la vanidad te dominen.



TAURO

Esta Luna creciente ilumina tus vínculos sentimentales. Es tiempo de sanar aquello que aún pesa en la relación y superar viejos tropiezos. Si estás soltero, considera la posibilidad de abrirte a alguien diferente. Muchas veces, la persona indicada llega cuando te animas a elegir de otra manera.



GEMINIS

Durante esta Luna creciente, la salud reclama un lugar importante. Es tiempo de transformar hábitos y escuchar las señales que el cuerpo viene dando. Comprométete con tu bienestar y alimenta tu organismo con aquello que lo fortalece. Toda sanación comienza desde adentro.



CÁNCER

Durante esta Luna creciente, una energía especial puede llevarte a descubrir un hobby que te remueva profundamente o a vivir una experiencia intensa. Recuerda que el cariño verdadero no se compra ni se presume. Confía en lo que sientes y deja que tus emociones den trasfondo a cada experiencia.



LEO

La Luna creciente te pondrá de frente a importantes decisiones. También te preocupará la situación de tu hogar y de todos aquellos que dependen de ti. Ten en cuenta las emociones y los dolores de tu familia; comprender lo que están viviendo ayudará a sanar tus raíces.



VIRGO

Aprovecha esta Luna creciente para observar si algunos pensamientos no concuerdan con la realidad y no pierdas tiempo levantando castillos de arena. Comparte tu camino solo con quien esté dispuesto a sostener, junto a ti, un profundo compromiso con la verdad.



LIBRA

En este cuarto creciente deberás tener cuidado con el dinero, porque tenderás a gastar más de lo debido en actividades que no te convienen o en cosas que no necesitas. Busca una manera más eficaz de administrar e invertir tu capital. Tu subsistencia depende de las decisiones que tomes.



ESCORPIO

La Luna creciente podría traerte roces con figuras de autoridad, pero tienes armas muy poderosas para conseguir lo que deseas. Asume los conflictos como desafíos y redobla la apuesta. No busques impresionar al público; deja que cada paso te revele la fuerza que llevas dentro.



SAGITARIO

Este cuarto creciente te invitará a mirar hacia atrás en lugar de seguir avanzando. Son momentos poco frecuentes, pero necesarios para dar un paso hacia adentro y sanar el alma. Los grandes movimientos pueden esperar; primero sana tus propias heridas.



CAPRICORNIO

En este cuarto creciente estarás rodeado de gente, pero no permitas que investiguen tu vida ni intenten sacarte información. No contar tus intimidades no significa aislarte. Participa de una experiencia grupal, porque allí podrás encontrar herramientas valiosas para lo que viene.



ACUARIO

En esta Luna creciente tendrás que dejar a un lado la vida social para defender lo que te pertenece con uñas y dientes, porque te lo has ganado. Tendrás la fuerza, el poder y el control necesarios para alcanzar tus metas de trabajo. No permitas que nadie se interponga en tu camino.



PISCIS

Nunca dudes de tu capacidad de crecer ni permitas que los problemas de cada día escriban tu historia. Será importante mantener una actitud de lucha frente al camino y no decaer ante las dificultades. Como un maestro sanador, el destino sabrá guiarte cuando llegue el momento.

Creatina en la menopausia: ¿puede ayudarte a ganar fuerza?

Si desde que llegó la menopausia sientes que te cuesta más mantener la fuerza, recuperarte después de hacer ejercicio o incluso concentrarte, no estás imaginando esos cambios. La disminución de los estrógenos afecta mucho más que los sofocos: también influye en los músculos, el cerebro y la forma en que tu cuerpo produce energía. Ahora, una revisión científica, publicada en Journal of the International Society of Sports Nutrition, sugiere que la creatina —un compuesto conocido por su uso en el deporte— podría convertirse en una aliada para la salud de las mujeres durante esta etapa. Aunque la evidencia sigue creciendo y todavía quedan preguntas por responder, los investigadores creen que su potencial va mucho más allá del rendimiento físico.

Lo que debes saber

- La pérdida de estrógenos puede afectar la fuerza muscular, la energía y la función cerebral.
- La creatina podría ayudar a mantener la fuerza y mejorar el rendimiento cuando se combina con entrenamiento de resistencia.
- También existen indicios de beneficios sobre el estado de ánimo y la función cognitiva.
- La evidencia en mujeres durante la perimenopausia aún es limitada.
- Los investigadores piden más estudios antes de hacer recomendaciones específicas.

Tu cuerpo necesita más energía de la que imaginas

La creatina suele relacionarse con atletas o personas que buscan aumentar masa muscular. Sin embargo, esa es solo una parte de la historia. Tu cuerpo produce creatina de forma natural y también la obtiene de algunos alimentos. Su función principal es actuar como una reserva rápida de energía para las células. Aunque suele asociarse con los músculos, también participa en órganos con una alta demanda energética, como el cerebro. Este estudio explica que, durante la menopausia, la disminución de los estrógenos modifica la manera en que el organismo utiliza esa energía. Eso podría contribuir a algunos de los cambios que muchas mujeres notan con el paso de los años, como la pérdida de fuerza, una recuperación más len-



ta después del ejercicio o una mayor sensación de fatiga.

Lo que encontró la revisión

Investigadores de la University of North Carolina analizaron décadas de estudios sobre creatina en mujeres, desde la edad reproductiva hasta el embarazo y la posmenopausia. La evidencia más sólida muestra que la suplementación con creatina, especialmente cuando se combina con ejercicios de fuerza, puede favorecer:

- Aumento de la fuerza muscular
- Mejor rendimiento físico
- Mejoras en la composición corporal

La revisión también reúne investigaciones que apuntan a posibles beneficios sobre la memoria, la función cognitiva y el estado de ánimo. Algunos estudios incluso sugieren que podría ayudar a aliviar síntomas relacionados con la depresión, aunque los autores subrayan que todavía hacen falta ensayos clínicos de mayor calidad para confirmarlo.

¿Qué ocurre durante la menopausia?

Uno de los mensajes principales de la revisión es que las mujeres no responden necesariamente igual que los hombres a la creatina. Durante muchos años, gran par-

te de la investigación sobre este suplemento se realizó en población masculina. Sin embargo, las variaciones hormonales propias del ciclo menstrual, el embarazo y la menopausia pueden modificar la forma en que el organismo produce, almacena y utiliza la creatina. En las mujeres posmenopáusicas, los resultados disponibles son prometedores, especialmente cuando la suplementación acompaña un programa de entrenamiento de resistencia. En cambio, durante la perimenopausia todavía existen muy pocos estudios para saber con certeza qué beneficios puede ofrecer.

Vida y Salud

TURBO LLANTAS DE TEZIUTLÁN

CONTAMOS CON :

• ALINEACION • BALANCEO • SUSPENSION • FRENOS Y LLANTAS AL MEJOR PRECIO

EN LA COMPRA DE 4 LLANTAS **GRATIS**

MONTAJE, VÁLVULAS, BALANCEO Y ALINEACIÓN POR **COMPUTADORA**

CARRETERA A PEROTE #15 FRENTE A LA DULCERÍA
BARRIO DE XOLOCO

231-141-27-58
231-688-11-25

CON NUEVOS APOYOS

SEDIF fortalece atención a familias de la Sierra Negra

- CON UNA INVERSIÓN SUPERIOR A 147 MILLONES DE PESOS, EL ORGANISMO INICIÓ LA ENTREGA DE APOYOS Y SERVICIOS QUE BENEFICIARÁN A MÁS DE 88 MIL FAMILIAS DE 26 MUNICIPIOS.
- A NOMBRE DEL GOBIERNO DEL ESTADO, SE REALIZARON MASTOGRAFÍAS, SE ENTREGARON CANASTAS ALIMENTARIAS, APOYOS ECONÓMICOS PARA CUIDADORES DE PACIENTES CON CÁNCER Y RECURSOS PARA OBRA COMUNITARIA.

TEHUACÁN, PUE.-

Con el propósito de acercar servicios, atención y apoyos a las familias de la Sierra Negra, el Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (SEDIF) realizó en Tehuacán una Jornada Ciudadana y Entrega de Apoyos para habitantes de las Microrregiones 24 y 25 de Tehuacán y 26 de Ajalpan.

Durante esta jornada, el SEDIF ofreció mastografías en coordinación con la Fundación de Cáncer de Mama (FUCAM), con el objetivo de fortalecer la prevención y atención de la salud de las mujeres de esta región. El director general del organismo, Carlos Ochoa Rodríguez, encabezó las actividades.

Por instrucción de la presidenta del Patronato, Ceci Arellano, el SEDIF entregó apoyos alimentarios de los programas de Atención Alimentaria en los Primeros 1000 Días y Primera Infancia, así como de Atención Alimentaria a Personas en Situación de Vulnerabilidad. También otorgó cheques de Obra Comunitaria para planteles de educación inicial y apoyos económicos para cuidadores de personas con diagnóstico de cáncer.

Al concluir la distribución de estos beneficios, más de 88 mil familias de 26 municipios recibirán los apoyos, con una inversión superior a 147 millones de pesos. Durante la jornada, el director general señaló que el Gobierno del Estado y el SEDIF mantienen presencia cercana en las comunidades para atender las necesidades de las familias y brindar apoyos que contribuyan a mejorar sus condiciones de vida. Destacó que la labor institucional busca garantizar que los beneficios lleguen a las distintas regiones de la entidad, con prioridad para quienes enfrentan mayores necesidades.

Las familias también tuvieron acceso a servicios médicos, odontológicos y psicológicos, corte de cabello, perfilado de ceja, credencialización y trámite de certificados para personas con discapacidad. Además, recibieron informa-

ción sobre los servicios del Centro Estatal de Prevención Social de la Violencia y la Delincuencia (CEPOSAMI), las Casas Carmen Serdán y los Centros de Capacitación y Desarrollo (CECADE), espacios que amplían la atención y el acompañamiento del SEDIF.

Estas acciones forman parte de la política social del Gobierno del Estado que encabeza el gobernador Alejandro Armenta, con una visión cercana a las comunidades y atención prioritaria a las familias. Asimismo, el SEDIF contribuye a la estrategia de bienestar impulsada por la presidenta de México, Claudia Sheinbaum Pardo, para fortalecer las condiciones y oportunidades de la población.



Dr.

Emmanuel

Cruz Méndez

Medicina General.

Porque tu Salud es Primero déjala en buenas manos.

Horario de Lunes a Viernes de 8:00 am a 8:00 pm
Sábado de 8:00 am a 4:00 pm.

Av. Juárez Edificio Santa Fe,
No. 604, Teziutlan, Pue.

Calle Juárez

J.C. Bonilla

A. Hidalgo

Lerdo

Calle Juárez

Calle Juárez

Calle Juárez

Calle Juárez



TLAPACOYAN, VER.-

Un aparatoso accidente sufrió un par de adolescentes motorizados, quienes circulaban en aparente exceso de velocidad, situación que provocó, perdieran el control del manubrio y terminar embistiendo a una niña de dos años de edad.

El accidente vial ocurrió sobre calle 20 de noviembre de la colonia Benito Juárez, donde los jóvenes circulaban a velocidad inmoderada y sin la pericia al manubrio, condiciones que provocó la movilización de cuerpos de seguridad y de emergencia para brindar atención al aparatoso hecho terrestre.

En la loca carrera del par de jóvenes, arrollaron de manera aparatosa a una infante de dos años de edad, niña que fue movilizadada en un vehículo particular a la sala de urgencias para la valoración y la asistencia prioritaria de los galenos en turno.

Mientras los adolescentes desenfundados quedaron tendidos en el pavimento con golpes, raspones y fractura, cómo resultado de exceso de velocidad en el que tripulaban su motocicleta Italika, color rojo con negro, placas de circulación Y6B04S del estado de Veracruz.

Motociclistas arrollan a niña en Tlapacoyan

- LOS HECHOS SOBRE CALLES DE LA COLONIA BENITO JUÁREZ.
- UN PAR DE JÓVENES CIRCULABAN EN EL CABALLO DE ACERO A EXCESO DE VELOCIDAD, RESULTARON CON LESIONES, GOLPES Y FRACTURA.



Los heridos fueron valorados en el lugar y trasladados a la sala de urgencias del hospital por paramédicos de protección civil, donde reciben la asistencia de los doctores, ante el aparatoso derrape.

Durante esta madrugada

de martes, se ha logrado saber que el estado de salud de la menor es estable y ha sido dada de alta del hospital, al

resultar para fortuna con golpes y raspones leves que no representan riesgo en su estado de salud.



AUTOBUSES

exal

CONSENTIDO EN TU CAMINO

☎ 246 126 18 05

XALTIPAN TERMINAL

☎ 231 106 56 45

CHIGNAUTLA TAQUILLA

☎ 231 251 00 51

México	Puebla	México	Puebla
05:00 am	5:00 am	05:30 am	4:30 am
09:30 am	6:30 am	10:00 am	5:30 am
11:00 am	14:00 pm	11:30 am	7:00 am
12:00 pm		12:30 pm	14:30 pm
14:30 pm		15:00 pm	
23:00 pm		23:30 pm	

Costos:

Chignautla -Puebla \$ 200 / Chignautla -México \$260

Redondo \$470

“El Oaxaco” queda en Libertad

• SEGUIRÁ SU PROCESO DES-DE CASA

ATEMPAN, PUE.-

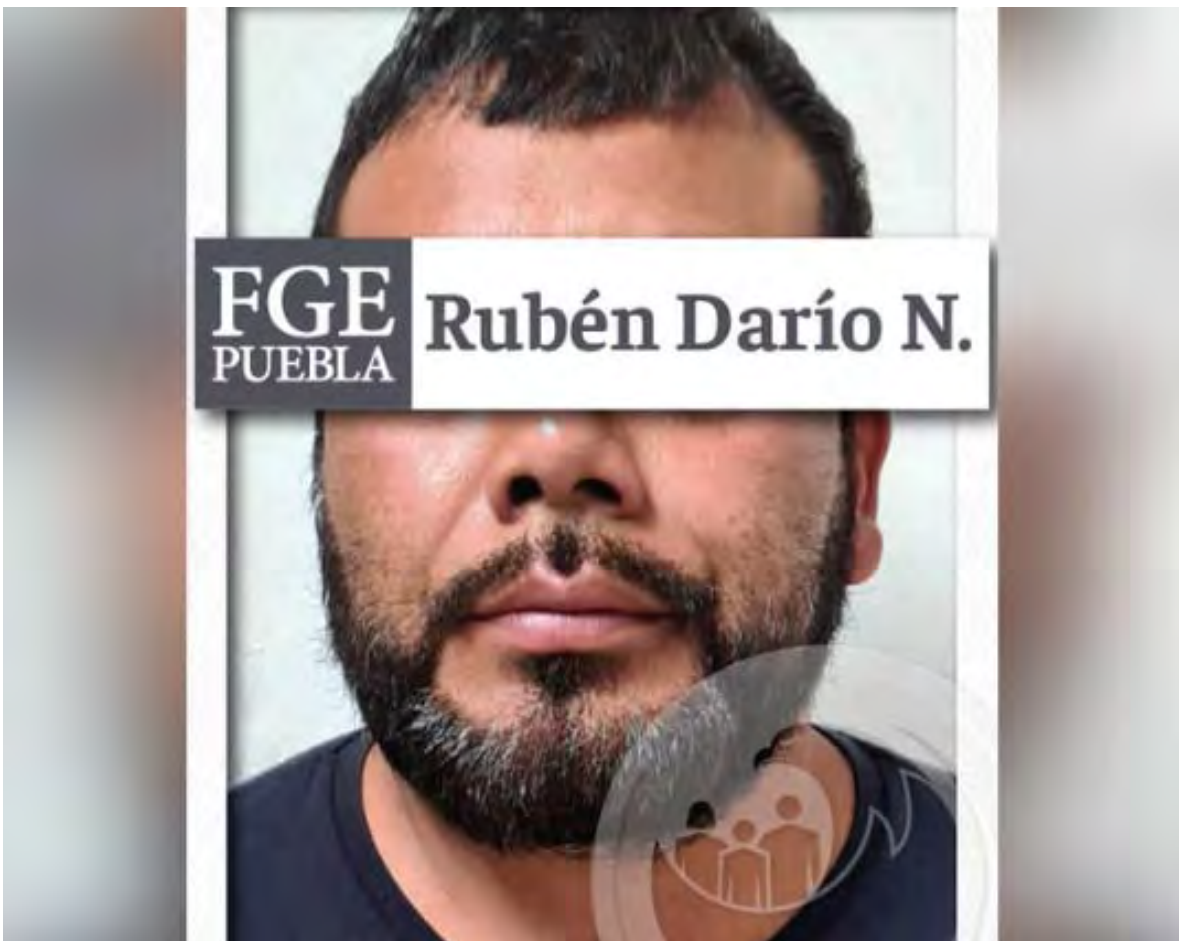
Rubén Darío N., conocido como “El Oaxaco” y originario de Atempán, obtuvo un cambio en su medida cautelar dentro del proceso que enfrenta por violación agravada.

El hombre permanecía privado de la libertad desde diciembre de 2022, tras una denuncia relacionada con

una presunta agresión sexual contra un adolescente de 15 años.

Tras la determinación judicial, continuará su proceso en prisión domiciliaria y deberá portar un brazalete electrónico, por lo que no recuperó su libertad de manera plena.

El caso continúa en manos de las autoridades judiciales y será el proceso correspondiente el que determine su situación legal.



Lo pica un alacrán y muere en la Central de Puebla

• EL HOMBRE SIN HOGAR SE GANABA LA VIDA COMO DIABLERO

PUEBLA, PUE.-

Un hombre sin hogar murió por la intoxicación que le provocó la picadura de un alacrán; su cuerpo quedó al interior de la Central de Abasto, en la zona de las naves.

Cerca de las 05:44 horas de hoy paramédicos de la Cruz Roja atendieron el reporte de un hombre identificado como Felipe, que sufrió la picadura del arácnido en el codo izquierdo.

Cuando los socorristas llegaron al Circuito Interior Norte B en la Central de Abasto, donde pernoctó sobre la banqueta, ya nada pudieron hacer por él.

Acorde con información proporcionada por trabajadores de la zona a e-consulta, Felipe se ganaba la vida cargando mercancía dentro de la Central de Abasto.

La Policía Estatal acordonó la zona durante unas horas mientras personal de la Fiscalía General del Estado de Puebla realizaron diligencias y levantaron su cadáver.



PINTURAS BEREL TEZIUTLAN

¡NUEVA GARANTÍA!

BERELINTE

7 A 10 AÑOS

¡NUEVA GARANTÍA!

KALOSTONE

3 A 5 AÑOS

SUCURSAL CENTRO MATRIZ

JUAN CORDERO 300ª BO. SANTA JUANITA

TEL. 231 313 65 70 CEL. 231 108 1080

SUCURSAL AHUATENO

BO. AHUATENO FRENTE A BODEGA AURRERA AV. MORELOS

TEL. 231 312 00 94 CEL. 231 143 21 04

UNIDAD MEDICA Santa Marina

OFRECE PAQUETES DE MATERNIDAD EN HABITACIÓN PRIVADA Y CONFORTABLE.

PAQUETES DE: CIRUGÍA POR LAPAROSCOPIA
CIRUGÍA GENERAL
CIRUGÍA GINECOLÓGICA

Teziutlán Centro

Hotel Blue City

Av. Hidalgo

Catedral

Maquila Gicsa

Bodega Aurrera

Parque San Diego

Aire Libre

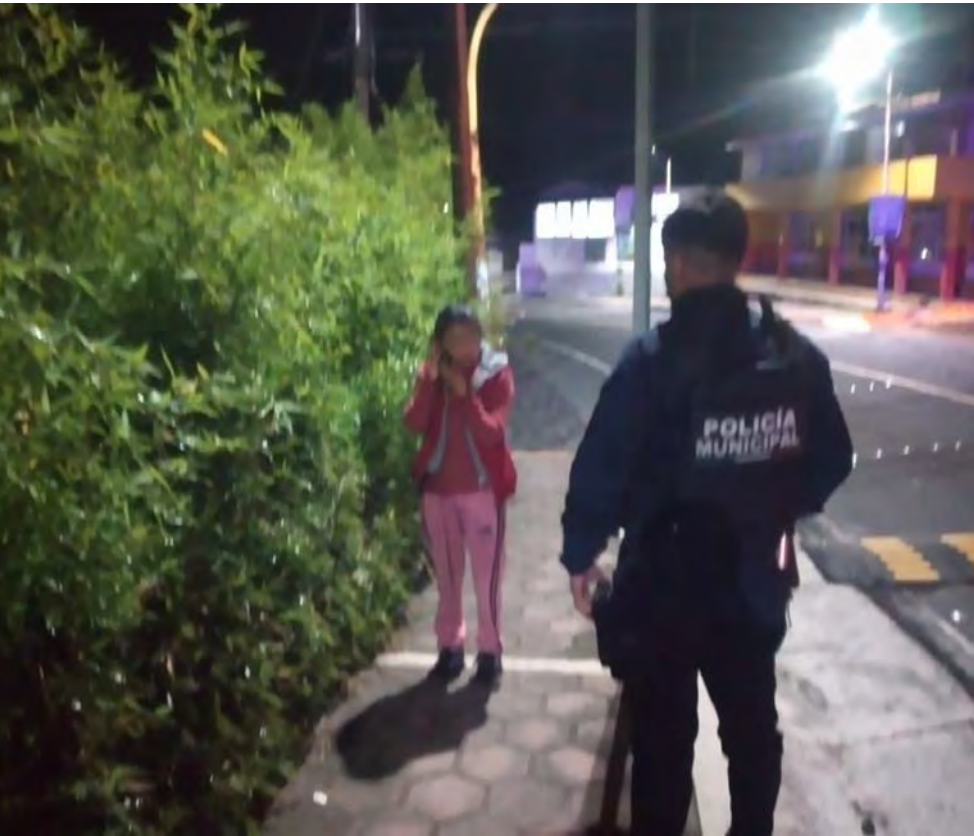
Estamos a 500 Mts. Antes de Llegar a San Juan Acateno

San Juan

UNIDAD MEDICA Santa Marina

Calle J.R. Gavilán No. 29, San Diego a 500 Metros antes de Llegar a San Juan Acateno.

Informes a los Tels.231 311 31 35 – 231 107 59 74



En Chignautla

Falsa privación de la libertad provoca movilización

CHIGNAUTLA, PUE.-

Una llamada que alertaba sobre una supuesta privación de la libertad provocó la movilización de elementos de Seguridad Pública en el primer cuadro de Chignautla; sin embargo, tras realizar las primeras investigaciones, las autoridades determinaron que todo habría formado parte de un intento de extorsión telefónica.

La situación comenzó cuando una familia recibió comunicaciones de personas desconocidas que afirmaban tener en su poder varios caballos que habían sido reportados como extraviados.

Los sujetos exigieron 4 mil pesos para supuestamente devolver los animales y señalaron como punto de encuentro las inmediaciones de la gasolinera de Chignautla.

Mientras la familia intentaba resolver la situación, los presuntos extorsionadores cambiaron el argumento y aseguraron que uno de sus integrantes se encontraba retenido en la zona centro del municipio. La amenaza generó preocupación entre los familiares, quienes solicitaron de inmediato la intervención de las autoridades.

Policías municipales acudieron al llamado y comenzaron a recorrer la zona señalada. Con apoyo de las cámaras del sistema de vigi-



lancia C2, lograron localizar al familiar que supuestamente estaba privado de la libertad.

El hombre fue encontrado en las inmediaciones de un OXXO, cerca de la gasolinera, y se encontraba sano y salvo.

Al ser entrevistado, explicó a los uniformados que en ningún momento había sido retenido, levantado o amenazado por alguna persona, por lo que quedó descartada la versión inicial sobre una privación de la libertad.

Después de aclarar lo ocurrido, los integrantes de la

familia fueron trasladados a las instalaciones de Seguridad Pública para brindarles atención y orientación.

Autoridades municipales recomendaron a la población no dejarse llevar por el miedo ante este tipo de llamadas, verificar de inmediato la información y evitar realizar depósitos de dinero sin antes confirmar personalmente la situación.

Este tipo de engaños busca mantener a las víctimas bajo presión y aprovechar la preocupación por algún familiar para obtener dinero rápidamente.



LA ESPERANZA

5

LXXXVI FERIA Teziutlán 2026

En la Esperanza, el sabor de siempre al mejor precio de Feria

CELS. 231 119 1909 - 833 291 3646

CARR. FED. A PEROTE, PARADA LAS COLES
SAN JUAN XIUTETELCO, PUE.

FGE PUEBLA

Rubén Darío N.

“El Oaxaco” queda en Libertad

• Seguirá su proceso desde casa

Pase a la Pág. 18

En Chignautla

Falsa privación de la libertad provoca movilización

• Tras realizar las primeras investigaciones, las autoridades determinaron que todo habría formado parte de un intento de extorsión telefónica.

Pase a la Pág. 19

Carnes y Pollos Ahumados Toral

•Costilla ahumada •Pollo ahumado

•Longaniza ahumada •Falda ahumada

•Panceta ahumada •Carnita y cuerito

Surtido Chicharrones carnudo, ahumado solo los sábados y domingos

Frijoles charros •Espagueti

•variedades en salsa

226 688 1513

Límite San Juan Xiutetelco con Jalacingo (junto deshuesadero Montana)

Montana

TALLER AUTOMOTRIZ GENERAL

Nuestros Servicios:

Servicio Automotriz General

Electricidad Automotriz

Transmisiones Automáticas

Hojalatería y Pintura

Autolavado

Servicio de Grúa

Laboratorio de Inyectores

Afinación y Suspensión

656 534 9172

231 108 9018

Circuito Juan Pablo II 275, Coyotzingo, Teziutlán, Pue.

POLIPLAZA MEDICA

A.F.C

CENTRO DIAGNOSTICO

DR. Alejandro Flores Calixto

RADIOLOGO CERTIFICADO

Tomografía a precio Especial \$3,200

ESTUDIO SIMPLE

Servicios

• Ultrasonido

• Tomografía

• Biopsias

CONTACTANOS EN:

Calle Agustín Melgar No. 11

Bo. De Ahuateno

Dos cuadras abajo de Aurrera

231 312 49 92 CONSULTORIO

231 108 47 32 URGENCIAS