

REVISTA

# uno

el inicio de todo

No. 197 AÑO 16  
NOVIEMBRE  
2025

# Calaverandía

ESPECTÁCULO INMERSIVO  
QUE RESALTA  
LA CULTURA MEXICANA



JALISCO  
MÉXICO

UNOREVISTA

@REVISTAUNO

UNOELINICIODETODO

WWW.REVISTAUNO.COM

Revista  
DIGITAL

CENAIN

CENTRO NACIONAL DE INVESTIGACIÓN Y  
DIFUSIÓN DE LAS COCINAS MEXICANAS


PRESENTAN


FESTIVAL DE COCINAS TRADICIONALES MEXICANAS

# FOGONES DE MÉXICO



CON ROSTRO  
DE MUJER,  
ALMA INDÍGENA Y  
CORAZÓN CAMPESINO

 Degustación de 96 platillos elaborados  
por 110 Cocineras Tradicionales.

 Un viaje gastronómico por los 32  
estados de la República Mexicana.

**14, 15 y 16**  
noviembre 2025

13:00 hrs a 20:00 hrs

**Jardines de  
Campo Marte**

Entradas en  
 **Boletia**







Visítanos en: [fogones.mx](http://fogones.mx)



# *Winter* ESSENTIALS



**ROBERT'S**

## CARTA EDITORIAL

Estimados lectores, en este número les traemos:

- Correr con causa. >> Los Límites los pones tú. (4)
- **ESPECTÁCULO INMERSIVO QUE RESALTA LA CULTURA MEXICANA - CALAVERANDIA. (6)**
- Mujeres deben conocer y entender el ciclo menstrual. (8)
- Nueva colección inspirada en la naturaleza. (10)
- Punta Mita | Guía para despedir el año desde el Pacífico. (12)



# *¡Celebrando Nuestras Tradiciones!*

## 16 ANIVERSARIO

Revista UNO el inicio de todo, es una publicación mensual editada y publicada por UNO el inicio de todo, con dirección en: Calz. Legaria No. 833 Int 602, Col. Irrigación, Delegación Miguel Hidalgo CP. 11500 México D.F.; Editor responsable: José Quintero Carrillo. Número de Reserva de Título en Derechos de Autor: 04-2009-080714562600-102. Número de Certificado de Licitud y Contenido ante la Comisión Certificadora de Publicaciones y Revistas Impresas en trámite. Certificación de circulación en trámite. Prohibida su reproducción parcial o total. El contenido de los artículos son responsabilidad del autor.



UNOREVISTA



@REVISTAUNO1



UNOELINICIODETODO

WWW.REVISTAUNO.COM

En revista UNO el inicio de todo, deseamos que usted, amigo lector, forme parte de nosotros y que encuentre en las páginas de la revista, el mejor lugar en donde estar con la familia o los amigos. Así también, disfrute de los descuentos, promociones y eventos, especialmente preparados para usted, por parte de nuestros anunciantes y patrocinadores.

Como cada mes, hacemos un esfuerzo para ofrecerte en sus distintas secciones, información atractiva para disfrutar de una amena lectura.

Envíanos tus sugerencias, felicitaciones y quejas, nos interesa saber tu opinión.

Los Editores.

# NOVIEMBRE 2025

IMPORTANTE

HECHO EN  
MÉXICO

A todos nuestros lectores y amigos, consumir los productos y servicios de nuestros anunciantes y patrocinadores, nos permite, llegar a ustedes mes con mes.

CONTACTO

ventas@revistauno.com redaccion@revistauno.com  
unoeliniciodetodo@gmail.com  
Tel. 55.3728.3029 W.55.6167.8395

**UNO**  
el inicio de todo



JB  
1735  
**BLANCPAIN**  
MANUFACTURE DE HAUTE HORLOGERIE

# CORRER CON CAUSA. »» LOS LÍMITES LOS PONES TÚ.

Por: Dra. Lía Palomares.

Con gran éxito se llevó a cabo la carrera "Corre, Trota o Camina", organizada por el Colegio Odontológico de Jalisco realizada en la Unidad Deportiva Tucson. El evento reunió a odontólogos, sus familias y público en general que se sumó con entusiasmo al objetivo benéfico.

La actividad tuvo como propósito recaudar fondos para PAIPID (Proyecto de Atención Integral a la Persona Inmunodeprimida), logrando reunir más de 21 mil pesos gracias a las inscripciones y el apoyo de participantes y asistentes.

El recorrido fue de 1.5 kilómetros, diseñado para incluir a personas de todas las edades y condiciones físicas. Se le llamó **"Corre, Trota o Camina"** porque la intención fue que nadie se quede fuera; lo importante fue apoyar esta causa".

El evento contó con categorías infantiles, juveniles y adultos, tanto en rama femenil como varonil. Se premiaron a los tres primeros lugares de cada categoría, reconociendo el esfuerzo de niñas, niños, jóvenes y adultos que participaron con entusiasmo.

La respuesta superó las expectativas, pues además de los profesionales de la salud participaron ciudadanos interesados en contribuir al bienestar de las personas inmunodeprimidas, en un ambiente familiar, recreativo y de convivencia.



»» CORRER, CAMINAR O TROTAR ««

Tú decides como llegar a la meta, los límites solo existen en tu mente.

Que no sea un pretexto tu condición, lo importante es vivir y llegar a la meta de tu vida.

Mi condición de salud no me impidió llegar a la meta. Disfrute con mis compañeros esta carrera importante para mí, gracias por la motivación de todos.

Lía Palomares.



**COLIMA**  
Gobierno del Estado

**MANZANILLO**  
COLIMA, MÉXICO

**COLIMA**  
DEL MAR A LA MONTAÑA



**MANZANILLO**  
GOBIERNO MUNICIPAL

EL EPICENTRO DE LA  
TRANSFORMACIÓN



CAMPEONATO NACIONAL DE

**AJEDREZ**  
**Manzanillo**  
**PEZ VELA 2025**

Festejando el  
**200 Aniversario**  
de la Fundación de  
**Manzanillo** como  
Puerto Comercial

**HOTEL TESORO**

**31 OCT - 2 NOV - 2025**

**¡REGISTRATE YA!**

TENEMOS UN BOLSA  
GARANTIZADA DE:

**\$300 mil**

EN EFECTIVO Y  
ESPECIE

**INFORMES**



**312 103 4424 | 313 113 7732**



Av. La Audencia L-1, Península de  
Santiago, Manzanillo, Col.

# E SPECTÁCULO INMERSIVO QUE RESALTA LA CULTURA MEXICANA - CALAVERANDIA.

Por: Yusef Valenzuela | MedTG.

Por sexto año consecutivo, Guadalajara será escenario del parque temático más importante del Día de Muertos en México, **Calaverandia**, el cual estará del 22 de octubre al 9 de noviembre en el Parque Avila Camacho y traerá más de 30 actividades y atracciones inmersivas con alta tecnología resaltando en cada una las tradiciones mexicanas.

Durante más de dos semanas, tanto turistas y locales tendrán la oportunidad de disfrutar y vivir de manera diferente y divertida el culto a la muerte a través de juegos interactivos, instalaciones artísticas, photomoments, performances, además hallarán personajes caracterizados y atracciones como un cementerio y un enorme altar de muertos con una altura aproximada de 14 metros donde no querrán dejar de capturarlo a través de fotografías.

También los asistentes gozarán de espectáculos inmersivos multisensoriales como: "Alma", se lleva a cabo en el lago y a través de la tecnología 4D y la magia de los efectos especiales combinando música e iluminación narra la historia de nuestras festividades del Día de Muertos destacando nuestra cultura; "Compara", es un show itinerante que recorre todo el parque y muestra los siete pecados capitales uniendo baile, acrobacia y fuego; "TAU", obra de teatro que une luces y sonidos para contar cómo el amor y los recuerdos trascienden con el tiempo; "El Limbo", espacio donde las personas se podrán caracterizar y pintarse la cara, los brazos o manos con colores vibrantes y tomar bebidas en color neón; "El Inframundo", te transportará a tiempos ancestrales viajando por la época del Mictlán; "El Omítlán", es la simulación de un espeluznante pueblo, los visitantes descubrirán casas hechas de huesos y mucha diversión como una resbaladilla larga y una alberca llena de pelotas.



**Calaverandia** más que un parque temático con diversos espectáculos es un espacio donde los mexicanos enaltecemos nuestra identidad, tradiciones y cultura, recordando a nuestros seres queridos trascendidos, donde el aroma a copal, el papel picado, las flores de cempasúchil, entre otras no podrán faltar.

GUADALAJARA  
GUADALAJARA.



CONSEJO  
TURÍSTICO DE  
GUANAJUATO CAPITAL

POTOSÍ  
*sin límites*  
GOBIERNO DEL ESTADO 2021-2027



TURISMO  
SECRETARÍA DE TURISMO

Gobierno que te escucha, entiende y actúa.  
**CATORCE**  
Presidencia Municipal 2024 - 2027

**VIVE  
CATEMACO**



Del 29 de octubre al 2 de noviembre  
*Guanajuato Capital*

## MUJERES DEBEN CONOCER Y ENTENDER EL CICLO MENSTRUAL PARA PREVENIR ENFERMEDADES.

Por: Erick Olivo | Co+Co

Instituto Médico de la Mujer, S.C.  
Centro Gineco-Obstétrico



Tener un conocimiento adecuado y correcto sobre el ciclo menstrual es fundamental para alcanzar el bienestar de las mujeres porque ello permite que se logre una mejor salud general pero que además permite que se puedan prevenir y tratar a tiempo algunas enfermedades como el Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP), o la endometriosis, alertó el doctor Carlos Maquita, especialista en ginecología y obstetricia, así como en biología de la reproducción humana.

El médico certificado por el Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia (COMEGO), detalló que el ciclo menstrual es un proceso natural que ocurre en las mujeres que están en edad fértil. "Generalmente ocurre en un lapso de entre 21 y 35 días (aunque la duración puede variar), y es en ese proceso que una serie de cambios hormonales prepara al cuerpo para un posible embarazo, ante lo cual es muy importante que las parejas que tienen el sueño de tener un bebé estén informadas al respecto".

El doctor Maquita Nakano, director del Instituto Médico de la Mujer, apuntó que el ciclo menstrual se divide en varias fases, a saber:

**I. Fase folicular:** Comienza el primer día de la menstruación y se extiende hasta la ovulación. Durante esta fase el cuerpo libera hormonas que estimulan el crecimiento de los folículos en los ovarios.

**II. Ovulación:** Ocurre alrededor del día 14 en un ciclo regular de 28 días. En esta fase un óvulo maduro es liberado, lo que abre la oportunidad para la fertilización.

**III. Fase lútea:** Después de la ovulación, el cuerpo se prepara para un posible embarazo, pero si el óvulo no es fertilizado la producción de hormonas disminuye, lo que lleva al término de la menstruación.

El también integrante de sociedades médicas en Europa, Estados Unidos, Latinoamérica y por supuesto México, añadió que, en caso de detectar alteraciones durante el ciclo menstrual, se debe acudir con un profesional de la salud y evitar remedios caseros.

El doctor Maquita destacó que para tener la información adecuada se debe realizar una valoración para tener un diagnóstico oportuno con los profesionales de la salud. "Sólo un médico especialista puede indicar el tratamiento a seguir, en caso de ser necesario. Los remedios caseros y los consejos de las comadres pueden empeorar alguna situación que requiera un medicamento o un procedimiento especial".

La salud menstrual es un componente crucial del bienestar integral de las mujeres, cada mujer puede empoderarse y tomar el control de su salud reproductiva, dijo el doctor Maquita, "fomentar la conversación para desestigmatizar el ciclo menstrual y proporcionar educación accesible son pasos críticos hacia la mejora de la salud menstrual".

L'ÉTAPE  
MAZATLÁN  
by TOUR DE FRANCE



NOV

09

2025

UNA ETAPA EN LA PERLA DEL  
PACÍFICO QUE NO VAS A OLVIDAR.

# MODA.

## NUEVA COLECCIÓN INSPIRADA EN LA ARMONÍA CAMBIANTE DE LA NATURALEZA.

Por: Luis García | ESinCom

En la historia de los árboles, pocos evocan una belleza tan serena y simbólica como el arce. Un símbolo de transformación y renovación cuyas hojas repletas de contornos suaves y elegantes se convierten en una representación fiel sobre lo efímero, lo delicado y al mismo tiempo lo eterno.

Con sus ramas y su follaje, el arce florece en su plenitud durante el momento más fresco y vibrante del año. No es el otoño con su melancolía cromática lo que guía esta colección, sino la exuberancia del arce en su máximo esplendor, cuando el verde de sus hojas se intensifica y el árbol se convierte en una celebración de la vida misma.

La colección **ARCE** nace precisamente de ese instante, como un homenaje a la naturaleza, a la belleza orgánica y a su transformación constante. Un tributo emocional y profundamente íntimo cuya inspiración brota del jardín privado de **Lola Pascual**, miembro de la familia **Suarez**.

En esta ocasión y de manera excepcional, **Lola Pascual** ha sido la diseñadora de esta colección tan especial, como un gesto de amor hacia el árbol que la ha acompañado en los días tranquilos de su propio jardín. Toda una declaración artística que une lo efímero de la naturaleza con el carácter eterno de la joyería.

La colección **ARCE** se presenta en dos universos diferentes, similares, y al mismo tiempo complementarios: La colección principal de alta joyería, con monturas en oro blanco, y su declinación en oro amarillo, ambas con diferentes variaciones de diamantes y esmeraldas engastadas.



# SUAREZ

## ARCE | 2025



PALS PAR

I EDICION PALS PAR

“LAS HADAS” Manzanillo

Noviembre 15

Colima, México.

# Destinos.

## PUNTA MITA | GUÍA PARA DESPEDIR EL AÑO DESDE EL PACÍFICO.

Por: Camila Martínez | AComp.

El fin de año en **Punta Mita** siempre llega cargado de magia. Desde Acción de Gracias hasta la esperada noche de Año Nuevo, los clubes de playa se transforman en escenarios donde la gastronomía, la música y las tradiciones se disfrutan en comunidad.

La temporada comienza el 27 de noviembre con las cenas de Acción de Gracias en Pacifico Beach Club y El Surf Club, que presentan menús especiales donde el pavo rostizado, las ensaladas frescas y los postres de temporada invitan a compartir en familia. Durante esos días, el ambiente se llena de ritmo con noches de karaoke, ritmos latinos, cine bajo las estrellas y la tradicional liberación de tortugas, una experiencia que conecta con la naturaleza y las raíces del destino.

Las celebraciones continúan con la llegada de **Santa Claus** y el brunch navideño, donde los niños viven la ilusión de la temporada mientras los adultos disfrutan una propuesta gastronómica de inspiración local. Para cerrar el año, **Punta Mita** invita a celebrar con dos experiencias icónicas: una cena especial frente al mar en Pacifico Beach Club —con platillos como ravioli de langosta, carpaccio de res o rib eye acompañado de vino Nebbiolo— y la inolvidable **White Nights** en Kupuri Beach Club, una fiesta que combina estaciones gourmet, música en vivo y una atmósfera vibrante junto a las olas.

Cada encuentro en Punta Mita está pensado para reunir a familias y amigos alrededor de la mesa, la música y el mar, creando recuerdos que se vuelven parte de las tradiciones más emocionantes y esperadas del año.



La mejor opción en promoción y difusión  
para sus...

## Productos y Servicios

# 16

# AÑOS



# UNO

el inicio de todo

## DIGITAL



55-3728-3029 · 55-6167-8395  
ventas@revisauno.com  
redaccion@revisauno.com  
unoeliniciodetodo@gmail.com

Tel. 55 3728 3029

De 9:00 am a 15:00 pm L-V



UNOREVISTA



@REVISTAUNO1



UNOELINICIODETUDO

WWW.REVISTAUNO.COM

©

**QUÉ CHIDO PROBAR  
NUEVAS FORMAS DE  
CONVIVIR CON TUS HIJOS.**

**NO ESTÁ**   
**Chido**  
**QUE PRUEBEN FUMAR.**



INFÓRMATE AQUÍ



**Consejo de la Comunicación**  
**Voz de las Empresas**

