

## EVENTOS



XANAT:  
NUEVA CHEF,  
NUEVO MENÚ

## EVENTOS



CENA SOLIDARIA  
EN EL LICEU

## JURÍDICO



NULIDAD DE CONVENIO  
SUSCRITO EN EL  
JUICIO LABORAL

## CAPACITACIÓN



SELECCIÓN DE  
PERSONAL PARA LÍDERES  
DE RESTAURANTES



## GASTRONOMÍA



INVOLUCRANDO  
AL COMENSAL:  
LAS COCINAS ABIERTAS

## GASTRONOMÍA



OTTOLENGHI, EL HOMBRE  
QUE HA REVOLUCIONADO  
LA FORMA DE COMER

## MUNDO

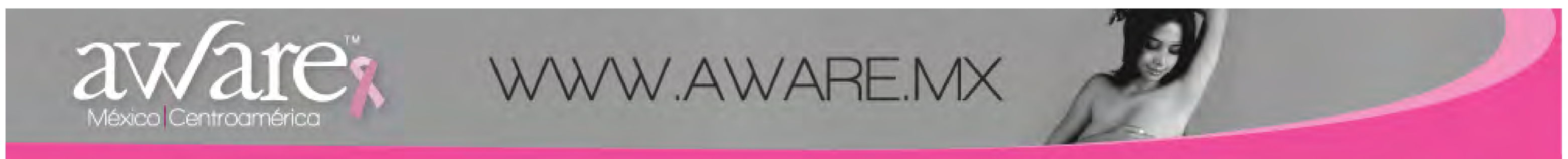


INGLESES TIENEN  
EL MEJOR DESAYUNO  
DEL MUNDO

## SALUD



PAD AWARE® PRESENTE EN  
LA 5TA. CARRERA CONTRA  
EL CÁNCER DE MAMA





XANAT

♦ BISTRO & TERRACE ♦

## NUEVA CHEF • NUEVO MENÚ



**Jennifer Fernández llega como revelación gastronómica a Xanat como una de las pocas mujeres en liderar un restaurante hotelero.**

Jennifer L. Fernández, la nueva Chef Ejecutiva de Xanat renovará la sazón del restaurante, *“espero crecer con la cocina de Xanat, compartir mi influencia con detalles que se queden grabados en el paladar, una mezcla de sabores mexicanos y un poco del extranjero, esto hará de Xanat una sorpresa”*, comentó Jennifer.

Xanat con la inspiración en la cultura azteca se funde como complemento de la personalidad de la marca JW Marriott Mexico City resaltando el sabor de cada platillo y el compromiso que tiene con cada comensal de enaltecer el sabor y la calidad de cada elemento de la cocina, así Jennifer Chef Ejecutiva del restaurante aportará la sazón y calidez para que cada día los comensales sean sorprendidos.

Lo nuevos platillos destacan los sabores y olores característicos de México, *“México es un país rico en sabores, tu puedes distinguir desde el chile, las tlayudas, el epazote, los quesos, el chocolate, los platillos que estamos presentando son eso, para que pienses México y que aquel comensal extranjero pruebe un poquito de nuestra raíz”*, mencionó Jennifer L. Fernández.

El hotel JW Marriott Mexico City renueva su propuesta para el restaurante Xanat, ubicado en el corazón de Polanco, con vista a Campos Elíseos con un ambiente tranquilo y agradable que te sorprenderá. El restaurante con concepto mexicano, pues Xanat significa “flor de vainilla” en Totonaca, presenta a su Chef de casa Jennifer L. Fernández y sus platillos que se introducirán a partir de esta semana en la carta, con un ambiente de lujo, un servicio de excelencia y sabores extraordinarios, no podrás dejar de probarlos.





El menú comprende cuatro tiempos, salpicón de cecina de res montado en una tlayuda oaxaqueña con un mix de lechugas, jitomate cherry, cebolla morada rebozada, aguacate, zanahoria y vinagreta de cítricos con toque de orégano, seguimos con una sopa de frijol con choriza, servida en un pan campesino hecho en el momento con epazote, queso chiapaneco, chorizo oaxaqueño y crema agria.

El plato fuerte es sin duda una delicia, enchiladas de pato con mole coloradito, servidas con crema ácida, cebolla cambray y queso chiapaneco, el postre comprende un mousse de chocolate semi-amargo con ají y sorbete de plátano, detalles dulces que siempre están presentes en la cocina de Xanat.

Esta nueva etapa de Xanat espera ser una sorpresa, ya sea en una comida o cena de trabajo, incluso una reunión de amigos; los servicios que Xanat ofrece siempre te harán quedar bien. Xanat cuenta con un privado para máximo 20 personas que bajo reserva- ción será útil para cualquier reunión de ne-

gocios o evento especial y así deleitarse de todo lo que ofrece el restaurante de una ma- nera más personalizada.

Con productos de excelente calidad y un servicio distintivo, JW Marriott Mexico City continua innovando para ofrecer alternativas no sólo a los huéspedes sino también a quié- nes quieren disfrutar de una cocina moderna con raíces mexicanas en un ambiente trendy.

Xanat Bistro & Terrace es un buen lugar para impresionar a un jefe, a tu equipo de traba- jo o también para consentir a tu pareja o celebrar el cumpleaños de tus papás, está abierto de lunes a domingo y cuenta con una terraza estupenda, valet parking, área para fumar, internet inalámbrico y el ambiente es sumamente agradable, la comida es mexica- na e internacional para todos los gustos.

El teléfono en el que puedes hacer reserva- ciones es el 59-99 00-66. Prepara tu paladar para conocer la sazón del chef de Xanat Bistro & Terrace.



INICIO

---

FUENTE  
GASTRONOMÍA & CÍA.

---

## CENA SOLIDARIA EN EL LICEU A CARGO DE CUATRO CHEFS CON ESTRELLA MICHELIN



---

La Gran Nit Solidària al Liceu (Gran Noche Solidaria en el Liceu) es una iniciativa con la que se pretende recaudar fondos para el Casal dels Infants que ayuda a los niños y jóvenes más desfavorecidos de Barcelona. Es una Cena Solidaria en el Liceu a cargo de cuatro chefs con estrella Michelin, Albert Adrià, Carles Gaig, Carles Abellán y Nandu Jubany, que tendrá lugar el próximo 9 de septiembre.

---



Algunos de los reconocidos cocineros catalanes llevan años realizando actos solidarios en favor de los niños y jóvenes en riesgo de exclusión de los barrios más vulnerables de Barcelona, por ejemplo con el espectáculo Ferrán Adrià i la Fàbrica de Comida Solidaria o la Tapa Solidaria. Pues bien, se prepara una nueva iniciativa solidaria cuya recaudación se destinará al Casal dels Infants de Barcelona, quien dedica todo su esfuerzo a este desfavorecido colectivo.

Será el próximo mes de septiembre cuando se celebre la Gran Nit Solidària al Liceu (Gran Noche Solidaria en el Liceu), fruto

de la colaboración del Gran Teatre del Liceu, el Casal dels Infants, LetsBonus y los cocineros que ofrecerán la cena, ellos son Albert Adrià, Nandu Jubanh, Carles Abellán y Carles Gaig.

La noche del 9 de septiembre el escenario del Liceu se convertirá en una cocina en la que los cuatro chefs elaborarán un menú especial. A él podrán acceder 400 personas, son las plazas que hay para disfrutar de la Cena Solidaria en el Liceu a cargo de cuatro chefs con estrella Michelin, y el precio para poder disfrutarla es de 129 euros. Recordemos que los fondos recogidos en este evento se destinarán a la atención

de unos 6.000 niños y jóvenes necesitados de la Ciudad Condal gracias al trabajo desarrollado por la Asociación Casal dels Infants.

Durante la experiencia gastronómica que supone la Gran Nit Solidària al Liceu, la música se unirá a la gastronomía con el Coro del Liceu, realizarán una actuación musical especial para la ocasión, con distintos actos, como los distintos platos. A continuación os mostramos cómo se plantea el menú degustación de este evento solidario, aunque no se conocen los platos que elaborará cada chef, pero sí que armonizarán con los vinos de Bodegas Gramona.



## MENÚ GRAN NIT SOLIDÀRIA AL LICEU

Preludio (Buffet en el Foyer)  
Surtido de 11 tapas de autor a cargo de Albert Adrià, Carles Abellán, Carles Gaig i Nandu Jubany  
Ópera (Escenario Liceu)

### Primera degustación musical\*

1º ACTO (Entrante frío)  
por Carles Abellán

### Segunda degustación musical\*

2º ACTO (Entrante caliente)  
por Carles Gaig

### Tercera degustación musical\*

3º ACTO (Plato principal)  
por Nandu Jubany

### Cuarta y última degustación musical\*

4º ACTO (Postre)  
por Albert Adrià

### Cafés Novell y Petits Fours

Bodega de vinos y cavas de Gramona

*\*Degustaciones musicales a cargo del Coro del Gran Teatre del Liceu.*

INICIO

## NULIDAD DE CONVENIO SUSCRITO EN EL JUICIO LABORAL

La presente Jurisprudencia favorece al patrón, cuando se lleve a cabo Convenio Laboral ante la Junta de Conciliación y Arbitraje, cuando contenga renuncia de derechos del trabajador, la carga de haber tenido alguno no reconocido corresponderá al actor, sin que proceda sustentarse en las cargas probatorias que regían en el juicio original, **puesto que se produjo una modificación sustancial por efecto del convenio ratificado ante la Junta, por lo que el patrón ya no tendrá la carga de conservar pruebas.**

**NULIDAD DE CONVENIO SUSCRITO EN EL JUICIO LABORAL PARA DAR POR CONCLUIDO EL CONFLICTO. SI SE ADUCE RENUNCIA DE DERECHOS, CORRESPONDE AL ACTOR LA CARGA DE LA PRUEBA.**

Si se promueve un juicio de nulidad de convenio conforme a la jurisprudencia 2a./J. 162/2006, de la Segunda Sala de la Suprema Corte de Justicia de la Nación, publicada en el Semanario Judicial de la Federación y su Gaceta, Novena Época, Tomo XXIV, diciembre de 2006, página 197, de rubro: **“CONVENIO LABORAL. LA NULIDAD DEL CELEBRADO ANTE LA JUNTA DE CONCILIACIÓN Y ARBITRAJE PARA DAR POR CONCLUIDO UN CONFLICTO, DEBE DEMANDARSE EN UN NUEVO JUICIO.”**, el órgano jurisdiccional, al resolver, no puede dar por sentado que lo que el actor reclamó en el juicio original constituía un derecho reconocido. Así, al haberse suscrito un convenio entre el actor y el demandado en la etapa de conciliación (cuando aún no existía reconocimiento alguno de derechos en favor del actor) y ese convenio es ratificado ante el Tribunal de Conciliación y Arbitraje, el que declaró que no contenía renuncia de derechos en perjuicio del trabajador, lo que implica que lo examinó conforme al artículo **33 de la Ley Federal del Trabajo**, corre a cargo de éste probar que se produjo renuncia de

derechos en su perjuicio y que, por ende, debe nulificarse. En ese sentido, el trabajador puede allegar cualquier medio de convicción que acredite que el convenio contiene una estipulación nula por contravenir el artículo **123, apartado A, fracción XXVII, de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos**, o el citado numeral 33; lo anterior es así, puesto que para que exista renuncia de un derecho, es necesario que el trabajador lo tenga y que mediante el convenio se haya invalidado o desconocido. Por consiguiente, si bien la ley y la jurisprudencia permiten la nulificación de un convenio cuando contenga renuncia de derechos del trabajador, la carga de haber tenido alguno no reconocido corresponderá al actor, sin que proceda sustentarse en las cargas probatorias que regían en el juicio original, puesto que se produjo una modificación sustancial por efecto del convenio ratificado ante la Junta, por lo que el patrón ya no tendrá la carga de conservar pruebas y aportarlas para destruir las presunciones procesales que en el primer juicio operaban para el trabajador, pues fundadamente tendrá motivos para considerar extinguido definitivamente el conflicto. Consecuentemente, no pueden conferirse a los juicios de nulidad de convenio celebrado en juicio diverso los efectos de una prosecución del original, de una nueva oportunidad para ejercer una acción, en principio, extinguida por efectos del desistimiento, menos aún de una exención al actor de sustanciar un juicio que posibilite a su contraparte defenderse con amplitud de los reclamos que se le hagan.

**PRIMER TRIBUNAL COLEGIADO EN MATERIA DE TRABAJO DEL DÉCIMO SEXTO CIRCUITO.**

Amparo directo 546/2014. Francisco Javier García Moreno. 13 de noviembre de 2014. Unanimidad de votos. Ponente: Francisco González Chávez. Secretaria: María Guadalupe Mendiola Ruiz.

## PRÓXIMO CURSO | SELECCIÓN DE PERSONAL PARA LÍDERES DE RESTAURANTES



<b>OBJETIVO</b>	El participante conocerá los elementos fundamentales en el proceso de selección de personal para análisis de puestos, elaboración de perfil en la requisición de personal y la estructuración de baterías psicológicas para selección de personal en puestos de niveles altos o gerenciales, intermedios y operativos.		
<b>TEMARIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué características debe tener un buen empleado?</li> <li>- Métodos de Búsqueda</li> <li>- Métodos de Entrevista</li> <li>- Investigación de Referencias</li> <li>- Principales problemas en el personal (Temas clave a tener cuidado)</li> <li>- Aspectos que pueden ayudar a disminuir la rotación</li> </ul>		
<b>DIRIGIDO A</b>	Gerentes, Recursos Humanos y/o dueños de Restaurantes.		
<b>FECHA</b>	Miércoles 5 agosto 2015	<b>HORARIO</b>	9:00 a 13:00 hrs.
<b>LUGAR</b>	Oficinas AMR, Torcuato Tasso 325 Int. 103, Col. Polanco	<b>COSTO</b>	<b>\$1,300 + IVA</b> Socios: \$1,000 + IVA
<b>PONENTE</b>	Lic. Antonio Piñón / Go Business!		
<b>INFORMES</b>	Noemí Alarcón / nalarcon@amr.org.mx / Tel. 5250 1146 - 5531 0911		

CUPO LIMITADO (25 Participantes) | Descuento del 20% en más de 3 participantes.

**INICIO**



ufs.com |  Unilever Food Solutions

## JORNADAS SUSTENTABLES

**4 de agosto**  
*"Guía de desperdicios"*

**11 de agosto**  
*"Desecha con responsabilidad"*

**18 de agosto**  
*"Tecnología en la conservación de los alimentos"*

**25 de agosto**  
*"Sustentabilidad en la mesa"*

**10:00 am a 2:00 pm\***  
**Centro Culinario Unilever Food Solutions**

*\*Servicio de Transporte en la Asociación Mexicana de Restaurantes: 8:30am en Torcuato Tasso #325 Interior 103 Col. Polanco*

Para certificar a las Jornadas es necesario asistir a todas las sesiones.

INICIO



---

TEXTO  
ADRIÁN URBANO

---

# INVOLUCRANDO AL COMENSAL: LAS COCINAS ABIERTAS

*Diganmelo y lo olvidaré  
Muéstrenmelo y podría recordarlo  
Involúcrenme y los comprenderé.*

**Benjamín Franklin**

Mostrar al salón del restaurante imágenes y sonidos de la preparación y presentación de los platillos es una de las características de las cocinas de la última década del siglo XX y comienzos del XXI. Estas cocinas, pertenecientes a las llamadas “cocinas de vanguardia” fueron las responsables de despertar el interés epistemológico de la gastronomía en la sociedad occidental. Debido a su visión profunda del fenómeno alimentario es entendible que los restaurantes de estas corrientes mostraran al público la actividad y el talento involucrado en la plenitud de la experiencia gastronómica.

Según Pau Arenós, periodista y crítico gastronómico español, antiguamente las cocinas pertenecían a la sombra de los sótanos y entresijos, este lugar ocupada la misma posición que el cuarto de lavado o despacho del administrador. Sin embargo, luego del auge “vanguardista” de la cocina, que repensó las disciplinas y aptitudes involucradas en el

fenómeno alimentario, es que el cocinero alcanzó el título de “artista” y “genio”. Con este nuevo nombramiento en la primera década del siglo XXI numerosos restaurantes decidieron convertir la preparación de alimentos en parte fundamental de la experiencia gastronómica.

La “cocina de vanguardia” no es del todo innovadora en esta experiencia, ya en los países asiáticos la preparación de platillos a la vista era muy común, se suma el servicio al gueridón y los shows ofrecidos por los bares de coctelería avanzada. Uno de los fundamentos de esta experiencia radica también en la ética profesional, la cocina al descubierto permite dejar claro a los comensales el compromiso por la higiene y las buenas prácticas de manufactura. Estas cocinas se distinguen de sus predecesoras por su transparencia en la práctica y por tanto en la garantía de alimentos inocuos.



FOTO: Cocina abierta del Restaurante Escuela Zéfiro.



Asimismo, esta práctica arquitectónica fue un resultado también de la interpretación del nuevo marketing de servicios que gracias a autores como Philip Kotler orientó los esfuerzos de la marca hacia la creación de valor. La transición de una marca que sólo ofrece productos/servicios a una que ofrece experiencias holísticas, requirió de un mapeo general de la organización para detectar, además de los elementos tangibles, aquellos detalles o momentos que podían brindar emoción, pertenencia y profunda lealtad a los clientes. Hacer partícipes a los comensales de un restaurante del proceso de elaboración de los alimentos equivale a la famosa taberna que conquistó el mercado haciendo correr por sus salones tuberías transparentes que permitían ver los deliciosos líquidos cruzar de un lado a otro hacia los grifos de venta.

Para Raymond Schefer, una experiencia debe involucrar relaciones entre personas, escenas y pensamientos. Puede decirse que las cocinas de nuestros tiempos se desarrollan bajo un concepto de unidad donde se busca colocar a la vista el esfuerzo de la mayoría de los elementos que hacen posible dicha experiencia. Esta "vista" puede ser literal, como el caso de la cocina abierta o simbólica, mediante alguna mención, foto o elemento que de fe de todo el engranaje que hay detrás. Al final, la intención es dar a cada uno el justo valor por su trabajo y forma parte de un discurso estético que pregona la sinergia indispensable para lograr la satisfacción total del comensal.

Benjamín Franklin lo sabía hace tres siglos, involucrar a las personas en un proceso les permite comprenderlo mejor y al comprenderlo, apreciarlo, convencerse, apoyarlo y favorecerlo con su preferencia por un largo tiempo.

FUENTE  
EL CONFIDENCIAL

# OTTOLENGHI, EL HOMBRE QUE HA REVOLUCIONADO *LA FORMA DE COMER*

Este chef de origen israelí tiene la intención de mejorar el mundo a través de los alimentos, que pueden ser una sabrosa medicina preventiva.



Chef de profesión, israelí de nacimiento y obsesionado con mejorar el mundo desde su cocina, Yotam Ottolenghi está llamado a cambiar la forma de comer de la clase media. A sus 44 años, la influencia que ejerce en los hábitos alimenticios de los británicos es enorme, aunque lo normal es que ni siquiera nos suene su nombre. Pero quizá por poco tiempo, ya que desde su viaje por diferentes islas mediterráneas la cultura culinaria de Mallorca lo engatusó y está dispuesto a convertirse en su mejor embajador.

*"No conocía mucho las islas mediterráneas, pero tenía bastantes expectativas. Antes de llegar a Mallorca tenía el prejuicio de que todo sería demasiado turístico y de que me costaría encontrar la auténtica cocina local. Sin embargo, me sorprendí gratamente de la*

*cocina local, que es realmente especial",* asegura el chef en una entrevista concedida al diario británico The Times.

El aceite y las especias corren de su cuenta, la seña de identidad de las tiendas-restaurantes que tiene repartidas por Londres, aunque lo que realmente está impulsando es una cocina cercana al vegetarianismo, con muchas más verduras, menos grasas y, en definitiva, más saludable. El punto de picante y las hierbas salvajes (principalmente hinojo, con propiedades ampliamente utilizadas en la medicina alternativa) son dos de sus secretos revelados, junto a las harinas ecológicas, como las de cebada. En definitiva, una distintiva mezcla de sabores procedentes de Oriente Próximo con un toque occidental.



## Medicina preventiva mediante la alimentación

La lucha contra la obesidad sin dejar de disfrutar del placer de comer es la particular forma con la que Ottolenghi quiere contribuir a mejorar el mundo (y salvar las cuentas de los servicios públicos de salud). El éxito que está teniendo entre la sociedad británica no se debe sólo a que no pare de abrir nuevos restaurantes, sino también a que ya es una auténtica estrella televisiva. Su columna *The new vegetarian* en el diario *The Guardian*, una de las más leídas sobre cocina, junto con la receta recomendada de la semana en el mismo diario, son dos de sus altavoces para hacer pedagogía sobre cocina saludable. Medicina preventiva en forma de alimentación, con platos ricos y saludables.

## Ottolenghi ha puesto de moda la cocina vegetariana y las especias con propiedades curativas para la salud

Ottolenghi siempre trata de aprovechar sus viajes para incorporar nuevas especias y alimentos saludables, además de deliciosos, a su cocina. La gran mayoría desconocidos para el gran público pero que han sobrevivido en las sociedades tradicionales por sus beneficios nutricionales y para el paladar. Eso mismo ha hecho en Mallorca, donde descubrió las veleidades de las naranjas y tomates autóctonos que el clima ha moldeado para sacarles el mejor rendimiento genético. De Mallorca, a sus tiendas, física y online, y de éstas a la mesa de los británicos, que ya gozan de un colorido bien diferente al que tenían antes del imparable éxito de este mediático chef.



## El chef que ha cambiado el *fish and chips* por las verduras

La posibilidad de que el fenómeno Ottolenghi sea una simple moda pasajera, de la que ya están tomando nota varias cadenas de supermercados británicos que han puesto a la venta los productos que él ha hecho famosos, no atormenta al chef. "Suena un tanto arrogante que sea yo quien diga que he cambiado la forma de comer de la gente. En realidad lo que ha sucedido es que he sabido estar en el lugar y el momento adecuado y aprovecharlo", explica. Aunque reconoce que es "todo un honor", que haya sido el responsable de introducir ciertos alimentos y, sobre todo, especias en la vida de los británicos.

El reconocimiento público y la buena imagen que se ha granjeado le ha servido incluso para hacer proselitismo de su condición de homosexual. De

hecho, después de adoptar a un niño mediante gestación subrogada (vientre de alquiler), una práctica ilegal en el Reino Unido, se ha convertido en un férreo defensor de la adopción por parte de los homosexuales. "Nunca he hecho campañas por nada en toda mi vida, pero creo que hay que apoyar la legalización de la gestación subrogada porque la paternidad es algo maravilloso y todos deberíamos poder disfrutar de ella sin tenerse que ir a EEUU", explica.

La paternidad no le ha impedido seguir con su frenético ritmo laboral. Además de gestionar sus negocios, no descuida los programas televisivos (está a punto de estrenar una nueva temporada) y la publicación de libros sobre cocina. Ahora mismo, según adelanta el propio chef, está acabando de escribir un libro sobre los beneficios cocina vegetariana y otro sobre recetas del mundo.

---

FUENTE  
COCINA Y VINO

---

# INGLESES *TIENEN EL MEJOR DESAYUNO* DEL MUNDO




---

El menú de desayuno en Inglaterra, de acuerdo a estudios de expertos, es el ideal para aportar la cantidad de energía necesaria para comenzar el día; gracias a los componentes en su plato llenos de proteínas, como las salchichas y huevos.

---





Pese a no ser el más saludable, sin duda alguna, el plato inicial de la mayoría de los ingleses es muy tradicional y se compone de ingredientes que tienen muchos años acumulados de costumbres; tal y como lo destacó un periodista de la BBC de Londres, quien junto a una escritora, recorrieron diferentes restaurantes y hogares londinenses para comprobar, probar, y disfrutar de esta teoría.

El desayuno de los ingleses se compone, por lo general, de dos huevos, salchichas, frijoles, tomates fritos y pan tostado. Una combinación que resulta altamente cargada en calorías, pero que resulta, según la población de Inglaterra, difícil de encontrar en cualquier lugar.

Así, el periodista David Farley, acompañado de la escritora local de comida Lizzie Mabbott, recorrió algunos restaurantes, donde el desayuno en general se componía de huevos, frijoles, salchichas o tocino, café o té, pan tostado y el postre.

La escritora agregó que la mayoría de los ingleses, si bien gustan del sabor de los granos en el desayuno, así como del tomate, éstos no resultaban atractivos junto con los huevos.

## Orígenes en la realeza

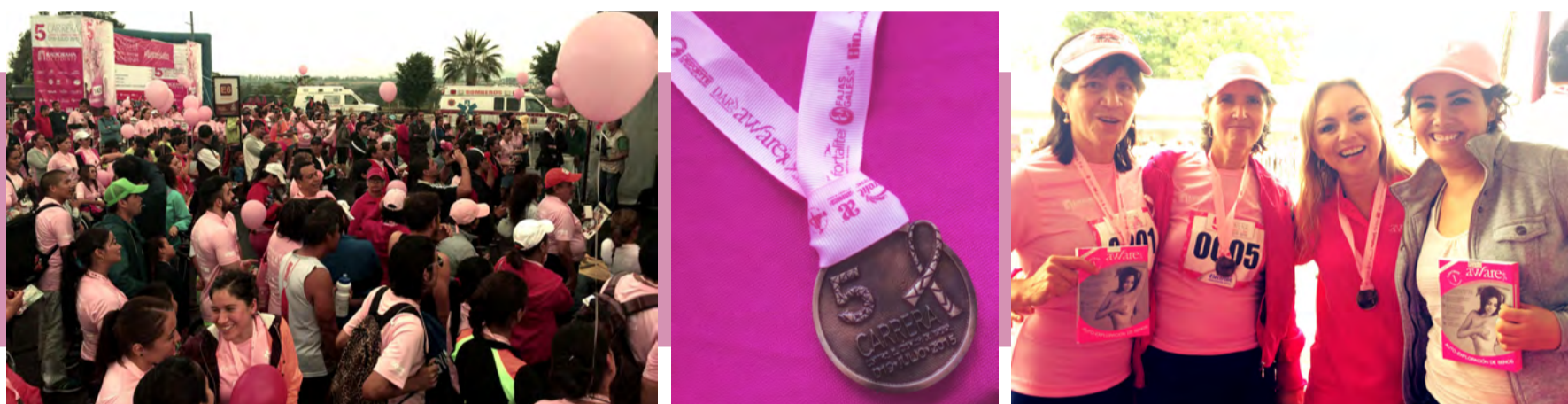
Según datos de The English Breakfast Society, el origen del desayuno inglés se remonta a principios del siglo XIX, donde las personalidades de la realeza comían por las mañanas, antes de salir a cazar. Posteriormente, la clase media emuló la comida de la monarquía, y fue entonces cuando la clase obrera se dio cuenta que el desayuno era fundamental para empezar un día de jornada fuerte.

Por esta razón, el periodista londinense David Farley comprobó, que si bien el desayuno inglés es uno de los más altos en calorías, también es uno de los que aportan más energía para los labores del día, además de que puede decir que es de los más deliciosos.



PRESENTE EN LA

# 5TA. CARRERA CONTRA EL CÁNCER DE MAMA



El pasado domingo 19 de julio del 2015, **Pad Aware®** estuvo presente en la 5ta Carrera Contra el Cáncer de Mama que organizó la cadena de radio Radorama de Occidente en la Universidad Autónoma de Guadalajara en Jalisco.

Estuvieron presentes más de 2,500 personas que se sumaron al movimiento con el hashtag **#AyudarlasEsLaMeta**. Fue un evento con causa ya que los fondos recaudados serán destinados a un programa de reconstrucción mamaria. Uno de los casos es el de una mujer participante de 30 años de edad, quien en su momento detectó una protuberancia al acudir al médico; después de realizarse una biopsia le extrajeron un quiste y 15 días después de haberse realizado este procedimiento le diagnosticaron Cáncer de Mama. Le hicieron una cuadrantectomía para evaluar

el daño y la consecuencia fue la extracción de su seno izquierdo mediante una mastectomía radical modificada. Ahora puede contarlo y vivirlo con alegría ya que a su corta edad le será reconstruido su seno izquierdo.

Cabe señalar que fue un evento de alto compromiso y con un fin social impactante pues participaron en su gran mayoría mujeres con el gran entusiasmo de contribuir a la causa, ya que en México el Cáncer de Mama aumenta año con año afectando fuertemente al grupo de edad entre los 40 a 59 años.

**Pad Aware®**, es un dispositivo auxiliar en la auto-exploración de senos para la detección oportuna de anomalías y protuberancias que pueden desencadenar en un Cáncer de Mama. La presencia de **Pad Aware®** en el evento ayudó a propor-

cionar información fundamental a todas las mujeres y hombres interesados, ya que este dispositivo compuesto por dos capas de latex con un líquido sellado al centro proporciona hasta 5 veces más la sensibilidad al momento de realizar la auto-exploración provocando una fricción entre los dedos y la piel.

El objetivo principal de participar en este tipo de eventos es contribuir en la cultura de auto-exploración de todas las mujeres del país, sobre todo en un segmento mucho más joven (25 años en adelante), ya que estudios e investigaciones confirman que una detección oportuna hace la diferencia en la lucha contra el Cáncer de Mama.

La auto-exploración de senos  
**ESTÁ EN TI! Acude a tú médico**  
 Para mayor información visita  
**Facebook: AWARE OFICIAL**

**INICIO**