

# Voces

EDICIÓN ABRIL



## A RECONOCIMIENTO LA TRAYECTORIA

Favor de dejar la revista en su lugar después de leerla.

3	Valor del mes
4	Producto del mes.
5	Equipos autodirigidos
6	Día mundial del agua.
8	Lactancia materna.
9	Coca Cola en el arte.
10	Reconocimiento a la trayectoria.
13	Medidas de prevención para la diarrea.
14	Seguridad.
15	Chistes y trivias.
16	Cumpleaños Planta Tepic.
17	Cumpleaños Centros de Distribución.
18	Antigüedad Planta Tepic.
19	Antigüedad Centros de Distribución


Dudas y aclaraciones

[comunicacion@elnayar.com](mailto:comunicacion@elnayar.com)

Visita nuestras redes sociales

[www.grupoembotelladornayar.com](http://www.grupoembotelladornayar.com)

 Grupoembotelladornayar

 Grupo Embotellador Nayar

 @GENayarOficial



**DIRECCIÓN EDITORIAL**  
MDO. JOSÉ A. FÉLIX CARRILLO

**COORDINACIÓN EDITORIAL**  
DIEGO ALEXIS VARGAS

**DISEÑO EDITORIAL**  
NIMZY SINHAÍ MEZA JAIME  
CINDY LUCIA MURUA

**COLABORADORES**  
IVÁN RODRÍGUEZ  
JAIRO CURIEL

# ACTITUD DE SERVICIO



Una buena actitud de servicio es el deseo, interés y buena disposición por ayudar a los demás y hacerlo de una manera asertiva. La actitud se va consolidando con la práctica, adquiriendo mayores competencias personales, sabiendo resolver problemas, y dominando los procesos.

# AdeS

Te da fuerza  
para hacer más  
durante el día



# Equipos Autodirigidos

## EQUIPO GANADOR DEL MES DE MARZO “LOS FOGONEROS”



Felicitemos a los equipos Fogoneros, Halcones, Castores y Osos por su excelente desempeño y por haber obtenido una efectividad de 100% en el recorrido del mes de Marzo.

Agradecemos su trabajo y apego a la metodología de Equipos Autodirigidos, continuen cosechando éxitos, de la misma manera invitamos a los demás equipos a continuar con su arduo trabajo.

# Día mundial del agua

Como bien sabes, el agua es esencial en el desarrollo sostenible. Las Naciones Unidas decretaron en el Objetivo de Desarrollo número 6 garantizar la disponibilidad de agua, su gestión sostenible y el saneamiento. Por eso este 22 de marzo, Día Mundial del Agua, en la Industria Mexicana de Coca-Cola celebramos recordándote la importancia del vital líquido y cómo a través nuestras iniciativas, puedes contribuir a su uso eficiente y cuidado. ¡Conócelas!

-Regresamos a la naturaleza el **100% del agua** que utilizamos en la elaboración de nuestros productos.

-Captamos el agua para apoyar la recuperación forestal y aumentar su disponibilidad a través de 5 proyectos.

-Ollas captadoras de agua de lluvia para su uso en agricultura, acuicultura y abrevaderos. **Se han beneficiado a 29,638 personas.**

- Cisternas comunitarias **aumentan la disponibilidad de agua** para uso doméstico, riego de huertos y zonas forestadas.



## 1 Sabías que...

El 60% de nuestro cuerpo está compuesto por agua. También el 70% del cerebro, el 25% de los huesos y el 83% de la sangre.



- **Techos captadores** y huertos de traspatio se pueden sembrar hortalizas con agua que se captura en los techos. Se han beneficiado a 15,638.

- **Plantas purificadoras de agua** aumentan la disponibilidad de agua potable y disminuyen el consumo de fuentes subterráneas. Se han beneficiado a 24,516 personas.

-Plantas de tratamiento de agua residual se busca devolver agua más limpia a la naturaleza. **Se han beneficiado a 4,460 personas.**



El agua es uno de los recursos naturales fundamentales y es uno de los cuatro recursos básicos en que se apoya el desarrollo, junto con el aire, la tierra y la energía.



*Coca-Cola*

DEVUELVE EL 100% DE AGUA  
QUE UTILIZAMOS EN NUESTROS PRODUCTOS

OBTENIENDO RESULTADOS A NIVEL MUNDIAL

# IMPORTANCIA DE LA LACTANCIA MATERNA

La lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, siempre que dispongan de buena información y del apoyo de su familia y del sistema de atención de salud.

## Amamantar:

1. Reduce el riesgo de depresión post-parto.
2. Reduce el riesgo de anemia.
3. Ayuda a bajar de peso.
4. Previene el cáncer de mama, de ovario y el riesgo de osteoporosis después de la menopausia.



## Ventajas de la leche materna:

1. Contiene todos los nutrientes que el bebé necesita para crecer y desarrollarse sano, fuerte e inteligente.
2. Contiene anticuerpos especiales que protegen al bebé contra infecciones respiratorias, gripe, asma, infecciones de oído, diarreas, alergias y otras enfermedades.
3. Reduce el riesgo de malnutrición infantil.
4. Es de fácil digestión y evita el estreñimiento.

# Coca-Cola en el arte

La inspiración puede encontrarse en los objetos más sorprendidos y originales que puedas imaginar, como por ejemplo: en la botella Contour de Coca Cola. Gracias a la creación del suizo Alexander Samuelsson, las curvas fluidas y contorneadas de su envase, ha sido "musa" de famosos artistas de todo el mundo.



## Warhol: un caso aparte

Más adelante Andy Warhol fue elegido para ilustrar el lanzamiento de la denominada "New Coke" para la revista TIME. Se cuenta que entonces vertió el contenido de una botella sobre el papel para crear una formación de gotas, hizo varios bocetos con grafito, tomó algunas fotos Polaroid de la lata y escogió cuál sería la que se convertiría en el diseño final. Añadió tinta en colores rojo clásico, blanco y azul americano para la lata y un efecto ombre que va de marrón a rojo y naranja para el derrame de 'New Coke'. Con un jalador distribuyó la tinta sobre el papel y usó pegamento en las áreas de la malla de la pantalla.



## Salvador Dalí

El genio surrealista Salvador Dalí, cuyo aniversario luctuoso se conmemora el 23 de enero, representó la icónica botella contour en la pintura "La Poesía de América", de 1943. En esta obra aparecen dos jugadores de rugby, entre los cuales se aprecia una botella de Coca-Cola. El español la pintó durante su etapa americana y se cree que simboliza la anticipación de las nuevas actitudes culturales del siglo XX.



Visita de Don Toño a Atlanta

# RECONOCIMIENTO A LA TRAYECTORIA

El día 12 de marzo tuvimos la agradable visita de Don Antonio Echevarría Domínguez por motivo de la develación de un BUSTO DE BRONCE en su honor por su cumpleaños, reconociendo su trayectoria como empresario nayarita. El busto fue regalado por Martín Pérez.

Estuvo presente su hijo y actual Gobernador del Estado de Nayarit; Antonio Echevarría García y su esposa María Luisa Aguirre de Echevarría, así como nuestro Director General el Lic. Enrique Echevarría Aldrete, Gerentes de Grupo Álica y Grupo Embotellador Nayar y colaboradores de la empresa.

El Lic. Elías Faz Gerente General dirigió unas palabras, recordando los inicios de Don Antonio en esta empresa y su próximo aniversario de constitución número 65.

Así mismo el Gobernador dirigió unas palabras de felicitación y admiración a su padre y reconociendo además a todos los colaboradores por la Copa Legacy 2017, que será entregada a la empresa en Atlanta por The Coca-Cola Company.

Enseguida Don Antonio Echevarría dio unas palabras de agradecimiento hacia todos los colaboradores y a su familia. Después de esto se reveló su busto.

Al finalizar el evento pasaron a degustar unos deliciosos bocadillos y bebidas de la Familia Coca-Cola para después pasar a un recorrido por toda Planta Tepic.





# RECOMENDACIONES MÉDICAS PARA LA DIARREA

## Recomendaciones

- Consuma abundantes líquidos y suero oral, 1 taza por cada evacuación (vómito o pico febril).
- Consuma alimentos livianos y frecuentes a lo largo del día (manzana, arroz, caldos claros [pollo, pavo, conejo y pastas]).
- Tome los medicamentos ordenados, cumpla horario y dosis.
- No consuma verduras o carnes crudas.
- No consuma lácteos, gaseosas o dulces.
- Lave sus manos después de cada ingreso al baño.
- Asista a los programas de promoción y/o capacitaciones.

## Signos de alarma

- Deshidratación a pesar de ingesta abundante de líquidos (palidez de piel, lengua seca, llenado capilar +3 seg.)
- Somnolencia o cansancio.
- Múltiples episodios de vómito y diarrea.
- Fiebre posterior a 48 hrs. de inicio de tratamiento.
- Diarrea negra (oscura, ya que hace referencia a sangrado).
- Si presenta intolerancia a los medicamentos (vómitos).



### SABIAS QUE...

La diarrea de corta duración se llama diarrea aguda, es un problema común y suele durar de 1 a 2 días, pero podría durar más tiempo. La diarrea que dura por lo menos 4 semanas se llama diarrea crónica.



# RIESGOS POR EL USO DEL CELULAR

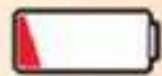
Conoce los principales peligros a los que se enfrenta el ser humano por el uso excesivo del teléfono celular.

## AL CAMINAR EN LA CALLE

4 veces más propenso a sufrir un accidente (hablar, mensajear, escuchar música o consultar el celular). Puede ser atropellado o sufrir caídas.



## EN LA SALUD



### Nomofobia

Ansiedad y estrés cuando no se tiene el celular, no hay cobertura, batería o crédito. Los nomofóbicos consultan el celular en promedio 34 veces al día. 53% de la población mundial la padece y 33% de los mexicanos.



### Bacterias

Los celulares son transmisores de bacterias en 92% de los casos, por el continuo contacto con las manos sucias. El 16% de las bacterias podrían ser de E. Coli (Escherichia coli).



## AL MANEJAR

Incrementa 23 veces el riesgo de sufrir un accidente (hablar o mensajear o consultar el celular). Las distracciones visuales, auditivas y cognitivas son determinantes en 80% de los accidentes viales.



### Tendinitis

Inflamación y dolor en los tendones por el uso excesivo del celular. 1 millón de personas lo padecen en México.

**SABÍAS QUE...**  
Se cree que la radiofrecuencia (radiación no ionizante) que emiten los celulares podrían tener efectos dañinos en los tejidos cerebrales, pero aún continúa en análisis.

# CHISTES Y TRIVIA

- Oiga jefe auménteme el sueldo. Tenga en cuenta que hay cuatro empresas detrás de mí.
- ¿Ah sí?. No me diga, ¿y cuáles son?
- La del cable, la luz, el gas y el teléfono.

- ¡Despierta Manolo!
- estoooo, sólo estaba descansando la vista...
- Pues te roncan los ojos...

M	R	A	R	O	F	R	E	P	H	X	L	S	X	R	U	J	J
N	A	L	G	H	H	Q	R	G	K	A	O	R	E	A	B	F	S
E	T	N	E	G	S	O	X	J	K	I	P	V	G	F	G	E	F
S	A	E	T	G	H	Q	T	A	D	A	U	U	P	R	L	F	Q
M	X	R	L	R	A	Q	J	A	N	E	K	J	E	E	I	U	W
A	I	C	T	E	O	L	X	X	L	U	F	Z	C	S	K	V	E
L	S	L	A	E	P	P	I	T	V	P	N	T	I	C	T	F	G
T	T	B	I	R	S	A	O	Z	F	X	I	C	I	O	E	A	N
A	A	A	Q	T	T	A	T	L	A	V	O	R	I	M	C	R	F
R	J	Y	R	N	A	O	N	I	O	C	U	R	E	A	A	O	O
X	Z	W	E	H	M	R	G	O	A	G	I	R	V	D	R	P	X
P	Y	M	C	E	Q	C	T	R	I	A	I	O	R	Y	T	S	O
N	P	N	R	P	L	A	Y	A	A	D	V	A	N	I	E	E	C
G	O	P	O	X	R	N	C	F	E	F	T	S	X	K	L	F	C
C	U	E	R	T	S	O	P	S	B	C	I	C	C	Q	K	I	J
S	A	A	A	B	B	A	L	U	M	B	R	A	R	A	O	Q	Y

ADIOS	CIRUGIA
ALUMBRAR	CONCHA
ANTROPOLOGIA	EFEMERIDES
ANUNCIAR	ESMALTAR
APUESTA	ESPORA
ARTESANO	FISICO
CANOA	FRESCO
CARTOGRAFIA	GENTE
LEGALIZACION	POSTRE
LETRA	REVUELTO
MANGO	SELECTIVO
MENTA	SUPREMO
MILITAR	TARDAR
PERFORAR	TAXISTA
PLATO	TELEPATIA
PLAYA	TRATO

## GANADORES REVISTA VOCES MARZO

- Teresita de Jesús Medina Benítez
- Nubia Soria Castro
- Rosalía Aguilar Cortés
- Zenaida Ramírez Olague
- Adán Macarena Hernández
- Edith Guadalupe Gudina Márquez

FAVOR DE ENTREGAR EN D.O CON NOMBRE, HORA Y FECHA.  
NO SE PODRÁ GANAR MÁS DE 3 VECES CONSECUTIVAS

Fuente: Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (Conapra), British Medical Journal, London School of Hygiene & Tropical Medicine del Reino Unido, Centro de Estudios Especializados en Trastornos de Ansiedad (CETA) de España. Investigador y edición: Mónica I. Fuentes Pacheco. Arte y Diseño: Alberto Nava Consultoría.



# Cumpleaños planta Tepic

## ABRIL

- 16- Martín Serrano, Eusebio Moreno y Eliezer Rendón.
- 17- María Lomeli, Julio Aguirre y Pedro Dueñas.
- 18- José Nuñez, Juan Cardenas, Francisco Romero, José Ramírez y Enrique Landeros.
- 19- Eliberio García, José Ocegueda, Javier Martínez, Emmanuel Tovas y Marcos Montaño.
- 20- Ricardo Ríos, Gabriela Contreras y Leticia Maldonado.
- 21- Carlos López, Ramón Carvajal, Yonni Ortega y Daniel Corona,
- 22- Salvador Lombera y Celia Gutiérrez.
- 23- José Luna, Kevin Jiménez, Jorge Zepeda y Jorge Manjarrez.
- 24- Jaime Basurto.
- 25- Rodrigo Macías y Carlos Lezama.
- 26- Blanca Muñoz, José Segundo, Ofelia Velasco, Josés Ulloa, Francisco Quiñonez, Francisco Carrillo y William Molina.
- 27- Bianca Nodal.
- 28- Juan Gutiérrez, Nathaniel Sida y Pedro Arcega.
- 29- Mario Rivera, Israel Matos y Efrén Arechiga.
- 30- Carlos Hernández, Heriberto Alonso, Yovanny Alcalá y Víctor Coronado.

## MAYO

- 1- Dario López.
- 2- Rosalia Aguilar e Ignacio Rivera.
- 3- Cruz Sánchez, Cruz Arcega, Clara Pulido, Ramón Guzmán, Alexis Haro, Gerardo Chávez y Juan Cabrales.
- 4- Alexis Hernández, Marcos Ocegueda, Daniel Martínez y Lucas González.
- 5- María Ibarra y Fermín Fierro.
- 6- Luis Morales, José González, Laura Carrillo y Samuel Ortiz.
- 7- Iracema Hernández.
- 8- José Fijar, Juan Rodríguez y Briseida Fuentes.
- 9- Carlos Cano, José Martínez y Jorge Estrada.
- 10- Edwin Urenda y Adrian del Real.
- 11- José Andrade y Hugo Cruz.
- 12- Luis Maldonado, Edith Gudina y Claudia Hernández.
- 13- Andres Guardado, Roberto Montes y José Elías Carvajal.
- 15- Saul Partida.

# Cumpleaños centros de distribución

## ABRIL

- 16- Regina Ante, Martín Núñez y Jorge Pérez.
- 17- Carlo Santiago, Fidelmar Castañeda, Gustavo Alvarado y José Corona.
- 18- Johni Zamora y Fernando de la Cruz.
- 19- Milton Espericueta y Carlos Ruiz.
- 21- José Martínez.
- 22- Eric Ibarra, Frey Avalos y Jesús Aguilar.
- 23- Omas Dueñas.
- 24- José Chávez y Mariano Guitron.
- 25- Alfredo Andrade y Gustavo Yañez.
- 26- José Bernal, Juan Aguilar y Miguel López.
- 28- Efrén Ahumada, Bruno Rubio y Hugo López.
- 29- Carlos Joya, Alejandro García, Héctor Martínez, Pedro López, Alejandro Montero, Felipe Cruz y Pedro Deniz.
- 30- Jesús Gutiérrez, Ambrocio Valenzuela, Rubén Almaraz, Ismael Isordia y José Resendiz.

## MAYO

- 1- Isain Rincón y Francisco Padilla.
- 2- Miguel González.
- 3- Jesús Alaniz, José García, Gilberto Gómez y Benjamin Montes.
- 5- Juan González y Sherine Pichardo.
- 6- Carlos Ortega y Octavio Ortega.
- 7- Eric Mercado, Eliut Zamora, Candelario Cedano y Fidel Sólis.
- 8- Juan Pérez y Marco Jiménez.
- 9- Gregorio Sandoval.
- 10- Rogelio Santiago, Eliezer López, Trinidad Santiago y Javier López.
- 11, Yael López y Jesús Altamirano.
- 12- Eduardo Córdova y José Larios.
- 13- Ricargo López.
14. Carlos Juan, Arturo Juárez, Alexis Abad y Luis Cervantes.
- 15- Jaime Reyna, Julio Reynosa y Miguel Cea.

# Antigüedad Planta Tepic

## Abril

- 16- Adan Macarena y Raúl Aguilar.
- 17- Mario Gómez, Jorge Ramos, Gibraham Tovar y Fernando Bastida.
- 18- Irma Rodríguez, Roberto Luciano y Brian Berumen.
- 19- Francisco Rosales y Martín Luna.
- 20- Jorge Moreno, Ivan Torres, Juan Pérez e Ismael Madrid.
- 21- Wilber Aldana, Daniel Martínez, José Francisco y Efrete Arechiga.
- 22- Ramona Ulloa, Chanel Ornelas, José González, Juan Curiel y Marcial Flores.
- 23- Julio Lemus
- 25- Raúl Ayala, Alma Gracia y Karen Hernández.
- 26- Fabian López y Martín Cordoba.
- 27- Conrado Lobatos.
- 28- Guillermo Alvarez.
- 29- Herlinda Dávalos, Francisco Rubio, Francisco Vélez y Juan Ramos.
- 30- Carlos Anaya.

## Mayo

- 2- Marco Pérez, Víctor Hernández y Saúl Partida.
- 3- Jesús Carrillo, Jorge López y Arturo Andrade.
- Luis Baltazar, Daniel Flores y Olegario Martínez.
- 5- José Moreno, Nazario Ramos, Jorge Godina, Gerardo Ortega y Javier Martínez,
- 6- Nicoles Fonseca, Omar Romero, Diego Partida y Nubia Soria.
- 7- Juan Soto.
- 8- Alexis Haro, Jesús Bravo y Pedro Zamudio.
- 9- María Arellano, Juan Ortiz y Juan Gutiérrez.
- 10- Abel Villela.
- 11- Eric Avila.
- 12- Epimenio Velazco y Alejandro Cabrales.
- 13- Edgar de la Cruz.
- 14- Jesús Arcadia, Tomas Becerra y Jesús Fernandez.
- 15- Jorge Vazquez, Fancisco González, Concepción Silvertre, Alejandro Ruiz, José González, Luis Ramírez, Paola Rosales, Oscar Hinojosa, Víctor Serna y Gabriel Noriega.

# Antigüedad centros de distribución

## Abril

- 16- Norma Parra y Gregorio Reyes.
- 18- Luis Hernández y Jesús Palacios.
- 20- Juan Díaz, Cristian Sandoval y Julio Aguillares.
- 21- José Arellano y Brayam Tinoco.
22. Concepción Maldonado, Edgar García, Martín Rivera, Jorge Reyes, Cristian González y Pablo Hernández.
- 23- Luis Corrales.
- 24- Gustavo Torres.
- 25- Gerardo Ávila y Gabino Morales.
- 26- Juan Flores y Jorge Gómez.
- 28- Enrique Topete, Martha Romero y Arely García.
- 29- Pedro Hernández, Heriberto Ibarra, Alejandro Becerra y Mayra Noriega.
- 30- José Flores, Omar Trujillo y Luis Dávila.

## Mayo




- 1- José Murillo.
- 2- Tranquilino Castillo y Román García.
- 3- Rubén Jiménez, Ángel Guzmán, Salvador Sánchez y Jorge Prado.
- 4- Julio Aguilar, Javier Aguilar.
- 5- José Sandoval, Geovanny Hernández, Marco Alonso y Keith Flores.
- 6- Alfredo Andrade, Jorge Hernández, Juan Lara y Ana Parra.
- 7- Rosalio Navarro.
- 8- Fernando Luna.
- 9- Arnoldo Gómez y Francisco Sólis.
- 10- Iraema Noguera.
- 11- Marcela Alvarado y Rodolfo de León.
- 12- José Chavarin, Nestor Carvajar, Juan Aguilar y Felipe Rojero.
- 14- Karla López.
- 15- Gil Antonio.

GRUPO EMBOTELLADOR



**NAYAR**

Visítanos en nuestras redes sociales  
[www.grupoembotelladornayar.com](http://www.grupoembotelladornayar.com)

 Grupoembotelladornayar  Grupo Embotellador Nayar  @GENayarOficial