

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 19 - Edición 940

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Octubre 15 al 22, 2025

Pueden los republicanos usar la “opcion nuclear” para poner fin al cierre del gobierno ?



Pag-2



**Communitarian
Media
Network, Inc.**

Comunitarian Media Network
Organización Comunitaria Sin
Fines de Lucro
Non Profit Organization
reconocida por el IRS (501 c3)

Como un servicio social
estamos colaborándole a la
comunidad para llenar sus
formas de inmigración
TOTALMENTE GRATIS
No somos abogados ni
asesoramos legalmente,
solamente le colaboramos con
la presentación de sus formas
de inmigración.

**AYUDAMOS CON SUS APLICACIONES DE INMIGRACION
LE DEBEN DINERO? LE AYUDAMOS A COBRARLO ANTE LA CORTE**



- Aplicación para renovación del TPS
- Aplicación para peticiones familiares
- Aplicación para la Ciudadanía
- Aplicación para visas de trabajo
- Aplicación para visas de estudiantes
- Aplicación para el DACA
- Aplicación para perdones administrativos.
- Y todas las formas y formularios del Departamento de Inmigración de los E.E.U.U.

Nota: Si su caso requiere de un análisis legal lo remitimos al mejor abogado de inmigración del condado de Hudson.

**DIVORCIO
POR SOLO
\$99.00**

**Oficinas en la ciudad de West New York.
Citas únicamente por teléfono al 201-679-2169**

¿Pueden los republicanos usar la 'opción nuclear' para poner fin al cierre del gobierno?

A falta de avances en las negociaciones con los demócratas para reabrir el gobierno federal, a los republicanos les quedaría la opción de alterar las normas de votación y aprobar el financiamiento con su mayoría en el Senado. Y si decidieran recurrir a esa medida extrema, parece que contarán con el visto bueno de al menos un senador demócrata. Te explicamos de qué se trata la temida 'opción nuclear'. El gobierno federal sigue cerrado desde el primero de octubre luego de que republicanos y demócratas en el Congreso no pudieran acordar un plan para su financiamiento parcial. Y por la falta de negociaciones formales en el Capitolio y la Casa Blanca, las perspectivas es que se mantenga e incluso supere el más largo de la historia: los 35 días a fines de 2018 y principios de 2019, durante la primera presidencia de Donald Trump. Salvo que los republicanos del Senado decidan usar la temida 'opción nuclear' que le permitiría a la mayoría aprobar la resolución de continuidad que dejó pendiente la Cámara de Representantes. Y para eso cuentan con el respaldo de al menos un demócrata, el senador por Pennsylvania, John Fetterman, quien esta semana dijo que el Senado debería eliminar el llamado 'filibusterismo' para aprobar proyectos de financiación del gobierno y evitar que la administración pública tenga que cesar actividades, con las consecuencias para programas destinados al público y para los propios trabajadores federales. "Deberíamos dificultar el cierre del gobierno, ya sea republicano o demócrata, en el futuro (...) Es una responsabilidad fundamental mantenerlo abierto, y por eso lo apoyo", dijo este martes a los medios Fetterman, quien es uno de los tres demócratas que han votado a favor de reфинансiar al gobierno. Actualmente, el Senado necesita 60 votos para aprobar un plan de gastos, algo que ninguno de los dos partidos posee. Los tres votos demócratas que se han unido a la bancada del GOP en las 12 votaciones que se han realizado hasta ahora para avanzar la resolución de continuidad no suman ese mínimo necesario para pasar a la votación final. Las declaraciones de Fetterman se produjeron un día después de que el representante republicano por Texas, Chip Roy, uno de los más destacados miembros del ala más conservadora de su partido, planteó la posibilidad de usar la "opción nuclear" para poner fin al cierre del gobierno. Otra ha sido Marjorie Taylor Greene. Se le llama 'nuclear' a esta opción porque



implica alterar el modo de funcionamiento de un cuerpo que, hasta hace pocos años, se enorgullecía de la solidez de sus tradiciones, algunas de las cuales se cumplen desde hace siglos. La necesidad de contar con 60 votos de los 100 que hay en el Senado para cerrar el debate de leyes o propuestas (conocido como 'cloture') y pasar al voto final en el pleno fue concebida como una manera de garantizar que la minoría de turno tiene la posibilidad de evitar el avasallamiento de la mayoría. Paradójicamente, las normas de funcionamiento del Senado permiten que una mayoría simple cambie las reglas, entre ellas la del 'cloture'. Hay varios antecedentes de su uso, el más reciente a principios de septiembre, cuando el líder de la mayoría en el Senado, John Thune, la activó para superar el bloqueo demócrata a candidatos a cargos ejecutivos menores y embajadores. Para esta coyuntura del cierre del gobierno, Thune ha dicho que no recurrirá al mismo método. Pero desde 2013 ese recurso se ha venido debilitando, cuando el grupo en control del Senado considera que necesita saltarse las normas para adelantar sus políticas, que siempre consideran que están siendo bloqueadas injustificadamente por la otra parte. Ese año, los demócratas, encabezados por el entonces líder de la mayoría, Harry Reid, eliminaron la exigencia de los 60 votos para poder aprobar decenas de candidatos a jueces federales del presidente Barack Obama. Reid justificó la medida argumentando un nivel de "obstrucción sin precedentes, increíble". En ese momento, Mitch McConnell, a la cabeza de la minoría republicana, aseguró que "le digo a mis amigos al otro lado del espectro, lo van a

lamentar. Y lo pueden lamentar más temprano de lo que piensan". En 2017, los republicanos de McConnell, en control de la Cámara Alta, la usaron para aprobar la nominación del primer nominado a magistrado la Corte Suprema de Trump: Neil Gorsuch, a quien los demócratas intentaron bloquear para "cobrarse" la afrenta de no haber aprobado a Merrick Garland, el candidato de Obama para sustituir al fallecido Antonin Scalia. Dos años después, en 2019, McConnell volvió a activar la 'opción nuclear' para reducir el tiempo de debate sobre nominaciones para cargos en el poder ejecutivo y jueces federales de 30 a 2 horas. La 'opción nuclear' y la venganza de la minoría

Aunque, por ahora, la 'opción nuclear' no esté siendo considerada oficialmente por el liderazgo republicano para superar el cierre del gobierno federal, cada día que pasa

tiene el potencial de hacerlo más atractivo para miembros del Partido Republicano. Como quedó demostrado desde que en 2013 se rompió con la regla centenaria, la minoría afectada por la decisión ha tenido la oportunidad de 'vengarse' aplicando la opción cuando ha servido a sus intereses. En el proceso, el intercambio democrático y la esperada búsqueda de consensos dentro del Congreso ha dado paso a la aprobación más expedita de nominados y de leyes, pero con poco apoyo bipartidista, agravando una polarización que termina afectado el funcionamiento del legislativo. El resultado es la imposición de la voluntad de la mayoría de turno sobre la oposición, que era, precisamente, lo que los creadores de las reglas parlamentarias querían evitar para promover la búsqueda de consensos que reflejaran mejor las necesidades del país, más allá de las parcialidades políticas.



CVS pharmacy®

Get FREE Rx delivery & other essentials*
Visit cvs.com/delivery to learn more.
*Restrictions apply.

**BUY 1 GET 1
50% OFF***
WITH CARD Select CVS Health vitamins.



**BUY 1 GET 1
FREE***
WITH CARD Select Nature's Bounty vitamins.



**BUY 1 GET 1
50% OFF***
WITH CARD Select CVS Health or Live Better digestive care.

Select Colgate Optic White, Total, Sensitive, Enamel Health, Zero or Essentials toothpaste.



500 ExtraBucks® Rewards on 3 for next purchase
500 mfr's coupon on 3 in our app**
it's like getting...
\$10
total savings on 3

ExtraBucks® Rewards offer limit of 2 per household with card. (20004796699)

Reusable face masks. Adult, kids, and extended sizes.



prices starting at
3.99

**BUY 1
GET 1
50% OFF***

WITH CARD Select hand sanitizer.



Helping you stay prepared

spend \$30
Get \$10
ExtraBucks® Rewards

on ANY of these products. See back page, 2, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 14 & wrap for more offers.

ExtraBucks® Rewards offer limit of 1 per household with card. (2000471674)

Look for this symbol for participating products:

24.99

WITH CARD Olay Eyes, Regenerist or Luminous.



ANY L'Oréal facial care.



7.99

WITH CARD Scott bath tissue 12-18 roll or Viva paper towels 6 roll.



CVS Health cold relief (excludes cough drops).†



CVS Health 400 series blood pressure monitors or CVS pulse oximeter.††



ANY Voltaren, Excedrin or Select Advil.

**BOGO
50% off***
VITAMINS

Brands cannot be combined.

WITH CARD Select Nature Made vitamins or dietary supplements.
WITH CARD L'il Critters, VitaFusion gummy vitamins or fiber.



11.94 you pay with card
- 3.00 mfr's coupon in our app**
it's like getting it for...
8.94
after savings

Tide 92-100 oz, Tide PODS 21 ct. or Dreft.

ExtraCare® Coupon Center
Weekly Deals



Palmolive 10 oz.
99¢ you pay with card
- 25¢ instant coupon**
YOU PAY 74¢
WITH CARD, instant coupon & mfr's coupon



NEW at CVS
3.99 each or
2/6 you pay with card
- 2.00 instant coupon on 2**
2/\$4
WITH CARD & after instant coupon savings
Hershey's Original, Holiday Kisses or miniatures 7-10.8 oz.



2.99

WITH CARD Gold Emblem, Gold Emblem around freeze-dried fruit 1-2 oz or trail mix 5-10 oz.



16.99

WITH CARD Truly, White Claw or Bud Light Seltzer 12 pk. cans.

†Cough & Cold and Allergy medications containing pseudoephedrine or ephedrine and items limited by law are subject to federal and state purchase restrictions and limits. Available in the Pharmacy Dept. Please check with your CVS pharmacist for more information.
**Must be an ExtraCare® cardholder as of 11/08/20 to get this coupon. Limit of 1 offer per household with card. Offer valid 11/15/20-11/21/20. ††Offer excludes any purchase that is or will be submitted for reimbursement by a health plan.

Auto + Hogar = Grandes Ahorros

Averigua cómo puedes
ahorrar con nuestros
descuentos al combinar
tu Seguro de Auto y tu
Seguro de Propietario
de Vivienda de State Farm.
Lláme hoy



Alex Vargas, Agente
45 Hoover Avenue
Passaic, NJ 07055-5109
Tel: (973) 955-4530 Fax: (973) 955-4533
alex.vargas.mbyt@statefarm.com



State Farm[®]
UN BUEN VECINO

Las pólizas de seguros de State Farm están escritas en inglés. Los descuentos aplican al Seguro de Propietario de vivienda después de reunir ciertos requisitos de la póliza de auto. State Farm Mutual Automobile Insurance Company, Bloomington, IL. Homeowners Insurance: State Farm Fire and Casualty Company, Bloomington, IL.

La cerveza no causa barriga; estudio español tumba el mito

Pese a que la ingestión de alcohol aporta calorías extras a la dieta, los investigadores aún no han dilucidado cómo se gasta esa energía extra para que no se conviertan en grasa.



El consumo moderado de cerveza tradicional o sin alcohol no provoca aumento de peso, modificaciones en la composición corporal ni distensión abdominal, según un estudio elaborado por el Instituto

del Frío-ICTAN del Consejo Superior de Investigaciones Científicas de España. Los resultados, asegura la autora de la investigación, Ana María Veses, "pondría fin al mito de la barriga cervecera". Veses dice que



aquellos casos en los que el consumo de cerveza pueda conllevar a un incremento de la circunferencia de la cintura se fundamentan en un estilo de vida sedentario, hábitos alimentarios incorrectos y diversos componentes genéticos. El estudio se llevó a cabo durante diez semanas con voluntarios sometidos a un consumo diario de cerveza: tres vasos para los hombres y dos para las mujeres. Entre otros parámetros, se analizaron la variación en el peso y el índice de masa grasa y de masa corporal. Igualmente, se llevó a

Prácticamente todos sabemos que, en los EEUU, de acuerdo con la legislación vigente, es necesario ser mayor de 21 años para beber alcohol.

Según datos del National Center of Addictions and Substance Abuse (Centro Nacional para la Adicción y el Abuso de Sustancias), casi el 80% de los estudiantes de nivel secundario ha probado el alcohol. Beber o no alcohol es una decisión personal que, más tarde o más temprano, todos debemos tomar.

¿Qué es el alcohol?

El alcohol se obtiene por medio de la fermentación de cereales, frutas o vegetales. La fermentación es un proceso que utiliza levadura o bacterias para modificar el azúcar de los alimentos y transformarla en alcohol. La fermentación se utiliza para elaborar muchos productos necesarios: desde queso hasta medicamentos.

Por lo tanto, si el alcohol es un producto natural, ¿por qué los adolescentes deben tener cuidado cuando lo beben? Cuando las personas beben alcohol, éste ingresa en el torrente sanguíneo. Desde allí, afecta el sistema

Autor: RAMIRO CALVET-CALVEGAR@HOTMAIL.COM





Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners

in conjunction with

**Union City Board of Education
Union City Soccer Club
Union City UNIFIED TOPSoccer**

invite you to

Let's Tie One More Ribbon for Breast Cancer Soccer Tournament



**Thursday, October 23, 2025
6:30 PM**

Union City
Midtown Athletic Complex
@ Jose Marti STEM Academy
1800 Summit Avenue



IT'S IMPORTANT TO GET
AN ANNUAL MAMMOGRAM
EXAM, FOR ASSISTANCE
CONTACT MAYOR
BRIAN P. STACK AT
201-376-1942

Free Admission

**RAIN DATE:
Friday, October 24, 2025**



TOWN OF WEST NEW YORK

MAYOR ALBIO SIRES & THE BOARD OF COMMISSIONERS



Consulado General de la República Dominicana
en New Jersey, EE.UU.

Mobile Operation Operativo Móvil

New Jersey

10-25-2025

9AM-4PM

515 54th Street



Services (Servicios)



- Passport Issuance and Renewal
- Emisión y Renovación de Pasaporte
- Affidavit -Declaración Jurada
- Translations -Traducciones
- Dominican Citizenship
- Ciudadania Dominicana
- Notarized Certificates
- Actas Notariales
- Route Letter -Carta de Ruta

- Senasa Insurance
- Seguros Senasa
- Apostilles -Apostillados
- Contracts -Contratos
- Consular ID -DNI Consular
- Cédula
- Interior and Police Services
- Interior y policía

#WEAREWNY

[f](https://www.facebook.com/townofwny) [i](https://www.instagram.com/townofwny) [in](https://www.linkedin.com/company/townofwny) @townofwny
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY

Señores... la envidia no mata, pero mortifica



Por Franklin R. Medina

En ese comunicado denuncian a los señores Rafael Palacios y a quien redacta este artículo. La persona que directamente realiza dicha difamación es el señor Germán Rojas.

En dicha acusación este señor asegura que nosotros hemos estado recibiendo dineros de algunas organizaciones, y por supuesto quedándonos con dichas partidas; además agrega que no representamos a la organización Colombia Unida y no tenemos moral para convocar a reuniones a nombre de dicha institución.

En lo que a mi respecta me gustaría comunicarles a los lectores de este rotativo que he sido un líder comunitario por 13 años en la ciudad de Union City; llevo casi 10 años trabajando para la Secretaría de Educación; soy miembro ad honorem de la Secretaría de Planeación; ejerzo el periodismo en mis tiempos libres; utilizo mis conocimientos de gramática para corregir periódicos, revistas y libros, por casi 30 años y practico fútbol soccer.

Quiero aprovechar la oportunidad que me

En estos días ha salido una noticia pública en el periódico CAMBIO que dirigen los señores Gilberto Camacho y Ricardo Flórez, a quienes conozco por muchos años ya que ejercemos como profesión o pasatiempo la actividad del periodismo.

brinda este medio informativo para hacerles saber a ustedes que el señor Germán Rojas es una persona que enseñaba clases de español en el distrito de Union City, pero fue expulsado por hacer comentarios negativos en contra de sus jefes; ahora dicta clases de inglés a adultos principiantes.

Sus frustraciones son tan serias que lo han llevado al extremo de levantar falsos testimonios en contra de cualquier persona; pero no me sorprende el hecho de que el señor Rojas se atreva a difamar del señor Palacios y de este servidor si él ha sido capaz de hablar mal del alcalde de Union City, Brian Stack; en unas elecciones estuvo haciendo una campaña negativa en contra del señor Stack. Y yo si tengo pruebas de esto.

Sin embargo, la persona que intercedió para que el alcalde Stack le perdonara su traición y no lo echara de su organización, fui yo. Cuando Colombia Unida le iba a entregar un reconocimiento al alcalde, Rafael Palacios y mi persona escogimos a Germán Rojas para que hiciera entrega de la proclama, todo esto

con el fin de ayudarlo a él a congraciarse con el alcalde Stack. Tal vez, señor Rojas, la envidia que usted lleva por dentro le ha hecho olvidar estas atenciones de nosotros hacia usted.

En el año 2006 recibí un reconocimiento por parte de la ciudad de Union City y el señor Rojas quería también que le dieran una proclama.

Para este año 2010 este señor le estaba exigiendo al grupo Colombia Unida que le dieran la proclama, pero como no se aceptó su petición, los problemas se agudizaron y el señor Palacios tuvo que renunciar irrevocablemente como director de la organización.

Claro que su renuncia no tuvo efecto porque no se citó a una reunión para sentar en un acta dicha dimisión. Yo tampoco he dimitido a mi posición de fiscal como afirman en dicha falsa acusación.

De todas maneras el señor Rojas se auto-nombró presidente del grupo, sin convocar a una reunión debido a que parte de la directiva se había ido de vacaciones y el grupo estaba acéfalo.

Sin embargo, el señor Palacios si convocó a una asamblea y citó a todos los miembros incluyendo al señor Rojas, pero éste no asistió porque ya tenía preparado su plan acusatorio.

En dicha reunión se nombró una nueva junta

directiva siendo postulado unánimemente el señor Palacios. Debido a esto el señor Germán Rojas se reunió con los señores John Hernández y Liliana Valencia para hacer la denuncia en contra de nosotros.

Señor Rojas, usted es tan envidioso que hace comentarios sin fundamento para involucrar a personas que merecemos respeto y consideración, y que contamos con una buena imagen en esta ciudad. Señor Rojas, usted está tan sucio aquí en Union City, que quiere tiznar la imagen de cualquiera; sus celos lo embrutecen a tal punto que lo hacen hablar barbaridades. Es increíble que después que nosotros le dimos la mano, esté poniendo en entredicho nuestra honorabilidad.

Pero, déjeme decirle algo señor Rojas, si usted fue capaz de hablar mal del señor Stack, el hombre que le ha dado de comer a usted y a su familia, qué no podrá decir de nosotros que solamente intercedimos para que él no lo echara de su organización. Señor Rojas, deshágase de esos viejos hábitos; olvídense de los chismes, las injurias, las calumnias, porque el que las profiere, ya está viviendo un calvario.

De todas maneras, ustedes, los que aparecen en esta injuriosa noticia, tienen que demostrarnos, con recibos en mano, que nosotros hemos recibido dinero de organizaciones. ¡Amanecerá y veremos!

Autor: RAMIRO CALVET-CALVEGAR@HOTMAIL.COM





perrier

PRUEBA
EL SORPENDENTE
SABOR
DE LO
REFRESCANTE.

0 AZÚCAR
100% REFRESCANTE

🦷 Clínica Dental 🦷

SOMOS EXPERTOS EN SONRISAS



15%
DESCUENTO

¡Te ayudamos
a tener una
sonrisa
maravillosa!

*Promoción
válida todo el
mes de
septiembre

Limpieza Dental



\$299

Consulta Dental



\$499

Blanqueamiento



\$899

Prótesis Dental



HAZ TU CITA

(55) 1234-5678
(55) 1234-5678



UBICACIÓN

Calle Cualquiera 123,
Cualquier Lugar

Para más información visita www.sitioincreible.com

La limpieza de las hojas en otoño no puede ser un problema

(CL)

El follaje otoñal puede resultar hermoso a la vista. Sin embargo, una vez que los árboles comienzan a dejar caer las hojas, el otoño puede implicar un enorme trabajo para los dueños de viviendas.

Un árbol en su madurez puede contar con más de 200,000 hojas, la mayoría de las cuales caen cuando llega el invierno. Si

multiplica esa cifra por la cantidad de árboles existentes en la propiedad, verá la tarea titánica que implicará la limpieza de tantas hojas. En dependencia de las dimensiones de la propiedad, la limpieza de

hojas pudiera demorar un día entero. Sin embargo, si se hace correctamente, se garantizará que el césped cubierto por esas hojas seguirá progresando y estará en mejor

posición para afrontar el invierno.

Para la mayoría de las personas, el rastrillo es la mejor herramienta para limpiar las hojas caídas. Aunque las sopladoras pudieran parecer más rápidas, sólo dispersan las hojas en vez de congregalas para desecharlas más fácilmente. Además, son ruidosas y expulsan gases en la atmósfera al quemar combustible. Es importante rastrillar lo más profundamente posible para retirar la paja o el césped seco y otros desechos que se puedan formar en el césped. Esto ayuda a evitar la sofocación o decoloración del césped. Las hojas se pueden reunir y echar en bolsas biodegradable y llevarlas al centro local de reciclaje. También se



HOJAS EN EL TECHO

Cada dueño de casa sabe que la limpieza de canalones es un trabajo peligroso y desordenado. Como propietarios de más edad, la actividad de limpieza de los canalones puede hacer esta tarea casi imposible.

Es imprescindible mantener los canalones limpios para asegurarles una larga vida y proteger su casa de humedades. Las mejores épocas del año para



PARTY WITH US ONLINE

**HACEMOS
DE TU EVENTO
UN GRAN MOMENTO!**

Atendemos
a toda la
comunidad hispana
Llámenos con anticipación:
917-531-0182
347-432-1762
fotovideovision@aol.com

**Decoramos cualquier celebración
Y la capturamos en video - Y fotografías profesionales**

Tenemos diversos accesorios para:

Bodas - Bautizos- Baby Showers- Cumpleaños- Quinceañeras-
Sweet Sixteen- Primera Comunion- Graduaciones

En tu fiesta no puede faltar :

-Música de DJ	-Centros de Mesa	-Luces	-Servilletas
-Globos	-Tarjetas	-Manteles	-Vasos
-Arreglos florales	-Recordatorios	-Platos	-Candelas

VISITENOS EN EL...

7731 Bergenline Ave, North Bergen, NJ 07047

201-751-4030

Muchos de nuestros artículos puedes comprarlos en línea... www.partywithusonline.com partywithusonline@yahoo.com




Holy Name
 Medical Partners
 Hudson County

**718 Teaneck Road,
 Teaneck, NJ 07666
 Tel: (201) 833-3000**

La tiroides afecta mucho más que la figura

La tiroides regula el metabolismo y el metabolismo es el termostato del cuerpo y por lo mismo afecta muchos de los aspectos de la salud física. Consulte de inmediato con su médico si los síntomas que siente están directamente relacionados con la tiroides. También es importante preguntar a otra gente que tiene el mismo problema, ya que los que tienen más información acerca de estos síntomas son los pacientes que viven día con día con esta enfermedad.

La lista de problemas relacionados con la tiroides es larga y preocupante. Incluye casos de fatiga crónica, anemia que no se cura con suplementos de hierro, problemas en la piel (eczema, piel reseca y maltratada, acné), inflamación y retención de líquidos, disminución en la habilidad e interés sexual, además de una mayor susceptibilidad a contraer infecciones.

Algunos síntomas adicionales de hipotiroidismo incluyen: pulso lento, inflamación alrededor de los ojos, cambios en el estado de ánimo y en la personalidad que pueden simular enfermedades psiquiátricas, y el potencial de que la tiroides se vuelva mas grande, produciendo bocio en el cuello.

Otros síntomas de hipertiroidismo incluyen: irritabilidad, preocupación, dificultad en mantenerse tranquilo, transpiración abundante, enrojecimiento de la piel (ej. transpiración y temperatura elevada en las manos) y ojos saltados (exoftalmia).

Consumir grandes o pocas cantidades de yodo es la causa que genera desórdenes en la tiroides, desencadenando una serie de patologías complicadas, e inclusive la muerte. La detección de esta enfermedad no es fácil. La mayoría de las enfermedades de la tiroides, en su comienzo, son asintomáticas y solo se detectan por una adecuada palpación de cuello, por exámenes de sangre como la TSH y los anticuerpos anti-tiroideos, así como por una alta sospecha cuando la persona que consulta tiene ciertos antecedentes que lo predisponen a padecerlas.

Tiroides | ?

■ La Tiroides es una glándula en forma de mariposa ubicada en la base del cuello por delante de la tráquea que produce y libera hormonas conocidas con T4 y T3. Estas hormonas son importantes para el crecimiento. El control de la temperatura corporal, la maduración del sistema nervioso y el metabolismo del cuerpo, por lo tanto si se produce en mucha cantidad (hipertiroidismo) acelera el metabolismo, mientras si se produce en poca cantidad (hipotiroidismo) enlentecen el metabolismo.



Hipotiroidismo

Un paciente con hipotiroidismo puede presentar: Fatiga, cansancio, sensación de frío, estreñimiento, falla en el crecimiento y disminución en el rendimiento escolar. Como el metabolismo se enlentece puede ser más frecuentes las hipoglucemias porque la insulina se utiliza más lentamente. El hipotiroidismo se trata con terapia de sustitución de la hormona tiroidea, la cual se llama Levotiroxina sódica, la dosis requerida por cada paciente se calcula con base en el peso y se va ajustando de acuerdo a los laboratorios de control de TSH y T4. Es posible que el tratamiento sea de por vida, aunque en algunos pacientes es posible suspender el medicamento.

Hipertiroidismo

Los pacientes con hipertiroidismo pueden presentar: Nerviosismo, taquicardia, pérdida de peso, insomnio, sudoración excesiva. Como el metabolismo se acelera, la insulina se utiliza más rápidamente y puede empeorar el control de la diabetes. El tratamiento para los pacientes hipertiroides se inicia con medicamentos llamados anti-tiroideos, si el paciente no responde a estos se puede pasar a una terapia con yodo en la que se destruyen las células tiroideas, inclusive se puede llegar a la cirugía cuando ninguna de estas dos alternativas funciona. Los trastornos de la glándula tiroides a veces no se diagnostican fácilmente porque los síntomas pueden confundirse con mal manejo de la diabetes, por eso la importancia de tomar dentro de los laboratorios de rutina el TSH y los Anticuerpos Antitiroideos por lo menos una vez al año de acuerdo a la recomendación de la Asociación Americana de Diabetes, puede hacer un diagnóstico oportuno y poder iniciar el tratamiento indicado.

ACCION DE LAS HORMONAS TIROIDEAS



Considerando sólo las más importantes podemos citar las siguientes acciones.

- Son necesarias para un correcto crecimiento y desarrollo.
- Tienen acción calorígena y termorreguladora.
- Aumentan el consumo de oxígeno.
- Estimulan la síntesis y degradación de las proteínas.
- Regulan las mucoproteínas y el agua extracelular.
- Actúan en la síntesis y degradación de las grasas.
- Intervienen en la síntesis el glucógeno y en la utilización de la glucosa (azúcar).
- Son necesarias para la formación de la vitamina A, a partir de los carotenos.
- Estimulan el crecimiento.
- Imprescindibles para el desarrollo del sistema nervioso, central y periférico.
- Intervienen en los procesos de la contracción muscular y motilidad intestinal.
- Participan en el desarrollo y erupción dental.

En resumen: Las hormonas tiroideas intervienen prácticamente en la totalidad de las funciones orgánicas activándolas y manteniendo el ritmo vital.

Dr Gilberto Gastell, MD

**408 37th Street, Union City, NJ -
 201 864-4477**



Holy Name Medical Partners

Presenta

Tu Salud Primero

Presentador: Dr. Gilberto Gastell

Vea por Cablevisión y Comcast el programa familiar "Tu Salud Primero", patrocinado por Holy Name Medical Center, donde podrás aprender de la mano de los expertos en salud, acerca de las principales enfermedades avances en salud y consejos para vivir en plenitud

La tiroides afecta mucho mas que la figura

Cablevision - BAYONNE - Canal 19

Bayonne

BERGEN COUNTY - Canal 77

Bergenfield, Closter, Cresskill, Demarest, Dumont, Emerson, Fair Lawn, Harrington Park, Haworth, Hillsdale, New Milford, Northvale, Norwood, Old Tappan, Oradell, Paramus, Rivervale, Rockleigh, Saddle River, Tenafly, Woodcliff Lake

CLIFTON - Canal 75

Clifton, Elmwood Park, Garfield, Hasbrouck Heights, Lodi, Nutley, Passaic, Saddle Brook, Woodridge

ELIZABETH - Canal 18

Elizabeth

HUDSON COUNTY - Canal 19

Hoboken, North Bergen, Union City, Weehawken, West New York

NEWARK - Canal 19 Newark, South Orange

PATERSON - Canal 75

TEANECK - Canal 77

Teaneck, Bogota, Hackensack, Maywood, River Edge, Rochelle Park, South Hackensack

VIDEO DE SALUD: www.cambionewspaper.com

Viernes 24 de Octubre- 9:00 PM

Domingo 26 de Octubre- 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 28 de Octubre- 9:30 PM

Miércoles 29 de Octubre - 9:30 PM





COMPRAR O VENDER UNA CASA?

TRABAJEMOS JUNTOS!

Comprar o vender una casa puede ser un proceso estresante si no cuenta con el agente inmobiliario adecuado. Contáctenos y permítanos ser su fuente más confiable para brindarle el mejor resultado posible.



PAOLA ALLENDE
REAL ESTATE AGENT

CONTACTO:

✉ PAOLASELLSKPG20@GMAIL.COM
☎ 201.600.5101
❤ PAOLA._HALOREALTY



Defensa Jurídica

La mejor manera de ofrecerle un servicio de calidad es estar cerca de usted.

Día a día seguimos mejorando para que nos encuentre allí donde nos necesite.



Consultas Jurídicas y Cita Previa

922 176 510
646 829 874



Disponible
WhatsApp

Visite nuestra web:

alvarezabogadostenerife.com

**¡CONVIÉRTASE EN UN
SUPERHÉROE
PARA SU DESTINATARIO!**



**Ahora recogemos sus envíos más tarde y los entregamos
en la Costa Este de EE.UU. antes de las 15:00 del día siguiente***

Desde septiembre con el nuevo vuelo de FedEx a EE.UU., se beneficiará de nuestro horario de recogida ampliado y su destinatario recibirá el envío al día siguiente antes de las 15:00. Envíe a más de 3.600 códigos postales en la Costa Este de EE.UU. con un excepcional servicio sin coste adicional.

Para más información, llame al 902 180 871 o visite superhero.fedex.com

* Los tiempos de tránsito pueden variar dependiendo del lugar de recogida y entrega o la naturaleza de los bienes transportados.

FedEx
Express

Científicos de Utah logran 'leer' el pensamiento

El invento beneficiaría al belga Rom Houben, declarado en coma durante 23 años a raíz de un accidente automovilístico. El año pasado, descubrieron que su cerebro funcionaba, pero no podía hablar.

Un equipo de científicos de la Universidad de Utah dio un paso insólito hacia el ideal de "leer el pensamiento" de las personas con parálisis avanzada, en un estudio que muestra que es posible traducir las ondas cerebrales en palabras.

El estudio, publicado en la revista *Journal of Neuroscience*, explica que este hallazgo fue posible gracias a la colocación de electrodos en el cerebro. El equipo, liderado por el bioingeniero Bradley Greger, diseñó un delicado mecanismo, que consiste en distribuir los electrodos en dos "rejillas" del tamaño de un botón, que ubicaron en los centros del habla del cerebro de un paciente epiléptico.

Los científicos conectaron el sistema de electrodos a un computador dispuesto para grabar señales cerebrales y presentaron al paciente 10 palabras consideradas útiles para una persona paralizada: "sí", "no", "calor", "frío", "hambriento", "sediento", "hola", "adiós", "más" y "menos". Luego, le pidieron repetir las en voz alta y comprobaron que, en el 76 al 90% de los casos, el computador mostraba las

mismas señales cerebrales para cada palabra que las que había enseñado en el experimento anterior.

"No cabíamos de la emoción cuando vimos que funcionaba", dijo Greger. El científico calificó el hallazgo de "lectura del pensamiento" y expresó su esperanza de que "en dos o tres años esté disponible para su uso en pacientes paralizados". Según Greger, podrían resultar beneficiados pacientes que padecen parálisis temporal tras sufrir un ataque.

Se desarrollará un léxico más amplio. La posibilidad de que pensar una palabra produzca las mismas señales cerebrales que decirla conduce al bioingeniero Bradley Greger, inventor del mecanismo, a creer que no es disparatado prever la creación de una máquina de traducción. "Hemos probado que estas señales nos dicen lo que la persona está pensando, pero necesitamos ser capaces de traducir más palabras con precisión, hasta que se convierta en algo útil", explicó.

En ese estado, los pacientes suelen comunicarse con movimientos, como el guiño de un ojo o con la escogencia de

palabras de un listado.

Investigadores del Centro de Neuroimagen Wellcome Trust de la Universidad de Londres (Reino Unido) han conseguido "leer" el pensamiento de individuos sanos a través de un simple escáner cerebral de resonancia magnética funcional, según aseguran en un artículo que han publicado en el último número de la revista 'Current Biology'.

Con este hallazgo se ofrece nueva información de cómo se registran los recuerdos y se acercan a la creación de un dispositivo que, midiendo la actividad cerebral, permita detectar lo que un individuo está pensando. Al mismo tiempo, a largo plazo se podrán desarrollar tratamientos para combatir la pérdida de memoria, señalaron los autores.

Con este tipo de técnicas de imagen, el grupo que dirige Eleanor Maguire había conseguido predecir pensamientos más simples como colores, objetos o lugares. Sin embargo, en este nuevo estudio se intentó ir "mucho más allá", como dice esta investigadora, y se basó en la "memoria episódica".

De este modo, el experimento consistió en seleccionar a diez voluntarios sanos



para que vieran tres cortometrajes de personas practicando actividades cotidianas, como introducir una carta en un buzón o tirar la basura. Posteriormente, se les pidió que recordasen uno de los cortos mientras se sometían a un escáner cerebral para registrar cambios en su actividad en el cerebro. Con la ayuda de un algoritmo computacional y basándose únicamente en las lecturas del escáner, los científicos pudieron predecir en cuál de los tres cortos estaba pensando cada voluntario.

Cómo realmente eliminar todas sus deudas

Ayudando a la comunidad latina a mejorar su vida:

Si usted no puede dormir por causa de sus deudas y su salud se está empeorando por todas sus deudas. Si está su matrimonio al borde del divorcio por sus condiciones financieras, usted no está solo en esta situación. Millones de personas están endeudadas. Falsas promesas, muchas compañías le prometen saldar las deudas a través de consolidación y después de estar pagando por varios meses a estas compañías, resulta que sus deudas siguen aumentando en vez de disminuir. No permita que le roben su dinero con falsas promesas. Si usted realmente quiere eliminar todas sus deudas, esta es la oportunidad de hacerlo y millones de anglosajones ya han eliminado sus deudas a través de la ley constitucional para proteger al consumidor conocida como BANCARROTA.

LA BANCARROTA está en la Constitución de los Estados Unidos para proteger al consumidor como usted, de todas esas grandes compañías de tarjetas de crédito que le cobran un interés extravagante el cual es casi imposible de pagar. Hay muchos mitos con relación a este proceso legal de la Bancarrota, por eso hemos invitado a nuestro experto en Bancarrota, el señor Carlos Pérez Jr., para que nos ayude a comprender este proceso y nos aclare los mitos con relación al mismo. El señor Pérez es graduado de la Universidad de Fairley Dickerson en New Jersey, fue el Supervisor y Entrenador de una prestigiosa compañía legal, especializada en Bancarrota, ha ayudado a miles de personas a saldar todas sus deudas y ahora ha abierto sus puertas a toda la comunidad latina en su Centro de Bancarrota, ubicado en el Alto Manhattan, en la calle 207 edificio 529 Oeste, segundo piso, entre las avenidas Post y Sherman.

Reportero: Sr. Pérez, se comenta en las calles que ya no se puede hacer Bancarrota?

Sr. Pérez: Esa información es incorrecta, SI SE PUEDE HACER BANCARROTA. Hubo una reforma de la ley de la Bancarrota firmada por el presidente Bush en abril 20, 2005 y entró en

efecto en octubre 17, 2005. Esta reforma es conocida por las sílabas en inglés "BAPCA", Prevención de Abuso de Bancarrota y el Acta de Protección al Consumidor 2005.

Reportero: Sr. Pérez, puede nombrar algunos de los cambios en la ley?

Sr. Pérez: Bajo la nueva ley, el consumidor necesita escuchar una breve charla de cómo manejar sus finanzas, esta charla se puede obtener en el teléfono y tiene una duración de aproximadamente 20 minutos, un certificado será entregado a la conclusión de la charla. Un segundo certificado de cómo manejar sus finanzas es obtenido al final del proceso de la Bancarrota. Otro cambio en la reforma que es muy importante es que si la persona gana más de \$42,896.00 anual no califica para la Bancarrota Capítulo 7.

Reportero: En otras palabras, las personas de bajo recursos, sí califican para la Bancarrota.

Sr. Pérez: Eso es correcto. Siempre y cuando la persona soltera gane menos de \$46,000.00, califica para la Bancarrota. El ingreso de las parejas con niños pueden ser hasta \$90,000.00, esta cifra varía dependiendo del tamaño de la familia.

Reportero: Sr. Pérez, puede la persona estar empleada y calificar para la Bancarrota?

Sr. Pérez: Absolutamente, la persona puede estar trabajando y calificar para la Bancarrota, siempre y cuando los ingresos no exceden lo permitido por la ley.

Reportero: Sr. Pérez, gracias por esta información y por su tiempo. Si una persona se quiere comunicar con usted, dónde puede localizarlo.

Sr. Pérez: La consulta son todas gratis. Nuestro teléfono es (212) 304-4748, estamos en el 529W 207 Street, Suite #2, New York, NY 10034, abrimos lunes - martes - miércoles y viernes de 10 am hasta 7 pm. Los jueves estamos abiertos de 10 am hasta 8 pm. por cita.

"Advertisement"

Centros de Bancarrota



Carlos Pérez Jr. C.P.

**Solo
2 Pagos
\$250**
**Oficinas
para los
hispanos**

CONSULTA GRATIS
(201) 338-4886
(212) 304-4748

529W 207TH St., Suite #2
(Entre Post y Sherman)
New York, NY 10034

101W Palisade Ave,
Suite B, Englewood,
NJ 07631

116 Passaic St.,
Passaic NJ 07055
entre 5th y 6th St.

affordablebankruptcy@verizon.net

ABRIMOS LOS DOMINGOS

"We are a debt relief agency, we help people file for relief under the bankruptcy code"

AGENCIA PARA EL ALIVIO DE DEUDAS (DEBT RELIEF AG.)

La Reggia

Restaurant

Authentic Italian Cuisine!

Lavish Thanksgiving Day Buffet

Seating's -
1pm, 1:30pm, 3:30pm, 4:00pm

*Elaborate Display Table of Italian Antipasti
La Reggia's Formaggi Display*

Salad

House Salad with Balsamic Vinaigrette

Carving Stations

Whole Roasted Turkey w Stuffing & Steam Ship

Pasta Stations

Ravioli al Formaggio | Penne Vodka

Chafing Dishes

Chicken Francese, Meatball w Ragu Napolitano, Eggplant Rollatini,
Clams Oreganto, Fried Calamari, Stuffed Mushrooms, Mashed Potatoes,
Yams, Broccoli Florets, Sesame Chicken Sausage, Onion, Potato's.
Chicken Finger & Fries Upon Request for Children.

Dessert Display:

Assortment of Cakes, Pies, Mousses,
Cookies & Fresh Fruit

Coffee & Tea

Adults: \$55.00 13 and older
Children: \$30.00 (3 - 12 years)

Plus, 6.625% Tax and 20% Gratuities Children Under Two: Complimentary

La Reggia Restaurant

Located at Meadowlands Plaza Hotel | 40 Woods Ave Secaucus, NJ 07094

 facebook.com/lareggiaus • info@lareggiaus.com • www.lareggiaus.com



Reiki el poder de sanar con su energía

INTRODUCCIÓN A REIKI

Reiki es una palabra japonesa que significa Energía Universal de Vida. Cada uno de nosotros posee el Reiki, adquirimos esta energía al nacer. El aprendizaje del método Reiki se diferencia de los otros métodos de cura por una iniciación (armonización), con la cual el estudiante se familiariza con los diversos niveles de su adquisición. Es una técnica muy anciana, destinada a armonizar el cuerpo físico con el cuerpo etéreo a un nivel de vibración superior. Además, ciertos centros energéticos, llamados chakras, son activados de manera a permitir la circulación (y la vibración) de una cantidad más grande de energía vital.

El Reiki JAMAS PUEDE CAUSAR DOLOR O DAÑO, como algunas personas, deseando monopolizar esta técnica de sanación, constan en medios de comunicación. Además, cuando se imponen las manos sobre el cuerpo del receptor para tratarlo, éste no absorberá más que la cantidad necesaria a las regiones deficientes.

El Reiki no es una religión, no reposa sobre ningún dogma o doctrina, no es de hecho más que una muy antigua ciencia curativa, caída en el olvido desde hace milenios, y que el Dr. Usui re-descubrió, se practica en silencio y

sin otra gloria que la gloria de "SER". En el campo de la Sanación Energética, Reiki puede ser combinado con otras técnicas de curación, desde la Acupuntura hasta cualquier método de trabajo corporal. Entre las técnicas afines, la Cristaloterapia (cristales, gemas, piedras curativas), se adapta perfectamente a la transmisión energética; su utilización conjunta con Reiki ofrece posibilidades de potencialización y de armonización insospechadas. Asimismo aprenderemos a aplicar los beneficios sinérgicos de la Aromaterapia durante sesiones de Reiki.

¿PARA QUE SIRVE EL REIKI?

- El Reiki obra a todos los niveles, consciente e inconsciente del Ser Humano, devolviendo al cuerpo-mente su estado de armonía y de bienestar original.
- El sistema Usui sirve para sanarse y sanar a otros, relacionarse diferentemente con uno mismo y con demás, cambiar actitudes y comportamientos, en sentirse bien y encontrar sin intermediarios la fuerza interna que puede uno descubrir auto realizándose.
- Animales y plantas también se benefician de esta transmisión de Fuerza Cósmica, eliminando así la posibilidad de un efecto placebo.
- Reforzar sus propias defensas, lo que es muy

EFFECTOS:

- importante en enfermedades inmunodeficientes.
- Disolver los bloqueos energéticos, se liberan las emociones reprimidas, armonizándose en el proceso la esfera psicoafectiva de la persona.
- Se alivian las tensiones musculares y los dolores de todo tipo.
- Se produce un estado de profunda relajación psicocorporal, mental y tranquilidad de espíritu.
- Se descubren las causas profundas del malestar, llegando así a la raíz de la enfermedad.
- Se sana el Ser en su totalidad, ideal y propósito de la Medicina holística.



Angela Sánchez-Martín - AROMAREIKI, tel. 201-962-5847

CENTROS DE DIVORCIOS

***USTED NO TIENE QUE IR A LA CORTE**

■ SU PAREJA NO QUIERE FIRMAR?

- ◆ ¿SE CASO FUERA DE LOS ESTADOS UNIDOS?
- ◆ ¿NO SABE DONDE ESTA SU PAREJA?
- ◆ ¿USTED NO ESTA LEGAL EN ESTE PAIS?

■ NO SE PREOCUPE, NOSOTROS LO DIVORCIAMOS....

- Tenemos más de 15 Años de experiencia con oficinas en New York y New Jersey.

(201) 338-4886 / (212) 304-4748

■ CONSULTA GRATIS

529W 207TH St., Suite #2 (Entre Post y Sherman) New York, NY 10034
101W Palisade Ave, Suite B, Englewood, NJ 07631
116 Passaic St., Passaic NJ 07055, entre 5th y 6th St.

"TAZA JUDICIAL NO INCLUIDA"

"En el estado de New York, usted tiene la posibilidad de no ir a la corte"



SOLO
2 PAGOS DE
\$199.00



International Optical

West New York, NJ

*Promociones aplican restricciones



***OBTENGA UN PAR DE GAFAS
CON LENTES PROGRESIVOS.**

con protección UV + tintes
incluidos*

\$149

***LENTES Y MARCOS**

con protección UV + tinte
incluidos*

\$65

***ESPECIAL A CUBA**

lentes y marcos
con protección UV +
tinte incluidos*

\$59



INTERNATIONALOPTICALWNY

CareCredit®
Patient Payment Plans

obtenga una línea de crédito instantánea,
sin intereses y para pagar en cómodas cuotas.



Aceptamos la mayoría de
seguros médicos y CareCredit
Patient Payment Plan.

HORARIO: Lunes Jueves y Sabado 10am - 5pm
Martes y Miercoles 10am - 6pm
Viernes 10am - 7pm
Domingo Cerrado



6219 BERGENLINE AVE, WEST NEW YORK, NJ 07093
TEL: 201-430-3735 TEXT: 862-419-6620

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com