

El periódico que le sirve a la comunidad

Octubre 14 al 21, 2017
EEUU

Año 12 - Edición 522



-GRATIS-

Circulación en Nueva Jersey y Nueva York

www.cambionewspaper.com



Señora Hispanidad USA

Señora Hispanidad USA 2017

El Cambio
El periódico que le sirve a la comunidad

Realizará este prestigioso reinado

Fabulosos premios valorados en más de \$10.000 otorgados por los patrocinadores
Oportunidades de contratos comerciales
Lanzamiento de talentos hispanos
Elección y coronación en una Gran Gala para la Familia Hispana!!!!!!

Requisitos:

- Damas mayores de 30 años de edad
- Ser de origen hispano
- Tener don de gentes
- No importa su estado civil
- Hablar Español e Inglés

Inscripciones abiertas:

(201) 214-4383
(201) 902-0811
Yamile Camacho
Coordinadora

Funcionarios disfrutan lujos con dinero de los contribuyentes



Pag-12

Porque Cataluña ya no quiere seguir siendo España

■ Guía para entender por qué el gobierno de Cataluña quiere la independencia de España, lo que para Trump sería una "tontería". El presidente de Estados Unidos se opone a la idea que Barcelona y su región salgan de España. Pero en las calles de la ciudad catalana crecen las protestas y este domingo 1 de octubre se voto en referéndum. A fecha de hoy Barcelona forma parte de España, guste o no a todos los barceloneses. Pero la intención del gobierno de Cataluña, la región cuya capital es

Continúa en p-4

Senadoras de Nueva Jersey se solidarizan con Puerto Rico

■ La Senadora Nilsa Cruz-Pérez (D-Camden / Gloucester) emitió el viernes la siguiente declaración sobre el plan del estado para ayudar a la recuperación y rescate de los afectados por el Huracán María en Puerto Rico. El Gobernador Christie anunció el viernes por la tarde planes para desplegar a los miembros de la Guardia Nacional y de emergencia a Puerto Rico bajo el esfuerzo del estado, designado como el Esfuerzo de Despliegue Integrado de Puerto Rico de Nueva Jersey (PRIDE,

Continúa en p-5

El costo de un gobierno "jet set" derrochador

■ El secretario de Salud dimitió este viernes en medio de fuertes críticas por el derroche de dinero en vuelos costeados por las arcas públicas. Otros tres miembros del gobierno se han visto envueltos en el caso. Uno de los implicados en el escándalo de los vuelos exclusivos es el secretario del Tesoro, Steve Mnuchin (en la imagen junto con su esposa Louise Linton). AP El escándalo de los vuelos exclusivos de miembros del gobierno de Donald Trump sigue creciendo, cobrándose este viernes la

Continúa en p-12

¿Por Qué Los Médicos No Les Hablan Sobre Estos Dos Tratamientos Que

Dos tratamientos médicos avanzados que todas las personas que sufren de artritis

Por OsteoRelief Center

OsteoRelief Center es una clínica médica con sucursales en Midtown, en el distrito financiero de NYC, y al norte de NJ., que ofrece tratamientos a miles de pacientes con artritis de rodilla desde el año 2009.

A continuación encontrará información sobre lo que deberían de saber las personas que sufren de artritis, con relación a los mejores tratamientos y las opciones disponibles en la actualidad. Incluyendo, cuándo y por qué deberían de considerar estos 2 tratamientos, si desean conseguir los máximos resultados.

Si sufres de dolor debido a artritis de rodilla, probablemente ya has tratado muchos tratamientos... especialmente, un sinnúmero de medicamentos para el dolor.

Los médicos experimentados entienden que, a pesar de que los medicamentos para el dolor, como los analgésicos/anti-inflamatorios, forman parte del plan de tratamiento recomendado para el dolor de artritis de rodilla (en la etapa inicial), éstos rara vez son la respuesta al problema.

En la mayoría de los casos tienen resultados mínimos (de llegar a presentar alguno) y vienen con una larga lista de efectos secundarios posibles. Algunos de estos son bastante serios, e incluso potencialmente mortales.

¿Existen mejores opciones?

Afortunadamente, los avances de la ciencia y tecnología vienen rápidamente. Y ahora existen dos buenas opciones para ayudar a aliviar el dolor ocasionado por la artritis de

rodilla. Dos opciones desconocidas por la mayoría de personas que sufren de artritis de rodilla.

Antes de explicar estos dos tratamientos, por favor entiendan esto:

OsteoRelief Center es una clínica médica real, que ha tratado a miles de enfermos de artritis de rodilla. Los pacientes viajan desde todas partes del país para recibir tratamiento en una de sus clínicas, a fin de conseguir el mejor tratamiento médico disponible.

Lo que está a punto de descubrir son dos tratamientos médicos reales. No son "curas milagrosas" como las que se ven en los infomerciales o en internet.

Conozca este hecho: No hay cura para la artritis. Sin embargo, existen estos dos tratamientos que han ayudado a miles de personas que sufren de artritis de rodillas – como usted.

El primer tratamiento es más común que el segundo. Pero, así hayas escuchado antes sobre éste tratamiento – o si lo has probado sin obtener buenos resultados – por favor no dejes de leer éste artículo. Descubrirás cuáles podrían ser las razones para que no haya funcionado, y cómo podrías obtener mejores resultados.

#1

Viscosuplementación:

La viscosuplementación ha ganado un poco de popularidad en los últimos años, y ha conseguido resultados mixtos por un par de razones.

Sin embargo, antes de entrar en los detalles, esto es lo que necesitas saber sobre la viscosuplementación.

Al tener artritis, sufres una

disminución en los fluidos de lubricación de la rodilla.

En otras palabras, las articulaciones de tu rodilla básicamente "se secan".

El líquido lubricante que "se va secando/disminuyendo" se llama "líquido sinovial".

Las compañías farmacéuticas (con ayuda de los científicos) han creado un compuesto similar al líquido sinovial. Los tratamientos de viscosuplementación consisten en la introducción médica de dicho líquido, directamente en la rodilla y otras articulaciones.

Esto ayuda a reemplazar el fluido lubricante en la articulación de la rodilla – permitiéndole que se mueva con mayor libertad y suavidad, y muchas veces logra disminuir o eliminar el dolor.

¿Qué resultados se pueden esperar?

Como todos los tratamientos médicos, los resultados varían y no se pueden predecir. Sin embargo, muchos enfermos de artritis de rodilla consiguen resultados espectaculares. No es raro que los pacientes pongan la cirugía de reemplazo de rodilla durante varios años, o incluso que la lleguen a cancelar de forma permanente.

Sin embargo, existe un GRAN problema

La clave está en que el tratamiento debe de ser extremadamente preciso. Si la inyección no es colocada en el lugar exacto (aunque sea por una diferencia mínima), el medicamento no llegará a la articulación de la rodilla y el tratamiento no funcionará.

Es por esta razón que los expertos en OsteoRelief Center utilizan lo último en imágenes digitales, para poder apreciar cuando la medicina se dirige hacia el interior de la articulación de la rodilla durante el

tratamiento.

Los estudios han demostrado que los médicos que colocan las inyecciones en las articulaciones "sin imágenes", fallan al tratar de localizar el lugar exacto, hasta un 30% de las veces.

Si has probado Viscosuplementación sin este tipo de imágenes digitales especiales y no has tenido buenos resultados, esta podría ser la razón.

Es por esto que OsteoRelief Center realiza un paso extra. No sólo utilizan un proceso avanzado de imágenes durante el tratamiento – sino que utilizan dos, gracias a su proceso de "doble confirmación". Esto es para asegurarse de que los pacientes obtengan los mejores resultados posibles.

Otro factor importante

Los medicamentos de viscosuplementación también vienen en varias marcas y combinaciones químicas. Al igual que todos los medicamentos, algunas personas responden mejor a unos, que a otros. Si bien muchos médicos utilizan sólo una marca, los expertos en OsteoRelief Center utilizan varias, y realizan un increíble esfuerzo por determinar cuál es la mejor para cada paciente.

Una última cosa: Los expertos de OsteoRelief Center han descubierto que lo mejor es empezar la viscosuplementación lo antes posible.

Esto se debe principalmente a que "a más tiempo esperes – mayor destrucción de las articulaciones habrá cuando empieces el tratamiento".

Es por esta razón que OsteoRelief está atendiendo a pacientes tan jóvenes, como 45 años de edad.

Resumen: Si sufres de dolor por artritis de rodilla, y no has probado la viscosuplementación, debes de comenzar a informarte al respecto lo antes posible.

Si la has probado y no has obtenido los resultados esperados, podrías llegar a conseguir excelentes resultados con la técnica de imágenes adecuada, y la medicina específica.

¿Qué debes de hacer si la viscosuplementación llega a fallar?

Cuando el tratamiento conservador, incluyendo la viscosuplementación llega a fallar, la mayoría de los enfermos de artritis de rodilla creen que su única opción es la cirugía de reemplazo de rodilla.

Esto no es cierto... y aquí está la razón:

Existe otro tratamiento para el dolor grave de artritis de rodilla desconocido por la mayoría de la gente (e incluso por los médicos).

#2 Neurotomía por Radiofrecuencia

Este tratamiento se llama "Neurotomía por Radiofrecuencia". NR para abreviar. NR es un procedimiento que se basa en la teoría de que el bloqueo de los nervios que inervan en la zona dolorosa puede aliviar el dolor y restaurar la función.

Varias ramas de nervios que rodean la rodilla son conocidas como "nervios geniculares".

Se envían ondas de radiofrecuencia a los nervios geniculares por medio de imágenes avanzadas a fin de "bloquear" los nervios.

Se llevan a cabo dos procedimientos. En primer lugar, una prueba/examen. En esta se realiza un Procedimiento de

A Los que Sufren De Artritis De Rodilla Suelen Alcanzar Resultados Exitosos?

necesitan conocer – antes o después de una cirugía de reemplazo de rodilla

Diagnóstico del “Bloque G” para determinar si el procedimiento conseguirá disminuir el dolor y mejorar la función.

Si ésta “primera prueba” tiene éxito, se lleva a cabo una Neurtomía Genuicular a fin de conseguir el alivio a largo plazo.

¿Es seguro?

La investigación ha demostrado que este procedimiento es seguro y efectivo.

Un estudio publicado el 4 de Noviembre, 2010 en “The Journal Pain” encontró que los sujetos tratados con NR alcanzaban un gran promedio de alivio del dolor (presentaban un alivio del dolor de rodilla en un 50%, dentro de un lapso de 1, 4 y 12 semanas respectivamente). Ningún paciente reportó algún evento adverso pasado el periodo de seguimiento. NR para los Nervios geniculares conduce a una reducción significativa en el dolor y una mejora funcional en un subconjunto de personas con edad avanzada, que presentan un dolor crónico de rodilla. Esto lleva a concluir que podría ser un tratamiento efectivo en dichos casos”.

También cabe mencionar que, al igual que en todas las investigaciones, se deben de llevar a cabo más estudios para obtener aún más respuestas.

¿Quién debe de probar este tratamiento?

NR debe de plantearse después de otros tratamientos, como por ejemplo, si es que los medicamentos anti-inflamatorios para el dolor y la viscosuplementación no llegasen a ofrecer resultados suficien-

temente buenos.

NR puede ser utilizada antes de recurrir al reemplazo total de rodilla. NR permite que muchos pacientes eviten la cirugía de reemplazo de rodilla.

NR también ha probado ser efectiva después de la cirugía de reemplazo de rodilla, cuando el paciente todavía presenta dolor.

El dolor posterior a una cirugía de reemplazo fallida puede llegar a ser debilitante, y este procedimiento podría ser la única alternativa para ayudarte a conseguir el alivio que tanto añoras.

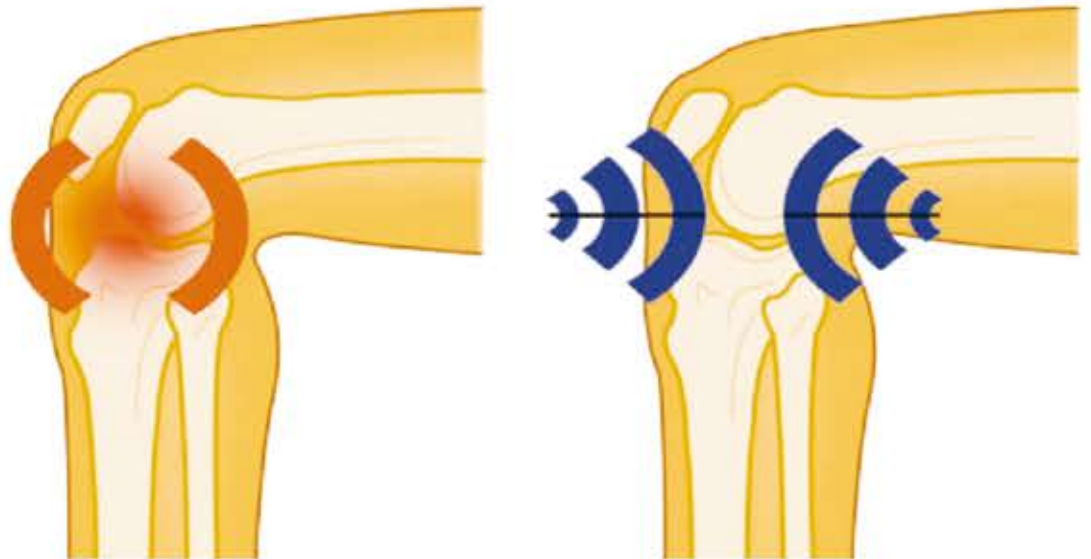
Qué hacer a continuación, si sintieras dolor:

Aquí viene el factor “X” que muchos no consideran, y que podría representar la diferencia entre conseguir el mejor tratamiento posible, o no.

Muchos expertos sugieren que es importante elegir una clínica médica que ofrezca todos estos tratamientos, y que cuente con la tecnología adecuada, más avanzada, en un mismo establecimiento. De esta manera, los médicos que trabajan en tu caso podrán llevar a cabo una examinación adecuada, y recomendar el mejor plan de tratamiento posible según cada caso particular.

Varios expertos trabajan en equipo para ofrecer las mejores opciones de tratamiento en el momento adecuado, a fin de maximizar los resultados. Es también bastante conveniente tener todos los médicos y tratamientos en un solo lugar. El viajar a diferentes centros

Tratamiento avanzado utiliza radio frecuencia para aliviar el dolor por la artritis de rodilla



¿La ciencia rescata a las personas que sufren por la artritis de rodilla?: Las ondas de radio frecuencia son utilizadas para bloquear el suministro de nervios al área con dolor; esto podría aliviar el dolor y restaurar el funcionamiento en muchos de los casos.

puede llevar mucho tiempo, y podría ser más caro.

OsteoRelief Center considera que este factor “X” es una de las razones por las que muchos enfermos de artritis de rodilla viajan desde todas partes del país para recibir el tratamiento en una de sus clínicas médicas avanzadas.

Tu invitación:

OsteoRelief Center ofrece un número limitado de chequeos mensuales gratuitos para personas que necesitan tratamientos de artritis de rodilla. Estas proyecciones son una forma de resolver ciertas preguntas que las personas puedan tener, y para averiguar si son un candidato apto para

uno de los tratamientos vanguardistas ofrecidos en OsteoRelief Center.

Si te interesa que te realicemos una proyección gratuita, simplemente comunícate con el **201-345-4964** y menciónale al experto en programaciones que contestará el teléfono, lo siguiente: “Quisiera programar una proyección gratuita de artritis de rodilla”

Todos los meses, los cupos de proyecciones se llenan rápidamente. Si no te comunicas a tiempo para conseguir una cita durante este mes, el experto te la programará para el próximo mes.

Esta proyección no tiene costo, ni obligación alguna. Muchos de los tratamientos ofrecidos están cubiertos por diferentes planes de seguros y Medicare.



Centros en Park Ave. NYC, El Distrito Financiero, NYC & al Norte de NJ
201-345-4964

Waterfront Rehab
115 River Rd., Edgewater,
New Jersey
Director Ejecutivo:
Alex Garger, MD

Park 34 Medical
15 Park Avenue
New York, NY
Director Ejecutivo:
Alex Garger, MD

Downtown NYC Medical
130 William Street
New York, NY
Director Ejecutivo:
Gazelle Craig, DO

Porque Cataluña ya no quiere seguir siendo España

Guía para entender por qué el gobierno de Cataluña quiere la independencia de España, lo que para Trump sería una "tontería"

El presidente de Estados Unidos se opone a la idea que Barcelona y su región salgan de España. Pero en las calles de la ciudad catalana crecen las protestas y este domingo 1 de octubre se votó en referéndum. A fecha de hoy Barcelona forma parte de España, guste o no a todos los barceloneses. Pero la intención del gobierno de Cataluña, la región cuya capital es Barcelona, es haberse marchado de España dentro de una semana. Sí, una semana. Así de rápido. El gobierno catalán quiere que los ciudadanos voten este domingo 1 de octubre si quieren independizarse; el gobierno español está intentando a toda costa que esa votación no se celebre... y, en plena cuenta regresiva, el presidente Donald Trump habló sobre el asunto. Trump se puso del lado del gobierno español este martes. Cree que independizarse de España sería "una tontería" porque Barcelona y el resto de Cataluña estarían marchándose "de un país verdaderamente grande, bonito e histórico". Sin embargo, el conflicto es más complejo que eso. Aquí respondemos a 11 preguntas para intentar entenderlo mejor:

1. ¿Quiénes son los actores principales?

Por una parte, el gobierno español en minoría del Partido Popular, partido conservador, que en este tema cuenta con el respaldo del grupo liberal de Ciudadanos, un partido con pocos años de recorrido que ha crecido en el ámbito estatal a raíz de la crisis económica y los casos de corrupción, y del Partido Socialista, formación socialdemócrata que ha gobernado el país durante buena parte del período democrático, con algunos matices y reticencias. El presidente del Gobierno español, Mariano Rajoy, se encuentra en su segundo mandato, después de arrebatar el poder en 2011, en plena recesión, a los socialistas, y de ser capaz de mantenerlo en las elecciones de 2015, aunque perdiendo la mayoría absoluta en el Congreso. Por otro lado, la Generalitat, que es como se llama al gobierno catalán, se basa en la coalición Junts pel Sí (coalición entre la formación nacionalista de centro-derecha que gobernó la Generalitat durante 23 años y la formación nacionalista de centro-izquierda Esquerra Republicana de Catalunya). Esta coalición no tiene mayoría en el parlamento catalán y tiene que apoyarse en una formación antisistema -la CUP- con la que consigue la mayoría independentista. El presidente de la Generalitat, Carles Puigdemont se ha declarado como un independentista "de toda la vida" y no ha tenido problema en admitir que su objetivo en la legislatura es únicamente la celebración de la consulta, sin ninguna ambición de mantenerse en el cargo. Además, el independentismo catalán cuenta con dos activas

organizaciones sociales -la Assamblea Nacional Catalana y Òmnium Cultural- que articulan las movilizaciones multitudinarias a favor del referéndum.

2. ¿Qué onda con el Gobierno español?

El gobierno del Partido Popular ha optado por una política de wait and see, con la que se ha limitado a observar la escalada independentista, sin mostrar un mayor interés público en comprender las razones del malestar de la sociedad catalana y a presentar propuestas positivas para competir políticamente y dialogar con el gobierno catalán. Esta impavidez se ha justificado por la confianza en que las contradicciones internas del bloque independentista acabarían por hacer descarrilar su proyecto. A lo que hay que añadir también su confianza en que la recuperación económica contribuiría a desmovilizar a los llamados independentistas económicos. Asimismo, hay que tener en cuenta el cálculo electoralista basado en la creencia que la defensa de la unidad nacional es la mejor baza para mantenerse en el poder y compensar el desgaste



sufrido por los escándalos de corrupción.

3. ¿Qué opinan los catalanes?

Según las encuestas, una mayoría de entre un 70 a un 80% son favorables a votar en referéndum cuál ha de ser la relación entre Cataluña y España. Pero... estos porcentajes descienden al 40% al ser preguntados por la idoneidad del referéndum del 1 de octubre para decidir cuál debe ser esta relación, un evento político no pactado con Madrid ni contemplado en la Constitución española. Por su parte, los partidarios de la independencia de Cataluña se sitúan por debajo del 50% según múltiples sondeos. También es un dato significativo el rechazo que provoca en Cataluña el Partido Popular, visto como una fuerza anti catalana y heredera directa del franquismo. Sin embargo, estos porcentajes son anteriores a los desarrollos de la última semana en Barcelona, donde policía española ha detenido funcionarios catalanes, visitado medios de

comunicación y desplegado un operativo con miles de agentes, que ha movilizó a la ciudadanía y ha provocado caceroladas diarias en las calles.

4. ¿Qué opinan en el resto de España?

El sentimiento generalizado ha sido hasta el momento de indiferencia: este problema no aparece prácticamente en las encuestas periódicas del centro de estudios de opinión. A pesar de ello, en las últimas semanas este tema está monopolizando la agenda mediática del país. Por otro lado, existe un rechazo de la ciudadanía a la posibilidad de un referéndum sólo en Cataluña, un posicionamiento ampliamente compartido por buena parte de los medios españoles. Recientemente ha ganado terreno la opinión favorable a una reforma constitucional que contemple un doble referéndum en Cataluña y en España. Sin embargo, por el momento se trata de una vía poco realista pues no parece aglutinar grandes consensos, tampoco entre partidos, ni tampoco parece que sea una opción que contemple buena parte de los catalanes dentro.

5. ¿Pero por qué los independentistas

quieren irse de España?

El listado de argumentos que ha ido esgrimiendo el independentismo es largo y variado. La denuncia por lo que se considera una infrafinanciación por parte del Estado, los constantes escarceos a cuenta de la lengua y la cultura catalana, o la constatación de que los distintos gobiernos centrales han perjudicado a Cataluña en el diseño de políticas clave como en la planificación del corredor mediterráneo, son algunos ejemplos. Con todo, el motivo que hizo crecer las demandas de independencia sigue siendo la sentencia del Tribunal Constitucional que, en 2010, dictaminó la inconstitucionalidad de algunos aspectos relevantes del Estatuto de Autonomía, que había sido votado por los ciudadanos catalanes y aprobado por los legisladores españoles. El impacto de esta sentencia se interpretó como la ruptura del pacto de Estado, así como la desautorización de la voluntad popular que había ratificado el

contenido de la ley.

6. ¿Por qué no les dejan votar?

Se trata de un referéndum unilateral, no acordado con el resto de España... e ilegal, al no estar previsto en el marco constitucional español. A diferencia de los referéndums celebrados en Escocia y Quebec que fueron acordados con los Gobiernos del Reino Unido y del Canadá, respectivamente.

7. ¿Están violando la ley con la consulta?

Es una violación explícita de la Constitución y del Estatuto de Autonomía y una desobediencia directa a la orden de suspensión acordada por el Tribunal Constitucional. El gobierno de Cataluña argumenta que dicha ley se encuentra bajo el marco legal catalán, pues fue aprobada por el propio Parlamento, y que por tanto la celebración del referéndum se ajusta a dicho ordenamiento.

8. ¿Cómo evitará Rajoy la votación?

Las medidas de la semana pasada, centradas en la incautación de material y la inculpación de altos cargos del gobierno catalán, han supuesto un duro golpe al referéndum. Así lo ha declarado el gobierno central pero también el propio gobierno de la Generalitat. Aun así, el Estado sigue tomando decisiones, como la reciente intervención de la policía catalana, con el fin de que esta respete las decisiones de la fiscalía.

9. ¿Realmente es posible que Cataluña se independice la semana que viene?

En estos momentos se trabaja con dos escenarios. Primero, que no se pueda celebrar el referéndum, y que por tanto el conflicto político siga por otros cauces. En este caso, la Declaración Unilateral de Independencia es una opción planteada por algunos sectores independentistas. Aunque, irse de España sin consultarlo a los ciudadanos no parece que tenga el apoyo de buena parte de la masa social del soberanismo, según las encuestas. El segundo escenario es que el referéndum se celebre. De ser así, se llevaría a cabo en un formato que según el gobierno español no podría ser considerado válido, y por tanto en ningún caso produciría efectos legales en uno u otro sentido.

10. ¿Qué dice la comunidad internacional?

La Comisión Europea ha repetido en múltiples ocasiones que se trata de una cuestión interna y que en todo caso cree que hay que respetar el marco jurídico y las decisiones del Tribunal Constitucional. Aun así, admite su preocupación por la situación en Cataluña, en una posición parecida a la que mantienen los estados europeos, que rechazan involucrarse, pero no ocultan su inquietud.

11. ¿Y Trump?

El presidente Donald Trump dijo que España es "un gran país" que debería permanecer unido. "Realmente, creo que la gente de Cataluña se quedará en España, y creo que sería una tontería no hacerlo; estamos hablando de quedarse en un país verdaderamente grande."

El Cambio

"El periódico que le sirve a la comunidad"

Circulamos en Nueva Jersey

en los condados de Hudson, Bergen, Union, Passaic y Essex.

En Nueva York en los condados de Washington Heights y Queens.

www.cambionewspaper.com

Teléfono:
(201) 902-0811

Teléfonos:
Depto. de Clasificados
(201) 305-5624
(201) 902-0004
(201) 430-3597

E-mail:
news@cambionewspaper.com
Fax: (201) 865-4303

Gilberto Camacho
Publisher

Javier Valenzuela
Editor

Yamile Valenzuela
Directora Administrativa

Relaciones Públicas y
Eventos Especiales
Edwin Henao

Gerente de Ventas
Sergio Rivas

Departamento de Diseño
Jorge Luis Amaya

Departamento de
Clasificados
Claudia Diaz

Departamento de
Distribución y Circulación
Juan Tito Conde

Página Web y App
Miguel Céspedes

Cambio Publications Group LLC
P. O. Box 4681 Union City, NJ 07087.

EL CAMBIO es un periódico hispano dirigido a toda la comunidad de Nueva Jersey, con las mejores noticias, políticas, comunitarias, sociales, económicas deportivas y de entretenimiento.



www.facebook.com/cambionews



www.twitter.com/elcambionews

EL CAMBIO no se hace responsable por los conceptos expresados por sus colaboradores y periodistas.

Senadoras de Nueva Jersey se solidarizan con Puerto Rico

La Senadora Nilsa Cruz-Pérez (D-Camden / Gloucester) emitió el viernes la siguiente declaración sobre el plan del estado para ayudar a la recuperación y rescate de los afectados por el Huracán María en Puerto Rico. El Gobernador Christie anunció el viernes por la tarde planes para desplegar a los miembros de la Guardia Nacional y de emergencia a Puerto Rico bajo el esfuerzo del estado, designado como el Esfuerzo de Despliegue Integrado de Puerto Rico de Nueva Jersey (PRIDE, por sus siglas en inglés): "La situación en Puerto Rico ha llegado a un punto crítico. Necesitamos que tanto los funcionarios federales como los estados respondan al pedido de ayuda del pueblo de Puerto Rico, que alberga a 3,5 millones de estadounidenses. Quiero agradecer al Gobernador

Christie por su compromiso de proveer los recursos de nuestro estado, y los hombres y mujeres que se están preparando para movilizarse como parte del Esfuerzo de Despliegue Integrado de Puerto Rico. "Es vital que utilicemos todos los recursos disponibles para asegurar que este esfuerzo se realice rápida y eficazmente. Hay una necesidad extraordinaria de recursos básicos en la isla, y las condiciones son cada vez más graves para los residentes que están sin alimentos, agua potable, medicamentos y refugio adecuado. Me alegra que nuestro estado esté tomando medidas para apoyar la misión de rescate y recuperación. No hay duda de que tomará un inmenso esfuerzo de respuesta de emergencia de nuestra nación para asegurar que la gente de Puerto Rico reciba la ayuda que necesitan". La Senadora Nellie Pou (D-Bergen / Passaic) emitió la siguiente declaración el viernes sobre el plan del estado para ayudar a la recuperación y rescate de los afectados por el Huracán María en Puerto Rico. El Gobernador Christie anunció el viernes por la tarde planes para desplegar a los miembros de la Guardia Nacional y de emergencia a Puerto Rico bajo el esfuerzo del estado, designado como el Esfuerzo de Despliegue

Integrado de Puerto Rico de Nueva Jersey (PRIDE, por sus siglas en inglés): "Nueva Jersey está profundamente conectada con Puerto Rico y es fundamental que brindemos apoyo a nuestros conciudadanos mientras trabajan para recuperarse de este desastre natural. Estoy agradecida de que el gobernador esté recolectando recursos estatales y le pida a la administración que haga todo lo posible por obtener ayuda para la isla lo antes posible. "El pueblo de Puerto Rico se enfrenta a circunstancias extremadamente difíciles y mientras siguen escuchando que la ayuda está en camino, los residentes en muchas partes de la isla aún no han recibido ayuda. Los suministros de alimentos, agua y combustible están disminuyendo y para muchos, particularmente a aquellos con condiciones de salud que requieren atención médica, esto se está convirtiendo en un problema de vida o muerte. "Todavía estamos en modo de respuesta, aún estamos en la fase de salvar vidas de esta crisis, y el envío de los servicios de emergencia durante este

momento más crítico a la isla de Puerto Rico podría marcar la diferencia. Quiero agradecer a la administración por su labor de movilizar mano de obra y equipo. Quiero especialmente agradecer a los hombres y mujeres de nuestra Guardia Nacional, a nuestros agentes de las fuerzas del orden y a nuestros socorristas que valientemente responde a la llamada de asistencia en tiempos de crisis. "Hemos visto un desborde de apoyo de los residentes de Nueva Jersey, incluso del cuerpo policial de Paterson, Passaic y Bergen que se están preparando para movilizarse como parte de este esfuerzo. Sé que continuaremos viendo a nuestros residentes acercarse para ayudar a nuestros conciudadanos en Puerto Rico por semanas y meses por venir".



B & K

Family Dental, LLC
TEL. 908.354.1500

• 707 Elizabeth Ave.,
Elizabeth NJ 07201 •

"Luzca una sonrisa PERFECTA"



- 🦷 Odontología Cosmética
Cosmetic Dentistry
- 🦷 Extracciones
Extractions
- 🦷 Tratamiento de Conductos
Root Canal
- 🦷 Coronas y Puentes
Crowns and Bridges
- 🦷 Tratamiento de Encías
Gum Treatment

TRATAMIENTOS SIN DOLOR

- Aceptamos la mayoría de Seguros y Medicaid
- Planes de Pago disponibles
- Todos los niños son Bienvenidos!!!

SERVICIO DE EMERGENCIA

DE MÁS ENERGÍA A SU CEREBRO CON... THE BRAIN "EL CEREBRO" FÓRMULA

Ayuda a prevenir la demencia senil, la enfermedad de Parkinson, y el Alzheimer

Esta fórmula exclusiva, cien por ciento natural, ha ayudado a muchos y posiblemente lo ayude a usted.

He aquí algunos beneficios adicionales:

- ▶ Combate el cansancio
- ▶ Reduce la depresión
- ▶ Ayuda a la memoria
- ▶ Reduce el apetito cuando el apetito es por ansiedad
- ▶ Centra y enfoca las ideas
- ▶ Coordina el balance del cuerpo
- ▶ Asiste en una mejor toma de decisiones
- ▶ Equilibra el sistema nervioso
- ▶ Acelera la eliminación de toxinas
- ▶ Acelera el aprendizaje
- ▶ Mantiene alerta
- ▶ Aumenta la resistencia física
- ▶ Es recomendable para niños con autismo y ADD
- ▶ Retrasa la vejez

YA ESTA A LA VENTA A PRECIOS MODICOS EN BE-VITAMINS

¿Por qué la fórmula del cerebro es fundamental?

De acuerdo con investigaciones científicas, las demandas que hoy en día hacemos a nuestro organismo, son mucho mayores que en épocas anteriores. Y para competir en el difícil mundo moderno, lleno de tensiones y fatigas, así mismo funcionar más efectivamente en el trabajo, el colegio y el hogar, debemos asegurarnos de tener las vitaminas y nutrientes esenciales las 24 horas del día. Ya que el cuerpo y el cerebro necesitan ser compensados por el abuso físico, mental y emocional que casi siempre le imponemos. La falta de estas vitaminas y nutrientes especiales pueden causar desequilibrios metabólicos.

La constante ingestión de alimentos procesados con químicos y aditivos, así como el uso de café, azúcar, sal, bebidas embriagantes, sabores y colores artificiales, preservativos, drogas, cigarrillo, agua y aire contaminados, combinación inadecuada de alimentos, tensión mental y emocional.

Todos y cada uno contribuyen a la rápida acumulación de toxinas que deterioran y enferman el organismo.

Consecuentemente, personas de todas las edades ya no reciben los nutrientes suficientes necesarios para la buena función de sus vidas personales.

¿Cómo funciona?

Ya sabiendo que una buena nutrición afecta directamente las funciones del cuerpo y el cerebro. La Fórmula del Cerebro ha sido correctamente combinada con vitaminas, minerales, anti-oxidantes, proteínas y hierbas especiales medicinales que asistirán a obtener los mejores resultados.

La Fórmula del Cerebro da resultado

Los expertos encuentran que nutrientes completos naturales en combinación son de



mayor beneficio al organismo que cuando se toman por separado.

¿Por cuánto tiempo deberá tomarse?

La Fórmula del Cerebro hecha con ingredientes cien por ciento naturales puede usarse siempre como complemento de su alimentación y puede tomarse por tiempo indefinido. Esta fórmula puede ser usada por personas de 6 a 99 años de edad

Se obtendrán mejores resultados si ...

- Descansa suficientemente
- Si sigue una alimentación adecuada
- Si se sigue un régimen de ejercicios
- Si mantiene una actitud positiva



INDICACIONES Y GARANTIA DE ESTE PRODUCTO

GARANTIZAMOS: Que los ingredientes de este producto, son de la más alta calidad.

NO CONTIENEN sal, no contiene producto animal, ni azúcar, ni leche, ni trigo, ni rellenos de almidón, ni sabor o color artificial, ni tintes, ni maíz.

INDICACIONES: Como complemento de su alimentación recomendaciones por edad, o como lo indique su profesional de la salud.

- ▶ Adultos: Deben tomar tres (3) cápsulas al día con el estómago vacío
- ▶ Adolescentes: De 14 a 17 años de edad deben tomar dos (2) cápsulas al día con el estómago vacío
- ▶ Niños: De 6 a 13 años de edad deben tomar una (1) cápsula al día con el estómago vacío

MANTENGA: El frasco bien cerrado, en un lugar oscuro, fresco y seco. Evite que quede al alcance de los niños.

NOTA: El contenido de este anuncio publicitario es solo educativo y no se intenta en ningún momento prescribir o recetar en ninguna forma. Cualquier intento de diagnóstico deberá ser realizado bajo revisión de su médico. Disponible en frascos de 90 cápsulas.

**RECIBIMOS
FOOD STAMPS**

**PRESENTANDO ESTE CUPON OBTENGA UN
DESCUENTO DEL 10%
EN TODAS SUS COMPRAS**

**446 DE LA 61 ST., WEST NEW YORK, NJ
4500 BERGENLINE AVE, UNION CITY, NJ**

**ABIERTO TODOS LOS DIAS
Incluyendo Domingos y Festivos**

201-868-6596 * 201-617-0489

201-590-9991 * 201-590-9992



1 Main Office - Jersey City
2974 Kennedy Blvd. Jersey City, NJ 07306
Tel.: 201-420-0001 / Corner of Kennedy & Cottage



2 Jersey City, 2nd Office
587 Summit Ave., Hudson City Savings Bldg, JC NJ 07306
Tel.: 201-420-0001 / Corner of Summit & Cottage



3 Newark
One Gateway Center, Suite 2600 - 26th FL.,
Newark JC NJ 07102 - Tel.: 973-653-3945



4 Union City / North Bergen
Meetings In This Office By Appointment ONLY
418 Monastery Place, Union City, NJ 07087
Tel.: 201-420-0001



5 Paterson / Clifton
291 Crooks Ave., 2nd FL., Paterson, NJ 07503
Tel.: 973-653-3945



6 Ocean Twp. / Asbury Park
1500 Allaire Ave., Suite 103, Ocean, NJ 07503
Tel.: 732-660-6798



EL CAMPEÓN DE LOS HERIDOS

Cerca de usted!

Anise & Anise

LAW FIRM

Michael Anise especializado en lesiones personales e indemnizaciones por accidentes y caídas. Sus conocimientos legales junto a su tenacidad jurídica logran excelentes resultados para todos nuestros clientes

Llámenos: 201-420-0001

Abren una posibilidad a una vacuna contra el cáncer

Científicos utilizaron nanopartículas para desencadenar una respuesta autoinmune. Los científicos utilizaron nanopartículas que contienen ARN de un tumor para simular la intrusión de un patógeno en la sangre. Científicos alemanes han dado un paso adelante para crear una vacuna universal contra el cáncer gracias a una técnica que instruye al sistema inmune para atacar a los tumores. Según un trabajo que publica la revista Nature, los investigadores de la Universidad de Maguncia ha utilizado nanopartículas que contienen ARN de un tumor para simular la intrusión de un patógeno en el torrente sanguíneo y desencadenar una respuesta autoinmune. Cuando esas partículas entran en contacto con el tejido linfático, un componente esencial del sistema inmunitario, activan los mecanismos de autodefensa habituales para combatir los virus de los que disponen células como las dendriticas. Nature subraya que los investigadores alemanes han



logrado inducir respuestas antitumorales en ratones y, en una primera fase experimental en humanos, en tres pacientes con melanoma avanzado. Según la revista científica, el trabajo "probablemente

representa un paso adelante hacia una vacuna universal para el cáncer". La ciencia ha encontrado hasta ahora dificultades para descubrir mecanismos efectivos de vacunación debido a que las células

cancerígenas son similares en muchos aspectos a las normales, por lo que el sistema inmunitario evita atacarlas. En un artículo que acompaña al trabajo de los alemanes, la investigadora Jolanda de Vries, del Centro Médico Universitario Radboud (Holanda), sostiene que el grupo de Maguncia, liderado por Ugur Sahin, ha adoptado una perspectiva diferente a las investigaciones realizadas hasta ahora en este campo. Los investigadores han creado nanopartículas en las que los fragmentos de ARN están recubiertos de una capa de lípidos, similar a una membrana celular, para protegerlos. Al establecer una carga eléctrica negativa en esas partículas, consiguen que sean atraídas por las células dendriticas, que a su vez crean un antígeno específico contra el tumor cancerígeno. Los científicos creen que cualquier antígeno basado en una proteína puede estar codificado en el ARN, por lo que consideran que esta técnica puede utilizarse para crear vacunas contra todo tipo de cánceres.

■ **Pregunta Lety Rodríguez:** Cuando el cáncer está localizado específicamente en un órgano y no crece, ¿por qué las personas no sobreviven?

Álvaro Guerrero: con los cánceres que se detectan en estados tempranos puede lograrse un control de la enfermedad y en algunos casos la curación. Pero esto no significa que un cáncer pequeño pueda tener la capacidad biológica de diseminarse. A veces encontramos tumores muy pequeños que pueden tener un compromiso sistémico y esto puede explicar por qué tumores localizados tienen un pronóstico diferente que lleva al paciente a un desenlace fatal. Lo más importante en cáncer es conocer el comportamiento biológico del tumor más que el tamaño de este.

Pregunta Cesar Apraez: Hace mucho circula un video sobre una entrevista a un médico en la ciudad de Roma. En este, el médico afirma haber encontrado el tratamiento para curar el cáncer de cualquier órgano y este tratamiento se basa en usar bicarbonato de sodio inyectado directamente al órgano afectado.

A. G.: No conozco la información ni el video pero en los últimos eventos científicos donde se muestran los avances y los tratamientos del cáncer no se ha mostrado que el bicarbonato per se sea un tratamiento para decir que podamos curar el cáncer. Por lo tanto, considero que esta información ofrecida por video tendría que validarse en instituciones de investigación del cáncer.

Pregunta Gina Gómez: Mi abuelo, mi padre y mi hermano murieron de cáncer. ¿Qué probabilidad hay de que sea un mal hereditario?

A. G.: La mayoría de los cánceres aparecen de una forma esporádica o sea que son enfermedades que se adquieren durante la vida de una persona. Esto sucede porque los genes de esa persona adquieren alteraciones que nos van a expresar proteínas funcional y estructuralmente anormales y que nos llevan a la formación de cáncer. Esto explica que la mayoría de los cánceres no son hereditarios. Pero si existe una susceptibilidad genética y esa susceptibilidad de ciertos genes la podemos heredar cuando estas alteraciones se producen en las líneas germinales.

A-1 WATER STORE PURIFIED & ALKALINE

DRINKING WATER

Visit us! | Visitenos!



ESTE ES EL PARKING
DE A-1 WATER

FREE PARKING / PARQUEADERO GRATIS

PROMOCION ESPECIAL



Un cooler preusado y
2 nuevos botellones
\$75 (incluido taxes)

4901 Broadway, Union City, NJ 07093
WWW.A1WATERSTORE.COM

201.583.1200
201.583.9700

¿El sexo afecta el rendimiento deportivo?

Expertos explican las consecuencias de tener relaciones antes de las competencias. Se ha confirmado que el ejercicio, por la vía de la testosterona, aumenta de manera significativa las ganas, tanto en hombres como en mujeres. “Como esto es un deporte de fuerza, pongo la mente en blanco, pero también voy pensando en algo de sexo, porque eso aumenta la capacidad de la testosterona”, dijo el pesista colombiano y medallista olímpico Oscar Albeiro Figueroa, al referirse a las claves de las que echa mano para lucirse en competencia. Aunque un hombre de 33 años, sano y además deportista, como Figueroa, no necesita estar en competencia para pensar en sexo—simplemente porque los señores como él siempre están pensando en eso—, las palabras del medallista nos dan la excusa para analizar el mito de que los polvos tienen un efecto negativo en los competidores de alto rendimiento. En los Juegos Olímpicos de Río esta creencia se quedó sin piso con la sola decisión de los dirigentes de dejar a disposición de los deportistas de la villa olímpica 450.000 condones (350.000 masculinos y 100.000 femeninos). Y si en las justas participaron 10.000 atletas, una cuenta rápida nos dice que a cada deportista le corresponderían unas 45 encamadas. Si la cifra se proyecta a 20 días, nos da una media de 2 faenas diarias por deportista. Nada del otro mundo, a decir verdad, en una población de jóvenes físicamente sobresalientes, reunidos en el mismo espacio y con el estímulo perverso de ser los protagonistas de un evento único, y



para muchos de ellos irreplicable. Pero vuelvo a la creencia de que catre y deporte no suman medallas, pues el asunto ha tenido incluso respaldo científico. Un estudio de 1975, publicado en 'Journal of the American College Health Association', concluyó que “los atletas llegan dóciles, como gatitos, después de haber tenido relaciones sexuales la noche anterior a un juego”. Aquello de erradicar la actividad infraumbilical de los estadios se remonta a la antigua Grecia, donde se creía que el prosaico semen venía del cerebro y que además era una especie de “sustancia divina”, razón por la cual regarla por ahí, sin ton, ni son, producía desequilibrios mentales y una debilidad tremenda en el cuerpo. La idea que saltó

campante de siglo en siglo, al punto de que en el XIX una norma del ejército gringo les sugería a los soldados no desperdiciar el valioso fluido en tiempo de batallas. “Conservación espermática” se llamaba a esa aburrida abstinencia que se convirtió en una exigencia hecha por muchos entrenadores porque, según la creencia, eso se traducía en una agresividad que podría ser de utilidad en algunos deportes. Idea que, sin mayor sustento, se mantiene hasta nuestros días. Para la muestra está lo que dijo el técnico de la selección mexicana de fútbol en el pasado mundial, Miguel el 'Piojo' Herrera: si un jugador no puede prescindir del sexo por 20 días, no merece llamarse futbolista profesional.

Lo cierto es que a todo esto le ha faltado ciencia y le ha sobrado especulación. Hace unos años la investigación titulada 'College coaches, attitudes toward pregame sex', publicada en 'The Journal of Sex Research', mostró que cuatro de cada 10 entrenadores en EE. UU. no tenían ni la más remota idea de si dedicarse al aquello la noche anterior afectaba el rendimiento de sus deportistas; y lo más llamativo: solo el 9 por ciento dijeron que lo disminuía. El recelo que aún despiertan los polvos en las pistas se fundamenta en la premisa de que estos requieren un esfuerzo que deja desgonzados, cansados y con sueño a los deportistas. Para mí, son bobadas. Y otros análisis se han encargado de derribar esos conceptos. Por ejemplo, hoy se sabe que una faena bajo las sábanas consume entre una y cinco calorías por minuto; es decir que en un 'rapidito' sin mayores aspavientos podrían gastarse entre 60 y 300 calorías; algo sencillamente poco y que derrumba lo del excesivo consumo de una energía que no se puede recuperar en pocas horas. Por otro lado, resulta que nuestro dorado Figueroa no está tan desfasado en aquello de los beneficios de la testosterona, porque también se ha demostrado que las encamadas regulares y con gusto aumentan la cantidad de esta hormona, que, dicho sea de paso, si mejora el rendimiento muscular. Nuestro levantador de pesas si se equivoca en aquello de que él logra aumentar los niveles de dicha hormona a punta de pensamientos con contenido sexual. No, campeón, la cosa es en el catre, así que ya sabe...

“Es mejor prevenir que tener que lamentar”

Robert J. Leon M.D.F.A.C.C.
Cardiovascular Diseases

Dr. Robert J. Leon M.D., F.A.C.C.

¡Chequee su Corazón!

PROCEDIMIENTO DE CARDIOLOGIA

En el Consultorio

- EKGs
- 24 Hour Holter Monitoring
- Arrhythmia Event Recording
- Echocardiograms
- Carotid Duplex Imaging
- Peripheral Vascular Imaging

En el Hospital

- Treadmill Stress Testing
- Stress Echocardiography
- Transesophageal Echocardiography
- Myocardial Perfusion Imaging
- Ultrafast CT Scanning
- CT Angiography
- Cardiac Catheterization/PTCA
- Cardiac Pacemakers
- ICD/Biventricular Pacing

ATIENDE EN LOS HOSPITALES

- Hackensack University Medical Center
- Hoboken University Medical Center

SERVICIOS Y CONSULTAS

- Preventive Cardiology Program
- Cardiac Risk Factor Modification
- Pre-operative Risk Assessment
- Management of Coronary Artery Disease
- Management of Arrhythmia
- Evaluation of Chest Pain
- Management of Hypertension
- Management of Hypercholesterolemia / Lipid Disorders

SE RECIBEN TODOS LOS SEGUROS

129 Washington St., Suite 401, Hoboken, NJ 07030
• Tel.: (201) 610-1535 • Fax: (201) 610-1578
Lunes, Martes y Jueves

4518 Bergenline Ave., Union City, NJ 07087
• Tel.: (201) 610-1535 • Fax: (201) 766-8503
Miércoles y Viernes

www.rjleonmd.com HABLAMOS ESPAÑOL

THE PEOPLE'S PHARMACY SHOPPE

La Farmacia de la Gente Hispana

Julio esta aquí para servirles como siempre!

Su perfumería “Cardos Beauty Center” es ahora THE PEOPLES PHARMACY La Farmacia de la Gente sirviendo a nuestra comunidad

- Perfumería, Cosméticos,
- Beauty Supplies
- Productos para el Hogar,
- Servicio a domicilio GRATIS.!

HORARIO:
Lunes a Viernes 9 AM - 8 PM
Sábado 10 AM - 7 PM

PERSONAL BILINGUE
Tel. 201.348.0810

4012 Bergenline Ave., Union City, NJ
Aceptamos la Mayoría de seguros médicos y Medicaid

¡Logra el éxito de manera inusual!



Si eres una mujer emprendedora, dinámica, que trabaja duro para superarse a nivel profesional y personal, y tienes un ardiente deseo de triunfar pero sientes que te falta algo para ser totalmente exitosa, esta columna te caerá como anillo al dedo. Cuando buscas lo que necesitas para lograr el éxito, siempre te dan los mismos consejos trillados: “sé positiva”, “tienes que ser disciplinada”, “debes trabajar duro”, “aprende a manejar tu tiempo”, “sé organizada”, etc... Es cierto que estas cualidades son necesarias para superarte, pero no son las que te darán ventaja sobre otros. Hoy no te voy a dar esas recomendaciones clichés que has oído mil veces. Voy a compartir tres ingredientes imprescindibles para triunfar. Sé astuta: procura ser y estar lista, mantente alerta y con las “antenas paradas”. Debes estar pendiente de todo a tu alrededor para descubrir las buenas oportunidades y que otros no se adelanten o tomen ventaja de ti. Sé atrevida: cuando quieras o necesites algo para progresar en tu trabajo, vida o negocio, no tengas miedo en pedirlo y exigirlo. Lo peor que puede pasar es que te digan que no. Si te lo niegan, lo vuelves a pedir de otra forma. Tu insistencia y tu tenacidad harán que otros vean en ti el potencial de éxito que tienes. Sé llamativa: no me refiero a que te pongas un vestido fosforescente o que luzcas como una Miss Universo, pero tu look debe radiar porte y presencia. Viste de tal manera que emanes elegancia y seguridad en ti misma. La mujer exitosa siempre se arregla, se viste bien y llama la atención porque su aura refleja éxito. Sé carismática: demuestra que tienes chispa, eres espontánea y divertida. Una mujer carismática transmite ser capaz de aportar soluciones y se le abren más fácilmente las puertas que a una tímida con mil diplomas. Recuerda que el solo hecho de ser mujer te hace poderosa, y si agregas estas conductas a tu vida diaria, alcanzarás todo lo que te propongas. El

4% de los cargos en las 500 empresas más importantes alrededor del mundo de Fortune son mujeres, según Elissa Sangster, la directora de la Fundación Forté. Este porcentaje se encuentra en constante aumento y existen diversas formas de alcanzar el éxito. Hoy en día las mujeres tienen las cualidades y herramientas al alcance de su mano para convertirse en la persona que siempre soñaron con llegar a ser. Una mujer empresaria exitosa, una mamá ejemplar para sus hijos, una esposa enamorada de su marido, o la mejor amiga, confidente y consejera. Estas son tan solo algunas facetas de las mujeres que saben la importancia de administrar bien su tiempo. Estas mujeres, además de estar actualizadas están conectadas en cada actividad que desarrollan durante el día, están enteradas tanto de su vida laboral como de la familiar, y saben perfectamente tanto qué hacen sus hijos y cómo está el mercado en su industria. Por esta razón es tan importante la flexibilidad como estrategia corporativa en las empresas. Flexibilidad que permita una participación por igual de



cada uno los empleados, enfocando el trabajo en resultados y en el cómo más que en el dónde. Esta alternativa permite un trabajo más productivo y, específicamente para las mujeres, brinda la oportunidad de encontrar un balance entre el trabajo y el hogar, logrando contribuir con el éxito de sus carreras. Mujeres exitosas que siempre se ven perfectas, tienen tiempo de ir al gimnasio, pasar por la peluquería y tienen la capacidad de estar conectadas siempre con las tendencias actuales y con los que más aman. Pero, ¿cómo hacer para reconocerlas? Es cierto que todas tienen la capacidad de desarrollar

la vida y los riesgos que toman resultan emocionantes pero razonables.

2] Visionaria: Esta es la capacidad que tienen de reconocer y aprovechar las oportunidades al máximo. Se trata de disfrutar siempre del presente mientras moldean el futuro que quieren disfrutar el día de mañana.

3] Equilibrada: Deben poder crear un balance en su vida y ser completamente coherentes entre lo que hacen, piensan y comentan. Son mujeres capaces de dar todo de sí mismas y reconocen cuándo deben decir “no”.



las siguientes características. Sin embargo, hay unas mujeres que ya las tienen claras en su estilo de vida y las ponen en práctica todos los días. 8 pautas para repensarnos:

1] Segura: La primera cualidad debe ser la seguridad que tienen en ellas mismas y se refleja, a su vez, en todas las tareas que realizan, al desarrollar una capacidad de reacción efectiva ante los eventos inesperados de

4] Positiva: Esta característica es fundamental, ya que la actitud positiva se puede difundir entre las personas cercanas. son perseverantes, y viven su vida apasionadamente.

5] Enfocada: Saben cuáles son sus metas y trabajan disciplinadamente para llevarlas a cabo. Esta cualidad les permite tomar decisiones con claridad.

6] Organizada: La organización es clave para cumplir con mayor eficiencia con las responsabilidades sin dejar de lado la vida personal. Se apoya en la tecnología para lograrlo.

7] Comunicativa: Tienen la inteligencia de crear y mantener óptimas relaciones interpersonales ya que, por su naturaleza, la mujer es conciliadora.

8] Actualizada: Finalmente debe estar informada y actualizada sobre las últimas tendencias que aparecen en el mundo para tener una visión completa de su contexto actual, y se mantiene conectada en los diferentes aspectos de su vida todo el tiempo.

Estas características deben estar presentes en la vida personal, laboral y sentimental de una mujer exitosa, para desarrollar cualidades de liderazgo y convertirse en un modelo a seguir.

Perder peso comiendo chocolate y dulces



A pesar de que las dietas suelen evitar cualquier dulce por defecto, este estudio dejó claro que no caer en la tentación a primera hora del día puede resultar contraproducente para adelgazar.

Comer chocolate durante el desayuno puede ayudar a perder peso. Es el estudio perfecto para los golosos que no pueden resistir la tentación de llevarse a la boca cualquier producto bañado en cacao. Según una investigación llevada a cabo por la Universidad israelí de Tel Aviv

—desarrollada hace años pero recuperada recientemente por la prensa internacional por sus llamativas conclusiones— las personas que desayunan alimentos con chocolate tienen más posibilidades a largo plazo de adelgazar que los que no lo hacen. Este análisis basa la explicación afirmando que comer dulce a primera hora del día hace que se controle con más facilidad la segregación de grelina, la hormona responsable de gestionar la sensación de hambre. Para entresacar los datos, este centro educativo

sometió a examen a 200 adultos obesos a los que estudió su metabolismo durante las 24 horas del día. Cien de estos participantes tomó un desayuno de 600 calorías —entre cuyos alimentos se incluyó una porción de tarta de chocolate—, mientras que la otra mitad del grupo limitó la ingesta calórica a 300 calorías sin englobar en el menú nada más que productos bajos en carbohidratos.

El desayuno es la comida del día que más ayuda a controlar los niveles de grelina y, por tanto, la ansiedad. A las 18 semanas de estudio, los expertos constataron que los dos grupos perdían peso a un ritmo similar. Sin embargo, desde ese momento y hasta el final del experimento —que duró en total ocho meses—, los obesos que comían tarta de chocolate en su desayuno empezaron a dejar atrás los kilos de una manera mucho más rápida que los que no. Daniela Jakubowitz, directora de la investigación, explica este curioso dato estableciendo el nivel de satisfacción como punto clave. De esta manera, los que consumían la porción de tarta controlaban mejor sus niveles de grelina a lo largo del día y por eso no



veían la necesidad de picar entre horas o pegarse atracones de azúcar. Por el contrario, el grupo que no tomaba dulce en el desayuno no podía contener de manera eficaz sus ganas de caer en la tentación. “Los participantes en el grupo de la dieta baja en carbohidratos estaban menos satisfechos”, comentó Jakubowitz como una de las conclusiones del estudio.

Xiomara

HEALING CENTER

PSICÓLOGA, MÉDIUM, CURANDERA, CONSEJERA

TE OFRECE SUS SERVICIOS COMO CURANDERA, LOS DIAS LUNES Y VIERNES DE 1:00 PM –11:30 PM, CON CANDELO Y SAN DESHACEDOR" A TRAVES DE SUS MISTERIOS: SAN LAZARO, SAN MIGUEL ARCÁNGEL, RAFAEL ARCÁNGEL, URIEL ARCÁNGEL GABRIEL Y EL DR. JOSE GREGORIO HERNÁNDEZ.

CONSULTA DE MISTERIOS, CURACIÓN Y MATERIALES INCLUIDOS A \$70.00 CONSULTA ESPIRITUAL POR CLARIVIDENCIA Y DOMINOS \$35.00 POR 20 MINUTOS, LOS DIAS MIÉRCOLES DESDE LAS 3:00 PM –7:00PM

COMPRA MI LINEA DE PRODUCTOS PARA LA SUERTE AMOR Y DINERO, DIRECTAMENTE CON XIOMARA O EN EL CENTRO COMO : EXPLOSION DE SUERTE, EXPLOSION DE AMOR, EN JABON Y PERFUME Y LA FABULOSA CREMA DE EXPLOSION MAGICA DE JUVENTUD, PARA ELIMINAR LAS ARRUGAS DEJANDO TU PIEL RADIANTE.



Visite mi pagina de internet: www.xiomaraonline.com
450-73rd Street, North Bergen, New Jersey, 07047

XIOMARA: 201-295-0006

El costo de un gobierno "jet set" derrochador



El secretario de Salud dimitió este viernes en medio de fuertes críticas por el derroche de dinero en vuelos costeados por las arcas públicas. Otros tres miembros del gobierno se han visto envueltos en el caso. Uno de los implicados en el escándalo de los vuelos exclusivos es el secretario del Tesoro, Steve Mnuchin (en la imagen junto con su esposa Louise Linton). AP El escándalo de los vuelos exclusivos de miembros del gobierno de Donald Trump sigue creciendo, cobrándose este viernes la primera víctima, el secretario de Salud, Tom Price, que presentó su renuncia. Todo comenzó cuando Politico descubrió que el secretario de Salud Tom Price había hecho cinco vuelos en jet privado a un costo de \$25,000 cuando podía haberse ahorrado miles de dólares si hubiera elegido volar en aerolíneas comerciales. Desde entonces la factura no ha hecho más que aumentar y el escándalo ha envuelto a más miembros del gabinete. Aquí te explicamos las claves del caso:

¿Por qué son extraordinarios estos vuelos?

Las regulaciones de algunos departamentos recomiendan volar en aviones comerciales a menos que no sea posible por cuestión de seguridad nacional. La política del Departamento de Defensa dice que usar aviones propiedad del gobierno es "un modo más costoso de viaje que supone mayores gastos y recursos limitados" e indica que "debe hacerse todo el esfuerzo posible para minimizar el costo de los viajes".

Lo común en el gobierno de Barack Obama era que los miembros del gabinete viajaran en aviones comerciales.

Muchos de los vuelos incluyen trayectos entre las principales ciudades del país y las aerolíneas comerciales ofrecían alternativas económicas.

En algunos de esos viajes, los miembros del gabinete mezclaron negocios oficiales con asuntos personales.

Los vuelos comprometen al presidente Trump que prometió durante la campaña poner control en el gasto desbordado e innecesario en el gobierno federal.

¿Cuántos miembros del gobierno Trump tomaron vuelos privados?

Tom Price, secretario de salud ha gastado alrededor de \$1 millón en vuelos en jet privados y aviones del gobierno costeados por los contribuyentes. Politico ha descubierto que ha hecho al menos 24 vuelos domésticos a un costo de más de \$400,000 y varios vuelos internacionales por \$500,000.

Scott Pruitt, el administrador de la agencia del medio ambiente EPA gastó \$58,219 en vuelos privados y militares entre febrero y agosto, según información proporcionada al Congreso.

Ryan Zinke, secretario del Interior voló en junio entre Las Vegas y Montana en un jet privado que le costó a los contribuyentes más de \$12,000 según informan Politico y Washington Post. Zinke también llevó vuelos charter entre St. Croix y St. Thomas en las Islas Vírgenes de los Estados Unidos en marzo y utilizó un avión militar para viajar a Noruega en mayo, según Politico.

Steve Mnuchin, secretario del Tesoro ha volado en al menos dos ocasiones en aviones del gobierno a costa

de los contribuyentes. En uno de ellos voló a Kentucky en agosto con su esposa para un almuerzo y ver el eclipse. Su esposa publicó fotos en las que tagueó a diseñadores de moda que generaron un alujón de críticas por su ostentación de lujo.

El secretario de Asuntos para los Veteranos, David Shulkin, aseguró este viernes que no ha tomado ningún vuelo exclusivo y que en adelante publicará en este vínculo la información sobre sus viajes. Pero el Washington Post reveló este viernes que en un viaje de trabajo a Europa de 10 días costado por los contribuyentes dedicó buena parte de su tiempo al ocio. Su esposa viajó con él y obtuvo un reembolso para comida y otros gastos. Sulkin y su esposa fueron a un juego de tenis en Wimbledon, tomaron un crucero por el Támesis y fueron de compras. Sulkin viajó en aerolínea comercial y al menos en uno de los trayectos voló en clase turista.

¿Qué han hecho otros miembros del gabinete?

Algunos miembros del gobierno multimillonarios como el secretario del Comercio, Wilbur Ross, o la secretaria de Educación, Betsy DeVos, son propietarios de jets privados y costean la factura para vuelos

oficiales.

CBS reporta que otros secretarios como Ben Carson (de Salud) o Alex Acosta (de Trabajo) solo vuelan en aviones comerciales a menos que acompañen en viajes al presidente o al vicepresidente.

¿Cuánto dinero podría haberse ahorrado?

Politico ha examinado cuánto dinero podía haber ahorrado el secretario salud Price.

Por ejemplo, Price fletó un vuelo charter por \$25,000 para un tour de reuniones de trabajo por Maine, Pennsylvania y New Hampshire entre el 13 y el 15 de septiembre.

El secretario de Salud podría haber encontrado opciones mucho más económicas en vuelos comerciales. United Airlines ofrecía vuelos entre Washington y Philadelphia por entre \$447 to \$725 por persona. En tren hubiera pagado solo \$72 y en un SUV \$46 (\$30 en gasolina más \$16 en peajes).

En este gráfico Politico hace un cálculo de cuánto dinero podía haberse ahorrado Price en sus viajes domésticos. En azul el precio estimado de los vuelos en aerolíneas comerciales; en rojo el costo de fletar un vuelo charter exclusivo para el secretario Price:

¿Por qué el caso de Price es el más flagrante?

Price presentó este viernes su renuncia en medio de crecientes. Su caso es el más flagrante porque, además de ser el miembro del gabinete del que más vuelos exclusivos se han conocido, es un político que ha hecho carrera promoviendo la austeridad del gasto.

Durante sus seis mandatos como representante por Georgia en la Cámara de Representantes, Price cultivó una imagen de conservador fiscal que ahora ha arruinado.

¿Qué había dicho Price?

Price había dijo el jueves que devolvería al gobierno el costo de los vuelos, sin embargo el dinero que ha dicho que pagará -\$51,887.31- es muy inferior a las estimaciones que han hecho varios medios sobre el costo real para los contribuyentes.

También había prometido que en adelante volará en aerolíneas comerciales y planea cooperar con el inspector general del Departamento de Salud, que la semana pasada inició una investigación sobre sus prácticas de viaje.

¿Puede crecer el escándalo?

Es posible que se conozcan más vuelos exclusivos. El Comité de Monitoreo y Reforma del Gobierno de la Cámara de Representantes ha lanzado una amplia investigación sobre los vuelos de los miembros del gobierno de Trump desde el primer día del mandato del presidente.



Sexo y matrimonio con robots será pronto una realidad

Algunos especialistas pronostican que los primeros amantes de metal, goma y plástico, programados para dar placer sexual, estarán listos en unos meses. El sexo con robots está "a la vuelta de la esquina", dijo un experto esta semana en una conferencia en Londres en la que se habló de las implicaciones de tal posibilidad y se presentaron juguetes sexuales interactivos. Los "sexbots" son un tema recurrente de la ciencia ficción, presente por ejemplo en las películas recientes "Ex-Machina" y "Westworld". Algunos especialistas pronostican que los primeros amantes de metal, goma y plástico, programados para dar placer sexual, estarán listos en unos meses. "El sexo con robots está a la vuelta de la esquina, y los primeros 'sexbots' llegarán... el año que viene",

dijo el experto en inteligencia artificial David Levy en el Congreso internacional de amor y sexo con robots, organizado por la University of London, Universidad de Londres. Abyss Creations, una empresa estadounidense con sede en California, empezará a promocionar el año que viene sus primeros robots sexuales con la capacidad de moverse y hablar como humanos. Levy, autor de "Amor y sexo con robots" ("Love and Sex with Robots"), que da nombre a la conferencia anual, estimó que el matrimonio con estos humanoides podría hacerse realidad a mediados de siglo. "A medida que el sexo con robots sea más y más corriente, confrontaremos la posibilidad real del matrimonio", estimó este antiguo maestro internacional de ajedrez. Y, ¿por qué no? Se



trataría de maridos/esposas "pacientes, amables, protectores, cariñosos", nunca celosos o groseros... "a menos que quieras que lo sean", afirmó. La cita de Londres sirvió para presentar los últimos avances en sexo cibernético, como un artilugio que permite a las parejas besarse aunque estén lejos. El "Kissenger", que se incorpora al celular, contiene sensores que detectan la presión del beso y la transmiten a la pareja en tiempo real. Los estudiantes de la universidad japonesa de Keio, Tokio, están desarrollando la "Teletongue" o "Telelengua", para lograr "interacción oral remota", con fines "perversos", en palabras de una de sus creadoras, Dolhathai Kaewsermwong. Permite a las parejas transmitir sonidos y sensaciones de lametones usando una piruleta, y creando "una experiencia inmersiva", narró. Lynne Hall,

profesora de la facultad de ciencias informáticas de la Universidad de Sunderland, en el noreste de Inglaterra, estimó que los robots podrían brindar "una experiencia sexual fantástica". "El sexo con robots tiene muchas ventajas... es seguro, no contraes ninguna enfermedad, puedes controlarlo", dijo en la conferencia, descartando que pueda sustituir o amenazar a las relaciones humanas, tildando el temor de "pánico moral". "La gente mira porno regularmente y siguen teniendo relaciones sexuales con humanos", alegó. Sin embargo, para muchos, mantener relaciones sexuales con máquinas sería ir demasiado lejos. Emma Yann Zhang, estudiante de doctorado en la Universidad City de Londres, que trabajó en el prototipo Kissenger, dijo que falta mucho para que la gente encuentre la idea normal.

**INMIGRACION
DEFENSA DE DEPORTACION
ABOGADA
INGRID ECHEVERRIA**




- Bancarrota
- Leyes de Familia
- Divorcio
- Inmigracion
- Defensa de Deportacion
- Cortes Municipales, Estatales y Federales

TENEMOS CITAS EN LAS TARDES
Lunes a Sabado de 9:00 am. a 7:00 pm.
201-295-8999

8419 Bergenline Ave, North Bergen, NJ 07047
10 North Sussex St, Floor 1, Dover, NJ 07801

www.echeverrialaw.com

TOTAL CARE
of Union City

**LESIONES DE TRABAJO EN NY?
PROGRAME YA SU CITA!
ATENDEMOS LOS SABADOS**



Que es la terapia IDD?
La terapia IDD es un tratamiento dirigido por computadora.

Detenga el Dolor Ahora!
Multi-especialistas en alivio del dolor de Espalda y Discos Vertebrales

ACCIDENTES DE CARRO LESIONES DE CUELLO (Whiplash). Le damos tratamiento. Sabia que no necesita operarse para corregir los discos dañados o herniados?

TRATAMIENTO PARA:

- Disco Herniado
- Clática
- Estenosis Espinal
- Enfermedad Degenerativa del Disco
- Síndrome Facetario Posterior
- Dolor Crónico de Espalda

Basilio Pace D.C.
Quiropráctico - IDD Rehabilitación

Dr. Mary Ann Benigno
Médico Especialista

Llámenos para obtener su reporte especial y DVD GRATIS
201-330-7575 ■ 415 39th Street, Union City, NJ 07087
www.totalcarerehab.com

10 tips para aumentar tu productividad



Algunas de las preguntas más frecuentes que recibo por parte de mis clientes son: ¿Cómo puedo alcanzar mis metas más rápido?, ¿cómo hacer que el tiempo me rinda más?, ¿cómo incrementar mi productividad? Estos cuestionamientos tienen un sencillo pero importante elemento: la determinación. Muchas veces establecemos metas que queremos lograr pero es muy frecuente que en el proceso surjan dudas en nosotros, y que a la mitad del camino nos encontremos perdidos. Hoy quiero compartir contigo, en un sencillo formato, algunos de los "secretos" que he adquirido con años de trabajo y experiencia profesional como coach en diferentes ámbitos, culturas y

proyectos, lo cual me da certeza de sus resultados, motivo por el que los he compartido con mis clientes y amigos, e incluso yo misma he recurrido a ellos, y hoy quiero compartir con mis lectores:

1 Define lo que quieres lograr

¿Cuáles son tus sueños? ¿Cuál es tu definición de éxito? Cada persona tiene diferentes objetivos que son motivados por sus propias aspiraciones. Recuerda que la vida no es una carrera, no te preocupes por los demás.

2 Ten claro cuáles son tus valores

¿Cuáles son tus valores, la clave de lo que te

mueve y te ayuda a dirigir tus prioridades y decisiones?

3 Convierte tus sueños en realidad

Una vez que sabes lo que quieres y cuáles son tus valores el siguiente paso es: ¿Cómo vas convertir tus sueños en realidad?, ¿cuáles son los pasos o acciones a seguir para alcanzar lo que quieres? Tener un plan de acción siempre es un buen comienzo para materializar lo que buscas.

4 Toma control de tu voz interior

¿Qué te dice tu voz interior? ¿Te guía y te apoya o eres tu principal enemigo? Recuerda que tu propia seguridad emocional es un factor importante y debes ser tu propio aliado.

5 Distribuye tu tiempo inteligentemente

¿Lo dedicas a las metas y actividades que te ayudarán o se te escapa de las manos? La administración del tiempo no es sólo una cuestión de moda, es realmente una tarea que nos ayuda a nuestra vida diaria.

6 Haz uso de tus fortalezas y desarrolla tus puntos de oportunidad

Todos tenemos cualidades que nos distinguen y nos destacan, cosas por las que somos reconocidos por nuestra familia y amigos, pero una vez que conocemos aquellos puntos que podemos mejorar, ¿por qué no buscar cómo potencializarlos?

7 Cuidate a ti mismo

Tú tienes que ser tu prioridad número uno. Come sanamente, lee, haz deporte,

reflexiona y dedícate tiempo a ti mismo, lo más importante es tu propio bienestar, tanto físico como mental. Si lo crees conveniente busca ayuda, recuerda que algunas veces es bueno contar con apoyo de expertos para guiarnos.

8 Nuestro presente es generado por las acciones y decisiones que tomamos en el pasado. Si queremos tener un futuro diferente, tenemos que hacer cambios AHORA

Si queremos tener un futuro diferente, tenemos que hacer cambios AHORA. Pregúntate ¿a dónde te han llevado las decisiones que has tomado hasta ahora?, ¿estás satisfecho o te gustaría enfrentar nuevos retos pero tienes temor a hacerlo? Recuerda que el futuro lo estás planeando hoy, si quieres un cambio, el momento de empezar es ahora.

9 Escoge inteligentemente a la gente que te rodea

¿Qué tipo de gente te rodea? No siempre podemos elegir las personas que tenemos a nuestro alrededor; pero nosotros decidimos cuanta influencia ejercen sobre nosotros. El contar con gente que te da apoyo, consejos y sobre todo que te impulse a cumplir tus sueños debe ser una de las prioridades en tu lista. Pregúntate: ¿qué tipo de personas pueden ayudarte?, ¿dónde puedes encontrar a esas personas?

10 Tu futuro está determinado por las acciones y decisiones que tomas el día de hoy

¿A dónde te están llevando tus decisiones diarias? Te invito a reflexionar con este video sobre cómo las acciones que tomes a partir de este momento pueden ayudarte a mejorar el mañana.

Actualmente estamos buscando personal para las siguientes posiciones:

- **Trabajadores de Almacén**
- **Ayudantes de Chofer**
- **Ebanistas Fabricantes de Muebles (Tiempo Completo)**

PARTY RENTAL LTD. **Tiempos de Día y Noche**

Se requiere la capacidad de levantar hasta 75 lbs para todas las posiciones.

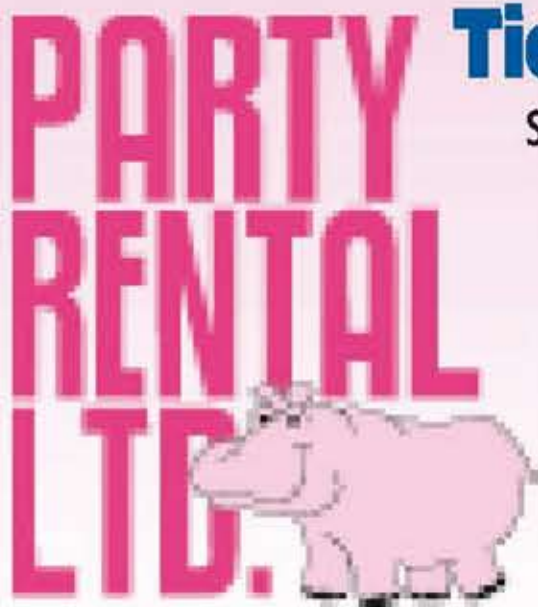
Debe aplicar en persona en:

Party Rental Ltd.

275 North St

Teterboro, NJ 07608

201-727-4760



Superamos las expectativas del Cliente a través de un servicio de excelencia!

Cuando los celos son patológicos

Al entrar en el bar un chico me miró y me llamó guapa. Mi novio iba detrás, se encaró con él y le empujó. El pobre chico no sabía que tenía novio. Mi novio es un poco celoso y me quiere." Algunas personas se definen como celosas sin ninguna preocupación aparente. Parece conformar un rasgo de personalidad aceptable, como ser pasional o romántico. Parece tener el mismo peso que ser moreno o de complexión delgada. Incluso la persona celada puede considerarlo un rasgo deseable. Paradójicamente, el comportamiento territorial puede ser entendido como muestra de carácter, de poderío, y no como signo de inseguridad o desconfianza. Para muchos, especialmente entre los más jóvenes, amor y celos son conceptos que caminan de la mano. Me cela, me quiere. Afortunadamente, para otros tantos se trata de una relación que resulta un tanto caduca. Existe un debate abierto sobre el origen de los celos. A pesar de que algunas líneas de investigación señalan un marcado componente genético, la mayoría de psicólogos evolucionistas y antropólogos sostienen que los celos son una construcción cultural. Los celos son concebidos como una respuesta originariamente adaptativa y referida a la territorialidad y la preservación de la relación de pareja. El comportamiento celoso es una herramienta de disuasión, una forma de advertencia ante la intrusión de otro individuo en la dinámica relacional y una forma de reglar



la vida comunitaria. De acuerdo a las investigaciones llevadas a cabo por el psicólogo evolucionista David M. Buss en la Universidad de Texas, los hombres tienden a sentirse más amenazados ante la infidelidad sexual, mientras que las mujeres tienden a reaccionar ante la posibilidad de infidelidad afectiva. Este patrón, aunque reduccionista, es coherente con el punto de vista antropológico. Mientras que los hombres celan su carga genética, las mujeres celan el compromiso para la protección y dotación de recursos para ella y su progenie. Es decir, los hombres tienden a temer la relación sexual en sí y las mujeres el vínculo afectivo. A pesar de no ser exclusivos de relaciones heterosexuales, en su origen, los celos se nutren de la falta de equidad de género; la certeza de la paternidad y la dependencia de la mujer con respecto al hombre. En una sociedad cada vez más igualitaria, el papel de los

celos en la relación monógama pierde su valor adaptativo, resultan anacrónicos. Sin embargo, en muchos sectores parecen estar muy vigentes. Existe cierto consenso en que la celotipia parte de dos características de vulnerabilidad psicológica: la inseguridad y la necesidad de control. Los celos son la expresión emocional del temor a perder la persona amada en favor de un rival. Todos (o casi todos) hemos sentido celos en algún momento de nuestra vida. Existe una delgada línea entre los celos cotidianos y los patológicos o celotipia. A priori, podríamos trazarla en el punto en el que se convierte en problema, es decir, cuando impactan en el bienestar de la persona que los manifiesta o en el de su pareja. En Celos en la Pareja: una emoción destructiva, Enrique Echeburúa defiende que en la celotipia existen tres características nucleares: la ausencia de una causa real

desencadenante, la naturaleza extraña de las sospechas y la reacción irracional del sujeto afectado, con una pérdida de control. La ideación celosa se produce de forma frecuente e involuntaria, adquiriendo tintes obsesivos. El celoso patológico puede construir posibles infidelidades a partir de cualquier tipo indicio, incluso los más absurdos y variopintos. Una mirada al móvil, una llamada equivocada o un cambio de vestuario pueden detonar la firme creencia de que existe otra persona. Una conversación o incluso un gesto de la persona amada pueden detonar una conducta agresiva. También puede obsesionarse con el pasado de su pareja, reaccionando con aversión o inseguridad ante cualquier actor de su pasado afectivo. El comportamiento inducido por los celos no es siempre agresivo, especialmente en los primeros momentos. Es frecuente que la persona sea consciente de que su preocupación es inapropiada. El celoso luchará contra su inseguridad e intentará controlar sus impulsos de control y territorialidad. Dependiendo de como evolucione, tanto el estado anímico como el comportamiento se verán afectados, impactando en la relación de pareja. De acuerdo al psicoanálisis freudiano los celos patológicos resultan de la represión del impulso homosexual. Es decir, la ideación de la infidelidad del celoso patológico parte de su dificultad para lidiar con su propio deseo por otras personas de su mismo sexo. Claro que sí, Sigmund.

COSMETIC & GENERAL DENTISTRY

CALL US TODAY
(908) 355-0300

HABLAMOS ESPANOL

New Patient Special

- *ORAL CANCER SCREENING
- *COMPREHENSIVE ORAL EXAM
- *PERIODONTAL EVALUATION.
- *REGULAR CLEANING.
- *X-RAYS.
- *PERSONALIZE CONSULTATION.

a value of \$328⁰⁰ for only **\$185⁰⁰**

- Orthodontic Treatment
- Oral Cancer Screening
- Crowns & Bridges
- White Restorations
- Endodontic Treatment
- Inlays / Onlays
- Implants
- Bad Breath Treatment
- Teeth Whitening
- Gum Disease Treatment
- Complete & Partial Dentures

Elite Smile

324 Morris Ave. Elizabeth, NJ 07208
www.elitesmile.com

Estudie Enfermería RN

Programa Universitario por Internet Totalmente en Español con 2 Sesiones Presenciales en Puerto Rico

Complete su RN en sólo 2 Años Acreditado.
Pregunta por nuestro programa especial para Medicos graduados en el extranjero

¡MEJORE SU FUTURO!
Ayuda financiera si califica, Becas del Gobierno

Llamando al:
347-661-5382

Tambien Programa de Admin. de Empresas - Todo en Linea
EDP UNIVERSITY OF PUERTO RICO




Holy Name Medical Center

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

La Osteoporosis puede aparecer a cualquier edad

Osteogénesis imperfecta

La osteogénesis imperfecta (OI) es un trastorno genético en el cual los huesos se fracturan con facilidad. Algunas veces, los huesos se fracturan sin un motivo aparente. La OI también puede causar músculos débiles, dientes quebradizos, una columna desviada y pérdida del sentido del oído. La causa es un defecto genético que afecta la producción de colágeno, una proteína que ayuda a conservar huesos resistentes. Generalmente, el gen defectuoso se hereda de uno de los padres. Algunas veces, se debe a una mutación, un cambio genético aleatorio. La OI puede variar desde leve hasta severa y los síntomas varían de una persona a otra. Un individuo puede tener apenas algunas fracturas o alcanzar varios cientos de fracturas en toda la vida. No existe una cura, pero los síntomas pueden controlarse. Los tratamientos incluyen ejercicio, analgésicos, fisioterapia, sillas de ruedas, aparatos dentales y cirugía.

Cáncer de hueso

Es raro que un cáncer empiece su desarrollo en el hueso. Es más común que el cáncer se haya diseminado al hueso desde otras partes del cuerpo.

Existen tres tipos de cáncer óseo:

- Osteosarcoma: se desarrolla en los huesos en crecimiento, generalmente entre los 10 y los 25 años de edad
- Condrosarcoma: comienza en el cartílago, por lo general después de los 50 años de edad
- Sarcoma de Ewing: comienza en el tejido nervioso de la médula ósea de las personas jóvenes, con frecuencia después de un tratamiento por otra afección con radiación o quimioterapia

El síntoma más común del cáncer de hueso es el dolor. Otros síntomas pueden variar dependiendo de la localización y el tamaño del cáncer. La cirugía suele ser el tratamiento principal. Otros tratamientos pueden incluir la amputación, quimioterapia y radiación.

Tipos de problemas óseos:

- La baja densidad ósea y la osteoporosis debilitan los huesos y aumentan las probabilidades de fracturas
- La osteogénesis imperfecta hace que sus huesos sean frágiles y quebradizos
- La enfermedad de Paget en el hueso los debilita
- Las enfermedades óseas pueden hacer que los huesos se rompan fácilmente
- Los huesos también pueden desarrollar cáncer e infecciones
- Otras enfermedades de los huesos son producidas por una mala nutrición, factores genéticos o problemas con la velocidad de crecimiento o regeneración ósea



Densidad ósea

Tener huesos fuertes es importante para su salud. La salud de los huesos se mide con un examen denominado densidad mineral ósea (BMD, por sus siglas en inglés), el cual permite conocer

- Si usted tiene osteoporosis, una enfermedad que debilita los huesos
- El riesgo de que se sus huesos puedan sufrir fracturas
- Su respuesta a un tratamiento para la osteoporosis

Una masa ósea baja es suficiente para considerarse osteoporosis y es conocida como osteopenia. Las causas de masa ósea baja incluyen la historia familiar, no desarrollar buena masa ósea de niño y ciertas condiciones o medicinas. No todas las personas con masa ósea baja tienen osteoporosis, pero todos los que presentan esta condición están en riesgo de tenerla.

Si usted tiene masa ósea baja siga algunas recomendaciones que le pueden ayudar a disminuir la pérdida ósea: Incluya comida rica en calcio y vitamina D en su dieta y haga ejercicio físico como levantar pesas, caminar, jugar bolos o bailar. En algunos casos, el médico puede recetar medicinas para prevenir la osteoporosis.

Osteoporosis

La osteoporosis debilita los huesos y aumenta la posibilidad de fracturas. Cualquier persona puede padecer osteoporosis, pero es más común entre mujeres de edad avanzada. Casi la mitad de todas las mujeres y una cuarta parte de los hombres mayores de 50 años se fracturará un hueso debido a la osteoporosis.

Entre los factores de riesgo se incluyen:

- El envejecimiento
- Ser de talla pequeña y delgada
- Antecedentes familiares de

osteoporosis

- Tomar ciertos medicamentos
- Ser mujer de raza blanca o asiática
- Tener osteopenia, que significa, pérdida de densidad ósea

La osteoporosis es una enfermedad silenciosa. Tal vez no sepa que la padece hasta que se fracture un hueso. Un examen de densidad mineral ósea es la mejor manera de controlar la salud de sus huesos. Para mantener



huesos resistentes, consuma una dieta rica en calcio y vitamina D, practique ejercicios y no fume. Si es necesario, existen medicamentos que también pueden ser de ayuda.

Dr Gilberto Gastell, MD & Dr Alex Hesquijarosa, MD

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

Dr Mario E. Pelletier, MD - (201) 869-6868

6003 Monroe Place, West New York, NJ

Holy Name Medical Center

Presenta

Tu Salud Primero

Presentador: Dr. Gilberto Gastell

Veá 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 osteoporosis aparece a cualquier edad

Cablevisión - 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

Paterson

TEANECK - Canal 77

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

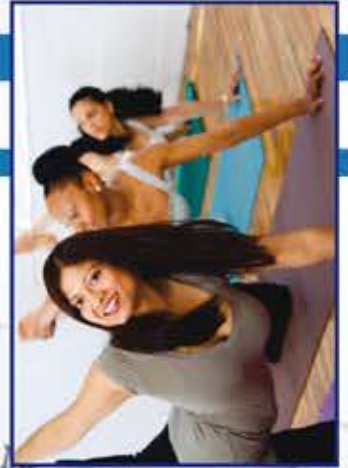
Viernes 20 de Octubre - 9:00 PM

Domingo 22 de Octubre - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 24 de Octubre - 9:30 PM

Miércoles 25 de Octubre - 9:30 PM



Caminando a diario hacia una mejor salud

(NAPSMA)- El primer paso para mejorar la salud podría ser ir a caminar. Caminar regularmente, aunque sea despacio, a dos o tres millas por hora cinco veces por semana, puede reducir el riesgo de enfermedades coronarias hasta en un 30% tanto en los hombres como en las mujeres, de acuerdo con el Dr. Edward Schneider del Centro Ethel Percy Andrus sobre

Otros estudios recientes muestran que caminar para hacer ejercicio podría reducir significativamente el riesgo de cáncer de mama, de ovario y de colon, además de una larga lista de otros beneficios como control de peso, fortalecimiento muscular, mejor equilibrio y salud

mental, además de una buena noche de sueño. "La clave para levantarse del sofá es encontrar un compañero de caminata, comprar zapatos cómodos que no tengan suelas muy gruesas y ser consistente en la rutina -remarca Schneider-. Y si el clima es malo, vaya a



caminar al centro comercial. Recuerde: algo es mejor que nada".

Con tanta evidencia que demuestra que caminar es bueno para el cuerpo y la mente, AARP, la asociación de personas mayores de 50 años, están desarrollando una campaña nacional para promover las caminatas. Margaret Hawkins, directora interina de salud, ofrece estos consejos para que usted comience a ejercitarse caminando:

Si todavía no hace ejercicio, obtenga la aprobación de su doctor.

- ◆Precaliente y enfríe el cuerpo antes y después de la caminata para evitar lesiones.
 - ◆Comience con caminatas cortas y trate de caminar al menos 30 minutos cinco veces a la semana para lograr considerables mejoras en la salud.
 - ◆Camine en un área segura y bien iluminada.
 - ◆Camine con un amigo o únase a un grupo de caminata.
 - ◆Tome bastante agua antes de ir a caminar o lleve la botella.
 - ◆Controle su caminata con un podómetro de bajo costo. Para obtener óptimos beneficios, trate de caminar 10.000 pasos cada día.
- Para obtener más información, consejos e ideas, llame al (888) visite www.aarpsegundajuventud.org.








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

◆Obtenga un Par de Gafas con Lentes Progresivos. Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo **\$149⁰⁰**
* Aplican restricciones.....

◆Lentes y Marcos Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo **\$65⁰⁰**
* Aplican restricciones.....

◆Especial a Cuba Lentes y Marcos Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo **\$59⁰⁰**
* Aplican restricciones.....





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

Horario:

Lunes	Martes a Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
10 AM a 5 PM	10 AM a 6PM	10 AM a 7PM	11 AM a 5PM	Cerrado

201-974-2600 5202 Bergenline Ave.,
FAX: 201-974-2999 West New York, NJ 07093
www.internationaloptical.net



CEBI

A World of Opportunities

Tutoring for all Subjects
Tutoria - todas la asignaturas
Desde Pre K / High School / College
Language Arts / Reading and Writing
Science / Social Studies
Math -(Singapore Method)
Social Studies

Todas nuestras clases son Bilingue (Eng/Spa)
Todos nuestros horario son flexibles
Localidad conveniente
Transportacion accesible

Clases de
Ingles (privadas o semi privada)
Computacion (basico / avanzado) Excel / Word/
Power Point / INTERNET / REDES SOCIALES
Facebook / Twitter / Instagram
GED (Eng / Spa)
Quickbook (contabilidad)
(TAXES)
Nuevos Programas—Amadeus—Para Agencia de Viaje
Hoteleria y Turismo

CLASES DE CIUDADANIA

5810 Bergenline Ave 2nd floor # 3
West NY NJ 07093
201 766 2116
cebicentroeducacionbi@gmail.com

Matricula
Y
Evaluacion
Gratis

Mentiras y verdades sobre la calvicie



Conozca tratamientos para el problema que afecta a tres de cada diez hombres después de los 30 años.

Los psicólogos concuerdan en que la pérdida de pelo puede tener impactos emocionales en los hombres, que en ciertos casos puede llevar a episodios de ansiedad y depresión. Por supuesto que, de otro lado, están también quienes aceptan la alopecia y hasta le sacan provecho. Para la muestra está el éxito logrado por actores muy reconocidos de sagas de acción como Jason Statham, estrella de El transportador; Vin Diesel, protagonista de Rápidos y furiosos, y el luchador y estrella de cine Dwayne Johnson, la Roca. No obstante, la idea no convence a un buen grupo de hombres, para los que frecuentemente aparecen soluciones prometedoras, generadas desde diversos frentes, entre los que se cuentan grupos serios de investigación, medicina tradicional y hasta experiencias personales 'exitosas'. De hecho, uno de los estudios más recientes tiene esperanzado a más de un alopecico, pues un grupo de la Universidad de Columbia descubrió que una porción de fármacos biotecnológicos, entre los que están ruxolitinib y tofacitinib, tienen la particularidad de estimular los folículos pilosos a partir de la inhibición de la enzima JAK. Este mecanismo, señalaron los investigadores en un informe publicado en Science Advances, apagaría la señal que desencadena el ataque autoinmune contra los folículos pilosos y que acaba tumbando el pelo. Experimentalmente, se encontró que dicha inhibición logra que el pelo vuelva a crecer en ratones en un lapso muy breve: diez días. Por ahora, el estudio abre una puerta al optimismo. El dermatólogo Campo Elías Páez considera que la gente tiende a ver la calvicie como una sola, cuando en realidad son dos, y su identificación determina la eficacia de los tratamientos. "Hay alopecia cicatrizal y no cicatrizal; la primera es irreversible y la segunda, que es una alteración funcional del folículo, puede revertirse en algunos casos". El problema es que, incluso en el mejor de los escenarios, no hay un tratamiento estándar que funcione en todos los pacientes. "El resultado varía de una persona a otra. Eso es real", advierte Páez, quien recuerda que la alopecia es mucho más común en los hombres; de hecho, el 30 por ciento de ellos ya

presentan, hacia la tercera década de la vida, pérdida significativa de pelo, un porcentaje que se eleva a la mitad hacia los 50 años. En las mujeres, la alopecia afecta a entre el 5 y el 10 por ciento. Estos son los tratamientos que comúnmente se ofrecen para combatir la alopecia, y los resultados que pueden tener. Una buena oportunidad para enterarse de los mitos y verdades que rodean la pérdida de pelo.

Medicamentos

A la fecha, el más prescrito es el finasteride, un inhibidor de la hormona testosterona, que está relacionada con el modo más común de alopecia en los hombres: la androgénica. Debe tomarse de dos a tres veces a la semana, por tiempo indefinido y asistiendo a controles urológicos, en el caso de los hombres (a las mujeres se les formulan dosis mínimas). Si el tratamiento se sigue

con disciplina, es posible ver resultados en cinco o seis meses. Otros fármacos que se recomiendan, pero como coadyuvantes en estos procesos, son la biotina, el selenio y el zinc.

Microtrasplantes

Se trata de extraer pelo de zonas de la cabeza en las que la caída es menor, como la nuca, e implantarlos uno a uno, con su folículo, a través de pequeños orificios en las zonas alopecicas. De acuerdo con Gustavo Andrés Hincapié, cirujano plástico especialista en microtrasplantes, la técnica más moderna es la folicular unit extraction (FUE), que se hace con una especie de robot que se encarga del proceso. El tratamiento completo, que es definitivo, consiste en trasplantar como mínimo entre 2.000 y 3.000 folículos. También existe otro método, el de la tira, que consiste en cortar un trozo entero de piel de zonas con pelo y extraer e implantar manualmente uno a uno. En ambos casos hay una limitante: el tiempo. Para evitar el deterioro de los folículos, hay que implantarlos antes de cuatro horas. Por eso a veces son necesarias varias sesiones. El costo de este procedimiento oscila entre los 3.000 y los 6.000 dólares.

Mesoterapia

Consiste en poner microinyecciones en las áreas del cuero cabelludo en las que se está perdiendo el pelo. Entre los productos que se administran por esa vía están el minoxidil, la biotina, algunos aminoácidos y finasteride. Se requieren entre 10 y 15 sesiones en promedio, pero su número varía según la severidad del

caso; las primeras se aplican semanalmente, luego espaciadas cada dos semanas y las últimas, cada mes. De acuerdo con el doctor Campo Elías Páez, esta clase de terapia es más efectiva en la primera etapa de la alopecia y en quienes están perdiendo el pelo lentamente; de hecho, puede frenarla significativamente si se aplica el tratamiento en el tiempo.

Terapia tópica

Aunque el mercado ofrece algunas lociones para ser usadas en forma tópica, la mayoría de los dermatólogos prefieren, tras analizar cada caso, preparar fórmulas magistrales para utilizar tres o cuatro veces a la semana por las noches, en las zonas afectadas. Estas contienen sustancias como minoxidil, finasteride, vitamina C, ácido retinoico y algunos esteroides. Con este método se busca esencialmente engrosar el pelo (que suele adelgazarse, perder calibre durante los procesos de caída), para prolongar los ciclos de vida del folículo, es decir que el pelo se demore más en caerse.

Rayos láser

La mayoría de los tratamientos que prometen hacer crecer el pelo con radiación tipo láser no funcionan. Existe un tipo específico, de luz roja, que al aumentar el calor y generar microtraumas puede, en algunos casos, estimular el crecimiento del pelo o prolongar el ciclo de algunos folículos, pero los resultados tampoco son permanentes.



Lo falso y lo verdadero

Los peinados apretados o trenzas pueden causar calvicie: **VERDADERO**. Pueden debilitar los folículos si se llevan por mucho tiempo y ocasionar caída.

Cortarse el pelo hará que crezca más rápido y grueso: **FALSO**. El grosor está determinado desde la raíz, y el corte no cambia el ritmo crecimiento.

El lavado frecuente puede causar caída: **FALSO**. Sin embargo, lavarlo más de una vez al día puede debilitar los folículos. En el caso del secador, si se usa muy cerca del cuero cabelludo puede causar quemaduras y caídas.

Una mala dieta puede desencadenar calvicie: **VERDADERO**. Deficiencias en vitaminas y minerales pueden causarla, aunque puede corregirse con la corrección de la dieta.

Fumar puede causar pérdida de pelo: **VERDADERO**. Estudios científicos evidencian que las toxinas derivadas del tabaco en la sangre pueden afectar su normal crecimiento.

23/24/25 DE OCTUBRE

- + Que honor ser nominada como Mejor Nuevo Artista en Latino Show Awards.
- + Necesito TU ayuda para ganar. Voten aquí diariamente por mi: <http://latinoshowawards.com/votingtax/mejor-nuevo-artista/>



WWW.LATINOSHOWAWARDS.COM

GISELLE GASTELL
NOMINADO

MEJOR NUEVO ARTISTA



IGLESIA SAN ROQUE/SANTA BRIGIDA,
4206 KENNEDY BLVD., UNION CITY, NJ
TELEFONO: (201) 863-1427 FAX: (201) 863-3877
Email: stroccounioncity@gmail.com

**St. Rocco's
Indoor Flea Market/Pulgero
Sunday/Domingo**

October/Octubre 22, 2017
November/Noviembre 5 & 12
December/Diciembre 3 & 17

8:00am-3:30pm
Admission is Free

Vendors Needed/Se necesitan vendedores (Doors open at 6am)
The place where you can find food, drinks and more
For more information/Para mas información Call 201-863-1427
or email us at stroccounioncity@gmail.com

Viaje a el Santuario de la Misericordia
En Stockbridge, Massachusetts
Sábado 28 de Octubre, 2017
Hora de salida: 7am

Parqueadero de la Iglesia de St. Rocco
\$50

Incluye transporte, desayuno continental un
Emparedado para el almuerzo
Para más información venga a la
Rectoría de la parroquia

PLASMA



**Rejuvenece y
Reafirma tu Piel**

PRP—Plasma Rica en Plaquetas
(con tu propia sangre)

Invita: Dr. María Ríos y
Pegasus Dental Center

Reserva tu cita
201-662-8686

6907 Bergenline Ave
Guttenberg, NJ 07093

\$300 por persona
Válida solo con cita
Otros descuentos no aplican





LATIN SPIRIT

TRAVEL & TOURS

4329 Bergenline Ave. 2nd Floor
Union City New Jersey



201-624-1910

DESTINO / VIAJE A	* IDA	* IDA Y VUELTA	DESTINO / VIAJE A	* IDA	* IDA Y VUELTA
ECUADOR	\$ 350	\$ 440	PERU	\$ 344	\$ 440
MEXICO	\$ 180	\$ 380	SAN SALVADOR	\$ 244	\$ 360
COLOMBIA	\$ 288	\$ 444	ARGENTINA	\$ 440	\$ 620
HONDURAS	\$ 260	\$ 380	URUGUAY	\$ 440	\$ 620
GUATEMALA	\$ 260	\$ 350	CHILE	\$ 448	\$ 620
NICARAGUA	\$ 295	\$ 350	BRASIL	\$ 620	\$ 800
COSTA RICA	\$ 170	\$ 260	BOLIVIA	\$ 575	\$ 620
SANTIAGO, R.D. REPUBLICA	\$ 160	\$ 260	VENEZUELA	\$ 340	\$ 440
DOMINICANA.	\$ 170	\$ 260	PANAMA	\$ 260	\$ 440
SAN JUAN, P.R.	\$ 152	\$ 260	PARAGUAY	\$ 440	\$ 575

*Más Impuestos y Servicios. Sujetos a Cambio Sin Previo Aviso. Restricciones Aplican. Esperamos su visita



Cuidar de tu familia es vivir la vida bien



Comunícate conmigo para saber más sobre cómo asegurar el futuro financiero de tu familia.



Newton Pena
Agent, New York Life Insurance Company
250 Pelhe Avenue
Saddle Brook, NJ 07663
973-356-4190
npena@fl.newyorklife.com

Newton Pena is a licensed insurance agent for New York Life Insurance Company. He is not a financial advisor. This advertisement is not a contract. Only the policy can provide the actual terms, coverages, amounts, conditions, exclusions, and limitations. Please read the policy carefully. © 2017 New York Life Insurance Company. All rights reserved.

Seguros. Planificación. Retiro.

Be good at life.



CONVOCATORIA CONCURSO DE CANTO

Expo Art USA 2017

1er. Premio \$1,000 Dolares ó 1,000 CD's Masterizacion incluida Difucion Digital Internacional
2do. Premio \$500 Dolares ó 300 CD's Masterizacion incluida
Certificados de Participacion

Necesitamos Voces Nuevas

Cualquier genero musical
18 años en adelante
No limite de edad
El Casting es gratuito y se realizara en Manhattan
Fecha limite 8 de Noviembre
Los espacios son limitados
Guarde este aviso

Llame hoy para su casting:

(646) 474-7957

Atencion de
Lunes a Domingo
de 8 am a 10 pm

expoartusa.com

Hablamos Español
!No deje pasar esta oportunidad!
Con el auspicio de Expo Art USA y Broadcast Studios Tenesela Corp

AUTO BODY

Necesita:Reparador de Autos
Preferiblemente con experiencia y con herramientas
Buen salario y beneficios para trabajar de inmediato!!

973-773-0078

NECESITO EMPLEADA PARA BAR

CON EXELENTE PRESENTACION NO MENOR DE 18 AÑOS NO NECESITA TENER EXPERIENCIA APLICAR EN 169 VERONA AVE. NEWARK

973-207-0604

NORTH BERGEN TRABAJO DE AUTO BODY

3 POSICIONES DISPONIBLES
AUTO BODY MENCON EXPERIENCIA EN REPARACIONY ARREGLOS DE AUTO BODY

PINTOR DE AUTOS CON EXPERIENCIA EN PINTURA EXPERIENCIA MINIMA EN ARREGLOS DE AUTO BODY

PREPARADORCON EXPERIENCIA LIJANDO PULIENDO EMPAPELANDO TERMINACION DE AUTOS

BUEN PAGO

201-4308747

PIZZA MAN NEEDED

Busy Italian pizza restaurant looking for pizza man. full time and part time available.

Must be experience. Great pay \$\$\$\$\$

Drivers positions available.

Mangiamo pizza restaurant

501Route 17 South, Paramus N J 07652

Across from Home Depot - Next Staples

Call: 201-951-4210

CLASES DE TEATRO

Registraciones para clases GRATIS de teatro

El Teatro Grace esta registrando estudiantes para sus clases de teatro de Lunes a Jueves de 5:00 PM a 8:00 PM en la Escuela Jose Marti, 1800 Summit Avenue en Union City.

Clases GRATIS en Ballet, Hip Hop, Salsa, Canto, y Actuacion.

Para registrarse, niños tienen que estar acompañados por un adulto.

No necesita ropa especial. A

bierto a todo niño de la edad 8 adelante; no importa donde viva.

Costo de registracion, \$30.00.

Para informacion, visite

www.GraceTheatre.com

CHOFER CDL CLASE-A

PARA TRACTOR

TRAILER

CON EXPERIENCIA

LUNES A VIERNES

RUTAS FIJAS

732-407-7217

CONDUCTORES PARA EMPRESA EN NEWARK CON CDL CLASE-A TWICE E. SEALINK \$20 POR HORA Y DIAS FERIADOS 401 K

973-589-6650

LABORATORIO DENTAL

NECESITA TECNICO DENTAL PART TIME FULL TIME PARA TRABAJAR EN ACRILICO LABORATORIO EN UNION CITY, NJ INTERESADOS LLAMAR

201-216-1411
201-601-0368

DAMA RETIRADA PROFESIONAL DESEA CONOCER A CABALLERO RETIRADO SIN COMPROMISO PARA UNA RELACION SERIA LLAMAR AL

718-666-2789
DE 11:00 AM A 11:00 PM O DEJAR MENSAJE

Prensador De chaquetas

Se necesita inmediatamente Debe tener experiencia y Hablar un poco de inglés

Llamar de 9:00 am a 7pm

201-602-2300

Ubicación: Danville, NJ 10 minutos de Dover Nueva Jersey Jacket presser Immediately. Must have experience And speak some English.

North Bergen

New apartment 3 bedrooms 2 baths Great location, Prefer working adults . No pets. 2100 + Utilities. Avail. Now!

201 948 6685

SE NECESITA MECANICO AUTOMOTRIZ COMPETENTE CON HERRAMIENTA

LOOKING FOR GENERAL MECHANIC WITH SKILLS & TOOLS

OSCAR TRANSMISSION, INC
332 HOBOKEN AVE.
JERSEY CITY, NJ 07306
201-963-8589

GRAN OPORTUNIDAD DE TRABAJO NECESITO VENDEDORES CON O SIN EXPERIENCIA
201-286-2774

#1 CASH FOR ALL
Toyota, Honda, Nissan & Junk & more, running or not Damage & Flood OK! Free Town!
973-204-7869
732-600-0033

Housekeepers, Maids, Nanny Live-in/ Live out Full time/ Part. Time Available call Gaby's Agency, LLC
201-943-4229

TALLER EN JERSEY CITY ESTA BUSCANDO UN FABRICADOR E INSTALADOR DE PASA MANOS Y ESCALERA CON EXPERIENCIA Y AYUDANTE CON LICENCIA DE CONDUCIR
201-496-3949

UNION CITY SE RENTA CUARTO PARA CABALLERO 600 MENSUAL UTILIDADES INCLUIDAS Y CON DERECHO A COCINA SEGUNDO PISO
201-867-7591

TE OFRECEMOS EL ESPACIO QUE TU NEGOCIO NECESITA!
CAMBIO Clasificados
(201) 902-0004



La energía del sol es gratis, Aproveche los programas del gobierno federal, Estatal y municipal y consiga su sistema solar para su casa o negocio y ahorre mucho dinero en energía. Pregunte **LLAMANDO YA!!**

Sr. Salazar.
917 889 1158

Halloween ya llego lleno de magia

Leo 23 de julio al 22 de agosto



Empiece a exteriorizar todas las emociones. De esta forma, podrá sacar la acumulación de las energías negativas en su vida. Amor: Transmita con plenitud sus emociones y fortalezca el vínculo amoroso, deje aflorar sus sentimientos. Riqueza: Prepárese, ya que su jefe le otorgará esa tarea tan deseada por usted.

Virgo 23 de agosto al 21 de septiembre



Antes que nada, debería hacer una observación más profunda y así no le resultarán embarazosos los problemas que debe enfrentar. Amor: Será importante que se conecte y comparta más tiempo con su pareja durante el día. Riqueza: Esté atento, ya que podría tener problemas con los contratos y las transacciones comerciales.

Libra 22 de septiembre al 22 de octubre



Jornada oportuna para que usted acelere esas decisiones que aún tiene postergadas en su cabeza. Amor: La Luna lo ayudará ordenar con naturalidad las cuestiones del corazón. Riqueza: Empiece a ser más eficiente y servicial, pronto conseguirá avanzar en su trabajo. Bienestar: No se derrumbe

Escorpión 23 de octubre al 21 de noviembre




Momento para tomar distancia de todo aquello que considera superfluo. Encamine la mente para lo esencial en su vida. Amor: En el amor tendrá la necesidad de estar con alguien y sentirse cuidado. Riqueza: No se deje estar, ya que el desgano podría obstaculizar sus planes monetarios.

Sagitario 22 de noviembre al 22 de diciembre




Aunque su inseguridad lo persigue cotidianamente, hoy se sentirá mucho más confiado en usted mismo. Amor: Podría llegar a conocer a alguien en esta jornada. Muéstrese espontáneo y sincero. Riqueza: No descuide los intereses materiales en los proyectos que quiere emprender.

Capricornio 23 de diciembre al 21 de enero



Excelente período para determinar nuevos objetivos concretos y eliminar los que ya lo sirven en su vida. Amor: Aplique su talento comprensivo, esto lo ayudará a reencontrarse con los afectos. Riqueza: No espere mucha ayuda de su alma gemela para ese proyecto, aférrase a su familia.

Acuario 22 de enero al 21 de febrero



Rompa con la monotonía y anime a los cambios profundos en la vida. Época oportuna para hallar nuevos ideales y ampliar los conocimientos. Amor: Jornada propicia para enamorarse o comenzar una relación. Escuche a su corazón. Riqueza: Busque la forma exacta a ese nuevo emprendimiento que se ha propuesto

Piscis 22 de febrero al 20 de marzo



Trealice lo imposible para eliminar las ideas y pensamientos que le molestan. Será una etapa para dedicarse a usted mismo. Amor: Aprenda a ponerse en el lugar del otro. Comprenda y escuche a su pareja antes de enfrentarla. Riqueza: Estos días deberá mantenerse muy atento a todo lo relacionado con la entrada y salida de su dinero.

Aries 21 de marzo al 20 de abril



Al contar con la luna en oposición, no comience nada nuevo. Podrá tener algunos impedimentos para poder realizar eso que quiere hacer. Amor: Si tiene alguna duda de lo que siente por esa persona que conoció, no dude y consulte con su corazón. Riqueza: Podrían surgir inconvenientes,

Tauro 21 de abril al mayo de 20



Ya es momento para que cambie y piense en una nueva vida. Nuevos caminos se abrirán y podrá resurgir internamente. Amor: Tendrá la necesidad de formar una familia o tener otro hijo. No dude y apueste a ello. Riqueza: Se sentirá impresionado ante el apoyo incondicional que le brindarán sus compañeros en el ámbito laboral.

Geminis 21 de mayo al 21 de junio



Prepárese, ya que pronto recibirá una muy buena noticia que le cambiará por completo su vida. No podrá creerlo. Amor: Sea consciente de lo que le ha dado a su pareja. Evite pedir más de lo que demuestra. Riqueza: Le ofrecerán un puesto nuevo

Cancer 22 de junio al 22 de julio



Aguanta Cáncer, pero aguanta por y para ti. No para el resto. No aguantes a quien no debas, no aguantes que te traten mal, que te infravaloren, que no te den lo que te corresponde por derecho. No aguantes que te griten, que te insulten, que jueguen con tu mente. No aguantes una voz más alta que otra ni que te falten el respeto más...



Felia y el Angel del amor

¿Te abandonan? ¿Estás sufriendo? Nosotros hacemos volver a tu pareja, humillado a tus pies. En sólo 9 horas con su nombre. Sin importar sexo, edad o distancia

No sufras más

¿Te prometieron hacer volver a tu pareja y no cumplieron? **¡Nosotros si cumplimos!**

100% GARANTIZADO Y EFECTIVO

Curamos la impotencia sexual
Limpiamos casas y negocios

973-498-0647

LLAMA Y DIME TU PROBLEMA
QUE YO TENGO TU SOLUCIÓN

JP Computer's

Julio Paternina

ANALISTA PROGRAMADOR DE COMPUTADORAS

Reparación de computadoras a domicilio



Servicio de reparación de computadoras en casas o negocios. Mantenimiento, instalación de hardware, software e Internet.

- ¿Su computadora está muy lenta?
- ¿Hace ruidos extraños? ¿Está desactualizada?
- Necesita reparación y no sabe quién puede ayudarlo? Llámenos hoy mismo
- (201) 893-5397 (8 am. a 10 pm.)

P.O. Box 502 West New York, NJ 07093

201-893-5397

E-mail: jpcomputer1@hotmail.com

MAZER TRUCKING

SE NECESITAN CONDUCTORES

Licencia clase "A" conductores de compañía local / regional

Con 2 años de experiencia

DRIVER WANTED

Class "A" company drivers

local/regional 2 years experienced

201-974-9840

HELP WANTED RN/LPN POSITIONS

Full-Time/Per Diem RN/LPN positions available in LTC Five-Star Facility Excellent Salary/Benefits package.

All shifts.

Contact Jessica Odum, RN
201-854-5400, ext. 4026

201-854-8798

Willing to train new graduates

The Harborage Nursing Home

7600 River Road

North Bergen, NJ 07047

Equal Opportunity Employer

GRAN OPENING

NECESITO BARBEROS, MANICURISTAS PARA NUESTRO SALON UBICADO EN LA 115 1era ST ELIZABETH, NJ

347-876-1920

NECESITO

BUSBOY LAVAPLATOS LOCALIZADO EN DOVER, NJ

973-229-3121

TE OFRECEMOS EL ESPACIO QUE TU NEGOCIO NECESITA!



CAMBIO Clasificados

(201) 902-0004

DELI KING LINDEN, NJ

SOLICITA PERSONAL, AYUDANTE DE COCINA

908-925-3909

NEEDED KITCHEN HELPERS AND DISHWASHER

Señora Rivera Consultas Espirituales y Tarot



917 Broadway Newark, NJ

973.573.3357

Reciba limpieza dental gratis Llama y pregunta por esta promoción: 908-354-1500

HUDSON COUNTY SCHOOLS OF TECHNOLOGY

North Hudson Center 201-662-6792 Jersey City Center 201-631-6350 E-mail: hudsontechnical@hcstonline.org

EL SEMESTRE DE OTOÑO - EMPIEZA

LAS CLASE YA COMENZARON!!!

REGISTRESE INMEDIATAMENTE !!

Licencia y Certificación disponible para los cursos de adultos:

Diploma para el High School con Licencia Profesional o Certificado
Inglés o Español
Cursos de 16 Semanas
Su estado de inmigración NO importa!
Llame a:
201-662-6792
201-631-6350

Academia de Niños/as los Sabados
Cursos para niños disponibles ahora!
Regístrese INMEDIATAMENTE para:
Curso de preparación PSAT/SAT
Música, Ballet, Matemáticas y Lectura, Actuación, Francés, Ajedrez, Artes Marciales, Kick boxing

Cursos de la Escuela de Adultos para el diploma de High School
Clases por la tarde
Localidades:
North Bergen
Harrison

Cursos de ESL Niveles de 1-4
Clases por la tarde
Localidades:
North Bergen
Jersey City
Harrison

TRANSPORTACIÓN GRATIS IDA Y VUELTA DE CLASES!

CURSOS PROFESIONALES EN AREAS DE POST-SECUNDARIA

- Construcción: Electricidad, Carpintería, soldadura, Recolección/Tratamiento de aguas Residuales, Operador de Caldera de Sello Negro.
- Negocios: Vendedor de Inmobiliaria (Real State)
- Computadoras: Técnico en computadoras A+, Microsoft Office, CADD, Computadoras para Seniors Citizen
- Cursos Medicos: Técnico en Electrocardiograma, Técnico en Farmacia, Primeros Auxilios CPR
- Maestría: Certificación preparatoria para asistente de maestro, Certificación Preparatoria para maestro de primaria
- Cosmetología
- Oficial de Seguridad



**OPORTUNIDAD DE EMPLEO !!!
TELEMARKETING**

Si tienes talento para las ventas por telemarketing a través del teléfono, el computador y hablar inglés Es tu oportunidad!!!!

Salario básico más comisiones y bonos Crecimiento personal !!!

Llame ya!!! Para una entrevista

201-902-0811 Ex. 10

Envíe su resume: news@cambionewspaper.com

VENDO PLANTA ELECTRICA



Marca SUBARU Sin mucho uso Especial para apagones, negocios, ferias, desfiles, festivales

**201-679-2169
201-214-4383**

Herbalife COMPANIA INTERNACIONAL

NECESITA PERSONAL URGENTE PART TIME/FULL TIME NO EXPERIENCIA NECESARIA NO INGLES LLAMAR A LA SUPERVISORA ANABEL

201-220-2730

TE OFRECEMOS EL ESPACIO QUE TU NEGOCIO NECESITA!

CAMBIO Clasificados

(201) 902-0004

REY'S MAILYN TRUCKING & MOVING

SPECIALTY TO FLORIDA LOCAL & LONG DISTANCE FULLY INSURED *FREE ESTIMATES



OFFICE 201-662-8386
REY: 201-970-4364
MAILYN: 201-206-3676
FL: 786-521-4244
EMAIL: MAI-LYNREYSMOVING@HOTMAIL.COM

COMPRAMOS DISCOS VIEJO

WE BUY RECORDS TOP PAID \$\$\$



Latin, Salsa, Merengue, Boogaloo, Guaguanco, Samba, Funk, Jazz, Rock, Soul, Disco, 12" 45's 78's

Call Altulga 201 281 5604

APTS. FOR RENT UNION CITY, WNY, NB

1 DORM. con util. \$ 1,000
2 DORMS. Caliente \$ 1,400
3 DORMS. Con patio \$ 1,600

201-927-5602

KEARNY

NECESITO PLOMERO CON EXPERIENCIA TIEMPO COMPLETO EXELENTE SALARIO INTERESADOS LLAMAR

201-246-4600

VIDEO y Fotografía

- Fotografías de Bodas, Bautizos,
- 15 y 16 Años, Graduaciones,
- Comuniones, Todo tipo de Eventos Sociales.
- Restauraciones de Fotografías
- Hacemos Transfer de VHS a DVD
- Editamos sus videos caseros
- Le insertamos fotografías y efectos especiales al video
- Albumes con sus fotografías diseñadas

Gonzalo Pinela C.
Fotógrafo Profesional

201-867-7591
Cell: 201-757-6107
532 41 STREET, UNION CITY, NJ 07087

LICENCIAS-LICENCIAS

RENOVAMOS Y TRAMITAMOS

LICENCIAS DE CONDUCIR EN EL ESTADO DE WASHINGTON TOTALMENTE LEGAL Y GARANTIZADOS ESTA ES SU ULTIMA OPORTUNIDAD

TRAMITES DE PLACAS DE AUTOS

206-550-3382

TANK WASHER - FOOD GRADE

Food Grade Tank Wash Facility in South Kearny Needs a Tank Washer for 3rd Shift (11:00 PM - 7:00 AM). No experience - will train. Starting salary is \$12.00 per hour.

Please call 201-790-6804
And ask for Edgar.

Hipnoterapia & Sexología



Dr. José Cartagena, Ph. D.

TRATAMIENTOS INDIVIDUALES

- Aprenda Inglés con Hipnosis
- Regresiones
- Miedos y Temores
- Elimine el Estrés
- Elimine el Tabaquismo
- Aprobar Exámenes
- Mejoramiento Académico
- Problemas Sexuales
- Problemas Espirituales

PREGUNTE POR NUESTROS CURSOS

Hipnoterapia Clínica

Aprobado por el American Board of Hypnotherapy
 Autor del Libro "Sexo Sin Vergüenza"
 Personalidad de Radio Y TV

- Curso de Parapsicología Clínica
- Curso de Autohipnosis



Tel.: 1-718-387-2111

\$Quieres Ganar más Dinero\$...



H.V.A.C.R PROGRAMS • EPA CERTIFICATION

INSCRIPCIONES ABIERTAS

"40 años de servicio, compartiendo conocimientos para cambiar vidas"

Nuevos cursos en español

INSCRIPCIONES ABIERTAS

- Electricidad Residencial
- Refrigeración y aire Acondicionado
- Calefacción
- Telefonía

INSCRIPCIONES GRATIS
 FACILIDAD DE PAGO



DEJE DE PERDER EL TIEMPO
 Usted puede ser dueño de su propio negocio

LOGRA TU SUEÑO AMERICANO

Tel: (973) 279-4579 Fax: (973)279-0055
 500 Getty Ave. Clifton NJ 07011
 www.paterson-ti.com • E-mail: patersontech@yahoo.com

BUSCAMOS BAILARINAS



NO NECESITA EXPERIENCIA
GAÑE \$500 POR TURNO
 LLAME O MANDE TEXTO A
 MANAGER WILLIE

973 - 807 - 6738



\$20 dólares de descuento
 En la consulta o visita inicial
 con la presentación de este cupón

199 Main Street, Ridgefield Park, NJ 07660

SERVICIOS:

- Cirugía Dental • Endoscopia
- Cirugía Ortopédica • Láser terapia
- Ultrasonido • Acupuntura
- Radiografías Digitales

Horarios: Lunes a Viernes 9:00-7:00

Sábados 9:00 AM a 5:00 PM

rpahd199@gmail.com

Teléfonos:
 201-814-0095
 201-814-1377

PREGUNTE POR NUESTROS PLANES DE SALUD

COMERCIAL PARKING SPACE AVAILABLE IN NUTLEY NEW JERSEY UP TO 24 FT
 201-390-1729

HERNANDEZ IRONWORK NECESITA PERSONA QUE SEPA SOLDAR (METAL) PUERTAS, RALLING, VENTANAS, ESTRUCTURAS VIGAS
 973-393-7457
 O APLICAR EN : 143 Fremming Ave. Newark, NJ 07105

OPERADORES

FABRICA DE ALIMENTOS SOLICITA OPERADORES Y/O EMPLEADOS DE PRODUCCION, NO NECESITA HABLAR INGLES, APLICAR EN RICO FOODS

527 E. 18TH ST PATERSON, NJ 07514

CHOFER/RUTERO

DISTRIBUIDORA DE ALIMENTOS SOLICITA: CHOFERES, RUTEROS PARA ENTREGAR MERCANCIA A SUPERMERCADOS NECESITA LICENCIA REGULAR Y SIN PUNTOS NO NECESITA HABLAR INGLES INTERESADOS APLICAR EN RICO FOODS INC.

527 E. 18TH ST PATERSON, NJ 07514



OPORTUNIDAD DE EMPLEO !!! TELEMARKETING

Si tienes talento para las ventas por telemarketing a través del telefono y el computador Es tu oportunidad!!!!

Salario baseo mas comisiones y bonos Crecimiento personal !!!

Llame ya!!! Para una entrevista

201-902-0811 Ex. 10

Envie su resume: news@cambionewspaper.com

Multiservicios Departamento de motores y Vehiculos Connecticut Tramite su licencia... renta vehiculos, Cambios direcciones Seguros y placas Sin licencia o con licencia Atención público Sábado y domingo
 203 428-5651
 203 491-6567
 Llámennos Consultas gratis

LINDAS CHICAS



BONITAS, SEXYS, ATRACTIVAS Y COMPLACIENTES, DISPUESTAS A COMPARTIR MOMENTOS INOLVIDABLES
917-717-9082

CANDY



COLOMBIANITA ESPERA POR TI SITIO EN MIDTOWN MANHATTAN

347-586-8222

Cuidado de calidad dónde y cuando lo necesite.

**Clasificado como
TOP HOSPITAL por
cuarto año consecutivo
por médicos de NJ*.**

Médicos licenciados votaron por Hackensack Meridian *Health* Palisades Medical Center como Top Hospital de cuidado general en New Jersey. Los médicos nos calificaron también como **#1** para el tratamiento de accidentes cerebrovasculares y embarazos de alto riesgo.

Visítenos en PalisadesMedical.org



**Hackensack
Meridian *Health*
Palisades Medical Center**

Life years ahead

*Castle Connolly Top Hospital 2017 Survey of NJ Doctors - hospitals with 350 beds or fewer.



ROBERT MENENDEZ

U.S. SENATOR *for* NEW JERSEY

Invites you to the
Eighth Annual Celebration
in honor of



SUNDAY, OCTOBER 15, 2017
Time: 3:00-5:00 pm

Featuring a Special guest.

**UNION CITY PERFORMING ARTS
CENTER**

Union City High School
2500 John F. Kennedy Blvd. West
Union City, NJ 07087

Admission is free. Food will be served. This public event is open to all.
Please RSVP at www.menendez.senate.gov/hispanic-heritage-month-2017
or by phone: 973-645-3629.

Las farmacias uruguayas no quieren vender marihuana

Uruguay se convirtió en pionero en el mundo al regular el mercado de la marihuana en 2013. Más de dos años después, solo 50 de las cerca de 1.200 farmacias que existen en Uruguay se han registrado para vender cannabis. Para comprar marihuana, los consumidores tienen que estar registrados. El máximo es 40 gramos. Mabel Díaz hace que no con la cabeza. Su cara lo dice todo, no piensa vender marihuana en la farmacia. “Estoy totalmente en desacuerdo”, dice, parada frente al mostrador de su comercio, como cada día desde hace 38 años. La farmacia Roosevelt abrió en 1978 en la esquina de las calles Rondeau y Aguilar en Arroyo Seco, un barrio de clase media cerca del centro de Montevideo y a pocos minutos a pie del Palacio Legislativo. En la década de 1970 había dictadura militar en Uruguay y aquel era un país muy distinto al actual gobernado desde 2005 por el izquierdista Frente Amplio. Una de las leyes más polémicas, aprobada durante el gobierno de José Mujica, fue la regulación de la marihuana. Antes de fin de año, Uruguay tendrá un mercado legal de cannabis, desde la cosecha hasta la venta al público en farmacias. Díaz cree que la marihuana podría aumentar los robos en su comercio y esa es una de las razones por las que se niega a vender. Dice que van a venir “chorros”, como se le dice en Uruguay en forma despectiva a los delincuentes, “drogados” y más peligrosos. Su farmacia, al igual que muchos otros comercios en una ciudad en la que ha aumentado la inseguridad, tiene una tranca en la puerta que los empleados deciden cuándo abrir y cuándo no, generalmente en función de la cara del cliente. “Además yo estoy en contra



pequeñas farmacias de barrio, ya que las grandes cadenas no se han sumado por ahora al plan oficial. Desde el gobierno creen que será una suerte de plan piloto al que podrán unirse más farmacias. A diferencia de Díaz, Martín Mautone —un farmacéutico cuarentón— se ríe ante los temores de sus clientes y de muchos de sus colegas. “Yo acá vendo cosas que valen bastante más que la marihuana y que nos pueden robar. Perfumes, por ejemplo”, dice, mientras le abre la puerta a Olga, una vecina del barrio que viene a comprar un medicamento a base de Omega 3. La farmacia Mariano Soler, donde trabaja Mautone, está en el mismo barrio que la Roosevelt. Y, a pesar de la buena

fuma porros muy de vez en cuando y no le tiene miedo: dice que tomarse unos whiskies —el aperitivo nacional por excelencia— puede ser bastante más nocivo para la salud. “En el supermercado acá enfrente venden Perifar flex, un analgésico que te da somnolencia. ¿Por qué yo no puedo vender marihuana?”, pregunta y se ríe otra vez.

La primera cosecha

La ley se aprobó el 10 de diciembre de 2013 y también abarca el autocultivo, los clubes y el cannabis medicinal. Pero lo más polémico es la venta de marihuana con fines recreativos. Las dos empresas que ganaron la licitación están terminando la primera cosecha en un predio cercano a Montevideo, donde hace pocos días la Policía debió reforzar la seguridad por un intento de robo. Los usuarios deberán registrarse en los locales del Correo uruguayo y para eso tendrán que brindar su huella dactilar. Podrán comprar un máximo de 10 gramos de cannabis por semana y 40 por mes, lo que se controlará mediante la huella. Se estima que el precio rondará 1,2 dólares por gramo. Aún no ha comenzado el proceso de registro de los usuarios ni la instalación de la infraestructura necesaria en las farmacias. Además, la cosecha se ha demorado más de lo previsto. Por todo eso, es difícil que la venta arranque antes de septiembre. Ante la consulta de Univision Noticias, el prosecretario de Presidencia, Juan Andrés Roballo, responde que no hay fecha aún pero que “sin duda será antes de fin de año”. El presidente del Centro de Farmacias del Uruguay, Jorge Suárez, estima que el proceso llevará al menos tres meses más. Suárez tiene 69 años, dirige una organización que agrupa a unas 300 pequeñas farmacias de Montevideo y desde hace 35 años es el dueño de una farmacia en La Teja, barrio obrero y de clase media-baja. “Esta es una típica botica de barrio, donde el 90% de la atención es de medicamentos. Acá no vendemos golosinas, bijouterie, ropa, ni alimentos”, dice el hombre, de hablar pausado e impecable túnica blanca. Un cartel en su farmacia anuncia que controlan la presión por 20 pesos (algo menos de un dólar) y en

el techo cuelga una viejísima publicidad que dice que Mejoral “calma y reanima”. Algunos farmacéuticos dicen no contar con la infraestructura para vender marihuana. Sebastián Cabrera Suárez explica que una de las razones por las que muchos de sus colegas se oponen a vender marihuana es la falta de logística e infraestructura. Para sumarse al proyecto es imprescindible tener cámaras en el local, un sistema informático con capacidad para que cargue el software aprobado por el Instituto de Regulación y Control del Cannabis (Ircca), un aparato identificador de huellas dactilares conectado a Internet y una caja fuerte para guardar la marihuana. Además incide la opinión pública, “el consenso general de que el 80% de la población no está de acuerdo con la venta de la marihuana”, dice Suárez, quien exagera un poco. Una de las últimas encuestas, realizada por la consultora Cifra, dice que el 64% de los uruguayos rechaza la ley que permite el cultivo y la venta de marihuana. Pero, la principal razón por la que muchos farmacéuticos dicen rechazar sumarse a la venta es el temor a que aumenten las rapiñas y asaltos a los comercios.

“Me robaron 30 veces”

Suárez dice que es infundado el temor a un aumento de la inseguridad, porque las farmacias ya sufren muchos robos. “A mí me robaron como 30 veces, tenemos una o dos rapiñas por año”, cuenta. Una vez se intentó resistir y le dieron “un culatazo en la cabeza”. Esa fue su peor experiencia. La situación se complicó hace unos cinco años, cuando se instaló en la zona un “cangrejo” (similar uruguayo de las villas argentinas o favelas brasileñas) llamado Cantera del Zorro, donde “hay mucho delincuente”. Y también está cerca “el famoso barrio Cadorna”. Allí vivía “el Rambo”, un delincuente muy conocido en Uruguay, quien fue asesinado en la cárcel en 2011. Para evitar los robos, Suárez puso portero eléctrico permanente, reja y un policía de guardia. Cuando no está el policía, atiende a través de la reja. Solo deja pasar al local a las caras conocidas. Él no tiene temor a que aumenten los robos ni prejuicios respecto a la marihuana, aunque aclara que nunca fumó. Ya se registró en el Ircca y la suya es una de las 50 farmacias que se sumó al plan oficial. “La morfina es una droga mucho más fuerte y sin embargo se dispensa en las farmacias”, dice, como justificándose. Es optimista y está convencido de que todo lo nuevo genera resistencias: “Yo pienso que va a funcionar. Antes a los ómnibus (buses) también les tiraban piedras los que andaban en carros a caballo”. Pero si la venta en las farmacias fracasa, en el gobierno ya tienen una propuesta alternativa. El exsecretario de la Junta Nacional de Drogas, Milton Romani, dijo en una entrevista en el diario El Observador que podrían instalarse máquinas expendedoras en las grandes cadenas de supermercados y en las redes de cobranza. La experiencia piloto con la marihuana está a punto de comenzar en Uruguay y de su éxito o fracaso dependerá que en otros países se siga el mismo camino.



del consumo de drogas”, dice, y su frase suena algo extraña porque las farmacias ya venden, por ejemplo, psicofármacos o morfina. “En esto no importa la economía: aunque gane 10,000 pesos por día (más de US\$330 dólares al día), no pienso vender marihuana”, insiste. Su postura es bastante extendida: solo 50 de las cerca de 1.200 farmacias que existen en Uruguay se han registrado para vender cannabis. La mayoría están en la capital del país, Montevideo, y sus cercanías. Son todas

disposición del comerciante, allí tampoco se venderá marihuana. El dueño del local tiene seis farmacias y por ahora solo decidió vender en una de ellas. “Esto de la marihuana a mí no me gusta nada”, advierte Olga, quien es cliente habitual. “Es un peligro para ustedes los vendedores, ¿sabés Martincito?”. Mautone se ríe pero no le responde nada. Cuando la vecina se va, él tranca la puerta y dice que vendería sin problemas. “Robos ya tenemos”, sonríe el farmacéutico. Mautone



BRUCE EGERT

ATTORNEY AT LAW

Bruceegert1@aol.com

NOS ESPECIALIZAMOS EN:



CASOS DE ACCIDENTES

- Caidas • Negligencia medica



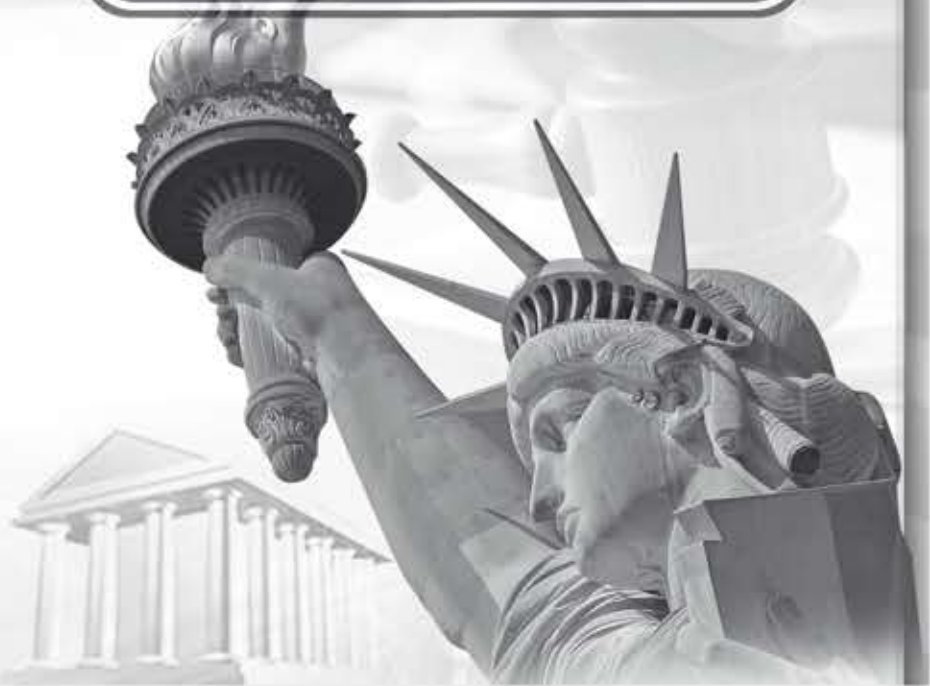
REAL ESTATE

- Litigaciones • Compra de casa • Foreclosure



PLANEAMIENTO FINANCIERO

- Corporaciones • Colecciones



9 Kansas Street, Hackensack, NJ 07601

86-25 Lefferts Blvd Richmond Hill, Queens 11418

15404 Broadway Ave., NY, NY 10036

201-388-6900

212-227-2009

212-456-7899

ACE CITY PAINT

SERVICIOS



- Tarjeta de Crédito ACE
- Club de Ferretería Auxiliar
- Cortes de Madera a la orden
- Se hacen llaves
- Recomendación de contratistas
- Emparejado de Pinturas - Computarizado
- Entrega Gratis
- Servicios de ordenes especiales
- Reparaciones de Cristales
- Rentas Equipos Limpieza de Alfombras

**PINTE SU CASA CON
5 Galones de Pintura**



\$49.99

Horarios: Lunes a Viernes de 8:15am a 6:45pm
Sábados de 9am a 6pm

citypaint@acehardware.com

130 Washington St. - Hoboken, NJ (201) 659-0061



RED STUDIOS

Establecida en el 2003 por el Fotógrafo Mario W. Valladares y su esposa Ana Valladares. Durante 14 años han capturado innumerables imágenes que son parte de las memorias de sus clientes. También ofrecen servicios a las empresas, actores y a modelos a realizar sus proyectos de Fotografía y Video. Los invitamos a que visiten la página de internet.

WWW.REDSTUDIOS.TV

Tel. 201-869-5060



SWEET SIXTEEN - WEDDINGS - MATERNITY - HEADSHOTS - MODELS PORTFOLIOS

MARIO W. VALLADARES
PHOTOGRAPHER & DIRECTOR

ANA D. VALLADARES
STUDIO MANAGER

CONSULTA GRATIS

¡LLÁMENOS HOY!

CENTRO DE MITIGACIÓN DE PÉRDIDAS A NIVEL NACIONAL Y PLATAFORMA DE SERVICIOS DE SOLUCIÓN PREDETERMINADA.

DETEGA LA EJECUCIÓN* HIPOTECARIA

ESTÁ BUSCANDO HACER* UNA MODIFICACION?

AUMENTO DE CRÉDITO PERSONAL Y DE NEGOCIOS

VENTAS CORTAS Y* PAGOS CORTOS



LÍDERES EN MITIGACIÓN DE PÉRDIDAS HISPÁNAS



Oficina principal:
530 Main Street #202
Fort Lee, NJ 07024

Past performance is not indicative of future results.**

SHM STANDARD HOLDINGS MANAGEMENT, LLC

NATIONWIDE DEFAULT SOLUTIONS

NEW JERSEY

530 Main Street, Ste. 202
Fort Lee, NJ 07024

NEW YORK

548 Throgs Neck Expy
Bronx, NY 10465

PENNSYLVANIA

141 PA-611
Swiftwater, PA 18370



Descuento al traer el periodico EL CAMBIO

1-800-640-9529
WWW.DEFIENDASUPROPIEDAD.COM

Está usted interesado en:

- ¿Conservar su casa? *
- ¿Obtener información útil?
- ¿Comprar una casa por primera vez?
- ¿Invertir en una propiedad para negocios?
- ¿Establecer o elaborar su segunda* hipoteca?
- ¿Buscar opciones de bancarrota?*

¡AHORRE TIEMPO Y DINERO AHORA!

CON NUESTRA EXPERIENCIA, SOMOS EL ÚNICO GRUPO QUE HEMOS OBTENIDO EL MÁS ALTO ELOGIADO ÉXITO POSITIVO EN LA COSTA ESTE.



ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDAR

Nuestro equipo de expertos y abogados afiliados son especialistas que proporcionan información necesaria, tomando las mejores decisiones para que usted conserve su propiedad o para mejorar su calificación.



No deje que barreras lingüísticas o culturales le detenga.

HABLAMOS INGLÉS Y ESPAÑOL

* Supervisado por un abogado