

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 15 - Edición 683

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Noviembre 14 al 21, 2020

El presidente electo Joe Biden consolida su triunfo sobre Trump con Georgia y Arizona



Pag-3

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

Auto + Hogar = Grandes Ahorros

State Farm UN BUEN VECINO

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

Los planes de seguros de State Farm están sujetos en inglés. Los descuentos aplican al Seguro de Propietario de vivienda después de tener ciertas exenciones de la prima de auto. State Farm Mutual Automobile Insurance Company, Bloomington, IL. Homeowners Insurance: State Farm Fire and Casualty Company, Bloomington, IL.



Communitarian Media Network, Inc.

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

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

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



- Aplicación para renovación del TPS
- Aplicación para peticiones familiares
- Aplicación para la Ciudadanía
- Aplicación para visas de trabajo
- Aplicación para visas de estudiantes
- Aplicación para el DACA
- Aplicación para perdones administrativos.

• Y todas las formas y formularios del Departamento de Inmigración de los E.E.U.U.
Nota: Si su caso requiere de un análisis legal lo remitimos al mejor abogado de inmigración del condado de Hudson.

DIVORCIO POR SOLO \$99.00

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

Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners

cordially invite you to



“AMERICA” Collective Art Exhibit



Ruth Alvarado
Orlich

Fermin
Garcia

Elena
Samarsky

Fernando Jorge
Clariana

Mihaela
Colibasus

Jaime
Botero

Curated by *Ruth Alvarado Orlich*

Saturday, November 14, 2020

6:00 PM

William V. Musto Cultural Center

420 - 15th Street, Union City

Free Admission

www.UnionCityMuseum.org

Please Wear a Mask & Maintain Safe Social Distance

Biden consolida su triunfo sobre Trump con Georgia y Arizona




RACE TO THE WHITE HOUSE



Es la primera vez que un demócrata gana en Arizona desde 1996, y en Georgia desde 1992. El presidente electo de EE. UU., Joe Biden, ganó las elecciones presidenciales de la semana pasada en Arizona, según confirmaron este jueves las cadenas NBC, CNN y CBS o el diario The New York Times. Además, en horas de la tarde de este viernes se confirmó su triunfo en Georgia, estado donde un demócrata no ganaba desde 1992. Medios como la cadena Fox News, la emisora NPR o la agencia AP proyectaron Arizona para Biden la misma noche electoral cuando el demócrata aventajaba por 200.000 votos al actual mandatario Donald Trump. Sin embargo, los otros medios consideraron prematura esa decisión y lo cierto es que ese margen se ha ido reduciendo día tras día a medida que avanzaba el conteo hasta los actuales 11.434 votos con el escrutinio prácticamente completado. El hecho de que fuera precisamente Fox News el medio favorito de Trump el primero en proyectar la victoria demócrata en Arizona enfureció al mandatario, que se ha mostrado convencido de sus posibilidades de darle la vuelta al resultado. Biden suma ahora 1'668.664 votos (49,4 %) por los 1'657.250 de Trump (49,06 %).

Por otra parte, Biden ganó los comicios presidenciales de Estados Unidos en el estado de Georgia, mientras que Trump lo hizo en Carolina del Norte, lo que no cambia el resultado de las elecciones a nivel nacional en las que el exvicepresidente fue declarado vencedor, según las proyecciones de medios de comunicación. Las proyecciones de las cadenas de televisión CNN, CBS y NBC dieron este viernes como triunfador en Georgia a Biden, con lo que suma 16 delegados más en el Colegio Electoral. El que fuera vicepresidente de Barack Obama (2009-

2017) se convierte así en el primer candidato demócrata que gana las presidenciales en Georgia desde 1992. Es la primera vez que un candidato presidencial demócrata gana en el estado de Arizona desde que lo hiciera el expresidente Bill Clinton en 1996. Con la confirmación de Arizona para Biden, el demócrata suma 290 delegados en el Colegio Electoral, superando los 270 que lo convirtieron en presidente electo, mientras que Trump tiene 217.

Con estos nuevos resultados, Biden acumula 306 delegados y Trump, 232 del total de 538 que componen ese organismo. Aunque Biden fue declarado ganador de las elecciones el sábado al superar los 270 delegados, Trump aún no ha reconocido su derrota y ha denunciado, sin pruebas, un fraude electoral en su contra. El presidente saliente tiene bloqueado el proceso de transición hacia el nuevo Gobierno y ha presentado demandas en tribunales de diversos estados para invalidar votos y darles la vuelta a los resultados por la vía judicial. Creo que en algún momento, probablemente en los próximos días, con el avance del conteo y quizás el rechazo de ciertos recursos legales, veremos que las diferencias son demasiado grandes.

Y ¿qué pasa con la estrategia de Trump de cuestionar los resultados?

La tesis que maneja la campaña Trump de que supuestamente hubo fraude en EE. UU. también la siguen desmontando. De hecho, este jueves, las autoridades electorales del país dieron una rueda de prensa conjunta en la que afirmaron que "no hay evidencia de votos perdidos o cambiados ni de sistemas de votación alterados". Por el momento, el escrutinio continúa en algunos estados claves, incluido Pensilvania, y se acaba de anunciar un recuento manual en Georgia. Pero cada estado tiene un plazo para que las

autoridades electorales certifiquen el resultado y validen el recuento de votos: Georgia tiene hasta el 20 de noviembre; Pensilvania hasta el 23, Arizona hasta el 30. "No creo que tengamos que esperar a que cada estado certifique formalmente sus resultados", dijo John Fortier, especialista en elecciones del Bipartisan Policy Center, una organización que busca tender puentes entre demócratas y republicanos.

"Creo que en algún momento, probablemente en los próximos días, con el avance del conteo y quizás el rechazo de ciertos recursos legales, veremos que las diferencias son demasiado grandes como para esperar una reversión mediante acciones legales", agregó. "Creo que así es como se va a resolver el asunto". El 14 de diciembre es la fecha límite real, pues es cuando los grandes electores de cada estado deben reunirse en el Colegio Electoral para elegir formalmente al presidente, una votación en principio dictada por la mayoría del voto popular en las respectivas demarcaciones. China felicitó este viernes a Joe Biden y Kamala Harris, presidente y vicepresidenta electos de Estados Unidos, por su victoria en los comicios presidenciales del pasado 3 de noviembre.

"Respetamos la elección del pueblo estadounidense y trasladamos nuestras felicitaciones al señor Biden y la señora Harris", aseguró el portavoz del Ministerio de Asuntos Exteriores de China, Wang Wenbin, durante la rueda de prensa diaria. "Entendemos que el resultado de las elecciones estadounidenses se decidirá según sus leyes y procedimientos", agregó Wang. Se trata de la primera vez que China reconoce oficialmente los resultados de los comicios en Estados Unidos, casi una semana después de que Biden declarara su victoria. Pekín y Washington mantienen unas tensas relaciones que se han ido

deteriorando rápidamente desde marzo de 2018, cuando el presidente saliente de Estados Unidos, Donald Trump, inició una guerra comercial. Lo que comenzó como un intercambio de aranceles y unas negociaciones para intentar equilibrar la balanza comercial (vencida ampliamente del lado chino) se ha ido ampliando a otros sectores. Con el paso de los meses, la situación ha derivado en una "guerra fría" que enfrenta a ambas potencias también en el plano tecnológico y a nivel estratégico, con roces cada vez más frecuentes en las aguas del Mar del Sur de China.

El todavía presidente de EE. UU. ha acusado a China en reiteradas ocasiones de ser la responsable de la pandemia de covid-19 y ha llegado a hablar del "virus chino" en referencia a la pandemia que ha azotado fuertemente también a su país.

El bufete que lideraba la demanda de Trump sobre el supuesto fraude en Pensilvania abandona los procedimientos. El fiscal general de Estados Unidos, William Barr, y Donald Trump, en el Despacho Oval de la Casa Blanca. -SMG / ZUMA PRESS / CONTACTOPHOTO MADRID, 13 Nov. (EUROPA PRESS) - El bufete de abogados responsable de liderar la demanda del presidente saliente de Estados Unidos, Donald Trump, sobre un supuesto fraude de votos durante las elecciones presidenciales en el estado de Pensilvania.

Oportunidad de certificarse para los pagos de \$ 300 de FEMA

TRENTON— El Departamento de Trabajo y Desarrollo de la Fuerza Laboral de Nueva Jersey se está preparando para procesar otra ronda de pagos de \$ 300 de FEMA para los solicitantes de desempleo elegibles que no estaban trabajando o estaban trabajando horas reducidas debido al COVID-19 entre el 1 de agosto y el 5 de septiembre. Poco más de 100,000 NewJerseyans que son potencialmente elegibles para el beneficio fueron notificados esta semana por correo electrónico y mensaje de texto con instrucciones. Un segundo mensaje de texto se enviará el jueves por la tarde recordando a los reclamantes la fecha límite del jueves a las 11:59 pm para tomar medidas. Los pagos se procesarán el viernes y los reclamantes elegibles pueden esperar ver una cantidad global en sus cuentas de depósito directo o en sus tarjetas de débito el martes o miércoles de la próxima semana, según su banco. Este es un beneficio complementario por tiempo limitado de \$ 300 por semana, con un pago máximo de \$ 1,800. Los reclamantes que recibieron este beneficio el mes pasado no recibirán otro pago. No es necesario llamar al Departamento de Trabajo. "Nuestra principal prioridad es obtener el monto máximo de ayuda financiera para los nuevos Jerseyes desempleados lo más rápido posible", dijo el comisionado de Trabajo Robert Asaro-Angelo. "Nos complace brindarles a los reclamantes potencialmente elegibles otra oportunidad de certificar este beneficio federal". En dos rondas anteriores de pagos de FEMA, el Departamento de Trabajo distribuyó \$ 1.2 mil millones en



pagos a 778,000 reclamantes, quienes según las reglas del programa federal habían certificado que su desempleo durante el período de elegibilidad estaba relacionado con COVID. Para la semana que terminó el 7 de noviembre, Nueva Jersey registró una caída del 15 por ciento en las nuevas solicitudes de desempleo, para un total semanal de 20,976 * nuevas solicitudes. Esta es la cuarta semana

consecutiva de declives y representa aproximadamente 3,700 reclamaciones nuevas menos que la semana anterior. Aproximadamente 1,78 millones de personas han solicitado el desempleo desde mediados de marzo, y 1,465 millones han cumplido con los requisitos monetarios para las prestaciones. De ellos, el 96 por ciento ha recibido pago. El reclamante promedio ha recibido más de \$

13,000 en beneficios. El Departamento ha distribuido \$ 18,7 mil millones en pagos a trabajadores desempleados y subempleados de Nueva Jersey, incluidos \$ 241 millones la semana pasada.

JP Computer's

Julio Paternina

ANALISTA PROGRAMADOR DE COMPUTADORAS

Reparación de computadoras a domicilio



AHORA!!!
Hacemos páginas de internet.

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: jpccomputer1@hotmail.com



THE PEOPLE'S PHARMACY SHOPPE

La Farmacia de la Gente Hispana

Julio esta aqui 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

Ivana Trump: "Mi ex marido odia ser un perdedor"

Aunque pronostica que se resistirá a aceptar la derrota, la primera esposa de Donald Trump —madre de Donald Jr, Eric e Ivanka— supone que el mandatario terminará por volver a la vida privada "Tiene que salir y declarar que perdió. Pero odia ser un perdedor, eso sí que lo sé con certeza. Pero si pierde, pues pierde. Tiene mucho dinero, puede ir a muchos lugares y disfrutar de su vida", declaró Ivana Trump sobre su ex marido, en diálogo con People. "No es un buen perdedor", dijo Ivana Trump, la primera esposa del presidente de los Estados Unidos, y madre de sus hijos Donald Jr, Eric e Ivanka. "No le gusta perder, así que va a pelear, y pelear, y pelear". Donald Trump, que ha iniciado acciones legales sobre el recuento de votos en los comicios donde buscaba su reelección, dijo que personalmente no va a aceptar los resultados que lo dan por derrotado. Aunque algunos en el Partido Republicano han manifestado la misma opinión, el triunfo del demócrata Joe Biden ya fue reconocido por el ex presidente George W. Bush y el ex candidato presidencial Mitt Romney, ambos republicanos, además de otros ex mandatarios como Barack Obama, Bill Clinton y Jimmy Carter. En diálogo con la revista People, Ivana, de 71 años, agregó: "Solo quiero que toda esta historia se termine, de una manera o de otra. Realmente no me importa". Dada la alta exposición que tienen su hijos, Ivana dijo al periodista Sean Neumann que, aunque están "bien", ella no ve la hora de que se vayan de Washington DC: "Quiero que puedan vivir vidas normales, solo vidas normales", expresó la empresaria y ex



modelo. "No la vida de Washington y todo eso". Ivana reconoció: "Creo que disfrutaron de estar con Donald y de la elección, pero ahora —gracias a dios— se ha terminado. Realmente no estoy segura de qué podrán hacer". Ivana y Donald Trump fueron nombres centrales del jet set de Nueva York en décadas pasadas, y a pesar de un divorcio tempestuoso que dio

innumerables titulares a la prensa amarilla, se han mantenido en contacto amable a lo largo de los años. Ella ha hecho declaraciones sobre la vida personal y política de él, y tras las elecciones se ha animado a predecir que el actual presidente de los Estados Unidos volverá a la vida privada. "No creo que tenga otra opción", dijo Ivana a People. "Iré a Palm Beach a

jugar al golf y vivir normalmente, creo. Es la mejor elección que podría hacer". Pero primero tendría que aceptar los hechos, estimó: "Tiene que salir y declarar que perdió. Pero odia ser un perdedor, eso sí que lo sé con certeza. Pero si pierde, pues pierde. Tiene mucho dinero, puede ir a muchos lugares y disfrutar de su vida".

Property Site Manager Brooklyn, Bronx NY

Established Property Management Firm has an immediate opening for an experienced Property Manager with a minimum of 3 years' experience in affordable housing.

Responsible for overseeing the day-to-day field operations of assigned locations.

Main Job Duties:

On Site Field Supervision of maintenance staff; manage their performance; verify & approve hours & contracts

Handle violations and corrections; keeping Management informed on their status.

Maintain supply orders, review tenant and building work tickets

Conduct inspections of the properties and perform periodic unit inspections.

Position Requirements:

Minimum of 3 + years' experience in the Affordable Housing Industry

Solid knowledge in all aspects of building maintenance

A thorough understanding of the NYC building code enforcement agencies, DOB, ECB, FDNY, DOH, etc.

General knowledge of all basic building systems: structure, roof, heat, hot water, etc.

If qualified please submit resume to:

E-MAIL: CDIGLIO@AMSRLT.COM

FAX: 516-466-0643

AUMENTE SU VIGOR SEXUAL CAPSULA NATURAL



Sin contraindicaciones.
Ni efectos secundarios.
A cualquier edad.
Soluciones efectivas.
Falta de erección.
Mala erección.
Ninguna erección.
Excelentes resultados.
Mayor duración
y excitación.

Mantenga una fuerte erección por mas tiempo y sin eyaculación precoz. Disfrute del placer sexual. Envío Gratis. Confidencial. Sirviendo al mercado hispano por mas de 15 años con clientes satisfechos

CONTACTENOS

(516)871-6508 y (786)582-8873

NO SE ARREPENTIRÁ !!

¡Nuevas medidas contra el coronavirus! Nueva York

Debido al aumento de casos de coronavirus en el país, el gobernador Andrew Cuomo anunció nuevas medidas que empezarán a regir desde el próximo viernes en Nueva York. Se coloca una máscara en la estatua de Fearless Girl frente a la Bolsa de Valores de Nueva York, el miércoles 7 de octubre de 2020. Las acciones están abriendo ampliamente al alza en Wall Street el miércoles después de que el presidente Donald Trump dijo que podría estar dispuesto a aprobar una ayuda específica, medidas para aerolíneas y pequeñas empresas, así como otra ronda de controles de relevo. Andrew Cuomo, gobernador del estado de Nueva York, anunció este miércoles nuevas reglas para la ciudad respecto al cuidado frente al contagio y la propagación de la covid-19, para hacer frente al preocupante aumento de la tasa de infección y las hospitalizaciones en ese estado, que en las primeras etapas del brote fue el epicentro de contagios en Estados Unidos. Desde el próximo viernes 13 de noviembre, gimnasios, bares y restaurantes deberán cerrar a las 10:00 p. m., hora local. Sin embargo, podrán seguir ofreciendo el retiro de pedidos en la acera de los establecimientos después de esa hora. Además, las reuniones sociales en establecimientos privados quedarán restringidas a un máximo de diez personas. Al respecto, Bill de Blasio, alcalde de la ciudad, expresó a través de su cuenta de Twitter que "esto es lo que debe hacer para ayudar a frenar una segunda ola en nuestra ciudad", al referirse a estas nuevas medidas. Así mismo, este miércoles De Blasio publicó datos de recientes indicadores en los que señala que 94 personas han sido ingresadas al hospital y hay 817 casos nuevos, enfatizando en que "esta es nuestra última oportunidad de detener una segunda ola. Podemos hacerlo, pero tenemos que actuar ahora", además de anunciar que la tasa promedio de siete días de pruebas de coronavirus que dieron positivo en toda la ciudad había alcanzado el 2,52%. Estas nuevas medidas se establecen un día después de que California y varios estados del Oeste Medio del

país endurecieron también las restricciones a los residentes para tratar de frenar la rápida propagación del virus y, más aún, cuando el pasado lunes casi 4.000 personas más dieron positivo por el virus en todo el estado, otro récord de contagios desde principios de la primavera. Durante los últimos siete días, Nueva York ha informado que la ciudad tiene

un promedio de 3.200 casos nuevos por día, casi un 50% más que la semana anterior, siendo la parte central y occidental del estado la que más tuvo aumento de casos. Además de estas medidas, el gobernador de Nueva York, Andrew Cuomo, enfatiza en que a pesar de que se están tomando las medidas, se necesita que los neoyorquinos hagan su parte y se tomen en

serio esta situación, invitándolos así a usar el tapabocas, hacerse la prueba y seguir todas las pautas de salud.



FERIA DE TRABAJO

CADA MIERCOLES Y JUEVES

50 Utter Ave

Hawthorne NJ, 07506

EL PAGO POR HORA INICIAL ES DE:
MAS BENEFICIOS

EL HORARIO DE ENTREVISTAS ES DE:
9:00AM – 11:00AM

POSICIONES DISPONIBLES

*Empacadores de Bandeja * Operadores de Máquina*

Operadores de Montacargas Conductores CDL*

Para más información

Comunicarse al

201-701-5684 o 201-285-6408

Oportunidad de Empleo

Visiting Homemaker Service
Of Hudson County, Inc.

Estamos aceptando
solicitudes/ aplicaciones
para CHHA- Homemaker

y RN-Enfermera

de 8am a 3pm

(201) 656-6001

o en persona

1919 Kennedy Blvd.

North Bergen, NJ

07047



BAYER & BAYER

LAW OFFICE – FIRMA DE ABOGADOS

Si usted a sido lesionado o afectado por la negligencia de otros, las leyes de los Estados Unidos te protege compensándote por los daños y sufrimiento causado por esta negligencia.

La firma de abogados de Bayer & Bayer a ganado la mayoría de casos en:

- Lesiones por Accidente de Auto**
- Lesiones Personales**
- Negligencia Médica**
- Drogas Defectuosas**
- Dispositivos Médicos Defectuosos**
- Sustancias Químicas Tóxicas**
- Casos de Discriminación**

**NOSOTROS
LE COBRAMOS
SOLO SI
GANAMOS!!**

NO DEJE QUE CUALQUIERA LO REPRESENTE.

**Llame para una consulta
AHORA MISMO**

201-293-5665

El Gobierno de Trump bloquea los mensajes de líderes mundiales a Biden

El Departamento de Estado se niega a entregar al presidente electo y a su equipo de transición docenas de mensajes enviados por líderes extranjeros para él. El Gobierno de Donald Trump está bloqueando los mensajes que los líderes mundiales le están enviando al presidente electo de Estados Unidos, Joe Biden. La cadena de televisión CNN informó hoy de que el Departamento de Estado se niega a entregar a Biden y a su equipo de transición docenas de mensajes enviados por líderes extranjeros para él. Trump rehúsa reconocer su derrota electoral y ha presentado una serie de demandas para revertir los resultados electorales, que han proyectado a Biden como ganador. Funcionarios del Departamento de Estado familiarizados con esta situación dijeron a CNN que los mensajes para Biden comenzaron a llegar el pasado fin de semana, cuando se confirmó su victoria. El Departamento de Estado suele organizar las comunicaciones con los presidentes electos, pero la administración Trump le ha negado a su equipo de transición acceso a los fondos, la información y los contactos necesarios para comenzar esa tarea. Biden, no obstante, ha mantenido conversaciones con líderes mundiales como la canciller alemana, Angela Merkel; el presidente francés, Emmanuel Macron; el primer ministro británico, Boris Johnson, o su homólogo irlandés, Micheál Martin.

El primer líder extranjero que habló con Biden para felicitarle por su victoria, el pasado lunes, fue el primer ministro canadiense, Justin Trudeau, mientras que hoy lo hizo con los primeros ministros de Japón, Yoshihide Suga, de Australia, Scott Morrison, y con el presidente de Corea del Sur, Moon Jae-in, según informó su equipo. El número de países que aún no han reconocido a Biden se ha ido reduciendo, pero incluye a las dos principales potencias de Latinoamérica -México y Brasil- además de a Rusia y a China. Biden ha llevado a cabo todas estas llamadas sin la ayuda del



Departamento de Estado, como suele ser habitual en otras transiciones de gobierno en EE.UU. El secretario de Estado, Mike Pompeo, sorprendió el martes al asegurar en una rueda de prensa, preguntado por la falta de colaboración con el equipo de Biden, que en Estados Unidos habrá "una transición suave" hacia un segundo mandato de Donald Trump. Pompeo remarcó que se siguen "contando los

votos" y se espera que se complete el proceso. La campaña de Trump ha presentado varias demandas en estados en disputa por el conteo de votos alegando un supuesto fraude electoral generalizado, sin ninguna evidencia que lo demuestre. Para ganar las elecciones en los tribunales, Trump debería darle la vuelta al escrutinio en Pensilvania, Georgia y Nevada o Arizona, todos ellos estados en los que Biden ya

ha sido declarado ganador o lidera el escrutinio de forma clara. Según los últimos conteos, Biden cuenta con 290 delegados en el colegio electoral, por encima de la cifra mágica de 270 que otorga la victoria, mientras que Trump tiene 217 y faltan 42 por decidir.

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



130 Washington St. - Hoboken, NJ

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

201-659-0061

¿Problemas con sus pies?

Multi-Specialty
Pain Relief
Spine & Disc Disorders

415

Foot & Ankle Specialist
MEDICARE &

201.863.2593

Dr. Raymond M. Maimone
Board Certified Podiatrist

Foot & Ankle Specialist

Heel Pain Specialist

MOST INSURANCES ACCEPTED



No Más Dolor!

Especialistas en dolor en los talones.

Especialistas en FOOT AND ANKLE.

- Con más de 28 años en experiencia
- Aceptamos la mayoría de Seguros
- Tenemos zapatos para personas con diabetes



* Descuento al traer el periódico EL CAMBIO.



Dr. Raymond M. Maimone

Foot & Ankle Specialist Board Certified Podiatrist.

201-941-5003

89 Anderson Ave., Farview, NJ

201-863-2593

415, 39 street, Union City, NJ

En qué consiste el tratamiento de anticuerpos monoclonales

Los anticuerpos monoclonales están siendo usados para tratar el coronavirus. El presidente de EE.UU., Donald Trump, recibió durante su convalecencia por la enfermedad un coctel de estos anticuerpos como parte de su tratamiento. Este martes, la Agencia de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos, FDA, aprobó el uso de bamlanivimab, un tratamiento de anticuerpos monoclonales para pacientes ambulatorios. ¿De qué se trata? El doctor Elmer Huerta lo explica en este episodio. Puedes escuchar este episodio en Apple Podcasts, Spotify o tu plataforma de podcast favorita, o leer la transcripción a continuación. La noticia se dio a conocer el 9 de noviembre, cuando la Administración de Medicamentos y Alimentos de EE.UU. o FDA por sus siglas en inglés, dio a conocer que había aprobado el uso del bamlanivimab -un medicamento basado en anticuerpos monoclonales- para el tratamiento de casos no hospitalizados de pacientes con covid-19.

¿Qué son los anticuerpos?

Hoy veremos en qué consiste ese tratamiento y por qué se usa solo con pacientes no hospitalizados. Primero, recordemos algunos conceptos básicos acerca de lo que son anticuerpos y anticuerpos monoclonales. Como lo dijimos en el episodio del 24 de junio, los anticuerpos son moléculas producidas por un tipo de glóbulos blancos inteligentes llamados linfocitos B. Los anticuerpos son producidos en respuesta a la estimulación causada por antígenos, que son proteínas y azúcares complejos, presentes en la estructura molecular de virus y bacterias. Por su parte, los anticuerpos

monoclonales, también llamados mABs o Moabs, son anticuerpos fabricados en el laboratorio y que están dirigidos a atacar a ciertos antígenos de células o virus.

Los anticuerpos monoclonales

Un medicamento mAB está constituido entonces por un solo tipo de anticuerpo, el cual está dirigido contra un blanco fijo en la estructura de un virus o bacteria. Como nota histórica e importante para los latinoamericanos, los anticuerpos monoclonales fueron creados en 1975 por dos científicos: el argentino César Milstein y el alemán Georges Köhler de la Universidad de Cambridge, quienes ganaron el Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1984. En la actualidad, existen más de 30 medicamentos mAB aprobados por la FDA, fácilmente reconocibles por sus nombres que terminan con las letras «mab», y se usan desde hace muchos años para tratar diversas enfermedades como el cáncer, la esclerosis múltiple, la artritis reumatoide, las enfermedades cardiovasculares, el lupus eritematoso sistémico, la enfermedad de Crohn, la colitis ulcerosa y la psoriasis. También se usan para tratar el rechazo de trasplantes de órganos y otras enfermedades.

Bamlanivimab, el tratamiento aprobado por la FDA

Volviendo al medicamento aprobado por la FDA, se trata de bamlanivimab, que es un anticuerpo monoclonal dirigido contra la espiga del SARS-CoV-2, y que, por lo explicado, al neutralizar la espiga del virus, impediría la entrada del virus a las células. De acuerdo con la FDA, la eficacia del medicamento fue demostrada en un análisis de 465 adultos no hospitalizados



con síntomas de covid-19 de leves a moderados. Se suministraron diferentes dosis a tres grupos de pacientes y un placebo a un cuarto grupo. La mayoría de los pacientes, incluidos los que recibieron el placebo, eliminaron el virus el día 11, sin embargo, el 3% de los pacientes tratados con bamlanivimab y que tenían un alto riesgo de agravarse con la enfermedad, registraron un menor número de hospitalizaciones y visitas a la sala de emergencias, comparados con 10% de los pacientes tratados con placebo.

El tratamiento es de uso ambulatorio

El bamlanivimab está autorizado para pacientes mayores de 12 años que pesen al menos 40 kilos y que tengan un alto riesgo de padecer síntomas severos de covid-19 y / u hospitalización. Esto incluye a aquellos que tienen más de 65 años, o ciertas

afecciones médicas crónicas.

El medicamento se administra por vía intravenosa en una dosis única, y debe hacerse siempre en un hospital. Por último, el bamlanivimab no está autorizado para personas hospitalizadas o que requieran oxígeno pues puede agravar el cuadro clínico de ese tipo de pacientes y su uso de emergencia puede retirarse si los estudios demuestran que no funciona, como fue el caso de la hidroxiquina. Solo para repasar, y tal como lo explicamos en el episodio del 5 de octubre, tras enfermarse con covid-19, el presidente Donald Trump recibió un coctel experimental de esos anticuerpos monoclonales, es decir, una mezcla de varios de esos anticuerpos monoclonales simples (de ahí el nombre coctel).



CONSULTA INICIAL
GRATIS

Alonso & Navarrete

SIRVIENDO A LA COMUNIDAD DESDE 1982 ABOGADOS

DEMANDAS POR LESIONES PERSONALES
CASOS CRIMINALES BIENES Y RAICES
PERMISOS ESPECIALES DE CONSTRUCCION (VARIANTES)



Deje que nuestra experiencia trabaje para Usted.
Sirviendo los condados de Hudson, Union, Morris y Bergen

- ACCIDENTES AUTOMOVILÍSTICOS
- RESBALONES Y CAIDAS
- CASOS LABORALES
- INMIGRACIÓN
- ASUNTOS DE BIENES RAICES
- CORTE MUNICIPAL
- DWI/ INFRACCIONES DE TRÁFICO
- SEGURO SOCIAL-INCAPACIDAD
- LEY FAMILIAR Y DIVORCIOS

NO HONORARIOS A MENOS QUE SE RECUPERE - NO CARGOS POR CONSULTA INICIAL

LINEA
GRATIS

1 - 800 - 9 SU CASO
1 - 800 - 9 78 2276

6121 KENNEDY BLVD., NORTH BERGEN, NJ 07047
44 MAPLE AVE., MORRISTOWN, NJ 07960

Candidatura para el 2024, una opción que Trump tendría

Según medios, fuentes en la Casa Blanca han dicho que el mandatario ha hablado de esa posibilidad. El presidente de EE. UU., Donald Trump, estaría barajando la posibilidad de ser candidato para las elecciones del 2024. Al menos eso es lo que han reportado varios medios estadounidenses que han afirmado que el mandatario republicano ha discutido esa posibilidad con sus colaboradores más cercanos. "En lugar de hablar de un segundo mandato, Trump ha estado hablando de manera casual sobre una posible campaña de 2024, una indicación de que sabe que su tiempo como presidente está llegando a su fin, al menos por ahora", afirmó 'The Washington Post'. El mandatario -que sigue sin reconocer que fue derrotado en las elecciones del 3 de noviembre por el demócrata Joe Biden- podría hacerlo, ya que en EE. UU. es posible que un presidente sirva por dos periodos, sin que necesariamente sean consecutivos, informó el diario digital Axios. "Para todos aquellos que están celebrando el final de la era de Trump, una palabra de precaución: La era de Trump no ha terminado", afirmó en 'The Washington Post' el columnista Marc A. Thiessen, quien dijo que Trump podría ostentar el título de haber sido el presidente número 45 y número 47 de EE. UU. Y es que a pesar de perder estas elecciones, Trump ha aumentado con creces su base de votantes respecto a 2016 y este año consiguió más de 70 millones de votos. Además, su campaña de reelección cuenta con un banco de datos de números de teléfono y direcciones de correo electrónico que supondría un gran activo. Según Thiessen, esa base de votantes le daría a Trump la nominación del 2024 por parte del Partido Republicano si así lo desea. "Tiene la base más leal de cualquier presidente en la historia moderna y un ejército de 71 millones de votantes. Ningún republicano en su sano juicio lo desafiaría. Pero si Trump quiere hacer otra carrera en la Casa Blanca, la forma en que maneje los próximos meses será decisiva", afirma el columnista, que asegura que el mandatario tendrá un tiempo limitado para



seguir con sus quejas de fraude en las elecciones, sobre las que no ha presentado ninguna evidencia, y para colaborar en la transición de poder para Biden. Ningún republicano en su sano juicio lo desafiaría. Pero si Trump quiere hacer otra carrera en la Casa Blanca, la forma en que maneje los próximos meses será decisiva. Además, de su postura podría depender el resultado de la segunda vuelta de las elecciones del Senado en el estado de Georgia, donde están

dos escaños en juego y que podrían darle a los demócratas el control de la Cámara Alta. Entre los que piensan que Trump podría apuntarle a la carrera electoral del 2024 está su exjefe de gabinete Mick Mulvaney, de acuerdo con un informe de USA Today. "Esperaría absolutamente que el presidente se mantuviera involucrado en la política y lo pondría en la lista corta de personas que probablemente se postularán en 2024", dijo Mulvaney. Pero en los

planes del líder republicano no solo estaría la elección del 2024, sino también la creación de su propio canal digital de televisión por internet una vez que abandone la Casa Blanca. Según Axios, sería un intento de restar influencia a la que ha sido su cadena favorita durante casi toda su Presidencia, Fox News.

A-1 WATER STORE
PURIFIED & ALKALINE
201-583-1200

4901 BROADWAY AVE.
UNION CITY NJ. 07087

A-1 WATER STORE
PURIFIED & ALKALINE
DRINKING WATER

AGUA PURIFICADA **AGUA ALKALINA**

\$3.00 **\$5.00**

Abierto
Lunes - Sábado
8:00 am - 7:00pm
Domingo 9:00am - 3:00pm

201-583-1200
4901 BROADWAY AVE. UNION CITY NJ. 07087



**Holy Name
Medical Partners
Hudson County**

Dr Gilberto Gastell
480- 37th Street
Union City, NJ
Tel: 201-864-4477

www.holynamemedicalpartners.org

Diabetes Tipo 2: Una situación de por vida

La diabetes es causada por un problema en la forma como el cuerpo produce o utiliza la insulina. La insulina es necesaria para mover el azúcar en la sangre (glucosa) hasta las células, donde ésta se almacena y se usa posteriormente como fuente de energía.

Cuando usted tiene diabetes tipo 2, la grasa, el hígado y las células musculares normalmente no responden a dicha insulina. Esto se denomina resistencia a la insulina. Como resultado, el azúcar de la sangre no entra en las células con el fin de ser almacenado para obtener energía.

Cuando el azúcar no puede entrar en las células, se acumulan niveles anormalmente altos de éste en la sangre, lo cual se denomina hiperglucemia.

Por lo general, la diabetes tipo 2 se desarrolla lentamente con el tiempo. La mayoría de las personas con esta enfermedad tienen sobrepeso en el momento del diagnóstico. El aumento de la grasa le dificulta al cuerpo el uso de la insulina de la manera correcta.

La diabetes tipo 2 puede presentarse también en personas delgadas y es más común en los ancianos.

Los antecedentes familiares y los genes juegan un papel importante en la diabetes tipo 2. Un bajo nivel de actividad, una dieta deficiente y el peso corporal excesivo (especialmente alrededor de la cintura) aumentan el riesgo.

La Diabetes Mellitus o Diabetes Tipo 2, por su naturaleza crónica, la severidad de las complicaciones y los medios que se requieren para su control se constituye en el momento en una enfermedad altamente costosa. Evidencia acumulada en años recientes demuestra que el diagnóstico temprano y el buen control de la diabetes reduce la progresión de complicaciones crónicas de la enfermedad como la retinopatía, la nefropatía y la neuropatía, las cuales influyen en la morbilidad y mortalidad prematuras que presentan estos pacientes.

Los pacientes con diabetes tipo 2 en su gran mayoría se encuentran asintomáticos con respecto a la enfermedad y en un 80% tienen sobrepeso u obesidad.

Para tener en cuenta

- En el mundo hay más de 346 millones de personas con diabetes.
 - Más del 80% de las muertes por diabetes se registran en países de ingresos bajos y medios.
 - Casi la mitad de esas muertes corresponden a personas de menos de 70 años, y un 55% a mujeres.
- La Organización Mundial de la Salud prevé que las muertes por diabetes se multipliquen por dos entre 2005 y 2030.
- La dieta saludable, la actividad física regular, el mantenimiento de un peso corporal normal y la evitación del consumo de tabaco pueden prevenir la diabetes de tipo 2 ó retrasar su aparición.
 - La Diabetes Tipo 2 representa el 90% de los casos mundiales y se debe en gran medida a un peso corporal excesivo y a la inactividad física.

DIABETES CONOCE LOS SINTOMAS

¿Cómo afecta la Diabetes Tipo 2?

- Depresión**
La padecen muchas personas. Si se sostiene por 2 semanas o más es depresión severa
- Visión**
Existe un mayor riesgo de problemas visuales, incluso ceguera
- Corazón**
Aumenta el riesgo de infarto y ACV (accidente cerebrovascular)
- Riñones**
Puede dañarlos, hacerlos fallar y que pierdan la capacidad de filtrar residuos
- Neuropatía Diabética**
Daño de los nervios del cuerpo que conecta la médula espinal con los músculos, la piel, vasos sanguíneos y otros órganos.
- Piel**
Al menos un tercio de los diabéticos Tipo 2 sufrirán problemas de piel
- Pies**
Los problemas surgen cuando se daña un nervio o por escaso flujo sanguíneo en los pies

Buscando una cura

Un hospital estadounidense ha presentado evidencia científica de que las operaciones para bajar de peso mejoran sustancialmente a los pacientes con diabetes. El estudio, realizado en Cleveland, aplicaba bypass gástrico y gastrectomías a un grupo de pacientes con diabetes, y los resultados permitieron comprobar que la salud de éstos mejoraba en tan solo unos días, e incluso hubo casos en que los enfermos abandonaban el hospital sin necesidad de volver a tomar insulina. Aunque los doctores celebran la posibilidad de haber encontrado una cura para la diabetes, lo cierto es que se trata de una respuesta "fast-track" sobre una solución que estuvo presente en todo momento: bajar de peso. Estudios sugieren que evitando el sobrepeso y

manteniendo un estilo de vida saludable, con ejercicio diario y nutrición óptima, enfermedades como la diabetes pueden ser curadas por completo. Otra circunstancia revelada por el estudio es que la relación entre diabetes y azúcar es demasiado simplista. Si bien el azúcar es terriblemente dañina para el organismo, no es causa exclusiva del problema de la diabetes, como prueba el hecho de que pacientes que pierden kilos excedentes de grasa tras una operación, recuperan el sano funcionamiento del páncreas. Por otra parte, expertos de la Universidad de Newcastle indicaron que una dieta baja en calorías podría revertir los cambios metabólicos que sufren este tipo de pacientes. Las personas que habían tenido obesidad y diabetes tipo 2 por años fueron curadas, al menos temporalmente, manteniendo una dieta extrema de bajas calorías durante 2 meses.



¿Cómo se vive mejor: casado o soltero?



Varias investigaciones han demostrado que ambos estados civiles pueden tener sus pros y contras.

Al menos en los últimos diez años, el número de matrimonios registrados en el país ha venido disminuyendo. Para muchos encontrar el amor es un imperativo para vivir una vida feliz. El objetivo —y la necesidad— de vivir en pareja se ha naturalizado en el cine, en la televisión y en los libros. Encontrar a la 'media naranja' es, al mejor estilo de las cintas de Disney, un cuento de hadas en el cual el propósito es vivir "felices para siempre". Ese ideal suele representarse en el **matrimonio**, una unión que, dependiendo de la cultura en la cual se lleve a cabo, tiene implicaciones legales y/o religiosas. En el extremo contrario de una visión idealista del matrimonio están los divorcios, la disolución del matrimonio causada, generalmente, ante el desacuerdo con la unión por parte de alguna de las partes involucradas. En Colombia, según la Corporación Excelencia en la Justicia, entre 2016 y 2019, 40 de cada 100 matrimonios registrados terminaron en divorcio. Con este panorama muchos se preguntan si es mejor optar por la soltería. En los últimos años varios estudios han intentado responder esa pregunta llegando a conclusiones sorprendentes.

Los solteros viven menos, pero son más felices

La felicidad se les facilita a los solteros. Ese fue el curioso hallazgo de una investigación independiente dada a conocer en noviembre por el comparador de seguros español Acierto. Al comparar la edad promedio de fallecimiento de solteros y casados, la compañía encontró que los solteros pueden vivir entre 8 a 17 años menos que los casados. Esto se debe a que, quienes nunca han contraído nupcias o no han pasado por un proceso de divorcio, tienen hasta 28 por ciento más posibilidades de fallecer por una enfermedad cardíaca. Los solteros tienen hasta 28 por ciento más posibilidades de fallecer por una enfermedad cardíaca. El estudio dice que los solteros son más felices porque tendrían más tiempo libre. Curiosamente, los que no tienen pareja llegan a pesar, en promedio, 2, 3 kilogramos menos que los casados. Esto puede incidir en su autoestima y en su construcción de valores. Eso sí: la razón por la cual los solteros vivirían menos se da porque su felicidad 'viene con estrés incluido', según reseñó 'El País', de Uruguay, en torno a la investigación.

Al parecer, quienes no tienen pareja tendrían mayores problemas para vacacionar, comprar seguros y tener casa propia.

¿Y los amigos?

En 2015, las sociólogas Naomi Gerstel y Natalia Sarkisian publicaron un 'paper' en



el Journal of Social and Personal Relationships (Revista sobre las relaciones personales y sociales) en el cual intentaron responder si el estado civil se relaciona con que las personas se integren más o menos con sus grupos sociales. Ellas hallaron que los solteros tienen lazos más fuertes con sus amigos y vecinos en comparación con las personas casadas. Ese dato toma especial relevancia si se contrasta con los hallazgos del psicólogo William Chopik, autor de una investigación publicada en 2017 (en la misma revista científica que el estudio anterior), sobre la relación de la felicidad con la amistad y la familia. Chopik encontró, en una muestra de más de 270.000 personas de 10 países, que tanto los lazos fuertes con amigos como con familiares están relacionados con más felicidad y salud; sin embargo, a medida que pasa el tiempo los amigos se vuelven cada vez más cruciales para el bienestar que la familia (incluida la pareja).

Los casados tienen más sexo

La vida sexual es un tema de conversación ineludible cuando se sopesan los pros y contras de cada estado civil. Entre los beneficios de tener sexo están el alivio del estrés, la quema de calorías y el refuerzo del sistema inmune, según indica un artículo de la página médica 'Web Consultas'. Por eso sorprenden los resultados de un estudio de Jean Twenge, profesor de psicología, escrito para la revista científica Archives of Sexual Behavior (archivos sobre el comportamiento sexual) y publicado en 2017. Este reveló que los adultos estadounidenses tienen menos sexo hoy que hace 25 años. De cualquier

modo, los solteros lo tienen aún menos que los casados de su misma edad.

Al menos en los Estados Unidos los solteros tienen menos sexo que los casados de su misma edad. Desde la publicación del artículo, Twenge ha explicado en algunos medios de comunicación, como la revista 'Time', las aristas de sus resultados. Ha aclarado, por ejemplo, que la principal razón de que después del 'Sí, acepto' se tenga más posibilidades de tener relaciones sexuales es que la oportunidad suele estar más disponible, teniendo en cuenta la constante presencia de una pareja.

El veredicto

La respuesta a la pregunta de si se vive mejor casado o soltero es que no hay forma de saberlo a ciencia cierta. Aún no hay un estudio que abarque por completo cómo se relacionan los aspectos integrales de la vida amorosa (o su ausencia) con el 'buen vivir'. Hasta el momento, el consenso parece ser que ambos estados civiles tienen sus cosas buenas y malas. En general, algunos expertos dicen que los **solteros** tienen más amigos y son más saludables, pero, como vimos, otros dicen que viven menos y tienen menos sexo. Aunque el estado civil sí influye en el transcurso de la vida, la ciencia todavía no ha indicado que la soltería o el matrimonio apunten concretamente al éxito o a la miseria.





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**

Algunas personas disfrutan siendo crueles con otras

Por qué algunos humanos son crueles con personas que no representan ninguna amenaza para ellos, a veces incluso con sus propios hijos? ¿De dónde proviene este comportamiento y para qué sirve? - Ruth, 45, Londres.

Los humanos son la gloria y la escoria del universo, concluyó el filósofo francés Blaise Pascal en 1658. Poco ha cambiado. Amamos y odiamos. Ayudamos y lastimamos. Extendemos una mano y clavamos el cuchillo.

Entendemos si alguien ataca en represalia o en defensa propia. Pero cuando alguien daña a una persona inofensiva, nos preguntamos: "¿Cómo pudiste?".

Los humanos suelen hacer cosas para obtener placer o evitar el dolor. La mayoría de nosotros, cuando herimos a alguien sentimos su dolor. Y no nos gusta este sentimiento.

Esto sugiere dos razones por las que las personas pueden dañar a quienes son inofensivos: o no sienten el dolor de los demás o disfrutan sintiendo el dolor de los demás. El sorprendente lado oscuro de las personas con carácter fuerte y gran autocontrol El revelador examen del cráneo al que Mark Twain se sometió dos veces (y sus sagaces conclusiones) Hanif Kureishi: "Las elecciones en EE.UU. son muy importantes para definir si el populismo va a continuar" Coronavirus: cómo el miedo a la enfermedad covid-19 está cambiando nuestra psicología El sorprendente lado oscuro de las personas con carácter fuerte y gran autocontrol Otra razón por la que las personas hacen daño a otras que son inofensivas es porque, pese a todo, ven una amenaza.

Alguien que no ponga en peligro tu cuerpo o tu billetera sí puede amenazar tu estatus social. Esto ayuda a explicar acciones que de otro modo serían desconcertantes, como cuando alguien lastima a otras personas que lo ayudan económicamente.

Las sociedades liberales asumen que hacer sufrir a otros significa que les hemos herido. Sin embargo, algunos filósofos rechazan esta idea. En el siglo XXI, ¿podemos todavía concebir ser crueles para ser amables?

Sádicos y psicópatas

Alguien que disfruta lastimando o humillando a otros es un sádico. Los sádicos sienten el dolor de otras personas más de lo normal. Y lo disfrutan. Al menos, lo hacen hasta que termina, cuando pueden sentirse mal. El imaginario popular asocia el sadismo con torturadores y asesinos. Sin embargo, también existe el fenómeno menos extremo, pero más extendido, del sadismo cotidiano. El sádico cotidiano disfruta al herir a otros o al ver su sufrimiento. Es probable que disfrute del cine gore, encuentre emocionantes las peleas e interesante la tortura. Son raros, pero no lo suficientemente raros. Alrededor del 6% de los estudiantes de pregrado admiten que les complace lastimar a otros.

El sádico común puede ser un trol de internet o un acosador en la escuela. En los juegos de rol online, es probable que sean los que "se lamentan" y arruinan el juego para los demás.

Los sádicos de a diario se sienten atraídos por los juegos de computadora violentos. Y cuanto más juegan, más sádicos se vuelven.

A diferencia de los sádicos, los psicópatas no dañan a las personas inofensivas simplemente porque disfrutan de ello (aunque pueden hacerlo). Los psicópatas quieren cosas. Si dañar a otros les ayuda a conseguir lo que quieren, que así sea. Los trols de internet pueden ser sádicos cotidianos.

Pueden actuar de esta manera porque es menos probable que sientan lástima, remordimiento o miedo. También pueden averiguar lo que sienten los demás, pero no contagiarse por esos sentimientos ellos mismos.

Este es un conjunto de habilidades muy peligroso. Durante milenios, la humanidad se ha domesticado. Esto ha dificultado que muchos de nosotros lastimemos a otros. Muchos de los que hacen daño, torturan o matan serán perseguidos por esa experiencia. Sin embargo, la psicopatía es un poderoso indicador de que alguien puede infligir violencia no provocada.

Necesitamos saber si nos encontramos con un psicópata. Podemos hacer una buena suposición simplemente mirando la cara de alguien o interactuando brevemente con él. Desafortunadamente, los psicópatas saben que lo sabemos. Se defienden trabajando duro en su vestimenta y aseo para intentar dar una buena primera impresión.

Afortunadamente, la mayoría de las personas no tienen rasgos psicopáticos. Solo el 0,5% podrían considerarse psicópatas. Sin embargo, alrededor del 8% de los hombres y el 2% de las mujeres presas son psicópatas.

Pero no todos los psicópatas son peligrosos. Los psicópatas antisociales pueden buscar la emoción de las drogas o actividades peligrosas.

Los psicópatas prosociales, por otro lado, buscan su emoción en la persecución intrépida de ideas novedosas. A medida que las innovaciones moldean nuestras sociedades, los psicópatas prosociales pueden cambiar el mundo para todos nosotros. Sin embargo, esto puede ser tanto para bien como para mal.

¿De dónde provienen estos rasgos?

Nadie sabe realmente por qué algunas personas son sádicas. Algunos especulan que el sadismo es una adaptación que nos ayudó a sacrificar animales cuando cazábamos. Otros proponen que ayudó a la gente a ganar poder.

El filósofo y diplomático italiano Nicolás Machiavelo sugirió una vez que "los tiempos, no los hombres, crean el desorden". De acuerdo con esto, la neurociencia sugiere que el sadismo podría ser una táctica de supervivencia provocada por tiempos difíciles.

Cuando ciertos alimentos escasean, nuestros niveles de serotonina disminuyen. Esta caída hace que estemos más dispuestos a lastimar a los demás porque hacer daño se vuelve más placentero. La mayoría de las personas se acobardarían al tener que torturar a otra, principalmente porque cuando infligimos daño, compartimos ese dolor.

La psicopatía también puede ser una adaptación. Algunos estudios han relacionado niveles más altos de psicopatía con una mayor fertilidad.

Sin embargo, otros han encontrado lo contrario. La razón de esto puede ser que los psicópatas tienen una ventaja reproductiva específicamente en entornos hostiles. De hecho, la psicopatía puede prosperar en mundos competitivos e inestables. Las habilidades de los psicópatas los convierten en maestros manipuladores. Su impulsividad y falta de miedo les ayudan a tomar riesgos y a obtener ganancias a corto plazo. En la película Wall Street, el psicópata Gordon Gekko gana millones. Sin embargo, aunque la psicopatía puede ser una ventaja en el mundo empresarial, solo ofrece una pequeña ventaja de liderazgo.

El vínculo de la psicopatía con la creatividad también puede explicar su supervivencia. El matemático Eric Weinstein sostiene, de manera más general, que las personas desagradables impulsan la innovación.

Sin embargo, si el entorno apoya el pensamiento creativo, lo desagradable está menos ligado a la creatividad. Lo bueno puede ser novedoso.

El sadismo y la psicopatía se asocian con otros rasgos, como el narcisismo y el maquiavelismo. Estos rasgos, tomados en conjunto, se denominan "factor oscuro de la personalidad" o factor D para abreviar. Qué es el factor D que define los "rasgos oscuros" de la personalidad como el egoísmo, el rencor o la psicopatía

Hay un componente hereditario de moderado a alto en estos rasgos. Así, algunas personas pueden nacer de esta manera. Alternativamente, los padres con factor D alto podrían transmitir estos rasgos a sus hijos si se comportan de manera abusiva con ellos.

De manera similar, ver a los demás comportarse de maneras con elevado factor D puede enseñarnos a actuar de esta manera. Todos tenemos un papel que desempeñar para reducir la crueldad.

Miedo y deshumanización

El sadismo implica disfrutar de la humillación y el dolor de otra persona. Sin embargo, a menudo se dice que deshumanizar a las personas es lo que nos permite ser crueles.

Las víctimas potenciales son etiquetadas como perros, piojos o cucarachas, lo que supuestamente facilita que otros las lastimen.

Los nazis deshumanizaron y mataron a millones de personas durante el Holocausto.

Hay algo en esto. La investigación muestra que si alguien rompe una norma social, nuestro cerebro trata sus rostros como menos humanos. Esto nos facilita castigar a las personas que violan las normas de comportamiento.

Es un sentimiento dulce pensar que si vemos a alguien como humano, no lo lastimaremos. También es un engaño peligroso.

El psicólogo Paul Bloom sostiene que nuestras peores crueldades pueden basarse en no deshumanizar a las personas. Las personas pueden herir a los demás precisamente porque los reconocen como seres humanos que no quieren sufrir dolor, humillación o degradación.

Por ejemplo, el Partido Nazi deshumanizó a los judíos llamándolos alimañas y piojos. Sin embargo, los nazis también humillaron, torturaron y asesinaron a judíos precisamente porque los veían como seres humanos que serían degradados y sufrirían ese trato.

Derogación de los bienhechores

Algunas personas incluso harán daño a veces a quienes les son útiles. Imagina que estás en un juego económico en el que tú y otros jugadores tienen la oportunidad de invertir

en un fondo grupal. Cuanto más dinero se pone, más se obtiene. Y el fondo dará dinero a todos los jugadores, hayan invertido o no.

Al final del juego, puedes pagar para castigar a otros jugadores por la cantidad que decidieron invertir. Para hacerlo, renuncias a algunas de tus ganancias y se le quita dinero al jugador de tu elección. En resumen, puedes ser rencoroso.

Algunos jugadores optaron por castigar a otros que invirtieron poco o nada en el fondo del grupo. Sin embargo, algunos pagarán para castigar a los jugadores que invirtieron más que ellos en el fondo del grupo. Tales actos parecen no tener sentido. Los jugadores generosos te dan una mayor recompensa, ¿por qué los disuadirías?

Este fenómeno se denomina "castigo social" o "derogación de los bienhechores". Se puede encontrar en todo el mundo. En las sociedades de cazadores-recolectores, los cazadores exitosos son criticados por atrapar un animal grande a pesar de que su captura significa que todos obtienen más carne.

Es posible que Hillary Clinton haya sufrido la derogación del bienhechor como resultado de su campaña de las elecciones presidenciales estadounidenses de 2016 basada en los derechos. La psicopatía es un poderoso indicador de que alguien puede infligir violencia no provocada.

La derogación de los bienhechores existe debido a nuestras tendencias contradominantes.

Un jugador menos generoso en el juego económico anterior puede sentir que un jugador más generoso será visto por otros como un colaborador preferible. La persona más generosa amenaza con convertirse en dominante. Como dijo el escritor francés Voltaire, lo mejor es enemigo de lo bueno.

Sin embargo, hay una ventaja oculta de la derogación de los bienhechores. Una vez que hemos derribado al bienhechor, estamos más abiertos a su mensaje. Un estudio descubrió que permitir que las personas expresen su disgusto por los vegetarianos los llevó a apoyar menos el consumo de carne. Disparar, crucificar o no elegir al mensajero puede alentar la aceptación de su mensaje.

Ser cruel para ser amable

En la película Whiplash, un profesor de música utiliza la crueldad para fomentar la grandeza en uno de sus alumnos. Podemos rechazar tales tácticas. Sin embargo, el filósofo alemán Friedrich Nietzsche pensaba que nos habíamos vuelto demasiado reacios a tal crueldad.

Friedrich Nietzsche pensaba que nos habíamos vuelto demasiado reacios a la idea de que los maestros usaran la crueldad para fomentar el crecimiento de sus alumnos.

Para Nietzsche, la crueldad permitía a un maestro convertir una crítica en otra, por el bien de la otra persona. Uno también podría ser cruel consigo mismo para convertirse en la persona que quería ser. Nietzsche sintió que sufrir crueldad podría ayudar a desarrollar coraje, resistencia y creatividad. ¿Deberíamos estar más dispuestos a hacer sufrir tanto a los demás como a nosotros mismos para desarrollar la virtud?

Podría decirse que no. Ahora conocemos los efectos potencialmente espantosos a largo plazo de sufrir la crueldad de los demás, incluido el daño tanto a la salud física como mental. También se reconocen cada vez más los beneficios de ser compasivo con uno mismo, en lugar de tratarse con crueldad.

Y la idea de que debemos sufrir para crecer es cuestionable. Los eventos positivos de la vida, como enamorarse, tener hijos y lograr metas preciadas, pueden conducir al crecimiento.

Enseñar mediante la crueldad invita a abusos de poder y al sadismo egoísta. No es la única forma, el budismo, por ejemplo, ofrece una alternativa: la compasión colérica.

Aquí, actuamos desde el amor para confrontar a los demás para protegerlos de su codicia, odio y miedo. La vida puede ser cruel, la verdad puede ser cruel, pero podemos elegir no serlo nosotros.



TRACTOR WASHER
 Truck wash facility located in South Kearny is looking for a 1st shift Tractor Washer. No experience necessary. Please call: Before 7:00 PM
201-790-6804
 and ask for Edgar

Se Necesitan Choferes
 Minimo un año de experiencia antecedentes y record limpios Entrega en el condado de Hudson Hablar ingles
201-491-3389
 George

LIMPIEZA DE CASAS HOUSE CLEANER
 No Nite No Weekends No Holidays Start 8:00 AM \$200 - \$450 Per Week Car Needed Pay Millage & Benefits
973-515-3191
 Merry Maids Hackensack, NJ Necesita carro y licencia

Crea tu Propia Compañia
 Con menos de \$200 dls, vendiendo mascarillas quirurgicas al publico venta de mayoreo una caja de 50 pzas \$3.50 dls Interesados llamar
347-497-2318

We are looking for motivated and responsible drivers to join our dinamic fleet
 Position Compensation Requirments
201-870-6122
862-591-6645

PSYCHIC READER & ADVISOR
 BY PATRICK Specializing in reuniting loved ones No matter what trouble you may be Spell breaker. One free question by phone:
954-394-1061

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

LICENCIAS-LICENCIAS



La LICENCIA De Manejo del Estado de Washington es la mas importante en los E.U. para manejar sin restricciones para informacion.
 LLAME AL:
TOTALMENTE LEGAL Y GARANTIZADO
206-294-1007
206-550-3382



DANIEL EXPRESS
SEGURIDAD Y PUNTUALIDAD
SERVICIO DE TRANSPORTE PUERTA A PUERTA
SALIDAS
JUEVES Y DOMINGOS DE NEW YORK A COLUMBUS OHIO Y REGRESOS
MIERCOLES Y SABADOS DE COLUMBUS OHIO A NEW YORK
614-439-7370
929-354-5654



\$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
rpah199@gmail.com
Teléfonos:
201-814-0095
201-814-1377
PREGUNTE POR NUESTROS PLANES DE SALUD

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

COSTUMER SERVICE
 Distribuidora de Alimentos solicita Vendedor o vendedora con Experiencia Para posición de costumers, Responsabilidad por servicio al Cliente, cobros inspección de ruta, Verificación de visitas, Apertura de nuevas cuentas Necesita tener auto en buenas condiciones Para visitar clientes Interesados aplicar en Rico Foods Inc. 527 E 18 th st Paterson, NJ 07514

NEED EMPLOYEE
 Man w/ experience in construction. Cement and pavers, the company is in Hillside NJ. Salary according to exp. You must be legal and have social security and have a driving license.
973-282-0282
 Please call from Monday to Friday, from 8am to 4pm.

Se Solicita Mecánico
 Para camiones Chofer con licencia de Auto para buscar piezas Chofer con licencia Clase A Para tractor -Trailer Trabajo local (Flatbed)
201-726-2880

Woodside Nail & Spa
Nail help wanted. 2 or more years working Experience in the nail Field and licensed, Fluent in English.
Contact: **347-446-5959**

SE RENTA APARTAMENTO
2 cuartos con calefaccion \$775, se requiere verificacion de credito y antecedentes . Bodega en Renta \$2000
Llamar **201-702-9882**

Cabinet Shoping Linden, NJ is looking for a Driver with "Clean" Driver License , Class E Ability to drive 16' Box Truck carry heavy cabinets
908-523-9700


PART TIME
Black Seal Boiler Operator Morning Warm Up Ridgefield, NJ
973 704-8288

CDL Class A, B Driver Helper Warehouse NIGHT TIME MONDAY TO FRIDAY UCL INC. 50 KERO ROAD CARLSTADT, NJ 07072
201-792-9900

Necesito Persona
que tenga experiencia en dar brillo y terminacion de autos
973-824-0061
o dirjase a: Top Car Autobody 170 Clinton Ave, Newark, NJ

NEWARK, NJ BASED INTERMODAL TRUCKING CO IS LOOKING FOR

EXPERIENCE TRACTOR-TRAILER DRIVERS WITH CDL CLASS A LICENSE WITH 3 YEARS PIER EXPERIENCE AND TWIC CART FOR CONTAINER WORK, LOCAL & TRI STATE AREA DELIVERIES, YEAR ROUND WORK, GOOD PAY, COMPREHENSIVE BENEFITS PACKAGE INCLUDING MEDICAL, DENTAL AND VISION INSURANCE, AND 401K RETIREMENT PLAN



PLEASE CALL (973)690-5363 OR APPLY WITHIN

Auto Body Necesita
Ayudante de pintor Con experiencia y licencia de conducir.
973-868-0757
Newark, NJ José Antonio
www.colormycar.com

LOTO HEALTH SPA
MASAJE BODY WORK GRAN APERTURA MASAJES EN EL 38-08 JUNCTION BLVD. 3er PISO CORONA, NY 11368
917-365-4117

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

Now Hiring Grill men cocineros
24 hours Diner Morning & overnight shifts \$14 per hour starting 1 block from Exchange Place Path and Light Rail 3-5 years Kitchen Experience Call
917-607-7950

SE NECESITA
Driver y Dispatcher bilingues Para compañía de taxis en Elizabeth, NJ Con o sin experiencia Turno de noche y de dia Full Time o Part Time
Interesados llamar a: Latino Taxis- Preguntar Por Margarita o Beatriz
980-436-9000

OPORTUNIDAD DE TRABAJO
NECESITAMOS HOME MAKERS CHHAs EMPEZAR DE INMEDIATO!!! RENOVAMOS LICENCIAS DE HOME MAKERS PARA MAS INFORMACION LLAMAR:
973-622-2321

Pizza Marker & Grill Person
Dependable full time Well pay, in Pennsylvania, 10 min. away from Trenton, NJ
215-962-0695

Passaic Park, NJ
Beautiful one bedroom apartment for rent in Passaic Park, NJ, in a garden apartment building. Living room, bedroom, Kitchen and bath. 2nd floor. Near school and small shopping area. Price: 1,350.00 per month, Month and a half security. Heat and Hot water is included in the rent. Immediate occupancy.
201- 669-7441

NORTH BERGEN
86st a una calle de JFK Blvd
Se renta un dormitorio amueblado para una persona sola, cocina y baño compartido, Disponible ahora. Llamar a Claudia
201-737-8748

JARDINERO
con experiencia, Lic. de conducir de NJ \$16 a \$20/hr trabajo casi todo el año, para trabajar en compañía comercial de jardinería, establecida en Moonachie, texto
973-632-1472
o e-mail njlancareservices@yahoo.com

Se Rentan Apartamentos Union City, NJ
711 SIP STREET (Entre esquina summit) 5 minutos as Lincon tunnel 2 dormitorios 2 baños
201-988-5895
Rodolfo 201-9363768
Madeline 201-294-8812
Ignacio



WE HAVE ASIAN GIRL AND SPANISH GIRL MY NAME IS CAROLINE 3285 Kennedy Blvd, Jersey City
201-920-3655



REMODELACION DE COCINA Y BAÑO
REMODELACION INTERIOR Y EXTERIOR
Pintura profesional residencial y comercial Albañería y Demolicion Luis General Construction
Facebook: Luis General Construction www.luisgeneralconstructions.com
201-877-3633 • 201-737-7347

Maintenance Manager
For Apartment Community Must have a driver's license, Tools and be bilingual. Pay Package includes: \$25 per hour, Health Insurance and Apartment.
Call 201-390-2241

CARLOS MIGUEL
CONSULTAS ESPIRITUALES
SIENTESE Y NO DIGA NADA
CONSULTAS GRATIS
TODO PROBLEMA TIENE SOLUCION
347-538-6093

ANA MUJER MADURA 40 AÑOS LATINA COMPLACIENTE
917-605-0337

Demolition Company in New Jersey looking for EXPERIENCED demolition foreman with crew and skilled laborers. Excellent salary, company truck, expenses paid and bonuses for appropriate person. Please contact for further information,
201.625.0187

IROBUND NORTH NEWARK
Se rentan cuartos y Apartamentos modernos, precios modicos utilidades incluidas Disponibles Ya!!!!
973-536-6559

ELEON HEALTHCARE
Necesito HHA con licencia de Homemaker, para el area de Ridgefield Park LLamar o enviar texto
732-707-6732

TRABAJE DESDE EL HOGAR
Haciendo manualidades gane sobre \$450.00 semanalmente
407-7152257
No necesita experiencia

Se Busca Camionero
Tiempo Para hacer entregas Aplicar
201-937-3242
PARRA DISTRIBUTORS 490 Hendricks causeway Ridgefel NJ

Podría ser la primera mujer al frente del Pentágono



El presidente electo Joe Biden estudia hacer este nombramiento histórico y elegir como secretaria de Defensa a una política conciliadora que ya fue funcionaria durante los gobiernos de Bill Clinton y Barack Obama.

La Clase Blanca de 2021 se perfila como un hito para la historia de las mujeres en la política de Estados Unidos. La senadora Kamala Harris será la primera vicepresidenta y otra mujer podría liderar

por primera vez la mayor agencia del gobierno: el Departamento de Defensa.

El nombre de Michèle Flournoy (Los Ángeles, 1960) ya sonaba en 2016 para el cargo en un eventual gobierno de Hillary Clinton que finalmente no fue. El propio Joe Biden, en un encuentro político en junio de ese año, hizo un guiño a ese secreto a voces: "Bueno, señora secretaria", le dijo. Y añadió: "Estoy escribiendo una recomendación para ella, ya saben". Biden

y Flournoy ya trabajaron juntos en el gobierno de Barack Obama, donde la veterana política fungió como subsecretaria para la política de defensa, el tercer puesto civil más importante del Pentágono. La carrera de Flournoy en el Departamento comenzó durante la presidencia de Bill Clinton, donde fue subsecretaria adjunta de defensa para estrategia. Después, pasó varios años en el Center for Strategic and International Studies y cofundó -en 2007- el influyente Center for a New American Security (CNAS), un centro de estudios bipartidista enfocado en el futuro de la seguridad nacional. Con su liderazgo en el CNAS, se convirtió en una figura muy visible en la comunidad de defensa, lo que la impulsó para ocupar un papel destacado en el equipo de transición de Barack Obama para el Pentágono.

Una figura conciliadora

Flournoy es una figura respetada tanto por demócratas como por republicanos y su visión de la Defensa es ortodoxa, por lo que cabría esperar que su confirmación en el Senado no presente complicaciones, independientemente de si los conservadores retienen el control. Según los expertos, la mayor oposición a Flournoy provendrá del ala progresista del

Partido Demócrata, crítica con su historial en intervenciones militares y con su gestión como consultora de riesgos estratégicos en el grupo WestExec Advisors, que fundó después de que Clinton perdiera las elecciones de 2016 y desapareciera su opción de liderar el Pentágono. De Flournoy no se pronostica que revolucione el Departamento de Defensa, al contrario, de su liderazgo se esperan políticas tradicionales y capacidad de conciliación: una figura estable después de cuatro años tormentosos bajo el gobierno de Donald Trump, quien continúa sacudiendo la agencia en los últimos meses de su presidencia con purgas políticas. Entre las posiciones conocidas de Flournoy está su apuesta por una gran inversión en tecnologías emergentes para poder competir en mejores condiciones con China, país al que considera la mayor amenaza para la seguridad nacional de Estados Unidos a largo plazo. También es bien sabido su deseo de equilibrar la relación entre civiles y militares dentro del Pentágono. Flournoy es la favorita para ser secretaria de Defensa en el futuro gobierno de Biden, aunque su nombre no es el único sobre el que se especula. También se habla de Susan Rice, que fue consejera de seguridad nacional de Obama y muy cercana al exvicepresidente; de la senadora Tammy Duckworth, veterana de la Guerra de Irak, y de Jeh Johnson, secretario de Seguridad Nacional con Obama.

TOTAL CARE

of Union City

LESIONES DE TRABAJO EN NY?
PROGRAMA YA SU CITA!

NONSURGICAL SPINAL DECOMPRESSION CENTER

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 del CUELLO (Whiplash). Le damos tratamiento. Sabía que no necesita operarse para corregir los discos dañados o herniados?

TRATAMIENTO PARA:

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

Basilio Pace, D.C.
Quiropractico-IDD Rehabilitacio/Acupuntura

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

Amlo, firme en postura frente a resultados en EE. UU.

Presidente mexicano dijo que esperar por conteo oficial no significa que avale denuncia de fraude. El presidente de México, Andrés Manuel López Obrador, dijo este lunes que esperar el pronunciamiento oficial del resultado de las elecciones en Estados Unidos no significa que apoye las denuncias de "fraude" realizadas por el mandatario Donald Trump. "El esperar no significa que nosotros vamos a estar avalando que hubo fraude, eso no lo sabemos, ni nos corresponde, eso lo tiene que saber la autoridad competente o los jueces en Estados Unidos", aclaró el mandatario izquierdista en su habitual conferencia matutina. El republicano Trump, que se postuló a la reelección, denunció que la votación fue amañada y que hubo una conspiración de los demócratas para arrebatarle el comicio, en los que ganó el demócrata Joe Biden de acuerdo con proyecciones de los medios estadounidenses. Hasta ahora, el equipo de Trump no ha mostrado pruebas de la existencia de un fraude. Eso de pronunciarnos es como si fuéramos nosotros jueces electorales (...) No vamos a intervenir hasta que resuelvan los estadounidenses sus asuntos y no debe de haber ninguna preocupación.

"Eso de pronunciarnos es como si fuéramos nosotros jueces electorales (...) No vamos a intervenir hasta que resuelvan los estadounidenses sus asuntos y no debe de haber ninguna preocupación", señaló el presidente mexicano. Previo a su llegada al poder en 2018, López Obrador denunció dos veces haber sido víctima de fraude tras perder las carreras presidenciales de 2006 y 2012. AMLO, acrónimo con el que se le conoce, descartó tener alguna diferencia con Biden, pero reiteró que esperará un resultado oficial para felicitarlo. En ningún caso, con Joe Biden o con Donald Trump, habrá mala relación entre México y Estados Unidos "Queremos actuar con prudencia, esperemos a que las autoridades resuelvan, entonces nos vamos a pronunciar", dijo. Subrayó que cualquiera que sea el resultado en Estados Unidos, su mayor socio comercial y con el que comparte una frontera de más de 3,000 km, buscará mantener una buena relación con el futuro inquilino de la Casa Blanca. "En ningún



caso, con Joe Biden o con Donald Trump, habrá mala relación entre México y Estados Unidos", a f i r m ó .

El mandatario izquierdista, cuyo primer y hasta

ahora único viaje internacional fue en julio pasado a Washington para visitar a Trump, dijo que éste "nunca tomó una decisión sin consultarnos". El 5 de marzo de 2012, cuando López Obrador era precandidato, sostuvo un encuentro con Biden,

quien era por entonces vicepresidente del Barack Obama. Pero en julio pasado, cuando visitó la Casa Blanca, el mexicano no concertó un encuentro con el candidato demócrata.



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

Evite el estrés y ayude un poco a su corazón



Meditar y hacer un poco de ejercicio pueden ayudarle a vivir más tranquilo. Cuando la gente se estresa suele comer alimentos poco saludables y abandonar el ejercicio. También es proclive a fumar y tomar. Todo esto termina afectando al corazón en formas sutiles y aumentando el riesgo de complicaciones cardíacas. Por esta semana, relájese y tome nota de estos consejos:

Manténgase positivo.

Se ha encontrado que la risa reduce los niveles de las hormonas que producen el estrés, y además puede desinflamar las arterias y aumentar los niveles de colesterol bueno.

Medita.

La práctica del pensamiento enfocado hacia el interior, sumado a la respiración profunda, reduce los factores de riesgo cardiovascular, como la presión arterial alta. El yoga y la oración también sirven para relajar la mente y el cuerpo.

Ejercítete.

Cada vez que su cuerpo entra en actividad, ya sea con un paseo o con la práctica de un deporte, se liberan sustancias químicas llamadas endorfinas, que mejoran el estado de ánimo. El ejercicio no solo disminuye el estrés, sino que ayuda contra las enfermedades del corazón, reduciendo la presión sanguínea, fortaleciendo los músculos y ayudando a mantener un peso

saludable y optimo

Desenchúfese.

A veces parece imposible escapar del estrés. Pero inténtelo, corte la cuerda. Evite los correos electrónicos y los noticieros de televisión. Tome tiempo cada día —aunque sea por solo 10 o 15 minutos— para escapar del mundo diario y **c o n v u l s i v o .**

Encuentre maneras de manejar el estrés.

Las cosas simples, como un baño caliente, escuchar música o hacer su pasatiempo favorito, le pueden dar un muy necesario descanso de los factores que traen estrés a su vida, y te mortifican su paciencia. Por qué algunas personas son felices con

cualquier cosa y otras no pueden serlo, a pesar de tenerlo todo para ser feliz

Es cierto, que existen personas que nacen con una predisposición a la felicidad. Sin embargo, durante la vida aprendemos a ser felices o a ser infelices.

Cuando somos pequeños, no nos damos cuenta de ese aprendizaje. Aprendemos a ser felices o infelices, no sólo a partir de las experiencias que vivimos, sino de la forma en que los adultos nos enseñan a vivirlas y a vivir cualquier tipo de problemas y dificultades.

Si nuestros padres o uno de ellos, viven quejándose, fijándose sólo en el aspecto negativo de las cosas, sintiéndose derrotados o agobiados ante los problemas



44 AÑOS UNIENDO PAREJAS
DONDE OTROS FALLAN Y FRACASAN. YO TENGO LA SOLUCIÓN
LHUIS CONH
AMARRES PARA ENAMORADOS
UNICO PACTADO CON MAGIA NEGRA
NO MAS INFIDELIDADES AMARRES D ELOS 3 SEXOS
AMAS Y TE DESPRECIAN ?
¿TE TRAICIONAN Y TE MALTRATAN?
¿ERES RECHAZADO(A) Y NO ERES CORRESPONDIDO?
PONGO A TUS PÍES AL SER AMADO EN 24 HORAS
POR MUY ALEJADO QUE SE ENCUENTRE
DESTRUYO Y DESAPARESCO A TU ENEMIGO
DESTRUYO VICIOS, MALEFICIOS Y MALES DESCONOCIDOS
NO SUFRAS MAS LLAMA GRATIS
!!AHORA MISMO!!
NO PROMETO ¡¡CUMPLO!!
SE LEE CARTAS ESPAÑOLAS Y EL TAROT
305-6773852
www.amarresdeamorlhuisconh.com



CareCredit
Patient Payment Plans



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
* Aplican restricciones..... **\$149⁰⁰**

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

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



Aceptamos 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

FAX: 201-974-2999

5202 Bergenline Ave.,
West New York, NJ 07093

www.internationaloptical.net



INMIGRACION DEFENSA DE DEPORTACION ABOGADA INGRID ECHEVERRIA



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

**Por motivo del Covid-19, solo se esta
atendiendo con cita previa.**

Pueden llamar al:

201-295-8999

**424- 57 st, West New York, NJ 07093
10 North Sussex St, Floor 1, Dover, NJ 07801**

www.echeverrialaw.com