# El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 16 - Edición 780

www.cambionewspaper.com

201-850-944

Septiembre 21 al 28, 2022

# Suben la tasa de interes y deja el costo de los prestamos en su maximo desde el 2008





# Communitarian Media Network, Inc.

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

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

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



POR SO

\$99.00

- Aplicación para renovación del TPS
   Aplicación para policiones familiare.
- Aplicación para la Ciudadanía
- Aplicación para visas de est
- Aplicación para el DACA
- Aplicación para perdones administrativos.
   Y todas las formas y formularios del Depar

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 le remitimos al mejor abogado de inmigración del condado de Hudson.

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

# Suben los intereses y ponen impagables los prestamos hipotecarios

La Fed continúa librando su particular guerra contra la inflación. Ahora, con la tercera subida consecutiva de tres cuartos de punto, deia las tasas de interés en su nivel más alto desde la crisis financiera de 2008. El presidente de la Reserva Federal (Fed), Jerome Powell, anunció este miércoles una nueva subida de 0.75 puntos de las tasas de interés, como virtualmente todos esperaban, en su línea de mano dura contra la inflación. Con la que viene a ser la tercera subida consecutiva de tres cuartos de punto, las tasas de interès de referencia que más directamente afectan al crédito de consumidores y empresas se eleva a un rango de entre 3% y 3,25%. Este es el precio oficial del dinero más alto en 14 años. Desde la crisis financiera de 2008 no se llegaba a estos niveles. Estas agresivas subidas de las tasas de interês, que pueden provocar una recesión, buscan contener la espiral inflacionaria que vive la economía del país. El índice de precios al consumidor (IPC) internual está en un 8.3%, lejísimos del objetivo del 2%, Aunque en la Fed no han dejado de hablar de que buscan un que sirva para contener los precios sin caer en recesión, ese objetivo parece cada vez más alejado. Las subidas de tasas comenzaron hace seis meses y el IPC sigue lejos de donde lo quiere la Fed, con lo que la esperanza del "aterrizaje suave", esto es ralentizar la economía sin caer en recesión, "es probable que disminuyan", como reconoció el propio Powell este miércoles. "Nadie sabe si este proceso llevará a una recesión ni, si ocurre, cuán significativa esa recesión sería", diio Powell en su comparecencia ante la prensa. Powell ya habia advertido en una conferencia econômica el mes pasado en Wyoming que la Fed continuaria con su agresiva política monetaria aunque pudiera "causar algún dolor" para los ciudadanos estadounidenses, No en vano, con las subidas de las tasas la Fed está encareciendo el costo de las hipotecas con tasas variables, los créditos para el consumo (como los de la compra de autos) y los préstamos para las empresas. Busca así enfriar la economía y contener los precios. Y aunque la subida de 0.75 puntos era ya esperada, los mercados reaccionaron con caídas, recuperación y de nuevo fuerte caida. Y es que más allá del dato de la tasa de interés, muchos estaban prestando atención al contenido del discurso de Powell, cuyas palabras son medidas al milimetro por el impacto que pueden tener en la economía. Ya en junio, dejó entrever cierto optimismo y eso provoco una fuerte subida de los mercados de valores. Y bastó que el mes pasado dijera que las subidas de tasas iban a continuar pese al "dolor" que pudieran provocar para que las bolsas iniciaran una serie de retrocesos de los que no se han recuperado. " Anticipamos que serán adecuados más aumentos de tipos en el futuro", fue lo que dijo Powell en la rueda de prensa que dio, unos minutos después del anuncio de esta subida. "En algún momento, a medida que las políticas monetarias se endurezcan aún más, será adecuado reducir el ritmo de los aumentos", agregó. Otra cuestión importante está en donde planea Powell dejar las tasas de interés a



final de año, y por cuânto tiempo buscará dejarlas en ese nivel. Los economistas esperaban que hablara de un 4% antes de que empiece 2023 para llegar posteriormente a un 4.5%. Y a los grandes inversores tomó por relativa sopresa que Powell hablara de situarlos por encima del 4% antes de que termine diciembre, lo que contribuyó a la volatilidad que siguió en la tarde. "Esta reunión vuelve a demostrar que la Fed está dispuesta a lo que sea necesario para poner la inflación bajo control. Va a ralentizar la demanda con altas tasas de interés al largo plazo, incluso si eso se traduce en pérdida de crecimiento y empleos", dijo Christian Scherrmann, de la gestora de activos DWS, citado por AFP.

"La visión actual de los responsables de los bancos centrales es que esto causará una ralentización pero no una recesión. Estamos de acurdo que esta amarga medicina para retomar la estabilidad de precios es necesaría. Pero tememos que los efectos colaterales sean peores de lo que anticipa la Fed", agregó.

La inflación no es un problema exclusivo de EEUU La inflación descontrolada no es un problema exclusivo de Estados Unidos y, como la Fed, los bancos centrales de algunas de las principales economías del mundo se están sumando a las subidas de tasas como estrategia para combatirla. El Banco Central Europeo subió la semana pasada su tasa de referencia del euro, también en tres cuartos de punto porcentual. El Banco de Inglaterra, el Banco de la Reserva de Australia y el Banco de Canadá también han hecho ajustes similares en semanas recientes. Y China, la segunda economía del mundo, el crecimiento sigue viéndose golpeado por los confinamientos contra el covid-19. Una recesión en las principales economías del mundo podría detonar una en Estados Unidos. Algo que muchos economistas ya ven inevitable: o la provoca la Fed o la provoca la inflación. El Banco Central Europeo (BCE) ha anunciado una subida de los tipos de interés de 75 puntos básicos, hasta el 1,25% y ha anticipado que habrá más a la vista de la elevada inflación actual. Se trata de la segunda subida de tipos de interés de esta nueva era v tras un largo periodo de tipos ultrabajos. ¿Cômo me afecta esta subida de los tipos de interés? En este artículo vamos a tratar de explicártelo.

Cómo afecta una subida de tipos en general

La subida de tipos de interés afecta a las empresas y los particulares esencialmente de dos maneras: Se paga más por endeudarse: tras un largo periodo de precios de financiación extraordinariamente bajos, y no vistos en la historia, el interés aplicado a los créditos está en una senda alcista, por lo que los intereses a pagar al pedir un crédito o una hipoteca subirán. Se recibirá una mayor remuneración por los ahorros. Igualmente, tras un largo periodo en el que los ahorros no eran remunerados, se inicia un periodo en el que la lógica indica que cambiará. El tener el tipo de referencia más elevado afectará al interés de los depósitos, las Letras, Bonos y Obligaciones de los Estados. Por siu parte, las empresas también deberán pagar más al emitir deuda.

¿Cómo afecta la subida de tipos a una hipoteca?

Si ya tienes hipoteca... La subida afectară a los que tengan hipoteca, pero no a todos. Dependerá del tipo de hipoteca que tengan. Así, los que tengan una hipoteca a tipo fijo no tendrán ninguna variación en su cuota porque así lo pactaron con el banco. Por su parte, los que la tengan hipoteca variable verán incrementadas sus cuotas cuando llegue la próxima revisión porque el curibor actualmente va está por encima del nivel de hace un año. Calcula la posible variación de tu hipoteca en nuestro simulador de revisión de hipoteca. Hay que tener en cuenta que el euribor, indicador que sirve de referencia para el pago de las hipotecas, es el tipo de interés al que las entidades financieras se prestan dinero entre sí. Si los bancos prestamistas sufren un encarecimiento del dinero vía subidas de tipos del BCE, rápidamente esas subidas se trasladan al mercado, o incluso, se anticipan como hemos visto.

Conviene siempre estar prevenido y realizar los cálculos adecuados para estimar cómo nos puede afectar la subida del precio del dinero a nuestras finanzas para poder afrontar mejor la situación.

Si vas a pedir una hipoteca para comprar una casa

El cambio de rumbo del BCE en su política
monetaria es algo que ya se viene observando en el
mercado, que desde hace meses viene mostrando
ascensos en el euribor. Esto está provocando que las
nuevas hipotecas -fijas o variables- tengan unos
puntos de partida en forma de interés más elevados.

Es decir, endeucase ya venía siendo más caro que antes durante estos meses y previsiblemente seguirá endureciéndose. A futuro, todo dependerá de cómo evolucionen los tipos de interés y el euribor. De momento, el BCE ha anticipado que seguirá subiendo los tipos para combatir la inflación. Optar por una modalidad u otra dependerá de cada situación y, en este momento, no existe una receta para inclinarse por un tipo u otro. Habrá que asesorarse bien y escuchar los consejos de la entidad financiera antes de optar. Igualmente, introducir nuestra tolerancia al riesgo en la decisión, puede ser una opción a considerar. Adicionalmente, conviene preguntar si a futuro se podría cambiar de tipo de interés en la hipoteca, es decir, pasarla de fijo a variable o viceversa.

¿Cómo te afecta la subida de tipos si tienes un préstamo al consumo?

El tipo al que se firman los préstamos al consumo suelen ser fijos, con lo que si actualmente tienes uno abierto, no debería afectarte. No obstante, consulta tu contrato. Si vas a pedir uno nuevo, por su inmediatez y por su periodo de amortización, los préstamos al consumo son muy sensibles a una subida de tipos, por lo que probablemente los veas a tipos de interés más elevados.

¿Cómo afecta la subida de tipos a tus ahorros?

Uno de los efectos de las subidas de tipos del BCE es que, probablemente, los depósitos donde se guarden los ahorros obtengan una rentabilidad que en los últimos años no han tenido. También otras formas de ahorro, como la inversión en deuda pública, tendrán una rentabilidad mayor. En general, las perspectivas para los ahorradores cambian a mejor, a diferencia de las de las personas endeudadas.

¿Cómo afecta la subida de tipos a los bonos empresariales y del Estado?

España tiene un alto indice de deuda en relación con el PIB y esto, hasta ahora, no ha sido demasiado problema porque los tipos de interés eran muy bajos o incluso negativo en algunos momentos. Con el cambio ascendente de los tipos de interés se puede producir un problema: el servicio de la deuda, lo que se paga anualmente por intereses, puede subir y el dinero que se pague por ello es dinero que se detraerá de otros usos. Así, el problema de la deuda acumulada aparece y obliga a enfrentarlo con urgencia.

¿Por qué se suben los tipos de interés?

El motivo principal de la subida de tipos es controlar la inflación, ya que se supone que al subir los tipos de interés se enfriará el consumo y bajará la inflación. Sin embargo, a pesar de la subida, como esta deja los tipos muy por debajo de la inflación, la paradoja es que los tipos de interés reales son negativos. Por ejemplo, si la subida del tipo de un crédito es al 2% y la inflación media del año es del 8%, al final el deudor tiene un "beneficio" del 6%. Es decir, el tipo de interés real es negativo, y este es un fenómeno que va a estar presente durante un tiempo. El enfriamiento de la economía es la gran duda que ahora planea sobre los mercados, ya que en función de cuán brusco sea el frenazo, más o menos problemas podrá causar.

# THE PEOPLE'S PHARMACY

¡Somos tu Farmacia de Confianza!



Tenemos un Staff calificado y de confianza con más de 18 años de experiencia

# ENTREGAS GRATUITAS A DOMICILIO

ACEPTAMOS TODOS LOS SEGUROS MEDICOS Y MEDICAID

LOS MEJORES PRECIOS DEL MERCADO Y HASTA UN 10% DE DESCUENTO

# **PERSONAL BILINGUE**

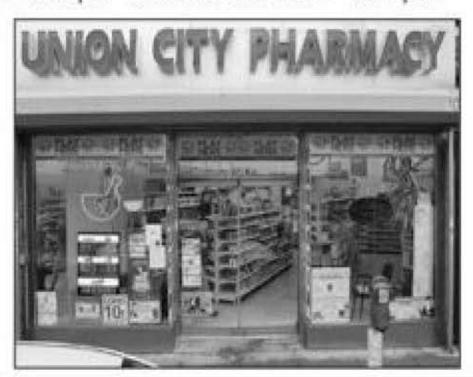
- Productos de Belleza
- Glucometría
- Toma de Presión

Nuestro Compromisos son sus Medicamentos al Día

HORARIOS: De Lunes a Viernes: 9:00 am - 8:00 pm • Sábado: 10:00 am - 7:00 pm



4012 BERGENLINE AVENUE UNION CITY, NJ 07087 TEL: 201-348-0810 • FAX: 201-348-1555



3214 BERGENLINE AVENUE UNION CITY, NJ 07087 TEL: 201-250-8290 • FAX: 201-250-8291

# Auto Hogar = Grandes Ahorros

Averigua cómo puedes ahorrar con nuestros descuentos al combinar tu Seguro de Auto y tu Seguro de Propietario





alex.vargas.mbyt@statefarm.com

State Farm<sup>®</sup> UN BUEN VECINO

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

STATE FARM

ordenó a los gerentes reducir o eliminar esas

# La fiscalia acusa al expresidente Trump y a su hijos por fraude



Cómo los Trump inflaron el valor de sus propiedades: Fiscalía presentó 200 evaluaciones falsas o engañosas De acuerdo con la demanda civil presentada por la fiscal general de Nueva York, Letitia James, la familia del expresidente y su compañía, la Organización Trump, rechazaban evaluaciones de expertos externos y "mintieron" en los 11 de los estados financieros anuales que fueron analizados. El expresidente Donald Trump v sus tres hijos mayores, Ivanka, Donald Jr. y Eric, han sido acusados por la Fiscalía General del estado de Nueva York de haberse enriquecido de manera impropia durante el lapso de una década haciendo maniobras financieras fraudulentas. En la demanda, que incluye al negocio familiar, la Organización Trump, la fiscal Letitia James asegura que se engañó a prestamistas, proveedores de seguros y autoridades fiscales al usar tasaciones engañosas inflando el valor de sus propiedades cuando hacerlo le daba ventaja, pero minimizándolo a la hora de declarar impuestos. Eso le permitió obtener tasas de interés y primas de seguros más bajas. En total, dijo James, pudo obtener 250 millones de dólares en ganancias ilícitas, dinero que ahora quiere que la empresa pierda. La acusación indica que los Trump rechazaban rutinariamente evaluaciones de expertos externos y que 11 de los estados financieros anuales de Trump que fueron analizados por los fiscales incluían más de 200 valoraciones de activos falsas y engañosas.

El resort de Mar-a-Lago

James dijo que Trump "ignoró descaradamente las restricciones legales" sobre el uso de su propiedad en Mar-a-Lago y valoró su propiedad en el sur de Florida "sobre la premisa falsa de que se encontraba en una propiedad sin restricciones y podría desarrollarse para uso residencial". Trump sabía que el resort estaba sujeto a restricciones "onerosas", porque firmó personalmente escrituras que "restringían drásticamente" los cambios en la propiedad. Además, renunció a sus derechos de desarrollo residencial para reducir los impuestos a la propiedad. Según la demanda, Trump valoró Mar-a-Lago en \$739 millones. Según la demanda, el club generó ingresos anuales de menos de \$25 millones y debería haber sido valorado en cerca de \$75 millones.

40 Wall Street

Su valor fue calculado en diferentes evaluaciones bancarias en \$200 millones en agosto de 2010 y en \$202 millones en noviembre de 2012. De acuerdo con la demanda, la propiedad fue valorada en \$524 millones en 2011 y en \$527 millones en 2012, más del doble del estimado por los bancos. La fiscalía neoyorquina asegura que los Trump se valieron de "números objetivamente falsos" para calcular el valor de sus propiedades. Ponen el ejemplo del apartamento de la torre Trump, del que el expresidente informó que tenía 30,000 pies cuadrados, cuando es realmente de 10,996 pies cuadrados. Como resultado, el apartamento estaba valorado en 2015 \$327 millones o \$29,738 por pie cuadrado. Para esos años, dice la demanda, el apartamento más caro de Nueva York había sido vendido en \$100 millones (a menos de \$10,000 por pie cuadrado) y estaba en un edificio recién

Los apartamentos de renta controlada de Trump Park Avenue

Los Trump presentaron el edificio Trump de Park Avenue como si no tuviera limitaciones de mercado, algo que daba más valor a las unidades. Con eso, ofrecieron un estimado de \$50 millones, cuando la evaluación que tenía en cuenta la condición de renta controlada los valoraba en \$750,000.

Los clubes de golf de Trump

El exmandatario incrementó fraudulentamente el valor de sus clubes de golf al añadirles una "marca premium", pese a que esta no estaba incluida en la valoración y que los Principios de Contabilidad Generalmente aceptados que rigen la profesión prohíben la inclusión de marcas premium intangibles "generadas internamente". Con esa práctica, el club de Jupiter, Florida, que Trump compró por \$5 millones en 2012, aparecía con valor de \$62 millones en una declaración al año siguiente. En su club de Westchester, Nueva York, la valoración contemplaba el pago de una prima por nuevos miembros de \$200,000, cuando en realidad muchos de ellos no desembolsaron pago inicial alguno y que el mismo Trump

primas para aumentar el número de socios. Las implicaciones que tiene para Trump y sus hijos la demanda presentada por la Fiscalía General de Nueva York En un comunicado, la Organización Trump señaló que los prestamistas de la compañía "se beneficiaron generosamente, por una suma de cientos de millones de dólares en intereses y tarifas" de sus tratos con la compañía. Pero en su escrito, la fiscalía de Nueva York indica que "no es defensa" de las acusaciones de enriquecimiento impropio que "la organización Trump haya hecho todos los pagos bajo las pólizas de préstamo y seguros" y destaca que la ley busca impedir que alguien se beneficie independientemente de si alguno de los involucrados en la transacción sufrió pérdidas financieras. La demanda de James pide la "prohibición" para Donald Trump o la Organización Trump "de participar en cualquier adquisición de bienes raíces comerciales en el estado de Nueva York o solicitar préstamos de cualquier institución financiera", indicó. Las autoridades de Nueva York han estado investigando a Trump y su negocio familiar desde 2018, cuando el fiscal de distrito de Manhattan abrió una pesquisa al entonces presidente. Las pesquisas de James comenzaron el año siguiente, después de que el exabogado de Trump, Michael Cohen, diera testimonio que indicaba que la empresa había incurrido en prácticas indebidas. El mes pasado, Allen Weisselberg, durante mucho tiempo jefe de finanzas de la Organización Trump, se declaró culpable de fraude fiscal y accedió a testificar en un próximo juicio penal de la compañía de bienes raíces del expresidente de EE. UU. Weisselberg cumplirá cinco meses de prisión dependiendo de que testifique con sinceridad en el juicio penal de octubre de la Organización Trump por cargos de fraude fiscal.











Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners cordially invite you to the





Saturday, September 24, 2022 7:00 PM

OUTDOOR EVENT 46th Street & Broadway, Union City, NJ

Featuring the American Liberty Ballet Company





Free Admission . Chairs will be provided

# El horrible final que tendría la humanidad si la Luna choca con la Tierra

La Nasa ha asegurado que el satélite se encuentra en una órbita estable, por el momento. Para nadie es un secreto que Hollywood ha sido una de las industrias del entretenimiento que más se ha esforzado en retratar los distintos escenarios del fin del mundo. Desde asteroides, agujeros negros, colisión de meteoritos hasta una guerra nuclear o el lento desvanecimiento de la oscuridad, las películas han presentado los más catastróficos e inevitables finales de la humanidad tal y como la conocemos. En un nuevo intento por predecir la extinción del mundo, el director Ronald Emmerich, recordado por su participación en filmes como 'Día de la Independencia' (1996) y 'El día después de mañana (2004), plasmó en la pantalla grande uno de los horribles finales que podría tener la raza humana si la Luna colisionara contra la Tierra. 'Moonfall' (2022) es una producción cinematográfica protagonizada por Halle Berry, Patrick Wilson y John Bradley, que aparentemente plantea una situación inverosimil en la que una fuerza desconocida empuja a la Luna de su órbita y la envía sobre el planeta Tierra en un trayecto de choque inminente. Aunque es una teoría que solamente podría tener sentido para los conspiranoicos, la realidad es que la Universidad de Arizona, 'Discovery Channel' y hasta algunos expertos de la Nasa han investigado y realizado simulaciones de lo que ocurriría si el desastre resultase siendo

Salva la Luna, salva la Tierra Bajo la premisa de "Salva la Luna, salva la Tierra", los productores y realizadores de la película plantearon un argumento interesante. ¿Qué pasaría si la Luna, en vez de alejarse y disminuir la velocidad de rotación terrestre, hace exactamente todo lo contrario? La experta en geofísica de desastres y asesora científica de la producción cinematográfica, Mika McKinnon, habló con el periodista Tony Bradley, especialista en tecnología de la revista 'Forbes' y contó que pese a que se tomaron ciertas licencias artísticas en la trama, "todos los desastres de la película están inspirados en la ciencia", por lo que no resultaría extraño que alguno de estos fenómenos físicos pudiesen acontecer en la vida fuera de la pantalla o, al menos, servir de inspiración para entender un poco más acerca de la relación entre estos dos astros. De acuerdo con McKinnon, el equipo de científicos detrás de 'Moonfall' desarrolló modelos reales que podrían dar cuenta de las apocalípticas consecuencias que tendría el ingreso de la Luna en una órbita elíptica que sería cada vez más pequeña y terminaría en un choque desastroso con el planeta azul.

La Luna se aleja de la Tierra aproximadamente a un ritmo de 3,78 centímetros por año. "El punto de las tensiones gravitatorias y las tensiones de las marcas sobre la luna la destrozarían, y ya no tendríamos una Luna, tendríamos anillos como los que tiene Saturno", precisó la científica de la Universidad de California en Santa Bárbara.

Es decir, que la atracción gravitatoria lunar aumentaría al punto de generar inundaciones masivas y, finalmente, la masa estimada de 81 millones de toneladas del satélite natural de la Tierra podría llegar a pulverizarse. La colisión entre la Luna y la Tierra no solamente traería consigo la destrucción definitiva e inminente del único cuerpo del sistema solar, sino que también sumiría al tercer planeta en una lluvia ininterrumpida de rocas lunares que en últimas provocaría la extinción de la especie humana, según lo dicho por McKinnon.

¿Qué pasaria si la luna se sale de su órbita, pero no necesariamente impacta con la Tierra?

Una de las teorias más aceptadas entre los científicos apunta a que la Luna se formó hace unos 4.000 millones de años como resultado de un choque colosal entre la Tierra y un protoplaneta llamado Theia, según la Nasa. A partir de ese momento, ha tenido un papel fundamental al causar las mareas y estabilizar el eje de rotación terrestre. Todas las noches se posa aparentemente impasible en el cielo estrellado, a menudo imperceptible a la vista de quienes habitan el planeta azul. Han sido tantos años de vigilia silenciosa que pocos se preguntan: ¿qué consecuencias traería la desaparición de la Luna?

La Luna ejerce una fuerza de atracción gravitatoria sobre las marcas.

Con la reducción de las fricciones de las mareas, los días serían considerablemente más largos. Un claro ejemplo de ello es que cuando la Luna acababa de formarse, hace unos cuantos millones de años, los días tenían una duración de seis horas.

Cambios en el clima

Sin la Luna, el eje de la rotación de la Tierra se ralentizaría y, por lo tanto, perdería su

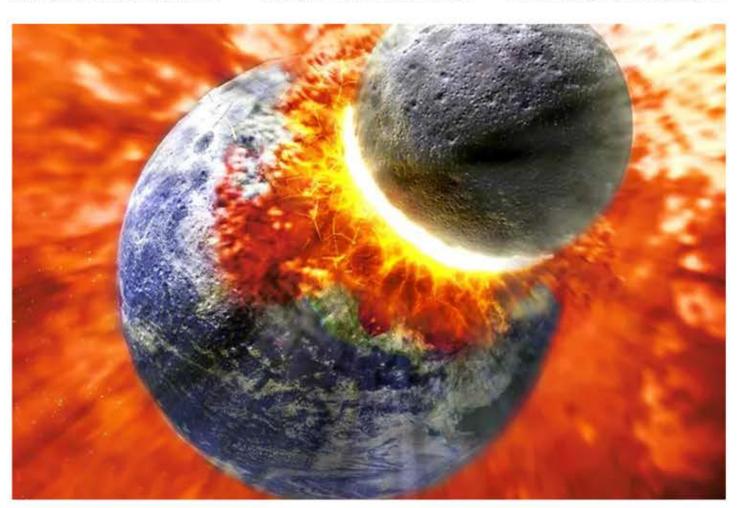


estabilidad. Esto generaría extremos cambios en la temperatura mundial, a tal punto de producir veranos de más de 100 grados e inviernos con temperaturas por debajo de los -80 grados. En un caso extremo, el día y la noche tal como los conocemos podrían llegar a desaparecer, en tanto el cambio lento y gradual de la orientación del eje de la Tierra produciría una alineación indefinida con una de las caras del Sol, generando que algunas zonas del planeta se sumiesen en un estado constante de insolación o una vida sumida en completa oscuridad.

Adiós a muchas especies de animales y plantas Los ritmos biológicos de muchas especies terrestres se verían afectados por la desaparición de la luz solar reflejada por la Luna. Según datos del periódico español 'El País', "la desaparición de las mareas lunares afectaría sobre todo a las especies adaptadas a los flujos y corrientes marinas, como las que viven en las costas". Migraciones, épocas de celo e hibernaciones son solo algunos de los fenómenos que también sufrirían graves repercusiones en el hipotético caso de que la Luna se saliera de su órbita.

Sin la Luna seguramente no existirían formas de vida compleja en la actualidad.

Si bien es una situación que resulta inimaginable, los científicos de la Nasa han descubierto que, aunque improbable, no se cataloga como imposible. "Para que el impacto de un asteroide afecte la órbita de la luna, el asteroide tendría que ser igual de grande como la propia luna. La Luna es grande, por lo que tendría que ser un objeto enorme que tendría que golpearla a gran velocidad. Tendrías que golpearlo con algo que tenga cientos y cientos de kilómetros de diámetro", aseguró un vocero de la agencia responsable del programa espacial estadounidense en su página web. Por el momento, la Luna no ha mostrado señales de acercamiento con el planeta azul o con cualquier otro satélite. Así que la humanidad aún puede estar tranquila de que el astro brillante, imponente y poderoso que se cierne todas las noches sobre sus cabezas, no irá a ninguna parte, al menos por ahora.



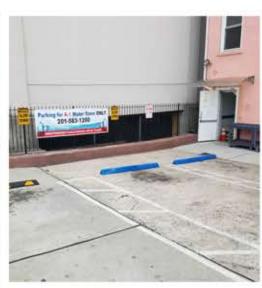
# A HERSHORF

# PURIFIED & ALKALINE DRINKING WATER

AGUA PURIFICADA Y ALKALINA







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



# TOTAL GARE

of Union City

# LESIONES DE TRABAJO EN NY? Programe ya su cita!





BUSCANOS EN YOUTUBE Y MIRA NUESTRAS INTERESANTES NOTAS: CAMBIO Doctor Pace

Tambien veanos en TU COMUNIDAD Canal 19 Cablevision Domigos a las 7:00 pm; miercoles a las 9:30 pm; viernes a las 9:00 pm; lunes 10:00 pm. En el Canal 51 Comcast los miercoles a las 10:30 pm. y viernes a las 10:00 pm



# Que es la terapia IDD?

La terapia IDD es un tratamiento dirigido por computadora, altamente preciso, aprobado por la FDA, para corregir la estructura de la espalda y los discos herniados, con buenos resultados en miles de casos documentados.

Es un tratamiento no invasivo, sin cirugia, sin dolor.

# Detenga el Dolor Ahoral

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







Dr Gilberto Gastell 480- 37th Street Union City, NJ

Tel: 201-864-4477

www.holynamemedicalpartners.org

# La Culebrilla: ¿Tienes ampollas, sarpullido y ardor?

tro problema derivado del virus varicela zóster. De acuerdo con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC), el herpes zóster oftálmico (HZO), es provocado por el mismo virus que provoca la varicela y la culebrilla y afecta la piel que rodea al ojo y al ojo en sí.

# ¿Se puede contagiar el shingles o el HZO a otras personas?

No, pero puedes contagiarles varicela si aún no la han tenido o si no se han aplicado la vacuna contra esta enfermedad. El virus varicela zóster vive en las ampollas de la culebrilla y del HZO, por lo que el virus puede propagarse hasta que las ampollas sanen por completo.

### Evita acercarte si es necesario

Si tienes ampollas que aún no tienen costras, debes mantenerte alejado de cualquier persona que nunca haya tenido varicela, de los bebés menores de 12 meses, de las mujeres embarazadas y de los pacientes muy enfermos que tienen cáncer o VIH/Sida. Si vives con niños que no han tenido esta enfermedad es posible que deban ser

### ¿Quiénes pueden tener shingles?

Después de tener varicela (por lo general, durante la infancia), el virus que la provoca permanece inactivo en el cuerpo dentro de determinadas células nerviosas. A medida que se envejece, o si se debilita el sistema inmunitario, el virus podría escapar de las células nerviosas y provocar esta enfermedad.

# ¿Quiénes tienen mayor probabilidad de tener esta enfermedad?

La mayoría de las personas que tienen culebrilla son mayores de 50 años o tienen un sistema inmunitario débil. Por ejemplo, es posible que tengan este padecimiento si se tiene cáncer, se toman medicamentos que debilitan el sistema inmunitario o se tiene VIII

# ¿Cuáles son los síntomas de la culebrilla?

Por lo general, este virus provoca un sarpullido doloroso con ampollas. A veces, el dolor empieza algunos días antes de que aparezca el sarpullido. Es posible que presentes fiebre, escalofríos, náuseas, diarrea y dificultad para orinar.

# Hay aparición de protuberancias rojizas

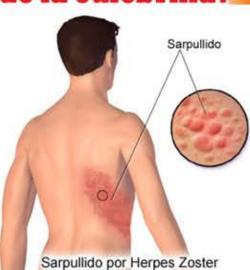
El sarpullido generalmente comienza con este sintoma. En pocos días, estas protuberancias se convierten en ampollas llenas de líquido. Es posible que sientas un dolor lacerante o ardor en el tronco del cuerpo, alrededor de la espalda y del pecho.

### Formación de costras

Éstas se forman por las ampollas y luego se desprenden alrededor de una semana. Es posible que notes cambios en el color de la piel cuando esto suceda. En los casos más graves de culebrilla, estos cambios de color son permanentes.

### Malestares intensos

A pesar de que el sarpullido provocado por la culebrilla mejora o desaparece en algunas semanas, el dolor puede prolongarse. Esta afección se conoce como neuralgia posherpética.



# Evitando molestias

Es factible que tu médico te recete un medicamento con corticosteroides, esto con la finalidad de reducir el dolor y la hinchazón, aunque también disminuirá el riesgo de desarrollar neuralgia posherpética.

El virus debe ser tratado con un medicamento antiviral para reducir la gravedad y la duración de los síntomas. Es común que se recete el aciclovir, el famciclovir o el valaciclovir. Para esto, tu médico te recomendará tomarlos en los primeros 3 días después del sarpullido para obtener mayor efectividad. ¿Qué puedo hacer con el dolor?

Para ayudar a reducirlo, puedes tomar un analgésico de venta libre, como acetaminofén (una marca: Tylenol) o ibuprofeno (dos marcas: Motrin, Advil). ¿Qué hago con la picazón?

Los CDC sugieren una loción recetada para aliviar la comezón (dos marcas: Benadryl, Caladryl) sobre las ampollas, éstas podrían reducir el dolor y la irritación



# **Tratamiento**

Si crees que podrías tener este padecimiento, consulta a tu médico de inmediato. El tratamiento temprano con medicamentos antivirales (por lo general, en forma de pildora) pueden reducir el dolor y la duración de los síntomas. También es posible que te receten corticosteroides (en forma de gotas para ojos) para aliviar la

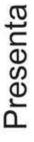
# ¿Existe una vacuna contra la culebrilla?

Se recomienda para los adultos de 60 años o más. Ésta puede prevenir la enfermedad, pero no puede tratarla cuando está activa, así como tampoco a la neuralgia posherpética.



# Holy Name Medical Center

# Holy Name Medical Partners





# Presentador: Dr. Gilberto Gastell

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

# La culebrilla: Con ampollas, sarpullido y ardor en la piel

# Cablevision - BAYONNE - Canal 19

# **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, Woodrigdge ELIZABETH - Canal 18

Elizabeth

# Hoboken, North Bergen, Union City, Weehawken, West New York **HUDSON COUNTY - Canal 19**

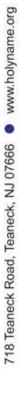
NEWARK - Canal 19 Newark, South Orange PATERSON - Canal 75

0

Teaneck, Bogota, Hackensack, Maywood, River Edge, Rochelle Park, South Hackensack VIDEO DE SALUD: www.cambionewspaper.com TEANECK - Canal 77

Domingo 25 de Septiembre- 7:30 PM Viernes 23 de Septiembre - 9:00 PM

Miércoles 28 de Septiembre - 9:30 PM Martes 27 de Septiembre - 9:30 PM Comcast - Canal 51







# Identifique los signos de maltrato y abuso sexual en niños

a proliferación de denuncias sobre abusos sexuales y maltrato infantil reavivó el debate en torno a cómo detectar este tipo de agresiones en los más pequeños y de qué forma encarar el problema.

En esa búsqueda de respuestas rápidas y efectivas, el cuerpo y la conducta de los niños se convierten en verdaderos aliados para desterrar dudas, especialmente cuando predominan las limitaciones para verbalizar lo ocurrido. Es allí donde los especialistas aconsejan hacer hincapié, con el fin de atacar desde el inicio el conflicto y encontrar una solución integral y duradera en el tiempo.

En líneas generales, coinciden en señalar la importancia de que la familia agudice la mirada y acelere la consulta apenas comprueba ciertas anomalías. Además, enfatizan la necesidad de acompañar este proceso bajo la supervisión y contención de un equipo de profesionales entrenados.

Según proyecciones realizadas por la American Academy of Pediatrics, el 1% de los niños del mundo sufrirá anualmente un abuso sexual. Otro dato alarmante sostiene que en el 90% de los casos, los abusadores son personas cercanas a la familia o que mantienen una relación significativa con el menor, como docentes, vecinos o amigos de los adultos, en quienes el chico confía y de quienes espera protección.

# POR LO GENERAL, LAS SEÑALES DE ALARMA INCLUYEN A UN MENOR QUE:

- Verbaliza que fue abusado y espera que se le crea para ser protegido
- Habla de partes sexuales o de actos sexuales cuando aun no comprende acabadamente el contenido o si es inadecuado para su edad
- Se encierra en si mismo, tiene conductas regresivas (enuresis) o se vuelve temeroso a cuestiones especificas
- Demuestra angustia sin aparente motivo, cansancio o apatía permanente, conductas agresivas persistentes, evitación exagerada al contacto (aislamiento)
  - · Tiene pesadillas
  - · No habla (mudez)
  - · No mira a la cara a la gente o habla mal de casi todo el mundo
- Si puede verbalizarlo adecuadamente, tiende a proteger al agresor o minimiza sus actos (algunas veces porque esta amenazado o persuadido por el mismo agresor)

No obstante, resulta fundamental aclarar que la mera presencia de estos signos no confirma en todos los casos la existencia de un abuso. "Evaluados en conjunto pueden ayudar al diagnóstico y tratamiento del problema", destacan los expertos.



"Se considera abuso o acoso sexual en niños a toda actividad que sea llevada a cabo por un adulto y que tenga connotaciones sexuales. Ocurre sin el consentimiento y en condiciones de desigualdad entre el abusador y la víctima, como consecuencia de algún tipo de coerción, por lo que conlleva a un acto de poder sobre un niño por placer del adulto", consigna Marisa Russomando, especialista en maternidad, paternidad y crianza, y directora del espacio La Cigüeña.

Por lo general, esas actitudes reúnen manifestaciones de lo más diversas, ya que un abuso no necesariamente implica hablar sólo de contacto físico.

implica hablar sólo de contacto físico.

Identifique los signos de maltrato y abuso sexual en niños

RESTRADO DOLOR

A DORMAR

En ese sentido, la terapeuta familiar Adriana Quattrone precisa que los afectados deben lidiar con un conjunto de situaciones, que van "desde la penetración o agresión física o contacto físico (tocamientos, masturbación, sexo oral) hasta la ausencia de éste último, pero sí de exhibicionismo o erotización con relatos de historias sexuales, como videos, películas y fotografías".

Así, existen signos físicos, como las lesiones en la zona genital o en la perianal, que se encuentran en el 25% de los casos, además de indicadores psicológicos, basados en el relato del niño cuando no hubo penetración.

## QUÉ HACER ANTE UN POSIBLEABUSO

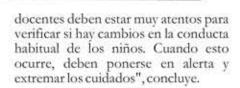
Frente a los indicadores, ya sean físicos o psicológicos, el primer paso es no perder la calma y actuar con prudencia, responsabilidad, discreción y sentido común. En la práctica esto se traduce en realizar enseguida la consulta, sin caer en la tentación de apabullar al

chico sospechado con preguntas incómodas o que no sabrá responder por su corta edad.

### MEDIDAS DE PREVENCIÓN

A modo de prevención, los expertos manificistan que todas las medidas que se puedan tomar para frenar el avance de los casos de abuso y maltrato resultan bienvenidas. Incluso la posible instalación de cámaras de seguridad en las instituciones educativas para ejercer un mayor control de lo que sucede puertas adentro.

También resaltan el papel contenedor y de prevención que puede desarrollar en esta tarea la escuela, a quien Vommaro concibe como un gran receptáculo de las cosas que atañen a la sociedad. "Los



### INDICADORES

Fisicos: lesiones en zonas genital y/o anal; sangrado vaginal y/o anal; infecciones genitales o de transmisión sexual; flujo vaginal con resencia de gérmenes no habituales en niñas.

## Psicológicos:

PREESCOLARES: conductas hipersexuales o altamente eróticas; preocupación genital obsesiva; búsqueda de los otros para participar en conductas sexuales; excesiva masturbación, masturbación con objetos; explícita muestra de conductas y actos sexuales en el



material de juego; trastornos del sueño (pesadillas, temores nocturnos asociados con algún lugar, persona u objeto); comportamiento excesivamente sumiso; conductas regresivas; retraimiento social.

ESCOLARES: cambios bruscos en el rendimiento escolar; comportamiento excesivamente sumiso; problemas con figuras de autoridad; coerción sexual hacia otros niños; fobias; sobreadaptacion.

El diálogo es clave para detectar cualquier tipo de abuso en los niños.

Por miedo, desconocimiento o impotencia, muchas veces, los menores

eligen callar ante un maltrato.



# 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

# TANK WASHER

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.

201-790-6804

Please call Edgar before 7:00 PM Realiable Auto Mechanic
Needed to work
in cranford, NJ
experienced only
spanish or English
Se necesita mecanico
Confinable para trabajar
en cranford, NJ
que hable ingles
o español
908-272-8708

Solicito Modista
con Experiencia en
Alteraciones
tiempo completo
409 Amsterdam Ave.
NY 10024
entre la 79-80 ST
212-8737013
Llamar a Ela o
Alberto

Se necesitan 187
Cortadores de
Pescado

con Experiencia haciendo filetes.
T/C. Buen sueldo.
Inglés ayuda.
Localizados en
Brooklyn.
718-245-6914

TALLER DE <sup>11</sup>
AUTOMOVILES
Pintor,
Ayudante
de Pintor
con experiencia
Ensamblador
Posicion
Inmediata
973-748-3100

# OLGA

Hello,I am from Moscow,Russia.
I am 28 years old easy going person with a great sense of humor!
I live close to train Avenue U a nd East 18 street Brooklyn,11229.
646-994-5708

AUTO BODY SHOP
In Astoria, Queens
needs Bodyman/combo,
plastic, paint, compound.
Experienced with tools.
Call George.
718-937-6521
917-880-7477

Looking for auto body man and Painter 718 975 0330 347 634 9769

MASONS. 140
Residential Mansory
Co.looking to hire
Mason who can
provide height
quality work.
Must have min
10 years experience
working with Brick,
Block and Concrete.

908-414-2968

# DANIEL EXPRESS SEGURIDAD Y PUNTUALIDAD

Servicio de transporte Puerta a Puerta Salidas
Jueves a Domingos de New York a Columbus
Ohio y regresos Miércoles y Sábados de
Columbus Ohio a New York.
Más Información

614-439-7370

CORONA QUEENS
ANA Mujer Madura
40 Años Latina
complaciente
917-605-0337



SE SOLICITA MECANICO Con Experiencia para Mantenimiento de Camiones Dum Truck en Newark con licencia valida

973-482-3462

Seeking Furniture maker of Upholstery frame builder, experience with molding with solid wood, competitive pay offered willing to train someone with general wood working experience Located in Long Island City 646-739-1851

Experience Pizzaman or counter person Apply at 489 third Ave. NYC or call 917-650-5215

**Established Auto** Body repair facility seeking experienced body man plastic man as well as experienced detailer. Please call if you are looking for steady work at a good place with good compensation. Dean

179

917-559-7926

Looking for a full time farmer to run a small livestock, poultry and vegetables operation in Upstate New York. 2 hours North from NY City) Free housing and utilities (renovated farmhouse). Married couple is preferred. Part time options are possible.Need drivers license and English skills. Tractor operation is a plus. 40,000\$ a year. Please, leave a voicemail or text your name and experience at

917-277-3037

HIRING LINE COOK

(Cocinero de linea) With Experience, Full /time

973-809-0051

202 BONITAS CHICAS ASIATICAS e **HISPANAS** 9043 CORONA **AVENUE** 347-656-0985

**IGUENOS EN** AS REDES SOCIALES 201-305-5624

213 Se Necesita Tapicero con experiencia de 10 años minimo Area de Jersey City llamar

201-659-3676

647 Newark Ave Jersey City New Jersey

AUTO BODY 203 Auto body shop is looking for a **BODYMAN** PINTER. Experienced. Brooklyn area. Call 718-702-2989.

COOK-13 WAITRESS AND DISHWASHER with experience for busy restaurant Good Pay! 1030 Reritan Rd Clark, NJ 07066 908-864-3707

Cook and dishwasher wanted for Secaucus Bar Restaurant. Full time. Opportunity to make more money with experience. Call 201-617-6998



dólares de descuento En la consulta o isita inicial con la presentación de este cupón

# 199 Main Street, Ridgefield Park, NJ 07660 **SERVICIOS:**

- ·Cirugía Dental ·Endoscopia
- ·Cirugía Ortopédica ·Láser terapia
- Ultrasonido Acupuntura
- Radiografias Digitales

**Horarios: Lunes a Viernes 9:00-7:00** Sábados 9:00 AM a 5:00 PM rpah199@gmail.com

Teléfonos: 201-814-0095 I-814-13**7**7

PREGUNTE POR NUESTROS PLANES DE SALUD



# CDL CLASS<sup>18</sup> A DRIVER

South Kearny tank
cleaning company
has immediate opening for
an experienced 2nd Shift
3:00 PM - 11:00 PM
yard switcher Must have
CDL Class A,
clean background and
verifiable work history.
Salary based on experience
Holiday and Vacation paid

201-790-6804 and ask for Edgar

# GABY 210 Y SUS AMIGAS

Disponibles
24 horas
New York
New Jersey
Solicito
Chicas

646-288-1726

Seeking Live in/ live out workers for varios jobs We have to offer doing for cleaning baby sitting goog pay 201-791-1230

NEED 209
MUST
COMPETITIVE
SALARY
AND
BENEFITS
RAGO
BROTHERS
SHOE AND
LEATHER
973-214-6917

Tractor 211
Trailer
Chofer de Camion
Clase A
Trabajo local
No puertos
Ingreso semanal
\$1,700 to \$2,200
Ilamar a Jack
908-636-0680

Contratación de trabajadores
de mantenimiento
Con Experiencia en Plomería,
Electricidad, Azulejos,
Placas de Yeso y Pintura
Debe estar legalmente autorizado
para trabajar
en los Estados Unidos
y tener una licencia de conducir.
\$ 25 - \$ 35 por hora más beneficios.

Llamar 201-390-2241

\$19.25 +++/Hr <sup>207</sup> **Delivery Drivers** Amazon Van Shift 10am-7pm **Must Speak English Full & Part-time** & WEEKEND Shifts (Flexible Days) **Health Benefits** + Paid Vacation + WEEKLY **CASH BOUNCES** No experience No CDL required (Paid Training) Call/TEXT 551-455-0041

I am looking for someone about 40 hours a week to do kitchen preparation for a pizzeria restaurant some experience 12 would be preferred. Weekends are a must. If it can be placed in the Passaic & Bergen County area. Napoli pizza 25 Washington st Lodi NJ 07644 973-473-5721 Or

call 201-446-8095

Necesitamos
conductores 36
con licencia CDL-A
con mínimo 2 años
de experiencia
para trabajo local
Regional NJ/NY/PA
de lunes a viernes
todas las noches
en la casa
\$30 la hora para
empezar
w2 o 1099
llamar al
973-568-8761

Necesitamos
Home Makers
CHHAs
Empezar de
Inmediato!!!
Renovamos
Licencias de
Home Makers
para mas
información
Llamar
973-622-2321

SIGUENOS EN LAS REDES SOCIALES

201-305-5624

Auto Body
AUTO BODY
Taller de auto
body está
buscando
COMBOMAN
BODYMAN.
Con experiencia.
Area de Brooklyn.
Llamar al
718-702989

Si quieres salir
de la vida en la ciudad,
ven mira este motel
de venta.
Es possible que cueste
lo mismo que tu casa.
Gran Oportunidad
para comprar motel
y rentar los cuartos.
518-321-7932
718-332-6324
Pregunta por
Eddie

HOUSE CLEANERS

Buscamos Empleados
para limpieza de casas
proveemos Carro
y Combustible
Lunes a Viernes
8:30am a 5:00pm
Necesita Licencia
de Conducir
973-897-8857

Now Hiring Grill men<sub>33</sub> 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

Necesito 160 Men para
Reparacion con
Experiencia y
Herramientas
Buen Salario
973-773-0078

AUTO 214
BODY
SHOP
Is lloking for painter bodymaen detailer and helper Call
201-653-7753

Soldador con Experiencia

Tienda de letreros
ubicada en 39
Fairview NJ
Está buscando
Soldador con
experiencia
Envíe su c
urrículum por
correo electrónico a:
nati@signexponyc.com
o llame al

212-246-3355

Compañia busca
trabajadores
Con experiencia
trabajando en hierro
(rallings, escaleras,
medidas, soldar y
montar)
Documentos legales
para trabajar
Llamar para una cita:
201-601-8585
646-867-1664
480 Main Ave Unit 5

Wallington, NJ 07057

Help Wanted 174
Kitchen cook
pizza maker
dishwasher
and prep person
Hiring all positions
for new location
in edgewater
Call
201-491-8059
276 Old River Rd
Edgewater NJ

COMPAÑIA DE
CONSTRUCTION
Necesita persona
con experiencia
en metal stud,
techo suspendido
(suspended, ceiling)
brillado(sparkle)
sheetrock
Llamar:

201-681-3027

Pizzeria 47
help wanted!
preparation
worker
pizza maker
2 dishwasher
Full time
start immediately!
Please call
Greg

201-220-6623

196



# SE BUSCA PANADERO CON EXPERIENCIA Tiempo completo y Medio Tiempo disponible, buen, pago Experiencia Necesaria Aplicar en persona Elio's Bakery & Deli 442 W Side Ave, Jersey City, NJ 07304 Llamar a Vinnie 973-908-2648

La soledad en los jóvenes es una mala compañía

En medio de un mundo de redes sociales, la soledad ronda a los adolescentes. Cómo protegerse.

u mamá no se cansa de buscar razones. ¿Mucho consentimiento cuando niña, quizá? ¿Haber sido testigo de las frecuentes discusiones entre ella y su marido? ¿El divorcio, al final? ¿La presión de los compañeros de colegio? ¿Qué? ¿Dónde está la razón de que su hija menor -Andrea, la llamaremos-, de 16 años, esté marcada por la soledad. Andrea va al colegio (a uno de solo niñas, después de muchos cambios de plantel en plantel) y está en Facebook y en Twitter y chatea en Messenger y anda con un celular de última gama que le regaló su papá. Pero se siente sola. No fue igual con su hermano mayor (le lleva cinco años): él vivió la adolescencia llena de amigos, de noviecitas, de aventuras. Ella, la soledad.

## Y quién entiende la soledad de un quinceañero, como se preguntó alguna vez la escritora Elena Poniatowska.

La primera señal fue en el colegio. Las malas notas dieron el anuncio de que algo no iba bien con ella. Las profesoras llamaron a sus papás -fue la mamá, porque él está muy ocupado-, para contarles que su hija no participaba en clase, andaba sola en los descansos y

a veces era agresiva con compañeros y profesores. Además, ¿qué le pasa?, preguntaron, ¿es que no come?, porque

á muy flaca. Andrea se defendía ante su madre. Pide que la cambie de colegio, allá no ha hecho amigos, no le gustan los profesores, no ha podido adaptarse. Al final, deciden cambiarla de plantel. En el siguiente colegio vendrá la misma situación. Y esas actitudes, de soledad. aislamiento, se aumentan en casa, a donde llega a encerrarse en su habitación. ¿Hablar con quién? ¿De qué? "Me meto a Internet o me pongo a oír música", es la respuesta que da cuando se le pregunta por su tiempo. Su mamá tiene horarios largos de trabajo y su papá aparece muy de vez en cuando, para invitarla a algún restaurante o a un cine. Los amigos con los que se siente bien suelen ser menores que ella, quizá porque no le exigen formar parte de determinados comportamientos. Andrea lo dirá de otra manera: "Ellos no me la montan". Cuando el aislamiento empezó a implicar que no comiera bien, que estuviera de mal genio o agresiva, que repitiera con frecuencia que no se quería y

# Andrea estaba deprimida. ▶ Causa y efecto

Soledad y depresión suelen ir de la mano, afirman los expertos. Una puede llevar a la otra. Y lo más preocupante es que la depresión -sobre todo en la adolescencia- es un caldo de cultivo para que aparezcan situaciones más riesgosas

nadie la quería, su mamá la

psicóloga. En la segunda cita la

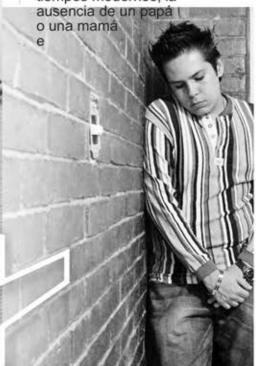
especialista les comentó que

convenció de visitar a una

como las ideas suicidas. Que un joven piense en quitarse la vida parece algo improbable. Pero la realidad es que muchos lo hacen. Un estudio reciente elaborado por la Universidad de la Sabana mostró que uno de cada cinco jóvenes bogotanos ha pensado en quitarse la vida. 'Ideación suicida en la adolescencia: soledad, desesperanza y salud familiar', se tituló la investigación, liderada por la doctora Gloria Carvajal, en la que se entrevistaron a 480 jóvenes entre 14 y 17 años. "La soledad puede ser una experiencia que, en cierto grado, se espera durante la adolescencia, teniendo en cuenta que esta es una etapa en la cual las expectativas, los roles, las relaciones y las identidades sufren cámbios significativos", escribió Carvajal en su investigación. "Un factor que se asocia con frecuencia a la soledad durante la adolescencia -continúa- está dado por los cambios en la estructura familiar y las características de la relación padres-hijos. Aspectos como desintegración familiar y familias reconstituidas disminuyen las relaciones y aumentan comportamientos como abuso de drogas, problemas emocionales y bajo desempeño escolar. Otros factores asociados son los sentimientos negativos de tristeza y desesperanza, entendidos como una sensación de no futuro". Miguel de Zubiria es experto en la salud mental de niños y adolescentes y ha realizado varios estudios al respecto. Por un lado, plantea lo que

influyen en la cotidianidad de los jóvenes las diferencias en la estructura familiar. Antes, estar solo en casa era casi un imposible, por cuenta de familias numerosas, de muchos hermanos y menores índices de divorcios. Áhora, como en el caso de Andrea, las familias cuentan con pocos hijos -es la tendencia mundial- y con frecuencia se vive con un solo padre. Esto, sumado a la falta de retos (todo lo tienen, menos lo necesario) y de ilusiones que les impone la sociedad moderna, ha llevado a que la soledad sea casi una epidemia. "La soledad es el medio de cultivo perfecto para la depresión -dijo Żubiría en uno de sus estudios-. Si se está con amigos, pareja, familia, es muy dificil que penetre la soledad, menos la depresión y mucho menos la idea de suicidio". Las cifras de suicidio son dramáticas: más de mil niños y adolescentes se han quitado la vida en Colombia del 2005 a la fecha.

Según una investigación de Zubiría, solo uno de cada tres muchachos entre 11 y 18 años considera que tiene un buen amigo. Las velocidades de los tiempos modernos, la









# REQUISITOS DE ESTUDIANTE

- Inglés básico para términos que no serán traducidos al Español.
- Una laptop con Windows 8 o 10
- Conocimiento de computadoras básico
- 20 horas disponible más 2 horas adicionales semanal para hacer sus tareas en casa.

# ATAX NORTH BERGEN



551-272-9300



Rmercedes@atax.com



CLASES

7304 Bergenline Ave North Bergen, NJ 07047

Síganos en:













\*OBTENGA UN PAR DE GAFAS CON LENTES PROGRESIVOS.

con protección UV + tintes s 1 49 incluidos\*

# \*LENTES Y MARCOS

con protección UV + tinte incluidos\*

# \*ESPECIAL A CUBA

lentes y marcos con protección UV + \$ 5 9





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

HORARIO: Lunes Jueves y Sabado 10am - 5pm

Martes y Miercoles 10am - 6pm

Viernes 10am - 7pm

**Domingo Cerrado** 



5202 Bergenline Ave. West New York, NJ 07093 201-974-2600 \* Fax:201-974-2999

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com