



PEÑAS TAX SERVICE

- TRAMITAMOS TU ITIN NUMBER
- TAXES DE NEGOCIO
- REGISTRAMOS NUEVAS COMPAÑIAS
- TAXES DE CUALQUIER ESTADO

- FORMAS 1099-MISC PARA EMPLEADOS
- CORRECCIONES DE INCOME TAX

TU REEMBOLSO RAPIDO
HABLAMOS ESPAÑOL



Llame para su cita

409-963-2314

3301 MEDICAL TRIANGLE • PORT ARTHUR, TX

El Perico

P.O. BOX 276 • PORT NECHES, TX 77651
409-724-0814 • HOUSTON 832-683-8854 • FAX 409-724-0227

www.elpericonews.com elperico@elpericonews.com

Spanish Newspaper
Houston

Ed. 931 22 de agosto de 2024



Indocumentados casados con estadounidenses: "Green Card" sin salir de EE.UU.

Los cónyuges de ciudadanos estadounidenses que cumplan con los requisitos ahora tienen la oportunidad de solicitar la residencia permanente sin necesidad de abandonar Estados Unidos. Desde el lunes 19 de agosto, el Servicio de Inmigración y Ciudadanía de Estados Unidos (USCIS) comenzó a recibir solicitudes para este proceso, conocido formalmente como "parole in place". Este beneficio no solo está disponible para los cónyuges, sino que también se extiende a los hijastros e hijastras de ciudadanos estadounidenses, brindando una opción adicional para las familias que buscan regularizar su estatus migratorio sin separarse.

Para aprovechar esta oportunidad, los solicitantes deben completar un nuevo formulario, denominado I-131F, que solo se aceptará de manera electrónica. Este trámite tiene un costo de \$580 dólares por cada solicitud, lo que significa que cada beneficiario, incluidos los menores de edad, debe presentar su propia solicitud y tener una cuenta electrónica en el sistema de USCIS. Es crucial que cada miembro de la familia complete este proceso de manera individual, asegurando así que todos estén incluidos en el beneficio.

Es importante destacar que la presentación del formulario I-131F no garantiza automáticamente un permiso de trabajo. Una vez que se apruebe la solicitud de "parole in place", los beneficiarios deberán realizar un trámite adicional para obtener este permiso, lo cual representa un paso separado en el proceso de regularización. Este detalle es esencial para aquellos que pla-



nean trabajar en Estados Unidos mientras su estatus migratorio es revisado.

El programa fue anunciado oficialmente el 18 de junio por el presidente Joe Biden, quien enfatizó que esta iniciativa tiene como objetivo principal promover la unidad familiar, describiéndola como una "solución de sentido común" a los desafíos que enfrentan muchas familias inmigrantes en el país. Antes de la implementación de este programa, los cónyuges de ciudadanos estadounidenses que ingresaron ilegalmente al país debían regresar a su país de origen para solicitar la residencia permanente a través de un proceso consular, el cual podía ser largo

y complejo, a menudo tomando décadas.

Se estima que aproximadamente medio millón de cónyuges de ciudadanos estadounidenses, junto con 50,000 hijos no ciudadanos, podrían beneficiarse de este proceso. Este programa representa un

avance significativo para muchas familias, al ofrecerles la oportunidad de regularizar su estatus migratorio sin la necesidad de separarse, lo que ha sido un desafío constante para las familias inmigrantes en los Estados Unidos.

No obstante, a pesar del apoyo generalizado de organizaciones pro-inmigrantes hacia esta medida, estas consideran que aún es insuficiente. Estas organizaciones abogan por protecciones más amplias que ofrezcan un camino claro hacia la ciudadanía para todos los inmigrantes indocumentados. Según estas organizaciones, aunque este alivio cambiará la vida de miles de personas y familias, es solo un paso inicial en la dirección correcta. Argumentan que el pueblo estadounidense desea soluciones más integrales y humanas, que prioricen un camino hacia la ciudadanía para todos, no solo para un grupo específico.

En resumen, este nuevo proceso es, sin duda, un avance importante, pero también pone de manifiesto la necesidad urgente de reformas migratorias más amplias y equitativas que aborden de manera integral los desafíos que enfrentan las comunidades inmigrantes en Estados Unidos.

Arleth Sierra
Salón de Uñas
Tus uñas perfectas y únicas, para lucir unas manos delicadas

SERVICIOS:

- Uñas acrílicas
- Pedicura
- Acrí pie
- Gel
- Decoración en 3D
- Keratina
- Corte de cabello
- Secado y aplanchado

281 889 3115

usbank
usbank.com/mortgage (en inglés)

Haz realidad la compra de tu vivienda con opciones hipotecarias.

Cuando estés listo(a) para encontrar un lugar al cual llamar hogar, empieza con la financiación. Analizaremos tus necesidades, revisaremos opciones de préstamos contigo y te ayudaremos en el proceso.

- Opciones de pago inicial bajo
- Hipotecas FHA y VA
- Financiamiento disponible para viviendas con una amplia variedad de precios
- Financiamiento de préstamo para terrenos para tierras vacantes
- Opciones de préstamos para tus necesidades de compra, construcción o préstamo

KELVIN ALVARENGA
Mortgage Loan Originator
Beaumont
número de oficina: 713.346.2533
número de celular: 409.273.1048
kelvin.alvarenga@usbank.com
NMLS # 1015771

Los servicios pueden estar disponibles solamente en inglés. La aprobación del préstamo está sujeta a la aprobación de crédito y a las normas del programa. No todos los programas de préstamos están disponibles en todos los estados para todos los morales de préstamos. Las tasas de interés y los términos del programa están sujetos a cambios sin previo aviso. Visite usbank.com (en inglés) para obtener más información sobre los productos y servicios de U.S. Bank. Los productos hipotecarios, de capital de la vivienda y de crédito son ofrecidos por U.S. Bank National Association. Productos de depósito ofrecidos por U.S. Bank National Association. Miembro FDIC. LENDER ©2020 U.S. Bank. 388201c-SPA

COMPRAR en línea
BUY online
VENDER en línea
SELL online

TRABAJOS
TRABAJOS
TRABAJOS
TRABAJOS



SALE DATES: AUGUST 21 TO AUGUST 27, 2024

MERCADO DE FAMILIA

1650 COLLEGE STREET | BEAUMONT, TEXAS



U.S.D.A. Select Beef Thin Sliced Shoulder Steaks **\$3.97 lb**

BISTEC DE RES
Sold in 3-5 Lb. Pkg.
Máximo 2 Paquete con la compra adicional de \$10.00. No incluyendo alcohol o tabaco.



Northern Fed Bone-In Pork Steaks **\$1.57 lb**

BISTEC DE PUERCO
Sold in 3-5 Lb. Pkg.
Máximo 2 Paquete con la compra adicional de \$10.00. No incluyendo alcohol o tabaco.



U.S.D.A Inspected Fresh Chicken Drumsticks **97¢ lb**

PIERNA DE POLLO
Sold in 3-5 Lb. Pkg.
Máximo 2 Paquete con la compra adicional de \$10.00. No incluyendo alcohol o tabaco.

Oscar Mayer • 16 oz. Meat Bologna, Cotto Salami or Turkey Bologna **CARNES FRÍAS \$2.99 ea**

Cacique 9 oz. Pork or Beef **CHORIZO 4 \$5**

Oscar Mayer • 13.9-15.9 oz. Uploaded Lunchables All Varieties **LONCHES \$3.49 ea**

Garden Fresh Green Bell Peppers **CHILE MORRON 2 \$1 for 1**

Garden Fresh Mexican CILANTRO **3 \$1 for 1**

Bush's Best • 108 oz. White Hominy **MAÍZ POZOLERO \$3.99 ea**
Máximo 2 limitar por favor

Dolores • 5 oz. Chunk Light Yellowfin Tuna in Oil or Water **ATÚN 89¢ ea**
Máximo 2 limitar por favor

3oz. Mexican Salsa **COKE DE MEXICO 99¢ ea**

La Costeña • 12 oz. Sliced Jalapenos **JALAPENOS ENTEROS \$1.79 ea**

Topo Chico • 1.5 oz. Mineral Water **AGUA MINERAL \$1.39 ea**

Chema • 28 oz. Frozen Soft VASO DE MANTECA **\$4.99 ea**

Tostitos • 6 oz. Central American Queso **QUESO REBANADO \$2.99 ea**

Velveeta • 12 oz. Cream Cheese **QUESO CREMA \$4.99 ea**

Philadelphia • 1.6 oz. Cream Cheese **QUESO CREMA \$4.99 ea**

Nestle • 4.9 oz. Frozen Soft Select Varieties **CONOS O PALETAS DE HELADO \$3.99 ea**

Golden Triangle RSVP
(Programa Retired & Senior Volunteer)
Esta haciendo la diferencia en el Sureste de Texas



Sirve a otros. Haste Voluntario.
Haz la diferencia en la vida de quienes lo necesitan!

Llama a Penny Pearson (409) 924-3382




Encuentranos en Facebook @GoldenTriangleRSVP, o por correo electronico; ppearson@setrpc.org

Autoridades vinculan a jóvenes migrantes con robos en Central Park

Nueva York refuerza vigilancia en Central Park tras ola de asaltos a paseantes

La Policía de Nueva York ha intensificado la vigilancia en una zona específica de Central Park, tras una serie de robos a paseantes que podrían estar relacionados con una presunta banda de jóvenes migrantes.

En los últimos días, la policía ha estado investigando estos incidentes, en los que un grupo de adolescentes, aparentemente residentes de refugios para inmigrantes en la ciudad, podrían estar implicados.

El pasado martes, un grupo de jóvenes asaltó a tres personas que caminaban por el parque. Los adolescentes, actuando en grupo, amenazaron a sus víctimas y les robaron sus pertenencias. Según reportes, dos de las víctimas estaban sentadas en una banca cuando fueron rodeadas y despojadas de sus objetos personales. La policía logró detener a tres de los cuatro adolescentes involucrados en ese incidente.

A pesar de estos arrestos, al día siguiente ocurrió otro robo en la misma área, esta vez afectando a una mujer de 82 años, quien fue asaltada violentamente.

Aumento alarmante de asaltos en Central Park

En lo que va del año, se han registrado 30 asaltos en Central Park, un incremento significativo en comparación con los 10 inci-



dentos reportados durante el mismo período en 2023.

Las autoridades creen que los adolescentes migrantes podrían estar detrás de esta ola de robos. El sargento Edwin Sánchez, de la Policía de Nueva York, explicó que "hemos identificado un patrón común en estos robos: parecen ser cometidos por migrantes y ocurren entre las 7:00 p.m. y la medianoche".

Sánchez también señaló que todos los incidentes han tenido lugar en la parte sur de Central Park, entre las calles 65 y 59, tanto en el lado este como en el oeste del parque.

Como respuesta, a partir de ayer, se han desplegado 40 oficiales adicionales para patrullar la zona entre las 7:00 p.m. y las 11:00 p.m., en un esfuerzo por detener esta preocupante tendencia de robos.

CLINICA SAN JUDAS TADEO

ABIERTO TODOS LOS DIAS

TU SALUD ES NUESTRA PRIORIDAD

CONSULTA \$35

- EXAMEN GENERAL • PRUEBA DE EMBARAZO
- COLESTEROL Y TRIGLICERIDOS • CONTROL DE DIABETES • PAPANOCOLAOU • EKG • LAVADO DE OIDOS • EXAMEN DE PROSTATA
- CONTROL DE ENFERMADADES DE TRANSMICION SEXUAL • TRATAMIENTO DE ALTPRESION
- TRATAMIENTO DE CONTROL DE ALERGIAS
- CIRUGIAS MENORES • CURAS Y SUTURAS DE HERIDAS • PLANIFICACION FAMILIAR • FISICOS PARA ESCUELAS Y MUCHO MAS!

Clinica San Judas Tadeo

409 225 5624 409 225 5836

ESTAMOS EN 1050 S DE LA 11TH ST BEAUMONT TEXAS 77701.

FARMERS INSURANCE

CARRO • CASA VIDA • NEGOCIO

OFRECIENDO ASEGURANZA PARA MÉXICO A PRECIOS BAJOS
Llamenos para una cotización.

409.293.7103 • 409.838.2252
3175 Calder Ave • Beaumont TX 77702

Patti de la Concha
Agente de Seguros

WELDING WORLD ACADEMY

APRENDE A SOLDAR

VIENE PRONTO

LO QUE OFRECEMOS

- Teoría de la soldadura
- Formación práctica
- Instructores experimentados con conocimientos de la industria
- Opciones de ayuda financiera
- Financiación interna
- Clases de mañana y tarde

CURSOS

- Shielded Metal Arc Welding (SMAW-Stick-Plate)
- Shielded Metal Arc Welding (SMAW-Stick-Pipe)
- Gas Tungsten Arc Welding (GTAW-TIG-Pipe/Plate)
- Gas Tungsten Arc Welding (GTAW-TIG-Pipe Advanced)
- Gas Metal Arc Welding (GMAW-MIG)
- Combination Welding (Objetivo del curso completo)

ENLISTATE HOY

CGONZALES@CONSULTANT.COM
PENAANDCO@GMAIL.COM
(409) 365-2992
(409) 365-9122



¿Con qué Frecuencia Deberíamos Pesarnos para Monitorear Nuestra Salud?

El debate sobre la frecuencia ideal para pesarse es uno de los temas más discutidos en el ámbito de la salud. La balanza de baño, a menudo considerada una herramienta sencilla, se ha convertido en un objeto de controversia debido a su influencia tanto en el seguimiento del peso como en el bienestar psicológico de las personas. ¿Con qué frecuencia debemos pesarnos para mantener un control saludable de nuestro cuerpo? Existen diversas opiniones al respecto, cada una respaldada por investigaciones y experiencias personales.

Por un lado, algunos expertos recomiendan pesarse a diario, especialmente para aquellos que siguen un programa de dieta y ejercicio con el objetivo de adelgazar. La idea detrás de esta recomendación es que el pesaje diario puede proporcionar un control más estricto y permitir ajustes rápidos en el comportamiento alimentario y de ejercicio si se observa un aumento de peso. Esta práctica puede ser particularmente útil para personas con metas de pérdida de peso a corto plazo, ya que permite un monitoreo continuo y una retroalimentación inmediata sobre el progreso.

Sin embargo, pesarse a diario también tiene sus desventajas. El peso corporal fluctúa naturalmente de un día a otro debido a una serie de factores, como la retención de líquidos, la ingesta de alimentos y los cambios hormonales. Estas fluctuaciones pueden llevar a una interpretación errónea de los resultados, provocando frustración y comportamientos poco saludables, como la restricción alimentaria excesiva o la adopción de dietas de moda. Por esta razón, algunos expertos sugieren evitar el pesaje diario para prevenir el desarrollo de una relación obsesiva con la balanza.

En contraste, hay quienes defienden la idea de pesarse semanalmente, incluso cuando no se esté intentando perder peso. Esta frecuencia de pesaje permite un equilibrio entre el control del peso y la salud mental, ya que evita la ansiedad que pueden generar las fluctuaciones diarias y proporciona una visión más precisa de las tendencias a lo largo del tiempo. Pesarse semanalmente también se alinea con las recomendaciones de muchos profesionales de la salud,



quienes sugieren que este intervalo es suficiente para detectar cambios significativos en el peso sin la presión de las variaciones diarias.

Investigaciones recientes respaldan la eficacia del pesaje regular como estrategia para perder y mantener el peso. Una revisión sistemática de estudios reveló que los participantes que se pesaban semanal o diariamente durante varios meses lograban perder entre 1 y 3 unidades de índice de masa corporal (IMC) más que aquellos que no se pesaban con frecuencia. Además, estos individuos recuperaban menos peso, lo que sugiere que el monitoreo constante del peso puede ser una herramienta valiosa para evitar el efecto rebote y mantener un peso saludable a largo plazo.

El pesaje regular también cobra importancia a medida que envejecemos. A lo largo de la mediana edad, los adultos tienden a ganar peso de manera progresiva, con un aumento promedio de entre 0,5 y 1 kg por año. Aunque este incremento pueda parecer insignificante, su acumulación con el tiempo puede conducir a la obesidad y a los problemas de salud asociados con ella. Pesarse semanalmente y llevar un registro de los resultados puede ayudar a identificar y corregir estos aumentos de peso antes de que se conviertan en un problema mayor. Además, el monitoreo del peso puede servir como un indicador temprano de proble-

mas médicos. Cambios drásticos e inexplicables en el peso pueden ser un síntoma de condiciones subyacentes, como trastornos de la tiroides, problemas digestivos o diabetes. En estos casos, la detección temprana es clave para el tratamiento y manejo efectivo de la condición.

Es fundamental tener en cuenta que el peso corporal puede fluctuar considerablemente en un mismo día y a lo largo de la semana. Varios estudios han documentado que el peso tiende a ser mayor después del fin de semana, debido a cambios en los patrones de alimentación y actividad física. Estas fluctuaciones se deben en gran medida al contenido de agua en el cuerpo, que puede variar según el tipo de alimentos consumidos, la ingesta de sal, el nivel de hidratación y los cambios hormonales, entre otros factores.

Por ejemplo, una comida rica en carbohidratos puede resultar en un aumento temporal de peso debido a la retención de agua, ya que el cuerpo almacena el exceso de carbohidratos junto con agua. Del mismo modo, una dieta alta en sodio puede llevar a una mayor retención de líquidos, ya que el cuerpo intenta mantener un equilibrio adecuado de sodio y agua. Estas variaciones son normales y no reflejan cambios en la cantidad de grasa corporal, pero pueden generar estrés si se interpretan incorrectamente.

Pesarse inmediatamente después del ejercicio también puede dar resultados engañosos, ya que la pérdida de líquidos a través del sudor puede hacer que el peso sea temporalmente más bajo. En promedio, se pierde aproximadamente un litro de sudor durante una hora de ejercicio de intensidad moderada, lo que puede hacer que el peso disminuya momentáneamente, pero no representa una pérdida real de grasa.

Además, las mujeres pueden experimentar fluctuaciones de peso relacionadas con el ciclo menstrual, debido a la retención de líquidos en ciertas fases del ciclo. Estas fluctuaciones pueden ser de entre 0,5 y 2 kg, y son completamente normales, aunque pueden causar confusión si no se tiene en cuenta este factor al pesarse.

Dado que todas estas fluctuaciones son normales y no reflejan cambios significativos en la composición corporal, es recomendable pesarse semanalmente para evitar la obsesión con las cifras diarias y reducir el riesgo de desarrollar comportamientos alimentarios poco saludables. La clave es adoptar una perspectiva a largo plazo, centrándose en las tendencias generales en lugar de en las fluctuaciones diarias.

Para obtener mediciones más precisas, es aconsejable pesarse siempre el mismo día de la semana, a la misma hora y bajo las mismas condiciones. Esto podría ser, por ejemplo, los viernes por la mañana antes de haber comido o bebido nada, y después de haber ido al baño. Utilizar una balanza de buena calidad y mantenerla calibrada también es crucial para obtener lecturas precisas y consistentes.

En última instancia, el número que aparece en la balanza es solo un indicador de nuestra salud y bienestar general. Es importante no dejar que este número dicte cómo nos sentimos acerca de nosotros mismos. Otros factores, como cómo nos queda la ropa, cómo nos sentimos físicamente y nuestro bienestar emocional, son igualmente importantes para evaluar nuestra salud en general.

La Andropausia: Una Crisis No Tan Silenciosa

Un reconocido actor colombiano, famoso por su papel en una serie popular, vivió una experiencia transformadora cuando comenzó a experimentar una serie de síntomas físicos y emocionales que lo dejaron desconcertado. Una noche, se despertó empapado en sudor, sin saber que este sería el primero de muchos episodios que marcarían el inicio de un capítulo difícil en su vida. Después de varios exámenes médicos, finalmente encontró un diagnóstico que, aunque desconocido para muchos, es una realidad para un número significativo de hombres a medida que envejecen: la andropausia.

La andropausia, a menudo referida erróneamente como “menopausia masculina”, es una etapa que algunos hombres enfrentan al llegar a los 40 o 50 años. Este término engloba una serie de síntomas que van desde la disminución del apetito sexual y la disfunción eréctil hasta cambios emocionales como la depresión y la ansiedad. Sin embargo, a diferencia de la menopausia, la andropausia no es un tema comúnmente discutido, y muchos hombres se encuentran luchando en silencio contra sus efectos.

Este actor comparte que la andropausia no solo está vinculada a aspectos sexuales, sino que también puede desencadenar una profunda crisis emocional. “Algo de lo que no se habla, que se vincula a algo sexual, pero que también puede dar depresión o ansiedad”, subrayando la importancia de crear conciencia sobre esta condición. Este diagnóstico marcó un punto de inflexión en su vida, llevándolo a un proceso de autodescubrimiento en medio de su exitosa carrera, que incluye destacadas participaciones en diversas producciones.

La conexión de este actor con la salud mental masculina y su propia crisis de la mediana edad lo llevaron a crear un podcast titulado “Los hombres sí lloran”. Este espacio nace de la necesidad de abordar un tema que muchos hombres enfrentan pero pocos discuten abiertamente: la crisis emocional y física que puede acompañar a la andropausia. “En el tránsito de mi propia crisis de la mediana edad me encontré con muchos amigos, conocidos y profesionales que pasaban por lo mismo”, destacando la falta de espacios para que los hombres compartan sus experiencias y busquen apoyo.

Fue durante la investigación para este podcast que comenzó a comprender los síntomas que él mismo estaba experimentando. Los sudores nocturnos que lo despertaban en medio de la noche eran uno de los primeros signos de que algo no estaba bien. Aunque todos los exámenes médicos que se realizó indicaban que estaba saludable, un médico sugirió que se hiciera una prueba de testosterona. Fue entonces cuando escuchó por primera vez la palabra “andropausia”. “Uno piensa que la andropausia está ligada a algo sexual y que es como una disfunción eréctil, y resulta que efectivamente puede haberla, aunque también puede causar depresión, ansiedad o falta de sueño”, explica.



Los resultados de sus análisis mostraron que sus niveles de testosterona estaban un poco bajos, aunque no en niveles alarmantes. Fue un alivio descubrir que su problema tenía una solución, y comenzó una terapia con suplementos naturales que, en poco tiempo, lograron estabilizar sus niveles hormonales y eliminar los sudores nocturnos. Esta experiencia le hizo darse cuenta de que muchos hombres pueden estar pasando por lo mismo sin saberlo, y que la andropausia no es algo de lo que deban avergonzarse. “Quería que lo pudiéramos hablar, discutir que la andropausia no significa que seamos menos hombres”, afirma.

A medida que los hombres envejecen, enfrentan cambios físicos y emocionales que pueden resultar abrumadores, especialmente en una sociedad que a menudo no proporciona el espacio adecuado para discutir estos temas. En su caso, la presión de estar constantemente en el ojo público exacerbó algunos de estos desafíos. Como actor, estaba acostumbrado a ser juzgado por su apariencia, y las críticas sobre su envejecimiento no tardaron en llegar. “Si es cierto que tal vez como actor tengas muchos ejemplos que te lo recuerdan permanentemente”, admite, aunque con el tiempo ha aprendido a no tomarse estos comentarios de manera personal.

A pesar de los desafíos que ha enfrentado, ha encontrado formas de mantenerse activo y saludable. Descubrió la bicicleta, que, según él, le cambió la vida por completo. “Me siento más fuerte y con mejores aptitudes físicas que cuando tenía 25 años”, dice, demostrando que el envejecimiento no tiene por qué ser un obstáculo insuperable. Sin embargo, reconoce que la percepción juega un papel crucial en cómo se enfrenta a esta etapa de la vida. “Si alimentas el punto de vista equivocado, puedes sufrir mucho”, advierte.

Uno de los episodios más impactantes de su podcast aborda la depresión, un tema que, aunque no ha experi-

mentado personalmente, comprende profundamente. “He pasado por momentos difíciles, crisis existenciales, tristezas”, confiesa. Ha aprendido que es crucial ser empático y comprensivo con aquellos que luchan contra la depresión. “Decirles que es algo menor, que ya pasará y que es nada, no sirve”, enfatiza, subrayando la importancia de estar presente y apoyar a quienes están en medio de una batalla emocional.

Finalmente, reflexiona sobre el patriarcado y cómo ha afectado tanto a hombres como a mujeres. Mientras que es evidente que las mujeres han sufrido bajo este sistema, señala que los hombres también han sido víctimas de las expectativas impuestas por la sociedad. “El modelo del patriarcado sobre lo que se supone que debe o no debe ser un hombre está tan metido en la psiquis colectiva que nos ha afectado como individuos”, dice, llamando a una reevaluación de estos roles tradicionales.

Comprendiendo la Menopausia: Un Viaje Natural en la Vida de la Mujer

La menopausia es una etapa natural en la vida de las mujeres que marca el fin de su ciclo reproductivo. Este proceso biológico, que suele ocurrir entre los 45 y 55 años, está definido por la desaparición de la menstruación debido a la disminución de la producción de hormonas en los ovarios, principalmente estrógeno y progesterona. Aunque la menopausia es una experiencia universal para las mujeres, sus síntomas, duración e impacto pueden variar significativamente de una persona a otra.

Comprensión del proceso de la menopausia

El término “menopausia” se refiere específicamente al momento en que una mujer ha pasado 12 meses consecutivos sin menstruar, indicando el final definitivo de sus ciclos menstruales. Sin embargo, la transición hacia la menopausia, conocida como perimenopausia, puede durar varios años. Durante este periodo, las mujeres pueden experimentar cambios en la frecuencia y la intensidad de sus menstruaciones, así como una serie de síntomas relacionados con las fluctuaciones hormonales.

La disminución de estrógeno y progesterona en el cuerpo no solo afecta al sistema reproductivo, sino que también tiene repercusiones en otras áreas de la salud. Los síntomas más comunes de la menopausia incluyen sofocos, sudoraciones nocturnas, cambios en el estado de ánimo, problemas para dormir, sequedad vaginal y disminución de la libido. Estos síntomas pueden variar en intensidad y duración, y algunas mujeres pueden experimentar molestias significativas que afectan su calidad de vida.

Los síntomas físicos de la menopausia

Uno de los síntomas más característicos de la menopausia son los sofocos, que se describen como una sensación repentina de calor que se extiende por todo el cuerpo, a menudo acompañada de enrojecimiento en la piel y sudoración. Los sofocos pueden durar entre 30 segundos y varios minutos, y su frecuencia puede variar desde unos pocos episodios al día hasta varios a la hora. Aunque no se conoce con precisión la causa de los sofocos, se cree que están relacionados con los cambios en los niveles hormonales que afectan al hipotálamo,



la parte del cerebro que regula la temperatura corporal.

Otro síntoma común es la sequedad vaginal, que se produce debido a la disminución de los niveles de estrógeno, lo que reduce la producción de lubricación natural en la vagina. Esto puede llevar a molestias durante las relaciones sexuales, irritación y un mayor riesgo de infecciones vaginales. Además, muchas mujeres experimentan cambios en el deseo sexual, que pueden incluir una disminución de la libido o dificultades para alcanzar el orgasmo.

Los cambios hormonales también pueden afectar la piel, el cabello y las uñas. La piel puede volverse más delgada y menos elástica, lo que puede contribuir a la aparición de arrugas y sequedad. El cabello puede volverse más fino y quebradizo, y algunas mujeres pueden experimentar pérdida de cabello. Las uñas también pueden volverse más frágiles y propensas a romperse.

Impacto emocional y psicológico

La menopausia no solo afecta al cuerpo, sino que también puede tener un impacto significativo en la salud mental y emocional de las mujeres. Los cambios en los niveles hormonales pueden contribuir a la aparición de síntomas emocionales como irritabilidad, ansiedad, tristeza y depresión. Algunas mujeres también pueden experimentar una mayor sensibilidad emocional

y sentirse más vulnerables o abrumadas por situaciones que antes manejaban con facilidad.

La menopausia también puede desencadenar sentimientos de pérdida o tristeza relacionados con el fin de la capacidad reproductiva y el envejecimiento. Para algunas mujeres, la transición puede ser un recordatorio de su mortalidad y del paso del tiempo, lo que puede llevar a una crisis existencial o a una reevaluación de su vida y prioridades.

Es importante destacar que, aunque la menopausia puede ser una experiencia desafiante, no todas las mujeres experimentan estos cambios emocionales de manera negativa. Algunas pueden ver la menopausia como una liberación de las preocupaciones relacionadas con la menstruación y la anticoncepción, y como una oportunidad para enfocarse en nuevas etapas de su vida.

Tratamiento y manejo de los síntomas

Existen varias opciones de tratamiento para manejar los síntomas de la menopausia. La terapia hormonal sustitutiva (THS) es una de las más comunes y consiste en administrar estrógenos y, en algunos casos, progesterona para aliviar los síntomas como los sofocos y la sequedad vaginal. Sin embargo, la THS no es adecuada para todas las mujeres y su uso debe ser evaluado cuidadosamente por un médico debido

a los posibles riesgos asociados, como un mayor riesgo de cáncer de mama y enfermedades cardiovasculares.

Para aquellas que no desean o no pueden utilizar la THS, existen alternativas no hormonales, como medicamentos antidepresivos de baja dosis que han demostrado ser efectivos para reducir los sofocos. Además, existen productos tópicos, como cremas y geles vaginales, que pueden ayudar a aliviar la sequedad vaginal.

Los cambios en el estilo de vida también pueden desempeñar un papel crucial en el manejo de los síntomas de la menopausia. Mantener una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, proteínas magras y grasas saludables, puede ayudar a mantener un peso saludable y reducir el riesgo de enfermedades crónicas que pueden aumentar después de la menopausia, como la osteoporosis y las enfermedades cardíacas. Además, el ejercicio regular puede mejorar la salud cardiovascular, fortalecer los huesos y reducir el riesgo de depresión y ansiedad.

Las prácticas de bienestar, como el yoga, la meditación y las técnicas de respiración profunda, también pueden ser útiles para manejar el estrés y mejorar el bienestar emocional durante esta etapa de la vida. Dormir lo suficiente y mantener una buena higiene del sueño también son fundamentales para reducir la fatiga y mejorar el estado de ánimo.

Conclusión

La menopausia es una etapa natural de la vida que marca el final del ciclo reproductivo de una mujer, pero su impacto va más allá de la desaparición de la menstruación. Los síntomas físicos y emocionales asociados con la menopausia pueden ser significativos, pero con el apoyo adecuado y una comprensión clara de las opciones de tratamiento, las mujeres pueden navegar esta transición de manera saludable y positiva. Es fundamental que las mujeres hablen abiertamente sobre la menopausia, compartan sus experiencias y busquen el apoyo necesario para manejar los desafíos que puedan surgir, recordando que no están solas en este proceso. La menopausia no debe ser vista como un fin, sino como el comienzo de una nueva y enriquecedora etapa en la vida de una mujer.

LOS HURACANES HACEN UN GRAN MENSAJE.

Los daños por huracanes pueden desencadenar reclamos en diferentes póliza de seguros. Una póliza de viento no cubre daños por inundación, y una póliza de inundación no cubre los daños por viento.

Hable ahora con su agente para verificar que su propiedad esté totalmente cubierta.

DIFERENTES SEGUROS TE AYUDAN A LIMPIAR.

Después de una tormenta:

Reporte sus reclamos inmediatamente

Esté listo para pagar sus deducibles

Manténgase involucrado en el proceso de reclamos



La misión de TWIA es proporcionar seguros de propiedad contra viento y granizo a los tejados costeros cuando nadie más lo hará.



Peligros del alcohol ilegal

El consumo de alcohol ilegal o adulterado representa un peligro significativo que ha cobrado la vida de miles de personas en todo el mundo. Este tipo de alcohol, a menudo mezclado con metanol, es extremadamente tóxico y puede causar ceguera, insuficiencia renal y, en muchos casos, la muerte. La amenaza es particularmente grave en países con sistemas de regulación insuficientes o en comunidades donde el acceso al alcohol legal es limitado o costoso, lo que lleva a las personas a recurrir a opciones más peligrosas.

Un ejemplo reciente de esta amenaza ocurrió en Tamil Nadu, India, en junio de 2024, donde 219 personas fueron hospitalizadas tras consumir alcohol mezclado con metanol. De estas personas, al menos 57 no sobrevivieron. Este trágico incidente es solo uno de los muchos casos que ocurren anualmente en todo el mundo. En Rusia, por ejemplo, se estima que cerca de 900 personas mueren cada año por consumir alcohol ilegal, según la Unión Nacional de Derechos del Consumidor del país. En América Latina, aunque no existen cifras precisas a nivel regional, el problema también es alarmante. En República Dominicana, entre 2018 y 2019, se reportaron 10 muertes de turistas, supuestamente relacionadas con alcohol contaminado. Asimismo, en México, más de 40 personas fallecieron en el estado de Puebla en mayo de 2020 después de ingerir alcohol adulterado.

El metanol, conocido también como alcohol metílico, es un compuesto químico utilizado en la fabricación de productos industriales como solventes, pinturas y barnices. Aunque puede producirse naturalmente en pequeñas cantidades durante la fermentación alcohólica, su presencia en niveles elevados es letal. En la producción de bebidas alcohólicas ilegales, los fabricantes añaden metanol industrial para aumentar la potencia del producto, sin considerar los devastadores efectos en la salud



de los consumidores. En 2023, la Iniciativa de Intoxicación por Metanol (MPI, por sus siglas en inglés) reportó 60 incidentes relacionados con metanol en todo el mundo, resultando en 309 muertes. Los síntomas de intoxicación por metanol incluyen visión borrosa, dolores de cabeza, mareos, náuseas y, en casos graves, convulsiones, coma y muerte.

Para protegerse contra el alcohol ilegal, la mejor estrategia es comprar bebidas alcohólicas únicamente a proveedores de confianza. Interpol recomienda estar atento a señales de que una bebida pueda ser falsificada, como precios inusualmente bajos, envases de mala calidad o errores ortográficos en las etiquetas. Además, es fundamental estar alerta a cualquier olor extraño en la bebida, como el de quitaesmalte o solvente, lo que podría indicar la presencia de sustancias tóxicas.

La prevención de muertes por alcohol ilegal depende no solo de una vigilancia rigurosa y regulaciones estrictas, sino también de la educación y la concienciación pública. Los gobiernos y las organizaciones de salud deben trabajar en conjunto para garantizar que las personas estén informadas sobre los peligros del alcohol adulterado y tengan acceso a alternativas seguras. Al final, protegerse del alcohol adulterado salva vidas y fomenta una cultura de consumo responsable y consciente.

Alarma por Brote de Listeria en USA: Más de 40 Hospitalizados y Tres Muertes Confirmadas

Estados Unidos enfrenta un brote de listeria que ha encendido las alarmas en varias entidades del país, con más de 40 personas hospitalizadas debido a productos cárnicos contaminados. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) han confirmado que tres personas han fallecido hasta el momento en Illinois, Nueva Jersey y Virginia. El brote está vinculado a carnes cortadas en lonchas, conocidas como fiambres, y al paté de hígado de la marca Boar's Head, que han sido identificados como los productos contaminados con Listeria monocytogenes, la bacteria responsable de la infección.

La listeria es una bacteria que puede contaminar una amplia variedad de alimentos, y cuando infecta a los humanos, provoca una enfermedad llamada listeriosis. Esta bacteria es particularmente peligrosa para ciertos grupos de la población, como las mujeres embarazadas y sus recién nacidos, los adultos mayores de 65 años y las personas con sistemas inmunitarios debilitados. En estos grupos, la listeriosis puede ser especialmente grave, llevando a complicaciones severas como meningitis, septicemia y, en el caso de las mujeres embarazadas, incluso la pérdida del feto.

El brote actual de listeria es preocupante no solo por la cantidad de personas afectadas, sino también por la facilidad con la que la bacteria se propaga en los ambientes de procesamiento de alimentos, como tiendas de delicatessen. Según los CDC, la Listeria monocytogenes puede sobrevivir y multiplicarse a temperaturas de refrigeración, lo que significa que incluso los productos almacenados adecuadamente pueden ser un riesgo. Esto hace que la prevención sea un desafío, y subraya la importancia de las buenas prácticas de higiene en la manipulación y almacenamiento de alimentos.

Los síntomas de la listeriosis suelen comenzar dentro de las dos semanas posteriores al consumo de alimentos contaminados, aunque en algunos casos pueden aparecer tan pronto como el mismo día o



hasta diez semanas después. Para las mujeres embarazadas, los síntomas comunes incluyen fiebre, dolores musculares y cansancio, síntomas que pueden parecerse a los de una gripe leve. Sin embargo, la infección puede llevar a problemas mucho más graves, como infecciones en el feto que pueden resultar en aborto espontáneo, muerte fetal o infecciones graves en el recién nacido. Para otras personas, los síntomas pueden incluir fiebre alta, dolores musculares intensos, dolor de cabeza, rigidez en el cuello, confusión, pérdida del equilibrio y convulsiones.

La gravedad de la listeriosis no debe subestimarse. En casos extremos, la infección puede llevar a la hospitalización prolongada, y la tasa de mortalidad puede ser alta, especialmente entre aquellos con sistemas inmunitarios comprometidos. Las complicaciones neurológicas, como la meningitis bacteriana, pueden causar daño cerebral permanente o la muerte. Además, las personas mayores son particularmente vulnerables debido a la disminución de la función inmunológica con la edad.

Ante el brote actual, los CDC han emitido varias recomendaciones para minimizar el riesgo de infección. En primer lugar, las personas que están en mayor riesgo de

listeriosis, como las mujeres embarazadas, los adultos mayores y aquellos con sistemas inmunitarios debilitados, deben evitar consumir fiambres o, si lo hacen, asegurarse de calentarlos a una temperatura interna de al menos 165 °F (aproximadamente 74 °C) hasta que estén humeantes antes de comerlos. Esto es crucial porque la Listeria monocytogenes puede sobrevivir a temperaturas de refrigeración y requiere calor para ser destruida.

Además, los CDC aconsejan a todos los consumidores que revisen sus refrigeradores y eliminen cualquier producto cárnico que pueda estar contaminado. Si se sospecha que un producto está contaminado, es mejor desecharlo inmediatamente o contactar a la tienda para consultar los términos de devolución. También es vital limpiar a fondo los refrigeradores, recipientes y superficies que hayan podido estar en contacto con los productos contaminados. Esto incluye no solo las áreas de almacenamiento, sino también los utensilios de cocina que pudieron haber sido utilizados para manipular los productos.

La listeria es un problema de salud pública que ha captado la atención de las autoridades sanitarias a nivel mundial debido a su capacidad para causar brotes en múltiples

países. Los brotes de listeria están vinculados no solo a productos cárnicos, sino también a otros alimentos, como productos lácteos, mariscos y productos agrícolas frescos. La capacidad de la bacteria para crecer a bajas temperaturas hace que los productos refrigerados sean especialmente vulnerables.

Históricamente, los brotes de listeria han sido devastadores. En 2011, un brote relacionado con melones contaminados en Estados Unidos resultó en 33 muertes, destacando la letalidad de esta bacteria cuando no se controla adecuadamente. Estos eventos subrayan la necesidad de una vigilancia constante y la implementación de rigurosos controles de seguridad alimentaria en toda la cadena de suministro.

A nivel individual, es crucial que los consumidores sean conscientes de los riesgos y tomen medidas preventivas en la cocina. Además de calentar adecuadamente los alimentos de alto riesgo, es importante mantener la higiene en todas las etapas de la preparación de alimentos. Lavar las manos antes y después de manipular alimentos, limpiar y desinfectar superficies, y separar los alimentos crudos de los cocidos son prácticas esenciales para prevenir la contaminación cruzada.

En resumen, el brote de listeria en Estados Unidos, vinculado a productos cárnicos, es un recordatorio alarmante de los peligros que esta bacteria representa. Con más de 40 personas hospitalizadas y tres muertes confirmadas, la situación subraya la necesidad de una vigilancia constante por parte de las autoridades de salud y la adopción de prácticas seguras por parte de los consumidores. La listeriosis es una enfermedad grave que puede ser fatal, especialmente para los más vulnerables, y prevenir su propagación requiere un esfuerzo concertado en todos los niveles de la cadena alimentaria. La educación pública, junto con la adherencia a las recomendaciones de los CDC, es clave para minimizar el impacto de este brote y prevenir futuros incidentes.

Expertos estaban preocupados por los tratamientos con ketamina

La ketamina es un medicamento anestésico utilizado principalmente en medicina y veterinaria para inducir la inconsciencia y aliviar el dolor durante procedimientos. Además de sus propiedades anestésicas, tiene efectos alucinógenos, lo que ha llevado a su uso recreativo. En los últimos años, también se ha investigado su potencial para tratar trastornos psiquiátricos como la depresión resistente. Aunque es valiosa en entornos médicos, la ketamina tiene un riesgo de abuso y dependencia, por lo que su uso está regulado.

Entre las personas acusadas en un caso reciente de sobredosis fatal relacionada con el uso de ketamina, dos son médicos. Según las autoridades federales, uno de ellos habría acordado vender ketamina desde su antigua clínica, mientras que el otro presuntamente distribuyó la droga a la víctima y enseñó a un asistente personal cómo administrarla mediante inyecciones.

La víctima recibió varias inyecciones de ketamina el día de su fallecimiento, según la fiscalía, y una autopsia reveló que la cantidad de ketamina en su sistema alcanzó niveles comparables a los utilizados en anestesia general.

Este caso ha puesto en evidencia las prácticas laxas en torno a la prescripción de ketamina, un alucinógeno aprobado desde hace décadas como anestésico. Aunque la ketamina tiene una larga historia como droga recreativa, en los últimos años se ha explorado su uso como tratamiento potencial para la depresión, el trastorno de estrés posttraumático y el dolor crónico. Debido a su disponibilidad en el mercado, muchos pacientes buscan acceso a versiones de la droga, a veces a través de clínicas que operan únicamente en efectivo y sin la debida supervisión.

La ketamina está clasificada como una droga de la Lista III por la Administración de Control de Drogas (DEA) de Estados Unidos, lo que implica que tiene un potencial bajo a moderado de dependencia física o psicológica. Esta clasificación impone restricciones a la frecuencia con la que un paciente puede renovar su receta y exige que los prescriptores estén registrados en la DEA y cumplan ciertos requisitos de

dispensación y almacenamiento.

“No se pueden repartir recetas de ketamina como si fueran caramelos”, advirtió un experto en el tema. A pesar de las regulaciones, existe una creciente preocupación por el uso indebido de la ketamina, especialmente en formas compuestas o genéricas, y por su desviación de los entornos médicos controlados.

Cuando la FDA aprueba un medicamento, permite a los médicos recetarlos para usos no especificados originalmente en su aprobación, conocidos como “usos fuera de etiqueta”. En el caso de la ketamina, estos usos no autorizados han aumentado considerablemente, impulsados por un modelo de negocio basado en pagos en efectivo y la creciente reputación de la ketamina como una solución rápida para diversos problemas de salud.

La creciente popularidad de la ketamina como tratamiento ha generado un aumento en la apertura de clínicas especializadas en su administración, muchas de las cuales ofrecen infusiones intravenosas, inyecciones o incluso formas orales de la droga para una amplia gama de dolencias. Se estima que el mercado de estas clínicas alcanzó los 3,400 millones de dólares en 2023 y se proyecta un crecimiento continuo hasta 2030.

La pandemia de COVID-19 impulsó el surgimiento de servicios de telemedicina que comenzaron a recetar terapias con ketamina en línea, permitiendo a las personas acceder a la droga para su uso en casa. Esta modalidad ahora representa casi la mitad del mercado de ketamina, según algunos informes.

En respuesta a este crecimiento, la FDA ha emitido advertencias sobre el uso de formas compuestas del fármaco, destacando los riesgos de eventos psiquiátricos, aumento de la presión arterial y depresión respiratoria.

A pesar de su potencial terapéutico, la falta de regulación estricta y la posibilidad de efectos adversos graves hacen que el uso no supervisado de la ketamina sea una preocupación creciente. La ketamina no está



aprobada por la FDA para el tratamiento de trastornos psiquiátricos, y se necesitan más estudios clínicos para entender plenamente su perfil de riesgo-beneficio y las condiciones de uso seguro.

Expertos en la materia han señalado que algunas clínicas de ketamina parecen priorizar las ganancias por encima del bienestar de los pacientes, con prácticas que incluyen la falta de evaluación médica adecuada y la administración de dosis

subterapéuticas. Esto contrasta con los requisitos rigurosos para la administración de esketamina, un derivado de la ketamina aprobado por la FDA para la depresión resistente al tratamiento.

En resumen, la ketamina, aunque prometedora en ciertos contextos médicos, puede ser peligrosa si se utiliza de manera incorrecta o sin la debida supervisión, lo que subraya la necesidad de una mayor regulación y vigilancia en su uso.

SANTOS VARGAS ABOGADOS PARA ACCIDENTES GRAVES
LAW FIRM, P.L.L.C.

Llame a Santos Vargas
409.235.1668
Hablamos Español



Selección Mexicana vuelve a Guadalajara para enfrentar a USA



La Selección Mexicana, dirigida por Javier Aguirre, regresará a Guadalajara para enfrentar a Estados Unidos en un partido amistoso que se celebrará en el Estadio Akron, casa de Chivas, durante la próxima fecha FIFA en octubre. Este encuentro, programado para el martes 15 de octubre, marca la segunda vez que el Tri jugará en este estadio, el cual también será sede de la Copa Mundial 2026.

El anuncio se realizó en una conferencia de prensa desde uno de los palcos del Estadio Akron, donde estuvieron presentes figuras como Javier Aguirre, Ivar Sisniega, presidente de la Federación Mexicana de Fútbol (FMF), Enrique Alfaro, gobernador de Jalisco, y Amaury Vergara, presidente y dueño de Chivas. Durante el evento, se confirmó que Estados Unidos también estrenará técnico, con Mauricio Pochettino como el favo-

rito para ocupar el cargo.

La noticia fue divulgada poco después de la visita de Javier Aguirre a Chivas, donde observó a varios jugadores antes de dar a conocer su primera convocatoria para su tercera etapa al frente de la Selección Mexicana. Cabe recordar que la última vez que México jugó en Guadalajara fue hace 14 años, el 4 de septiembre de 2010, en un amistoso contra Ecuador en el entonces llamado Estadio Omnilife, donde México cayó por 2-1.

Enrique Alfaro mencionó que se está trabajando en un acuerdo para que la Selección dispute más partidos en el Estadio Akron antes del Mundial 2026. Este amistoso contra Estados Unidos será el tercer partido de Javier Aguirre y Rafa Márquez rumbo al Mundial, tras su debut en septiembre contra Nueva Zelanda y Canadá en Estados Unidos.

Aguirre visita a Chivas, base de su primera convocatoria en el Tri

El entrenador de la Selección Mexicana, Javier Aguirre, destacó la importancia de la Leagues Cup para la competitividad del futbolista mexicano durante una conferencia de prensa organizada por la Federación Mexicana de Fútbol, en la que también se anunció el amistoso contra Estados Unidos en Guadalajara.

Aguirre mencionó que el torneo ofrece un desafío tanto deportivo como físico, ya que los equipos mexicanos se enfrentan a situaciones poco comunes en su entorno habitual. “Deportivamente, incluso físicamente, es un torneo atractivo porque te enfrentas a circunstancias que normalmente no encuentras. Un Querétaro-Mazatlán no es lo mismo que ir a Philadelphia; los traslados, los campos de entrenamiento, la alimentación, los campos de juego, y la afición que apoya más al equipo local son factores que marcan la diferencia”, señaló Aguirre.

El técnico también subrayó que la Leagues Cup genera una competitividad valiosa para el futbolista y el futbol mexicano, obligando a los jugadores a salir de su zona de confort. “Las conclusiones son diversas, y sería fácil culpar a los



viajes o la localía, pero creo que es un torneo interesante y aprovechable. Me parece útil para ver a los jugadores fuera de su entorno habitual. Al final, los penales son una cuestión de fortuna, pero el rendimiento de muchos jugadores fue notable y tomaré decisiones basadas en ello”, agregó.

A pesar de la desafortunada eliminación de los equipos de la Liga MX en los Cuartos de Final, con Mazatlán y América siendo los últimos en caer ante Philadelphia Union y Colorado Rapids, respectivamente, Aguirre considera que el torneo ofrece lecciones importantes para el crecimiento del fútbol mexicano.

Julio César Chávez revela posible pelea de exhibición con Mayweather

El excampeón mexicano realizó una enigmática publicación en redes sociales sin muchos detalles.

Todo parece indicar que Julio César Chávez enfrentará a Floyd Mayweather en una pelea de exhibición luego de la enigmática publicación del exboxeador mexicano en redes sociales.

En su perfil de Instagram, Julio César Chávez publicó un cartel en que el aparece junto a Mayweather con la fecha del 16 de septiembre y el hashtag HayTiro en Las Vegas.

Sin embargo, en el perfil de Mayweather no aparece ninguna publicación reciente que haga referencia a la supuesta pelea.

Cabe recordar que 2023, Chávez declaró en un podcast que de haberse enfrentado a Floyd en su mejor momento en peso ligero o superligero le habría granado.

“En su mejor nivel, creo que hubiera sido una pelea difícil, complicada. Yo creo que en 135 libras o 140 libras, definitivamente le hubiera ganado yo. Le hubiera ganado, ¿por qué?, porque ese era mi peso.

COMISIÓN DE CALIDAD AMBIENTAL DE TEXAS



AVISO DE RECIBIMIENTO DE LA SOLICITUD E INTENCIÓN DE OBTENER UN PERMISO DE AIRE (NORI)

NÚMERO DE PERMISO DE CALIDAD DEL AIRE PROPUESTO 177159

SOLICITUD. Cemex Construction Materials Houston, LLC, ha solicitado a la Comisión de Calidad Ambiental de Texas (TCEQ, por sus siglas en inglés) para: Emisión de Permiso 177159. Esta solicitud autorizaría la construcción de planta de concreto ubicado en 17919 Kerrier Road, Hockley, Harris County, Texas 77447. Este enlace a un mapa electrónico de la ubicación general del sitio o instalación se proporciona como cortesía pública y no como parte de la solicitud o aviso. Para conocer la ubicación exacta, consulte la aplicación. <https://gisweb.tceq.texas.gov/LocationMapper?marker=-95.846111,30.026111&level=13>. La instalación emitirá los siguientes contaminantes: materia particulada, incluida materia particulada con diámetros de 10 micrones o menos y 2.5 micrones o menos.

Esta solicitud se presentó a la TCEQ el 8 de Agosto de 2024. La solicitud estará disponible para su visualización y copia en la oficina central de la TCEQ, la oficina regional de TCEQ Houston y en Lone Star College – Tomball Community Library, 30555 Tomball Parkway, Tomball, Harris County, Texas a partir del primer día de publicación de este aviso. El archivo de cumplimiento de la instalación, si existe alguno, está disponible para su revisión pública en la oficina regional Houston de la TCEQ.

El director ejecutivo ha determinado que la solicitud está administrativamente completa y llevará a cabo una revisión técnica de la solicitud.

COMENTARIO PÚBLICO. Usted puede enviar comentarios públicos a la Oficina del Secretario Oficial en la dirección a continuación. La TCEQ considerará todos los comentarios públicos al desarrollar una decisión final sobre la solicitud y el director ejecutivo preparará una respuesta a esos comentarios.

REUNIÓN PÚBLICA. Puede solicitar una reunión pública a la Oficina del Secretario Oficial en la dirección a continuación. El propósito de una reunión pública es para brindar la oportunidad de enviar comentarios o hacer preguntas sobre la solicitud. Se llevará a cabo una reunión pública sobre la solicitud si lo solicita una persona interesada y el director ejecutivo determina que existe un grado significativo de interés público en la solicitud o si lo solicita un legislador local. Una reunión pública no es una audiencia de caso impugnado.

Una vez completada la revisión técnica de la solicitud, el director ejecutivo puede preparar un bosquejo de permiso y emitirá una decisión preliminar sobre la solicitud. Si se prepara un bosquejo de Permiso de Calidad del Aire, se requiere un Aviso de Solicitud y Decisión Preliminar y luego se publicará y enviará por correo a aquellos que hicieron comentarios, presentaron solicitudes de audiencia o están en la lista de correo para esta solicitud y contendrá la fecha límite final para enviar comentarios públicos.

OPORTUNIDAD PARA UNA AUDIENCIA DE CASO IMPUGNADO. Puede solicitar una audiencia de caso impugnado si usted es una persona que puede verse afectada por las emisiones de contaminantes del aire de la instalación. Si solicita una audiencia de caso impugnado, debe presentar lo siguiente: (1) su nombre (o para un grupo o asociación, un representante oficial), dirección postal y número de teléfono diurno; (2) nombre y número de permiso del solicitante; 3) la declaración "[Yo/nosotros] solicitamos una audiencia de caso impugnado"; (4) una descripción específica de cómo se vería afectado negativamente por la aplicación y las emisiones atmosféricas de la instalación de una manera no común para el público en general; (5) la ubicación y distancia de su propiedad en relación con la instalación; (6) una descripción de cómo utiliza la propiedad que puede verse afectada por la instalación; y (7) una lista de todas las cuestiones de hecho en disputa que envíe durante el período de comentarios. Si la solicitud es hecha por un grupo o una asociación, uno o más miembros que tienen capacidad para solicitar una audiencia deben ser identificados por su nombre y dirección física. También deben identificarse los intereses que el grupo o asociación busca proteger. También puede presentar los ajustes propuestos a la solicitud / permiso que satisfagan sus inquietudes.

La fecha límite para presentar una solicitud para una audiencia de caso impugnado es de 30 días después de que se publique el aviso del periódico. Si una solicitud se presenta oportunamente, la fecha límite para solicitar una audiencia de caso impugnado se extenderá a 30 días después del envío de la respuesta a los comentarios.

Si una solicitud de audiencia se presenta oportunamente, después del cierre de todos los períodos de comentarios y solicitudes aplicables, el Director Ejecutivo enviará la solicitud y cualquier solicitud de audiencia de caso impugnado a los Comisionados para su consideración en una reunión programada de la Comisión. La Comisión sólo podrá conceder una solicitud de audiencia de un asunto impugnado sobre cuestiones que el solicitante haya presentado en sus observaciones oportunas que no hayan sido retiradas posteriormente. Si se concede una audiencia, el tema de una audiencia se limitará a cuestiones de hecho en disputa o cuestiones mixtas de hecho y de derecho relacionadas con preocupaciones relevantes y materiales sobre la calidad del aire presentadas durante el período de comentarios. Cuestiones como los valores de las propiedades, el ruido, la seguridad del tráfico, y la zonificación están fuera de la jurisdicción de la Comisión para abordar en este procedimiento.

LISTA DE CORREO. Además de enviar comentarios públicos, puede solicitar ser colocado en una lista de correo para recibir futuros avisos públicos para esta solicitud específica enviando una solicitud por escrito a la Oficina del Secretario Oficial a la dirección a continuación.

CONTACTOS E INFORMACIÓN DE LA AGENCIA. Los comentarios y solicitudes del público deben enviarse electrónicamente a www.tceq.texas.gov/epic/eComment/, o por escrito Texas Commission on Environmental Quality, Office of Chief Clerk, MC-105, P.O. Box 13087, Austin, Texas 78711-3087. Tenga en cuenta que cualquier información de contacto que proporcione, incluido su nombre, número de teléfono, dirección de correo electrónico y dirección física, se convertirá en parte del registro público de la agencia. Para obtener más información sobre esta solicitud de permiso o el proceso de permisos, llame al Programa de Educación Pública al número gratuito 1-800-687-4040. Si desea información en español, puede llamar al 1-800-687-4040.

También se puede obtener más información de Cemex Construction Materials Houston, LLC, 16100 Dillard Drive, Jersey Village, Texas 77040-2077 o llamando al Daniel Escobar, Gerente Ambiental Senior, al (832) 247-9836.

Fecha de emisión del aviso: 15 de agosto de 2024

COMISIÓN DE CALIDAD AMBIENTAL DE TEXAS



AVISO DE SOLICITUD Y DECISIÓN PRELIMINAR PARA UN PERMISO DE CALIDAD DEL AIRE

NÚMERO DE PERMISO: 21999

SOLICITUD Y DECISIÓN PRELIMINAR. Cotac USA, Inc., 9938 Chemical Road, Pasadena, TX 77507-1600, ha solicitado a la Comisión de Calidad Ambiental de Texas (TCEQ, por sus siglas en inglés) una enmienda y renovación del Permiso de Calidad del Aire Número 21999, que autorizaría la modificación y el funcionamiento continuo de una Instalación de Transferencia de Líquidos a Granel y Mantenimiento de Contenedores en 9938 Chemical Road, Pasadena, Harris Condado de, Texas 77507. Esta solicitud se presentó a la TCEQ el 20 de marzo de 2024. La instalación propuesta emitirá los siguientes contaminantes: amoníaco, monóxido de carbono, disolventes exentos, contaminantes atmosféricos peligrosos, óxidos de nitrógeno, compuestos orgánicos y dióxido de azufre.

El director ejecutivo ha completado la revisión técnica de la solicitud y ha preparado un proyecto de permiso que, de ser aprobado, establecería las condiciones en las que la instalación debe operar. El director ejecutivo ha tomado una decisión preliminar de emitir el permiso porque cumple con todas las reglas y regulaciones. La solicitud de permiso, la decisión preliminar del director ejecutivo y el bosquejo del permiso estarán disponibles para su visualización y copia en la oficina central de la TCEQ, la oficina regional de la TCEQ Houston y el condado de la Biblioteca Pública de Pasadena, 1201 Jeff Ginn Memorial Drive, Pasadena, Harris, Texas a partir del primer día de publicación de este aviso. El archivo de cumplimiento de la instalación, si existe alguno, está disponible para su revisión pública en la oficina regional Houston de la TCEQ.

COMENTARIO PÚBLICO/REUNIÓN PÚBLICA. Puede enviar comentarios públicos o solicitar una reunión pública sobre esta solicitud. El propósito de una reunión pública es para brindar la oportunidad de enviar comentarios o hacer preguntas sobre la solicitud. La TCEQ convocará una reunión pública si el director ejecutivo determina que existe un grado significativo de interés público en la solicitud o si lo solicita un legislador local. Una reunión pública no es una audiencia de caso impugnado. Puede enviar comentarios públicos adicionales por escrito dentro de los 30 días posteriores a la fecha de publicación de este aviso en el periódico de la manera establecida en el párrafo CONTACTOS E INFORMACIÓN DE LA AGENCIA a continuación.

RESPUESTA A LOS COMENTARIOS Y ACCIÓN DEL DIRECTOR EJECUTIVO. Después de la fecha límite para los comentarios públicos, el director ejecutivo considerará los comentarios y preparará una respuesta a todos los comentarios públicos relevantes y materiales o significativos. Debido a que no se han recibido solicitudes de audiencia oportunas, después de preparar la respuesta a los comentarios, el director ejecutivo puede emitir la aprobación final de la solicitud. La respuesta a los comentarios, junto con la decisión del director ejecutivo sobre la solicitud, se enviará por correo a todos los que hayan presentado comentarios públicos o estén en una lista de correo para esta solicitud, y se publicará electrónicamente en la Base de Datos Integrada de los Comisionados (CID, por sus siglas en inglés).

INFORMACIÓN DISPONIBLE EN LÍNEA. Cuando estén disponibles, la respuesta del director ejecutivo a los comentarios y la decisión final sobre esta solicitud podrán consultarse a través del sitio Web de la Comisión en www.tceq.texas.gov/goto/cid. Una vez que tenga acceso al CID utilizando el enlace anterior, ingrese el número de permiso para esta solicitud que se proporciona en la parte superior de este aviso. Este enlace a un mapa electrónico de la ubicación general del sitio o instalación se proporciona como cortesía pública y no como parte de la solicitud o aviso. Para conocer la ubicación exacta, consulte la solicitud. <https://tceq.maps.arcgis.com/apps/webappviewer/index.html?id=db5bac44a7bc468bbdd4360f8168250f&marker=-96.853763%2C32.632475&level=12>.

LISTA DE CORREO. Puede solicitar ser colocado en una lista de correo para obtener información adicional sobre esta solicitud enviando una solicitud a la Oficina del Secretario Oficial a la dirección a continuación.

CONTACTOS E INFORMACIÓN DE LA AGENCIA. Los comentarios y solicitudes públicas deben enviarse electrónicamente a www.tceq.texas.gov/epic/eComment/, o por escrito a la Texas Commission on Environmental Quality, Office of the Chief Clerk, MC-105, P.O. Box 13087, Austin, Texas 78711-3087. Si se comunica con la TCEQ electrónicamente, tenga en cuenta que su dirección de correo electrónico, al igual que su dirección postal física, se convertirá en parte del registro público de la agencia. Para obtener más información sobre esta solicitud de permiso o el proceso de permisos, llame al Programa de Educación Pública al número gratuito 1-800-687-4040. Si desea información en español, puede llamar al 1-800-687-4040.

También se puede obtener más información de la Cotac USA, Inc. en la dirección indicada anteriormente o llamando a Mr. Philip Evans, Senior Vice President, Technical Services al (281) 446-7070.

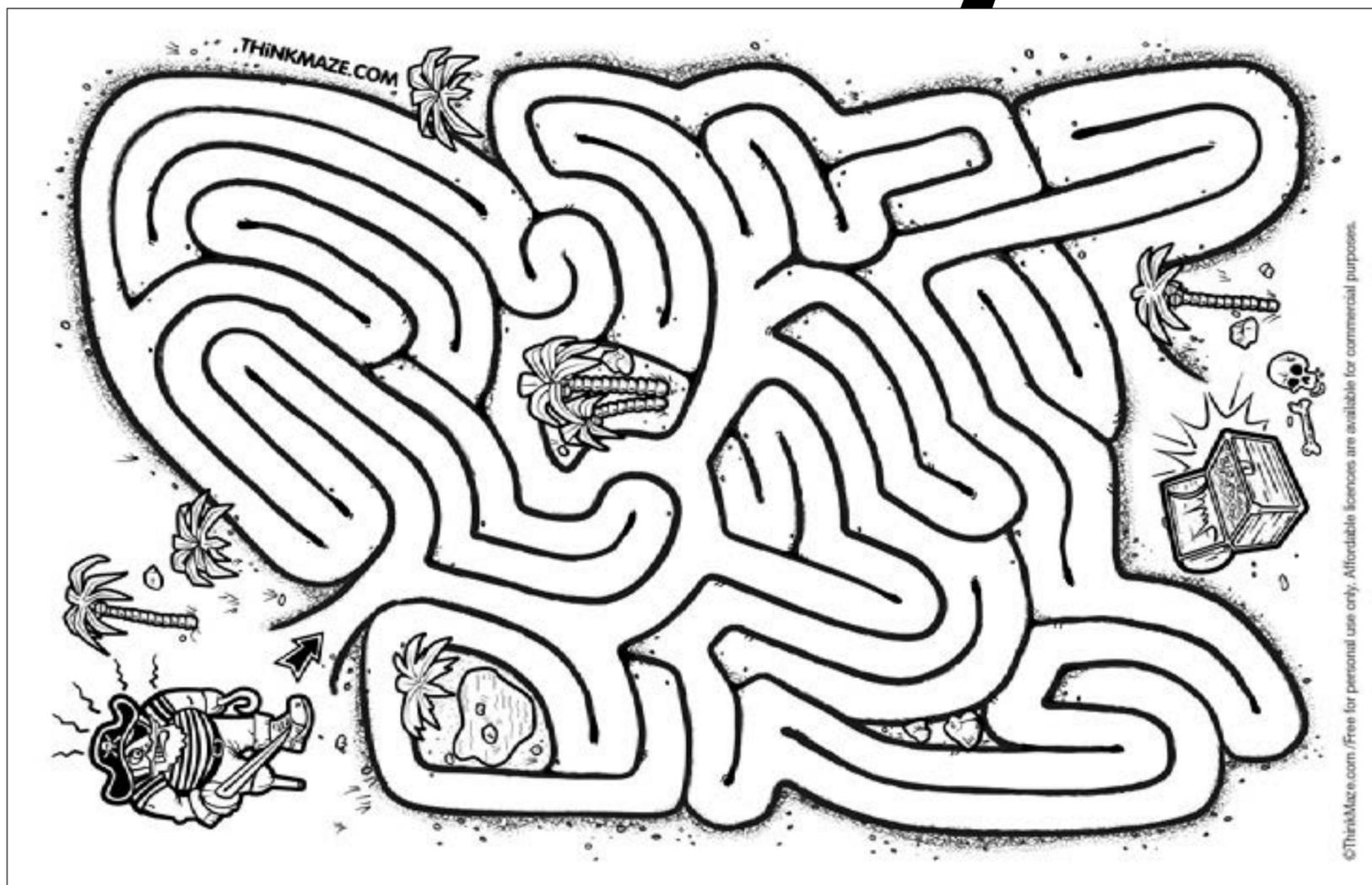
Fecha de Emisión del Aviso: 9 de agosto de 2024

“Yo nunca pude marcar 147 libras, peleé por el campeonato, pero no era mi peso”, se sinceró. El próximo sábado 24 de agosto, Floyd

Mayweather realizará su primera pelea de exhibición en territorio mexicano cuando se presente en la Arena Ciudad de México ante John Gotti III.



Pasatiempo



Laberinto loco...



MARITE JARQUIN



Por: Marite Jarquin

¿SABÍAS QUE EL MITO DE LA CAVERNA DE PLATÓN REVELA LA NATURALEZA DE NUESTRA REALIDAD?

Descubre la alegoría que desafía nuestra percepción del mundo.

En el libro VII de “La República”, Platón presenta una de las alegorías más célebres y profundas de la filosofía occidental: el Mito de la Caverna. Éste relato no es sólo una fascinante narrativa, sino también una potente herramienta para comprender la teoría del conocimiento y la percepción de la realidad, conceptos centrales en el pensamiento platónico.

Imaginen una caverna oscura dónde un grupo de prisioneros ha estado encadenado desde su nacimiento. Éstos prisioneros están inmovilizados de tal manera que sólo pueden mirar hacia una pared frente a ellos. Detrás de los prisioneros, hay un fuego y, entre el fuego y los prisioneros, hay un camino elevado. Por este camino, pasan personas llevando objetos y figuras de diversas formas que proyectan sombras en la pared que los prisioneros pueden ver. Para éstos prisioneros, ésas sombras son la única realidad que conocen.

Las sombras en la caverna simbolizan la ignorancia y la percepción limitada de aquellos que no han alcanzado el conocimiento verdadero. Representan una realidad distorsionada y superficial, una metáfora de cómo las apariencias y las percepciones pueden engañar nuestra comprensión de la verdadera naturaleza de las cosas.

El mito da un giro significativo cuando uno de los prisioneros es liberado. Al principio, este prisionero siente un dolor agudo y una confusión intensa al estar expuesto a la luz del fuego y, eventualmente, al sol del mundo exterior. La luz es cegadora, y el prisionero lucha por entender ésta nueva realidad.



Poco a poco, sus ojos se acostumbran, y empieza a ver el mundo tal como es: colores, formas, la vastedad del cielo y el fulgor del sol. Este proceso simboliza el camino hacia el conocimiento y la iluminación intelectual, un viaje arduo y doloroso, pero profundamente transformador.

El prisionero liberado se da cuenta de que las sombras en la caverna no son la realidad, sino meras ilusiones. En su deseo de compartir esta revelación, regresa a la caverna para liberar a los demás. Sin embargo, al regresar, encuentra resistencia y es incomprendido por aquellos que aún están encadenados. Para ellos, las sombras siguen siendo la única realidad válida, y la propuesta de una realidad diferente es inconcebible y amenazante. Éste regreso subraya la dificultad de transmitir y aceptar la verdad en un mundo acostumbrado a las ilusiones, un reflejo de la resistencia humana al cambio y a la aceptación de nuevas verdades.

El Mito de la Caverna, por tanto, no sólo ilustra la teoría epistemológica de Platón, sino también su visión sobre la educación y el papel del filósofo en la sociedad. El filósofo, como el prisionero liberado, tiene la responsabilidad de guiar a otros hacia la luz del conocimiento, aunque esto implique enfrentarse a la incompreensión y la resistencia.

En última instancia, ésta alegoría nos invita a cuestionar nuestra propia percepción de la realidad y a reconocer la importancia de buscar el conocimiento más allá de las apariencias. Nos desafía a romper nuestras propias cadenas y a salir de nuestras cavernas personales en la búsqueda de una comprensión más profunda y verdadera del mundo.

Terapeuta Energética
Marité Jarquín.

Día del Reikistas



Por: Daniel Olvera

El 15 de Agosto, se celebra el día Mundial de Reiki. Celebrando el 159 aniversario del nacimiento de Mikao Usui.

Gracias al Maestro y Sensei, Mikao Usui, en su aniversario, por su legado. Mikao Usui fundador de la practica de armonización y sanación, que hoy día llamamos Usui Reiki Ryoho y se entregó a la tarea de difundir su enseñanza a tantas personas como fuera posible, pues entendió que el Reiki era un regalo del Universo para compartir con toda la humanidad.

Dado lo extraordinario del método Reiki de Usui Sensei, no sorprende que la práctica este difundida en todo el mundo. Mikao Usui nació el 15 de agosto de



1865 en la Villa de Taniiai, distrito de Yamagata y prefectura de Gifu (Japón). En su ciudad natal, existe dentro del santuario, un monumento honrando a Mikao Usui.

Todas las escuelas y linajes que comparten su enseñanza, promueven la expansión del círculo de luz en el planeta.

Gracias, gracias, gracias, a la luz de Reiki, Mikao Usui, y todas las escuela y linajes conectados energéticamente con él, por mantener su legado, ampliando siempre el círculo de luz, que es una caricia para el alma, Namaste, Gracias al Maestro y Sensei, Mikao Usui, en su aniversario, por su legado.

D.F. - Mi Ciudad Natal



Por: Francisco Schwartau

De padre veracruzano, y de madre yucateca, soy nacido en el Distrito, en la capital azteca, en mi querida Ciudad, rica en historia y grandeza.

Nuestra Ciudad Capital, nuestra gran Ciudad de México, está asentada en un valle, en el gran Valle de Anáhuac, donde se establecieron los aztecas y los náhuatl.

El Distrito Federal también recibe por nombres La Ciudad de los Palacios o La Gran Tenochtitlan. El nombre es importante, pero más lo es la Ciudad.

Lugar de mil atractivos: estadios, parques, museos, grandes calles y avenidas, y edificios más que bellos. Es un lugar especial para propios y extranjeros.



Ciudad de grandes contrastes, de riqueza y de pobreza, para algunos es un sueño, para otros, su tristeza, y para millones de gente, una esperanza completa.

Hemos reído y llorado, mas seguimos adelante. México tiene su orgullo, todos le tenemos fe, y por eso siempre decimos: ¡Y MÉXICO SIGUE EN PIE!

México de mis amores, te llevo en el corazón. Como buen capitalino, te respeto y brindo honor, y confirmo con el alma: ¡COMO MÉXICO, NO HAY DOS!

Francisco Schwartau (Paco)



AMIGOS DE PORT ARTHUR CONTROL ANIMAL

Adoptar siempre será la mejor decisión

LLAMA Y ADOPTA: 409-983-8785

DÉ EL EJEMPLO.

Lávese las manos y enséñeles a los niños a que se las restrieguen por al menos **20 SEGUNDOS.**

LA VIDA ES MEJOR CON LAS MANOS LIMPIAS

www.cdc.gov/lavadodemanos

Este material fue elaborado por los CDC. La campaña "La Vida es Mejor con las Manos Limpias" es posible gracias a una asociación entre la Fundación de los CDC, GOJO y Staples. Los CDC y el HHS no respaldan productos, servicios ni empresas comerciales.

ISAAC VELAZQUEZ



Por: Francisco Schwartau

Amig@s lectores y seguidores, les platico que este joven de origen mexicano es un campeón en artes marciales. Es hijo de Ismael Velázquez, un profesionista que también se dedica al arte marcial, y fundador en la CDMX. Guiado por su maestro residente en Brasil, Anderson Souza, quien a su vez tiene su maestro en Río de Janeiro, Isaac comenzó en las artes marciales a los 19 años.

Aunque sus hermanos y su padre ya eran maestros en artes marciales, inicialmente Isaac no mostraba mucho interés por seguir ese camino, hasta que un suceso grave marcó la vida de la familia. A partir de ese momento, decidió iniciar su camino en las artes marciales, especializándose en disciplinas como Jiu-Jitsu, Muay Thai, Grappling, entre otras, siempre bajo una estricta disciplina, reglamentos y respeto.

Isaac participó en su primer torneo de MMA amateur en Guadalajara, com-

tiendo a nivel panamericano, nacional e internacional. Actualmente, tiene sus propios alumnos y ha formado su propia familia. Sus hijas han seguido sus pasos y, con orgullo, también se han convertido en campeonas en diversos torneos en el país. Además, se han reunido con competidores de Estados Unidos, Centroamérica y otros lugares.

Algunos de sus alumnos, como Fernando Sánchez Valdés y Jimena Narayami Sánchez Valdés, han destacado en este gran deporte, convirtiéndose también en campeones. Isaac recomienda que los niños comiencen en las artes marciales a partir de los 6 años para un mejor desarrollo profesional.

Actualmente, se dedica tanto a su familia como a sus alumnos, y su lema es: “No ser mejores, sino más completos en la marcialidad”.

Isaac Velázquez es un gran maestro, ya reconocido internacionalmente. Por el momento, reside en la ciudad de León, Guanajuato, donde sigue haciendo lo que tanto le apasiona: las artes marciales. Desde Mary’s Reyes y Diviértete en Houston, le deseamos el mejor de los éxitos.



Coliseo romano, una obra de arte

El Perico
Spanish Newspaper
www.elpericonews.com

Por: *Noily Gómez Sánchez*

El Coliseo Romano, también conocido como el Anfiteatro Flavio, es uno de los monumentos más emblemáticos y visitados de Roma, y un símbolo perdurable de la grandeza del Imperio Romano. Inaugurado en el año 80 D.C. bajo el emperador Tito, el Coliseo es una maravilla de la ingeniería antigua y una representación del poder y la cultura de Roma en su apogeo.

El Coliseo tiene una forma elíptica y mide aproximadamente 189 metros de largo, 156 metros de ancho y 48 metros de alto. Su capacidad se estima en 50,000 a 80,000 espectadores, que acudían para presenciar una variedad de espectáculos, desde combates de gladiadores hasta simulacros de batallas navales. Su estructura, compuesta de concreto y piedra, es un testimonio de la sofisticación de la ingeniería romana. El Coliseo se dividía en cuatro niveles, cada uno destinado a diferentes clases sociales, reflejando la jerarquía de la sociedad romana.

Su uso ha sido variado a lo largo de la historia, los juegos en el coliseo eran eventos de gran magnitud que podían durar días, e incluían luchas de gladiadores, enfrentamientos con animales salvajes y ejecuciones públicas. Estos espectáculos eran utilizados por los emperadores no solo para entretener a la multitud, sino también para demostrar su poder y controlar a las masas. El Coliseo también albergó naumaquias, que eran simulaciones de batallas navales. Para esto, se inundaba la arena y se representaban enfrentamientos marítimos, una hazaña impresionante considerando la tecnología de la época.

Este hermoso lugar no solo fue un centro de entretenimiento, sino también un lugar con connotaciones políticas y religiosas. Durante la Edad Media, después de la caída del Imperio Romano, pasó por diferentes usos, desde fortaleza hasta cantera, con muchas de sus piedras reutilizadas en la construcción de otros edificios en Roma. En siglos posteriores, fue dañado por terremotos y saqueos, pero también fue considerado un sitio sagrado debido a su asociación con el martirio de cristianos.

En la actualidad, el Coliseo es una de las atracciones turísticas más populares del mundo, recibiendo millones de visitantes cada año. A pesar de estar parcialmente en ruinas, gran parte de su estructura original aún se mantiene en pie, lo que permite a los visitantes imaginar la grandeza del edificio en su esplendor. Desde 1980, el Coliseo ha sido declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, y en 2007 fue incluido entre las Nuevas Siete Maravillas del Mundo. Asimismo, el Coliseo romano es un símbolo de la durabilidad y la influencia de la civilización romana, representa tanto la gloria y el poder de Roma, como la brutalidad y la decadencia que caracterizaron algunos aspectos de su historia. En la actualidad, el Coliseo también es un símbolo contra la pena de muerte. Cada vez que se conmuta una sentencia de muerte en cualquier parte del mundo, el Coliseo se ilumina con luces doradas en lugar de las habituales blancas, enviando un poderoso mensaje de paz y esperanza desde el corazón de la antigua Roma.

En fin, el Coliseo romano es más que un monumento histórico; es un recordatorio del pasado y un símbolo del legado que Roma dejó al mundo. Su impresionante arquitectura y rica historia continúan fascinando e inspirando a generaciones de visitantes y estudiosos de todo el mundo.



EL JOKER O EL "GUASÓN"

El Perico
Spanish Newspaper
www.elpericonews.com

Por: *Quintín Hidaltino*

En "Joker" (2019), la película dirigida por Todd Phillips, se explora la trágica realidad de Arthur Fleck, un hombre que sufre de graves problemas de salud mental mientras vive en la hostil ciudad de Gotham. Arthur es un individuo marginado, atrapado en una vida de pobreza y aislamiento, donde enfrenta la crueldad y el rechazo de una sociedad que lo ignora y lo humilla constantemente.

Arthur trabaja como payaso a tiempo parcial, pero su empleo apenas le permite mantenerse a flote. Vive con su madre, Penny, en un pequeño y deteriorado apartamento, donde ambos se encuentran en una situación de precariedad. Arthur padece un trastorno neurológico que le provoca ataques incontrolables de risa en momentos inapropiados, lo que lo convierte en un blanco fácil de burlas y en un ser aún más alienado.

Al principio de la historia, Arthur tiene acceso a un programa de asistencia social que le proporciona los medicamentos necesarios para controlar sus síntomas y acceder a terapia. Sin embargo, cuando este programa es eliminado debido a recortes presupuestarios, Arthur se queda sin su medicación y sin apoyo psicológico. Su terapeuta, claramente sobrecargada y desinteresada, le informa de manera fría que el sistema no le importa, subrayando la indiferencia social hacia quienes más



necesitan ayuda.

La falta de acceso a medicinas y a una red de apoyo adecuada lleva a Arthur a un punto de quiebre. Su ya frágil salud mental comienza a deteriorarse rápidamente, y su mundo se desmorona a medida que se siente cada vez más abandonado y desesperado. Esta situación lo empuja a tomar decisiones drásticas y peligrosas, desencadenando su transformación en el Joker.

La historia de Arthur Fleck en "Joker" es un reflejo de cómo la falta de recursos y la negligencia del sistema pueden destruir a una persona. La película es una crítica mordaz a la indiferencia social y muestra cómo el abandono de los más vulnerables puede llevar a consecuencias devastadoras, no solo para el individuo, sino para la sociedad en su conjunto.

Señales Financieras

Hay riesgos en lo económico para México, veamos cuáles...



El Perico
Spanish Newspaper
www.elpericonews.com

Por **BENJAMIN BERNAL**
benjamin.bernal@gmail.com

GPS FINANCIERO. El lunes pasado, 12 de agosto, abrió la Bolsa Mexicana de Valores sobre 53,051 y cierra el viernes 16 en 54,083. Corresponde al sube y baja de las últimas semanas. Podemos tomar como referencia su punto más alto: que fue 57,833 en abril de este año. El cete se mantiene bajo con 10.75%. El dólar va de 18.73 a 19.78 El euro cotiza en 21.58 y el petróleo Wti 79.66 ha aumentado algo.



VEAMOS EL MAPA. Ya hemos comentado que seguirá el vaivén hasta que formalmente sea la presidenta de México, la Dra. Claudia Sheinbaum y la conozcamos en el cargo, cuando empiece a mostrar en qué es diferente su gestión, así como su personalidad política. Con estos datos tratar de adivinar para dónde va, es algo así como un análisis probabilístico que derivará de sus primeros uno a tres meses de vida política. Al presidente AMLO ya lo conocíamos más, pues su eterna candidatura y su desempeño como Jefe de Gobierno le retrataba y permitía conocerlo.

Se preguntaban los mexicanos si haría mañaneras. Llevamos como 2,200 a la fecha. Ya dijo que sí. Habrá que ver la diferencia, por ejemplo, el presidente AMLO no hace Orden del Día, para no salirse de sus temas. Intentó hacer secciones como en un programa de radio, en vez de seguir un orden para disciplinadamente seguirlo. Da la impresión de que lo hacía (o hace) guiado por la intuición. Las secciones que recuerdo: "Las mentiras", el de "Historia de México" que desconozco si ha continuado. Las demás ha sido cambiantes, con mariachis, canciones, muñecos de fantasía. El récord de duración ha sido 3 horas y cuarto más o menos.

Pero ya le conocíamos sus gustos y preferencias, como entrar con cajas de "pruebas" que nunca abrió, en una entrevista con Carlos Loret de Mola y en otra ocasión con chivos, guajolotes, patos y gallinas que ofreció como pruebas de un fraude electoral, en 2012.

Así que veremos la personalidad pública de la Doctora.

El retrato e AMLO, que quedará en el Salón "Presidentes", costará al erario como 700 mil pesos. Las poquitas fotografías del Director de Banobras 116 mil pesos.



ZONA DE CURVAS. Consideran que el blindaje financiero de México es débil: en la Cámara de diputados dicen que si hay blindaje y deben cuidar el capital especulativo, en tanto las calificadoras y el análisis de bancos advierten sobre riesgo en materia fiscal, ya que hay menos ingresos y más egresos. Como ya hemos comentado.

ROJO. Entre los casos más sonados de la semana esta: el sr. Javier Corral, tratan de detenerlo en la Cdmx, y la Fiscalía anticorrupción quedó con un palmo de narices, pues lo salva Ulises Lara, de la fiscalía capitalina. Se dice que "es falso, es el intento político de hacerle daño"

La carta del Mayo Zambada habla de funcionarios del gobierno, hay voces que reclaman justicia y otros que piden no hacerle caso. Pero, cuando el río suena...

ZONA DE NIEBLA. La Gasolina esta muy cara, todos nos transportamos y todo se transporta. Premium 25.48 y Magna 23.91 en estos días. Es un 23% de aumento en el sexenio. Cierro, no hubo gasolinazos, pero le quitaron el subsidio y se incrementó su precio.

LLENE SU TANQUE. El tema de las chelerías esta de moda, pues brotan y desaparecen para confundir a las autoridades, ahora hasta en los tianguis puede usted pedir sus micheladas y gomichelas. Lo mismo ha sucedido con los viene-viene que tratan de controlar las autoridades, aparecen unos y desaparecen al otro día, son más ingeniosos que nada. Me caen bien, pues nos dicen: "Deme un cincuenta, tiempo libre"

VERDE. De lo más relevante esta el nombramiento de Emilia Esther Calleja como directora de CFE, tiene experiencia en una planta de Salamanca, en el estado mexicano de Guanajuato. Es bueno que tenga experiencia en la rama que dirigirá, no como algunos del pasado.

FRENON. Me dan risa algunas aplicaciones que se están dando a la Inteligencia Artificial, ahora le consultan "con quien salir" se le dan datos genéricos, nombre, puesto, vocación, citas anteriores y a cambio le hace sugerencias. Doctora Corazón IA. El rol del humano frente a la IA empieza a descender y le estamos dando demasiada importancia a una herramienta. No faltará el que la quiera quemar en la hoguera.

Ucrania invade a Rusia, me recuerda a Napoleón que en invierno quería que le dieran alimentos y provisiones los invadidos. Lo bueno es que son de la región y conocen la historia. No quita lo inhumano de las guerras.

Hay un paro de productores de limón. Porque les piden cuota los delincuentes organizados, así que debemos hacer algo, porque los precios suben sin que haya forma de enfrentarlos.



FLASHER. Ipsos Encuestadora Internacional hizo un trabajo sobre los temas que más preocupan a todo el mundo, incluidos los mexicanos: Inflación, pobreza y desigualdad, Corrupción y política. Poco interés en conflictos armados. No preocupa tanto: cambio climático, salud y cuidado personal. Si interesan en México: Crimen y violencia, pobreza y desigualdad. No interesa tanto: Migración, salud y cuidado. Curiosamente, el desempleo no aparece (el empleo informal se ha generalizado)

Papas de los 3 últimos siglos Y Dalai Lama de los últimos 8 siglos



"Rerum Novarum", que aborda el trabajo y la política social. Fue el primer Papa en ser captado en un film. Celebró el 22º Año Santo y San Pedro fue iluminado eléctricamente por primera vez.

257.- San Pío X (1903-1914)
José Sarto. Nació en Riese. Elegido el 9 de agosto de 1903, falleció el 20 de agosto de 1914. Concluyó el Código Canónico e inició la publicación del "Acta Apostolicae Sedis", que contiene leyes y documentos en texto íntegro. Estableció la elevación de la hostia y del cáliz.

258.- Benedicto XV (1914-1922)
Francesco Della Chiesa. Nació en Génova. Elegido el 6 de septiembre de 1914, falleció el 22 de enero de 1922. El número de Estados con sede diplomática cerca de la Santa Sede aumentó de 14 a 27, incluyendo a Inglaterra, que la había abolido hacía tres siglos. Beatificó a Juana de Arco y fundó la Universidad del Sagrado Corazón.

El Perico
Spanish Newspaper
www.elpericonews.com

Por **Dr. Mauricio Loredo**
drloredo@gmail.com

259.- Pío XI (1922-1939)

251.- Pío VII (1800-1823)
Nació en Cesena. Elegido el 21 de marzo de 1800, falleció el 20 de agosto de 1823. Por voluntad de Napoleón, obtuvo el Concordato que mejoró la situación de la Iglesia en Francia. Coronó al Emperador Napoleón en París, pero debido a desacuerdos, fue excomulgado por él. Creó la bandera pontificia "blanca y amarilla".

260.- Pío XII (1939-1958)
Eugenio Pacelli. Nació en Roma. Elegido el 2 de marzo de 1939, día de su cumpleaños número 63, falleció el 9 de octubre de 1958. Luchó contra la persecución del marxismo. En la cripta debajo de la Basílica de San Pedro descubrió la tumba del Santo. Celebró el 24º Año Santo en 1950 y proclamó el Dogma de la Asunción de María.

252.- León XII (1823-1829)
Nació en Genga (Spoleto). Elegido el 5 de octubre de 1823, murió el 10 de febrero de 1829. Confirmó el orden de los Jesuitas y retiró del índice las obras de Galileo. Celebró el 20º Año Santo en 1825 y reconstruyó la Basílica de San Pablo, que había sufrido un incendio, aunque muchos frescos de la iconografía pontificia fueron destruidos.

261.- Juan XXIII (1959-1963)
Angelo Giuseppe Roncalli. Nació en Sotto il Monte (Bergamo). Elegido el 28 de octubre de 1958, falleció el 3 de junio de 1963. Con su bula Humanae salutis proclamó el 21º Concilio Ecuménico Vaticano II el 11 de octubre de 1962. El tema del concilio fue la vida litúrgica, las relaciones sociales, la Iglesia y el mundo moderno. Se está trabajando en su beatificación.

253.- Pío VIII (1829-1830)
Nació en Cingoli. Elegido el 5 de abril de 1829, falleció el 30 de noviembre de 1830. En Italia comenzaban a surgir las sociedades secretas. De mentalidad clara y abierta, trató con el Sultán en favor de los armenios. Durante su papado se inició el correo vaticano y dio impulso a las misiones en el resto del mundo.

262.- Pablo VI (1963-1978)
Giovanni B. Montini. Nació en Concesio (Brescia). Elegido el 21 de junio de 1963, falleció el 6 de agosto de 1978. Guió el Concilio Vaticano II en su segunda etapa y lo finalizó el 8 de diciembre de 1965. Celebró el 25º Año Santo en 1975. Fue el primer Papa en viajar fuera de Europa y creó el Sínodo Episcopal.

254.- Gregorio XVI (1831-1846)
Nació en Belluno. Elegido el 6 de febrero de 1831, murió el 1 de junio de 1846. Se apoyó en las potencias de la "Santa Alianza" (Austria, Prusia y Rusia) para gobernar los Estados Pontificios. Elevó la mayoría de edad a los 21 años. Fundó el Museo Egipcio y Etrusco.

263.- Juan Pablo I (1978)
Albino Luciani. Nació en Forno di Canale (Belluno). Elegido el 26 de agosto de 1978, falleció el 28 de septiembre de 1978. Fue el primer Papa en imponerse un doble nombre. No quiso la ceremonia de la coronación y reinó solo 33 días, muriendo de un infarto. Se le llamó el Papa de la sonrisa.

255.- Pío IX (1846-1878)
Juan María Mastai-Ferretti. Nació en Senigallia. Elegido el 21 de junio de 1846, falleció el 7 de febrero de 1878. Celebró el 21º Año Santo en 1875. Proclamó el dogma de la Inmaculada Concepción de María en 1854 y la Infallibilidad Papal durante el Concilio Vaticano I en 1870. Ese mismo año marcó el término del poder temporal de los Papas cuando Roma se convirtió en la capital del Reino de Italia.

264.- Juan Pablo II (1978-2005)
Nació el 18 de mayo de 1920 en Polonia, falleció el 2 de abril de 2005. Inició su papado el 16 de octubre de 1978 y lo ejerció hasta 2005.

265.- Benedicto XVI (2005-2013)
Nació el 16 de abril de 1927 y falleció el 31 de diciembre de 2022. Su liderazgo papal abarcó de 2005 a 2013, cuando renunció en vida, dejando paso al Papa Francisco.

256.- León XIII (1878-1903)
Joaquín Pecci. Nació en Carpineto. Elegido el 3 de marzo de 1878, falleció el 20 de julio de 1903. Publicó la encíclica

266.- Papa Francisco (2013-presente)
Nacido el 17 de diciembre de 1936, actualmente tiene 87 años. Inició su papado el 13 de mar



Harvest Church
Ministerio Hispano

SERVICIO EVANGELISTICO
DOMINGO 3:30 PM
ESTUDIO BIBLICO
MERCORES 7:30 PM

PASTOR: ANGEL IZAGUIRRE (409) 229 - 0218

3395 Highland Ave Beaumont, TX 77705

ABOGADOS DE LESIONES PERSONALES

Accidentes Automovilísticos | Industriales | Accidentes de Motos | Accidentes de Camiones | Muerte Injusta

“Cuando la empresa de camiones se negó a ofrecer suficiente dinero para indemnizarme por mis lesiones y daños, Clint llevó mi caso a juicio y consiguió un veredicto favorable para mí y mi familia.”

– Kenneth D.

“Me ofrecieron un acuerdo extrajudicial de \$100,000 pero Clint Brasher llevó mi caso ante un jurado y ganó \$240,000 más intereses. A cualquiera que tenga un problema legal le recomendaría que llamase a Clint Brasher.”

– Edward A.

“Gracias a la experiencia del bufete de abogados The Brasher Law Firm, nos pagaron todos nuestros daños.”

– Ray y Gracie Q.



SE HABLA ESPAÑOL

Habla directamente con abogado Joe 855.592.5980

Ofrecemos consultas gratuitas



BrasherAttorney.com

BEAUMONT | HOUSTON | LAKE CHARLES



Joe A. Muckleroy

Clint Brasher

Nishi Kothari



Valero, a Fortune 50 company, is accepting applications for Operator Trainees at its Port Arthur Refinery located in Port Arthur, TX.

OPERATOR TRAINEES

Multiple Positions Available

Requirements Include: 18 years of age or older; HS diploma or GED.

Preferences Include: Previous experience in refinery operations, chemical plant processing, or biodiesel processing; Associate degree in process technology; emergency response experience.

Selected Candidates Will Be Responsible For:

Maintaining a safe work environment; operating and troubleshooting process equipment; performing visual rounds; monitoring unit temperature, pressure and flow; collecting product samples; preparing equipment for scheduled maintenance; responding to emergencies.

Competitive Pay with Comprehensive Benefits Options Include:

- Medical, Dental, Vision • 401(k) • Paid Vacation & Holidays

Eligible applicants will be invited to complete online assessments.

Qualified applicants should apply at

www.valero.com/careers

Position will post Online Monday, December 4, 2023

EO/AA Employer including W/M/Disability/Vets/ Sexual Orientation and Gender Identity



Valero, una compañía de Fortune 50, se encuentra aceptando solicitudes de empleo para Operadores Aprendices (Operator Trainees) en su Refinería de Port Arthur ubicada en Port Arthur, TX.

OPERADORES APRENDICES

Múltiples Vacantes Disponibles

Los requisitos incluyen: 18 años de edad o mayor; diploma de preparatoria (High School) o bien diploma de equivalencia general (GED).

Las preferencias incluyen: Experiencia previa en operaciones de refinería, procesamiento de plantas químicas o procesamiento de biodiésel; título de asociado (associate degree) en tecnología de los procesos; experiencia en respuesta ante emergencias.

Los candidatos seleccionados serán responsables de:

Mantener un entorno laboral seguro; operar y solucionar problemas de equipo de procesos; realizar rondas visuales; monitorizar temperatura de unidades; presión y flujo; recolectar muestras de productos; preparar equipo para mantenimiento programado; responder ante emergencias.

Pago competitivo con opciones de beneficios integrales incluyen:

- Seguro médico, dental, de visión • 401(k) • Vacaciones y feriados pagados

Se invitará a los solicitantes elegibles a completar evaluaciones en línea.

Los solicitantes calificados deben solicitar en

www.valero.com/careers

Las vacantes serán publicadas en línea el Lunes 4 de Diciembre de 2023

Empleador con Igualdad de Oportunidades / Acción Afirmativa (EO/AA), incluyendo M / H / Personas con Discapacidades / Veteranos Militares / Orientación Sexual e Identidad de Género



UN CLICK PUEDE CAMBIAR TU DESTINO

