

Aprende los “Me Quiere” y “No me Quiere” del Reciclaje en San Valentín

Los “Me quiere” del reciclaje en San Valentín

• Tarjetas: Cada año las personas intercambian unos 145 millones de tarjetas durante San Valentín. Si eres de esos que no guarda sus tarjetas de recuerdo (por razones de ruptura, mudanza o algún otro cambio), es importante que sepas que NO todas las tarjetas se pueden echar al contenedor de reciclaje. Aquellas tarjetas hechas de papel sin ningún tipo de impresiones metálicas ni baterías son perfectamente reciclables. Si te quieres deshacer de tarjetas que hablan o cantan, asegúrate de quitarle las baterías y accesorios de metal antes de tirarlas al reciclaje. Estos materiales pueden ocasionar un incendio en los camiones o los centros de reciclaje. Trata este tipo de tarjetas como si fueran residuos electrónicos.

• Flores: Una vez que tus flores han perdido su esplendor, van a tu contenedor de abono para ayudar a crear algo que es bueno para el planeta y, por supuesto, más flores. Si no tienes contenedor de abono, estas deben ser tiradas a la basura.

• Bolsas y cajas: Las bolsas y cajas de papel para regalos son reciclables. Ten en cuenta que si estas están modificadas con algún metal es importante retirárselo antes de tirarlo al contenedor de reciclaje. En caso de duda, reutiliza la caja o tirla a la basura.

Los “No me quiere” del reciclaje en San Valentín

• Cajas y envolturas de dulces: Casi todo lo



que tiene que ver con los dulces de San Valentín y la caja en la que vienen es encantador, excepto que no son reciclables. Tanto las envolturas de los dulces como la caja (si está adornada o contiene restos de chocolate) deben ir a la basura.

• Papel de regalo metálico: La escarcha o brillantina es muy bonita en papel, pero no es reciclable. Este material se debe tirar a la basura o debes encontrar una forma de reutilizarlo haciendo algo creativo junto a tu pareja o familia. Lo mismo ocurre con materiales como la cinta y el cordel.

• Envoltorios para regalos: Si recibes un paquete, recuerda que la caja de cartón es reciclable, pero no el plástico de burbujas, los cachuetes de espuma de poliestireno o el plástico retráctil. La mejor opción es reutilizar estos materiales. Puedes guardarlos para otros paquetes o llevarlos a tu tienda de envíos local para ver si los necesitan. Si no es así, tíralos a la

basura.

Para obtener más información sobre la importancia del reciclaje y consejos para hacerlo correctamente, puedes visitar RecyclingSimplified.com.

Falso corazón roto Tú has escuchado hablar de las estafas de romance. ¿Pero sabes cómo suceden? Empiezan cuando los estafadores crean perfiles falsos en aplicaciones o medios sociales de citas. Entonces, esos estafadores entablan una relación con sus objetivos y se esfuerzan para crear confianza. Un poco más adelante, inventan una historia y piden dinero.

¿Pues cómo puedes detectar a un estafador del romance? Estas son algunas cosas a las que tienes que prestar atención:

• Todo enamorado virtual que te pida que le des dinero a través de una tarjeta de regalo, transferencia de dinero o criptomoneda, es un estafador. Punto final.

• Los estafadores del romance te profesan su amor enseguida. Po-

drían decirte que no se pueden encontrar contigo porque están en el exterior del país por negocios o en el servicio militar — pero durante la pandemia, podrían decir que sencillamente están encerrados.

• Los estafadores del romance podrían tratar de convencerte de que salgas del sitio web de citas.

• Los estafadores encontrarán un motivo para pedirte dinero — tal vez sea para comprar una tarjeta de teléfono para seguir conversando contigo, quizás para que lo ayudes con una “emergencia médica” o para alguna otra cosa.

• A veces, los estafadores del romance crean perfiles interesantes en las plataformas de citas. Pero trata de hacer una búsqueda inversa de imágenes con las fotos del perfil. ¿Alguna de las fotos está relacionada con otro nombre o con detalles que no se corresponden? Esa es una prueba más de que es una estafa.

La FDA Alerta con Desinfectantes de Manos a base de Alcohol Provenientes de México

Como parte de los continuos esfuerzos de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) para proteger a los consumidores de los desinfectantes de manos potencialmente peligrosos o de potencia reducida, la agencia ha puesto a todos los desinfectantes de manos a base de alcohol provenientes de México en una alerta de importación nacional para ayudar a detener los productos que parecen estar en violación de la ley al ingresar a los EE. UU. y hasta que la agencia pueda revisar la seguridad de los productos. En el transcurso de la presente pandemia, la agencia ha visto un aumento rápido en los productos desinfectantes de manos provenientes de México etiquetados con etanol (también conocido como alcohol etílico) pero que dieron positivo por contaminación por meta-

nol. El metanol, o alcohol de madera, es una sustancia que puede ser tóxica cuando se absorbe a través de la piel y puede ser mortal cuando se ingiere. El metanol no es un ingrediente aceptable en los desinfectantes de manos u otros medicamentos.

FDA Takes Action to Place All Alcohol-Based Hand Sanitizers from Mexico on Import Alert to Help Prevent Entry of Violative and Potentially Dangerous Products into U.S., Protect U.S. Consumers.

As part of the U.S. Food and Drug Administration’s continuing efforts to protect consumers from potentially dangerous or subpotent hand sanitizers, the agency has placed all alcohol-based hand sanitizers from Mexico on a countrywide import alert to help stop products that appear to be in violation from entering the U.S. until the agency is able to review the products’ safety.



Over the course of the ongoing pandemic, the

agency has seen a sharp increase in hand sanitizer products from Mexico that were labeled to contain ethanol (also known as ethyl alcohol) but tested positive for methanol contamination. Methanol, or wood alcohol, is a substance that can be toxic when absorbed through the skin and life-threatening when ingested. Methanol is not an acceptable ingredient in hand sanitizer or other drugs.

Acciones de la FDA para combatir el COVID-19

Conozca lo que la FDA está haciendo para combatir el COVID-19 en nuestro Resumen de la respuesta al COVID-19 de la FDA: Un vistazo (PDF), para ver rápidamente datos, cifras y aspectos destacados de los esfuerzos de respuesta de la agencia. Actualizado recientemente (22 de enero de 2021). Disponible solo en inglés.

SECCION PROFESIONAL

ABOGADOS

JULIO SANCHEZ
Abogado
• Accidentes de Automóvil
• Caídas por negligencia de otro
• Accidentes de Trabajo
• Muerte por Negligencia (wrongful death)
• Casos de Incapacidad al Seguro Social
425 Elmora Ave., Elizabeth
(908) 355-0666

QUIROPRACTICOS

DR. ERNESTO MARTICORENA
DR. SOKRATIS DRAGONAS
ACCIDENTES DE AUTOMOVILES
DOLORES DE ESPALDA Y CUELLO
ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION
560 Newark Ave. Elizabeth, NJ
(908) 355-3358

DR. MICHAEL LEE (L.Ac.)

Terapia fuerte y efectiva para el dolor de espalda, de cuello, dolor de cabeza, insomnia, ansiedad y su salud general

Elizabeth Rehabilitation

560 Newark Avenue, Elizabeth, NJ Tel. 908-355-3358



Levantamiento de Brazos: Ayuda para la Flacidez Obstinada y Antiestética

Por la Cirujana Plástica Constance M. Chen

New York, NY - Los brazos tuvieron su momento a principios de 2009, cuando Michelle Obama posó para su primera fotografía oficial como primera dama con un vestido negro sin mangas. Mientras que algunos críticos de estilo se quejaban de que la apariencia era demasiado informal o fuera de temporada con el clima de febrero, muchas mujeres de todo el mundo envidiaban los brazos tonificados de la señora Obama y querían saber cómo podían lograr una definición muscular similar.

Las recomendaciones sobre ejercicios y dietas proliferaron, a medida que millones de mujeres trabajaban en sus brazos. La cirujana plástica Constance M. Chen recuerda lo que sucedió a continuación. “Las mujeres no sólo iban al gimnasio”, dice. “Algunas descubrieron que con la pérdida de peso y el ejercicio no lograban los resultados que deseaban y se dirigieron a los consultorios de sus médicos para preguntar sobre una solución quirúrgica para los brazos caídos”, continúa.

A medida que envejecemos, la piel de la parte superior de los brazos pierde elasticidad y se cae. Las fluctuaciones en el peso y la herencia también contribuyen a este efecto. Si bien el ejercicio puede fortalecer los brazos y mejorar el tono muscular, no puede corregir la piel que ha perdido elasticidad.

Procedimiento y candidatos

Un levantamiento de brazos o braquioplastia puede remodelar la parte superior del brazo, eliminando el exceso de piel y grasa de la parte inferior del brazo, desde la axila, hasta el codo. El problema es que el exceso de resección de la piel puede dejar cicatrices antiestéticas, mientras que la liposucción por sí sola puede empeorar el problema de la piel flácida, si la mujer no tiene suficiente elasticidad en la piel.

Los buenos candidatos para un levantamiento de brazos son adultos sanos, no fumadores, de cualquier edad, que no



Constance M. Chen tengan un sobrepeso significativo y cuyo peso sea estable.

“Al igual que con cualquier procedimiento cosmético, es importante que quienes estén considerando la cirugía tengan expectativas realistas”, dijo la Dra. Chen. “Los contornos más suaves y ajustados producidos por un levantamiento de brazos son relativamente permanentes, siempre que se mantenga el peso y la forma física general, aunque puede haber cierta pérdida de firmeza con el tiempo, a medida que el cuerpo continúa envejeciendo. Sin embargo, las cicatrices de un levantamiento de brazos pueden ser importantes, por lo que los pacientes deben estar seguros de que les gustaría cambiar la forma de brazo mejorada por una cicatriz visible”, añade.

El procedimiento se puede realizar en un hospital o de forma ambulatoria, bajo anestesia local o general. El número y la extensión de

las incisiones dependen de la cantidad de piel que se vaya a eliminar; pueden estar en el interior o en la parte posterior del brazo y se colocarán para minimizar la visibilidad de las cicatrices.

Una braquioplastia de cicatriz corta limita la cicatriz a la axila, pero el procedimiento tampoco es tan efectivo para resecar una gran cantidad de piel flácida de la parte superior del brazo. La grasa puede eliminarse directamente o tratarse con liposucción. El tejido de soporte subyacente se tensa y alisa, luego se reemplaza la piel sobre el brazo remodelado y se asegura con puntos de sutura.

La actividad física y atlética estará limitada durante varias semanas después de la cirugía. Los riesgos asociados con un levantamiento de brazos son los de cualquier cirugía, como sangrado, infección o reacción adversa a la anestesia, así como cambios temporales en la sensibilidad de la piel.

“Al igual que con cualquier procedimiento cosmético, la motivación impulsora y las expectativas de resultados son únicas para cada individuo. Los pacientes deben pensar detenidamente en las cicatrices. Nuestro objetivo es siempre ayudar a las personas a tener el cuerpo que desean y mejorar su bienestar físico y emocional, concluye la Dra. Chen.

MURGADO & CARROLL, Esqs. Abogados

Abierto de Lunes a Viernes, incluso citas por la noche

Le ayudaremos en todo tipo de caso legal:

ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN
DIVORCIOS ❖ CORTE MUNICIPAL
ACCIDENTES DE TRABAJO

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

761 Westfield Avenue
Elizabeth, New Jersey 07208



(908) 659-0101

