

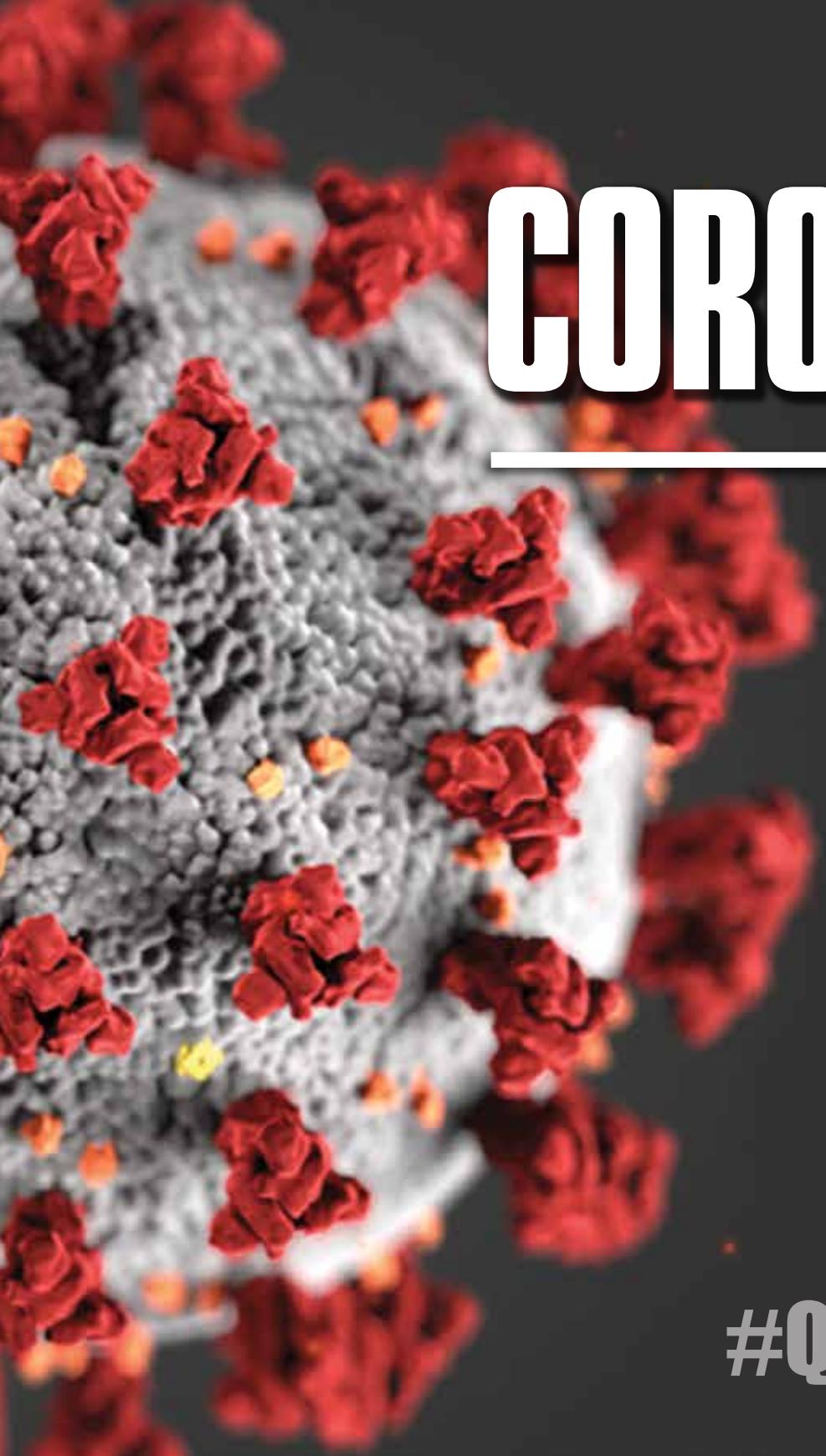
April
2020

Volume 16 No. 5

El Sol Latino

Un Periódico Diferente / A Different Kind of Newspaper

CORONAVIRUS



#ESTEVIRUS
LO PARAMOS
UNIDOS

#QuedateenTUCasa

Editor's Note: We would like to share with our readers that, unfortunately, due to the current COVID-19 crisis we are unable to publish our April printed edition. We will be publishing our digital edition as well as our regular social media postings.

This month we are very pleased to dedicate our editorial section to the last opinion piece of our friends and partners Walter Mullin and Miguel Arce. Their monthly articles on poverty and social justice have appeared in *El Sol Latino* for the past 6 years. Walter recently announced his retirement after a long career as Professor in the Graduate School of Social Work at Springfield College.

We have been truly fortunate to have been able to have your valuable contributions appear in our newspaper as we all move forward the inclusion and social justice agenda. *¡Muchas gracias!*

The War on Poverty continues: The series on poverty ends

by MIGUEL ARCE and WALTER MULLIN | April 2020

El Sol Latino provides a forum for an open and honest discussion on poverty. Over the past five years and approximately 60 guest opinion pieces, we have had the privilege of writing about the realities of daily life in poverty. We focused on the ways that social policies and government programs could assist people without financial resources as well as how these same social policies trapped people into living in poverty. We wrote about inequities in a wide variety of the issues connected with poverty including housing, education, health care, transportation, work schedules recreation, and others.

Walter Mullin is retiring from his position at the Springfield College Department of Graduate Social Work. At the same time, the social work program is undergoing some administrative changes. While we will continue to write about life in poverty, the time has come to end writing monthly opinion pieces.

Still, the current political situation continues to disenfranchise those without resources. At this very moment, with the impact of the coronavirus on the economy, there is immense distress about loss of jobs and wages. For the most part, however, this is a discussion about the loss of wages for those who have resources. There is little understanding about how those without resources will be impacted or how they have always been confronted with the struggles to get through every day.

In 2020, there are 46.2 million people whose income is less than \$25,700 for a family of four. There is a growing disparity within the ethnic and racial communities. The upper economic echelon grows richer while the poor become poorer. Continuing changes in the economic structure further disadvantage those who may be blue color or without employment or underemployed. Those at the bottom of the economic ladder are competing for lower wages with greater disparities of job benefits.

Chronic poverty creates prolonged and cumulative stress. Poor individuals and families are most likely to live in substandard housing, be victims of crime, imprisoned, pregnant in adolescence, and have health problems. Their children attend schools that must focus as much on the trauma of being without food or clothing as to improve reading and math scores.

Despite the obstacles that the poor must overcome, one of the goals of our monthly pieces was to highlight the strengths of individuals and communities and show their success. Individuals and families living without resources have skills, strong self-esteem and attributes which help in navigating impediments. Families cushion each other. Networks get built. Leaders and exemplary individuals, organizations, networks, legislators and others emerge, and they work on confronting those injustices, ultimately healing wounds created by these economic injustices suffered by the 46.2 million Americans.

With this ever-enlarging sector of the population confronted by the crushing daily life circumstances connected to poverty, we have sought to stay aware of them as part of our community life. The distressing life circumstances faced by families, communities and society must be distressing to the whole community and society at large. It belongs to us all. We are all part of the same world.

Thanks to *El Sol Latino* for the important role it is playing for our community: that is the Latino and non-Latino community, the community without resources and that community with resources, those that like to read and those who do not, those who play dominos and those who do not know what it is. Yes, *El Sol Latino* helps us all understand and that is essential in our daily lives.

Opinion Pieces Written by Miguel Arce and Walter Mullin

2020

- March – The Census counts
- February – Who really benefits from food stamps?
- January – How the legal system cripples people who live in poverty

2019

- December – It's coming on Christmas and people are hungry
- November – Understanding development and poverty alleviation
- October – The political candidates speak about poverty: What's where and what's missing!
- September – A community development leader to celebrate during Hispanic Heritage Month
- August – Springfield's Gray House: Caring people can change the world
- July – Investing in the future for the common good
- June – Too little food, too much month
- May – "There is no room here?"
- April – Creating PROMISE for children
- March – Presidential candidates in 2020 position on poverty
- February – Housing Myths that still exist in 2019

continued on page 9

contents

2 Editorial / Editorial

The War on Poverty continues: The series on poverty ends

3 Portada / Hot Ink

Coronavirus – Una pandemia para la cual no estábamos preparados

4 CORONAVIRUS COVID-19: Preguntas y Respuestas

5 What's the difference between pandemic, epidemic and outbreak?

6 Miles morirían en Puerto Rico por el COVID-19

8 Seven science-based strategies to cope with coronavirus anxiety

10 Libros/ Books

Tossed to the Wind: Stories of Hurricane María

11 Música / Music

Para estudiar la Nueva Canción Puertorriqueña

Educación / Education

Stop & Shop responds to COVID-19 crisis with donation to help STCC students

14 North End Coalition granted Judy Bonds Memorial Activism Award for work on Gerena School

15 HCC Donating Personal Protection Equipment

Ciencias / Science

African Americans, Hispanics less likely to receive recommended lung cancer imaging



Founded in 2004 • Volume 16, No. 5 • April 2020

Editor Manuel Frau Ramos
manuelfrau@gmail.com
413-320-3826

Assistant Editor Ingrid Estrany-Frau
Managing Editor Diosdado López

Art Director Tennessee Media Design
Business Address El Sol Latino
P.O Box 572
Amherst, MA 01004-0572

Editorial Policy

El Sol Latino acepta colaboraciones tanto en español como en inglés. Nos comprometemos a examinarlas, pero no necesariamente a publicarlas. Nos reservamos el derecho de editar los textos y hacer correcciones por razones de espacio y/o estilo. Las colaboraciones pueden ser enviadas a nuestra dirección postal o a través de correo electrónico a: info@elsollatino.net.

El Sol Latino welcomes submissions in either English or Spanish. We consider and review all submissions but reserve the right to not publish them. We reserve the right to edit texts and make corrections for reasons of space and/or style. Submissions may be sent to our postal address or via electronic mail to: info@elsollatino.net.

El Sol Latino is published monthly by Coquí Media Group.
El Sol Latino es publicado mensualmente por Coquí Media Group, P.O Box 572, Amherst, MA 01004-0572.

Coronavirus – Una pandemia para la cual no estábamos preparados by ANA PAMELA TORRES OCAMPO

Las noticias parecían muy distantes, un virus en China que parecía que estaba complicando las vidas de muchos ciudadanos chinos. Después Italia, que parece que tuvo un brote muy fuerte y empezaron a reportar los infectados y después las muertes. Le siguió España y ahora están en la misma situación. Y ahora está en nuestras ciudades y nos encontramos cerca de un toque de queda total. Falta de dirección del gobierno es lo que nos llevó a estar en esta situación y ahora no tenemos más opción que quedarnos en casa, los que tenemos el privilegio de hacer eso. Aquí van unas preguntas y respuestas sobre el coronavirus o COVID-19:

¿Que le hace el virus al cuerpo? Todavía no sabemos mucho sobre el tema. Los científicos están trabajando muy duro para ver exactamente qué es lo que hace, pero parece que este virus arruina las células que tenemos en los pulmones y por eso causa tantos problemas respiratorios (síntomas: tos seca, fiebre, dificultad para respirar).



Crédito / Fontana Unified School District, Southern California.

¿Porque debo quedarme en casa? Este virus es primo de la influenza, lo que significa que se puede transmitir por pequeñas gotas que alguien produce por estornudar o toser. Cuando hacemos esto, esas pequeñas gotas, que potencialmente tiene el virus si estás infectado, pueden llegar hasta dos metros o seis pies desde tu posición. El problema con este virus es que por alguna razón que aún no sabemos, es más contagioso que la influenza. Y aparte, hay muchos casos en el cual la persona está infectada pero no presenta síntomas entonces va esparciendo el virus por ahí. Por eso es tan importante quedarse en casa porque podemos estar infectados y podemos infectar a nuestros abuelos y abuelas, que son la población más susceptible. También gente que está inmunocomprometida como pacientes de cáncer, mujeres embarazadas, pacientes con ciertas enfermedades. Tenemos que protegernos unos a otros y tratar de evitar contacto socialmente para bajar el chance de infectarnos y ser portadores del virus.

¿De donde salió este virus? Se cree que salió de un pequeño

mercado en China que vende animales exóticos. Lamentablemente estos mercadillos son comunes en China porque en cierta época cuando China pasó por un periodo de hambruna, esos mercadillos vendían de todo, incluyendo animales que no están en una dieta más tradicional. Claro, en tiempos de hambruna todo es válido así que la gente compraba lo que sea para tener algo que comer. Al pasar de los años, estos mercadillos permanecieron y es común que salgan enfermedades como estas. SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome o síndrome severo de respiración agudo) y MERS (Middle East respiratory syndrome – síndrome respiratorio del medio este) son un ejemplo de esto. El gobierno chino hizo poco para cerrar estos mercados después de SARS lamentablemente, y se repitió ahora con COVID-19.

¿Que debo hacer si presento síntomas? Si presentas síntomas lo primero que tienes que hacer es aislarte de la manera que puedas en tu casa y evitar contacto con otras personas, especialmente las poblaciones susceptibles. Tienes que monitorear tu temperatura por 72 horas. Si los síntomas respiratorios empeoran en cualquier momento, deben llamar inmediatamente al hospital y seguir sus instrucciones. No debe presentarse al hospital sin haberle informado al hospital debido a que el potencial de contagio es muy alto y el hospital debe tomar medidas necesarias para tratar al paciente.

¿Que debo hacer si no puedo quedarme en casa por mi trabajo? Si por la naturaleza de tu trabajo no te puedes quedar en casa, debes de lavarte las manos cuanto más frecuente sea posible. O tener un desinfectante de alcohol 60-90% disponible. También desinfectar las áreas donde trabajas o si hay tráfico de personas. Tratar de mantenerte 6 pies o dos metros alejados de las personas. También debes seguir las directrices provistas por tu empleador. Y, si tienes algún tipo de síntomas, quédate en casa.

¿Donde puedo conseguir más información? Página en línea (<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index-sp.html>) de la Enfermedad del Coronavirus 2020 (COVID-19) el la pagina de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés).

Serán unos meses muy duros los que vienen, pero si nos apoyamos unos a otros y tenemos empatía hacia los demás, podemos superar esta crisis mundial que todos estamos pasando. ¡Animo y muchos abrazos!

ANA PAMELA TORRES OCAMPO (a.torres.ocampo@gmail.com) is a PhD student at the Molecular and Cellular Biology (MCB) Program - UMass Amherst. She has a B.S. Molecular and Cellular Biology at University of Puerto Rico - Río Piedras Campus.

Cita del Mes/Quote of the Month

Everybody can participate to make our community safe. There is something you can do - you can socially distance and that in itself is a significant contribution to keeping our community safe.

City of Durham, North Carolina

MAYOR STEVE SCHEWEL

Foto del Mes/Photo of the Month

Gracias a Walter y a Miguel!

En esta edición de abril 2020, publicamos la última contribución al periódico de nuestros amigos Walter Mullin y Miguel Arce. Durante los pasados 6 años, Mullin y Arce han escrito una columna acerca de la pobreza y la justicia social, la cual ha aparecido mensualmente en nuestras páginas. Mullin recientemente anunció que se retira después de una larga carrera como Profesor de la Escuela Graduada de Trabajo Social en Springfield College. Les damos las gracias a ambos por haber sido parte de la familia de *El Sol Latino* y les deseamos lo mejor en esta nueva faceta de sus vidas.

CORONAVIRUS COVID-19: Preguntas y Respuestas

Departamento de Salud de Puerto Rico | Actualizado el 3 de marzo de 2020



Categoría: Información sobre la enfermedad

P: ¿Qué es el coronavirus?

R: Es una familia de virus que causan enfermedades que pueden ir desde un catarro común hasta enfermedades más severas tales como el síndrome respiratorio de Oriente Medio, más conocido como MERS por sus siglas en inglés o el síndrome respiratorio agudo y grave, SARS, por sus siglas en inglés.

P: ¿Qué es el COVID-19?

R: Una afección respiratoria que se puede propagar de persona a persona y que puede causar diversos síntomas.

P: ¿Por qué le llaman SARS-CoV-2 y COVID-19? ¿Cuál es la diferencia?

R: El nuevo virus se llama SARS-CoV-2, pero la enfermedad que causa este virus recibe el nombre de COVID-19.

P: ¿De dónde viene el COVID-19?

R: Algunos coronavirus circulan en humanos y causan catarros comunes. Otros coronavirus normalmente circulan en animales y se pueden transmitir de animales a humanos. En el caso del COVID-19, todavía se está investigando su origen, sin embargo, los expertos creen que lo más probable es que un murciélagos transmitió el coronavirus a un animal que se encontraba en un mercado de Wuhan, China y de ahí se transmitió a una persona.

P: ¿Cómo se transmite el virus?

R: El virus se puede transmitir de persona a persona, de forma directa e indirecta. La transmisión directa ocurre a través de las gotas que se producen al toser, estornudar y/o hablar. Las gotas de saliva pueden viajar de 3 a 6 pies (2 a 3 metros) y algunos estudios indican que puede alcanzar hasta los 16 pies (5 metros). La transmisión indirecta se da cuando una persona susceptible entra en contacto con una superficie contaminada. Estudios sugieren que el COVID-19 puede sobrevivir en una superficie durante unas horas o hasta varios días. Un objeto puede resultar contaminado por el COVID-19 si una persona infectada tose o estornuda encima del mismo o lo toca con las manos contaminadas.

P: ¿Se han demostrado otros métodos de transmisión (sexual o transmisión de sangre)?

R: Al momento, no se ha demostrado que existan otros métodos de transmisión (sexual o transmisión de sangre).

Categoría: Prevención

P: ¿Cómo me puedo proteger y proteger a otros?

R: Actualmente no hay una vacuna disponible para el COVID-19. Las medidas de protección son parecidas a las de otros virus que se transmiten por gotas, como la influenza:

- Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos varias veces durante el día pero especialmente después de ir al baño, antes de comer, después de soplar la nariz, toser o estornudar. Si no tiene agua y jabón puede usar un desinfectante de manos o "hand sanitizer" con al menos 60% de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Si tose o estornuda hágalo en la parte interna de su codo (no en las manos) o utilice un pañuelo de papel y deséchelo después de usarlo.
- Evite estar en contacto con personas enfermas.
- Si usted se siente enfermo no salga para evitar enfermar a otros; quedese en su casa.
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia.
- Actualmente, el CDC recomienda que solo las personas enfermas y sus cuidadores utilicen mascarilla.

P: ¿Cuál es la diferencia entre una mascarilla y un respirador?

R: Las mascarillas NO son respiradores. Los respiradores deben ser utilizados por profesionales de la salud, ya que requiere una evaluación médica y unas pruebas de ajuste.

P: ¿Con qué se deben desinfectar las superficies?

R: Use un desinfectante común para matar el virus, si cree que una superficie está contaminada. Recuerde lavarse las manos con agua y jabón, después del proceso de desinfección. Para ver la lista de productos desinfectantes registrados por la EPA, visite: Desinfectantes para usar contra COVID-19

P: ¿Se puede utilizar el "hand sanitizer" para desinfectar aparatos electrónicos?

R: No. El uso de "hand sanitizer" en estos aparatos podría dañar los mismos. Consulte las instrucciones del fabricante para realizar la desinfección adecuada.

Categoría: Tratamiento

P: ¿Cuál es el tratamiento para el COVID-19?

R: Actualmente, no existe un tratamiento antiviral específico para el COVID-19. Las personas enfermas reciben tratamiento para aliviar los síntomas. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.

P: ¿Son eficaces los antibióticos para prevenir o tratar el COVID-19?

R: No. Los antibióticos no son eficaces contra ningún virus, solo contra las bacterias. El COVID-19 es un virus, por lo tanto no se debe usar antibiótico como tratamiento para esta enfermedad.

Categoría: Información médica

P: ¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

R: Los síntomas reportados hasta el momento de pacientes con COVID-19 incluyen: fiebre, tos y sensación de falta de aire. En algunos casos, puede haber: dolor de cabeza, dolor de garganta, congestión nasal, goteo nasal y diarrea. En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad para respirar, fallo renal o incluso la muerte. Algunas personas se infectan pero no desarrollan ningún síntoma. Una de cada 6 personas que contraen el COVID-19 desarrollan una enfermedad grave.

P: ¿Existen pruebas confirmatorias para el COVID-19?

R: Si. Una vez se determine que el paciente cumple con los criterios para clasificarlo como paciente bajo investigación, se procederá a tomar una muestra para confirmar la presencia del virus.

P: ¿Quién realiza la prueba de laboratorio para el COVID-19?

R: Actualmente, las muestras son enviadas al Laboratorio de Salud Pública del Departamento de Salud para el análisis y confirmación.

P: ¿Qué hago si creo que puedo tener COVID-19?

R: Si sospecha que tiene COVID-19, llame primeramente a su doctor. En caso de acudir directamente a una facilidad médica, llame antes y dígale que usted pudiera ser un caso del coronavirus novel. Esto permitirá que la clínica o el hospital se preparen antes de su llegada para proteger al personal, a otros pacientes y visitantes.

P: ¿Qué hago si estoy en aislamiento en mi casa?

R: La persona enferma debe estar separada del resto de las personas en la casa, en un cuarto aparte y si es posible, que utilice un baño aparte. No comparta objetos personales ni utensilios de cocina con nadie. Las superficies de la casa que se tocan con frecuencia se deben limpiar continuamente. Si el baño es compartido, se debe limpiar cada vez que sea utilizado por la persona enferma. Debe evitar también el contacto con animales. Todavía se desconoce si el virus pudiera enfermar a las mascotas.

P: ¿Hasta cuándo debo estar en aislamiento en mi casa?

R: Esta decisión la debe tomar su proveedor de salud junto con el Departamento de Salud y variará según el caso.

continued on page 5

What's the difference between pandemic, epidemic and outbreak? by REBECCA S.B. FISCHER

This article was originally published in **The Conversation** | January 15, 2020 - Updated March 11, 2020

The World Health Organization has declared COVID-19 a pandemic. This is a landmark event.

As an epidemiologist listening to the steady stream of conversation around the coronavirus, I'm hearing newscasters and neighbors alike mixing up three important words my colleagues and I use in our work every day: outbreak, epidemic and pandemic.

Simply put, the difference between these three scenarios of disease spread is a matter of scale.

Outbreak – Small, but unusual.

By tracking diseases over time and geography, epidemiologists learn to predict how many cases of an illness should normally happen within a defined period of time, place and population. An outbreak is a noticeable, often small, increase over the expected number of cases.

Imagine an unusual spike in the number of children with diarrhea at a daycare. One or two sick kids might be normal in a typical week, but if 15 children in a daycare come down with diarrhea all at once, that is an outbreak.



THE CONVERSATION

CORONAVIRUS COVID-19: Preguntas y Respuestas

continued from page 4

P: ¿Qué es la cuarentena?

R: Es la separación y limitación de movimiento de una persona que no está enferma, pero que ha estado en contacto con alguien enfermo. Se hace para observar si la persona desarrolla o no la enfermedad y se hace por el tiempo que tardan en aparecer los síntomas, que en el caso del COVID-19, actualmente es hasta 14 días.

Categoría: Riesgo

P: ¿Quiénes están a mayor riesgo de infectarse con el COVID-19?

R: Toda persona que no tenga una protección inmune previa, se puede enfermar de COVID-19. Hay algunas personas que están a mayor riesgo de tener complicaciones relacionadas al COVID-19, como por ejemplo: las personas mayores y aquellas con condiciones de salud preexistentes como presión alta, condiciones cardíacas y diabetes. Sin embargo, hay otras personas que están a mayor riesgo de contagiarse, como: las personas que viven en la misma residencia de alguien enfermo con COVID-19 y las personas que cuidan de la salud de un paciente infectado, ya sea en ambiente clínico o en el hogar.

P: ¿Cuáles son las zonas de riesgo actualmente?

R: Esta información cambia todos los días, es importante mantenerse informado con datos actualizados a través de la página del CDC: COVID-19 Risk Assessment by Country

COVIDMA Text Alerts

To get up-to-date alerts, text **COVIDMA** to **888-777**

Get the latest info about the Coronavirus in Massachusetts sent right to your phone.

Massachusetts 2-1-1

Informational and referral hotline 211

24 hours a day, 7 days a week

All calls are free and confidential.

Interpreter services are available in multiple languages.

When a new disease emerges, outbreaks are more noticeable since the anticipated number of illnesses caused by that disease was zero. An example is the cluster of pneumonia cases that sprung up unexpectedly among market-goers in Wuhan, China. Public health officials now know the spike in pneumonia cases there constituted an outbreak of a new type of coronavirus, now named SARS-CoV-2.

As soon as local health authorities detect an outbreak, they start an investigation to determine exactly who is affected and how many have the disease. They use that information to figure out how best to contain the outbreak and prevent additional illness.

Epidemic – Bigger and spreading.

An epidemic is an outbreak over a larger geographic area. When people in places outside of Wuhan began testing positive for infection with SARS-CoV-2 (which causes the disease known as COVID-19), epidemiologists knew the outbreak was spreading, a likely sign that containment efforts were insufficient or came too late. This was not unexpected, given that no treatment or vaccine is yet available. But widespread cases of COVID-19 across China meant that the Wuhan outbreak had grown to an epidemic.

Pandemic – International and out of control.

In the most classical sense, once an epidemic spreads to multiple countries or regions of the world, it is considered a pandemic. However, some epidemiologists classify a situation as a pandemic only once the disease is sustained in some of the newly affected regions through local transmission.

To illustrate, a sick traveler with COVID-19 who returns to the U.S. from China doesn't make a pandemic, but once they infect a few family members or friends, there's some debate. If new local outbreaks ensue, epidemiologists will agree that efforts to control global spread have failed and refer to the emerging situation as a pandemic.

Terms are political, not just medical

Epidemiologists are principally concerned with preventing disease, which may be fundamentally different than the broader concerns of governments or international health organizations.

The WHO has declared only two pandemics in history - for influenza in 1918 and for influenza H1N1 in 2009. For weeks, epidemiologists like me have been calling the coronavirus a pandemic. From an epidemiological perspective, the WHO's declaration is overdue. As of March 11, the official numbers count an excess of 120,000 cases in at least 114 countries. Eight countries, including the U.S., have more than 1,000 cases each, and community spread has been documented in several U.S. states.

Pandemic is the highest level of global health emergency and signifies widespread outbreaks affecting multiple regions of the world. However, the WHO statements remain hopeful that the pandemic can be controlled and the damage minimized by taking immediate aggressive steps.

The formal declaration of COVID-19 or any other infectious disease as pandemic tells governments, agencies and aid organizations worldwide to shift efforts from containment to mitigation. It has economic, political and societal impacts on a global scale, and the WHO takes extreme care when making this determination.

This formal declaration needn't incite fear or cause you to stockpile surgical masks. It doesn't mean the virus has become more infectious or more deadly, nor that your personal risk of getting the disease is greater. And it doesn't mean that efforts to fight COVID-19 are being abandoned. But it is an historical event.

REBECCA S.B. FISCHER is an Assistant Professor of Epidemiology, Texas A&M University. She is an infectious disease epidemiologist with training and experience in epidemiologic response (including outbreak response and rapid assessments), tropical diseases, and field methods. I have experience conducting surveillance and investigations for endemic and infectious diseases and am particularly interested in global health, emerging diseases, and international disease spread.

Miles morirían en Puerto Rico por el COVID-19 por OMAYA SOSA PASCUAL | Centro de Periodismo Investigativo

Este artículo fue publicado originalmente en periodismoinvestigativo.com | 25 de marzo de 2020

Desde hace días lo saben las más altas esferas del Gobierno y expertos en salud pública, pero nadie lo quiere decir abiertamente: miles morirían por el COVID-19 en Puerto Rico.

Al momento las proyecciones obtenidas de expertos por el Centro de Periodismo Investigativo (CPI) son sobreocogedoras. La más cautelosa apunta a que se podrían registrar unas 16,000 víctimas mortales durante la pandemia en la isla; el peor escenario se acerca a las 58,000 víctimas.

A solicitud del CPI el demógrafo experto en salud Raúl Figueroa calculó la cantidad de posibles muertes utilizando como base los estimados de contagio que ha ofrecido el Gobierno de Puerto Rico, así como las tasas de letalidad que han publicado los países que llevan la delantera en la pandemia, y la tasa de letalidad local que van arrojando las pocas pruebas que se han hecho en la isla desde que se hizo la primera prueba el 8 de marzo. Según los cómputos de Figueroa, en el caso de que Puerto Rico se acerque a la letalidad promedio mundial – que a la fecha es de 4.4% – morirían 27,000 personas en unos 12 a 18 meses. Si la epidemia se comportara aquí como en Italia, que tiene una población envejecida similar a la de Puerto Rico y la peor tasa hasta la fecha con 9.3%, serían 58,000 fallecidos en el mismo periodo.

En los próximos tres a seis meses, el escenario más probable sería de 1,400 a 12,000 víctimas, estimó Figueroa al vaticinar que Puerto Rico verá una explosión de casos en las próximas dos semanas.

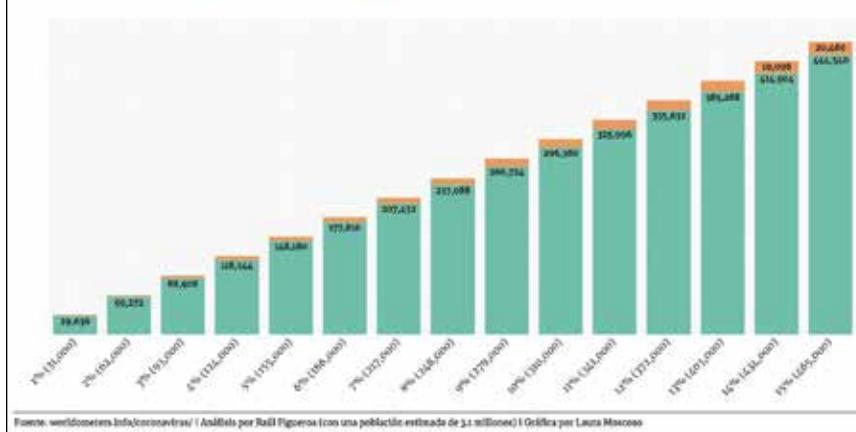
“La gente que va a morir es mucha, sobre todo si esto del aislamiento social no funciona”, sentenció.

Los estimados del demógrafo fueron validados por dos epidemiólogas consultadas por el CPI y, en gran medida, por el bioestadístico del *Task force* de COVID-19 y director de la Escuela de Epidemiología y Bioestadística del Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad (RCM) de Puerto Rico, Dr. Juan Carlos Reyes.

Posibles muertes en PR según % de letalidad a nivel global (4.4%)

Para un periodo de 12 a 18 meses

■ Posibles contagios ■ Posibles muertes en PR según nivel global (4.4%)



A preguntas sobre el tema, el Dr. Reyes dijo en entrevista con el CPI que el escenario más conservador proyectado por el *Task force* sería de unas 16,000 muertes y el escenario peor – que reconoce es uno medio a nivel mundial – 20,700 muertes en el mismo periodo de tiempo.

“No estamos lejos de esos números”, reconoció cuando vio las proyecciones hechas por Figueroa. Hizo hincapié en que las proyecciones del comité de epidemiología del *Task force* se basan únicamente en la experiencia de contagio y letalidad que tienen registrada en Puerto Rico con las pocas pruebas que se han logrado hacer hasta el momento.

Las otras dos epidemiólogas consultadas por el CPI – la Dra. Cruz María Nazario, del RCM y la Dra. Melissa Marzán, de la Ponce Health Sciences University (PHSU) – validaron las proyecciones haciendo las mismas salvedades que Reyes.

Nazario, por ejemplo, enfatizó que las cifras son estimados crudos, que no toman en cuenta las fluctuaciones por edad y sexo, pero indicó que es el tipo de proyección que se puede hacer dada la falta de pruebas hechas en Puerto Rico y de datos específicos sobre los casos positivos.

“El estimado de muertes está correcto”, indicó.

Por su parte, la Dra. Marzán validó el rango de posibles muertes proyectadas para los próximos tres a seis meses como las muertes directas que pueden esperarse en Puerto Rico en el pico de la epidemia, si las medidas de distanciamiento social logran reducir el avance del contagio.

Las expertas consultadas enfatizaron que las proyecciones y los escenarios dependerán de las medidas de contención que el Gobierno tome y de los recursos que pueda allegar al deteriorado sistema de salud del país. Sin embargo, coincidieron en anticipar que a lo que se puede aspirar es a bajar el número de muertes por el COVID-19, no a evitar que ocurra una cantidad significativa dada la realidad demográfica de Puerto Rico y del sistema de salud.

La epidemióloga Dra. Idania Rodríguez, quien ha trabajado en el Departamento de Salud y en el Instituto de Estadísticas de Puerto Rico, puntualizó además que la isla tiene una gran cantidad de habitantes mayores de 60 años y de personas con condiciones crónicas en todos los segmentos demográficos tales como diabetes, cáncer, hipertensión, enfermedades respiratorias y enfermedades del corazón, que han figurado en el segmento mayor letalidad en China, Italia y España. En Italia, por ejemplo, la tasa de letalidad por coronavirus entre los adultos mayores es de un 19%.

Las tres epidemiólogas dijeron en entrevistas por separado que el sistema de salud de la isla no podrá manejar la enorme cantidad de hospitalizaciones que ocurrirían, provocando muchas de las muertes de los pacientes severos en los segmentos vulnerables. Marzán sostuvo que estas serían muertes indirectas de la epidemia.

Estimados de cuántas personas se espera que estén hospitalizadas por COVID-19 simultáneamente en el pico de la epidemia, fluctúan entre las 30,000 y las 50,000 personas; Puerto Rico solo tiene 8,000 camas de hospital entre instalaciones públicas y privadas, por lo que el Gobierno ya busca alternativas para convertir otras propiedades donde ubicar camas temporeras de hospital para los pacientes, supo el CPI.

“¿Podríamos hospitalizar 50,000 personas a la vez? La respuesta es no y eso impactaría el estimado de muertes indirectas”, señaló Marzán al indicar que como lección del huracán María el Gobierno debió haber establecido esas definiciones antes del evento crítico, de manera que se pueda documentar apropiadamente la severidad de la epidemia. “Temo a que, al igual que el huracán, se va a tener que estimar las muertes a través del exceso de mortalidad durante el periodo de la epidemia” agregó.

Por su parte, la Dra. Nazario también enfatizó la falta de preparación por parte del Departamento de Salud (DS) que no tomó las previsiones desde que se supo del inicio de la propagación del virus en enero.

“Nosotros no nos preparamos, al igual que no nos preparamos para el huracán María. Teníamos que habernos preparado desde enero. Tenemos un atraso y, al igual que en María, la gente que se va a morir por el COVID-19 es básicamente porque no tenemos las suficientes camas de intensivo, ni nos preparamos”, sostuvo. Explicó que en un evento extraordinario de salud pública como la actual pandemia hay muertes que son inevitables, pero hay muertes que se pueden evitar si se ha planificado y si se han alineado los recursos a tiempo.

continued on next page

Miles morirían en Puerto Rico por el COVID-19 continued from previous page

Por su parte, la Dra. Marzán sostuvo que la cuarentena que se ha mantenido hasta la fecha en la isla sigue siendo una de intensidad media, pues aún permite la circulación de buena parte de la población, aunque sea para asuntos básicos como comida y gasolina. Estimó que al presente una de cada cuatro personas aún tiene movilidad, mientras que en el escenario más estricto posible sólo podría circular el personal de primera respuesta en una emergencia, o aproximadamente uno de cada ocho habitantes.

"Yo estoy bien preocupado porque siento que la gente está haciendo esto (la cuarentena) bien liviano. Es bien poca la gente está cogiendo esto en serio", agregó el Dr. Reyes del *Task force*.

Hasta el miércoles en la mañana se habían hecho 582 pruebas entre el Departamento de Salud, el Hospital de Veteranos y los laboratorios privados que comenzaron a hacer pruebas esta semana. Al momento hay 51 resultados positivos y 178 resultados en espera. A nivel global se estima que por cada caso positivo, hay entre cinco a 10 personas positivas que no han sido detectadas y una tasa de transmisión (personas que infectan a otras personas) de 2.3. Por esta razón el *Task force* estima que, al miércoles, 25 de marzo, en Puerto Rico hay entre 586 y 1,173 infectados, explicó Reyes.

Reyes sostuvo que el problema con la inaccesibilidad de las pruebas en Puerto Rico se reduce a que simplemente no hay pruebas moleculares disponibles en la isla (PCR), al igual que en Estados Unidos, y a que las pruebas rápidas que se solicitaron aún no han llegado. Según dijo, el Departamento de Salud tenía 1,000 pruebas de las cuales al miércoles debían quedar unas 642 tras las 358 que ha hecho la agencia porque no han recibido nuevas. Esta es la razón por la que se han estado concentrando en los casos severos, explicó.

Asimismo explicó que la limitación en el rastreo de las personas que han estado en contacto con los que han arrojado positivo responde a la falta de recursos en el Departamento de Salud e indicó que están reclutando estudiantes de epidemiología del RCM y de la PHSU para que comiencen a brindar apoyo en esta tarea a partir del jueves o el viernes de esta semana, y que una vez lleguen las pruebas rápidas intentarán hacerle las pruebas a esas personas, que es lo ideal, reconoció Reyes. La expectativa que tiene es que esto ocurra a mediados de la semana próxima.

Asimismo, afirmó que la postura del *Task force* es que una vez lleguen dichas 200,000 pruebas, se rieguen por toda la isla y se hagan también a las personas con síntomas leves o asintomáticos, que son las principales fuentes de contagio del virus porque se sienten lo suficientemente bien como para seguir yendo al supermercado, al banco, a comprar comida y a la farmacia, y continúan propagando el virus. Según indicó, la literatura científica sobre el tema, que ya es sólida, apunta a que el 79% de las personas que tienen el virus están siendo contagiadas por personas que tienen síntomas leves, y que el 86% de las personas está infectada y lo desconoce.

O sea, el problema mayor del contagio está en las personas que no enferman aunque tienen el virus, los llamados asintomáticos que siguen circulando y contagiando, no en las que enferman severamente, y que están contenidas en un hospital, dijo. Ahí está la importancia del llamado *contact tracing* o rastreo para reducir el ritmo de la propagación.

"De los que están atendiendo ahora mismo nosotros no estamos rastreando a nadie", señaló la Dra. Idania Rodríguez al enfatizar la importancia de identificar a esas personas que han tenido contacto con los casos que ya han arrojado positivo y ponerlos en aislamiento total. La epidemióloga también lamentó la falta de pruebas y datos en Puerto Rico porque impide identificar temprano dónde están los bolsillos de contagio.

"La consecuencia es que no sabes la magnitud de la enfermedad, y no identificas los que están a riesgo. No puedes tener las medidas de mitigación y contención, y estas personas pueden seguir transmitiendo la enfermedad", indicó.

Asimismo sostuvo que muchas de las medidas que está tomando la población, como utilizar mascarillas y guantes, lo que hacen es dar un falso sentido de seguridad y propender a una mayor propagación. Por ejemplo, si un cajero o un consumidor utiliza guantes, y con los mismos guantes agarra todos los productos de la compra y el dinero con el que pagan, que a su vez han sido tocados ya por muchas otras personas, el guante no tiene ningún efecto. Además, los productos contaminados luego los entra a su hogar y los vuelve a tocar, por lo que también pueden ser fuentes de contagio si no los limpia uno a uno con una solución de vinagre o jabón diluido.

"Hay factores que no están en ti, porque si alguien tocó algo en el supermercado, la infección va a seguir. Dura dos o tres meses, sería iluso pensar que esto en dos semanas se va acabar."

No hay forma de garantizar el no contagio, lo único que podemos hacer es todo lo posible por minimizarlo", finalizó.

OMAYA SOSA PASCUAL. Periodista investigativa con 20 años de experiencia que labora al presente como agente libre. Ha realizado trabajos para radio, Internet, televisión y por más de una década formó parte del equipo del diario **El Nuevo Día**. Sus escritos han sido publicados en diversos periódicos locales e internacionales y han sido galardonados por organizaciones periodísticas en Puerto Rico y el exterior. Fue presidenta del **Overseas Press Club**.

El **CPI** reconoce que el requisito fundamental para una verdadera democracia es que la ciudadanía esté bien informada y que existan entidades independientes con la capacidad de fiscalizar los poderes que accionan en la sociedad, sean públicos o privados. Si tiene una solicitud de investigación, queja, aclaración, 'orejita', prueba, inquietud, u observación sobre alguna información publicada por el **Centro de Periodismo Investigativo**, Email: info@periodismoinvestigativo.com Facebook: Centro de Periodismo Investigativo, Twitter: @cpipr Dirección postal: P.O. Box 6834 San Juan PR 00914-6834

VAYA CON

Saturdays 10AM
Domingo 7 pm

WHMP radio
1400 AM

bilingüe
arte, cultura, media
politics

Natalia Muñoz

MUÑOZ

Seven science-based strategies to cope with coronavirus anxiety

by JELENA KECMANOVIC

This article was originally published in **The Conversation** | March 10, 2020

As the SARS-CoV-2 virus continues its global spread and the number of diagnosed COVID-19 cases continues to increase, anxiety related to the outbreak is on the rise too.

As a psychologist, I am seeing this in my practice already. Although feeling anxiety in response to a threat is a normal human reaction, sustained high anxiety can undermine constructive responses to the crisis. People who already suffer from anxiety and related disorders are especially likely to have a hard time during the coronavirus crisis.

The following suggestions, based on psychological science, can help you deal with coronavirus anxiety.

1. Practice tolerating uncertainty

Intolerance of uncertainty, which has been increasing in the U.S., makes people vulnerable to anxiety. A study during the 2009 H1N1 pandemic showed that people who had a harder time accepting the uncertainty of the situation were more likely to experience elevated anxiety.

The solution is to learn to gradually face uncertainty in daily life by easing back on certainty-seeking behaviors.

Start small: Don't text your friend immediately the next time you need an answer to a question. Go on a hike without checking the weather beforehand. As you build your tolerance-of-uncertainty muscle, you can



work to reduce the number of times a day you consult the internet for updates on the outbreak.

2. Tackle the anxiety paradox

Anxiety rises proportionally to how much one tries to get rid of it. Or as Carl Jung put it, "What you resist persists."

Struggling against anxiety can take many forms. People might try to distract themselves by drinking, eating or watching Netflix more than usual. They might repeatedly seek reassurance from friends, family or health experts. Or they might obsessively check news streams, hoping to calm their fears. Although these behaviors can help momentarily, they can make anxiety worse in the long run. Avoiding the experience of anxiety almost always backfires.

Instead, allow your anxious thoughts, feelings and physical sensations to wash over you, accepting anxiety as an integral part of human experience. When waves of coronavirus anxiety show up, notice and describe the experience to yourself or others without judgment. Resist the urge to escape or calm your fears by obsessively reading virus updates. Paradoxically, facing anxiety in the moment will lead to less anxiety over time.

3. Transcend existential anxiety

Health threats trigger the fear that underlies all fears: fear of death. When faced with reminders of one's own mortality, people might become consumed with health anxiety and hyperfocused on any signs of illness.

Try connecting to your life's purpose and sources of meaning, be it spirituality, relationships, or pursuit of a cause. Embark on something important that you've been putting off for years and take responsibility for how you live your life. Focusing on or discovering the "why" of life can go a long way in helping you deal with unavoidable anxiety.

continued on next page

It's Tax Season...



... And we can save you money!



**W & E Accounting and Tax Services
236 Lyman St., Suite 201 / P.O. Box 1428
Holyoke, MA 01041**

Call Today! 413-534-3475

- Expert Tax Service • E-Filing Available
- Business and Personal Taxes
- Accounting & Bookkeeping • Bilingual – Spanish & English

Open all year around

Seven science-based strategies to cope... continued from previous page

4. Don't underestimate human resiliency

Many people fear how they will manage if the virus shows up in town, at work or at school. They worry how they would cope with a quarantine, a daycare closure or a lost paycheck. Human minds are good at predicting the worst.

But research shows that people tend to overestimate how badly they'll be affected by negative events and underestimate how well they'll cope with and adjust to difficult situations.

Be mindful that you are more resilient than you think. It can help attenuate your anxiety.

5. Don't get sucked into overestimating the threat

Coronavirus can be dangerous, with an estimated 1.4% to 2.3% death rate. So everyone should be serious about taking all the reasonable precautions against infection.

But people also should realize that humans tend to exaggerate the danger of unfamiliar threats compared to ones they already know, like seasonal flu or car accidents. Constant incendiary media coverage contributes to the sense of danger, which leads to heightened fear and further escalation of perceived danger.

To reduce anxiety, I recommend limiting your exposure to coronavirus news to no more than 30 minutes per day. And remember that we become more anxious when faced with situations that have no clear precedent. Anxiety, in turn, makes everything seem more dire.

6. Strengthen self-care

During these anxiety-provoking times, it's important to remember the tried-and-true anxiety prevention and reduction strategies. Get adequate sleep, exercise regularly, practice mindfulness, spend time in nature and employ relaxation techniques when stressed.

Prioritizing these behaviors during the coronavirus crisis can go a long way toward increasing your psychological well being and bolstering your immune system.

7. Seek professional help if you need it

People who are vulnerable to anxiety and related disorders might find the coronavirus epidemic particularly overwhelming. Consequently, they might experience anxiety symptoms that interfere with work, maintaining close relationships, socializing or taking care of themselves and others.

If this applies to you, please get professional help from your doctor or a mental health professional. Cognitive behavioral therapy and certain medications can successfully treat anxiety problems.

Although you might feel helpless during this stressful time, following these strategies can help keep anxiety from becoming a problem in its own right and enable you to make it through the epidemic more effectively.

Dr JELENA KECMANOVIC (Dr K.) is the founder and director of the Arlington/DC Behavior Therapy Institute and an Adjunct Professor in the Georgetown University Department of Psychology. She is an expert in Cognitive-Behavior Therapy (CBT) and Acceptance and Commitment Therapy (ACT). Dr K. writes a Psychology Today blog titled "From science to practice." Dr K. previously worked as a professor at George Mason University and Hood College, focusing on research and teaching. Her publications include academic articles and chapters dealing with anxiety, depression, relationships, and CBT. As a scholar, teacher, and practitioner, she is uniquely positioned to comment on ways to bridge the science-practice gap in psychology.

The War on Poverty continues: The series on poverty ends continued from page 2

Opinion Pieces Written by Miguel Arce and Walter Mullin

- January – Resolutions on Poverty and Socioeconomic Structures: Christmas and capitalism
- 2018**
- December – No safety net during Christmas: Christmas and Capitalism
- November – Food as commodity
- October – Voting suppression of poor people
- September – Supporting youth through cooperative community effort
- August – Sanctuary
- July – The betrayal of the poor
- June – Affordable housing support and production
- May – Unequal exposure to ecological hazards and environmental injustice
- April – Hunger in Western Massachusetts
- March – Leaving behind "Transitional Assistance to Families with Dependent Children"
- February – Taxes, the military and the assault on the poor
- January – Health disparities are making Americans sick
- 2017**
- November – Community Development: A grand challenge for Holyoke, Massachusetts
- October – Fatherhood in low income communities
- September – Honoring Hispanic Heritage
- August – Summer lives of children living in poverty
- July – The impact of the budget cutbacks on children in poverty: A death of a thousand cuts
- May – Affordable Care Act: Still the law of the land
- March -What Will be the reality of the housing assistance in the future?
- February – End Child Poverty: "It is easier to build strong children than repair broken men"
- January – Men and unemployment
- 2016**
- December – Future Social Response to Disparities in Springfield, Massachusetts
- November – Two Political Perspectives on Poverty in 2016
- October – National Political parties' positions on poverty
- September – Preparing Children for School
- August – Massachusetts budget shortfalls: The impact on the poor
- July – What differences does equitable school funding make?
- June – Homeless families
- May – Parents and schools: What's being poor got to do with it?
- April – Healthy environments help a person be Healthy
- March – Political thinking on the poor: The elephant in the room
- February – The cost of war on children living in poverty: An Imperative to end wars
- January – Privilege in Hampden County
- 2015**
- December - Why are the poor, poor?
- November - Parenting while living in poverty: Strength in the face of adversity
- October – Three Hampden County Latino Heroes to celebrate during Hispanic Heritage Month
- September – La pobreza y la salud mental de los niños
- August – Children and poverty
- July – Living in poverty: Erratic work schedule
- June – Transportation: Another challenge for the working poor
- May – How do you get a job when you are living in poverty?
- April – Budget cutbacks hurt children: Where are the investments?
- March – Housing counts
- February – Feed the children!
- January – Springfield and Holyoke send three Latinos to the Massachusetts State House
- 2014**
- November – Living on the outskirts of hope: A new war on poverty fifty years later
- October – A new chapter in the "War on Poverty", while income inequality is widening (with Orlando Isasa, MSW)
- August – The immigrant and migrant experiences in Holyoke: Similarities and differences
- July - Morgan School: The effect of de facto segregation
- June – Community development leaders in Holyoke, Massachusetts
- April – Residential segregation and the decline of political participation
- March – Holyoke is in crisis and where is the outrage?
- February – El Centro de Recurso para la Familia en Enlace de Familias
- January – The Work of Helping People Survive: Enlace's Family Resource Center





Tossed to the Wind: Stories of Hurricane María by MARÍA T. PADILLA and NANCY ROSADO

Gainesville, FL: University of Florida Press | April 7, 2020 | 208 pages

Framed by the stories of Hurricane Maria evacuees, *Tossed to the Wind* is the gripping account of the wreckage, despair, and displacement left in the wake of one of the deadliest natural disasters on U.S. soil. It is also a story of hope and endurance as Puerto Ricans on the island shared what little they had and the diaspora in Florida offered refuge.

Hurricane Maria hit Puerto Rico as a high-end Category 4, and the storm surge, flash flooding, and countless landslides created widespread devastation. One hundred percent of the island lost drinking water and electricity. More than 3 million U.S. citizens lived for months without power, making it the worst blackout in American history. The slow recovery led to a mass evacuation. Thousands gathered what they had left and traveled to Florida—already home to 1 million Puerto Ricans.

In *Tossed to the Wind*, María Padilla and Nancy Rosado interview Puerto Ricans from all walks of life who now live in Orlando and Kissimmee, who fight every day to pick up the pieces of their world after Hurricane Maria. In their own words, evacuees describe families living temporarily out of motels, parents anxious about providing for their children, children starting new schools, and everyone worried about the families and friends they left behind.

Told from the midst of chaos and incomprehensible loss, these are the stories—filled with pain and wisdom, sadness and laughter—that showcase the strength and resolve of Puerto Ricans.

Reviews

"Provides compelling narratives about the harrowing experiences of Puerto Ricans on the island during Hurricane Maria, the many failures of the government in addressing the crisis both there and among evacuees in the United States, and their resilience in searching for solutions."—Elizabeth Garcia, author of *Healing Memories: Puerto Rican Women's Literature in the United States*.

"A clear, accessible, insightful, and at times profound description of the experiences of Puerto Ricans displaced to Florida in the aftermath of the devastation created by Hurricanes Irma and Maria."—Charles Venator-Santiago, author of *Hostages of Empire: A Short History of the Extension of U.S. Citizenship to Puerto Rico, 1898–Present*.

"The power of this book is that we hear from Puerto Ricans in their own words—we hear about the challenges they faced during the storms and their aftermath as well as life after migration to Florida. An important read for anyone who wants to understand the experience of going through natural and man-made disasters."—Elizabeth M. Aranda, author of *Emotional Bridges to Puerto Rico: Migration, Return Migration, and the Struggles of Incorporation*.

María T. Padilla is the former editor of *La Prensa* in Orlando and founding editor of *El Sentinel*, the Spanish-language sister newspaper of the Orlando Sentinel. **Nancy Rosado** is a retired NYPD sergeant, whose disaster response experience includes 9/11, the Pulse Night Club and Parkland shootings, as well as hurricanes Katrina and Maria.



¿No sabes qué carrera profesional es la mejor para ti?

iSTCC te puede AYUDAR!

Visita nuestro servicio Career Coach.
Consigue detalles sobre las tendencias de empleos y salarios para cientos de trabajos actualmente en demanda en el área de Springfield y sus alrededores.



Admisiones (413) 755-3333 stcc.edu/career-coach

Para estudiar la Nueva Canción Puertorriqueña

por EDDIE JOEL PESANTE GONZÁLEZ y JOSÉ ANAZAGASTY RODRÍGUEZ

Este artículo fue publicado originalmente en **80grados** | 20 de marzo de 2020

Es difícil definir, y hasta nombrar, ese complejo fenómeno creativo conocido como el Movimiento de la Nueva Canción. Para empezar, este ha sido reconocido por varios nombres: canción protesta, canción comprometida, canción política revolucionaria, nueva canción, canción folclórica, canción popular, canción política, canciones de lucha y esperanza, canto libre o canto nuevo (Fairley 1984). Además, el uso de distintos nombres en diferentes países depende de las particularidades económicas, políticas, culturales y sociales de estos, así como de sus distintas culturas musicales. El uso de diversos nombres para referirse a la nueva canción está también vinculado a diversos conflictos entre cantantes, académicos, y reporteros, entre otros (Fairley 1984). Entre los músicos vinculados al movimiento, los debates respecto al nombre y otros aspectos de la nueva canción han sido producto de varios factores: las personalidades peculiares de los exponentes de la nueva canción; sus formaciones e influencias musicales; sus necesidades creativas y estéticas; la diversidad de sus compromisos políticos; y las diferencias de las culturas musicales de sus respectivos países.

A pesar de la diversidad de nombres es “nueva canción” el más usado. Como explica Fairley (1984) “nueva canción” se utiliza como un término general, una sombrilla bajo la cual se refugian muchos músicos. Sin embargo, este no es utilizado por todos los músicos vinculados a la nueva canción y tampoco por todos aquellos músicos cuya música está vinculada directa o indirectamente a las luchas políticas que inspiran su música. En Puerto Rico predomina precisamente el calificativo nueva canción, aunque como en otros lugares este no es el único nombre usado para referirse al movimiento.

La nueva canción es predominantemente un fenómeno latinoamericano, aunque se ha manifestado en Europa y Estados Unidos. Numerosos músicos– Violeta e Isabel Parra, y Víctor Jara de Chile, Pablo Milanés y Silvio Rodríguez de Cuba, Daniel Viglietti de Uruguay, Mercedes Sosa de Argentina, Chico Buarque de Brasil, artistas y grupos residentes en el exilio, Inti-Illimani y Karaxu en Europa, así como grupos como Altazor y Flor de Cana en los Estados Unidos– produjeron música designada nueva canción. En Puerto Rico, artistas como Roy Brown, Haciendo Punto en Otro Son, Zoraída Santiago Buitrago, Noel Hernández, Pepe Sánchez, Flora Santiago, Frank Ferrer, Estrella Artau, María Gisela Rosado, Antonio Cabán Vale “El Topo”, Américo Boschetti, Moliendo Vidrio, entre otros han sido vinculados al movimiento.

A pesar de su presencia en diversos lugares del mundo, han sido las manifestaciones cubanas, chilenas y argentinas de la nueva canción las más populares, así como las más examinadas por los estudiosos del movimiento. La nueva canción de otros lugares, incluyendo la puertorriqueña, ha sido apenas estudiada o comentada, quizás porque no logró la proyección y fama internacional de la argentina, la chilena o la cubana. Pero, la literatura existente sobre la nueva canción, aunque enfocada principalmente en esos tres países, nos ofrece algunas pistas, hechos, ideas y temas importantes para el estudio de la nueva canción puertorriqueña. Algunos de estos temas serán discutidos en el Primer Simposio de la Nueva Canción Puertorriqueña a celebrarse en el Recinto Universitario de Mayagüez el 2 de abril de 2020 en el Anfiteatro Figueroa Chapel.

Uno de estos temas son los elementos musicales de la nueva canción, incluyendo la fusión de géneros y estilos que la constituyen. Según Tumas-Serna (1992) la música de la nueva canción tiene una estructura de canciones relativamente simple que consiste en versos y coros, pero que varía ampliamente porque sus cantantes y compositores toman prestados elementos de una variedad de tradiciones musicales latinoamericanas, mezclando fuentes musicales amerindias, africanas y europeas. Se trata de un movimiento musical marcado por la hibridación o fusión de diversos



géneros musicales. El estilo, sonido, instrumentación, ritmo y letras de la nueva canción, como ya sugerimos, varían considerablemente de lugar en lugar, dependiendo de las músicas fusionadas. La presencia en la nueva canción de la música popular y folclórica de las regiones rurales de diversos pueblos latinoamericanos es notable, aunque esta también ha sido influenciada por la música urbana de América Latina y otros países (Tumas-Serna 1992). Para Velasco (2007), la nueva canción se produce entonces de acuerdo con las corrientes musicales locales y nacionales, aunque algo influenciada también por las corrientes regionales y globales recibidas por los cantautores. Esta hibridación de la nueva canción hace difícil definirla. Como explica Tumas-Serna (1992) es muy arduo delimitarla como un estilo musical porque la nueva canción oscila entre manifestaciones estilísticas distintas, variaciones que dependen de su procedencia nacional y de las particularidades del contexto en que se compone, se toca y se canta. Sin embargo, y a pesar de su especificidad nacional, los artistas en el movimiento reconocen la importancia transnacional de su música.

La nueva canción puertorriqueña también se nutre de diversos géneros musicales y estilos, tanto locales como internacionales, y tanto rurales como

continued on next page

Para estudiar la Nueva Canción Puertorriqueña continued from previous page

urbanos, una fusión apenas examinada. Esta se nutre de géneros y estilos locales como plena, bomba, danza, salsa, y la música criolla-jibara. Pero, también se nutre de estilos y géneros procedentes de otros lugares como *bossa nova*, la música de protesta estadounidense, blues, *nova cançao* catalana, reggae, jazz y rock (Medina 2010; Cancel-Bigay 2014; Santiago Buitrago 2013; Centeno 1996). Se trata de un movimiento musical que recoge la música y cultura nacional para mezclarlas con otras músicas del mundo y producir una nueva canción puertorriqueña con intenciones tanto artísticas como políticas. Por ejemplo, canciones como "Dime niña" de Roy Brown e "Isla nena" y "Seis Plena" de Haciendo Punto entre otro Son afirman lo nacional mediante estilos tradicionales, como la danza y la plena, pero con una instrumentación atípica para estos géneros, alterando además su estructura composicional. Estas canciones contienen además mensajes políticos, sociales y nacionalistas, otra renovación estilística.

La nueva canción es una expresión política que como explica Morris (1986) comenzó como una mezcla de formas musicales con letras socialmente relevantes cuyo fin es apoyar y promover el cambio social. Las variaciones de la nueva canción también manifiestan las condiciones sociales y políticas locales o nacionales. En consecuencia, el músico de la nueva canción participa activamente, y desde la izquierda política, en las luchas sociales de liberación y emancipación. La nueva canción puertorriqueña no es la excepción, pues muchos de los nuevos cantantes puertorriqueños han mostrado un claro compromiso con la izquierda, participando de las luchas a favor de la descolonización y la independencia de la antigua colonia. En efecto, como notó Schrils Wilson (2017), la nueva canción puertorriqueña ha sido una herramienta importante de expresión para los sectores independentistas. En Puerto Rico "lo político" está profundamente marcado por su larga y compleja historia colonial, una historia a cuyas consecuencias

responde la nueva canción, que proyecta y reafirma el ideario e imaginario independentista y anticolonial. Aparte de sus vínculos con el movimiento independentista, la nueva canción, tanto en Puerto Rico como en otros lugares, ha apoyado otros movimientos sociales, como los movimientos ambientalistas, antimilitaristas y estudiantiles. Es necesario entonces examinar la tematización y configuración de las luchas sociales en la nueva canción, así como sus propuestas de cambio social, y la participación misma de los músicos en las luchas sociales. Por supuesto, es necesario asimismo examinar cómo la recibe y evalúa el público, en particular el público independentista.

La nueva canción, en sus variadas y particulares formas, se originó en la década de los sesenta, una década marcada por las luchas sociales, conflictos y contiendas, estas tematizadas, representadas, comentadas y alegorizadas en la nueva canción (Velasco 2007). Esta se identificó con diversos movimientos sociales de la época, adoptando sus propuestas de cambio social. Según Velasco (2007) fue la lucha antimperialista y revolucionaria latinoamericana la que entonó y afinó la nueva canción, particularmente en sus inicios. Sin embargo, estas luchas sociales también mostraron matices diversos en la región, lo que también contribuyó a la diversidad y particularización de la nueva canción en distintos contextos nacionales. Como concluye la propia Velasco (2007: 150): "En síntesis, la Nueva Canción Latinoamericana se dio como un fenómeno continental, unido por sentimientos ideológicos afines que, debido a las circunstancias particulares de cada país, estuvo matizada por diversos elementos estéticos e ideológicos." Por esta razón, es puntual, como señala Velasco, examinar los procesos históricos claves, así como las luchas políticas, que nos ayuden a comprender el origen y desarrollo de la nueva canción, así como sus expresiones diversas. Esta representa entonces un registro de esa historia, así como un relato o comentario sobre procesos históricos. Debemos examinar la nueva canción en relación con esas luchas y procesos. En el caso de la nueva canción puertorriqueña es necesario examinar sus vínculos con la historia colonial de Puerto Rico y con la lucha independentista. Como un producto cultural que surge entre las décadas del sesenta y setenta, la nueva canción puertorriqueña recoge las problemáticas características de este periodo, a nivel nacional e internacional. Eventos centrales para su desarrollo lo fueron la lucha en contra el servicio militar obligatorio, el bombardeo de las islas-municipio Vieques y Culebra, el asesinato de Antonia Martínez Lagares, los rescates de terrenos, las luchas obreras, las manifestaciones estudiantiles a favor de la autonomía y en contra del militarismo de la UPR, las luchas ambientalistas, los movimientos de los derechos civiles en Estados Unidos, entre otros movimientos sociales. Esto también debemos entenderlo en relación con el origen y desarrollo de la Nueva Lucha por la Independencia, que inició luego del ataque al Congreso de los Estados Unidos en el 1954, y vinculada a la FUPI y al Movimiento Pro-Independencia (luego al Partido Socialista Puertorriqueño), entre otras organizaciones independentistas (Paralitici 2017). Nuevas formas de resistir y luchar surgieron en ese momento. La nueva canción puertorriqueña es una de esas formas de lucha.

La nueva canción fue un instrumento para articular estéticamente las luchas sociales y popularizar la ideología que habría de orientar la nueva era que se anunciaba en los sesenta, así como la formación del sujeto revolucionario, un sujeto político que reivindicaría las clases oprimidas (Velasco 2007). Para Tumas-Serna (1992) la música del movimiento de la nueva canción representa un esfuerzo concertado por parte de unos pocos músicos para lograr cambios sociopolíticos a través de una recuperación de la identidad nacional, rehecha a través de la música popular. Lo "nuevo," explica Tumas-Serna, no es lo prístino o novel, sino más bien las nuevas interpretaciones de viejas canciones y ritmos. La nueva canción, a través de su reconstitución de viejas canciones y tradiciones musicales, ha estado

continued on next page



Culture & Conversation

89.3 FM HAMPSHIRE COUNTY
91.9 FM HAMPDEN COUNTY
98.9 FM NORTHERN BERKSHIRES
89.5 FM SOUTHERN BERKSHIRES
91.7 FM FRANKLIN COUNTY
640 AM

npr NEPR.net

NEPR News Network
 News, Talk and Culture from
 NEW ENGLAND PUBLIC RADIO.

Para estudiar la Nueva Canción Puertorriqueña continued from previous page

desde sus orígenes contribuyendo a la articulación de las identidades nacionales latinoamericanas. Similarmente, plantea Zoraida Santiago Buitrago (2013) “lo nuevo” de la nueva canción reside en su variedad genérica, sus estructuras musicales, y sus combinaciones afuera del canon estilístico de la música popular puertorriqueña. Su transformación de la música, en tanto reta y cambia ese canon cultural, redefine asimismo la cultura y con ella la identidad nacional.

La producción de la identidad colectiva nacional es también un componente esencial de las letras de la nueva canción puertorriqueña, por lo que es importante examinar su participación en el proceso mediante el cual los puertorriqueños le atribuyen significados específicos a sus características étnicas y nacionales, y a sus vivencias y relaciones sociales. Las referencias de la nueva canción a la identidad nacional, sus significaciones y alegorizaciones de esta, reafirman y redefinen la identidad nacional. Singer (en Tumas-Serna 1992) sugiere que la vinculación del pasado, presente y futuro en la nueva canción está fundamentada sobre una base ideológica que entre otras cosas reafirma ciertos valores tradicionales y nacionales, dándoles continuidad, aun en el contexto de las fusiones, innovaciones y novedades que implica la nueva canción. Sin embargo, esa afirmación, como sugerimos anteriormente, también retoca la identidad nacional. Pero, las formas en que la nueva canción afirma y redefine la identidad nacional, y a quienes incluye o excluye de esa definición, ha sido apenas examinado por los humanistas y científicos sociales puertorriqueños. Es importante discernir la compleja relación entre la nueva canción puertorriqueña y la construcción de la identidad nacional.

La nueva canción es ciertamente nacionalista. Pero, es también muchas veces internacionalista, vertiéndose sobre Latinoamérica para producir no sólo identidades nacionales, sino además una conciencia pan-latina y una identidad latinoamericana. Es indudable que la nueva canción, incluyendo la puertorriqueña, redefinió lo político en términos de lo popular-nacional, pero afirmando además su solidaridad con las luchas políticas en América Latina y el resto del mundo. Estudiar el movimiento de la nueva canción puertorriqueña es entonces enfrentarse a un grupo de artistas que, a través de distintos recursos, particularmente musicales y estéticos, proponían defender la cultura y la identidad nacional, resistir el colonialismo, aliarse y defender diversas causas justas y enfrentarse al canon hegemónico de la música popular. Pero, lo hicieron sin perder de vista las luchas regionales e internacionales.

Nota del editor. Las referencias que acompañaban el artículo fueron excluidas de esta edición por razones de espacio y estilo. Pueden encontrarlas en www.80grados.net.

EDDIE JOEL PESANTE GONZÁLEZ es estudiante subgraduado del Programa de Literatura Comparada del Departamento de Humanidades de la Universidad de Puerto Rico, Recinto Universitario de Mayagüez. Es miembro del Centro de Investigación Social Aplicada investigando sobre el Movimiento de la Nueva Canción Puertorriqueña y parte del equipo organizador del Primer Simposio de la Nueva Canción Puertorriqueña.

JOSÉ ANAZAGASTY RODRÍGUEZ es Catedrático Asociado en el programa de Sociología del Departamento de Ciencias Sociales de la Universidad de Puerto Rico, Recinto Universitario de Mayagüez. Es co-editor, con Mario R. Cancel, de los libros **“We the people: la representación americana de los puertorriqueños 1898-1926** (2008)” y **“Porto Rico: hecho en Estados Unidos** (2011)."

Educación / Education**Stop & Shop responds to COVID-19 crisis with donation to help STCC students**

SPRINGFIELD, MA | SPRINGFIELD TECHNICAL COMMUNITY COLLEGE | March 24, 2020 – Stop & Shop donated \$2,500 to Springfield Technical Community College's (STCC) emergency food pantry for students in need.

The supermarket company's latest gift, a response to the threat the COVID-19 virus poses to economically disadvantaged students, adds to earlier donations.

Stop & Shop previously donated \$10,000 to the food pantry known as the Ram Cupboard. The latest contribution brings the total to \$12,500.

The STCC Ram Cupboard helps get food to economically disadvantaged students.

“We recognize the important role that food pantries play in the lives of students and their families. We felt it is integral that we offer additional aide to the STCC School Food Pantry as they continue to work with those economically impacted by COVID-19 by ensuring that they have access to food,” said Maura O’Brien, a spokesperson for Stop & Shop.

The Center for Access Services, which administers the Ram Cupboard, will work with students in need, connect them with local support agencies for immediate assistance and mail them a Stop & Shop gift card for additional support.

Jose Lopez-Figueroa, director of CAS, said the gift cards will fill a demand to get food to students who are struggling through the COVID-19 pandemic.

“We are grateful to Stop & Shop for their donation,” Lopez-Figueroa said. “This donation will help many students who are worried about getting food on their tables during this difficult time.”



This donation will help many students who are worried about getting food on their tables during this difficult time. José López-Figueroa, Director, Center for Access Services at STCC

CAS normally would deliver assistance in person, but Lopez-Figueroa will mail cards to students who send requests to CAS from their STCC student email account.

To avoid the spread of COVID-19, most STCC employees are working remotely and practicing social distancing.

On Friday, March 20, the Ram Cupboard was empty of all perishable and non-perishable food.

CAS provides STCC students with a broad range of non-academic supports. CAS staff help students overcome barriers that stand in the way of self-sufficiency, allowing them to succeed and stay in school.

Last fall, Stop & Shop made an initial donation of \$5,000 worth of gift cards to support the Ram Cupboard. The supermarket chain followed up with another \$5,000 before contributing the latest \$2,500 gift.

Stop & Shop has offered a school-based food pantry program to help reduce hunger among students in communities served by the company's more than 400 stores in the Northeast.

Stop & Shop works with pre-schools, grade schools and colleges to create a customized program based on the specific needs of the students and the school's infrastructure. The company's goal is to ensure that students have access to food.

STCC students who need help should contact CAS by emailing CAS@stcc.edu.

North End Coalition granted Judy Bonds Memorial Activism Award for work on Gerena School

BOSTON, MA | TOXICS ACTION CENTER | March 9, 2020 — On Saturday, March 7, Toxics Action Center granted the 2020 Judy Bonds Memorial Activism award to the North End Coalition for their work to win improvements to the Gerena Community School in Springfield, MA. The North End Coalition includes Women on the Vanguard, Neighbor to Neighbor, Arise for Social Justice, and the New North Citizens Council.

Water seepage has damaged the walls of a tunnel that goes under Interstate 91 and connects the Gerena School to Main Street in Springfield's North End neighborhood. The North End Coalition has been advocating for improvements at the Gerena School and won a major victory this January when MassDOT committed to spending \$2.5 million on repairs to damaged tunnels at the school.

Every year the Judy Bonds Memorial Activism award is granted to a New England environmental activist or activism group that has worked to fight environmental hazards in their communities.

"It's always great to see progress happening at Gerena. I will celebrate this win, and once the building has been fixed and our children are safe and healthy, I'll really celebrate," said Zulma Rivera, a community organizer with Neighbor to Neighbor and a mother of a student who attends the Gerena School.

The water damage has caused mold, which can cause a host of public health concerns.

The presence of mold can also exacerbate asthma, a major concern in Springfield, which the Asthma and Allergy Foundation of America ranked the asthma capital of the U.S. in 2019.

"This project has been a top priority for the School Committee during my time on the committee. The victory is that it was done by the community, for the community. The people united will never be defeated," said Maria Perez, the founder of the North End Coalition who was later elected to the School Committee.



Top row, l-r.: Víctor Cortés, Tanisha Arena, Carmen Concepción, María Pérez, Zulma Rivera, Juana Girona, Felicita Vera, and Syair Bey. Bottom row: Lena Entin, and Levai Taylor

"I want to thank everyone. Thanks to Toxics Action Center for giving us the award. If it weren't for all of us working together, it wouldn't have happened. This is a long time in the making—we've been fighting on this for 20 years. I am so happy for the children of our community. It'll be a healthier, safer school for our children," said Juana Girona, who is President of the New North Citizens Council and on the Board of Directors for both Arise for Social Justice and Toxics Action Center.

"Without the tireless work of community leaders in the North End Coalition, these improvements never would have happened," said Lena Entin of Toxics Action Center, the organization who gave the award to the North End Coalition and partnered with them on the campaign.

The repairs are intended to address the structural problems causing the mold and stop the seepage that is causing the damage. The damage to the tunnel has been a problem for more than 30 years.

"My daughter continues to walk through those tunnels on the way home from school. It's sad that they think this is normal for these kids to be in this contaminated building. It's been 30 years, and it's still not done," said Zulma Rivera.

Last Saturday, the award was presented to the North End Coalition and community groups involved in this fight at the 33rd annual Local Environmental Action Conference in Boston.

The North End Coalition continues this work in memory of Jafet Robles, a dedicated community organizer with Neighbor to Neighbor in Springfield who worked tirelessly to improve the Gerena School and died in 2017.

TOXICS ACTION CENTER believes that environmental threats are big, but the power of well-organized community groups is bigger. That's why we work side by side with everyday people to confront those who are polluting and harming the health of our communities. We partner with the people who are most impacted by environmental problems, training them with the know-how anyone would need to make change in their own backyard. Because when you and your neighbors know how to make change, you can build the power to transform your world. Learn more at www.toxicsaction.org

Judy Bonds was a coal-miner's daughter and one of the nation's leading activists in the anti-mountaintop removal movement. Judy has been fighting for social and environmental justice for Appalachian coal-fields since 1998. She won the Goldman Environmental Prize in 2003 for her continued work. She sadly passed away in 2011, and we are glad to present this year's Judy Bonds Memorial Activism Award to such passionate, dedicated community groups in her honor.



NEW ENGLAND PUBLIC RADIO.



TERTULIA
WITH HOST
RAQUEL OBREGON

SUNDAYS, 8 - 10 P.M.

npr NEPR.net

Amherst / Springfield / Hartford	WFCR 88.5 FM
North Adams	101.1 FM
Great Barrington	98.7 FM
Lee	98.3 FM
Pittsfield / Lenox	106.1 FM
Williamstown	96.3 FM

HCC Donating Personal Protection Equipment

HOLYOKE, MA | HOLYoke COMMUNITY COLLEGE | March 24, 2020 - In response to requests from area hospitals experiencing shortages of supplies, Holyoke Community College is preparing to donate surgical masks, isolation gowns, exam gloves and other personal protection equipment from its health science programs to help frontline medical professionals as they battle coronavirus.

HCC's Emergency Response Team has been coordinating with the Massachusetts Emergency Management Agency on the collection of supplies from the college's Health Sciences division and its division of Business & Workforce Development.

Late last week, the Western Mass Economic Development Council sent out a list of personal protection equipment (PPE) that Baystate Medical Center and other area hospitals are "in desperate need of."

"I know we have all been looking for meaningful ways to help out during these stressful times of COVID-19," said the message, which was sent out on behalf of WestMass president and CEO Rick Sullivan. "Our frontline medical professionals and first responders need our help."

The items HCC has been collecting include boxes of isolation gowns, exam gloves, masks, goggles, hand sanitizer, and microbial wipes from its nursing, radiological technology, veterinary technician, biology, forensic science and certified nursing assistant programs.

HCC police captain Dale Brown spent this afternoon conducting an inventory of the PPE supplies at the Campus Police station. He said he expected that a representative from MEMA would be picking up the items on campus very soon.



PHOTO by CHRIS YURKO: HCC police captain Dale Brown stacks boxes of personal protection equipment at the Campus Police station.

Ciencias / Science

African Americans, Hispanics less likely to receive recommended lung cancer imaging

AURORA, CO | UNIVERSITY OF COLORADO ANSCHUTZ MEDICAL CAMPUS | March 11, 2020 - The use of PET-CT imaging gives doctors the best possible picture of non-small cell lung cancer (NSCLC), and this accurate imaging helps to match patients with the best treatments. Unfortunately, not every NSCLC patient gets the recommended PET-CT imaging. Now a University of Colorado Cancer Center study published in the *Journal of the National Cancer Institute* shows an important predictor of PET-CT use: African American patients were only about half as likely as non-Hispanic whites to receive this important imaging; Hispanics received this imaging about 70 percent as frequently as non-Hispanic whites.



"We started from the perspective of outcomes: we know that Black and Hispanic lung cancer patients tend to not do as well as non-Hispanic whites. We wondered if there could also be differences in how these groups are imaged at diagnosis," says Rustain Morgan, MD, CU Cancer Center investigator and assistant professor in the CU School of Medicine Department of Radiology.

The study, with co-authors Sana Karam, MD, PhD, and Cathy Bradley, PhD, looked at PET-CT use and outcomes of 28,881 non-Hispanic Whites, 3,123 African Americans, and 1,907 Hispanics diagnosed with NSCLC between 2007 and 2015. To focus on potential ethnic/racial differences, the study controlled for factors including education level and socioeconomic status.

Rustain Morgan and colleagues show racial/ethnic disparities in use of important imaging during lung cancer diagnosis

"Our study showed a couple things," Morgan says. "First, it reaffirmed that patients who are imaged with PET-CT at diagnosis have better cancer-specific survival. Second, it showed there is a significant difference in who gets the recommended PET-CT at diagnosis. And third, it leads to more

questions, like what is driving this difference and are these disparities in adherence to imaging guidelines present in other cancers."

In cancer treatment, more advanced cancers generally require more aggressive treatments. Some earlier imaging strategies including chest radiography may identify a primary lung tumor but may not be sensitive enough to see smaller deposits of the disease, leading doctors and patients to underestimate a cancer's stage. Misidentifying a cancer's stage can lead to under-treating the disease, and possibly to worse outcomes.

"If African Americans and Hispanics aren't getting the best imaging, this could be a piece of the puzzle explaining why these patients with lung cancer tend to have worse outcomes than white patients," Morgan says.

He points to a couple possible explanations for these disparities. First, PET-CT machines are relatively specialized and expensive, meaning that not all hospitals have the capability to offer this imaging.

"For example, our safety net hospital, Denver Health, doesn't have a PET-CT machine. It is also rare for rural hospitals to have this equipment, which means patients would have to travel several hours to have their imaging," Morgan says. In fact, in addition to racial/ethnic disparities, Morgan's study also shows differences in PET-CT use based on the type of treatment facility: Patients treated at NCI-designated cancer centers were more likely than those treated at teaching hospitals and especially those treated at community cancer centers to receive PET-CT imaging.

"Another, and potentially even more problematic factor, could be unconscious bias is a driver of the differences we found," Morgan says.

Future studies hope to answer some of these questions. For example, Morgan is working with CU Cancer Center colleagues to plan a project examining the financial cost of inappropriate cancer staging. And, of course, now that a clearer picture of these disparities is starting to emerge, Morgan and colleagues hope to explore ways to ensure that all NSCLC patients receive the recommended imaging during the process of diagnosis.

"Now that we know more about this problem, we must find ways to address it," Morgan says.

PROTÉGETE DEL CORONAVIRUS Y OTRAS ENFERMEDADES INFECCIOSAS

Las enfermedades infecciosas como el coronavirus, la influenza y el micoplasma, amenazan constantemente nuestra salud.

Es importante prevenirlas en todo momento a través de hábitos saludables en el hogar, la escuela, cuando viajas y en todos los lugares que frecuentas.



**—CONTAGIA—
HÁBITOS
SALUDABLES**

Para más información sobre el Coronavirus
y otras enfermedades infecciosas
visita www.contagiahabitossaludables.com



DEPARTAMENTO DE
SALUD
GOBIERNO DE PUERTO RICO

SECRETARÍA AUXILIAR para
la PROMOCIÓN de la SALUD