

# SOCIO NOTICIAS



*Año del*  
**Socio**

**Auxilio Mutuo:  
Honrosas  
Raíces**

Presidente de la  
Junta de Síndicos de la  
Sociedad Española de  
Auxilio Mutuo y Beneficencia  
de Puerto Rico



Cuando hace veinticinco años tuve el inmenso honor de asumir la presidencia de esta benemérita y centenaria Institución, expresé, en mi primer mensaje, esta reflexión que he pretendido que fuese el espíritu de todas mis actuaciones:

*“Quisiera hoy fijar con fuerza en nuestras mentes y en nuestras ‘paredes’ esta palabra: HUMANIDAD; porque estoy seguro que habiendo humanidad para nuestros socios, humanidad para nuestros enfermos y humanidad para con los demás, todo logro será exitoso, la ciencia será superada, el servicio será más perfecto y amoroso y, al final, la Humanidad será más feliz”.*

Por eso, quiero rememorar en este **Año del Socio** el grandísimo mérito de aquellos hombres de bien que, inspirados únicamente de su sentimiento de honda caridad y del amor a sus compatriotas, decidieron aunar esfuerzos para aliviar las penurias de aquellos inmigrantes, procedentes de la Península Ibérica, carentes de recursos y de ayuda familiar; y que dieron de sí, todo; cada uno dentro de su personalidad y de sus medios, para dotar a Puerto Rico de esta Institución, el Auxilio Mutuo, un lugar adecuado donde poder remediar la escasez de instalaciones y de atenciones sanitarias.

Aquellos ilustres varones sabían bien que la creación de una Sociedad de Auxilio Mutuo y el correspondiente Sanatorio, para los futuros Socios, españoles y puertorriqueños, habría de ser el mejor y el más permanente legado civil para esta querida Isla de Puerto Rico.

Esta cristiana idea fundacional, de solidaridad y mutua ayuda, fue entusiásticamente respaldada por un nutrido grupo de 187 Socios, considerados Fundadores, que dieron aliento y vida, en el año 1883, a la recién nacida Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico.

Después de 134 años de existencia, y gracias a la desinteresada dedicación altruista de las sucesivas Juntas de Directores, sigo creyendo firmemente en la consigna que ha sido y sigue siendo lema de mi ejecutoria presidencial: HUMANITARISMO Y PROGRESO, como claves del progresivo desarrollo que el **Auxilio Mutuo** viene experimentando en la oferta de sus instalaciones y Servicios médico-hospitalarios, beneficiando a la gran matrícula de Socios, que sigue aumentando y confiando en las ventajas que representa el pertenecer a esta prestigiosa Sociedad.

En este **Año del Socio**, como queda consignado en la Proclama, los Miembros de la Junta de Síndicos y un servidor, deseamos continuar reafirmando, honrando y emulando los nobles principios que inspiraron el nacimiento de nuestra centenaria Institución.

Enrique Fierres González

## SOCIEDAD ESPAÑOLA DE AUXILIO MUTUO Y BENEFICENCIA DE P.R. JUNTA DE SÍNDICOS 2017

### PRESIDENTE

Don Enrique Fierres González

### VICEPRESIDENTES

Don Ángel Cocero Sánchez  
Don Juan Leizán López  
Don Valentín Valderrábano Bárcena  
Don Bruno Herreras Díaz  
Don Ramón Delgado Ruibal  
Don Francisco Carballo Losada

### SECRETARIO

Don Jesús Vargas Domínguez

### SUBSECRETARIO

Don Ramón Méndez Pérez

### TESORERO

Don Emilio Torres Antuñaño

### SUBTESORERO

Don Fernando del Llano Sobrino

### VOCALES

Don Casimiro de la Torre Pampliega  
Don Moisés Suárez Fernández  
Don Adolfo Trapote Carlón  
Don Rafael Gamo Sánchez  
Don Bernardo Busto Pérez  
Don Antonio R. Escribá Oliver  
Don Luis E. Cid Abradelo  
Don César Santos Rivera  
Don Eliezel Rodríguez Seda

Doña Milagros Romero Acha  
Don José Gómez León  
Don Telesforo Fernández Martínez  
Doña Olympia C. Yapur-Berges  
Don Joaquín Quiñoy Ortiz  
Don José Gil-Rodrigo Montaner  
Don Pascual Merlos Chicharro  
Don Rafael A. Vilá Carrión

### PRESIDENTE COMISIÓN DE SOCIOS

Don Francisco Carballo Losada

Con ocasión de estar cumpliendo Don Enrique Fierres González, el honroso cargo de Presidente de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico, durante veinticinco años consecutivos, reproducimos el expresivo mensaje que con tal motivo nos envía el Embajador y Cónsul General de España en Puerto Rico, Excmo. Sr. Don Tomás Rodríguez-Pantoja Márquez.

Mensaje del  
Cónsul General  
de España  
en Puerto Rico



**V**einticinco años dirigiendo una Institución como la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia, cuyo fin último es procurar el bienestar ajeno, requieren una alta dosis de altruismo y entrega. El hecho de ofrecer una atención desinteresada al prójimo, aun cuando dicha actividad resulte incluso contraria a la propia tranquilidad y descanso, es algo que dignifica a la persona y engrandece su figura.

Enrique Fierres lleva un importante periodo de su vida entregado a la tarea de procurar el bien ajeno ofreciendo desinteresadamente su trabajo y su esfuerzo a los demás, sin prestar excesiva atención al bienestar propio. Su actitud llega a ser un ejemplo a seguir en un entorno social como en el que actualmente nos movemos, donde con demasiada frecuencia se anteponen los aspectos materiales y el

consumismo a valores más elevados, lo que en definitiva no conduce, en la mayoría de los casos, sino a una falsa felicidad y en ocasiones a un profundo sentimiento de frustración.

Esta firme disponibilidad de Enrique Fierres a adquirir compromisos y cumplir con las obligaciones, voluntariamente asumidas, que aquellos conlleven, es una muestra de enorme generosidad y servicio hacia los demás. Ello me hace sentir legítimamente orgulloso de poder contar con su amistad e intensifica, si cabe, mi aprecio por él, que quisiera dejar patente en fecha tan señalada como es la conmemoración de un cuarto de siglo de su mandato como presidente de la Junta de Síndicos del Auxilio Mutuo.

**Tomás Rodríguez-Pantoja**  
Cónsul General de España

Sin duda, la opinión aquí manifestada por este distinguido diplomático es compartida igualmente por las diferentes colectividades españolas con residencia en esta hermosa Isla, por el gran número de amigos y relacionados de la ciudadanía puertorriqueña y sobre todo, por varios miles de Socios que al día de hoy integran la matrícula de esta Sociedad. En nombre de todos ellos.

¡Muchas Felicidades, Sr. Presidente!

La Junta de Síndicos, la Comunidad Religiosa del Hospital y la Gran Familia del Plan de Socios felicitan afectuosamente al

**PRESIDENTE, DON ENRIQUE FIERRES GONZÁLEZ**

por estos Veinticinco Años de arduo trabajo, grandes logros y ejemplar dedicación por el engrandecimiento de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico y formulan para Ud. los más sinceros deseos para que se cumplan sus aspiraciones y la consigna de su presidencia:  
HUMANITARISMO Y PROGRESO

**¡Muchas felicidades, bendiciones y éxitos!**



Presidente de la  
Comisión de Socios de la  
Sociedad Española de  
Auxilio Mutuo y Beneficencia  
de Puerto Rico



**S**eguimos celebrando nuestro año, el Año del Socio 2017, y no podemos pasar por alto el reconocimiento a la labor y el esfuerzo de nuestro presidente Don Enrique Fierres, quien ha dedicado durante 25 años de su vida sus energías para darle continuidad a lo que nuestros fundadores dieron vida en su momento. Don Enrique Fierres hace que nuestra misión de entrega por nuestros socios y pacientes, sea una realidad y no un verso más en nuestra querida institución. A él, nuestros respetos y agradecimiento por su excelente valor. ¡Enhorabuena!

Y hablando de reconocimiento, y como señalé al principio, en ocasión de la celebración del año del Socio 2017, queremos recordarles los beneficios de ser parte del Plan de Socios de Auxilio Muto. Verdaderamente, nuestro plan de salud, es uno muy completo y cuenta con el respaldo del Hospital Español Auxilio Mutuo, que nos da acceso a una distinguida Facultad de sobre 600 médicos que están a disposición de nuestros socios. Recientemente, el Hospital incorporó el Trasplante Alogénico, que ha captado la atención de toda la comunidad puertorriqueña por ser la única institución en Puerto Rico que ofrece este servicio. Felicitamos al equipo de Trasplante de Médula Ósea que recientemente fue reconocido por la Asociación de Hospitales como Héroes del Hospital Español Auxilio Mutuo.

El verano ha llegado, y como tal queremos que nuestros socios viajen seguros y saludables. En esta edición

les ofrecemos algunos consejos para ese viaje tan esperado. Además, preocupados por su seguridad ante el uso de las piscinas en esta temporada, les exhortamos a que lean nuestro artículo: 'Seguridad en el uso de los productos químicos para las piscinas. Protéjase de lesiones'.

En esta edición también damos la bienvenida a Sor María Teresa, quien fuera designada como Superiora (o Hermana Sirviente) de la Comunidad Religiosa de Hermanas del Hospital Español Auxilio, quienes dedican su vida al servicio de Dios y a nuestros socios. ¡Bienvenida!

Expresamos nuestro profundo agradecimiento a Sor Juanita Flores, pasada Superiora, y quien de manera consecuente dedicó sus años en el Hospital al cuidado de nuestros socios.

Esperamos que esta su edición de SocioNoticias sea de su agrado y les resulte de utilidad.

En nombre de sus socios en salud,

**Francisco Carballo Losada**

## SOCIO NOTICIAS

Revista Oficial del Plan de Socios de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico

SOCIONOTICIAS ES  
PRODUCIDA POR:



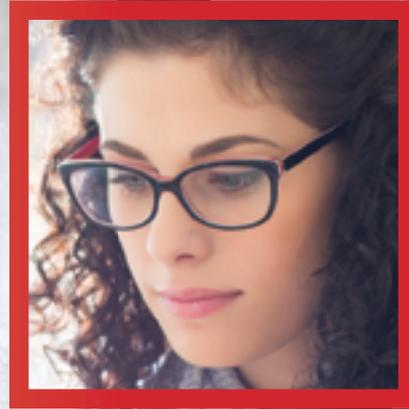
DIRECTOR AUXILIO PLAN DE SOCIOS  
**Lcdo. Carlos A. Santiago**

GERENTE DE PRODUCCIÓN  
**Jean Carlos González**

DISEÑO GRÁFICO  
**Enrique Carrión**



**Centro de Contacto:**  
**787.773.1222**



## ■ Marca el riesgo borra el cáncer.

El cáncer es la principal causa de muerte en Puerto Rico y su incidencia va en aumento.

**La detección temprana puede salvar tu vida.**

**Completa este quiz y da el primer paso para prevenir o detectar el cáncer a tiempo y así aumentar tu posibilidad de vencerlo.**

- Fumo o dejé de fumar hace 15 años o menos
- Hay historial de cáncer en mi familia inmediata
- Nunca me he hecho una mamografía y tengo más de 40 años
- Tengo una nueva masa o protuberancia en el seno
- He visto sangre en mi orina o en el semen
- Tengo más de 50 años y nunca me he hecho una colonoscopia
- Tengo la enfermedad de Crohn / Colitis ulcerosa
- Siento dolor en el seno o pezón
- Tengo 50 años y no me he hecho una prueba de próstata (PSA) en más de un año



**Si marcaste uno o más** de estos factores de riesgo debes visitar nuestra clínica de medicina preventiva.

**Haz tu cita hoy y borra la duda.**

Llama al **787.758.2000** ext. 3503



**Auxilio Mutuo**

El Gran Hospital de Puerto Rico

## DEJANDO HUELLAS

Toma de Posesión de la Junta de Síndicos  
15 de enero de 2017

Balance pastoral

Socios Fundadores del Auxilio Mutuo

Significativo relevo en la Comunidad de Hermanas

6

7

8

10



6

## DESDE LA OFICINA DE SOCIOS

Beneficios de ser Socio: acceso a nuestro  
proveedor principal, Hospital Español Auxilio Mutuo

11

## VIDA EN SALUD

Viajes de verano seguros y saludables

12

Seguridad en el uso de productos químicos  
para piscinas

14

Identifique los signos del autismo y actúe rápido

15

Presión arterial no controlada pone en riesgo  
a 5 millones de adultos mayores de 65

17

El debate de las vacunas

19

Comunicación en acción

20

La Quiropráctica: Máxima prevención para sus niños

21



15

## AUXILIO PARA NUESTRA COMUNIDAD

Auxilio Plan de Socios apoya pacientes de la  
Asociación de la Distrofia Muscular

22

Descuentos

23

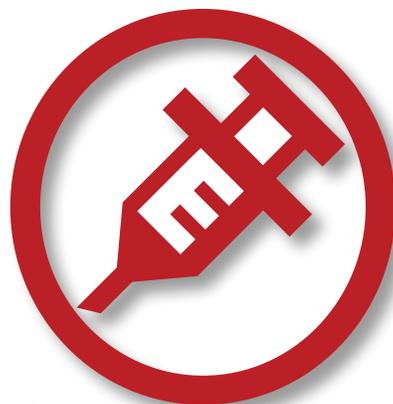
Pre-arreglo funeral: alternativa avalada  
por la fe católica

25



17

22



19



El Presidente y la Junta de Directores del Hospital Español Auxilio Mutuo, el Presidente y Miembros de la Facultad Médica, el Administrador, Miembros del Staff Ejecutivo y el Personal del Hospital reconocen, agradecen y felicitan a

## **DON ENRIQUE FIERRES GONZÁLEZ**

Con motivo de cumplir Veinticinco Años consecutivos como Presidente de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico.

La Gran Familia del Hospital se siente muy honrada por este feliz acontecimiento, y con legítimo orgullo valora el enorme mérito y cualidades humanas que le distinguen, reconociendo la gran labor y el prestigio alcanzado durante esta prolongada etapa de su presidencia al frente de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico.



***¡MUCHÍSIMAS FELICIDADES, SR. FIERRES!***

# Toma de Posesión de la Junta de Síndicos

15 de enero de 2017



Desde la izquierda: Don Tomás Rodríguez Pantoja-Márquez, Embajador y Cónsul General de España en Puerto Rico; Don Enrique Fierres González, Presidente de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Monseñor Roberto González Nieves, Arzobispo de San Juan.

***Por Don Casimiro de la Torre Pampliega***

*Junta de Síndicos*

**Como ya es** tradicional, y así está establecido en el Reglamento de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico, en el primer mes del año, (en este caso el día 15 de enero de 2017) tuvo lugar, la ceremonia oficial de la Toma de Posesión de la nueva Junta de Síndicos, que fue electa en la Asamblea General de Socios celebrada el domingo 4 de diciembre de 2016. Esta actividad social, estuvo precedida, como también es una tradición secular, por una Misa Solemne de Acción de Gracias, oficiada por el Capellán de la Institución, el Rvdo. P. Francisco Javier Marrodán, C.M. en la hermosa capilla del Hospital.

Actuó de maestro de ceremonias el Síndico, Don Casimiro de la Torre Pampliega, y durante el acto protocolario pronunciaron expresivos mensajes: la Superiora

de la Comunidad Religiosa de Hermanas, Sor Juanita Flores Lugo, H.C.; el Presidente de la Facultad Médica del Hospital Auxilio Mutuo, Dr. Maximino Linares Castro; el Presidente de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico, Don Enrique Fierres Gonzalez, cerrando el acto, el Embajador y Cónsul General de España en Puerto Rico, Excmo. Sr. Don Tomás Rodríguez Pantoja-Márquez, quien elogió la trayectoria y ejemplares logros de esta Institución centenaria.

Antes de concluir el protocolo de este acto social, el maestro de ceremonias quiso que no pasara inadvertido, el subrayar en esta solemne ocasión, el reconocimiento y gratitud de todos los que forman parte de la Gran Familia del Auxilio Mutuo, por la ingente e inestimable labor realizada por el Presidente de esta honorable Sociedad, Don Enrique Fierres Gonzalez, quien, durante 25 años consecutivos ha presidido la Junta de Síndicos de esta Sociedad.



Desde el primer momento de asumir la presidencia, en el año 1992, Don Enrique Fierres quiso definir como lema de su futura actuación el Humanitarismo y Progreso, como queda evidenciado en la excelente trayectoria, durante este cuarto de siglo, de sacrificada y desinteresada dedicación y entrega, trabajando celosamente por el engrandecimiento de esta prestigiosa Institución.

Estos dos significativos vocablos, Humanitarismo y Progreso, han caracterizado la impronta o rasgo distintivo que ha marcado su actuación durante estos veinticinco años consecutivos, dejando, en tan dilatado recorrido presidencial, para beneficio de la gran matrícula de Socios y de la ciudadanía en general, una impresionante transformación estructural, tanto en ampliaciones o reformas de instalaciones, como la puesta en funcionamiento de nuevos servicios, dotados con las más avanzadas tecnologías médico-quirúrgicas, en este Hospital Español Auxilio Mutuo, orgullo para esta querida Institución, la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico.

El prestigio personal y el encomiable desempeño de Don Enrique Fierres González como Presidente de esta Benemérita Sociedad, es reconocido y admirado, no solamente por toda la comunidad puertorriqueña

y española, sino también por su destacada labor profesional, social y humanitaria, reconocida asimismo por el Ministerio de Asuntos Exteriores y Cooperación del Gobierno de España, que, durante un elegante acto social celebrado en Madrid en el año 2014, para homenajear al exclusivo grupo de los 100 españoles 'Marca España', que residen y/o trabajan en los cinco continentes, distinguió a nuestro Presidente, Don Enrique Fierres González, por su popular ejecutoria, valores cívicos y ejemplar altruismo, que honran la imagen de España en su lugar de residencia y trabajo, en este caso en esta bella Isla de Puerto Rico.

La Junta de Síndicos y toda la Gran Familia del Auxilio Mutuo, al admirar y reconocer los méritos que adornan y ennoblecen la personalidad y el perfil biográfico del Presidente, Don Enrique Fierres González, nos unimos en sincera y cordial felicitación y le deseamos las mejores venturas y éxitos personales y profesionales.

Tras estas expresiones de reconocimiento y felicitación, todos los invitados al acto de la Toma de Posesión, puestos en pie, tributaron un prolongado y cerrado aplauso a quien ha marcado un "hito histórico presidencial" al frente de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico. iiiFELICIDADES!!! SN

## BALANCE PASTORAL

**Por el indudable valor** informativo y estadístico que distingue la labor pastoral que se practica y desempeña en esta Institución, de clara orientación católica, destacamos, en forma resumida, el balance de la actividad pastoral, realizada con los pacientes hospitalizados, por el Capellán del Hospital, el Rvdo. P. Francisco Javier Marrodán, C.M. durante el pasado año 2016.

- **Pacientes atendidos en habitación y oficina...4.119**
- **Administración del Sacramento**
- **Unción de los Enfermos.....2.509**

Además de estos reveladores datos, habrá que añadir el número de misas diarias y dominicales, participación en conferencias, reuniones y charlas de orientación y otros actos ecuménicos, donde habitualmente se requiere su presencia.



Asimismo, resulta imprescindible resaltar la invalorable y meritoria colaboración que en la labor de ayuda pastoral realizan a diario las Hijas de la Caridad de la Comunidad Religiosa del Hospital.

Estos datos informativos pueden verificarse en el registro de los servicios pastorales de la Capellanía del Hospital Español Auxilio Mutuo. SN

# Socios Fundadores del Auxilio Mutuo



*Por Don Casimiro de la Torre Pampliega  
Junta de Síndicos*

**En este Año del Socio,** y en la sección 'Dejando Huellas' de nuestra Revista Oficial SOCIONOTICIAS, resulta oportuno recurrir a la memoria histórica de la Institución y valorar el mérito que representó la decisión de fundar la Sociedad de Auxilio Mutuo, por aquel entusiasmado grupo inicial, formado por los miembros de la Primera Junta de Directores y un nutrido número de caballeros españoles.

Según aparece en los registros de la Sociedad, en la primera lista elaborada y publicada en el mes de abril de 1883, se relacionan los primeros 187 nombres de los socios, que, verdaderamente pueden ser

## PRIMERA JUNTA DE DIRECTORES

**Año 1883**

### Presidente

Don Enrique Vijande y Loredo

### Vice-Presidente

Don Gorgonio Bolívar

### Secretario

Don Jacinto Aqueza

### Vocales

Don Antonia Acha

Don Cándido Guerrero

Don Ricardo Alonso

Don Ricardo Mendizábal

Don Higinio Troncoso

Don Benigno Trueba

Don Ricardo Gándara

Don José Cerra

Don Pedro Comas

Don Joaquín Padín

Don Francisco Faura

Don Álvaro Domínguez

Don Enrique Vázquez

Don Celestino Villamil

Don Manuel Egozcue

Don Juan F. Garicano

Don Pedro Santisteban

Don Francisco Hernáiz Lezcano

Don David González

Don José María González

considerados como los Socios Fundadores del Auxilio Mutuo.

Este grupo de nobles ciudadanos, de humanitarios y cristianos sentimientos, aportando donativos de la colonia española y las modestas cuotas mensuales como socios del recién nacido Auxilio Mutuo, constituyeron un sólido cimiento "para poder sostener el establecimiento sanitario de forma decorosa y cumplir su misión humanitaria, llena de amor al prójimo".

Por tratarse de una interesante curiosidad histórica, muy relacionada con la persona del Socio, reproducimos la mencionada lista de los primeros 187 nombres que formaron parte del nacimiento de esta Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico. Estamos seguros que algunos socios/ actuales encontrarán el nombre de algún antepasado familiar o conocido que figure en esta honrosa relación de Socios Fundadores. **SN**



## El Auxilio en San Juan

Primer sanatorio de la Sociedad Española de Auxilio Mutuo y Beneficencia de Puerto Rico que estuvo ubicado en la casa número 82 de la calle Fortaleza en el Viejo San Juan. (Año 1883)



## El Auxilio en Santurce

Antigua casa en la Avenida Ponce de León, esquina calle del Parque, de Santurce, donde estuvo el Auxilio Mutuo antes del 1910, año que se trasladó a su residencia actual en Hato Rey.

## SOCIEDAD ESPAÑOLA DE AUXILIO MUTUO Y BENEFICENCIA

### Relación de los verdaderos socios fundadores del Auxilio Mutuo, a quienes se les extendió el primer recibo de cuota el 26 de abril de 1883.

1. Policarpo Ateca	48. Juan Conill	96. Isidoro Llona	143. Eusebio Rodríguez
2. Román Ateca	49. José Cerra	97. Miguel Llaneras	144. Victoriano Rodríguez
3. Saturnino Ateca	50. Domingo Domínguez	98. Luis Martínez	145. Juan Antonio Rodríguez
4. Esteban Alonso	51. Ramón Domínguez	99. P. Martorell Faure	146. Ricardo Rodríguez
5. Fernando Ahumada	52. Álvaro Domínguez	100. Modesto Munitis	147. Guillermo Roselló
6. Hermenegildo Álvarez	53. Juan Diez de Andino	101. Vicente Nomporell	148. Gustavo Roig Colomer
7. Francisco Álvarez	54. Avelino Elizalde	102. H. Martínez	149. Oscar Rafols
8. Marcelino de Nate	55. José Español	103. Florentino Moldes	150. Luis de la Rosa
9. Generoso Álvarez Alonso	56. Manuel Egozcue	104. Miguel Monceny	151. Francisco Recondo
10. Pedro A. Arbona	57. Joaquín Fontán	105. Ramón Méndez	152. Abel Recio
11. Domingo Álvarez	58. Manuel Fernández	106. José F. Murias	153. Arturo Raymat
12. Ricardo Alonso	59. Francisco Faura	107. Antonio Méndez	154. Luis Ratier
13. M. de Anzorandía	60. Raimundo Faura	108. Manuel Martínez	155. Pío Rechani
14. Francisco Armengol	61. Cosme Fernández	109. Manuel Méndez	156. José Rodríguez Montes
15. Eduardo Arruza	62. José Fortuño	110. Antonio Mayol	157. Alejandro Suárez
16. Vicente Aguirre	63. Candido Fernández	111. José Mendín Pereira	158. Gumersindo Suárez
17. Manuel Acha	64. Francisco Font	112. Julián Munsuri	159. Pecho Schira
18. Antonio Acha	65. Bernardo Fontela	113. José Martínez	160. Joaquín Solanes
19. Jacinto Aquenza	66. Plácido Fernández	114. Domingo Martínez	161. Bernardo Salvá
20. Manuel Álvarez	67. Francisco Fossas	115. Manuel Mogo	162. Pedro Santisteban
21. Romero Barredo	68. José B. González	116. Ricardo Mendizábal	163. Juan Sexto
22. José M. Blanco	69. Nicasio García	117. Patricio Nieto	164. Ángel Suárez
23. Andrés Bordoy	70. Juan B. Gaviño	118. Antonio Oliva	165. Basilio de Santiago
24. Francisco Barceló	71. Anfiloquio Gándara	119. Casimiro Orcasitas	166. Víctor Suárez Veiguela
25. Ramón Benito Vicente	72. Anselmo González Padín	120. Mauricio Otaegui	167. Manuel Suárez González
26. Valentín Barquín	73. José González	121. Víctor Ochoa	168. Higinio Troncoso
27. Pedro Bolívar	74. José M. González	122. Ramón Olivar	169. Eduardo Troncoso
28. Gorgonio Bolívar	75. José Gándara	123. Ricardo Otero	170. Benigno Trueba
29. Benito Baquero	76. Ricardo Gándara	124. Bonifacio Prieto	171. Domingo Targa
30. Florindo Cividanes	77. Ramón González Gómez	125. Tomás Perera	172. José B. Trigo
31. José F. Campoamor	78. Rafael Gil	126. José Portela	173. Jaime Tomás
32. Leopoldo Cerecedo	79. Juan F. Garicano	127. Conrado Palau	174. Antolín Troncoso
33. Antolín Cividanes	80. Francisco V. González	128. Cándido Pérez	175. M. de Tellechea
34. Gustavo Conde	81. José González Pacheco	129. Laureano A. Prado	176. Manuel Fons
36. Clemente Clós	82. José González	130. Remigio Pérez	177. José Trueba
37. Rodrigo Conado	83. Cándido Guerrero	131. Juan Pizá	178. Luciano Uría
38. Inocencio Carrera	84. A. David González	132. Guillermo Picorne	179. Severo Vicente
39. Juan Carrera	85. Ramón González Mordazo	133. Domingo Pardiñas	180. Avelino Vicente
40. Jaime Cervera	86. Francisco Hernáiz	134. Ramón Pérez	181. Vicente de Vicente
41. Vicente Cortés	88. Manuel Irastorza	135. Caudio Pomar	182. Ricardo Veloso
35. Antonio Cubelo	89. José Lezcano Torres	136. Joaquín Padín	183. Celestino Villamil
42. Vicente Capllonk	90. José M. Lentini	137. Pelegrín Patiño	184. Enrique Vijande
43. Bartolomé Coll	91. Ramón Lavandera	138. Ricardo Pórtela	185. Modesto Villamil
44. Roberto Conde	92. Juan F. Lavandera	139. Paulino Pomar	186. Nicolás Vicente
45. Florindo Carrero	93. Higinio López	140. Manuel Pérez	187. Enrique Vázquez Ruiz
46. Arturo Carreras	94. Luciano Lomba	141. Avelino Pórtela	
47. Pedro Comas	95. J. B. de Larrínaga	142. Cecilio Rodríguez	

**¡Observación!** - El número que aparece publicado en esta reproducción de una antigua publicación de los Socios Fundadores, se asignó siguiendo un orden alfabético por el apellido (por cierto, de forma no muy rigurosa); y dicho número no significa la correspondiente antigüedad del Socio. Suponemos, también, que por un lapsus de impresión, no aparece relacionado el número 87 y el nombre del Socio.



Sor Juanita Flores, H. C.



Sor María Teresa Díaz Bird H.C.

## Significativo relevo en la comunidad de Hermanas

Por Don Casimiro de la Torre Pampliega

*Junta de Síndicos*

**Luego de cuatro años** de ejercer Sor Juanita Flores, H.C. la importante posición de Superiora ó Hermana Sirviente de la Comunidad de Hermanas en el Hospital Español Auxilio Mutuo, se ha producido el relevo de dicho cargo, en la persona de Sor María Teresa Díaz Bird, H.C. también perteneciente a la Compañía de las Hijas de la Caridad, como ha sido siempre la Comunidad Religiosa del Auxilio, desde su fundación.

Sor Juanita Flores, H. C., quien desempeñó en dos ocasiones tan delicada responsabilidad (1994-2000) y (2013-2016) ha dejado una huella imborrable en la gran familia laboral de esta Institución, no sólo por su intensa actividad pastoral con los enfermos, sino también como Asesora en los aspectos de Enfermería, y distintas comisiones de trabajo en el Hospital. **¡Mil gracias, Sor Juanita!**



Al expresar nuestra sincera gratitud a Sor Juanita Flores, H. C., por tantos méritos acumulados que han beneficiado el consolidado prestigio de nuestra Sociedad, manifestamos igualmente nuestra alegría y damos la mejor bienvenida a la nueva Superiora, Sor María Teresa Díaz Bird, H.C., una Hermana, que, además de tener amplia experiencia en servicios hospitalarios en Puerto Rico y Haití, fue nombrada y desempeñó el puesto, durante siete años, como Visitadora de las Hijas de la Caridad de la Provincia de Puerto Rico.

### Sor María Teresa Díaz Bird H.C.

Nació el día 23 de agosto de 1945 en la ciudad de Ponce, Puerto Rico, siendo la quinta hija del matrimonio formado por don Marcial Díaz y doña Luisa Bird. Cursó estudios en la University High School de Puerto Rico. Sintiendo la inspiración para llevar una forma de vida de carácter religioso, en el año 1964 ingresó en la Compañía de las Hijas de la Caridad, obteniendo en 1971 el Bachillerato en Ciencias de la Enfermería, en la Pontificia Universidad de su ciudad natal, Ponce.

Su experiencia variada en diversos aspectos de la salud está acreditada por los sucesivos establecimientos hospitalarios de Puerto Rico donde prestó sus servicios: Hospital Oncológico; Unidad Coronaria del Hospital Municipal de Río Piedras; Asilo Municipal de Mayagüez; Hospital de la Concepción en San Germán, y el Centro Geriátrico San Rafael, de Arecibo. Además de este 'currículum hospitalario', Sor María Teresa trabajó durante catorce años en la República de Haití, atendiendo un carente y necesitado dispensario rural, consultando enfermedades tropicales y laborando también en el Hospital de la Cité Soleil.

En el mes de febrero de 2017, es nombrada Superiora (o Hermana Sirviente) de la Comunidad Religiosa de Hermanas del Hospital Español Auxilio Mutuo. **¡Bienvenida, Sor María Teresa!** 

# Beneficios de ser Socio: acceso a nuestro proveedor principal Hospital Español Auxilio Mutuo

**Auxilio Plan de Socios**, cuenta para nuestro orgullo y el beneficio de todos nuestros Socios como parte de nuestra amplia cubierta, con acceso a los servicios médicos del hospital privado más grande y completo del Caribe, el Hospital Auxilio Mutuo, nuestro proveedor principal. Con 134 años de historia, experiencia y trayectoria, el Hospital Auxilio Mutuo les brinda a los Socios:

- Una distinguida Facultad Médica de sobre 600 doctores a su disposición.
- Auxilio Centro de Cáncer – liderado por el reconocido Dr. Fernando Cabanillas.
- Auxilio Centro de Radioncología- Cuenta de forma exclusiva en Puerto Rico y todo el Caribe con el mejor sistema disponible en el mercado. Conocido como la tecnología GPS for the body® (GPS para el cuerpo®), el sistema Calypso mantiene la radiación enfocada directamente al tumor y no al tejido sano circundante, también tiene el sistema TrueBeam el cual es el más avanzado para el tratamiento de radioterapia y radiocirugía.
- Auxilio Centro de Trasplante - Programa de Trasplante de Riñón, Programa de Trasplante de Riñón-Páncreas y Programa de Trasplante de Hígado.
- Auxilio Trasplante Médula Ósea - Trasplante de médula ósea de tipo autólogo y el único Hospital en Puerto Rico en realizar el trasplante alogénico en pacientes adultos.
- Auxilio Centro de Cirugía de Hígado y Páncreas- el Hospital cuenta con dos salas quirúrgicas dedicadas a este tipo de intervención.
- Auxilio Centro de Nutrición- Con dietistas y nutricionistas certificadas, manejo de Diabetes y Control de Peso.
- Auxilio Pediátrico- Sub especialistas Pediátricos, 2 pisos dedicados para hospitalización pediátrica, unidad de NICU y PICU .
- Auxilio Cardiovascular.
- Auxilio Centro de Imágenes de la Mujer.



- Auxilio Centro de Medicina Hiperbárica.
- Auxilio Centro de Rehabilitación Multidisciplinario.
- Auxilio Centro de Desórdenes del Sueño.
- Servicios Médicos de:
  - Radiología
  - Laboratorio Clínico
  - Endoscopia y Colonoscopia
  - Terapia Respiratoria
  - Medicina Nuclear
  - Maternidad
  - Neurología
  - Sala de Emergencia de Adultos y Pediátricas

Si necesitan más información sobre la gran gama de beneficios a los que tiene acceso al ser parte de Auxilio Plan de Socios, puede acceder a nuestro portal cibernético, al enlace: <http://auxilioplansocios.com/pdf/manual-del-socio.pdf>, o pueden comunicarse con nosotros al 787.773.1222. 

# VIAJES DE VERANO seguros y saludables



**A medida que** aumentan las temperaturas, muchas personas emprenden viajes rumbo al extranjero para disfrutar de la cultura, la comida y las experiencias de otros lugares del mundo. Más allá del destino que elija visitar este verano, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, mejor conocidos como los CDC, por sus siglas en inglés, le exhortan a que esté informado y tome decisiones inteligentes. Si dentro de sus planes de verano tiene pensado viajar al exterior, el portal de los CDC sobre salud para viajeros es una excelente opción como primer lugar de consulta para asegurarse de estar proactivo, preparado y protegido en cuanto a su salud a la hora de viajar.

## Antes de viajar

Varios destinos típicos de verano en el Caribe, México, Centroamérica, América del Sur y en las islas del Pacífico presentan brotes del virus del Zika. Consulte los avisos para los viajeros sobre el zika de los CDC para ver las recomendaciones para los que viajan a estos destinos.

Debido a que el virus del Zika es diseminado, principalmente, a través de los mosquitos, los CDC recomiendan que las personas que viajen a cualquier destino con zika se protejan de las picaduras de mosquitos. El

virus del Zika puede transmitirse por vía sexual, de un hombre a su pareja; de modo que los viajeros deberían usar condones si mantienen relaciones sexuales de cualquier tipo.

Debido a que la infección por el virus del Zika en las mujeres embarazadas puede causar defectos congénitos graves, éstas no deberían viajar a un área con zika. Las mujeres embarazadas con parejas de sexo masculino que viven en una zona afectada por el zika, o viajan a una de estas áreas, deberán usar condones o abstenerse de tener relaciones sexuales durante el embarazo.

Aunque no tenga síntomas, debería tomar las medidas necesarias para prevenir las picaduras de mosquitos durante un lapso de 3 semanas después de regresar a los Estados Unidos de un área con zika. Los mosquitos que lo pican estando usted infectado pueden propagar el virus a otras personas.

Descargue la aplicación móvil TravWell de los CDC sin cargo para obtener: recomendaciones de salud específicas para cada destino, una lista de preparación y otra de empaque para viajes personalizada.

- ✓ Averigüe acerca de las vacunas y problemas de salud en el destino que planea visitar.
- ✓ Visite su departamento de salud local o consulte con un especialista en medicina para viajeros, al menos entre 4 a 6 semanas antes de salir de los Estados Unidos.
- ✓ Las parejas que están tratando de concebir deberían hablar con sus médicos acerca de sus planes y consultar las directrices de los CDC para saber cuánto tiempo debe esperar para quedar embarazada después de haber viajado un área con zika.
- ✓ Empaque de manera inteligente y prepare un botiquín con artículos que podría necesitar durante su viaje tales como medicamentos, protector solar, repelente de insectos y condones.
- ✓ Haga copias extra de su pasaporte y de otros documentos de viaje para que pueda dejárselas a un familiar o amigo.
- ✓ Consulte a su proveedor de seguro médico acerca de la cobertura médica en el extranjero.
- ✓ Considere la posibilidad de adquirir un seguro adicional que cubra gastos de atención médica y de evacuación en caso de emergencia, especialmente si planea realizar deportes extremos o viajar a áreas remotas.
- ✓ Visite el sitio web del Departamento de Estado de Estados Unidos para obtener información acerca de los riesgos de seguridad.
- ✓ Regístrese en el Programa de Inscripción del Viajero Inteligente (STEP, por sus siglas en inglés) para que la embajada o consulado de Estados Unidos pueda contactarlo en caso de emergencia.



## Durante el viaje

- ✓ Prevenga las picaduras de insectos. Las garrapatas e insectos (tales como mosquitos y algunas moscas) pueden propagar enfermedades como el zika, el dengue, el chikunguña, la malaria y la enfermedad de Lyme.
- ✓ Tome decisiones inteligentes cuando disfruta de la gastronomía local. En los países en vías de desarrollo, ingiera únicamente alimentos bien cocidos y que se sirvan calientes. No consuma frutas ni verduras frescas a menos que pueda pelarlas usted mismo. Ingiera únicamente bebidas en botella con cierre hermético y evite agregarle hielo ya que probablemente haya sido hecho con agua de la

llave directamente. Obtenga información sobre la calidad del agua y de los alimentos a través de la aplicación de los CDC Can I Eat This? para evitar pasarse todas las vacaciones en el baño.

- ✓ ¡Este verano no deje sus hábitos saludables en casa! Cuando se trata de su salud, vaya a la segura.
- ✓ Use condones de látex cada vez que tenga sexo. De esta manera podrá protegerse contra el virus del Zika y otras enfermedades de transmisión sexual.
- ✓ Evite hacerse tatuajes o perforaciones para prevenir contraer enfermedades como el VIH y la hepatitis B.
- ✓ Beba de manera responsable y asegúrese de tener un conductor designado.
- ✓ Use vestimenta deportiva adecuada de proveedores de confianza para realizar actividades durante viajes de aventura.
- ✓ No se convierta en parte de las estadísticas. Los accidentes automovilísticos son la principal causa de muerte entre viajeros sanos. Recuerde los consejos básicos para conducir de manera segura: usar cinturón de seguridad, respetar el límite de velocidad y evitar distracciones como hablar por teléfono o enviar mensajes de texto.

## A su regreso

Si no se siente bien, consulte a un médico y cuénteles acerca de su reciente viaje. Es importante “tener en mente el viaje” cuando no se sienta bien al regresar de un viaje.

Si ha viajado a un área con zika, puede ayudar a proteger a su comunidad después de su viaje. Incluso si no tiene síntomas, puede tener el virus del Zika. Los mosquitos que lo pican mientras está infectado pueden propagar el virus a otras personas. Prevenga las picaduras de mosquitos durante 3 semanas al volver del viaje.

Los hombres deben usar condones después de viajar a un área con zika durante por lo menos 8 semanas, si no manifiestan síntomas y durante al menos 6 meses si tienen síntomas del zika o recibieron un diagnóstico de infección del virus. **SN**

## ¡Buen viaje!

Para obtener más información acerca de las recomendaciones para el destino seleccionado, visite el portal del destino y el de los CDC sobre salud para viajeros: <https://wwwnc.cdc.gov/travel>.

Fuente: Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

# Seguridad en el uso de productos químicos para piscinas

## PROTÉJASE DE LAS LESIONES

**La natación es** el segundo deporte más popular en los Estados Unidos y cientos de millones de personas lo practican cada año. Para ayudar a proteger la salud de los nadadores, se vierten productos químicos en el agua de las piscinas y otros sitios recreativos con agua, como parques acuáticos y fuentes interactivas. Estas sustancias químicas se utilizan para evitar la propagación de bacterias, virus y parásitos de una persona a otra. Sin embargo, si no se siguen medidas de seguridad en su manejo, estos mismos productos químicos que brindan protección contra los gérmenes pueden causar lesiones.

De acuerdo con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), las lesiones asociadas a los productos químicos para las piscinas dan lugar a 5,200 consultas médicas de emergencia cada año. Estas lesiones ocurren por lo general durante la temporada de verano, que comienza usualmente con el feriado del Día de Recordación y finaliza en el Día del Trabajo, y casi la mitad de ellas ocurren en piscinas de residencias privadas.

Las personas que utilizan estos productos químicos pueden sufrir lesiones al inhalar los vapores, abrir los recipientes de estas sustancias químicas, intentar disolverlas o al manipularlas sin precaución. También pueden producirse lesiones si estos productos químicos

le salpican en los ojos. Es importante recordar que este tipo de lesiones no solo ocurre en personas que manipulan los productos químicos, también pueden afectar a los nadadores y a las personas que están cerca del área.

Los operarios de piscinas públicas y los dueños de piscinas privadas pueden seguir las siguientes medidas para su protección individual y la de otras personas:

### Siempre:

- Guarde los productos químicos de la piscina fuera del alcance de niños y animales.
- Lea el nombre del producto y las instrucciones del fabricante antes de cada uso.
- Use equipo de protección adecuado, como gafas de seguridad y guantes, al manipular los productos químicos de la piscina.

### Nunca:

- Mezcle productos de cloro entre sí, con ácido o con cualquier otra sustancia. **SN**

*Para obtener más información sobre las medidas de seguridad en el uso de productos químicos para las piscinas, visite [www.cdc.gov/healthyswimming/pdf/pool\\_chem\\_assoc\\_inj.pdf](http://www.cdc.gov/healthyswimming/pdf/pool_chem_assoc_inj.pdf).*

*Fuente: Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)*

# Identifique los signos del autismo y actúe rápido

**Pablo tiene** 24 meses y presenta un desarrollo normal. Ha pasado de los simples balbuceos como “ma-ma” a formar frases con dos palabras como “más leche”. Disfruta de los juegos de situaciones imaginarias como imaginarse que habla por teléfono con la abuela.

Jorge también tiene 24 meses de edad y todavía no usa sus propias palabras para expresar lo que quiere o lo que necesita. Solo juega con un juguete (su juguete favorito) y canta la misma canción todo el tiempo. No mira a las personas a los ojos ni parece tener ningún interés en jugar con otros niños.

Pablo y Jorge son gemelos. A su mamá le preocupa que Jorge no esté alcanzando los indicadores del desarrollo, así que decide hablar con el pediatra en el chequeo de rutina de su niño. El médico le pide que responda un cuestionario general sobre los indicadores del desarrollo y luego otro con preguntas específicas para detectar el autismo.

Los doctores y las enfermeras utilizan herramientas de evaluación de indicadores del desarrollo para determinar si los niños están aprendiendo las destrezas básicas a su debido tiempo o si presentan retrasos en el aprendizaje. Durante este examen, el médico puede hacerles preguntas a los padres o hablar y jugar con el niño para ver cómo juega, aprende, habla y actúa. Se debe hacer una evaluación general del desarrollo en todos los niños a los 9, 12, 18, 24 y 30 meses de edad. Además, se les deben hacer exámenes de detección de los Trastornos del Espectro Autista (TEA) a los 18 y 24 meses.



Después de los exámenes pertinentes, Jorge fue remitido inmediatamente al programa de intervención temprana de su comunidad con el objeto de realizar más evaluaciones e intervenciones idóneas. Los especialistas que vieron a Jorge le diagnosticaron TEA.

Los padres de Jorge cumplieron un papel muy crítico: prestaron atención al desarrollo de ambos niños. Es importante que los padres de Jorge se dieran cuenta de que no estaba presentando todos los indicadores del desarrollo porque la intervención temprana es un componente clave para asegurar que un niño alcance su potencial pleno. Pero también es importante que los padres observaran que Pablo estaba cumpliendo todos los indicadores del desarrollo para hacerle un seguimiento adecuado y asegurarse de que no tenga retrasos más adelante.

De la misma manera en que estamos pendientes de los signos del crecimiento de los niños, como la altura y el peso, hay indicadores del desarrollo que los padres deben seguir. El seguimiento de estos indicadores puede ayudar a determinar si un niño sufre retrasos del desarrollo, como el TEA.

Para aumentar el conocimiento sobre los indicadores del desarrollo y resaltar la importancia de identificarlos



de manera que se busque ayuda en forma oportuna, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) ofrecen información y herramientas gratuitas a los padres, profesionales de la salud y educadores de primera infancia a través de su campaña “Aprenda los signos. Actúe pronto”. [www.cdc.gov/actearly](http://www.cdc.gov/actearly)).

Las investigaciones han demostrado que la detección temprana es clave, por esta razón los CDC quieren que todos los padres “aprendan los signos” y “actúen pronto”, aun cuando solo sospechen que hay un problema.

Es importante recordar que puede ser normal que un niño no alcance uno de los indicadores del desarrollo a su debido tiempo, por ejemplo, la forma como reacciona a los cambios, interactúa de manera significativa con los adultos o utiliza su imaginación. Sin embargo, son motivo de preocupación los patrones de conductas inusuales y ciertos comportamientos que se repiten durante un tiempo o los problemas de comunicación o socialización.

Un estudio reciente mostró que los padres notaron retrasos del desarrollo en sus niños con TEA antes de que éstos cumplieran los tres años, pero en promedio estos trastornos no se diagnostican antes de los cinco años. Los padres son quienes mejor conocen a sus hijos y quienes deben hablar con el médico del niño si tienen inquietudes acerca de su desarrollo.

Si el padre o el médico tiene alguna preocupación, el niño puede ser remitido a un especialista en el desarrollo, como un pediatra del desarrollo u otro tipo de especialista, y a la agencia local de intervención temprana (para niños menores de tres años) o a la escuela pública (niños de tres años o más) para que se le haga una evaluación.

## Alcance de los síntomas de autismo

### MEDIDA DE LA INTELIGENCIA

Discapacidad intelectual ————— Prodigiosa

### INTERACCIÓN SOCIAL

(Hace contacto visual, disfruta interactuar con los demás, etc.)

No le interesan los demás ————— Tiene muchos amigos

### COMUNICACIÓN

(Uso correcto de las palabras para comunicarse)

No verbal ————— Verbal

### CONDUCTAS

(Conductas repetitivas, conductas inusuales como aletear con las manos, etc.)

Intensas ————— Leves

### ESTMULOS SENSORIALES

(Reacción al tacto, olores, sonidos, sabores y sensaciones)

No es muy sensible ————— Muy sensible

Dolor

Sonidos

### HABILIDADES MOTORAS

(Habilidades motoras gruesas, como caminar)

(Habilidades motoras finas, como usar los dedos para agarrar objetos pequeños)

No coordinadas ————— Coordinadas

Finas

Gruesas

Para averiguar con quién hablar en su área, comuníquese con el Centro Nacional de Diseminación de Información sobre Niños con Discapacidades (National Dissemination Center for Children with Disabilities) [www.nichcy.org/states.htm](http://www.nichcy.org/states.htm)). Además, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) tienen enlaces a páginas con información para las familias en [www.cdc.gov/actearly](http://www.cdc.gov/actearly). Recuerde, si existe algún problema, es de suma importancia buscar ayuda para su hijo lo más pronto posible. **SN**

*Para obtener más detalles puede solicitar un kit de recursos gratuito que le servirá para seguir el desarrollo de su niño y qué hacer si tiene inquietudes, visitando el portal [www.cdc.gov/ncbddd/autism/actearly/spanish/](http://www.cdc.gov/ncbddd/autism/actearly/spanish/).*

*Fuente: Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)*



# Presión arterial no controlada pone en riesgo a 5 millones de adultos mayores de 65

**Unos 5 millones** de adultos de 65 años o más inscritos en la Parte D de Medicare (el programa federal que ayuda a los beneficiarios de Medicare con los costos de los medicamentos recetados y las primas de seguro para medicamentos recetados), no están tomando sus medicamentos para la presión arterial adecuadamente, lo cual aumenta su riesgo de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, enfermedad renal y muerte, según un informe de la publicación 'Signos Vitales' de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés).

El informe se centra en cómo los sistemas de atención médica pueden ayudar a que más personas tomen sus medicamentos según lo indicado.

Siete de cada diez adultos en los Estados Unidos, de 65 años o más, tienen la presión arterial alta (en 140/90 mmHg o más), y casi la mitad de éstos no la tiene bajo

control. El informe resume los peligros de la presión arterial alta y la importancia que tienen los sistemas de atención médica para ayudar a estos pacientes a tomar los medicamentos según las indicaciones.

“Una simple medida puede evitar consecuencias potencialmente mortales: tomar sus medicamentos para la presión arterial tal como se los recetaron”, dijo el director de los CDC, Tom Frieden, M.D., M.P.H. “Los proveedores de atención médica pueden facilitar el tratamiento para ayudar a las personas a mantener su presión arterial controlada”, agregó.

## Disparidades al tomar los medicamentos para la presión arterial según las indicaciones

El informe analiza datos de más de 18.5 millones de personas inscritas en Medicare Advantage o en 'Original Medicare' con cobertura para medicamentos recetados

de la Parte D de Medicare, durante el año 2014. Investigadores de los CDC y de los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés) analizaron las disparidades en las tasas de adherencia de los beneficiarios con base en factores que incluyen la geografía, la raza o grupo étnico, el sexo, el nivel de ingresos y el tipo de medicamento. Los hallazgos clave en el informe de ‘Signos Vitales’ incluyen:

- Aproximadamente 5 millones de inscritos en la Parte D de Medicare, de 65 años o más, no están tomando sus medicamentos para la presión arterial según las indicaciones. Esto significa que puede que se salten dosis o que dejen de tomarlos del todo.
- El porcentaje de inscritos en la Parte D de Medicare que no toman sus medicamentos para la presión arterial es más alto entre ciertos grupos raciales o étnicos. Esto contribuye a que estos grupos tengan un riesgo más alto de ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, enfermedad renal y muerte.
- También hay diferencias geográficas. El sur de los Estados Unidos, Puerto Rico y las Islas Vírgenes de los Estados Unidos tienen las tasas generales más altas de personas que no toman los medicamentos para la presión arterial según lo indicado. Dakota del

Norte, Wisconsin y Minnesota tienen las tasas más altas de personas que sí toman sus medicamentos según lo indicado.

## Esfuerzos de los CDC para reducir la prevalencia de la hipertensión no controlada

Los sistemas de atención médica —incluidos médicos, personal de Enfermería, farmacéuticos, trabajadores de salud comunitaria, consultorios, hospitales y compañías de seguros de salud— pueden tener un rol clave para mejorar el control de la presión arterial. Los CDC alientan a los sistemas de atención médica a que se aseguren de que las personas entiendan la importancia del control de la presión arterial y cómo tomar los medicamentos para la presión arterial según lo indicado junto con una alimentación saludable y ejercicios disminuye el riesgo de tener enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares o enfermedad renal.

El gobierno federal también les está proporcionando recursos a todos los estados y a Washington, D.C. para prevenir enfermedades crónicas, incluidas las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares; está ayudando a los estados a darle seguimiento a la adherencia al plan de medicación; y está fomentando los planes de medicamentos recetados para mejorar el uso de estos a través del programa ‘Medicare Star Ratings’.

“Aunque el programa de medicamentos recetados de Medicare ha aumentado la asequibilidad y accesibilidad a los medicamentos recetados, hay más que se puede hacer para alentar a los beneficiarios de Medicare a que tomen sus medicamentos según las indicaciones”, dijo Sean Cavanaugh, CMS, subadministrador y director del Centro de Medicare. “Medicare seguirá trabajando con los planes de medicamentos recetados para educar a las personas inscritas acerca de la importancia de tomar los medicamentos para la presión arterial según lo indicado, para que así puedan disminuir el riesgo de tener enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares”, afirmó. **SN**

*Más información sobre enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares accediendo a <http://www.cdc.gov/heartdisease> y <http://www.cdc.gov/stroke>.*

*Información sobre la presión arterial alta: <http://www.cdc.gov/bloodpressure>.*

*Visite [espanol.millionhearts.hhs.gov/](http://espanol.millionhearts.hhs.gov/) para aprender acerca de Million Hearts, una iniciativa nacional para prevenir un millón de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares para el año 2017.*

*Servicios Funerarios Católicos está presente para servirle siempre a usted participante del Plan de Socio de Auxilio, en el preciso momento que tenga la necesidad.*



Somos un apostolado de la Iglesia Católica que ofrece servicios de Funeraria, Cementerio y Cremación.

Trabajamos para ese momento trascendental en la vida de todo cristiano, enmarcado en los preceptos de la fe católica.

Porque la muerte no tiene fecha ni hora ...

**DISPONIBLES LOS 7 DIAS DE LA SEMANA, 24 HORAS**

Llámenos al: 787.919.0099

[www.sfcpr.com](http://www.sfcpr.com) | [f /sfcpr.org](https://www.facebook.com/sfcpr.org)



# El debate de las vacunas

Por Edna L Zayas Alvarado, MD, FAAP, IBCLC

**Cláusula de divulgación:** La autora no tiene relación financiera con ninguna compañía farmacéutica que divulgar.

**Como padres,** nos esmeramos por ofrecerle a nuestros hijos una crianza igual o mejor a la que recibimos. Por esto, es natural que los padres cuestionen la seguridad, necesidad, los riesgos y beneficios de las vacunas. Dependen para esto de la información actualizada disponible.

En tiempos modernos de la globalización, recibimos información a través de redes sociales, Internet y medios de comunicación rápida y eficazmente. Nuestras decisiones se ven afectadas por la opinión de expertos, especialistas, celebridades, políticos, compañeros de trabajo, familiares, amigos y otras personas con interés común. La decisión de los padres en cuanto a la vacunación de sus hijos ha sufrido un cambio como resultado de la cantidad de información, confiable o no, accesible a ellos.

Revisemos algunos de los alegatos en contra de las vacunas.

## Las vacunas nuevas no han demostrado ser seguras

Las vacunas deben gozar de un perfil de seguridad y eficiencia antes de estar disponibles para el público. Toma de 15 a 20 años la investigación y el desarrollo de una vacuna. Los ensayos clínicos pueden incluir de cientos a miles de voluntarios y el proceso de manufactura debe pasar por rigurosos controles de calidad.

## Las vacunas tienen efectos secundarios severos

Por supuesto que todo tiene su riesgo y las vacunas no son la excepción. Pero definitivamente, el riesgo de las vacunas es menor que el de contraer la enfermedad. Las reacciones más comunes son dolor y enrojecimiento en el lugar de administración de la vacuna y fiebre. Son muy pocas las reacciones alérgicas, pero pueden ser desde leves hasta reacciones anafilácticas severas. Por esto se deben administrar en una facilidad médica que pueda manejar esta reacción

## Algunas enfermedades son comunes y sin consecuencias y es preferible que le dé la enfermedad, por ejemplo, varicela

Escoger no vacunarse, es escoger sufrir la enfermedad. La pregunta es: ¿Es mejor la enfermedad natural o vacunarse? La varicela es una enfermedad leve en la mayor parte de los casos, para otros puede ser una enfermedad devastadora y fatal. Puede causar infecciones severas de piel, pulmonía, meningitis y encefalitis entre otras.



## Muchas vacunas y muy temprano

Esto se debe evaluar en su debida perspectiva. El recién nacido se expone por primera vez al nacer a millones de bacterias que van a colonizar su cuerpo. Diariamente el niño se expone a miles de antígenos a través de contacto con su medio ambiente. Su sistema inmunológico combate de forma competente esta amenaza continua. En tiempos pasados se administraban menos vacunas, sin embargo tenían una carga antigénica mayor.

## Voy a hacer un "plan de vacunación alterno" para mi hijo

Los itinerarios de vacunas se armonizan entre varios grupos de expertos que estudian la edad de mayor incidencia de las enfermedades, interacción cruzada entre vacunas, eficacia de las vacunas administradas simultáneamente, interferencia entre vacunas, etc. Ninguno de esos "planes de vacunación alterna" ha sido estudiado.

## El infante recibe inmunidad de su madre

La madre ofrece protección a su hijo por medio de anticuerpos que pasan por la placenta. Esta protección no es duradera y se limita a anticuerpos en contra de patógenos que la madre ha estado expuesta. Al nacer, la leche materna (como fluido biológico que es) provee al infante de inmunidad pasiva en forma de inmunoglobulina A secretora y de macrófagos, linfocitos, proteínas y sustancias bioactivas. El poder de esta protección no se puede subestimar. Es fantástica la forma en que la naturaleza ayuda al infante a afrontar el ambiente hostil que lo amenaza. A pesar de esto, es necesaria la administración de vacunas para que el niño desarrolle su propia respuesta inmunológica, la cual es más duradera.



habían sido inmunizados con más probabilidad de MMR que los otros niños. Estos resultados se reprodujeron en varios estudios confiables. El Instituto de Medicina llegó a la conclusión de que la evidencia favorece rechazar la relación de causalidad entre la MMR y autismo.

### **Algunas enfermedades han desaparecido y no es necesario vacunar**

La prevalencia de una enfermedad es baja en una comunidad mientras un porcentaje alto de los habitantes se vacunen. Las enfermedades reaparecen y surgen brotes si la tasa de vacunación baja.

Cuando no vacunamos a nuestros hijos, no solamente los ponemos a riesgo a ellos, sino al resto de la población susceptible. Personas con inmunodeficiencia y/o malignidades que no se pueden vacunar contra ciertas enfermedades, infantes que no han alcanzado la edad para vacunarse de ciertas condiciones y envejecientes son los de más riesgo.

### **Lo cierto es que...**

La vacunación ha sido una de las medidas de salud pública más efectivas para la prevención de enfermedades infecciosas de los últimos siglos.

La prevención es un derecho del niño. Es responsabilidad de los padres tomar decisiones informadas, analizar los argumentos a favor y en contra de fuentes fidedignas, poniendo en una balanza los riesgos versus los beneficios. ¡Cuidado con la pseudociencia! 

### **Los médicos se lucran con las vacunas**

Son muy pocos los médicos que vacunan. Si fuera lucrativa la administración de vacunas, ésta no sería la realidad. El costo de las vacunas es alto y aumenta frecuentemente.

### **Las vacunas causan autismo**

El Dr. Andrew Wakefield, en febrero de 1998 en Inglaterra, reportó 12 niños con retraso en el neurodesarrollo, de los cuales 8 eran autistas. Encontraron unos hallazgos gastrointestinales en los 8 niños autistas y todos habían recibido la vacuna de MMR (Sarampión común, sarampión alemán y paperas) recientemente. El grupo de investigadores alegó que la vacuna fue el evento precipitante. Para confirmar o rebatir esta hipótesis, el Dr. Brent Taylor realizó un estudio en el 1999 con 498 niños con autismo. Algunos habían recibido la vacuna de MMR y otros no. Encontraron que los niños con autismo no

# Comunicación en acción

Por Lcda. Katherine Cintrón MS SLP

Patóloga del habla y Lenguaje

**A continuación** algunas sugerencias para facilitar el desarrollo lingüístico y del habla apropiado en los bebés y niños.

- Desde que conozcas que tu hijo existe, háblale, léele y cántale para que sienta lo importante que es.
- Realiza del diario de forma repetida.
- Los niños aprenden mediante el juego e imitan las acciones que observan de sus padres.
- Utiliza cada situación para promover nuevo vocabulario.
- Indica el nombre correcto de los objetos y pronuncia los sonidos de forma adecuada.
- Escúchale, bríndale tu atención, conversa y comparte con él.



Clínica de Subespecialistas Pediátricos Hospital Auxilio Mutuo,  
787.758.2000 exts. 1391, 1392

# LA QUIROPRÁCTICA: Máxima prevención para sus niños



Por DR. Rafael M. Fabián Argueta

**Problemas de salud**, en especial problemas de la espalda son muy comunes, pero usualmente los tratamientos no son muy efectivos y son cada vez más los padres que buscan alternativas de tratamiento preventivos para sus hijos. Es ideal un cuidado de la salud integral, natural, preventivo y sin necesidad de exceso de medicamentos.

## Muchos problemas de espalda de los adultos tienen su origen en la niñez

Los padres, responsablemente, mantienen a sus hijos al día con sus visitas de seguimiento al dentista y si están con tos o fiebre van a su pediatra. Muchos se olvidan de una de las visitas más importantes: la revisión de la columna vertebral con su quiropráctico.

## ¿Quiropráctica para mi hijo? ¿Por qué? Él no tiene dolor...

No hay que esperar a sentir dolor de espalda para visitar a un doctor en Quiropráctica.

Como una carie silenciosa, la subluxación vertebral afecta a todo el organismo del niño sin que éste sienta ninguna dolencia. Por subluxación nos referimos a una articulación parcialmente dislocada, o mal posicionada levemente o una articulación o coyuntura que no está en su propia posición, que está "pinchando un nervio" o creando una interferencia nerviosa. El cordón espinal es la autopista más importante de información entre el cerebro y todas las otras partes del cuerpo. Si existe una interferencia en esta autopista, el flujo de energía es alterado a menudo negativamente.

Es innegable que el cuerpo humano funciona mucho más eficazmente cuando uno no tiene limitaciones estructurales, o subluxaciones vertebrales y el modo de vida moderno induce claramente la tensión en los músculos, rigidez en las articulaciones, tensión en los órganos, todo lo cual puede responder favorablemente con la Quiropráctica, la cual, en muchos casos, produce un alivio completo, pues es un valioso agente para el bienestar físico y mental.

Los niños son los que sufren más subluxaciones debido a caídas, malas posturas, mochilas pesadas, aprender a caminar, caerse de la bicicleta, etc.

Hoy en día vemos más frecuentemente cambios prematuros en la estructura del cuello de los niños y jóvenes debido, grandemente, a la tecnología. Los niños y jóvenes pasan largos periodos de tiempo mirando las tabletas y celulares causando múltiples quejas de

tensiones musculares causadas por subluxaciones vertebrales. Esto no es normal.

Causas comunes de subluxación en los niños:

- Caídas y tropiezos
- Proceso de crecimiento
- Diferencia en la longitud de las piernas
- Escoliosis
- Obesidad
- Accidente de auto
- Colchón inadecuado
- Postura inadecuada al dormir
- Postura incorrecta al sentarse y utilizar objetos electrónicos
- Vida sedentaria

Las subluxaciones en los niños pueden resultar en los síntomas como: fatiga, nerviosidad, baja inmunidad, asma, trastorno en el aprendizaje, constipación, cólicos, hiperactividad, alergias, infecciones en oído, dolor de cabeza, irritabilidad, tortícolis, dolor de espalda, enuresis nocturna (orinan en la cama), escoliosis, pérdida de postura, entre otros.

## ¿Los cuidados quiroprácticos pueden hacerle daño a un bebé?

Esta es una preocupación común de los padres, pero los ajustes no le hacen daño a su bebé. La técnica aplicada a ellos es específica y como los niños no presentan la tensión muscular de los adultos, esto hace que el ajuste quiropráctico sea más leve, cómodo y eficaz.

Usualmente los niños que están bajo cuidado quiropráctico muestran múltiples beneficios.

- Aumento en la inmunidad.
- Son niños más alertas.
- Aumenta la buena postura.
- Aumenta la buena salud, el bienestar y energía.
- Ayuda a tener una mejor concentración escolar.
- Disminuye los problemas de sueño.

La quiropráctica es una manera natural centenaria de mantener el cuerpo en salud y balance. Es científicamente probada y la mejor forma de prevenir degeneración postural.

El cuidado quiropráctico aporta bienestar de forma natural y tiene una función preventiva. **SN**

*La oficina del Dr. Fabián está ubicada en 730 Avenida Juan Ponce de León, en donde se brinda un descuento especial para los miembros de Auxilio Plan de Socios. Para más información se puede comunicar al 787-758-2300.*

## AUXILIO PARA NUESTRA COMUNIDAD ||

### Auxilio Plan de Socios apoya pacientes de la Asociación de la Distrofia Muscular

**Auxilio Plan de Socios** se unió por tercer año consecutivo al esfuerzo de la Asociación de la Distrofia Muscular (MDA), Most Wanted Executives, apadrinando a un paciente para que pudiera participar del campamento de verano de esta institución.

El licenciado Carlos A. Santiago, director de Auxilio Plan de Socios, formó parte del grupo de ejecutivos que lideró el evento en favor de los pacientes de la Asociación de la Distrofia Muscular. El motivo del evento este año fueron las Olimpiadas y contó con la participación de atletas de nuestro equipo olímpico, entre los que se encontraban: Javier Culson, Bevelry Ramos, Adriana Díaz.

Para Auxilio Plan de Socios siempre ha sido de suma importancia apoyar causas como estas en favor de la salud de nuestra comunidad. **SN**



## NOTA ACLARATORIA

En nuestra edición anterior se publicó el artículo bajo el titular 'Directrices Adelantadas en Arroz y Habichuelas'. El autor del mismo desea aclarar que las condiciones que se expresan en el mismo, como circunstancias que pueden surgir para que entren en función las directrices adelantadas, son ejemplos de lo que usted puede suscribir en el documento de Directrices Adelantadas. Otras condiciones pueden ser igualmente válidas. Recuerde siempre buscar asesoría, antes de redactar sus directrices adelantadas. Para una opinión legal sobre el tema, favor de referirse al abogado de su preferencia.

# DESCUENTOS



**JCA SPECIAL EVENTS**  
BY JESSICA COLÓN ACUÑA

**10%** de descuento en servicios de coordinación y decoración de eventos especiales.

www.jcaspecialevents.com  
specialeventsjca@gmail.com  
787-530-2789

salon + spa  
**NI ZU RA**

**15% DE DESCUENTO EN SERVICIOS**

Aplica solo martes y miércoles.  
Torre Médica Hospital Auxilio Mutuo  
(787) 754-7819

**uluwatu**

Somos una empresa local dedicada a la venta de ropa accesorios y mucho más. Los amantes del mar podrán encontrar una gran variedad de artículos exclusivos de las mejores marcas conocidas con tendencia marina.

**15% de DESCUENTO**

Hombre • Mujer • Niños

Info 787.645.8181 uluwatu\_surf\_shop@yahoo.com

**ADVANCE CARE & SUPPLY**

CUIDADO A QUIENES NOS CUIDARON

**15% DE DESCUENTO**

De todo para el cuidado del paciente; desde pañales, underpads, guantes y toallas húmedas de tamaño especial

787-644-1227 • 787-679-4031

**CENTRO QUIROPRACTICO**  
Dr. Rafael M. Fabián

Oferta especial para Socios de Hospital Auxilio Mutuo

Visita inicial	PRECIO REGULAR \$50.00	PRECIO SOCIOS \$40.00
Ajuste Quiropráctico	\$40.00	\$30.00

**HORARIOS POR CITA:** Lunes y Miércoles, 2:00 pm a 6:00pm  
Viernes, 9:30am a 2pm • 1er. y 3er. Sábado, 11:00 am a 2:00 pm  
730 Ave. Ponce de León Suite 3, San Juan, PR 00919 Tel.: (787) 758-2300

**COMFORT PEDIC**  
Tu nuevo estilo de dormir

**10% de descuento**

Auxilio Mutuo  
El Gran Hospital de Puerto Rico  
(787) 785.3235  
www.comfortpedicpr.com

\*Un regalo por comprar\*  
Exclusivo para Socios de Auxilio Mutuo

**The Visual Corner**

**20% a un 50%** de descuento en monturas  
**20%** de descuento en lentes recetados

!!!Exclusivas ofertas disponibles para ti, socio!!!  
!!!Ven y visítanos, te esperamos!!! 787.767.4200  
Torre Médica Hospital Español Auxilio Mutuo, 1er. piso  
\*Ciertas restricciones aplican\* (monturas seleccionadas)

**Ruben's Café**

La mejor comida puertorriqueña e internacional.  
The best Puerto Rican and international cuisine.  
Desayuno (Breakfast) 7 am - 11 am

**10% de descuento al mostrar el cupón**

Ruben's Cafe Puerto Rico (787)998-8112 • rubenscafepr@live.com

**CLASES PRIVADAS DE MÚSICA**  
con la maestra **Eileen González**

Villancicos • Cristiana • Himnario • Mariachi • Canto • Coro Piano • Guitarra • Violín • Viola • Chelo • Flauta y Batería

Descuento \$20.00 Costo \$20.00 por hora.  
Tel. 787.404.4242 • Email: egonzalezrossy@gmail.com.

**Talleres de Mosaicos**

Ahorra en nuestros **NUEVOS** talleres:

- Mosaicos Caribeños
- Joyería en Mosaico

**\$15 de descuento**

¡Descubre el artista que vive en tí!

Tel. 787.232.8653  
787.918.5075

355 C. del Parque Santurce, PR info@atelierdelmosaico.com

**SFC**

**15% de DESCUENTO**

SERVICIOS FUNERARIOS CATÓLICOS  
"Tradiciones Valiosas Conectadas por la Fe"

en la compra de un pre-arreglo funeral o propiedad de cementerio

FUNERARIA CREMACIÓN CEMENTERIO  
TEL: 787.919.0099

**ZERO INSECTOS.COM**

**40% DE DESCUENTO**

Servicio en toda la Isla

TODO TIPO DE PLAGAS:  
comején • garrapatas • polilla  
mosquitos • cucarachas • hormigas

OFRECEMOS SERVICIOS  
residencial • comercial • industrial  
botes • automóbiles.

(787) 391-1933 ZeroInsectos

# DESCUENTOS



salon + spa  
**NI ZU RA**

**15% DE DESCUENTO EN SERVICIOS**  
Aplica solo martes y miércoles.  
Torre Médica Hospital Auxilio Mutuo  
(787) 754-7819

**JCA SPECIAL EVENTS**  
BY JESSICA COLÓN ACUÑA

**10%** de descuento en servicios de coordinación y decoración de eventos especiales.

www.jcaspecialevents.com  
specialeventsjca@gmail.com  
787-530-2789

**ADVANCE CARE & SUPPLY**  
CUIDADO A QUIENES NOS CUIDARON

**15% DE DESCUENTO**  
De todo para el cuidado del paciente; desde pañales, underpads, guantes y toallas húmedas de tamaño especial

**787-644-1227 • 787-679-4031**

**uluwatu**

Somos una empresa local dedicada a la venta de ropa accesorios y mucho más. Los amantes del mar podrán encontrar una gran variedad de artículos exclusivos de las mejores marcas conocidas con tendencia marina.

**15% de DESCUENTO**

Hombre • Mujer • Niños

**Info 787.645.8181** uluwatu\_surf\_shop@yahoo.com

**COMFORT PEDIC**  
Tu nuevo estilo de dormir

**10% de descuento**

Auxilio Mutuo  
El Gran Hospital de Puerto Rico

**(787) 785.3235**  
www.comfortpedicpr.com

\*Un cupón por compra\*  
Exclusivo para Socios de Auxilio Mutuo

**CENTRO QUIROPRÁCTICO**  
Dr. Rafael M. Fabián

Oferta especial para Socios de Hospital Auxilio Mutuo

	PRECIO REGULAR	PRECIO SOCIOS
Visita inicial	\$50.00	\$40.00
Ajuste Quiropráctico	\$40.00	\$30.00

**HORARIOS POR CITA:** Lunes y Miércoles, 2:00 pm a 6:00pm  
Viernes, 9:30am a 2pm • 1er. y 3er. Sábado, 11:00 am a 2:00 pm

730 Ave. Ponce de León Suite 3, San Juan, PR 00919 **Tel.: (787) 758-2300**

**Ruben's Café**

La mejor comida puertorriqueña e internacional. The best Puerto Rican and international cuisine.

Desayuno (Breakfast) 7 am - 11 am **10% de descuento al mostrar el cupón**

Ruben's Cafe Puerto Rico (787)998-8112 • rubenscafepr@live.com

**The Visual Corner**

**20% a un 50%** de descuento en monturas  
**20%** de descuento en lentes recetados

!!!Exclusivas ofertas disponibles para ti, socio!!!  
!!!Ven y visítanos, te esperamos!!! **787.767.4200**

Torre Médica Hospital Español Auxilio Mutuo, 1er. piso  
\*Ciertas restricciones aplican\* (monturas seleccionadas)

**Talleres de Mosaicos**

Ahora en nuestros **NUEVOS** talleres:

- Mosaicos Caribeños
- Joyería en Mosaico

**\$15 de descuento**

¡Descubre el artista que vive en ti!  
Tel. 787.232.8653  
787.918.5075

355 C. del Parque Santurce, PR info@ateliardelmosaico.com

**CLASES PRIVADAS DE MÚSICA**  
con la maestra **Eileen González**

Villancicos • Cristiana • Himnario • Mariachi • Canto • Coro Piano • Guitarra • Violín • Viola • Chelo • Flauta y Batería

Descuento **\$20.00** Costo **\$20.00** por hora.  
**Tel. 787.404.4242** • Email: egonzalezrossy@gmail.com.

**ZERO INSECTOS.COM** **40% DE DESCUENTO**

**Servicio en toda la Isla**

**TODO TIPO DE PLAGAS:**  
comején • garrapatas • polilla  
mosquitos • cucarachas • hormigas

**OFRECEMOS SERVICIOS**  
residencial • comercial • industrial  
botes • automóviles.

**(787) 391-1933** ZeroInsectos

**SFC** **15% de DESCUENTO**

**SERVICIOS FUNERARIOS CATÓLICOS**  
"Tradiciones Valiosas Conectadas por la Fe"

FUNERARIA • CREMACIÓN • CEMENTERIO

en la compra de un pre-arreglo funeral o propiedad de cementerio  
**TEL: 787.919.0099**

# Pre-arreglo funeral

## alternativa avalada por la fe católica

**Muchos piensan** que solo las personas de la tercera edad son las que mueren. De más está decir que la edad no tiene nada que ver. Recientemente, se han visto muchos casos de niños y jóvenes que en diferentes circunstancias han perdido la vida. Es vital que así como se programa lo que se hará a corto y largo plazo también se planifique el momento cuando ya no se esté en este mundo.

Para eso existe Servicios Funerarios Católicos (SFC) y su plan de pre-arreglo funeral que ofrece flexibilidad de pagos cómodos, congela los precios de venta en los mercados, garantiza sus últimos deseos y le permite escoger el tipo de propiedad y sepultura en cementerio.

Esto permite que la familia no tenga que asumir una carga económica para la que no esté preparada y evita las diferencias que suelen surgir a la hora de decidir cómo se harán las cosas.

Un pre-arreglo funeral con Servicios Funerarios Católicos, garantiza que las exequias se realizarán de acuerdo al rito católico. El velatorio se realiza en el templo o en las Capillas Exequiales, que es un área con la que cuentan algunas parroquias para ser utilizadas como capillas de velación. Éstas proveen un lugar idóneo para que sus hermanos los apoyen por medio de la oración, pues cuentan con la presencia de Jesús Sacramentado en todo momento. Al tiempo, aseguran la compañía del párroco de su Iglesia y el apoyo de los demás feligreses de su parroquia.

Otro beneficio que garantiza Servicios Funerarios Católicos es que se realiza la Misa en un templo respetando su derecho como fiel bautizado. Históricamente la Iglesia Católica recibe a sus fieles desde su nacimiento, su bautizo y lo guía a través de la celebración de los Sacramentos, entiéndase Comunión, Confirmación, Matrimonio u Orden.

Del mismo modo, recibe el cuerpo del difunto para su último ritual en la Iglesia donde ha profesado su fe. El cuerpo del difunto se asperjará con agua bendita invocando a la Santísima Trinidad para recordar el bautizo mediante el cual se convirtió en Hijo de Dios.



Se incensará para recordar que ese cuerpo en algún momento va a resucitar por haber sido templo del Espíritu Santo, y se encenderá el Cirio Pascual para celebrar la victoria de Dios sobre la muerte. El deber de la Iglesia es acompañar al fiel desde su nacimiento hasta el día de su muerte.

De otro lado, una tendencia que ha generado gran expectación entre algunos católicos es la práctica de la cremación. Esta consiste en convertir los restos de una persona en cenizas. Aunque desde el año 1983 esta opción fue avalada por la Iglesia Católica, aún la Iglesia prefiere el entierro o sepultura en el camposanto porque es una expresión más plena de la fe cristiana.

Si se elige la cremación, la secuencia preferible para los ritos finales es que la misma se realice después de la Misa de Difuntos, (de cuerpo presente).

Un pre-arreglo funeral con Servicios Funerarios Católicos incluye el beneficio de escoger el lugar final de descanso, un cementerio católico. De este modo se selecciona descansar entre aquellos que profesaron su misma fe. El camposanto de SFC favorece el uso de elementos religiosos como las imágenes de la Virgen o de Cruz dentro de un marco de respeto y dignidad. De igual forma, celebran misas el Día de las Madres y los Padres para acompañar a los familiares. Igualmente podrá escoger entre propiedades como nichos, lotes, panteones y columbarios en el Cementerio La Piedad en Cupey.

Cabe mencionar que SFC contrata los servicios de embalsamadores profesionales debidamente licenciados y acreditados para ejercer en Puerto Rico.

El personal de SFC ha obtenido preparación tanatológica por medio del Instituto Superior de Teología y Pastoral de la Arquidiócesis de San Juan (ISTEPA) para asistir a las familias en el proceso. **SN**



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE AUXILIO MUTUO  
Y BENEFICENCIA DE PUERTO RICO  
APARTADO 191227  
SAN JUAN, P.R. 00919-1227  
TEL. (787) 758-2000

NON PROFIT ORG  
US POSTAGE  
**PAID**  
SAN JUAN PR 00936  
PERMIT NO 1150

**EL PLAN MÁS  
COMPLETO  
INCLUYE:**



**AUXILIO  
Plan de  
Socios**



Conoce todos los beneficios en  
[plandesocios.com](http://plandesocios.com)

**787.773.1222**



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE AUXILIO MUTUO  
Y BENEFICENCIA DE PUERTO RICO