

Ayudar a Detener el Abuso Animal

MARILYN RAMOS AND
DR. PETER SPIEGEL

Este es un tema incómodo, pero si usted sospecha crueldad de animal, usted debe hacer algo. Usted puede sentir que se está entrometiendo, pero puede que sea la única oportunidad que ese animal inocente tenga. Reportar crueldad de animal se puede hacerse fácilmente y de forma anónima.

Golpear a animales indefensos, mantenerlos encadenados sin ejercicio o dejarlos expuestos en el mal tiempo, todos cuentan como abuso. Maltratar Animales puede (y a menudo lo hace) escalar al abuso doméstico. Los estudios han mostrado una relación entre la violencia hacia los animales y la violencia hacia los cónyuges, hijos y ancianos. Si usted mira que un animal esta en peligro inminente, llame al 911. La policía responderán. Usted puede optar por permanecer en el anonimato, o si se quiere identificar usted mismo, usted puede ayudar en el futuro enjuiciamiento.

El acumular es otra forma de maltrato animal. El acumulamiento ocurre cuando alguien posee varios animales sin proporcionar una alimentación adecuada, atención y sanidad. Los acumuladores a menudo no logran comprender las

consecuencias de sus acciones y pueden mostrar signos de enfermedad mental. Reporte la acumulación puede ser un primer paso hacia proporcionar tratamiento nuevo o adicional para el individuo.

La negligencia es la forma más común de la crueldad, y está en aumento. A medida que más estadounidenses luchan con dificultades financieras, muchos animales están en peligro de hambrearse, abandono, y la muerte. Animales desatendidos pueden pertenecer a los vecinos que has conocido por años. Ellos pueden tratar de ocultar la negligencia debido a la vergüenza.

Físicas / Señales Ambientales

Collar tan apretado que ha causado una herida en el cuello o se ha incrustado en el cuello de la mascota

- Heridas abiertas, señales de múltiples heridas cicatrizadas o una lesión permanente o enfermedad que no está siendo tratada

- Las condiciones de la piel no tratadas, que han causado la pérdida de pelo, delgadez extrema o emaciación

- Piel infestada de pulgas o garrapatas, Manchas de, erupciones cutáneas escamosas, Signos de aseo inadecuado - estasr extrema de la piel o uñas demasiado largas, Debilidad, cojera o la incapacidad

para permanecer de pie o caminar normalmente, Descarga pesada de los ojos o la nariz

Un propietario que golpea o cualquier otra manera de abuso físico asía al animal

Los signos visibles de confusión o somnolencia extrema

Animal atado afuera (incluyendo en mal tiempo) durante largos periodos de tiempo sin comida ni agua suficiente, o con comida o agua que es insalubre

Las mascotas son mantenidas en un área llena de excremento, basura, vidrios rotos u otros objetos que puedan ser perjudiciales para ellos

Los animales se mantienen en jaulas (a menudo encimados con otros animales) que son demasiado pequeños para ellos.

Usted puede ser un héroe. Informar sobre sospechas de crueldad hacia los animales asegura que los animales en peligro reciban atención inmediata esto le podría salvar la vida. Si usted está preocupado por su seguridad o la de su familia o mascotas, se puede informar de crueldad hacia los animales en forma anónima. Sin embargo, sepa que los agentes de control de animales y / o la policía pueden estar muy ocupados, así que depende de usted no darse por vencido. De seguimiento si es necesario. La vida de un animal puede estar en sus manos.



¡Aguas!, con la Deshidratación Invernal

LUIS YÁÑEZ

Comúnmente pensamos que sólo en época de calor es cuando se presenta la deshidratación, que es la pérdida de líquidos del cuerpo, ya que este concepto, lo asociamos con el sudor excesivo, altas temperaturas y la actividad física.

Sin embargo, en invierno también hay que estar prevenidos, y más aún porque suele pasar desapercibida y causar los mismos síntomas y malestares, lo cual puede ser un factor de riesgo en esta temporada.

“Es común que en días fríos, se utilicen con mayor frecuencia chamarras, suéteres o prendas gruesas, o por los cambios de clima, se incrementen los casos de fiebre, lo que aumenta la temperatura corporal, y en estos procesos se utilizan líquidos, que si no se reponen, generalmente propician los inconvenientes”, comenta la doctora Macrina Díaz, catedrática de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

En casa, es importante que estemos atentos por si se presenta algún caso de deshi-

dratación, en especial en adultos mayores, recién nacidos y niños, ya que se manifiesta de forma leve, moderada o grave. Para detectarla a tiempo, la especialista recomienda:

“Los síntomas se perciben sencillamente. Si se observa que se tiene la boca muy seca o pegajosa al hablar, así como la saliva espesa, los labios partidos o con un tono blanco, piel y ojos resecos, seguramente hay carencia de líquidos, si es de forma moderada. Si estas características se intensifican e impiden realizar las actividades cotidianas, hay que visitar rápidamente a un médico”.

La más efectiva y sencilla solución: Agua

Un dato interesante, es que cuando hace frío el cuerpo humano tiende a percibir una errada sensación de carencia de sed, y por ello, el consumo de líquidos disminuye notoriamente.

Además, con este tipo de climas, las personas van al baño con mayor frecuencia, y de esta manera, también hay un gasto de

fluidos mediante la orina, y es indispensable reponerlos.

“En la época invernal, es común que nos inclinemos por tomar bebidas calientes, y en la mayoría de los casos, muy azucaradas, por ejemplo el chocolate, café, o atoles, y reducimos el consumo de agua natural, acción que puede dejar poco hidratado a nuestro cuerpo y causar más lapsos de sed no correspondidos”, asegura la experta.

Y aclara, que la mejor manera de estar saludable en este aspecto, es tomar suficiente agua alrededor del día, es decir, para un niño de 1 a 2 litros, y en adultos y ancianos de 2 a 3 cada 24 horas.

“Mientras tengan menos azúcares los líquidos que consumimos, serán más amables con nuestro organismo, y tendremos mejores resultados en cuanto a hidratación. Aunque también, en este periodo de climas variables, les podemos añadir frutas cítricas de temporada, o productos naturales con vitaminas A, C, o D”, explica la doctora Díaz.

Y finaliza, con 4 consejos que debemos

conocer para evitar la deshidratación en temporada invernal:

Si hay mucha actividad física, el consumo de líquidos tiene que aumentar. Distribuyendo la ingesta a lo largo del día y no sólo en un instante.

Tomar agua es lo ideal. Los electrolitos orales se utilizan cuando hay una descompensación, y sustituirlos no es lo adecuado, mucho menos por refrescos o jugos embotellados.

Mucho ojo si hay diarreas o vómitos, ya que además de la infección, con frío el paciente está más cubierto, suda y pierde muchos líquidos en el proceso. La higiene es un factor fundamental.

Observar si hay algún síntoma en casa, y fomentar en todo momento el consumo adecuado de agua natural o incluso, mineral.

Colaboración de
Fundación Teletón México.
“Los sueños se realizan con esfuerzo”.
Bojorge@teleton.org.mx



Oasis Thrift Store

**Venta de
1/2 precio**

Cada primer Sábado del mes en toda la ropa y artículos usados.
Sistema de Apartado en Muebles Nuevos.

Entrega a Domicilio (pregunte como)

Se reciben Donaciones para ayudar al programa Fight Cancer

Muebles, TV, Ropa, Zapatos, accesorios

(deducible de impuestos)

Estacionamiento en la parte trasera del edificio (760) 391-9326
1544 Sixth st. Coachella, Ca. 92236

Mencione o entregue este anuncio.

Hairland Solicita Estilistas

con experiencia, personas interesadas llamar al
(760) 343-5395

72450 Ramon rd. #106 Thousand Palms, Ca.

SE VENDE Restaurant

en el Area de Coachella
para más Informes llame a los
Tels. **(760) 485-0929** con Oscar
o al **(760) 221-5506** con José

LA PRENSA
HISPANA

(760)342.2565

LaPreHis@aol.com