



LA VIDA DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Dr. Ivette Valenzuela- Profesora en la Facultad de Enfermería de la Universidad George Mason

Dr. Kristina Melendez- Consejera Bilingue, Servicios Familiares, CCDA

Fr. Juan Puigbo – Sacerdote a Cargo de la Misión Católica San Gabriel

Stacy Jones- Directora de Hogar Immigrant Services , Oficina Legal, CCDA

Diana Round (Moderadora)- Supervisora de Servicios Educativos, Oficina de Education y Desarrollo de Empleo, CCDA



UNOS PROGRAMAS DE CATHOLIC CHARITIES

Christ House- Servicios de
Asistencia Financiero
Alexandria (703) 548-4227
Leesburg (703) 443-2481

St. Lucy: Servicios de Comida
Alexandria (703) 548-4227
Front Royal (540) 254320
Leesburg (703) 443-2481

**Education and Workforce
Development -**Servicios
Educativos y Desarrollo de Empleo
(571) 208-1572

Family Services Counselling -
Consejería familiar
Fairfax (703) 425-0109
Fredericksburg (540) 371-1124

La Vida Durante La Pandemia COVID-19

Agenda

¿Qué es COVID-19? Las síntomas, tratamiento, prevención

Salud mental durante la pandemia

Salud espiritual durante la pandemia

Preguntas sobre los beneficios y la ley de inmigración

Preguntas y respuestas

La Vida Durante La Pandemia COVID-19

Preguntas y respuestas

- Por favor, vayan escribiendo sus preguntas breves en la ventana de CHAT
- Las contestaremos al final de la presentación
- **IMPORTANTE:** Este seminario web es público
- **NO ponga DETALLES PERSONALES**
- **NO escribe DETALLES DE CASOS LEGALES**



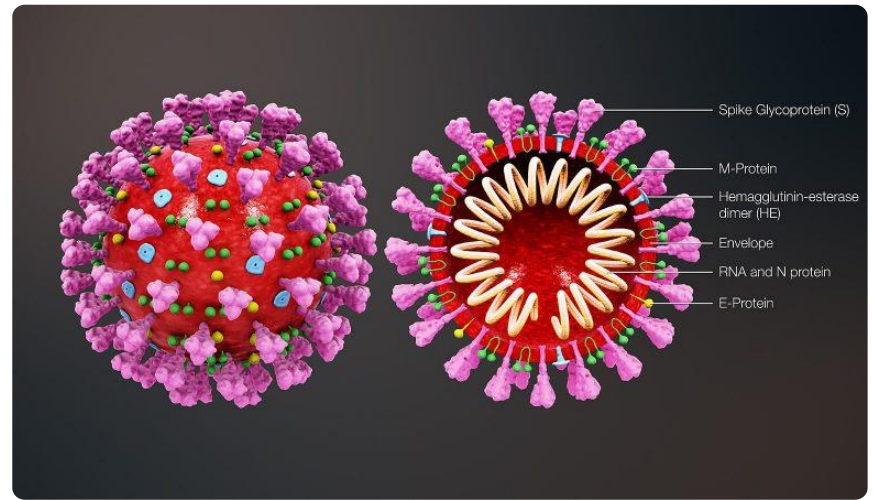
**¿QUÉ ES COVID-19? LAS
SÍNTOMAS, TRATAMIENTO,
PREVENCIÓN**

Dr. Ivette Valenzuela



COVID-19

Dr. Ivette Valenzuela-Yu, PhD, MPH, MSN, FNP-BC



E protein

S protein

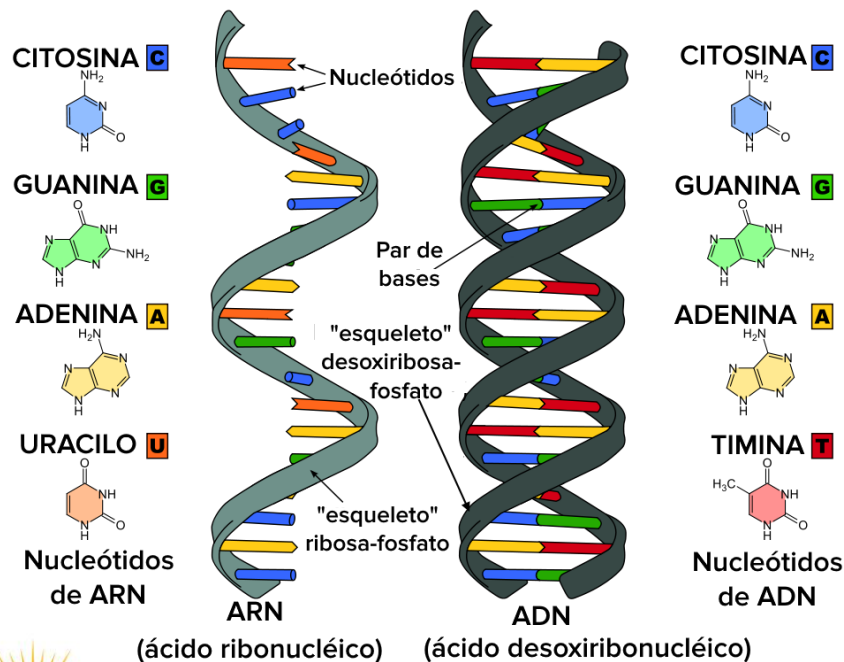
M protein

COVID-19

This Photo by Unknown Author is licensed under [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

¿Qué es un Virus?

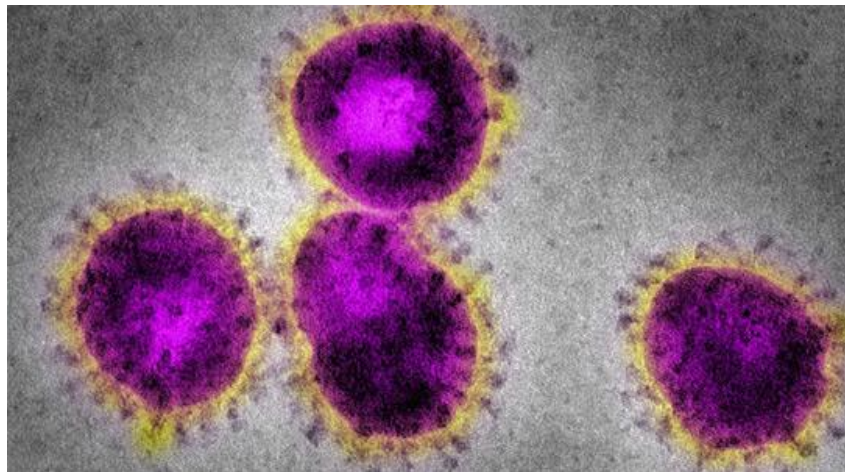
- Partícula de código genético
- Los virus no se pueden replicar por sí solos.
- Necesitan infectar células para hacer copias de sí mismos.



¿Qué es un Coronavirus?

- Familia de virus
- Animales & humanos.
- Humanos:

Resfriado común → síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) & síndrome respiratorio agudo severo (SRAS)



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-NC](#)

Tipos de Coronavirus Humanos

Comunes:

229E (alfa)

NL63 (alfa)

OC43 (beta)

HKU1 (beta)

Otros:

MERS-CoV (beta)-

Síndrome Respiratorio del
Medio Oriente

SARS-CoV (beta) Síndrome
respiratorio agudo severo

SARS-CoV-2 (nuevo)-

COVID-19

Fuente: <https://www.cdc.gov/coronavirus/types.html>

¿Qué es COVID-19?

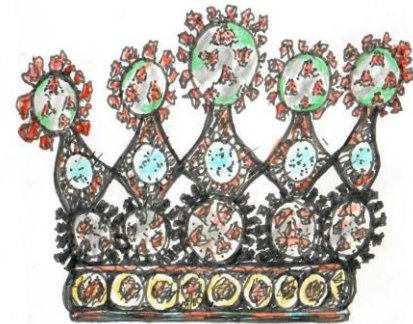
- Es ARN virus
- Pertenece a la familia de coronavirus
- Nuevo - no había identificado previamente.

¿Qué significa COVID-19?

"CO" = "corona"

"VI" = "virus" y

"D" = disease = enfermedad "



Fuente: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#Coronavirus-Disease-2019-Basics>

¿Cómo se Propaga el COVID-19 ?

¿ Cuando una persona puede contagiarse con COVID-19?



Por contacto personal cercano con una persona infectada o a través de personas infectadas al toser o estornudar.



Al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

¿Cuánto tiempo sobrevive el virus en las superficies?



OPS



Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

¿Cómo se Propaga COVID-19 ?

- Por contacto con otra que esté infectada por el virus (6 pies).
- A través de gotitas respiratorias.
- Gotitas sobre superficies



¿Cuándo una Persona Puede Transmitir COVID- 19?

- **Periodo de Incubación**

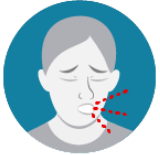
intervalo de tiempo que transcurre entre contraer infección y aparición de síntomas clínicos de la enfermedad

“Periodo infeccioso de 2.3 días antes de síntomas hasta 10-42 días después de inicio de síntomas”.

“La OMS recomienda que el seguimiento de contactos de casos confirmados sea de 14 días”.

¿Cuáles son los Signos & Síntomas?

Síntomas más comunes



Tos



Fiebre



Cansancio



Congestión
nasal



Secreción
nasal



Dolor de
garganta



Dolor de
cabeza



Diarrea



Fatiga



Dificultad
para respirar**



Temperatura >100.4 °F [38 °C]

Erupciones cutáneas o cambios de color
en los dedos de las manos o los pies.

¿Cuándo Debo Buscar Atención Médica de Emergencia*?

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistente en el pecho
- Confusión
- Incapacidad de despertarse o permanecer despierto
- Coloración azulada en los labios o el rostro
- **Llame al 911 o llame antes a su centro de emergencias local:** notifique al operador que necesita atención para alguien que tiene o podría tener COVID-19.



Personas con Mayor Riesgo de Enfermarse Gravemente

- Adultos mayores (> 60 o 65 años)
- Enfermedad pulmonar
- Afecciones cardiacas graves
- Sistema inmunitario deprimido
- Obesidad grave (IMC \geq 40)
- Diabetes
- Enfermedad renal crónica - diálisis
- Enfermedad hepática
- Minorías
- Personas con discapacidades
- Embarazadas-lactancia
- Personas sin hogar

COVID-19 & Niñas/os

- Los niños y jóvenes También se enferman
- Síntomas levels a severos



- Síndrome inflamatorio multisistémico:
 - Fiebre persistente
 - Dolor abdominal
 - Ronchas/Rash
 - Características de Kawasaki & Shock Tóxico

COVID-19 y Animales

- No deje que sus mascotas interactúen con personas o animales fuera del hogar.
- Si alguien esta enfermo-aísle a la persona del resto, incluidas las mascotas.
- Evite parques para perros o los espacios públicos



**Tigre de un zoológico de Nueva York
1er caso positivo de COVID-19 en EE. UU.
Reporte de infección de perros y gatos.**

¿Como se Diagnostica?

- **Prueba viral:** indica si tiene una infección.
- **Prueba de anticuerpos:** indica si ha tenido anteriormente una infección.

Coronavirus (COVID-19): pruebas virales

¿Qué significan los resultados?

¿EN QUÉ CONSISTE UNA PRUEBA VIRAL PARA DETECTAR COVID-19?

- Las pruebas virales para detectar COVID-19 indican si hay una infección actual para determinar si está infectado con COVID-19 **ahora**.
- En las pruebas virales para COVID-19 se analizan muestras de su sistema respiratorio (como hisopados del interior de la nariz).



¿QUÉ SIGNIFICA SI EL RESULTADO DE SU PRUEBA ES POSITIVO?

- Una prueba positiva indica que está infectado con COVID-19 **ahora**.
- Debe quedarse en casa, mantener distancia de los demás y controlar sus síntomas hasta que mejore, durante al menos 10 días.



¿QUÉ SIGNIFICA SI EL RESULTADO DE SU PRUEBA ES NEGATIVO?

- Una prueba negativa indica que no estaba infectado con COVID-19 cuando se recolectó la muestra.
- Una prueba negativa **no** significa que no se enfermará.
- Es posible que la infección estuviese en una etapa temprana al momento de la obtención de su muestra y luego podría dar positivo.
- También podría verse expuesto al virus más tarde y manifestar la enfermedad.
- Tome las medidas necesarias para protegerse y proteger a los demás.



¿Cual es el Tratamiento Medico?

“Hasta la fecha no existe ningún medicamento específicamente recomendado para prevenir o tratar la infección por el nuevo coronavirus”

¿Cómo se Previene la Transmisión/Infección?

ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

Distanciamiento social significa...



cdc.gov/COVID19-es

Lavado de Manos

**CÓMO
LAVARSE
LAS
MANOS
*CORRECTAMENTE
(durante 20 segundos)**



¿Cómo Puedo Prevenir Infectar a Otros?

- **Si usted esta enfermo**

Quédese en casa

Manténgase alejado de otras personas

Vigile sus síntomas

Llame antes de ir al medico

Use cubierta de sobre su nariz y boca

Cúbrase la nariz y la boca al toser y estornudar

Límpiese las manos con frecuencia

Evite compartir artículos del hogar de uso personal

Limpie todas las superficies de "contacto frecuente" todos los

días

¿Cómo Prevengo Adquirir la Infección de Otros?



Si esta enfermo o un miembro de su familia



Brinde apoyo y ayude a cubrir las necesidades básicas



Esté atento a los signos de alarma



Protéjase si cuida a una persona enferma



**El prudente se anticipa
al peligro y toma
precauciones.
El necio avanza a ciegas
y sufre las
consecuencias.**

Proverbios 22:3





SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

Cristina Melendez



En Medio de la Pandemia de Covid 19

Cuidando Su Salud Mental



Reacciones Communes y Normales

COVID-19 y las órdenes de aislamiento social han impactado nuestras vidas significativamente.

Reacciones communes incluyen:

- ansiedad
- enojo
- temor
- frustración y
- tristeza



Posibles Reacciones

Un extracto de un artículo de los CDC explica:

El estrés durante el brote de una enfermedad infecciosa puede incluir reacciones como:

- Temor y preocupación por su salud y la salud de sus seres queridos
- Cambios en los patrones de sueño o alimentación
- Dificultades para dormir o concentrarse
- Agravamiento de problemas de salud crónicos
- Agravamiento de problemas de salud mental
- Mayor consumo de alcohol, tabaco, u otras drogas

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>

COMO CUIDAR SU SALUD MENTAL



Recomendaciones

1. Crear una rutina
2. Tener horas y cantidades de sueño saludables
3. Comer alimentos balanceados y saludables
4. Mantener su cerebro activo
5. Mantener contactos con otras personas
6. Salir si es posible (están bien de salud y se cuidan)
7. Hacer ejercicios o alguna actividad física
8. Limitar su exposición a noticias sobre COVID-19
9. Practicar autocompasión

1. Rutina

Es importante mantener una rutina durante los días de la semana para niños y adultos:

- Dormir y despertar a la misma hora
- Desayunar, almorzar, y cenar a la misma hora
- Asignar un tiempo para:
 - Estudiar o leer
 - Tiempo libre
 - Hora de hacer las tareas del hogar
 - Tiempo para hacer ejercicios o hacer una actividad física
 - Hora de salir (respetando el distanciamiento social y el uso de una máscara)
 - Tiempo familiar
 - Hora de rezar



2. Horas y Cantidades de Sueño Saludables



- Limitar horas de dormir:
 - Use una alarma
 - Dormir horas regulares
 - No duerma todo el día o tome largas siestas

3. Comer Alimentos Balanceados y Saludables

- Una dieta balanceada rica en vitaminas y nutrientes, ayuda a fortalecer su sistema inmunitario y te aumenta la energía

– Ejemplo:

- Frutas cítricas
- Fresas
- Batatas
- Espinaca
- Huevos
- Mariscos



- Evitar exceso de alimentos no nutritivos o con mucha azúcar (chatarras)
- Evitar consumir comidas en exceso o por aburrimiento

4. Mantener su Cerebro Activo

- Leer
- Hacer crucigramas
- Iniciar nuevos proyectos
- Registrarse para cursos en línea
- Aprende algo nuevo en youtube
- Jardinería
- Cocinar algo nuevo
- Manualidades
- Escuchar música o cantar
- Tocar instrumentos musicales
- Dibujar y pintar
- Jugar juegos de mesa



						8
1	8			2	3	
	6		5	7		1
	7	9	6			
	9		7	4		1
				8	1	4
6			2	4		8
		4	5			9
5						3



5. Mantener Contactos con Otras Personas



- Establecer horarios de actividades semanales como tiempo de juego familiar o tiempo de película.
- Mantener comunicacion con familiares y amigos por teléfono, facetime, video chat, zoom, texto, correo electrónico, etc.
- Recordemos que tal como necesitamos apoyo, nuestro vecinos y seres queridos también lo necesitan.

6. Salir Afuera si es Posible

- Si puede, una vez al día salir afuera para respirar el aire fresco con proteccion de mascara si hay personas alrededor.
- Pasar tiempo con la naturaleza puede beneficiar tanto su bienestar mental como físico.
- Si no puede salir, es recomendable sentarse al lado de una ventana, o un balcón.
- Obtener un poco de luz solar diariamente.



7. Hacer Ejercicios o Alguna Actividad Física

- Salir a caminar o correr (respete el distanciamiento social y use máscaras según sea necesario)
- Ir a dar un paseo en bicicleta,
- Hacer ejercicios adentro de la casa:
 - estocadas,
 - sentadillas,
 - bailar,
 - flexiones, etc.
 - adapta su ejercicio a su nivel físico



8. Limitar Ver Noticias Sobre COVID-19

- Mirar o escuchar las noticias:
 - solo una vez al día (no mas de 30 minutos), o
 - una vez en la mañana y una vez en la tarde (no antes de dormir)
- No lea sobre la información de COVID-19 en las redes sociales
- Cuando busque información, vaya a una fuente confiable, como el CDC

En cambio diviértete y riéte

- Juega,
- haz bromas,
- lee y mira cosas que te hacen sentir bien, sonreír o reír.



9. Tener Autocompasión

- La autocompasión también es importante.
- Reconocer tus sentimientos te puede ayudar a sobrellevarlos de manera saludable.

Estar atento a estos signos comunes de angustia:

- Sentimientos de insensibilidad, incredulidad, ansiedad o miedo.
- Cambios en el apetito y en los niveles de energía y actividad.
- Dificultad para concentrarse.
- Dificultad para dormir o pesadillas y pensamientos e imágenes angustiantes.
- Reacciones físicas, como dolores de cabeza, dolores corporales, problemas estomacales y sarpullidos.
- Empeoramiento de los problemas de salud crónicos.
- Enojo o temperamento explosivo.
- Aumento en el consumo de alcohol, tabaco u otras drogas.

<https://emergency.cdc.gov/es/coping/selfcare.asp>

Busque Ayuda

Si la angustia afecta las actividades de su vida diaria durante varios días o semanas es posible que se pueda beneficiar de ayuda profesional.

Busque Ayuda:

- Caridades Catolicas Servicios Familiares estan disponible para ofrecer servicios de salud mental. Llamar a el 703-425-0109 para hacer una cita (hablamos español)
- O comuníquese con la línea de ayuda de SAMHSA (Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias) al 1-800-985-5990

Lista de Referencias

- Cómo Cuidar Tu Salud Mental Durante La Pandemia
Michelle Crouch - <https://www.aarp.org/espanol/salud/vida-saludable/info-2020/cuidar-tu-salud-mental-durante-el-coronavirus.html>
- Cómo Sobrellevar Los Desastres O Eventos Traumáticos
<https://emergency.cdc.gov/es/coping/selfcare.asp>
- Salud Mental Y Cómo Sobrellevar La Situación Durante El Covid-19
<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>
- 8 Ways To Stay Physically and Mentally Healthy During Covid-19
<https://www.froedtert.com/stories/ways-stay-physically-mentally-healthy-during-covid-19>
- 14 Ways To Protect Your Mental Health in the Pandemic, According To Public Health England
Ceri Parker - <https://www.weforum.org/agenda/2020/03/14-ways-to-protect-your-mental-health-in-the-pandemic-according-to-public-health-england/>



SALUD ESPIRITUAL DURANTE LA PANDEMIA

Padre Juan Puigbo
Mision San Gabriel





COVID-19 E INMIGRACIÓN



Stacy Jones, Directora
Hogar Immigrant Services - Legal

ESTATUS ACTUAL DE LAS

AGENCIAS GUBERNAMENTALES

LAS CORTES DE INMIGRACIÓN Y LA JUNTA DE APELACIONES DE INMIGRACIÓN (EOIR)

- Todas las audiencias para personas **NO detenidas** hasta 12 de junio son pospuestas
 - Las nuevas audiencias se reprogramarán automáticamente
- Audiencias para personas **detenidas** continúan como estaba previsto
- Algunas cortes se cierran a veces por unos días/semanas
- Información actualizada disponible en <https://www.justice.gov/eoir/eoir-operational-status-during-coronavirus-pandemic> (en inglés) o https://twitter.com/DOJ_EOIR (en inglés)

EL SERVICIO DE CIUDADANÍA E INMIGRACIÓN DE ESTADOS UNIDOS (USCIS)

- Todos los servicios rutinarios en persona han sido **suspendidos** temporalmente hasta por lo menos el **4 de junio**
 - Incluye todas las entrevistas para la residencia, el asilo, y la ciudadanía; ceremonias de juramento de naturalización; citas para hacer las huellas; etc.
 - Todo se reprogramará automáticamente cuando las oficinas reabren
 - Es posible contactar a USCIS para servicios de emergencia en limitadas situaciones
- USCIS todavía está procesando solicitudes y peticiones nuevas que no requieren entrevistas en persona
- USCIS reutilizará huellas que se recolectaron previamente bajo ciertas circunstancias (como la renovación de un permiso de trabajo)
- USCIS ha relajado un poco las fechas límites para ciertas solicitudes de más evidencia o para apelar/reabrir una decisión
- Información actualizada disponible en <https://www.uscis.gov/es/acerca-de-nosotros/respuesta-de-uscis-al-covid-19> (en español)

EL SERVICIO DE INMIGRACIÓN Y CONTROL DE ADUANAS (ICE)

- La visitación social a los detenidos en **centros de detención** de inmigración ha sido suspendida; la visitación legal sin contacto continúa
- Personas que tienen **citas regulares con ICE** deben contactar a su oficina local para instrucciones sobre qué deben hacer
- ICE solamente acepta pagos de **fianzas** en ciertas oficinas y en ciertas horas
- ICE dice que focalizaría sus **esfuerzos policiales** ahora en los riesgos para la seguridad y las personas sujetas a la detención obligatoria por motivos penales; continúa su política anterior de no llevar a cabo operaciones policiales en “lugares sensibles” como hospitales o centros médicos excepto en las circunstancias más extraordinarias
- Información actualizada disponible en <https://www.ice.gov/es/coronavirus> (en español)

DEPARTAMENTO DEL ESTADO

(CONSULADOS EN EL EXTRANJERO Y CENTRO NACIONAL DE VISAS)

- Servicios rutinarios para **visas** en los consulados y las embajadas en el extranjero han sido **suspendidos** en la mayoría de países
 - Puede verificar el estatus actual en los sitios de los consulados o embajadas inviduidos
- **Proclamación del Presidente** - La entrada de ciertos inmigrantes a EE.UU. ha sido suspendida por 60 días (hasta 22 de junio de 2020):
 - Se aplica a extranjeros **fuera de EE.UU.** que no tenían visa inmigrante válido o un documento de viaje (“advance parole,” carta de transporte) antes de 11:59 PM el 23 de abril de 2020
 - **NO se aplica** a residentes permanentes; solicitantes para visas inmigrantes que son cónyuges o hijos menores de 21 años de ciudadanos estadounidenses; miembros de las Fuerzas Armadas de EE.UU. y sus familias; y ciertas otras categorías especificadas
 - La proclamación **NO** tiene nada que ver con personas solicitando la residencia permanente desde dentro de EE.UU. (“adjustment of status”), solicitantes de visas no inmigrantes, o personas solicitando el asilo o el estatus como refugiado

LA INTERACCIÓN ENTRE

LOS EFECTOS FINANCIEROS DEL COVID-19 Y LA LEY DE INMIGRACIÓN

¡RECUERDE!

¡¡Muchas personas **NO** están sujetas a la prueba de la “carga pública”!!

- Refugiados y asilados
- Personas con Visa U, Visa T, VAWA (protección bajo la Ley de Violencia Contra la Mujer), o SIJS (clasificación como Joven Inmigrante Especial)
- Solicitantes de DACA o TPS
- La mayoría de los residentes permanentes legales (titulares de la tarjeta verde)
- Ciudadanos estadounidenses

La prueba de carga pública solo aplica a las personas que solicitan la residencia permanente (tarjeta verde) a través de un/a pariente, o una visa para entrar a los EE.UU.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA](#)

LA RELACIÓN ENTRE LA CARGA PÚBLICA Y COVID-19

- Recibir el **seguro de desempleo** NO afecta la determinación de inadmisibilidad por carga pública porque USCIS nunca consideraba que recibir el seguro de desempleo era un “beneficio público”
 - Generalmente, es necesario tener un **permiso de trabajo** para calificar para el seguro de desempleo
- Aceptar el cheque de \$1,200 del **estímulo en efectivo** NO afecta la determinación de inadmisibilidad por carga pública porque es un crédito fiscal, no un “beneficio público”
 - Generalmente para calificar para recibir este dinero, los declarantes individuales Y sus dependientes declarados necesitan tener Números de Seguridad Social válidos (no solamente un ITIN)
- Más información de la Campaña de Protección de Familias Inmigrantes (PIF) está disponible en <https://protectingimmigrantfamilies.org/elegibilidad-de-inmigrantes-para-programa-publicos-covid-19/>

LA RELACIÓN ENTRE LA CARGA PÚBLICA Y COVID-19 (CONTINUACIÓN)

- Durante la pandemia, USCIS ha declarado que “no considerará **las pruebas, tratamiento, o el cuidado preventivo** (incluidas las vacunas, si surge una vacuna disponible) relacionadas con COVID-19 como parte de la determinación de inadmisibilidad por carga pública”
 - Esto incluye “si dicho tratamiento es proporcionado o pagado por uno o más beneficios públicos, según definido en la regla (por ejemplo, Medicaid financiado por el gobierno federal)”
- Es posible que **un periodo sin empleo** a causa de COVID-19 puede afectar la determinación de inadmisibilidad por carga pública
 - Pero USCIS ha indicado que los solicitantes así afectados pueden incluir con sus solicitudes evidencia adicional para explicar que su situación fue causada por COVID-19, y USCIS “tomará toda esa evidencia en consideración en la totalidad de las circunstancias” del solicitante
- Más información de USCIS está disponible en <https://www.uscis.gov/es/tarjeta-verde/carga-publica>

- Si usted o alguien que conoce tiene preguntas sobre su situación específica, sobre si califica para algún beneficio o estatus de inmigración, o necesita ayuda legal de inmigración, siempre puede contactar a **Hogar Immigrant Services – Legal**, un programa de Caridades Católicas de la Diócesis de Arlington
- Estamos programando **consultas legales a distancia**, a través del teléfono y videoconferencia, durante la pandemia
- **(703) 534-9805** o hogar@ccda.net para más información

¿QUÉ DEBO HACER SI
TENGO PREGUNTAS?

La Vida Durante La Pandemia COVID-19

Preguntas y Respuestas

IMPORTANTE: Este seminario web es público

NO ponga DETALLES PERSONALES

NO escribe DETALLES DE CASOS LEGALES

Si hagan preguntas en general de los cuatro temas del seminario Web:

Salud, Salud Mental, Salud del espíritu y Inmigración

Si su pregunta es sobre un tema no cubierto por la presentación de esta noche llámeme y hago todo lo posible para encontrarle algún quien le pueda contestar (703) 420- 8252

UNOS PROGRAMAS DE CATHOLIC CHARITIES

Christ House - Servicios de
Asistencia Financiero
Alexandria (703) 548-4227
Leesburg (703) 443-2481

St. Lucy- Servicios de Comida
Alexandria (703) 548-4227
Front Royal (540) 254320
Leesburg (703) 443-2481

**Education and Workforce
Development** - Servicios
Educativos y Desarrollo de Empleo
(571) 208-1572

Family Services Counselling -
Consejería familiar
Fairfax (703) 425-0109
Fredericksburg (540) 371-1124

PARA VER LA GRABACION DE
ESTE SEMINARIO WEB:

GRAHTPS://WWW.CCDA.NET/COVID-19WEBINAR/

Dr. Ivette Valenzuela

Dr. Kristina Melendez - (703) 425-0109

Fr. Juan Puigbo - (703)368-4500

Stacy Jones - (703) 534-9805

Diana Round (Moderadora) - (703) 420-8252

