

LECCIONES APRENDIDAS

5 cosas que aprendí durante la pandemia

Los meses de marzo, abril y mayo de 2020 nunca serán olvidados. El mundo experimentó una pandemia que no hemos visto desde la gripe española de 1918. Incluso ahora, mientras luchamos por recuperarnos en medio de los temores de una segunda ola de infecciones, está claro que aún no estamos salvos ni fuera de peligro. Es durante los momentos difíciles que aprendemos más sobre nosotros mismos y podemos reflexionar. Estas son algunas de las cosas que he aprendido en los últimos meses sobre mí.

1) No soy tan valiente como pensaba que era. Siempre me he considerado como alguien que no entra en pánico fácilmente y puedo mantener la calma y la estabilidad en situaciones difíciles. Les puedo decir que durante esta pandemia, he estado de todo menos calmado. En pocas palabras, COVID-19 me asustó muchísimo. Durante las primeras semanas, pasé la mitad de mi tiempo preocupado por contraer y transmitir el virus, y la otra mitad preocupándome por cómo iba a mantener mi negocio a flote. La posibilidad real de perderlo del todo, y perder mi salud y mi vida, me aterrorizó hasta más no poder. A veces, me paralizó y me impidió trabajar o ser productivo. Pude superar esos sentimientos pero estaba desilusionado en mi mismo por haber estado tan asustado y paralizado mentalmente.

2) ¡El distanciamiento social apesta! Nunca me di cuenta de lo tímido que era. Tal vez sea mi educación italiana, pero extraño un buen apretón de manos, un gran abrazo, un beso, un abrazo y todos esos recordatorios físicos de que estamos vivos y conectados unos con otros. El distanciamiento social pudo haber sido el paso correcto para detener la propagación del virus, pero significa que los apretones de manos y los abrazos casuales entre seres queridos podrían desaparecer para siempre. Eso me entristece.

3) La bondad es el rasgo humano más admirable.

Nunca en mi vida ha habido una situación en la que la afirmación "Todos estamos juntos en esto" aplicará tanto. Con el derrumbe económico causada por el virus y el miedo a la enfermedad y por ende la muerte, los buenos sobresalieron y brillaron.

Una cosa que me llamó la atención es el nivel de amabilidad que presencié de tantas personas. La gente se ayudaba sin conocerse. Vimos personas comprando mercado para los ancianos, animando a los trabajadores médicos durante sus cambios de turno, haciendo máscaras en casa para donar, e incluso restaurantes cerrados decidieron preparar comidas para personas sin hogar y/o personas vulnerables. Me sorprendió la forma en que la gente se unía para ayudar. Fue edificante y realmente restauró mi fe en la humanidad. Hay muchas cosas lindas en la humanidad que debemos aplaudir, pero para mí, lo más admirable es la simple amabilidad.

4) Los trabajos más esenciales en nuestra sociedad son algunos de los que peor pagan y, a menudo, los menos apreciados.

Los trabajos verdaderamente esenciales en nuestra sociedad no suelen ser los que tienen grandes salarios. Los banqueros, abogados y ejecutivos de Wall Street no eran las personas a las que acudimos durante una emergencia nacional. Cuando se le dijo al mundo que se agachara para protegerse, había innumerables empleados esenciales que aún tenían que irse al trabajo y ponerse en riesgo—fueron ellos que salieron al mundo para asegurarse de que todo siguiera bien y en pie. Me siento sinceramente agradecido con el cartero de mi calle, a los cajeros de Market Basket, al empleado de la gasolinera, a mi mecánico de automóviles y a mi plomero que se aseguró de que cuando mi calentador de agua dejó de funcionar, mi familia podría tener duchas calientes en pocas



horas. Tengo amigas que son enfermeras en primera línea y me asombra su dedicación desinteresada e incansable para ayudar a los demás. Sin estas personas, nuestro sufrimiento hubiera sido muchísimo más. A todos ellos les digo gracias. Como nación, estamos eternamente agradecidos.

5) La vida puede cambiar en un abrir y cerrar de ojos.

Esta lección me sorprendió. Hace varios años, mi compañero de ley y mi querido amigo murió de un ataque cardíaco y me diagnosticaron cáncer dos semanas después de su muerte. Estos desafíos probaron de qué estaba hecho y me obligaron a lidiar con mi propia mortalidad. Pero la pandemia de COVID-19 me probó incluso más que eso. Sabía que mi propia vida podría cambiar en un instante. Podría tener un accidente, enfermarme o despedirme de este mundo por completo. Fue aterrador darse cuenta de que podía perder a mi esposa, mi hijo o mi hija por el virus. COVID-19 me hizo muy consciente de no solo mi propia mortalidad, sino la mortalidad de aquellos a quienes amo. Había estado actuando como si mañana fuera un hecho. ¡Ya no! La vida puede cambiar tan rápido. No podemos dar el tiempo que tenemos con nuestros seres queridos por vencido.

Aprendí muchas cosas sobre mí en estos últimos meses. No todos ellos eran cosas buenas, pero vale la pena conocerlos. Aprender estas cosas sobre uno y sobre nuestro mundo son herramientas valiosas para avanzar y seguir adelante. Saldremos de esto indudablemente profundamente marcados, pero no golpeados.

—Len Spada

COMPENSACIÓN DE TRABAJADORES Y LEMA COVID-19:

¿PUEDO PRESENTAR UN RECLAMO SI CONTRAJO EL CORONAVIRUS EN EL TRABAJO?

Si se lesiona en el trabajo mientras realiza tareas asociadas con su trabajo, entonces probablemente tenga un caso sólido de compensación de trabajadores. Pero, ¿qué pasa si contraes una enfermedad mientras trabajas? Las enfermedades y los casos de compensación de trabajadores son típicamente más complejos. Probablemente no pueda presentar la compensación de los trabajadores después de contraer la gripe de un compañero de trabajo, pero un minero de carbón que padece una enfermedad pulmonar después de años de respirar polvo de carbón ciertamente tiene un caso. A raíz de la pandemia de COVID-19, muchos empleados se preguntan qué derechos tienen si se infectan con el virus mientras trabajan.

Según la ley establecida de compensación de trabajadores de Massachusetts, una "lesión personal" incluye enfermedades infecciosas o contagiosas si la naturaleza del empleo es tal que el riesgo de contraer tales enfermedades por parte de un empleado es inherente al empleo". Esto quiere decir que para reclamar la compensación de los trabajadores después de contraer COVID-19, la exposición al virus debe ser *parte* de su trabajo. Esto es diferente de contraer el virus *mientras está* en su trabajo. Hay dos casos de Massachusetts que resaltan la diferencia entre estas circunstancias.

El caso de Perron de 1949 es un famoso caso de compensación de trabajadores. Este caso fue presentado por una enfermera que trabajaba en la sala de tuberculosis (TB) de un hospital y contrajo TB de un paciente. El tribunal dictaminó que "[t] aquí había evidencia suficiente de una conexión causal entre el empleo y la tuberculosis contraída por la empleada para justificar un hallazgo de la junta de que la enfermedad surgió de y en el curso de su empleo". Básicamente, la exposición a la tuberculosis era *parte del trabajo de ser* enfermera, y tenía derecho a los beneficios de compensación de los trabajadores.



Otro caso que involucró la exposición a la tuberculosis fue *Lussier v. Sadler Bros.* En este caso, una cosedora contrajo la tuberculosis de un compañero de trabajo. Sin embargo, el trabajo de la cosedora y la tienda donde trabajaba no tenían nada que ver con la prestación de servicios de atención médica. Desafortunadamente, en esta situación, la cosedora simplemente contrajo TB *mientras estaba* en su trabajo. Por esta razón, la Junta Revisora negó su reclamo.

Usando estos dos casos como ejemplos, sospechamos que los trabajadores en el campo de salud y los socorristas que contratan COVID-19 pueden tener bases más sólidas para presentar un caso de compensación de trabajadores. Sin embargo, algunos estados han propuesto nuevas leyes para ampliar las protecciones de compensación de los trabajadores a todos los empleados considerados "esenciales". Si no pudo trabajar o necesitó atención médica después de contraer COVID-19 y le gustaría saber si está cubierto por compensación de trabajadores, entonces llame a Spada Law Group al 617.889.5000 para una consulta telefónica o teleconferencia completamente gratuita.

TESTIMONIO DEL MES

"Primero que todo, las mujeres que me ayudaron recuperarme tras mi accidente no podrían ser más atentas y compacientes. Lo más importante es que estaba con personas que estuvieron por mí en las malas. Robyn, quien estaba encargada de mi caso, trabajó duro en mi caso para poder lograr la compensación que merezco.

"Antes de encontrar Spada Law Group, había ido a un abogado que no solo perdió un caso pero también me hizo sentir como que yo ni mi caso valían la pena. Robyn no solo tomó mi caso sino que logró recuperar todos los fondos posibles con toda su atención y cuidado.

"Eso, para mí, me inspiró a correr la voz — que si estas en busca de un buen abogado, vaya a Spada Law y pregunte por Leonor quien es la recepcionista y la persona que me entrevistó. Leonor hizo la experiencia

tan grata y cómoda. No importa el caso que tengas, estas dos mujeres me apoyan durante esta etapa difícil. Gracias Robyn and Leonor! Ustedes mujeres, trabajan duro por ganarse la vida pero lo hacen de una manera tan profesional y con tanta amabilidad — algo que no se encuentra todos los días y algo que valoro mucho. ¡También quiero mencionar que Mikeyla fue lo más de agradable cuando llamaba, así que gracias Mikeyla por ayudarme tanto!"

—Linda F.



¿Pueden ayudarme con mi divorcio?

Recursos más allá de solo lesiones personales

En Spada Law Group, nos especializamos en el manejo de casos de lesiones personales. Si alguien resultó herido en un accidente causado por la negligencia de otra persona, entonces tenemos todos los recursos para ayudarlo. Sin embargo, aunque este es el área de derecho que practicamos, reconocemos que durante estos días de incertidumbre, es posible que tenga preguntas que involucren otras áreas de derecho que no manejamos. Tenga la seguridad de que incluso si su pregunta legal no involucra lesiones personales, estamos preparados para ayudar a orientarlo de cualquier manera que podamos en este momento.

Llevamos casi 30 años ejerciendo abogacía, hemos hecho contactos cercanos y amistades con algunos abogados increíbles en muchas áreas de práctica diferentes. Rutinariamente referimos clientes a abogados en áreas donde nosotros no trabajamos. Encontrar un nuevo abogado puede ser extremadamente intimidante, por eso nos complace poner a nuestros clientes en contacto con abogados en los que confiamos que pueden manejar los casos que no podemos asumir. Aquí hay algunas áreas de la ley que nos preguntan con frecuencia y que podemos ayudar a nuestros clientes con una referencia personal de confianza:

- **Criminal** - Todos los cargos estatales y federales, incluidos los cargos de defensa de OUI y violencia doméstica
- **Bancarrotas** - Problemas de bancarrota personal y comercial
- **Planificación patrimonial** - Testamentos, fideicomisos, ley de ancianos, solicitudes de Medicaid MassHealth para atención a largo plazo y asuntos de sucesiones
- **Ley de inmigración**
- **Derechos de familia** - Divorcio, manutención de los hijos y modificaciones
- **Derecho comercial**
- **Bienes inmuebles**

Si tiene alguna pregunta legal, esta es nuestra promesa: si no podemos responder su pregunta nosotros mismos, lo pondremos en contacto de inmediato con un colega confiable que maneja esa área de la ley. Prometemos seguir adelante y asegurarnos de que el abogado al que lo remitimos sea receptivo y que esté satisfecho con sus esfuerzos.

Durante estos tiempos difíciles, todavía queremos ser un recurso para nuestros clientes de cualquier manera posible. Tenemos abogados asociados en muchas áreas de la ley que nos han demostrado su valor y experiencia durante muchos años. Permítanos ayudarlo a ponerlos en contacto con ellos.



Esquina del chef local
Rollos de prima
vera de verduras frescas

INGREDIENTES

- 2 oz de fideos de arroz integral maifun
- 1 cucharadita de aceite de sésamo tostado
- 1/4 cucharadita de sal marina fina
- 1/4 taza de cebollas verdes, en rodajas finas
- 1/4 taza de cilantro fresco picado
- 1/4 taza de menta fresca picada
- 1 taza de lechuga de mantequilla desgarrada, costillas retiradas
- 1 taza de repollo rojo en rodajas muy finas
- 2 zanahorias medianas, peladas y cortadas en palitos fósforo
- de 2 pepinos persas (mini), en rodajas finas
- 2 jalapeños medianos, costillas y semillas retiradas, en rodajas finas
- 8 hojas de papel de arroz (envoltorios de rollitos de primavera)

DIRECCIONES

1. En una olla mediana, cocine los fideos de acuerdo con las instrucciones del paquete hasta que estén al dente. Apague el fuego, drene, enjuague los fideos con agua fría y regrese a la olla. Mezcle los fideos con aceite de sésamo y sal, luego ponlo a un lado.
2. En un tazón pequeño, mezcle la cebolla verde, el cilantro y la menta y ponlo a un lado. Coloque los fideos y otras verduras en tazones separados y manténgalos cerca.
3. Llena un molde redondo de 9 pulgadas con 1 pulgada de agua. Coloque 1 hoja de papel de arroz en agua y deje reposar durante 20 segundos, hasta que el papel de arroz sea flexible. Transfiera papel de arroz a un paño de cocina y déjelo reposar.
4. Deje 1 pulgada de papel de arroz abierto alrededor de los bordes mientras aplica el relleno. Cubra el tercio inferior del papel de arroz con lechuga, seguido de un pequeño puñado de fideos y verduras. Espolvorea con la mezcla de hierbas.
5. Dobra el borde inferior del papel de arroz hacia arriba hasta que el relleno sea compacto y cerrado. Luego dobla sobre lados cortos y enrolla bien, como un burrito. Repita con los ingredientes restantes. Sirva inmediatamente con la salsa de maní preferida a un lado.

Inspirado por SpendWithPennies.com

En esta edición

- 1 En un abrir y cerrar de ojos
- 2 Contraje COVID-19. ¿Puedo solicitar una compensación para trabajadores?

Testimonio del mes
- 3 Respondiendo a sus preguntas legales urgentes

Rollos de primavera de verduras frescas
- 4 5 récords mundiales rotos por animalitos

EL SUPER SABUESO Y LA LLAMA QUE SALTA

LOS ANIMALES MÁS ASOMBROSOS DE GUINNESS WORLD RECORDS

Cuando un ser humano rompe un récord mundial es de admirar pero también es de admirar los animales que rompen récords mundiales. Aquí hay algunos animales increíbles que tienen algunos registros realmente impresionantes!

Caspa, la llama que salta

Sue Williams es un entrenadora de animales especializado en perros. Un día, ella estaba trabajando en el entrenamiento de agilidad con sus perros cuando notó que su llama, Caspa, los miraba. Después de un tiempo y entrenamiento, Williams descubrió que a Caspa también le encantaba saltar. En 2015, Caspa despejó una barra de 3 pies y 8 1/2 pulgadas. Saltó directamente al récord mundial de "salto de barra más alto despejado por una llama".

"Es totalmente una diva", dice Williams. "Si hay gente allí a quien descrestar, es cuando da lo mejor de ella y brille".

Didga, un gatito muy complicado

Cualquiera que diga que los gatos no pueden aprender trucos no conoce a Didga. En 2016, Didga, con la ayuda de su entrenador, Robert Dollwet, reclamó un récord mundial al realizar 20 trucos diferentes en 60 segundos. Su rutina comenzó con los clásicos, como sentarse y dar chocar la mano, y hasta anduvo en patineta mientras saltaba sobre una barra. Dollwet le dijo a Guinness World

Records que entrenar a Didga le tomó mucha dedicación y paciencia y que estaba muy orgulloso de su gatito inteligente.

Purin, el Sabueso que posee 3 récords mundiales Guinness

Con el apodo "El super sabueso", Purin obtuvo su primer título en 2015 por sus increíbles habilidades de portería. La beagle "salvó" 14 mini balones de fútbol lanzados por su entrenador humano, Makoto Kumagai, en un minuto. Un año después, Purin reclamó otro récord cuando se convirtió en el "perro más rápido en una pelota" al viajar 10 metros en 10.39 segundos mientras se balanceaba sobre una pelota. Poco después, Purin y Kumagai establecieron el récord de "la mayoría de los saltos de un perro y una persona en un minuto: con una sola cuerda" con 58 saltos. Con razón le dicen Super!

Puede encontrar videos de todos estos titulares de registros increíbles y más en [GuinnessWorldRecords.com](https://www.guinnessworldrecords.com).

