

SÍGUENOS EN:



**Vivamos Semana Santa en familia**



**TODOS.** Juntos orando en familia.

**REDACCIÓN.** La Conferencia Episcopal Panameña ha decidido suspender los oficios religiosos de Semana Santa en atención a las medidas de prevención emitidas por las autoridades de salud. Los obispos invitan a celebrarla en familia.

08

**Joven, ¡quédate en casa por amor!**

**REDACCIÓN.** No será fácil. Para nadie lo es. Muy especialmente para ti, joven, porque estás acostumbrado al movimiento, a la acción, a la velocidad. Pero toca. En esta edición te damos ideas para hacerlo creativo.

20

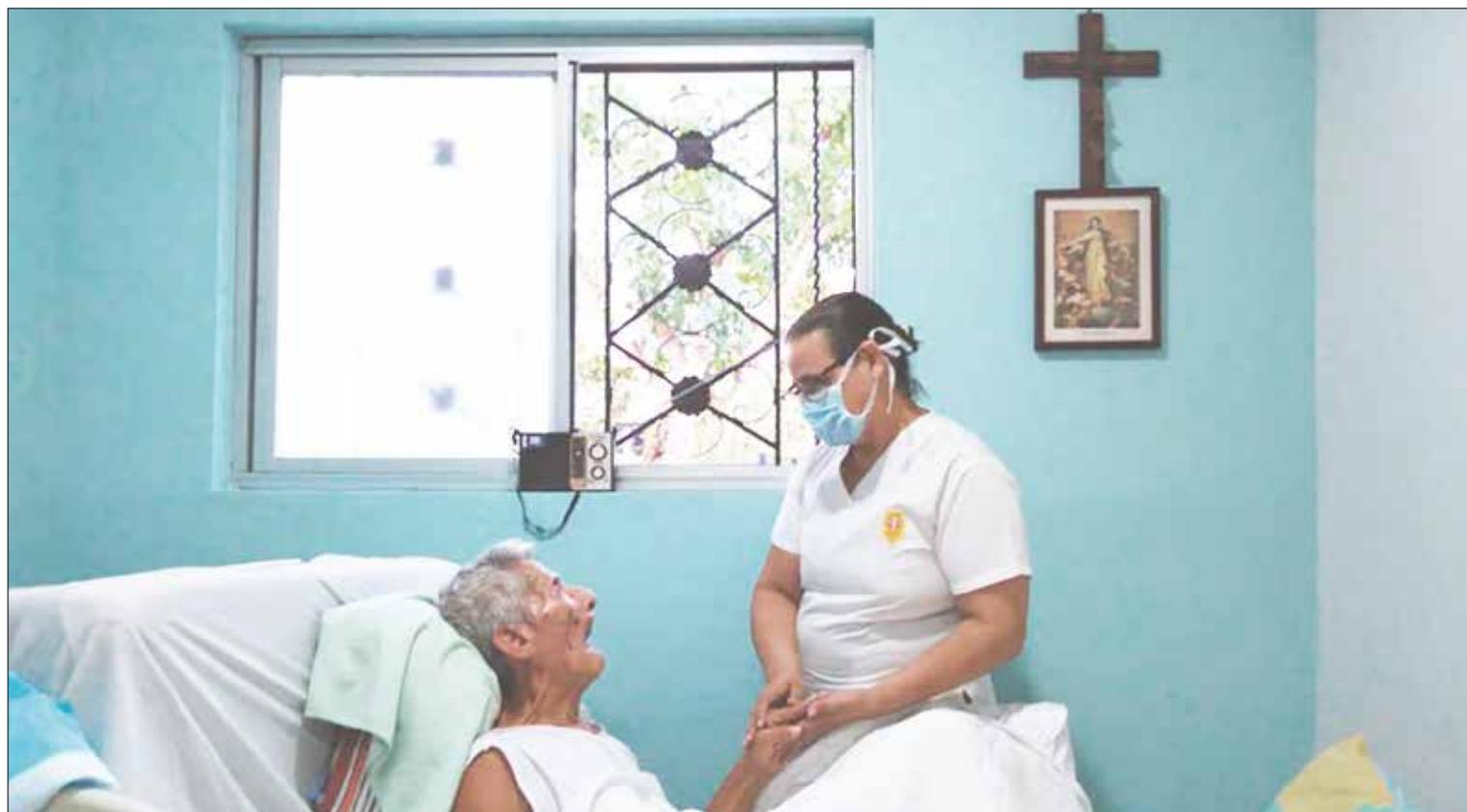
**Indulgencia a los enfermos**

**REDACCIÓN.** La Penitenciaría Apostólica ha elaborado un decreto en el que se conceden indulgencias especiales a los enfermos con coronavirus, a sus familiares, al personal sanitario y a los que le cuidan.

11

• **DONACIONES.** OBRAS DE MISERICORDIA CON BRAZOS ABIERTOS, PERO SE QUEDAN SIN COMIDA.

# Iglesia en salida



**HIDALGUÍA.** La emergencia sanitaria no frena la Misericordia. Es que la Iglesia no puede dejar solos a sus tesoros. Una muestra la encontramos en el asilo de la parroquia de Fátima.

**REDACCIÓN**  
redaccion@panoramacatolico.com

En estos difíciles momentos que viven el mundo y nuestro país, las obras que dirige la Iglesia mantienen abiertas las puertas de la esperanza, y continúan sirviendo al necesitado. La Iglesia no puede paralizarse. El amor a los más necesitados se lo impide; no los puede dejar solos.

12-13



**MISERICORDIA.** Que no falte la comida a las personas de la calle.



**ASILOS.** Los adultos mayores son atendidos con amor.

## Al servicio

## • Panorama Católico

Por 35 años hemos trabajado para llevar buenas nuevas a todos los hogares del país. Necesitamos de tu apoyo.

Cuenta: Iglesia Católica N° 637063101

Bac Credomatic

Tel.: 282.6556

## • Pastoral Social-Cáritas Arquidiocesana

Atención a problemas sociales en las Parroquias de la Arquidiócesis

Cuenta: Asociación Cáritas Arquidiocesana

N° 662785301

Bac Credomatic

Tel: 260.2144

## • Seminario Mayor San José (Panamá)

Imparte formación a los futuros sacerdotes de todo el país. Donación: Iglesia Católica Seminario Mayor San José, Cuenta Corriente - Banco General 03-01-01-002482-4

Telfs.: 236.3708 - 236.3709



WWW.RADIOHOGAR.ORG | 94.1 FM.

## Indice

## ACTUALIDAD

## 04 ACTUALIDAD + REPORTAJE

## El coronavirus (COVID-19) está entre nosotros

- GÉNEROS
- DIÓCESIS
- INTERNACIONALES
- OPINIÓN



04

## ESPIRITUALIDAD

## 14 ESPIRITUALIDAD

## Ser santo es ser pobre en el corazón

- LAICOS
- CATEQUESIS
- LITURGIA
- BIBLIA



14

## COMUNIDAD

## 18 COMUNIDAD

## Sala de cuidados intensivos preparada ante Covid-19

- FAMILIA
- JUVENIL
- VIVIR
- NIÑOS



18

## VARIEDAD

## 22 VARIEDAD

## "Teletrabajo en Panamá": reglas claras

- ECOLOGÍA
- FE Y CULTURA
- BELLAS ARTES
- ENTRETENIMIENTO



22

## Editorial

## Obedecer en nombre del bien común

En el contexto de emergencia sanitaria dictada, es importante que los primeros que cumplan y promuevan las disposiciones que se han estado promulgando, sean aquellos que se dicen cristianos.

No puede ser de otra manera. La obediencia, virtud incomprendida, no supone humillación ni señal de debilidad. En el contexto que vivimos más que nunca, obedecer es el más grande signo de caridad y misericordia para con los hermanos, sobre todo aquellos vulnerables.

En una cultura individualista, donde se busca la afirmación de sí mismo sobre todas las cosas,

el placer más que el deber, se hace muy difícil entender la obediencia.

Esta semana que recién acaba Mateo presentó un Jesús cumplidor de la Ley y los Profetas. Más aún, advirtió que su misión no era solo cumplir con lo dispuesto en las Sagradas Escrituras, sino darle a las leyes plenitud.

Para un cristiano el punto de referencia es Cristo. Es el modelo a imitar. Y Cristo quiso, Él mismo, obedecer hasta la muerte, y muerte de cruz.

¿Qué nos pide Dios? ¿Cuál es el sentido de la obediencia en su mensaje? Pues que el cris-

tianismo conlleva sacrificio, y que mayor entrega que la fidelidad a las normas establecidas, sobre todo cuando ponen al ser humano y su dignidad por encima de cualquier otro criterio.

En la sociedad de hoy, se concibe mal la libertad, y sin libertad no hay obediencia. Sin adhesión interna no hay obediencia como acto virtuoso. La obediencia como acto virtuoso supone la unión de voluntades, el actuar libre y responsablemente.

Por los tiempos que vivimos, obedecer es sinónimo de amar.

## Caricatura



## Buzón

## Guillermo Antonio Ruiz

Definitivamente que somos irresponsables tanta gente circulando por las calles contagiando o contagiándose. Algunos ciertamente porque están obligados a ir a trabajar, pero ¿los otros?

## María Fernanda Marciaga

Ya nuestros pastores dijeron que se quedarán en casa. Tomemos conciencia y solo vayamos al templo si es necesario. En casa se puede rezar el Rosario en familia. Nos toca orar intensamente.

## Carlos Iván Moreno

También los jóvenes somos parte de esta Iglesia. Bien por lo de mantener a los fieles informados por formato digital. Sugiero link en el que podamos descargar la edición en nuestros celulares.

**Panorama Católico**  
Caminando en la Esperanza

Fundado: 24 de febrero de 1985

**S.E.R. José Domingo Ulloa M.**  
Presidente

**Betzaida Toulou U.**  
Directora

**Pbro. Seán T. Rooney**  
Asesor Pastoral (Fundador)

**Pbro. Severo Samaniego**  
Económico Administrador

**Zaribeth Deans**  
Secretaria

**Gregorio Herrera**  
Distribución y Circulación

**Karla Díaz**  
**Marianne Colmenárez**  
**Yoel González Núñez**  
Periodistas

**Anayansi Mosquera**  
Diseño Editorial

**Dirección** Calle 1era. Sur Carrasquilla, Edif. del Arzobispado, Ofic. 101.  
Teléfono: 282-6556  
**www.panoramacatolico.com**  
**Correo:** redaccion@panoramacatolico.com



usma  
universidad católica  
santa maría la antigua

UNIVERSIDAD CATÓLICA  
SANTA MARÍA LA ANTIGUA

## La USMA y Advanced Multimodal Services and Transport, S.A. firman convenio



La Universidad Católica Santa María La Antigua (USMA), y Advanced Multimodal Services and Transport S.A. (AMST S.A) distribuidor exclusivo de ECSISTA (ECOSISTEMAS DE TALENTO - plataforma de inteligencia de negocios aplicada al Talento Humano), firmaron un acuerdo marco de colaboración. El acuerdo tiene como objetivo establecer vínculos y crear las bases para la cooperación en las disciplinas académicas y de actualización profesional.

En representación de esta Casa de Estudios firmó el Ing. Juan Planells Fernández, Rector Magnífico y de la empresa AMST S.A., el Ing. Alfredo Mejía, Gerente General.

Entre los proyectos pactados están las aplicaciones web para el desarrollo de simulaciones y estudios de casos, proyectos de investigación y desarrollo tecnológico, capacitación, consultoría de gestión usando avanzadas herramientas tecnológicas, aplicando Inteligencia de Negocios para identificar oportunidades de mejoras en productividad y desarrollo de procesos de diagnóstico empresarial a las propuestas de valor y modelos de negocio aplicando inteligencia de negocios a través de plataformas tecnológicas basadas en la web, entre otros.

Como recuerdo de este acto, se hizo entrega de la medalla Santa María La Antigua, Patrona de la Universidad, al ingeniero Mejía, de manos del Rector Planells.

• **COVID-19.** INSTITUTO CONMEMORATIVO GORGAS HA LOGRADO SECUENCIAR EL GENOMA DEL VIRUS.

# El coronavirus (COVID-19) está entre nosotros

EN DOS SEMANAS, PANAMÁ CONTARÁ CON 50 MIL KITS DE PRUEBAS COVID-19, EL VIRUS QUE PUSO EN CUARENTENA AL MUNDO.

**MEREDITH SERRACÍN**  
redaccion@panoramacatolico.com

El coronavirus (COVID-19) llegó a Panamá y rápidamente se convirtió en una transmisión comunitaria que según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) establece el reporte de contagiados que no tienen ningún vínculo de viajes. Dándose la mayor acumulación de casos confirmados en región Metropolitana y Panamá Oeste.

Gorgas que han logrado secuenciar el genoma del virus, los primeros de Centroamérica y terceros de la región en conseguirlo. Esto permitirá trazar la procedencia del virus de diferentes áreas, estudiar los conglomerados y saber la posibilidad de mutaciones, como va evolucionar el COVID-19 en nuestros país.

“Ese dato es vital para valorar si las cepas que van a circular en Panamá van a ser prevenidas con las

## Línea telefónica 169 para la atención de personas con síntomas o riesgo de coronavirus.

Panamá no escapa de los esfuerzos que se hacen para enfrentar la pandemia del COVID-19 ya incluso se han sostenido reuniones virtuales entre las autoridades panameñas y científicos de Estados Unidos, China y Europa.

En esa línea, explica el infectólogo Xavier Sáez Llorens ya hay indicios de medicamentos que son potencialmente eficaces, de esos, dos están en Panamá y está siendo administrado a pacientes hospitalizados.

También se han iniciado ensayos con vacunas en varias partes del mundo, sin embargo esta fase tomará por lo menos un año, ya que primero se realizan pruebas de seguridad en humanos que pueden tomar de dos a tres meses y después ensayos de eficacia lo que tarda por lo menos 9 meses.

Localmente también se dan pasos vitales para combatir el coronavirus de la mano de los científicos del Instituto Conmemorativo

vacunas que se están elaborando”, destacó Sáez Llorens.

### Rangos de edad

El virus que puede manifestarse a cualquier edad tiene en nuestro país el mayor número de casos en personas menores de 39 años, una población en edad productiva “que se puede movilizar de un lado a otro” y se convierten en esa fuente de transmisión del virus. Mientras que los pacientes hospitalizados y en cuidados intensivos oscilan entre los 40 y 60 años de edad manteniendo como características en común patologías crónicas que se complican con el contagio.

La jefa de epidemiología del Ministerio de Salud, Lourdes Moreno, advierte que estos pacientes presentan otras enfermedades como, hipertensión, asma, diabetes e insuficiencia renal. Es por ello la importancia de prevenir y cuidar a este sector de la población que se muestran más vul-



**DATO.** El virus que puede manifestarse a cualquier edad, tiene en nuestro país el mayor número de casos en menores de 39 años.

### MÓDULOS DE ATENCIÓN PARA PACIENTES CON CUADROS RESPIRATORIOS

#### POLICENTROS

24 de Diciembre  
Juan Díaz.

#### CENTRO DE SALUD

Pueblo Nuevo, Tocumen, Paraíso  
y Patricia Duncan, en Colón.

#### POLICLÍNICAS

San Francisco, Betania, “Manuel Ferrer, “Juan Díaz”, y el Complejo Hospitalario Metropolitano.



**CIENTÍFICOS.** Se dan pasos vitales para combatir el coronavirus.



**CONTROL.** Las medidas se mantendrán hasta el próximo 7 de abril.



**HERRAMIENTA.** Las líneas 133 y 169 para la atención de personas con síntomas o riesgo.

nerables a complicaciones con el contagio de COVID-19.

#### Herramientas para la atención

Con el incremento de los casos las autoridades han ido desarrollando alternativas para sumarlas a las herramientas para ampliar las oportunidades de detectar el mayor número de casos positivos sin tener que descuidar la atención de aquellos pacientes con padecimientos crónicos que requieren tratamientos y seguimiento. Y aunque inicialmente la línea 169 tuvo sus tropiezos y críticas que fueron reconocidas por la propia ministra de Salud, Rosario Turner, con el pasar de los días fueron disminuyendo las llamadas falsas permitiendo canalizar con mayor efectividad la atención.

Ahora no solo se cuenta con la línea telefónica 169 para la atención de personas con síntomas o riesgo de coronavirus, también están la 133 para denunciar el incumplimiento de las medidas sanitarias.

La Caja de Seguro Social tam-

bién habilitó la línea 199 para consultas sobre medicamentos y tratamientos de sus asegurados y que será la herramienta de comunicación para darle vida al convenio firmado con una empresa de entrega a domicilio que llevará los medicamentos a los pacientes mayores de 65 años y con enfermedades crónicas hasta sus casas y así evitar que tengan que acudir a sus instalaciones de salud y farmacias.

Enrique Lao, director de la Caja de Seguro Social, explicó que estos asegurados solo tendrán que llamar al 199 para inscribirse y recibir sus medicamentos que serán surtidos por ciclos prolongados.

Otra herramienta es el consultorio virtual "Rosa". Se trata de una aplicación mediante el cual las personas podrán acceder a un consultorio virtual para atender casos sospechosos de Coronavirus en el país. Esta asistencia virtual podrá atender a 20 mil personas al día y al ingresar la aplicación hace una serie de preguntas para determinar el paso a seguir.

#### Medidas de prevención y contención

Con el estado de emergencia sanitario las autoridades de salud han adoptado medidas mediante decretos que van desde la suspensión de las clases, celebraciones que acumulen a más de 50 personas, actividades bailables, conciertos, cierres de establecimientos y limitaciones para otros, con la finalidad de evitar las aglomeraciones y motivando a las personas a quedarse en su caso si no es estrictamente necesario salir.

Medidas que en su mayoría estarán vigentes por lo menos hasta el próximo 7 de abril, aunque esa fecha es prorrogable.

La ministra de Salud, Rosario Turner, quien lidera esta comisión de alto nivel, ha sido clara y responsable al señalar que las decisiones del gobierno no pueden responder en medida del pánico, sino en base al comportamiento epidemiológico del virus en nuestro país.

Sin embargo, la recomendación más importante sigue siendo el la-

vado de manos, el cuidado al toser o estornudar y quedarse en casa.

#### Alternativas para amortiguar las consecuencias económicas

Las opciones han sido puestas sobre la mesa por la Superintendencia de Bancos que asegura que la banca panameña cuenta con suficiente capital y liquidez, van desde modificar los préstamos personales y comerciales, revisar las tasas de intereses y plazos, cada una de estas negociaciones directamente entre el deudor y su banco que se manejara de acuerdo a sus políticas.

Con una banca con suficiente capital y liquidez, las modificaciones incluyen a la banca personal y comercial para que se pueda revisar las tasas de intereses y sus plazos. Las negociaciones se harán directamente con cada deudor que esté afectado por una baja de ingresos o cierre de empresas por los efectos de la COVID-19.

Amauri Castillo, superintendente de Bancos de Panamá, dijo que como Panamá no tiene ban-

ca central, lo único que se puede hacer es coordinar con los bancos y apelar a su solidaridad para que, de común acuerdo, flexibilicen las medidas.

La Caja de Ahorros anunció un aplazamiento de pago por 90 días en capital, intereses y el Fondo Especial de Compensación de Intereses (FECI) a los más de 60 mil créditos, hipotecas y préstamos personales cuyo pagos se realiza bajo la modalidad de pago voluntario (ventanilla - banca en línea).

Mientras que el viceministro de Finanzas, Jorge Almengor, adelantó que se pospone la presentación de las declaraciones de renta hasta finales de mayo, y que se realizarán arreglos de pago de los tributos hasta el 31 de diciembre. También informó que se está buscando las vías para mantener a flote las pequeñas y medianas empresas que tienen flujo de caja limitado.

El Ministerio de Economía y Finanzas ha asignado al Ministerio de Salud B/9 millones; a otros ministerios o direcciones, B/1.3 millones para programas destinados a combatir el nuevo coronavirus. Se autorizó hasta B/50 millones para compras relacionadas con productos para la salud y B/20 millones para comprar carne a productores nacionales para así garantizar el abastecimiento de alimentos.

#### LÍNEAS IMPORTANTES

**169.** Información para personas con síntomas o riesgos de coronavirus

**133.** Denuncia de incumplimiento de medidas sanitarias

**199.** Consultas sobre medicamentos y tratamientos de la Caja de Seguro Social

**69250787.** Consultorio virtual "Rosa"

• **CUIDADOS.** TODOS DEBEMOS PROTEGERNOS SIGIENDO LAS RECOMENDACIONES.

# Diócesis toman acciones pastorales ante la presencia del Coronavirus

SIGUIENDO LAS RECOMENDACIONES DE LA AUTORIDADES DE SALUD, LA FELIGRESÍA VIVE SU FE DESDE SUS CASAS Y HACEN ROGATIVAS ANTE LA PANDEMIA DEL CORONAVIRUS.

## DIÓCESIS DE PENONOMÉ

**JOSÉ VILLARREAL.-** Por la situación de salud que vive el mundo y nuestro país, la Iglesia penonomeña continúa llevando el mensaje del Evangelio a los más necesitados, sin dejar de cumplir con las medidas sanitarias recomendadas por las autoridades de salud.

Vía web, en su mensaje, Mons. Edgardo Cedeño M, Obispo de la Diócesis de Penonomé, pide cuidarnos y protegernos ante las cir-

Penonomé, la señal principal de donde se origina la producción.

“Esta es una forma de seguir acompañando al pueblo de Dios, en estos momentos de adversidad mundial”, indica el comunicado del Obispo de Penonomé, Monseñor Edgardo Cedeño.

En el mismo comunicado anunció que quedan suspendidas las Misas diarias y dominicales, para evitar aglomeraciones, a fin de evitar el contagio.

Se está usando la señal que emite la Catedral San Juan Bautista, en su cuenta facebook: Catedral San Juan Bautista de Penonomé, donde el Párroco Rolando Reyna, celebra y envía el mensaje al pueblo de Dios. Además se transmitirá hora Santa.

Las misas se retransmiten de martes a viernes a las 12:30 p.m, sábados 6:00 p.m, y los domingo a las 10:00 a.m, usando la señal de Facebook live de la cuenta: Catedral San Juan Bautista de Penonomé.

## DIÓCESIS DE SANTIAGO

**ALISANDRO AGUILAR B.-** La Diócesis de Santiago de Veraguas también se une a los esfuerzos de prevención contra el Coronavirus (COVID-19) que ha afectado a nuestra región, el país y el mundo entero.

El obispo de la Diócesis, Monseñor Audilio Aguilar, en uso de sus facultades eclesiales, decreto la suspensión total de las celebraciones eucarísticas en todo el territorio diocesano, tomando las medidas pertinentes del Ministe-



COLÓN. Obispo y feligresía cumplen con las medidas preventivas. Pocos en misa.



MEDIOS. La transmisión de misas desde los mismos templos.

rio de Salud, evitando así aglomeraciones de personas en este caso de los fieles para que no se propague el virus.

Como iniciativa se llevan a cabo las eucaristías por medio de las plataformas digitales (redes sociales) y plataforma radial (Radio Veraguas).

El obispo y varios sacerdotes del clero dejan un mensaje claro, que no salgan de casa, eviten salir a menos que sea de fuerza mayor y así colaboraremos con mitigar la propagación del virus COVID19.

La pastoral de la Salud hace un esfuerzo sobrehumano y se une a los cientos de médicos y enfermeros que mantienen un estricto control sobre las personas que conllevan algunos síntomas y mantiene en constante orientación a los fieles para que no salgan de casa, tomando sus debidas precauciones y protección en sus hogares y lugares de trabajo.

Los hogares y asilos de ancianos están cerrados, solo el personal que atiende mantiene un estricto control en sus instalaciones. Las religiosas encargadas mantienen en calma a los ancianos con oración, el rosario y la constante comunicación para sobrellevar la situación.

## DIÓCESIS DE COLÓN

La diócesis se apega a los criterios que ha indicado el Ministerio de Salud con el fin de evitar las aglomeraciones como medida de prevención.

Los templos estarán abiertos recibiendo a los fieles de forma restringida para darle la oportunidad a todos aquellos que sientan esa necesidad de llenar su corazón con oraciones en la casa del Señor

**Parroquias de distintas diócesis usarán el streaming para la retransmisión de misas.**

.....  
cunstancias que se viven actualmente. El obispo exhorta a seguir las recomendaciones del Ministerio de Salud y las disposiciones dadas para las restricciones en las actividades en nuestra Iglesia.

La Pastoral de la Salud de Penonomé no ha podido ingresar al hospital a visitas que habitualmente hacía, siguiendo las indicaciones del Minsa.

## Desde la plataforma digital

Desde cualquier parte de la Diócesis de Penonomé, la feligresía puede acceder desde las plataformas digitales (facebook, fans page, tweet e instagram) a través de la cuentas de la Diócesis de



**COROS.** Estas animando las misas, en número reducido.



**VERAGUAS.** Desde las emisoras católicas se transmiten mensajes de prevención.

## CONTACTOS POR DIÓCESIS

### Diócesis de Santiago de Veraguas

Instragram: @diocesisantiago  
Facebook: @diocesisantiago  
Twitter: www.twitter.com/diocesisantiago diocesisantiago

### Diócesis Darién

Facebook: https://www.facebook.com/vicariato  
Twitter: @vicadarien

### Diócesis Bocas Toro

http://iglesiadelcarmenbocas.org/prelatura-de-bocas-del-toro-2  
Instragram: @parroquiadelcarmenbocas  
Pastoral Juvenil Bocas del Toro: @pjprelaturabocas

### Diócesis David

Instragram: @diocesisdedavid  
Facebook: https://www.facebook.com/diocesisdedavid  
Twitter: @diocesisdedavid

### Diócesis Chitré

Instragram: @diocesisdchitre  
Facebook: https://www.facebook.com/diocesisdchitre  
Twitter: @diocesisdchitre

### Diócesis Colón

www.diocesiscolonkuna.org  
Instragram: colonkunayala  
Instragram: pjd.colonkunayala  
Facebook: @colonkunayala  
Twitter: @ColonKunaYala

### Diócesis Penonomé

Instragram: @diocesisdepenome  
Twitter: @DiocesisdePme  
Facebook: @DiocesisdePme  
Youtube: Diocesis de Penonomé

encomendarnos a nuestro Señor, es momento para las oraciones en familia” señaló Monseñor.

Ante las medidas preventivas ante el coronavirus, y siguiendo las recomendaciones se suspenden desde el 14 de marzo las celebraciones eucarísticas, Hora Santa, y todas celebraciones grupales de la provincia de Colón y Kuna Yala, con excepción de celebraciones de funerales con un mínimo de participación de familiares.

### DIÓCESIS DE DAVID

**IRVING RÍOS QUIROZ.-** ¿Cómo vivir la fe en tiempos de Pandemia? Damos por hecho que siempre me puedo congrega, que en domingo tendremos disponibles hasta seis eucaristías o en la semana alguna de las misas diarias. Por el contrario, vivimos ya varias semanas en que por el bien de todos la Conferencia Episcopal y sus Obispos han decidido suspender las Eucaristías, los encuentros y todo tipo de reuniones parroquiales o diocesanas.

Como reflexión de ésta coyuntura, nuestro Obispo Mons. Cardenal Lacunza nos exhortaba que “Las grandes crisis son grandes oportunidades para sacar lo mejor de nosotros mismos, para dar la talla de nuestra humanidad y también de nuestra fe, todos so-

mos corresponsables de la vida de todos, del bien de todos. Aunque sea por simple humanidad.”

Cuando se pensaba que nos “aislaríamos” surgen propuestas que nos han hecho cercanos a todos desde los medios digitales del que disponen nuestras parroquias y la Diócesis. Junto a la cuenta @diocesisdedavid hay disponibles transmisiones desde siete parroquias e inclusive movimientos apostólicos. No solo transmiten las Eucaristías diarias o dominicales que se celebran de manera privada, sino también espacios de adoración eucarística, rosarios por los enfermos, animación y cantos, entre otros.

¡Nosotros decididamente queremos aprovechar lo bueno! ¡Tomar las Redes y seguirle! Las circunstancias en la que estamos en estos días, forzados por una pandemia, ponen de manifiesto mucho de lo que hay dentro del corazón del ser humano. Todo lo que hemos visto, oído y vivido nos trasluce lo bueno o malo que surge de una Crisis.

### VICARIATO DE DARIÉN

**REDACCIÓN.-** Para contrarrestar el COVID 19, la Zona Misionera de Yaviza tomo medidas preventivas y no llevó a cabo la tradicional procesión, con motivo de la Fiesta

de su Santo Patrón San Francisco Javier, celebrada el pasado 12 de marzo.

Sólo se celebró la Eucaristía con poca asistencia de fieles. La Santa Misa fue presidida por Monseñor Pedro Hernández Cantarero y concelebrada por el P. David Salmerón, Director de la Zona misionera de El Real de Santa María y por el P. Alvin Bellorin responsable de esta zona.

### Capilla

Los Pobladores de El Vertedero de la Zona Misionera de Meteti trabajan animosamente por levantar su Capilla y contar así con un lugar digno para la celebración del Culto Divino. Dicha capilla estará bajo el patrocinio de Nuestra Señora La Virgen de la Medalla Milagrosa.

### Aniversario Episcopal

El Obispo del Vicariato Apostólico de Darién, Monseñor Pedro Joaquín Hernández Cantarero, cumplió el 19 de marzo, 15 años de Ordenación Episcopal al servicio de la población darienita. Agradecemos a Dios por su gran labor misionera.

### DIÓCESIS DE CHITRÉ

**REDACCIÓN.-** El Obispo de la Diócesis de Chitré, Monseñor Rafael Valdivieso Miranda, se reunió con el clero para -en conjunto- revisar el cumplimiento del comunicado dirigido a toda la feligresía.

Las celebraciones eucarísticas en las comunidades parroquiales se suspenden y como alternativa las parroquias usarán el streaming para la retransmisión de misas.

Tal y como lo señaló el comunicado que lleva la firma del obispo, las celebraciones de funerales sólo se celebran con pequeño número de familiares, los matrimonios se suspenden, así como los Via Crucis, las procesiones, encuentros y retiros espirituales.

Asimismo el clero de esta diócesis y su obispo, trataron el tema de la celebración de la Semana Santa, y establecieron un plan B ante la posibilidad de nuevas medidas por parte de las autoridades de salud, ante la crisis del coronavirus.

para orar por Panamá y el mundo entero.

A través de la emisora Diocesana Inmaculada Fm, Monseñor Manuel Ochogavía envió palabras de aliento desde la Parroquia Sagrada Familia de Margarita. Dijo: “depende de todos mantenerse

en sus hogares para protegerse y proteger a los demás del Coronavirus.

El obispo de Colón pide a los fieles tener paciencia hasta que la situación del virus mejore. “No es el momento para estar de paseos, es momento propicio para



## COMUNICADO DE LA CONFERENCIA EPISCOPAL PANAMEÑA

### “LA SEMANA SANTA EN FAMILIA”

La Conferencia Episcopal Panameña, considerando las disposiciones de las autoridades sanitarias, establecidas por el gobierno nacional a través de los decretos Ejecutivos No. 472, que prohíbe la realización de eventos con aglomeración de personas; el No. 490 de 17 de marzo, que anuncia el toque de queda en la República de Panamá; y el No. 499 de 19 de marzo que declara el cerco sanitario en las provincias de Panamá, Panamá Oeste y Colón, en conciencia y responsablemente informa al Pueblo de Dios que:

1. Se suspenden todas las celebraciones públicas religiosas, verdaderas expresiones de fe y piedad popular, unidas a las celebraciones litúrgicas de la Semana Santa (viacrucis, procesiones, actos penitenciales masivos, y el Triduo Pascual); y todas las posteriores hasta nuevo aviso.
2. Se exhorta a los fieles a seguir las celebraciones litúrgicas preparadas por los sacerdotes, que son transmitidas por los medios de comunicación y las plataformas digitales.
3. La celebración de la Semana Santa se realizará en familia, “la Iglesia doméstica”, que permanecerá en oración en su casa.
4. Cada diócesis, según su realidad, organizará y facilitará los subsidios para la celebración de los fieles en sus hogares.

Los obispos, conscientes de esta difícil situación que estamos viviendo con esta pandemia, exhortamos a la feligresía a tomar conciencia de la urgencia de que cada uno aplique los protocolos de prevención y contención, como el lavado de manos permanentemente y mantenerse en su casa. Al clero, a las religiosas y agentes de pastoral nuestra gratitud por su entrega y los instamos a continuar siendo un bálsamo para nuestro pueblo, que requiere de nuestra atención espiritual y acompañamiento en la fe.

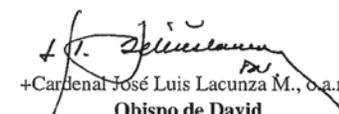
“El Señor es mi roca y mi fortaleza; es mi libertador y es mi Dios, es la roca que me da seguridad; es mi escudo y me da la victoria”. (Salmos, 18). Él nos dejó asu Madre al pie de la cruz y como el “discípulo amado” en esta hora de dolor la recibimos en nuestra casa. Sigamos orando y previniendo el contagio, porque con la misericordia de Dios y con la solidaridad de cada uno de nosotros, podremos detener la pandemia del COVID 19.

Estamos convencidos que cuando la oración es constante y verdaderamente ferviente, su influencia es más evidente: Nos une como familia y nos ayuda a enfrentar con esperanza los acontecimientos difíciles. Es la oportunidad de fortalecer la “Iglesia doméstica”, a través de la oración.

“La familia que reza unida, permanece unida”.

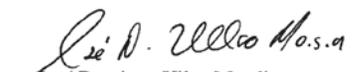
Panamá, 20 de marzo de 2020.

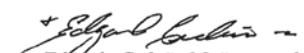
  
+Rafael Valdivieso Miranda  
Obispo de Chitré  
Presidente de la C.E.P.

  
+Cardenal José Luis Lacunza M., o.a.r.  
Obispo de David

  
+Pedro Hernández Cantarero, c.m.f.  
Obispo del Vicariato Apostólico de Darién  
Vicepresidente de la C.E.P.

  
+Manuel Ochogavía Barahona, o.s.a.  
Obispo de Colón – Kuna Yala  
Secretario General de la C.E.P.

  
+José Domingo Ulloa Mendieta, o.s.a.  
Arzobispo Metropolitano de Panamá

  
+Edgardo Cedeño Muñoz, s.v.d.  
Obispo de Penonomé

  
+Audilio Aguilar Aguilar  
Obispo de la Diócesis de Santiago

  
+Aníbal Saldaña S., o.a.r.  
Obispo del Prelado de Bocas del Toro

  
Arzobispo Emérito de Panamá

  
+Oscar Mario Brown Jiménez  
Obispo Emérito de Santiago

  
+Pablo Varela Server  
Obispo Auxiliar Emérito de Panamá

📌 **Semper gaudens**



**Lutero murió cerca de sus amigos**

Arnulfo Hernández  
sempergaudens@gmail.com

Hace unos años mientras daba una charla de apologética, un joven estudiante con tono arrogante, me preguntó: ¿Por qué los católicos quemaron a Martín Lutero con una Biblia colgada al cuello? Y amablemente le respondí: El tono de tu pregunta, es ocasionado por los adversarios del catolicismo en América, que se han dado a la tarea de propagar esa falsedad, pero en Europa, los luteranos, nunca han acusado al catolicismo de tal acto. Los luteranos siempre han dicho que Lutero tuvo complicaciones renales, emocionales y cardíacas, por las cuales murió el 18 de febrero de 1546, a la edad de 62 años Fue enterrado en el Templo de Wittenberg, cerca de donde había vivido y predicado. Testigos de

**Lo cierto es que Lutero murió cerca de los suyos.**

su muerte fueron los luteranos: médico Jonás, su amigo Miguel Coelius, el criado Ambrosio, el maestro Juan Aurifaber, el conde Juan Enrique y su esposa, también 2 hijos de Lutero. Sus seguidores, colocaron un enorme cuadro de la Virgen María, sobre la tumba de Lutero, porque los luteranos aman mucho a la Madre de Dios. Otros dicen que Lutero se suicidó, pero no hay nada claro al respecto. Lo cierto es que Lutero murió cerca de los suyos. Por eso invitamos a que investiguen con mucha honestidad los hechos relacionados con Lutero, para no creer ni propagar calumnias, que buscan empañar a nuestra Iglesia Católica. Aquel joven estudiante, cambió el tono de voz y me dio las gracias. Luego dije: Recuerden que un católico instruido, no será confundido.

• **FELIGRESÍA.** LA PANDEMIA DEL CORONAVIRUS, NO ES SEÑAL DE CASTIGO NI ABANDONO DE DIOS.

# Estamos en tiempo de Cuaresma, no perdamos la fe y la esperanza

NOSOTROS COMO CRISTIANOS CATÓLICOS DEBEMOS TENER UNA ACTITUD DE ACUERDO A NUESTRA FE, Y NO PERDER JAMÁS LA ESPERANZA EN LA MISERICORDIA DIVINA.

BERNARDINA MORENO  
redaccion@panoramacatolico.com

Empezaremos ésta reflexión dejando claro que Dios, no manda desgracias ni tragedias, no es un Dios castigar sino de amor, las permite por un motivo para llamar nuestra atención y pongamos freno para evitar caer al abismo o despeñadero.

Estamos viviendo una crisis sanitaria a nivel mundial con esta pandemia, que ha invadido a una gran cantidad de países y todavía la ciencia no da con la cura.

Pero, esta situación se presenta en plena cuaresma y ha llenado de pánico y angustia a muchas personas que dicen ser vulnerables por su edad y condición al padecer, de alguna enfermedad crónica.

**Debemos intenciar la oración personal y familiar propuesta por la Iglesia.**

Nosotros como cristianos católicos debemos tener una actitud de acuerdo a nuestra fe, y no perder jamás la esperanza en la misericordia divina, y más ahora que estamos en este santo tiempo de cuaresma, recordemos qué conmemoramos la pasión, muerte y resurrección de nuestro Señor Jesucristo. A pesar de la pandemia del coronavirus, no es señal de castigo ni abandono de Dios, el hecho de que, está crisis se haya dado en cuaresma tiene un mensaje para nosotros, porque tal vez no podamos asistir por prevención, a los actos religiosos acostumbrados, que tal vez hacíamos rutinariamente por cumplir, en cambio, tener que acatar las medidas de prevención dadas por las autoridades civiles y religiosas, es cierto que nos veremos limitados pero, es en ese momento cuando debemos demostrar a Dios, lo mucho que esperamos en su misericordia, y no dudar de su amor culpándolo de lo que vivimos,



**CRISIS.** Cuaresma es tiempo de conversión y penitencia ofrezcámoslo a Dios.

si al contrario él no quiere la muerte del pecador, sino que se convierta y se salve. Aunque tengamos un familiar o conocido contagiado, cuaresma es tiempo de conversión y penitencia aprovechemos lo que vivimos y ofrezcámoslo a Dios, sin perder la esperanza en un mañana mejor, porque en la medida que seamos responsables y cooperemos cuidándonos y cuidando a los otros tengamos fe de que, esta prueba pasará pronto.

Se trata de un momento duro y una prueba de la cual hemos de salir victoriosos por nuestra fe y esperanza que han de expresarse en nuestra caridad y solidaridad.

Dios gobierna el mundo y la oración es nuestra mejor aliada en estos momentos. Debemos intenciarla para que pronto se termine esta pandemia.

Como creyentes en Cristo, ponemos nuestra confianza en las manos de nuestro

Creador y Salvador, confiando en la poderosa intercesión materna de la Santísima Virgen María. Por lo tanto, invitamos a todos los panameños y personal que viven en nuestro país a intensificar la oración personal y familiar:

Lo último que debe perder un cristiano en momentos de crisis es la esperanza, y menos en este tiempo donde Cristo se sacrificó para darnos esperanza en alcanzar la Vida Eterna. Si venció a la muerte tengamos fe que vencerá al coronavirus.

Invitamos a todos los hermanos de nuestra nación a que nos acerquemos más a Dios. En estos tiempos de crisis sanitaria hemos de recordar que el Señor está en medio de nosotros y no nos abandona. Él 'es la roca que nos salva'.

Para finalizar mi comentario, exhorto a la población en general a tomar las precauciones debidas para evitar el contagio.

• **LEMA EPISCOPAL.** 'SENTIR CON LA IGLESIA', SE HIZO VIDA EN ÉL Y EN EL PUEBLO SALVADOREÑO.

# San Óscar Arnulfo Romero: Profeta en el gran 'Pulgarcito' de América

EL SASERINATO DEL ARZOBISPO ÓSCAR ARNULFO ROMERO, OCURRIÓ UN LUNES 24 DE MARZO DE 1980, EN LA CAPILLA DEL HOSPITAL 'DIVINA PROVIDENCIA' DE SAN SALVADOR.

P. BOSCO JOSÉ RODRÍGUEZ A., C.S.S.R.  
redaccion@panoramacatolico.com

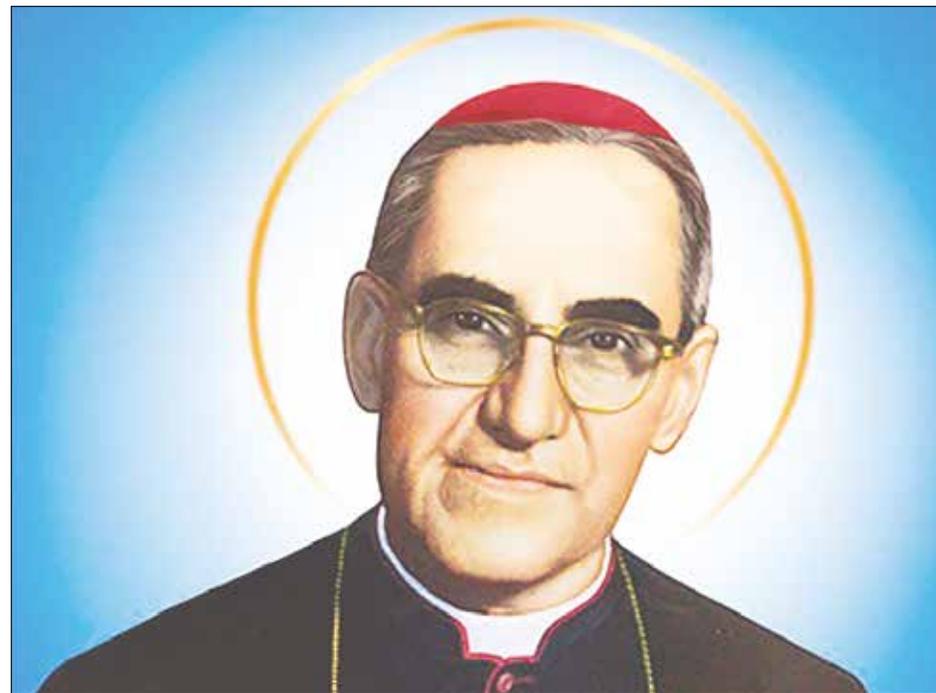
Un miércoles 15 de agosto de 1917, día glorioso y mariano, día de la Asunción de María, nació Óscar Arnulfo Romero y Galdámez.

El contexto económico, político, social y eclesial en el que actuó san Óscar Arnulfo, fue bajo una dictadura militar, y un ambiente hostil de crisis política y social, que desembocó en la década de 1980 en la guerra civil de El Salvador. Así estaba El Salvador y varios países de América Latina en tiempos de nuestro mártir y profeta Óscar Arnulfo Romero.

## San Óscar Arnulfo habló del seguimiento de Jesús, y el llamado perenne a la conversión.

Ante la situación que vivía El Salvador, monseñor Romero sintió compasión por su pueblo. Aunque era tímido, como tímido era el profeta Jonás. Algunos lo calificaron como un 'Jonás para América Latina'. El verdadero pastor escucha lo que Dios ha escuchado siempre cuando su pueblo sufre: 'Bien vista tengo la aflicción de mi pueblo en Egipto, y he escuchado su clamor en presencia de sus opresores; pues ya conozco sus sufrimientos' (Éxodo 3,7). Es así que su lema episcopal 'Sentir con la Iglesia', se hizo vida en él y en el pueblo salvadoreño.

Óscar Arnulfo Romero fue nombrado el 3 de febrero arzobispo metropolitano de San Salvador, por san Pablo VI, tomando posesión canónica de esa amada grey el 22 de febrero del mismo año. Sus homilias eran transmitidas por radio 'YSAX'. En sus homilias, Romero denunciaba lo que nadie, en ese tiempo, se atrevía a denunciar. Únicamente él alzaba su voz para defender a su pueblo. Monseñor Romero tenía muy incrustado en su corazón las célebres palabras del papa Pío XI: 'La misión de la Igle-



SANTO. ¡Viva el mártir y profeta de América Óscar Arnulfo Romero!

sia no es desde luego política, pero cuando la política toca el altar, la Iglesia defiende el altar'.

En sus homilias, san Óscar Arnulfo habló de temas como: la fe en Dios, el seguimiento de Jesús, el sentir con la Iglesia, la Doctrina Social de la Iglesia y el llamado perenne a la conversión. Como un tesoro inconmensurable y espiritual, san Óscar Arnulfo Romero, nos dejó alrededor de 200 homilias dominicales, sin contar las del día a día. Sus enseñanzas no han perdido el brillo de la novedad, pues en cada homilía está la palabra viva y eficaz de un pastor que se dejó guiar por la luz del Espíritu Santo. Sus homilias proféticas animaron y llenaron de esperanza a un pueblo oprimido y deseoso de su liberación. La vigencia de cada homilía consiste en que la palabra era profética, y eso hizo el 'resonar de Dios' en el pueblo sufriente. Su última homilía fue titulada la 'Homilía de fuego', homilía sonora y vibrante, en la que gritó: 'En nombre

de Dios pues, y en nombre de este sufrido pueblo, cuyos lamentos suben hasta el cielo cada día más tumultuosos, les suplico, les ruego, les ordeno en nombre de Dios: Cese la represión'.

El sacrilego asesinato del arzobispo Óscar Arnulfo Romero y Galdámez, ocurrió un lunes 24 de marzo de 1980, al caer la tarde, en la capilla del Hospital 'Divina Providencia' de San Salvador. Una detonación efectuada por el homicida, suboficial Marino Samayor Acosta, a quien le pagaron la cantidad de 114 dólares para realizar el magnicidio, impactó en el noble corazón del purpurado. El autor intelectual y cerebro de la operación: el mayor Roberto d'Aubuisson Arrieta.

La solemne ceremonia de canonización fue celebrada por el papa Francisco, el domingo 14 de octubre de 2018, en la bellísima Plaza de San Pedro, en la ciudad del Vaticano.

¡Viva el mártir y profeta de América Óscar Arnulfo Romero!

## ! Cada día su afán

### El coronavirus sin máscara



P. José-Román  
Flecha Andrés

La rápida expansión del coronavirus es un motivo ineludible para la reflexión. De pronto, todos nos hemos visto asaltados por una amenaza tan imprevista como temible. Un auténtico riesgo para muchas personas, que ha sido magnificado por los medios de comunicación.

A pesar de la mascarilla, todos hemos dejado ver nuestro verdadero rostro. Hemos visto que nuestra pretendida autosuficiencia se desmorona ante el temor a la enfermedad y a la muerte. Y hemos

observado que ese temor puede ser manipulado por los que hacen del servicio al pueblo un medio para conquistar, justificar o conservar el poder.

Ahora sabemos que nuestra con-

fianza en la ciencia y en la tecnología significa muy poco cuando no está acompañada por la rectitud moral. Y hemos demostrado que la aparente seguridad de la que nos vestimos en público apenas puede cubrir la desnudez de nuestra debilidad y vulnerabilidad, de nuestra finitud y nuestra irresponsabilidad.

La crisis del coronavirus ha dejado en evidencia el terror que nos produce la soledad, el vacío que sentimos al no poder seguir la rutina de nuestro trabajo, el miedo que nos da permanecer unos días en el hogar, las dificultades para mantener un diálogo sereno y cordial con los miembros de nuestra familia.

Pues bien, la aparición de algo tan insignificante como un virus puede ser considerada como uno de esos signos de los tiempos.

## La Iglesia concede la indulgencia plenaria



ESPECIAL. Enfermo de coronavirus.

**ACIPRENSA.** La Iglesia concede una indulgencia plenaria especial a los enfermos por el coronavirus COVID 19, así como a los profesionales de la salud, familiares y todos aquellos que se involucren en la lucha contra la epidemia, también por medio de la oración.

Así lo estableció la Penitenciaría Apostólica por medio de un decreto del 19 de marzo firmado por el Penitenciario Mayor, Cardenal Mauro Piacenza, y autorizado por el Papa Francisco.

### Los beneficiarios deben unirse espiritualmente a través de los medios de comunicación.

En concreto, en el decreto se establece que “se concede la Indulgencia plenaria a los fieles enfermos de Coronavirus, sujetos a cuarentena por orden de la autoridad sanitaria en los hospitales o en sus propias casas”.

Para que se conceda la indulgencia, los beneficiarios deben unirse espiritualmente, “con espíritu desprendido” “a través de los medios de comunicación a la celebración de la Santa Misa, al rezo del Santo Rosario, a la práctica piadosa del Vía Crucis u otras formas de devoción, o si al menos rezan el Credo, el Padrenuestro y una piadosa invocación a la Santísima Virgen María”.

Además, deben ofrecer “esta prueba con espíritu de fe en Dios y de caridad hacia los hermanos, con la voluntad de cumplir las condiciones habituales (confesión sacramental, comunión eucarística y oración según las intenciones del Santo Padre), apenas les sea posible”.

## Voz del Pastor

# La vida siempre es buena noticia

Monseñor Manuel Ochogavía Barahona / Obispo de la Diócesis de Colón-Kuna Yala



Mucho ha cambiado nuestra sociedad, desde cuando se entendía que el tener un hijo era siempre una buena noticia, que era dado por Dios y por lo tanto había que acogerle. Ciertamente los niños no vienen con el pan bajo el brazo, pero no dejaban de representar un motivo de seguir luchando, una razón para creer en un futuro mejor, un signo de alegría en el hogar. Pero ya no es así, o al menos no lo es en la mayoría de los casos.

Las estadísticas nos muestran un crecimiento de la población mayor, con pocos nacimientos, por lo que el reemplazo es cada vez más insuficiente. Si esto sigue así, en el futuro habrá muchos pensionados y pocos cotizantes, aumentarán los ancianatos, importaremos más mano de obra extranjera, cerraremos más escuelas, etc. Todo esto por una sencilla causa, hay menos nacimientos.

Son muchas las parejas que sacrifican la maternidad por el status, un hijo cuesta, y no es el dolor de parto; otros crían mascotas, y con eso se consuelan; otros casos prefieren tener carro, viajes, etc. En otro orden de pensar, hay quienes piensan que “parir” es una imposición machista, y por lo tanto luchan por ejercer su derecho a no “servir de gestadora” del nuevo ser.

Cuando en los años sesenta y setenta se inician las primeras políticas antinatalistas, todos pensaban que la

solución al problema de la pobreza era que las mujeres pobres no tuvieran muchos hijos, entonces, menos niños por familia era igual a mayor riqueza, más posibilidad de estudio, etc. Otro engaño, el sistema estaba mal, pues menos niños, lo único que logró fue que los ricos se sintieran tranquilos pues no tenían que ocuparse de políticas sociales que repartieran los bienes, esto nunca fue la solución. Y me perdonan los que piensan lo contrario, pero

50 años después aumenta la pobreza, aunque con menos hijos, la riqueza sigue concentrada en las manos de unos pocos.

Junto a estas situaciones están los derechos que algunos grupos defienden como derechos de las mujeres, algunos son derechos inventados que no guardan ningún respeto con la ley natural, como el derecho al aborto. Entiendo que lo que digo causará asperezas, pero sin ser mujer, puedo decir algo. No es un derecho.

Matar, eso es el aborto. Y aunque sectores de la sociedad que se declaran progresistas, libres pensadores, que acusan a la iglesia de retrógrada y se pasean por el mundo defendiendo el derecho a matar, defiendan el aborto como un derecho, un ejercicio a la libre decisión, a la posesión del cuerpo, a no dejarse dominar por la cultura machista que las obliga a un modelo de mujer que debe “parir”, y tantas cosas más, lo que hacen es promover el homicidio, y yo los acuso de eso.

Cuando una mujer vive el aborto, todo su

María recibe la noticia de parte del ángel, concebirá y dará a luz un hijo.

ser sufre, hay secuelas psicológicas, físicas, y espirituales. El aborto genera una herida, que, aunque logre sanar, siempre estará. Esto no es fruto de condicionamientos sociales, esto es un dolor

que llevan dentro. Y por más que los grupos pro aborto digan que no pasa nada, que eso es “un quiste”, no es así, la mujer lo siente muy adentro, y vivir con ese dolor puede ser insoportable.

Por eso cuando se toman decisiones políticas anti natalidad, tengamos cuidado de no estar generando mujeres destrozadas. Cuando uno de estos libres pensadores, desde sus oficinas pagadas con dinero de organismos

internacionales, que viven en barrios exclusivos, que se la pasan haciendo “lobby” en recepciones importantes, que siempre están hablando de Panamá como un país atrasado y conservador, acusando a la Iglesia de tener influencia en la población, y así nos presentan.

Cuando una mujer que ha abortado viene a compartir su dolor, me golpea el ver cómo ha podido llevar semejante carga. Los

que promueven el aborto no las

recogen, y se olvidan de ellas. Cuando te cuentan de clínicas “clandestinas” que -por unos dólares- “hacen el aborto”, nos cuestionamos en qué sociedad vivimos.

Hemos perdido mucho. Por

eso la fiesta de la Presentación, es la fiesta de la alegría por el niño que viene. Jesús no fue planificado, igualmente fue recibido con alegría, sus padres eran pobres, pero un hijo siempre es un don de Dios. Seguro que iban a faltar muchas cosas, pero lo que no faltaría era amor.

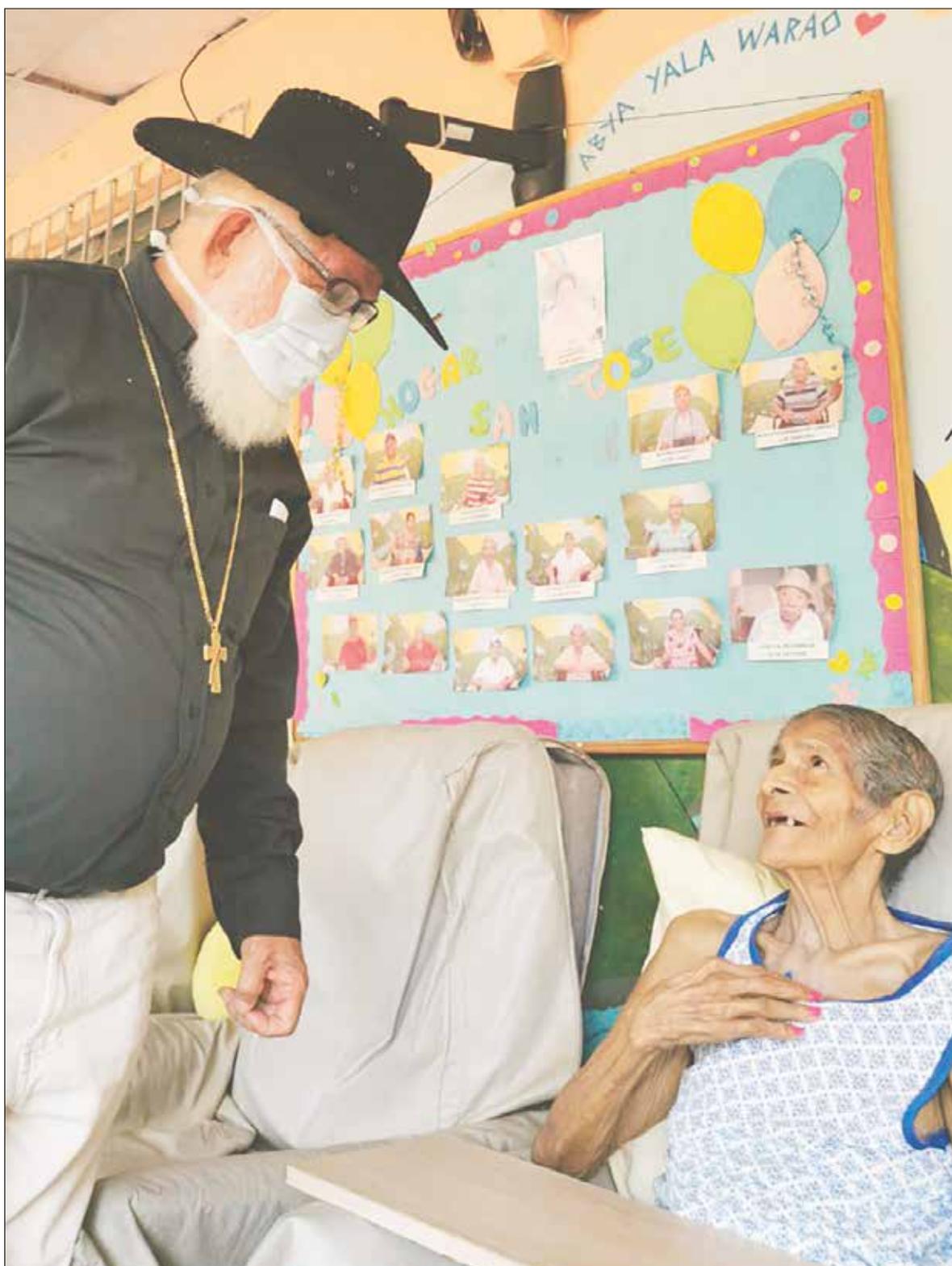
Cada día estamos más solos, eso pasa mucho en países muy modernos, la gente tiene de todo, pero para qué, no hay niños, tiene que venir a nuestros países a adoptar. Los parques están limpios porque no hay niños que los usen; ¿eso es lo que queremos?

María recibe la noticia de parte del ángel, concebirá y dará a luz un hijo. Esa es la buena noticia. Entonces por qué aplicar en Panamá fórmulas de control de natalidad traídas de países con crisis social y poblacional, fórmulas que no responden a nuestra cultura, a nuestros valores y a nuestra tradición, y por qué no a nuestra fe. Panamá es un país cristiano, o al menos eso decimos, entonces, ¿un niño es o no buena noticia?

Que el Señor Jesús, concebido en el vientre de María nos ayude a entender que toda vida es buena y vale la pena. Que nos dé la sabiduría para no tomar el lugar de Dios, Señor de la Vida, y hagamos de nuestra sociedad una sociedad que favorezca la vida en todas sus formas, desde el momento de la concepción hasta la muerte natural.

• SIN MIEDO LAS PUERTAS PUEDEN ESTAR CERRADAS, PERO NO EL ALMA. LA IGLESIA CONTINÚA SIRVIENDO AL NECESITADO.

# La misericordia sigue con sus



SIN PAUSA. La Iglesia continúa su trabajo al lado del necesitado. El diácono Gabriel González acompaña a una residente en el Hogar San José.

MARIANNE COLMENARES/EDUARDO SOTO P.  
redaccion@panoramacatolico.com

La emergencia sanitaria provoca que el país baje el ritmo. Algunos dirán que se ha detenido. La consigna es “¡quédate en casa!”. Pero la Iglesia no puede hacer eso del todo. El amor a los más necesitados se lo impide; no los puede dejar solos.

## Los ancianos

La población que más peligro corre ante la amenaza del coronavirus, es aquella de mayor edad. La Arquidiócesis administra un lugar donde son atendidos, y que ahora es una fortaleza, para evitar que se cuele el virus: el Hogar San José, ubicado en la 24 de Diciembre.

En la puerta espera el diácono

Busque en esta página web  
los links con los audios de  
las entrevistas respectivas.

Gabriel González, y lo primero que entrega son guantes y mascarillas. “Hay que cuidar a los viejitos”, dice.

Es una población de 20 abuelitos, y en la alacena les queda comida para 15 días. Ocho personas cuidan de ellos en tres turnos, porque “nunca quedan solos”.

La buena noticia es que apenas se decretó la alerta, el teléfono empezó a sonar: “el Despacho de la Primera Dama y la Fundación Buenos Vecinos del Banco General nos han traído comida y enseres de aseo”.

Pero les faltan guantes y mascarillas, que en el comercio no hay. “La Legión de María, que venían a cocinar los domingos, le hemos pedido que no vengan, y así ahorramos guantes”, explica González.

## ¿Y los de situación de calle?

A las 11 a.m. Ariel López, director del Centro San Juan Pablo II, abre el local para tomar la temperatura



INTENSIDAD. Ahora más que nunca el servicio es



DONARSE. Las personas en situación de calle en

a los hermanos que viven en situación de calle. Solo 20 personas de las casi 80 que esperan en fila pueden entrar, sentarse y recibir a las 12 en punto su almuerzo recién hecho.

Antes del almuerzo, se unieron en oración para rezar la Coronilla de la Divina Misericordia, de rodillas, pidieron perdón y rogaron al Señor por las necesidades del mundo, haciendo énfasis en las víctimas del Coronavirus.

“A pesar de que viven en calle, rodeados de basura, mal alimen-

# brazos abiertos

LOS AGENTES DE PASTORAL SIGUEN AHÍ, ORANDO Y TRABAJANDO. LAS OBRAS DONDE SE ATIENDEN ENFERMOS Y ANCIANOS, AUN CUANDO LES EMPIEZA A FALTAR ALIMENTO Y ARTÍCULOS DE ASEO, MANTIENEN SU RITMO DE ATENCIÓN.



el principal alimento de los cristianos.



CONTROL. Los templos se mantienen abiertos y limpios, aunque se evita congregarse a muchos.



TERNURA. La delicadeza es la principal de las características de la Pastoral Social.



encuentran refugio en el centro San Juan Pablo II.



CUIDADOS. El servicio se hace cumpliendo con todas las normas de prevención y contención.



NECESIDAD. En el Hogar Buen Samaritano necesitan útiles para limpieza y desinfección.

tados, expuestos a tantas cosas, es necesario seguir atendiendo a esta población que solo nos tienen a nosotros, no podemos dejarlos en este momento de crisis”, afirmó Ariel.

Ahora bien, este almuerzo se dará hasta que alcance lo que tienen en la alacena. **Ya el desayuno se suspendió, porque las personas dejan de donar.**

## VIH-Sida

“Tenemos escasez de productos de limpieza y desinfectantes, pero también comida seca (arroz, menestra, crema, leche y azúcar), pues

seguimos atendiendo a los externos que tienen la condición”, señala Itzel Almengor, asistente administrativa del Hogar Buen Samaritano, que también hace comida para gen-

te necesita de los alrededores, en Juan Díaz. Son 60 comidas diarias, pero ahora no pueden comer allí, se la deben llevar, para cumplir con las normas vigentes.

### Hogar San José

- Nombre: **Hogar San José Cabuyita Pacora**  
Cuenta corriente N°  
**03-41-01-121547-9**  
Banco General

### Malambo

- Nombre: **Orfanato San José de Malambo**  
Cuenta corriente N°  
**03-06-01-000724-2**  
Banco General

### Buen Samaritano

- Nombre: **Fundación Casa Hogar El Buen Samaritano**  
Cuenta de ahorro N°  
**04-41-01-127546-1**  
Banco General

### San Juan Pablo II

- Nombre: **Iglesia Católica-Arquidiócesis de Panamá-Centro de Atención San Juan Pablo**  
Cuenta N° **03-79-01-115429-8**  
Banco General

### Hogar Luisa

- Nombre: **Iglesia Católica - Hogar Luisa**  
Cuenta corriente N°  
**03-18-01-103962-6**  
Banco General

• **TESTIMONIO.** SER UN CRISTIANO SANTO, UN BUEN CRISTIANO, ES PARECERSE A CRISTO, SEGUIRLE.

# Ser santo es ser pobre en el corazón

DIOS QUIERE QUE SEAMOS SANTOS, Y ESTO SIGNIFICA QUE QUIERE QUE SEAMOS FELICES: ES VERDADERAMENTE FELIZ QUIEN ES FIEL A DIOS Y VIVE SU PALABRA.

P. MIGUEL ÁNGEL KELLER, OSA  
redaccion@panoramacatolico.com

“Puede haber muchas teorías sobre lo que es la santidad, abundantes explicaciones y distinciones. Esa reflexión podría ser útil, pero nada es más iluminador que volver a las palabras de Jesús y recoger su modo de transmitir la verdad. Jesús explicó con toda sencillez qué es ser santos, y lo hizo cuando nos dejó las bienaventuranzas (cf. Mt 5,3-12; Lc 6,20-23). Son como el carnet de identidad del cristiano. Así, si alguno de nosotros se plantea la pregunta: «¿Cómo se hace para llegar a ser un buen cristiano?», la respuesta es sencilla: es necesario ha-

**El seguimiento a Jesús exige acabar con la injusta brecha entre ricos y pobres.**

cer, cada uno a su modo, lo que dice Jesús en el sermón de las bienaventuranzas. En ellas se dibuja el rostro del Maestro, que estamos llamados a transparentar en lo cotidiano de nuestras vidas” (Gócense y alégrense, GE 63).

Ya en el tercer capítulo de su Exhortación apostólica sobre el llamado a la santidad en el mundo actual, Francisco concreta su enseñanza en la Bienaventuranzas, que cita según el evangelio de san Mateo. Ser un cristiano santo, un buen cristiano, es parecerse a Cristo, seguirle, vivir como Él vivió y enseñó a vivir. Cada uno a su modo, encarnar las bienaventuranzas, que son como el carnet de identidad del cristiano.

Dios quiere que seamos santos, y esto significa que quiere que seamos felices: es verdaderamente feliz quien es fiel a Dios



y vive su Palabra. Lo que supone vivir “a contracorriente”, porque muchas veces ponemos la felicidad en nosotros mismos, en las cosas materiales, en la comodidad o el orgullo. Pero las palabras de Jesús no son lindas poesías ni piadosos deseos: exigen en la práctica un estilo de vida distinto, una revisión de nuestra escala de valores, una conversión del corazón. Son palabras que nos golpean y nos desafían, dice claramente Francisco.

Y seguramente esto es verdad sobre todo, en nuestro mundo y nuestra cultura, en la primera de las bienaventuranzas: “*felices los pobres de espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos*”.

No es difícil distinguir externamente entre un rico y un pobre. El rico tiene abundancia de bienes materiales, riquezas, co-

modidades, poder. El pobre carece de todo o de casi todo, sufre escasez, hambre, es marginado. El evangelio describe muy bien esa diferencia en la parábola del rico comilón y el pobre Lázaro (Lc 16,19-31) y denuncia también la insensatez de quien pone su felicidad en las riquezas materiales, que no pueden llenar el corazón ni duran para siempre (Lc 12, 16-21). Como ha comentado alguna vez Francisco, nunca se ha visto que en un cortejo fúnebre vaya, detrás del féretro, otro carro llevando las riquezas del difunto...

Pero para Jesús el problema no está en lo que externamente se posee, sino en dónde se pone el corazón, la felicidad. El corazón humano es de carne, pero no se llena de carne. La felicidad llena el espíritu humano y no consiste sólo ni principalmente en co-

sas materiales. Los verdaderos tesoros, los que puede hacernos realmente felices, no son materiales ni se compran ni se venden: la vida, el amor, la amistad, la verdad, la fraternidad, la familia, la justicia, la paz...Y el reino de Dios.

“Las riquezas no te aseguran nada. Es más: cuando el corazón se siente rico, está tan satisfecho de sí mismo que no tiene espacio para la Palabra de Dios, para amar a los hermanos ni para gozar de las cosas más grandes de la vida. Así se priva de los mayores bienes. Por eso Jesús llama felices a los pobres de espíritu, que tienen el corazón pobre, donde puede entrar el Señor con su constante novedad” (GE 68). “Nadie puede servir a Dios y al dinero” (Lc 16,13; Mt 6,24) nadie comparte desde la avaricia y el materialismo, nadie aprecia las cosas más importantes de la vida si solamente se preocupa de lo material. Por eso Jesús habla de pobreza de espíritu, de tener un corazón de pobre.

Los santos han insistido siempre en la importancia de esta pobreza de espíritu, que hace posible abrir el corazón a Dios y al hermano. En sus sermones de cuaresma, por ejemplo, san Agustín subrayaba siempre que el ayuno no sirve para nada si lo que se ahorra, al comer menos o cosas menos costosas, no se da en limosna a los pobres. Y los teólogos y pastores latinoamericanos han expresado en la “opción preferencial por los pobres” la exigencia del seguimiento de Jesús frente a la injusta brecha entre ricos y pobres.

De hecho, “*Lucas no habla de una pobreza «de espíritu» sino de ser «pobres» a secas (cf. Lc 6,20), y así nos invita también a una existencia austera y despojada. De ese modo, nos convoca a compartir la vida de los más necesitados, la vida que llevaron los Apóstoles, y en definitiva a configurar-nos con Jesús, que «siendo rico se hizo pobre» (2Co 8,9)*” (GE 70)

# Dios permanece siempre fiel

TODO TIEMPO ES PROPICIO PARA QUE EL CATEQUISTA ASUMA SU COMPROMISO CON JESÚS; DEVOLVER LA ESPERANZA A MUCHOS POR MEDIO DE FRATERNIDAD Y RESPETO PARA HACER PREVALECER LA DIGNIDAD DE TODOS Y LA MISERICORDIA DE DIOS.

COMISIÓN ARQUIDIOCESANA DE CATEQUESIS  
redaccion@panoramacatolico.com

En este momento particularmente difícil para todos, redescubramos dentro de nosotros la presencia de Jesucristo que nos ama y nos sostiene, para que podamos ser portadores de su ternura a cuantos nos rodean, con obras de cercanía y de bien. El catequista vive con objetividad y sin miedo frente a las situaciones de nuestro tiempo y promueve el perdón, la gratitud y la solidaridad, que son el deseo natural que reside en todo ser humano de cara a momentos tan sensitivos como el que se vive estos días. Vive con objetividad porque profundiza, con ayuda de las ciencias, la razón de los eventos y sin miedo porque tiene cimentada su fe en Jesucristo, muerto y resucitado por amor a todas las personas.



INFINITO. El amor de Dios por toda la humanidad es grande.

## El catequista vive con objetividad y sin miedo frente a las situaciones de nuestro tiempo.

A pesar de la presencia —a veces dramática— del mal en nuestra vida y del mundo, Dios permanece fiel al amor que nos manifiesta en Jesucristo, un amor que nos libera del miedo y nos fortalece para amar en toda circunstancia. La imágenes de personas comprando desmedidamente queriendo asegurar la vida ó rechazando al personal de salud en los buses por miedo, son signo de que falta nuestro actuar en cada comunidad para romper las cadenas del engaño. Nosotros catequistas escudriñemos nuestro actuar y ajustemos el rumbo siendo

## Lucas No dejemos pasar en vano este tiempo de gracia

Así pues, en este tiempo favorable, dejémosnos guiar como Israel en el desierto (cf. Os 2,16), a fin de poder escuchar finalmente la voz de nuestro Esposo, para que resuene en nosotros con mayor

profundidad y disponibilidad. Cuanto más nos dejemos fascinar por su Palabra, más lograremos experimentar su misericordia gratuita hacia nosotros. Papa Francisco, Cuaresma 2020.

hermanos de camino para todos, compartiendo el estilo de vida de Jesús y su misericordia, solo así se puede vivir la fraternidad aún en las situaciones más difíciles. “La experiencia de la misericordia, es posible sólo en un «cara a cara» con el Señor crucificado y resucitado «que me amó y se

entregó por mí» (Ga 2,20). Un diálogo de corazón a corazón, de amigo a amigo. Por eso la oración es tan importante siempre y ahora en esta cuaresma, nos muestra la necesidad de corresponder al amor de Dios, que siempre nos precede y nos sostiene”. Papa Francisco, Cuaresma 2020.

## Catecismo de la Iglesia Católica

### Los rasgos comunes en los Misterios de Jesús

**517** Toda la vida de Cristo es misterio de Redención. La Redención nos viene ante todo por la sangre de la cruz (cf. Ef 1, 7; Col 1, 13-14; 1 P 1, 18-19), pero este misterio está actuando en toda la vida de Cristo: ya en

su Encarnación porque haciéndose pobre nos enriquece con su pobreza (cf. 2 Co 8, 9); en su vida oculta donde repara nuestra insumisión mediante su sometimiento (cf. Lc 2, 51); en su palabra que purifica a sus oyentes (cf. Jn 15,3); en sus curaciones y en sus exorcismos, por las cuales “él tomó nuestras flaquezas y

cargó con nuestras enfermedades” (Mt 8, 17; cf. Is 53, 4); en su Resurrección, por medio de la cual nos justifica (cf. Rm 4, 25).

**518** Toda la vida de Cristo es misterio de Recapitulación. Todo lo que Jesús hizo, dijo y sufrió, tuvo como finalidad restablecer al hombre caído en su vocación primera:

## Cápsulas

### En el tiempo de Cuaresma

Ante la celebración de Misas sin fieles, medida adoptada por la Iglesia para evitar contagios por coronavirus, nos podemos unir de corazón al sacrificio de Cristo, haciendo la comunión espiritual.

Compartimos seis actitudes que permitirán vivir esta experiencia espiritual desde el hogar, y nos parece oportuno.

**Un llamado a la humildad.** Un virus, un organismo microscópico, aparece de pronto y hace tambalear a la humanidad; No deja de ser todo esto un fuerte llamado a la humildad de nuestra condición humana limitada.

**Un llamado a la confianza.** Para los hombres y mujeres de fe, tomar conciencia de nuestra fragilidad no nos desasosiega. Por el contrario, nos anima a confiar más en Dios como se lee en los salmos que invitan a la confianza en Dios.

**Un llamado a la oración.** La oración es intérprete de la esperanza. En este momento de fragilidad y de confianza volvemos el corazón a Dios. Escuchar, meditar y hacer oración con la Palabra de Dios de todos los días. Nos ayuda a discernir lo que Dios nos pide en este momento concreto de nuestra historia.

**Un llamado al amor.** Hay numerosos testimonios de amor al prójimo en estos días, y sin duda la necesidad de muchos nos alienta a todos a dar una mano, a ser generosos, a no caer en actitudes egoístas, sino compartir lo que tengo con el hermano más afectado por esta situación.

**Un llamado a renovar el amor a la Eucaristía.** Esta situación dolorosa nos invita a redoblar nuestro amor a la Eucaristía, sacrificio de Cristo que renueva el mundo. Esta abstinencia nos puede hacer sentir hambre de Eucaristía y aumentar nuestro deseo de volver a encontrarnos en la celebración comunitaria con Jesús sacramentado.

**Un llamado a la gratitud.** Es una oportunidad para ser agradecidos con todas quienes están haciendo un enorme esfuerzo para aportar soluciones, para atender a los enfermos, para prestar diversos servicios a quienes lo necesitan. “El ‘gracias’ termina dirigiéndose a Dios en la certeza de que, junto a Él, podremos cosechar dulces frutos de este tiempo doloroso.

**CURSO BÍBLICO: UNA VENTANA ENTRE LA VIDA Y LA BIBLIA**

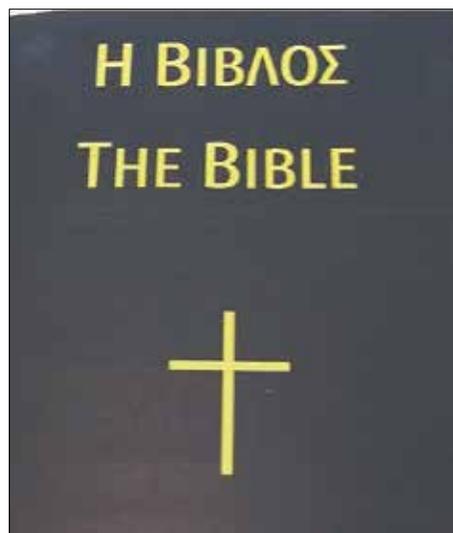
# ¿En qué idiomas fue escrita la Biblia?

LA BIBLIA DE LOS CATÓLICOS TIENE 73 LIBROS: 46 EN EL AT Y 27 EN EL NT.

**ESCUELA DE PASTORAL BÍBLICA**  
redaccion@panoramacatolico.com

El pueblo de Dios, en su larga historia, caminó y vivió por varios países. Esto lo llevó a aprender y a hablar distintos idiomas, de acuerdo a las necesidades. La Biblia es reflejo de ello, pues fue escrita en tres lenguas diferentes:

- La mayor parte del Antiguo Testamento fue escrita en **hebreo**, la lengua de Palestina, antes del exilio en Babilonia. Algunos fragmentos de Daniel y Ester fueron escritos en **arameo**, que fue la lengua que asu-



GRIEGO. Uno de los idiomas en que se escribió la Biblia.

A finales del siglo I d.C., el Consejo judío decidió elaborar el canon hebreo (es decir, la lista oficial de los libros bíblicos). Esta decisión dejó fuera del canon judío siete libros: Tobías, Judit, Baruc, Eclesiástico, Sabiduría y los dos libros de los Macabeos. Además se suprimieron las partes de Daniel y Ester que habían sido escritas en arameo. Ningún escrito del Nuevo Testamento fue aceptado. De este modo el número de libros de la Biblia judía quedó reducido a 39.

Las primeras comunidades cristianas y los “Padres de la Iglesia”, tomaron la traducción griega de “los 70” como referente para el número de libros del Antiguo Testamento, quedando el número de libros de la Biblia de los cristianos en 46 para el Antiguo Testamento y 27 para el Nuevo Testamento.

**Un grupo de 70 sabios judíos tradujo en Alejandría el Antiguo Testamento al griego.**

mió el pueblo después del exilio babilónico;

- Pocos libros, como el de la Sabiduría, fueron escritos en **griego**, en las comunidades judías que vivían fuera de Palestina. El griego era entonces la lengua principal que se hablaba en muchas partes del mundo;

- El Nuevo Testamento se escribió totalmente en griego (un griego popular denominado **koiné**).

Setenta sabios judíos, reunidos en Alejandría (Egipto) hacia el 250 a.C., tradujo el Antiguo Testamento del hebreo y arameo al griego.

## ¿Cuál es la diferencia?

En 1521, cuando Martín Lutero se separó de la Iglesia Católica, se empezó a usar una Biblia que tenía para el Antiguo Testamento sólo los libros aprobados por el Consejo judío hacia el año 100 d.C., es decir, 39 libros, y para el Nuevo Testamento, 27. Así apareció la

Biblia “protestante”. Esto explica el porqué esta Biblia tiene sólo 66 libros.

**La Biblia protestante tiene el Antiguo Testamento aprobado por el Consejo Judío.**

Actualmente las Biblias llamadas “ecuménicas” ya vienen con todos los 73 libros bíblicos.

Hasta ahora la Biblia ha sido traducida, total o parcialmente, a más de mil lenguas.

## Exhortación apostólica postsinodal “Christus vivit”: Una Iglesia atenta a los signos de los tiempos (39-42)

El Sínodo de los Jóvenes reconoció que un número consistente de jóvenes, por diferentes razones, no piden nada a la Iglesia porque no la consideran significativa para su existencia. Para muchos Dios, la religión y la Iglesia son palabras vacías; en cambio, son sensibles a la figura de Jesús cuando viene presentada de modo atractivo y eficaz.

Mientras hay jóvenes que disfrutan cuando ven una Iglesia que se manifiesta humildemente segura de sus dones y también capaz de ejercer una crítica leal y fraterna, también hay otros que reclaman una Iglesia que

escuche más, que no se la pase condenando al mundo.

Para ser creíble ante los jóvenes, a veces necesita recuperar la humildad y sencillamente escuchar, reconocer en lo que dice los demás alguna luz que la ayude a descubrir mejor el Evangelio. Todos piden la reacción de la Iglesia que se mantenga joven y que se deje cuestionar e impulsar por la sensibilidad de los jóvenes.

Por eso, es necesario que la Iglesia no esté demasiado pendiente de sí misma, sino que refleje sobre todo a Jesucristo.



## Piedad Lectio Divina

Jn 9,1-41

I. LEER

**Pasa un hombre ciego de nacimiento y los discípulos preguntan a Jesús:**

“Rabí, ¿quién pecó, él o sus padres, para que haya nacido ciego?” Jesús respondió: “Ni él ni sus padres pecaron; es para que se manifieste en él las obras de Dios”. Jesús luego escupió en tierra, hizo barro con la saliva, untó con este barro los ojos del ciego y lo mandó a lavarse en la piscina de Siloé. Al hacerlo, el ciego quedó ya viendo.

Sigue un extenso relato nacido de polémica con los judíos, a la luz de esta sanación.

II. Meditar

**En ese ciego de nacimiento** estamos sumergidos en las tinieblas todos los hombres. ¿Cuáles son las tinieblas del corazón que no he podido alumbrar con la luz de la gracia de mi bautismo? ¿Qué significa para mí la luz de Cristo?

III. Orar

**Te ruego Señor**, que abras los ojos de mi corazón, para que sea capaz de descubrir tu hermosura.

IV. Contemplar

**Ser luz** que alumbré el camino de quienes mi rodean.

## Para reflexionar

**Reflexiona en los siguientes temas:**

- ¿Por qué es importante que se haya traducido la Biblia a la lengua de cada pueblo?
- ¿Como toma en cuenta tu comunidad parroquial a los jóvenes en el plan pastoral?
- ¿Puedes decir, como el ciego de nacimiento, “era ciego y ahora veo”?

**Fuente:** Compilación del Equipo de formación de la Escuela de Animación Bíblica Edificio San Pablo a un costado del Arzobispado - Apartado 0816-01947  
Tel.: 282-6580  
E-mail: epabipy@arquidiocesisdepanama.org

• UNIDOS. FRENTE A LA EMERGENCIA NACIONAL BUSCAN SOLUCIONES CREATIVAS POR LOS MÁS POBRES.

# Campaña para abastecer de alimentos y artículos de higiene

GRACIAS AL TRABAJO MANCOMUNADO HOGARES DE ADULTOS MAYORES Y DE NIÑOS SERÁN BENEFICIADOS.

MARIANNE COLMENÁREZ  
redaccion@panoramacatolico.com

Albergues, hogares, y centros que atienden a niños, jóvenes, adultos mayores, personas con discapacidad de todo el país ya están experimentando una reducción en la cantidad de alimentos e insumos disponibles para seguir cumpliendo con su misión, en medio de la emergencia nacional por el COVID-19.

Camila de Vengoechea, miembro de la junta directiva de la Cámara Panameña de Desarrollo Social CAPADESO, manifiesta que han unido esfuerzos con el Banco de Alimentos Panamá para impulsar una campaña de recaudación de fondos para apoyar a los hogares, abasteciéndolos de alimentos, artículos de higiene y limpieza, así como medicamentos.



NIÑOS. Muchos sin techo y en extrema pobreza.



DIGNIDAD. La Iglesia no abandona a los abuelos, población vulnerable.

Su aporte ayudará a 14 asilos de adultos mayores y 19 hogares dedicados a la niñez.

“La junta directiva de CAPADESO, se hizo eco de esta urgencia, hemos establecido contacto con las obras; sabemos qué están necesitando, realmente pasan por momentos muy difíciles. Por eso, hemos organizado esta campaña de apoyo con el Banco de Alimentos Panamá, quienes forman parte de la organización” señaló.

Agrega que el Banco tiene la capacidad de almacenar, empacar y distribuir alimentos e insumos de higiene a 180 organizaciones comunitarias que lo requieren.

¿Cómo puede ser parte de la Campaña?

Pueden acceder a [www.banalimentospty.com](http://www.banalimentospty.com) y por banca en línea pueden hacer su donación a la cuenta bancaria del Banco de

Alimentos Panamá. “La cantidad de dinero que puedan, solo piensen que los niños del Hogar San José de Malambo, los abuelos del Hogar San José, y distintos comedores a nivel nacional; solo por nombrar algunos se verán beneficiados con su donación” informó Camila de Vengoechea.

El mismo Banco de Alimentos se encargará de llevar las donaciones, respetando las medidas de aislamiento social.

Cabe destacar que estas mismas medidas sanitarias afectarán la asistencia del voluntariado que sirve en diferentes áreas a muchas de estas obras. Por esta misma razón CAPADEC exhorta a la ciudadanía a colaborar por estos medios virtuales.

## CUENTA BANCARIA

- Nombre: **Fundación Banco de Alimentos Panamá**  
Cuenta corriente N° 03-43-01-118389-0  
**Banco General**



VOLUNTARIOS. Motor del Banco de Alimentos Panamá.

• **MEDIDAS.** COMPLEJO HOSPITALARIO “DOCTOR ARNULFO ARIAS DISPUESTO PARA LA ATENCIÓN DEL ASEGURADO.

# Sala de cuidados intensivos preparada ante Covid-19

CON PROFESIONALES CAPACITADOS Y EQUIPO DE PUNTA BUSCAN GARANTIZAR LA SALUD DE QUIENES ACUDEN A ESTE NOSOCOMIO.

**REDACCIÓN**  
redaccion@panoramacatolico.com

La unidad de cuidados intensivos del Complejo Hospitalario “Doctor Arnulfo Arias” de la Caja del Seguro Social cuenta con ventiladores de alta calidad para la atención de pacientes que resulten afectados con el nuevo coronavirus COVID-19, reveló el Doctor David Villalobos, jefe de esta sala.

El Complejo Hospitalario se encuentra debidamente preparado para hacerle frente a esta enfermedad con profesionales capacitados y con equipo de punta para que el ase-

La tensión ocular es la presión que se encuentra dentro del ojo.

gurado y sus familiares se sientan tranquilos por la atención que se le pueda brindar al paciente, indicó el Dr. Villalobos.

El equipo de ventilación se adapta a la necesidad del paciente y mide la cantidad de CO<sub>2</sub> (dióxido de carbono) y de acuerdo al parámetro tiene la capacidad de adaptación, puntualizó el jefe de cuidados intensivos del Complejo Hospitalario.

Villalobos reveló que estos ventiladores son de alta gama, con capacidad de una modalidad inteligente y cuentan con monitoreo avanzado, Camografía, saturación de oxígeno, además de modalidad inteligente que auto controla el ventilador de acuerdo a la condición del paciente.

Orientaciones necesarias

Ante los casos de COVID-19 registrados en el país y como medida preventiva a quienes acuden al Complejo Hospitalario Dr. Arnulfo Arias Madrid, personal de la Dirección Ejecutiva de Atención al Asegurado procedió a distribuir volantes referentes a las medidas para evitar el contagio por enfermedades respiratorias.

En cuanto al horario de visita, las autoridades médicas reiteran que la misma se mantiene en un familiar por paciente, para evitar aglomeraciones, por lo que hacen el llamado a la ciudadanía a cumplir con este requisito sobre todo en este momento.



**PACIENTES.** Requieren de ventilación artificial en los casos más severos de insuficiencia respiratoria.

## Datos y cifras

- El personal de salud de la Caja de Seguro Social cumple con las medidas de seguridad para brindar atención a los pacientes.
- Se han habilitado áreas con toldas externas que permita canalizar a los pacientes resfriados y descartar sospechas del coronavirus, mediante el sistema Triage.
- Los colaboradores debidamente cubiertos con sus implementos de seguridad cumplen con el proceso dictado por el plan de contingencia.

## ¿Sabe usted cuáles son los pasos para un lavado de manos correcto?

El lavado de manos con agua y jabón es la forma más efectiva de protegerse de las enfermedades, así lo señaló la enfermera de vigilancia del Comité de Infecciones Nosocomiales, Sandra Calderón, del Complejo Hospitalario “Doctor Arnulfo Arias Madrid”.

### Pasos para el lado de mano:

- Sacar el papel toalla.
- Abrir el grifo.
- Humedecer las manos con el agua.
- Tomar dos porciones de jabón.
- Frotar las manos palma con palma y seguir frotando en el siguiente orden:

dorso con dorso, espacios interdigitales, uña por uña y los bordes de las manos hasta la muñecas.

- Enjuague sus manos con agua suficiente.
  - Seque con el papel toalla sin salpicar.
  - Con ese mismo papel cierre el grifo y el pomo de la puerta, finalmente debe tirar a la basura el papel toalla.
- No olvidar lavar las manos antes de comer, después de ir al baño y al llegar a la casa. Si no tiene agua y jabón para lavar sus manos utilice el gel alcoholado.



**EFFECTIVA.** Forma de protegerse.

PENSAMIENTOS

JUNTOS TRANSFORMÉNSE Y DEN OTRO SIGNIFICADO A ESTE TIEMPO.

# Oportunidad para compartir en familia y abrirnos a la confianza en Dios

EL “PARA QUÉ” NOS CONECTA CON UN PROPÓSITO, UN SENTIDO, ALGO QUE QUEREMOS GANAR DE NUEVO.

CARLOS HERRERA/PSICÓLOGO  
@mejorpareja.mejorfamilia

Estamos viviendo una época que nos hace sentir amenazados y ante la imposibilidad de poder detenerla con certeza, nos genera miedo, angustia, desesperación; en fin, desajusta nuestro ritmo de vida, pudiéramos creer que estamos estancados.

Esta situación de salud nos agobia, medidas como la suspensión de actividades escolares, cambios en los puestos de trabajo, nos lleva a pensar en un colapso económico y social en todo el mundo.

## El miedo y la angustia al Coronavirus son más contagiosas que la enfermedad.

El miedo es una emoción y simplemente eso, lo que nos afecta de las emociones es lo que sucede luego que las sentimos.

Tengo la libertad y la voluntad de decidir qué hago con el miedo. Existe un principio que dice “De lo que tengo, te doy”, si en mí lo que hay es miedo, voy a transmitir a otros mis miedos, mis angustias, mi ansiedad; pero si, al contrario, tengo sentimientos de esperanza, de lo temporal de esta situación y que además puede estarnos trayendo algo positivo, mi entorno cambia.

Nuestro cerebro trabaja así: Pensamientos - emoción - acción, es decir si mi pensamiento es “todo va a colapsar” eso genera una emoción de angustia y la acción que tendré, será compras desesperadas pensando solamente en mi bienestar y el de



CUARENTENA. ¿Oportunidad o padecimiento para vivir en familia?

mi familia, desconectándonos del sentido común.

Hagamos un ejercicio, toma una hoja de papel, un lápiz y vas a escribir 10 aspectos positivos que tiene estar en cuarentena en casa con mi familia.

Luego responde a esta pregunta: ¿Para qué te quedas en casa durante la cuarentena? El “para qué” nos conecta con un propósito, un sentido, algo que queremos ganar.

**Cita para iluminar:** “Cuando siento miedo, pongo en ti mi confianza” Sal 56,3

## Recomendaciones para vencer el miedo y la angustia

- **Quédate en casa:** Aun cuando es difícil, entendamos que hacerlo es salvar vidas.
- **Evita la sobreinformación:** Recibir tanta información puede generar ansiedad. Define cuanto tiempo dedicarás a informarte. El resto del día ocúpate con otra actividad
- **Usemos la tecnología:** Estas herramientas nos acercan a nuestros familiares y amigos, démosle un uso productivo.
- **Planea una rutina diaria:** Pueden diseñarla y mantenerse activos, sintiendo

satisfacción de los logros.

- **Escribe tus pensamientos negativos frecuentes:** Hazlo en una hoja de papel y escribe aquellos pensamientos que son recurrentes en tu mente, esto resta poder y nos ayuda a transformarlo.

- **Mantén activa tu vida espiritual:** aumenta tu ritmo de oración personal, con tu pareja y con tus hijos, conéctate a las eucaristías y adoración al santísimo de manera digital, las redes sociales son nuestros mejores aliados en estos tiempos.

## Ollas y Sartenes

### Filetes de pescado en salsa tártara

RACIONES: 4 personas  
TIEMPO: 30 minutos  
DIFICULTAD: Fácil

#### Ingredientes:

- Sal, Ajinomoto y pimienta al gusto
- 6 filetes delgados corvina
- Harina
- 2 cdas. mantequilla
- 2 cdas. aceite.

#### Salsa:

- 2 cdas. alcaparras escurridas o pepinillos dulces picados
- 1 1/2 tazas mayonesa
- 2 huevos duros (claras picadas y yemas pasadas por colador)
- 1 cda. perejil picado fino
- 1 cta. jugo limón
- Sal y pimienta al gusto.

#### Preparación

Lavar y secar los filetes. Mezclar con sal, Ajinomoto y pimienta. Pasarlos por harina, eliminar excesos. Poner aceite y mantequilla en una sartén y calentar bien. Poner los filetes y dejar unos minutos por cada lado sin que doren. Pasar a platón tibio y servir con salsa Tártara.

**Salsa Tártara:** Mezclar alcaparras, mayonesa, huevos y perejil. Sazonar con jugo de limón, sal y pimienta.



**EL ACONTECER DE LA IGLESIA TODOS LOS DOMINGOS**

6AM POR 9:15AM POR

Y SU RETRANSMISIÓN LOS LUNES A LAS 2:00PM

• **PLACER.** VIENE DE LAS PASIONES Y ES PASAJERO, SON DEJADOS POR DIOS, PERO NO PRODUCEN LA FELICIDAD.

# ¿Qué pueden hacer nuestros jóvenes durante la cuarentena?



**LA VERDADERA DIVERSIÓN NO SE COMPRA, SE ALCANZA, CON ESFUERZO Y LIMPIEZA DE CORAZÓN, ENTREGA GENEROSA A NUESTROS DEBERES DIARIOS.**

LUIS ÁVILA  
redaccion@panoramacatolico.com

Esta pregunta en estos tiempos que estamos viviendo, nos podría llevar a perder la calma o quizás entristecer nuestro corazón. Sin embargo, me gustaría que leamos estas líneas en clave de esperanza.

Usualmente en nuestra vida cotidiana, hay frases muy comunes, como por ejemplo “no tengo tiempo”, o “tengo mucho que hacer”. Pues ninguna de ellas sirven

en esta cuarentena que debemos asumir con responsabilidad, sabiendo que aunque no estamos en riesgo de mortandad tan alto, nuestros padres, tíos y abuelos sí.

Lo que nos sobra ahora es tiempo, y veamos algunas claves para usarlo bien:

**a-** Releer ese libro que dejamos a medias.

**b-** Realizar una rutina de ejercicios. En internet hay muchas.

**c-** Comer durante las horas adecuadas.

**d-** Horario sensato para dormir.

**e-** Adelantar la tesis o leer sobre esa carrera que nos interesa estudiar.

**f-** Mirar a la cara a nuestra familia

y reconocer en ellos el don maravilloso que Dios nos dio.

**g-** Y esta es solo para valientes: tómate un tiempo a solas hablando con Dios y pídele que te ayude a recordar a todas esas personas que alguna vez lastimaste. Ponlos

en una lista, y una vez terminado este tiempo, sal a reconciliarte con ellos.

Finalmente te dejo con este texto de Romanos 8,28 que dice así: “Sabemos que todas las cosas pasan para bien de los que aman a Dios, a quienes Él ha escogido y llamado”.

No lo dudes, tú tu eres un amado de Dios, Él está contigo y no te abandona.

Lo que nos va a sobrar ahora es tiempo. Corresponde aprovecharlo para bien de todos.

## Tips

- **Solos y en familia.** Hay que tener claro que no todo el tiempo estarás en soledad. Acéptalo y gózalo. La familia es el mayor tesoro de la vida
- **Conectado.** Las redes sociales pueden ser aliadas en este momento. Mantén viva la llama con tus amistades.
- **Lleva un diario.** Sería bueno que le cuentes a Dios y a un lector del futuro, lo que vives y sientes durante este tiempo.

## Pastoreando

JUSTO RIVAS  
Presbítero



He reflexionado esto del COVID 19 y la situación que vivimos desde lo racional, lo histórico y lo social, y al final sólo hay algo que me da paz, reflexionarlo de cara a Dios.

Días atrás meditaba el Salmo 105, 17 “Llamó al hambre sobre aquel país, todo bastón de pan rompió; delante de ellos envió a un hombre, José, vendido como esclavo”. Este salmo narra Génesis 37, 12-28 donde sus hermanos por envidia traman matarlo. La historia termina con José vendido como esclavo. Dios no quería el sufrimiento de José, pero sacó ventaja de la crueldad de sus hermanos para el bien de todos los israelitas futuros, y es que “Dios dispone de todas las cosas para bien de los que lo aman” (Romanos 8, 28).

Dios va a sacar algo grande y bueno de todo esto, sólo falta nuestra colaboración. José colaboró siendo fiel a Dios y a sus principios. Nosotros podemos colaborar por medio de nuestra oración, cortesía, unidad, fraternidad, bondad, misericordia, optimismo, fe, y esperanza. No basta ser fieles a las normas sanitarias. Como con José, todo esto es un gran sacrificio de fidelidad y no lo dudemos: ¡muchas cosas buenas sacaremos de todo esto!

Novios

Respeto

Te he confiado a mi hij@. Tu novio(a) es hijo(a) de Dios al igual que tú. El respeto es clave para un noviazgo santo, ya que Papá te ha confiado a su hijo/hija para protegerse, quererse y respetarse mutuamente.

Recuerda siempre tener un equilibrio y saber cuando puedes lastimar al otro. En ningún momento atentar contra la integridad del otro, su cuerpo y su alma. No hables cuando te enojas, no tomes decisiones en crisis, podemos lastimarlo. Siempre recuerda que Dios te ha confiado a la persona que amas, ambos merecen lo mejor.



Giros

Carlos Acutis "Ciberapóstol"

Conocido como el "ciberapóstol de la Eucaristía", nació el 3 de mayo de 1991, en Londres (Inglaterra), fue un adolescente que ofreció su enfermedad por la Iglesia y que utilizó su pasión por la informática para evangelizar y difundir el amor a la Eucaristía.

El Santo Padre recibió el 21 de febrero del 2020 al Prefecto de la Congregación para las Causas de los Santos, Cardenal Angelo Becciu, y firmó los decretos que reconocen tres martirios, cuatro virtudes heroicas y tres milagros, entre los cuales se encuentra el de Acutis.



• FE. EL SEÑOR NO PERMITE QUE CARGUEMOS CON MÁS PESO DEL QUE SOMOS CAPACES.

# La sed de Cristo en el pozo y la cruz

PERMITIÓ SER TENTADO EN EL DESIERTO PARA ENSEÑARNOS CÓMO PODER VENCER Y NEGARNOS AL PECADO.

GUADALUPE BELMONTE  
redaccion@panoramacatolico.com

¿Es posible vivir en paz en un mundo lleno de caos y dificultad?, ¿cómo no dudar de la fe estando solo, abandonado, inútil, aislado del mundo? ¿Qué belleza hay en la incomprensión de los planes de Dios?

La respuesta es que sí, sí es posible vivir en paz porque tenemos acceso a la Gracia. Hay una Gracia que se nos ha transmitido, es la Gracia de la muerte y la Resurrección de Cristo que se nos muestra para darnos fortaleza en esta vida, en el camino de santidad.

Nunca hay que olvidar que la meta es la santidad, el Cielo, pues las preocupaciones del mundo morirán con tu cuerpo. El trabajo, el éxito, incluso la salud deberían ser secundarios, pues lo primero es la salvación del alma.

De vez en cuando caemos en el error de ver a Dios como una máquina expendedora de gracias y consuelos con los que tapar nuestras desgracias, rezamos solo con la intención de increparle, de poner

en tela de juicio sus obras y su Providencia.

Si fuera un genio mágico que paliara todas nuestras necesidades, ¿dónde quedaría nuestra libertad? ¿Cuánto se rebajaría nuestra naturaleza si prefiriéramos los bienes materiales a los espirituales?

El hombre es libre para escoger el bien, libre en nuestras acciones, en nuestro comportamiento, libre en el amor, incluso en la obediencia. Por eso, el Señor no quiere venir a cancelar nuestra libertad arreglándonos la vida, sino que Él es un Dios providente que de todo mal, permitido para nuestra libertad, saca un bien mayor.

El Señor nos transmite la Gracia que sobrenaturaliza nuestras fuerzas.



## Pastoral Juvenil - Arquidiócesis de Panamá



### El ayuno que los jóvenes podemos realizar en cuaresma

Practicar el ayuno en cuaresma no es atractivo para los jóvenes es todo un reto porque desconocemos la importancia y el sentido para nuestra vida espiritual.

El ayuno nos ayuda a entablar una relación íntima con Dios al negarme ante mis propios gustos y dar espacio para el diálogo con Dios. Por esta razón, el ayuno debe ir acompañado de la oración preparada inclusive desde la noche anterior ofreciendo el día de ayuno.

Puedes iniciar ayunando de aquellas cosas que te distraen de Dios en tu vida cotidiana un programa de Tv o Netflix, tu playlist favorito de Spotify, las redes sociales, algún juego de

video o de algo que te guste, el café en la mañana, un postre en la noche, las meriendas entre comidas, lo importante es que ante

**No olvides desde tu ayuno y oración contemplar el Misterio Pascual fundamento de nuestra conversión.**

cada sacrificio dediques una oración sencilla a Dios que le dé sentido al ayuno.

El ayuno debe ser progresivo iniciar con

pequeños sacrificios y luego cuando veas que avanzas en ello ir profundizando en otras maneras de ayunar y en los momentos de oración. Puedes seguir con ayunos de comidas ligeras durante todo el día o dos comidas ligeras y una pesada. De esta misma manera prolongar los momentos de oración y escucha de Dios.

Por último recuerda que todo es obra del espíritu, no esperes una recompensa por cada sacrificio que hagas. A veces un pequeño esfuerzo con humildad y amor que realicemos corresponde a una gracia inmensa de parte de Dios.

- **REALIDAD.** ESTAMOS ANTE UNA CRASA MANIPULACIÓN DE LA RELIGIÓN.

## “Teletrabajo en Panamá”: reglas claras



TRABAJADORES SEGÚN LA NATURALEZA DE SUS RESPONSABILIDADES, PODRÁN USAR LA TECNOLOGÍA PARA LABORAR A DISTANCIA DURANTE ALGUNOS DÍAS DE LA SEMANA O JORNADAS ESPECÍFICAS, AMPARADOS POR REGLAS CLARAS.

**DIANA CANDANEDO**  
redaccion@panoramacatolico.com

En el marco de la epidemia del corona virus, el presidente de la República, Laurentino Cortizo Cohen sancionó la Ley 76 que regula el teletrabajo en Panamá. Mediante la norma, se establece y regula el teletrabajo en el territorio nacional. La ley define el teletrabajo así: “consiste en la prestación de servicios subordinada, sin presencia física en el centro de trabajo o entidad pública, a través de medios informáticos, de telecomunicaciones y análogos, mediante los cuales, a su vez, se ejerce el control y supervisión de las labores.” Además, la ley define quién es un teletrabajador, un trabajador “de guardia, qué se entiende por “tecnología de información y comunicaciones”. (GO, 19 feb.2020)

La ley indica el carácter voluntario del teletrabajo.

La ley indica el carácter voluntario y reversible del teletrabajo, las partes acordarán lo necesario para las labores bajo la modalidad de teletrabajo (jornada laboral, declaración de contar con los medios necesarios, confidencialidad, domicilio y descripción clara de funciones); sujeto a la discrecionalidad de las partes y aunque el teletrabajador puede desarrollar sus labores desde su residencia, no impide que en determinado momento la autoridad pueda solicitar la presencia del trabajador en su oficina o centro de trabajo. El trabajador tendrá todos los derechos y obligaciones establecidos en el Código de Trabajo, así como también derecho al reconocimiento por la Caja de Seguro Social de los riesgos profesionales ocurridos durante la prestación del servicio en modalidad del teletrabajo.

### Importante

• **Lo que debemos saber sobre el teletrabajo.** De común acuerdo, se establecerán los gastos adicionales que el empleador subvencionará por el uso del teletrabajo, tales como el ancho de banda de la red doméstica y dichos gastos no se considerarán como parte del salario.

• **Teletrabajo parcial y completo.** El teletrabajo parcial consiste en que el trabajador labore al menos una jornada de trabajo por semana en la instalación del empleador. Es teletrabajo completo cuando el trabajador labore todas las jornadas en lugar distinto a la sede laboral.

• **Modificación de jornada laboral.** Como la ley del teletrabajo aún no está regulada, el MITRADEL emitió un “modelo de Acuerdo de Modificación Temporal de la Jornada de Trabajo” que se firmaría entre el trabajador y la empresa y que modifica la jornada laboral, pero no el salario previamente acordado. Debe ser registrado en MITRADEL.

### Desafíos

- **Red nacional de Teletrabajo?**



**PRÁCTICA.** Intercambio de aprendizaje.

Mitradel impulsará la creación de una Red Nacional de Teletrabajo que incluya a la empresa privada, universidades, el sector público y las organizaciones sociales, para fomentar la cooperación nacional y regional en torno al intercambio de aprendizajes, investigaciones y buenas prácticas.

- **Capacitación/teletrabajo**

Cuando se migre a la modalidad presencial al teletrabajo, se deberá capacitar con relación al manejo del tiempo, del equipo, y los riesgos ocupacionales y ambientales y la protección de datos. El empleador informará a los teletrabajadores las políticas de la empresa en materia de salud y seguridad personal, el programa de supervisión, capacitación del uso correcto del equipo tecnológico y la ergonomía.

- **Protección de datos**



**TELETRABAJADOR.** Respetar su privacidad.

El empleador debe proporcionar, instalar y mantener los equipos necesarios para el teletrabajo, así como brindar el soporte técnico que los equipos requieran. Se debe informar al teletrabajador sobre la colocación de cualquier sistema de control, el cual debe ser proporcional al objetivo de protección y nunca puede ser violatorio de la privacidad personal ni familiar del teletrabajador o de terceros.

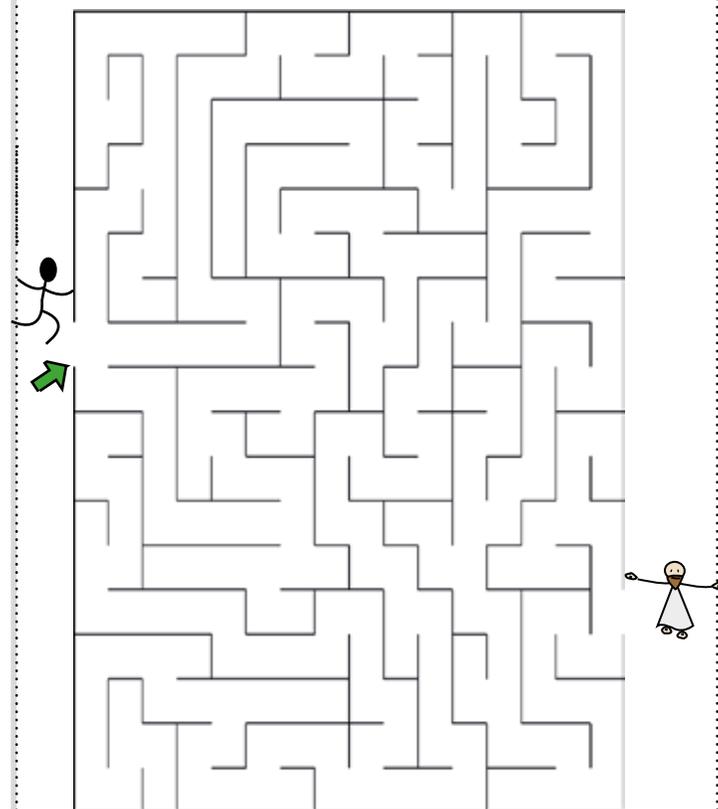
# Diviértete coloreando



CUIDA A TUS ABUELOS

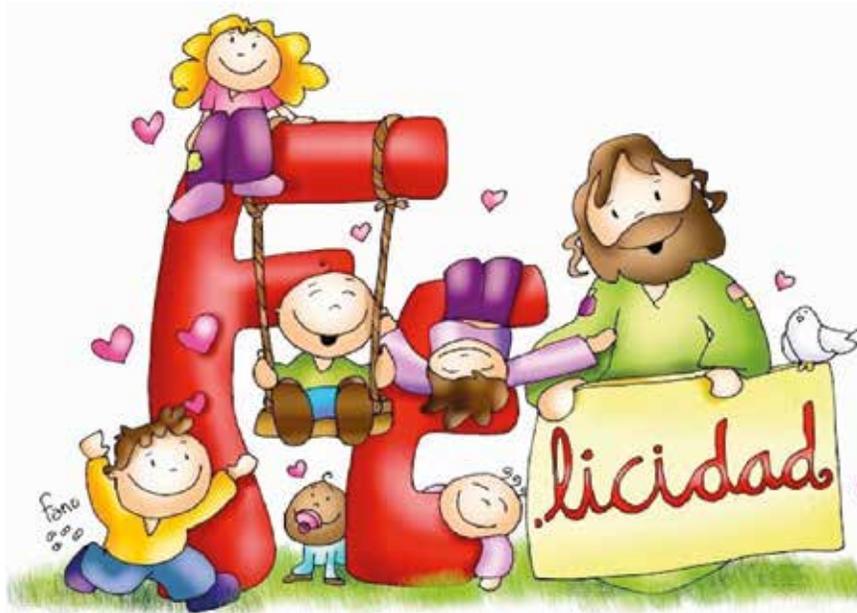
## LABERINTO

Busca a Jesús



## DIFERENCIAS

Concéntrate y busca las seis diferencias entre los dos dibujos.





EL CANAL DE LA MISERICORDIA

SANTA MISA

Lunes a Sábado  
6:30 a.m.

## Oración

### contra el coronavirus



Señor Jesús, nuestro **Médico Divino**, Te pedimos que nos guardes y protejas del **coronavirus** y de todas las enfermedades letales.

Ten piedad de todos los que han **muerto**. Sana a todos los que están **enfermos**. Ilumina a todos los **científicos** que están buscando un remedio. Fortalece y protege a todos los **asistentes sanitarios** que están ayudando en estos momentos a los enfermos.

Dales la victoria a todos los **responsables civiles** que están intentando limitar el contagio, y dale la paz a **todos los que tienen miedo y están preocupados**, especialmente a los ancianos y las **personas en situación de riesgo**.

Que tu **Preciosa Sangre** sea nuestra defensa y salvación. Por tu **gracia**, transforma el mal de la enfermedad en momentos de **consolación**, crecimiento en la **fe y esperanza**.

Que temamos el **contagio del pecado** más que cualquier otra enfermedad. Nos abandonamos con toda **confianza** en tu infinita misericordia.

Amén

PANAMÁ, DOMINGO 22 DE MARZO DE 2020 • WWW.PANORAMACATOLICO.COM

• **ACCIÓN SUGERIDA.** TAREA ESPIRITUAL PARA LA SEMANA

## Hacer valer la dignidad de quienes nos rodean



**DÉBILES.** Aquellas personas con menos recursos y oportunidades son quienes más necesitan de los cristianos.

REDACCIÓN  
redaccion@panoramacatolico.com

Con esto del coronavirus y la emergencia sanitaria declarada, el cristiano tiene dos deberes importantes: primero, sembrar esperanza y optimismo ahí donde esté y, segundo, reconocer que en todo ser humano, sin importar su clase, religión, partido político o situación de vida, habita Dios y se le debe respeto.

Esta semana, el Señor nos está recordando estos dos aspectos importantes, por lo que debemos preguntarnos ¿qué acción concreta hemos emprendido desde lo personal, pero también lo comunitario, para llevar a la vida estas dos dimensiones cristianas?

Como acción sugerida, la Iglesia nos está llamando a evitar el encerramiento y, más que nada, la paralización de la acción pastoral. Los cristianos no podemos integrar esos grupos de personas que están

ensimismadas en sus propias y exclusivas necesidades, o esos que se se pasan difundiendo información negativa o intranquilizante por las redes o por teléfono.

Eso es lo tocante a ser discípulo de la luz y la esperanza. Pero también está lo que se relaciona con el acompañamiento a esas personas necesitadas, como los enfermos, ancianos y personas con discapacidad.

En estos momentos, cuando la movilización de muchos está limitada por los cercos sanitarios y la cuarentena, recordemos la enseñanza de Jesús que puso la dignidad del ser humano por encima cualquier cosa.

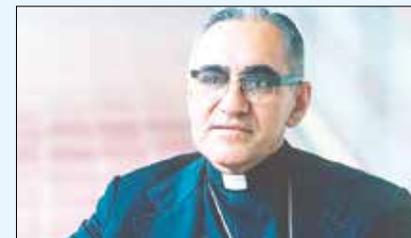
Debemos estar aislados y en casa, es cierto, pero que nadie se sienta solo, abandonado y sin posibilidades.

Es en estas circunstancias cuando los cristianos dejamos la teoría, y probamos con nuestras acciones que Dios está vivo. ¡Ánimo!

## Santos de la Semana

- **23 Mar.** San José Oriol
- **24 Mar.** Santa Catalina de Suecia
- **25 Mar.** San Dimas
- **26 Mar.** San Cástulo, mártir
- **27 Mar.** San Juan de Egipto
- **28 Mar.** Beato Enrique Susso

### • San Óscar Romero 24 Mar.



Fue un sacerdote católico salvadoreño y el cuarto arzobispo metropolitano de San Salvador (1977-1980), célebre por su prédica en defensa de los derechos humanos y por haber sido asesinado durante la celebración de la misa en la capilla del hospital Divina Providencia. La Iglesia católica lo venera como santo, fue uno de los patronos de la Jornada Mundial de la Juventud 2019.

### • Sta. Margarita Clitherow 25 Mar.



Una santa y mártir inglesa de la Iglesia católica, es conocida como "la Perla de York". Fue canonizada en 1970 por el papa Pablo VI junto con otros de los mártires de Inglaterra y Gales.

Todo el mundo la amaba, incluso sus criados quienes sabían que ella escondía sacerdotes que huían del gobierno. Muy amada por su esposo, cuyo único pesar era que ella no asistiera a la iglesia anglicana con él.

Un gran número de colegios en Inglaterra reciben su nombre.