



Cuidar el bien común

En caso de que exista una epidemia o una pandemia, nuestras acciones deben tomar en cuenta el bien común. La agencia CDC recomienda:

- Evitar el contacto cercano con personas que están enfermas.
- Permanecer en casa cuando se está enfermo, excepto para recibir atención médica.
- Cubrirse la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.
- Limpiar las superficies y objetos que se tocan frecuentemente, por ejemplo, mesas, interruptores de luz, picaportes o perillas de las puertas, etc. Se recomienda utilizar un detergente doméstico y agua antes de desinfectar. Siga siempre las instrucciones del fabricante para el uso de todos los productos de limpieza.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón por lo menos durante 20 segundos.
- Elegir una habitación y baño en su casa que pueda ser usado solamente por los miembros enfermos de la familia.



Confiar en Dios

Durante tiempos de crisis e incertidumbre, podemos sentir miedo y ansiedad. Esta es una reacción natural. Sin embargo, San Pablo nos dice en su Carta a los filipenses: “en toda ocasión presenten sus peticiones a Dios y junten la acción de gracias a la súplica” (4, 6). Luego, nos garantiza lo siguiente: “Y la paz de Dios, que es mayor de lo que se puede imaginar, les guardará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús” (v.7). Al orar firmemente y al darle gracias a Dios, estamos haciendo nuestro mejor esfuerzo por confiar en el Señor. Que nuestras acciones reflejen la confianza y paz que solo podemos encontrar en Él. Permanezcamos cerca de Jesús y de Nuestra Madre María en oración, pidiendo que, aquellos que sufren la enfermedad o cualquier tipo de ansiedad relacionada a esta, puedan sanar y encontrar la paz.

Oración durante una epidemia

Señor Jesús,

Escucha nuestras súplicas, tú que eres nuestro buen pastor y médico divino. Imploramos tu misericordia tras el brote de esta seria enfermedad.

Guía nuestros esfuerzos para evitar el contagio y para prepararnos para cuidar a los más vulnerables. Ayuda a los expertos y voluntarios que trabajan para erradicar la epidemia que ahora se propaga. Que nuestras acciones reflejen tu amor incondicional y no el pánico y el miedo.

Concede tu consuelo y sanación a los enfermos, dales tu sustento y fortalécelos por tu gracia. Que experimenten tu cercanía mientras llevan la cruz de la enfermedad.

Y que todos a los que has llamado de esta vida te alaben eternamente con los santos mientras que tú otorgas el consuelo y la paz a sus seres queridos. Amén.

Santa María, Salud de los enfermos, ruega por nosotros.
San José, Esperanza de los enfermos, ruega por nosotros.
San Roque, protector ante las epidemias, ruega por nosotros.

Our Sunday Visitor atrae, catequiza e inspira a millones de católicos por medio de folletos relevantes y fáciles de leer como este. Nuestra amplia gama de temas disponibles incluye:

- Enseñanzas de la Iglesia
- Los sacramentos
- Eventos de actualidad
- Temas de temporada
- Corresponsabilidad
- Enseñanzas papales

Para ver nuestro catálogo y ver algunos ejemplos en línea en formato PDF, visite: orderosv.com.

Para ordenar cantidades adicionales de este o cualquier otro folleto, contacte a:



800.348.2440 • osv.com

Por Gretchen R. Crowe

Copyright © Our Sunday Visitor, Inc.
Ninguna parte de este folleto puede ser reproducido o impreso de ninguna forma.

Núm. de inventario: P2580
Nihil Obstat: Mons. Michael Heintz, Ph.D.
Censor Librorum
Imprimátur: ✠ Kevin C. Rhoades
Obispo de Fort Wayne-South Bend

El *Nihil Obstat* e *Imprimátur* son declaraciones oficiales de que un libro o folleto no contiene errores doctrinales ni morales. No hay allí implicación alguna de que quienes hayan aprobado el *Nihil Obstat* o el *Imprimátur* coincidan con el contenido, las opiniones o afirmaciones expresadas.

Todas las citas de la Sagrada Escritura en español están basadas en La Biblia Latinoamérica, Edición revisada 1995, Copyright © 1972, 1988, de Bernardo Hurault y la Sociedad Bíblica Católica Internacional (SOBICAIN), Madrid, España. Permitido su uso. Reservados todos los derechos.

Extractos de la traducción al español del *Catecismo de la Iglesia Católica* ©1997. Librería Editrice Vaticana. Utilizado con permiso.



Adobe Stock Photos 03/20

Fe y sentido común



La respuesta católica frente a una epidemia

Hay pocas cosas más inquietantes que la propagación de una enfermedad de proporciones epidémicas o pandémicas. En momentos de tal incertidumbre, puede ser muy tentador unírnos al miedo y al pánico. Para los católicos, la mejor manera de responder ante esta situación es reflexionar y fundamentarnos en la razón, la prudencia y la confianza en Dios.

Planificar

Siempre es recomendable estar preparados para cualquier crisis que pudiera presentarse. Tener en casa artículos esenciales como alimentos no perecederos, productos de papel y medicinas que requieren receta médica, es una práctica con sentido común. En este tiempo en el que prevalece una enfermedad, tiene sentido tener a la mano artículos básicos como analgésicos que no requieren receta médica, medicinas para la tos y gripe, vitaminas y artículos de limpieza como jabón y desinfectantes.

Al prepararte para tal situación, recuerda a aquellos que no pueden tomar las precauciones necesarias. Por ejemplo, pregunta a algún vecino que vive solo si necesita algo, o llama a la oficina de tu parroquia para preguntar si necesitan voluntarios para ayudar a familias jóvenes o a personas de la tercera edad. Estar preparados es clave para poder manejar cualquier crisis con éxito.

Cuando una epidemia deje de ser una amenaza y se convierta en realidad, será importante seguir las recomendaciones del obispo local o de tu párroco. Dependiendo de la gravedad del brote, algunas precauciones de la diócesis o parroquia pueden incluir: que el clero y los ministros de la Eucaristía se laven las manos con mayor frecuencia, utilicen desinfectante de manos, que se suspenda la distribución de la Sangre Preciosa, que se vacíen las fuentes de agua bendita y que se distribuya la Comunión solamente en la mano. Muchas diócesis podrían recomendar también omitir el saludo de la paz o realizar un saludo “sin contacto”

(una precaución que con frecuencia se realiza durante la temporada de influenza). Las personas deben respetar todas estas precauciones que la diócesis o parroquia recomiendan y deben recordar que estos lineamientos tienen como propósito disminuir la propagación de una enfermedad. Si el brote se convierte en grave, algunas diócesis o conferencias de obispos pueden dispensar la obligación de asistir a Misa dominical. Si esto llega a suceder, podemos comprometernos a orar de manera personal y unírnos espiritualmente con las Misas celebradas “en privado” por los sacerdotes.

Ser prudentes

Primero que nada, si estás enfermo, quédate en casa, aunque esto signifique no poder asistir a Misa. No se recomienda faltar a Misa sin causa alguna, pero la enfermedad y el riesgo de contagiar a otros, es una causa razonable para quedarse en casa. Usa el sentido común y recuerda que es mejor ser cauteloso. Si no puedes asistir a Misa el domingo o un día de obligación debido a una enfermedad, no tienes que confesarte por esa razón.

Dependiendo de la gravedad del brote, las personas deben limitar los contactos sociales, es decir, “distanciarse socialmente”. Esto significa limitar



o abstenerse de asistir a lugares públicos (centros comerciales, cines), trabajar desde casa si es posible y sentarse a una distancia apropiada de los demás en la Misa (3 a 6 pies, según la agencia CDC: Centros para el Control y Prevención de Enfermedades). También se recomienda evitar cualquier viaje que no sea esencial y las actividades en las que haya grandes grupos de personas, incluyendo las relacionadas con la iglesia.



La agencia CDC recomienda elaborar un plan en casa que incluya cómo cuidar a los que podrían estar en riesgo de tener complicaciones serias; comunicarse con vecinos (para este propósito podrían utilizarse las redes sociales o páginas web de la comunidad); identificar organizaciones de ayuda en tu comunidad a las cuales contactar si fuese necesario y crear una lista de contactos de emergencia y compartirla con tu familia.

Cuidar a los más vulnerables

Durante estos tiempos de crisis, los pobres, ancianos

y los que viven solos tienden a ser los más vulnerables a contraer enfermedades y quizás morir. Aunque las parroquias seguramente tienen un plan para asistir a los necesitados, las personas deben tratar de estar en contacto con aquellos que lo necesitan, en la medida de su capacidad. Durante tiempos de estrés, podría ser más fácil aislarnos y poner nuestras necesidades por encima de las necesidades de los demás. En estos momentos, podemos pedir la orientación del Espíritu Santo para saber cómo cuidar de nuestro prójimo.

Cuidar a los enfermos

En el caso de un brote grave, muchas personas necesitarán cuidados. El clero debe seguir los lineamientos diocesanos en lo que se refiere al cuidado de los enfermos. La Diócesis de Davenport, Iowa, recomienda en su documento “Políticas sobre la planeación para la influenza (y otros brotes de enfermedades infecciosas)”, que cada decanato debiera nombrar por lo menos dos sacerdotes y, de ser posible, dos diáconos para cuidar a los enfermos durante una pandemia. Los laicos podrían ayudar como voluntarios.

Nota sobre la Sagrada Comunión

Si tú prefieres recibir la Comunión bajo “ambas especies”, es decir, el Cuerpo y la Sangre, es importante notar que “Gracias a la presencia sacramental de Cristo bajo cada una de las especies, la comunión bajo la sola especie de pan ya hace que se reciba todo el fruto de gracia propio de la Eucaristía” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, 1390). También vale la pena notar que, en los Estados Unidos, se permite recibir la Comunión en la mano por permiso del Papa Pablo VI, pero la decisión sobre el modo de recibirla (en la mano o en la lengua) se deja al criterio de los fieles, no del ministro extraordinario o el párroco. Sin embargo, el Código Canónico establece que, teniendo en cuenta el bien común, “Compete a la autoridad eclesial regular, en atención al bien común, el



ejercicio de los derechos propios de los fieles”, lo que significa que, por razones del bien común, el obispo puede requerir y exhortar a los fieles a recibir la Sagrada Comunión en la mano (ver Código de Derecho Canónico, 223). Por último, recibir la Comunión no es un requisito para todos los que acuden a Misa. De hecho, los sacramentos son dones que se nos otorgan generosamente por nuestro creador y, en ocasiones, podemos privarnos de este don si tenemos motivos para hacerlo. La tradición de la Iglesia ha declarado por mucho tiempo que, si un fiel no puede o no desea recibir el Cuerpo y Sangre de Cristo en la Misa, podría participar en cambio de una “Comunión espiritual” (lo que Santo Tomás de Aquino describía como “un ardiente deseo de recibir a Jesús en el Santísimo Sacramento y de acogerlo amorosamente”).