

¡ADA en Vivo! Episodio 79 (parte 2 de 3) Protegiendo su salud mental durante la pandemia de covid-19

Debbie Plotnick: Hola me llamo Debbie Plotnick y estás escuchando al ADA en Vivo.

4 Wheel City: (rapeando)

Pamela Williamson: Buenos tardes. Brindado por el Centro del Sureste de la Ley de estadounidenses con discapacidades del Instituto de Burton Blatt de la Universidad de Syracuse y la red nacional de la ADA. Bienvenidos al episodio 79, parte 2 de una serie especial sobre la salud mental y la pandemia de covid-19 de ADA en Vivo. Mi nombre es Pam Williamson y yo soy la directora asistente del Centro de la ADA del Sureste. Quiero informarles que pueden entregar deudas y preguntas sobre la Ley ADA en el sitio web adalive.org. Ya estamos en la pandemia de covid-19. Aunque entendemos la necesidad para directivas desde los líderes del gobierno que han interrumpido nuestras rutinas diarias, pero en muchas maneras los cambios nos dan estrés.

Hoy en día es muy importante para personas saber sobre los recursos e iniciativas que podemos utilizar a cuidar de su salud mental durante esos tiempos raros. Nuestro huésped hoy es Debbie Plotnick, la Vicepresidenta de Salud Mental y Sistemas de Defensa de Mental Health América y por sus siglas en inglés es MHA. Vamos a hablar sobre los recursos, programas y servicios de defensa ofrecidos por Mental Health América. Debbie, bienvenida a ADA en Vivo.

Debbie Plotnick: Bien, gracias Pam. Es mi placer estar aquí hoy. Nosotros de Mental Health América estamos muy emocionadas hablar con la audiencia y ofrecer diferentes recursos y apoyos.

Pamela Williamson: Fantástico. Entonces, vamos a empezar por hablando sobre los programas e iniciativas de Mental Health América. Entiendo que Mental Health América promueve la salud mental y prevenir enfermedades psiquiátricas por defensa, educación, investigación y servicios. ¿Puedes contarnos más sobre las iniciativas en esas áreas?

Debbie Plotnick: Será mi placer, Pam. Mental Health América es la organización lo más mayor que realiza defensa y apoyo para salud mental en los Estados Unidos. Empezamos en 1909 y nuestras raíces crecían con Clifford Beers quien es una persona con experiencia. Tenemos más de 200 socios en cuarenta estados de los EE UU. Primero, consideramos la voz de experiencia una prioridad. Nuestros socios

nacionales tienen muchos tipos diferentes de servicios y apoyos. Algunos de las ubicaciones de Mental Health América son proveedores grandes que proveen salud mental, terapia, promoción comunitaria y un hogar para ellos sin casas desde el principal al final.

Algunos de ellos solamente brindan educación y cambio cultural. Otros solamente trabajan en defensa legislativa pues estamos trabajando en algún tema que tiene que ver algo en la salud mental y experiencia sobre todo el país. Lo más importante es que damos atención a las voces, pero también enfocamos sobre la prevención e intervención temprana. Para que haya prevención para todos e intervención temprano para ellos que tengan un riesgo. Que hay ayuda y servicios integrados para todos que lo necesitan y poner la recuperación tan la meta.

Pamela Williamson: Debbie, mientras yo estaba revisando el sitio web de Mental Health América, me da cuenta de que hubo un incremento en los diagnósticos de ansiedad en su sitio web desde el medio de febrero cuando las preocupaciones sobre el covid-19 empezaba ser peor. ¿Puedes contarnos más sobre el incremento en las estadísticas que tú viste?

Debbie Plotnick: Claro, Pam. Gracias por preguntar. Una de las funciones de nuestro sitio web que tiene herramientas diagnósticas nos permitido a monitorear el incremento de ansiedad que personas tienen en tiempo real y quiero asegurarles cuando usen nuestro sitio web para hacer una evaluación, se va a ofrecerles un diagnóstico y apoyos. Pues lo ofrece información sobre cómo puede sentirse menos ansioso, pero quiero reportar unas estadísticas. Por ejemplo, en la semana del 9 hasta el 15 de febrero hubo menos de 2000 personas hicieron la evaluación de ansiedad.

Si examinamos las siguientes fechas el 8 de marzo hasta el 14 de marzo que son 30 días después el 9 de febrero, casi 2500 personas hicieron la evaluación. Es un incremento grande en los números semanales de personas que visitan nuestro sitio web. Ellos son personas que vean el sitio web en una semana. También lo que vemos y lo que preocupamos es la gravedad de los resultados del diagnóstico.

En octubre, menos de 70% personas, cual es un porcentaje grande, tuvieron un resultado en el rango de moderado a grave. Casi 30% de las personas que hicieron el diagnóstico tuvieron un resultado en el rango de mínimo al leve. Desde octubre a marzo, vimos que casi 76% de personas están haciendo el diagnóstico para la ansiedad tienen ansiedad moderado a un nivel grave. Estamos viendo menos personas que tienen un resultado al nivel mínimo a leve como lo supongamos ha incrementado los niveles moderado y grave de ansiedad. Individuos se sienten más ansiosos y

quieren saber el nivel de ansiedad que tienen. Pero quiero asegurar personas que hay buenos apoyos, tratamientos y recursos cuáles son disponibles.

Pamela Williamson: Wow. Esas estadísticas son asombrosas. Adicionalmente, yo sé que estás viendo las evaluaciones en su sitio web y mencionaste que tienes socios en todo el país. ¿Por qué estás viendo esa cantidad de personas con una enfermedad mental consiguiendo recursos durante la pandemia de covid-19?

Debbie Plotnick: Personas quieren tener ayuda de otros. Una de las cosas que es super importante para Mental Health América. Una de nuestras prioridades altas es servicios proveídos por pares. Otra vez, las personas con experiencia son entrenados específicamente ayudar personas porque tienen experiencia. Las investigaciones muestran que personas que tienen experiencia crean una conexión fuerte muy pronto con la persona y pues lo es más fácil conectarse con ellos.

Voy a decirte que las oficinas de Mental Health América que proveen servicios proveídos por pares continúan hacerlo. Gente quiere saber cuáles tipos de apoyos son disponibles para ellos utilizar antes de que los utilicen y ya están probando los. Las oficinas y equipos de MHA tienen ser creativos y hacer cosas cuando vengán. Por ejemplo, uno de nuestros socios tiene una solución para el servicio de teléfono que es proveído para personas que les gustaría hablar con alguien porque se sienten preocupado.

Bueno, las oficinas de nuestros socios en la región este en Tennessee proveen teléfonos celulares a sus especialistas que hacen los servicios proveídos por pares y les dijeron trabajar en casa y comunicar al público que necesite llamar los números de celulares para recibir los apoyos y servicios. Gente está buscando para información. Nuestro sitio web sobre MHA provee diferentes tipos de recursos sobre la salud mental y otros recursos para ayudar personas en la vida cotidiana. La liga es mhanational.org/covid19 y hay mucha información que es buena ahí y lo actualizamos con frecuencia.

Nuestras divisiones trabajan modificar los tipos de servicios que realizan para que puedan realizarlos en línea. En este momento mientras hablamos, estoy viendo diferentes pantallas y mi colega me mandó las estadísticas que dicen la gravedad de las evaluaciones de ansiedad es más grave. Es decir que más personas hacen la evaluación y tienen resultados que muestran un nivel alto de ansiedad que no visto anteriormente.

Pamela Williamson: Bien, es bueno oír que Mental Health América y los socios están proveyendo servicios diferentes como apoyo de pares e información sobre la salud mental. Qué bueno que sean creativos para proveer los servicios en ese tiempo. ¿Como conseguir los servicios proveídos por pares? ¿Obviamente, dijiste la dirección de tu sitio web anteriormente pero como se puede contactar un socio local de Mental Health América?

Debbie Plotnick: En nuestro sitio web, puedes ingresar el código postal y después te dice dónde está el socio lo más cerca. También proveemos ligas a otros recursos disponibles y si nuestros socios no proveen esos tipos de servicios que mencionamos, ellos te dan los datos de contacto de organizaciones en tu domicilio que proveen esos servicios.

Si es otro proveedor comunitario de servicios médicos de salud mental u otra organización. Me gustaría decir que personas tienen la habilidad continuar a recibir los servicios y apoyos que necesitan y están acostumbrados tenerlos. No es solamente nuestras oficinas que están afectados pero la terapia y otros servicios médicos usan tele salud. Los tienen un papel grande mientras vivimos por esos tiempos raros.

Pamela Williamson: Bien, Debbie. Gracias por compartir toda la información que nos contamos hasta este momento. Vamos a hacer una pausa y me gustaría anunciar que, si tengan preguntas sobre ese sujeto u otros, puedan mandar las dudas y preguntas en el formulario en www.adalive.org o llamar el Centro del Sureste de la ADA al 404-541-9001. Vamos a hacer una pausa por una palabra sobre nuestro huésped que es Mental Health América.

Establecido en 1909 por Clifford W. Beers, Mental Health América o MHA por sus siglas en inglés es la organización nacional primero sin fines de lucro dedicada a cuidar de las necesidades de personas que tienen una enfermedad de salud mental y promover la salud mental para todos los estadounidenses. El trabajo de MHA es conducido por su misión a promover la salud mental tan un parte integral de bienestar que lo incluye servicios de prevención para todos, identificación e intervención para ellos que tengan riesgo. Terapia, servicios y apoyos integrados para ellos que los necesitan con recuperación tan la meta.

Durante sus estancias en instituciones públicas y privadas, Beers vio y fue sujetado al abuso horrible. Desde sus experiencias, Beers tomó medidas formar un movimiento de reformación que empezó y hoy en día se llama Mental Health América. Los programas e iniciativas de MHA llevar su misión de la promoción de salud mental y la prevención de enfermedad mental a través por defensa, educación, investigación y servicios. La

oficina nacional y sus 200 socios y asociados en el país trabajan cada día proteger los derechos y dignidad de personas con experiencia para asegurar que pares y sus voces son una parte de la organización. Para más información sobre Mental Health América, favor visitar www.mhanational.org.

Pamela Williamson: Bienvenido de nuevo. Estamos hablando con Debbie Plotnick quien es la Vicepresidenta de Salud Mental y Sistemas de Defensa de Mental Health América. Paul Gionfriddo quien es el presidente y CEO de MHA dijo, "Para el público en general, las consecuencias de salud mental durante COVID-19 son importantes tan los efectos de salud física." Gionfriddo habló sobre tres grupos que pueden cuidar y promover prácticas para la salud mental durante esos tiempos.

Los grupos incluyen individuos, profesionales y proveedores clínicas que interactúan con personas enfermos y saludables y líderes políticos. Debbie, me gustaría que hablemos sobre algunos temas, ideas y acciones específicas pues empezamos hablando sobre individuos. ¿Cuáles son unos consejos generales para individuos en cuarentena o aislación en casa para que cuiden de la salud mental?

Debbie Plotnick: Pam, lo es una pregunta importante y pienso que una de las cosas que es espantoso y reconfortante es todos están viviendo en esa época. Estamos juntos en la pandemia y si recordamos a saludar otros mientras mantenemos una distancia física no mantenemos una distancia social porque podemos mantenerse en contacto por el teléfono, WhatsApp, FaceTime, Google Hangouts o cualquier medio para hablar con nuestros seres queridos y no sentirnos tan solas. Lo es una de las cosas más importantes que podemos hacer.

La otra cosa que es muy importante es sobre como los números de evaluaciones para ansiedad han incrementado y el nivel de gravedad ha incrementado también. Es importante recordar que lo es una respuesta que es saludable si tú crees o no crees. ¿Como no podemos tener miedo en un estado de incertidumbre? Si recordamos que es importante recordar que estamos juntos en esa experiencia y lo que pueda ayudar a sentir más cómodos es llamar nuestros amigos. También es muy importante mantener nuestras rutinas diarias.

Trabajar en casa es una experiencia nueva. Estoy acostumbrada trabajar a distancia y viajar sobre el país y quiero decir cuando estoy en mi oficina en casa, me levanto al mismo tiempo, me visto pero tal vez no me pongo un traje sastre si estuviera en Capitol Hill, pero me visto bien, me preparo, hago mi rutina y empiezo el día. Pero ahora que estamos en una situación diferente, las personas pueden darse permiso si necesitan estar afuera y caminar en su barrio. Ellos no están visitando con sus amigos, pero

toman el aire y solecito para tomar un receso durante el día de trabajo. Darse permisión propia hagan lo que necesitan cuidarse.

También individuos deben tomar tiempo aprender y hacer cosas que siempre querían hacer. Tal vez aprender hacer yoga o meditación. Hay recursos geniales en línea para aprender. Esos son unos de las cosas importantes que individuos están en casa y están en aislación o en cuarentena los pueden hacer. Todo el mundo está aquí en ese tiempo raro y difícil y pienso que todos se sienten lo mismo en un tiempo raro, pero si nos llamamos, lo haga una diferencia.

Pamela Williamson: Debbie, esos son consejos excelentes. Hemos implementado estos consejos en mi casa porque mi esposo está trabajando en casa por el primer tiempo en su carrera, pero se mantiene su horario. También tengo amigos y colegas que sean creativos ser conectados por llamados de video para celebrar la vida. Pienso que lo ha permitido todos ser creativos mientras estamos en cuarentena.

Debbie Plotnick: Absolutamente. Cuando tenemos días de festival o de feria y en vez del sentimiento triste porque faltamos los días de feria, podemos trabajar juntos a buscar por maneras creativas celebrar juntos en nuestras propias casas con nuestros seres queridos, pero celebramos a la distancia.

Pamela Williamson: Exacto. Bueno, vamos a hablar sobre los proveedores de servicios médicos y organizaciones médicas porque la mayoría de ellos están cambiando a tele salud como ya mencionamos o tienen apoyo limitado del equipo. ¿Cuáles recomendaciones tienes para profesionales que traten pacientes con enfermedades mentales o necesiten terapia?

Debbie Plotnick: Una de las cosas que vemos y lo que hacemos defensa en los últimos años es la aumentación de tele salud. Hoy en día ya estamos obligados proveer la tele salud, pero no es algo negativo realizar. La tele salud es bueno y muy útil especialmente si puedes consultar por video. Una de las cosas que se puede hacer una diferencia es la habilidad utilizarlo porque algunas personas no tienen acceso al video vía tele salud. Pero las reglas y regulaciones de Medicaid fueron suavizados para tele salud para que hay más movimiento realizar citas médicas por tele salud de antes.

Los planes estatales solamente necesitan una enmienda. Muchos de los estados dijeron que vayan a cambiar a tele salud. Muchos de las firmas de seguros privados querían que los clientes usen los servicios de tele salud. Estamos viendo que personas usan su cerebro para obedecer las reglas de distancia social lo que es muy importante

para controlar la pandemia y reducir el tiempo en qué quedamos en casa y estar en aislamiento separar de otras personas.

La tele salud es un recurso y una herramienta maravillosa y es algo que esperamos los proveedores médicos continúan usar. Parte de la razón que esperamos lo utilizarán es que es más fácil ver más pacientes, más personas tienen acceso a los servicios de salud como nuestros amigos, vecinos y seres queridos que viven en áreas rurales y tienen discapacidades. Para quienes que escuchen a ese episodio, a veces la transportación es un problema grande. Es muy útil para los proveedores de servicios médicos que lo usan ayudar personas nuevas. Decirles que es un recurso maravilloso es algo que lo pueda hacer más accesible y fácil para ellos especialmente en ese tiempo, pero tal vez en el futuro también.

Pamela Williamson: Debbie, estoy de acuerdo que los servicios de tele salud hubo una ayuda grande y espero que lo fuera un recurso. Estuve disponible ayudar un miembro de mi familia con su primera cita médica por tele salud la semana pasada. Lo protege ella desde infección del virus y nos permitió obtener la ayuda que ella necesitaba. Estoy emocionada verla tan una opción grande.

Debbie Plotnick: Voy a decir que también la protege los proveedores de servicios médicos.

Pamela Williamson: Exacto. Bueno, vamos a hablar sobre nuestros líderes políticos porque sabemos que es un tiempo raro con ansiedad para ellos y están tratando con un evento sin precedentes en nuestro país. ¿Cuáles consejos y recomendaciones tienes para nuestros líderes políticos?

Debbie Plotnick: Tengo unas recomendaciones para nuestros líderes políticos. Unos son muy concretos. Te cuento sobre los que trabajamos para. Ya mencionamos la tele salud y como las restricciones son menos restringidas. Hicimos muchos avances en las dos semanas pasadas por disminuir las restricciones para telehealth, pero hay un área que no es tan flexible tan los otros, pero estamos trabajando con nuestros socios nacionales de salud mental para hablar con Medicare.

Medicare tiene barreras a la tele salud porque quieren que tengan una cámara hacer un videochat, vivan en un lugar fijado o ya fueron a citas médicas por la manera de tele salud. Estamos trabajando a quitar las barreras. Siento optimista que las quite en el futuro. Lo que haga la diferencia más grande es si políticos piensen sobre lo que es obvio.

Ya hablamos sobre la protección de individuos con discapacidades que necesiten servicios. También hablamos sobre protegiendo personas que proveen servicios. Es muy importante que no es solamente los servicios de salud mental pero también los otros servicios sociales y de salud. Gente piensa sobre lo que es común. Ellos saben las regulaciones. Por ejemplo, si tienes una cita médica en una oficina o necesites ir al doctor cada mes para llenar las regulaciones es lo que tenemos tratar.

Es muy cierto en las poblaciones vulnerables como niños y personas adultos mayores. Estamos trabajando convencer personas hacer lo que es lo más seguro para sus constituyentes y sus empleados porque sabemos, aunque las regulaciones fueran mandatos, pero en serio creo que ninguna persona demandar un caso legal sobre incumplimiento en esas circunstancias atenuantes.

Queremos que líderes políticos pensar primero sobre lo que es común y la seguridad, pero tener la habilidad proveer servicios es una diferencia grande. Esperamos que procesos de trámites serán más flexibles como los para seguro. Muchos estados han reabierto sus registraciones para Obamacare en esas circunstancias extenuantes para que ellos tengan la protección de Obamacare.

Vemos que los estados consideran la elegibilidad presunta tan un requisito de Medicaid lo que asumir personas tengan seguro y les da servicios de salud que necesiten debajo de Medicaid. Te cuento mi lista personal de deseos para legisladoras que para estados aumentar Medicaid si no lo hicieron, cuidar todas las necesidades de salud para todas las personas cuando no estamos cuidando de todos los problemas de salud que todas las personas tienen.

Especialmente en ese momento cuando están preocupados sobre el covid-19, necesitan quedar tranquilos y tener la oportunidad tener la protección de seguro. Necesitan tener servicios de salud mental para ayudar con las cosas que vamos a ver. Sabemos que personas tienen niveles altos de depresión porque están aislados y solas. También tienen más ansiedad. Es muy importante que aumente la cobertura de servicios de salud, acompañar la salud mental y todas las necesidades en servicios de salud.

Pamela Williamson: Debbie, creo que es una manera genial para presentar un resumen. Los tres temas que veo son sensibilidad, flexibilidad y cuidar de todas las necesidades de salud. Pienso que necesitamos recordar los que mientras avancemos durante la pandemia de COVID-19 y el futuro.

Vamos a hablar sobre otro tema. Ya hablamos sobre líderes políticos, personas que tienen una discapacidad psiquiátrica o tal vez necesiten acompañamiento para salud mental. ¿Cuáles son otros tipos de defensa legislativa que se puede hacer con organizaciones que proveen servicios ya mencionados?

Debbie Plotnick: Es una pregunta muy buena. Estamos haciendo defensa sobre las dos semanas pasadas sobre las leyes de asistencia. Los primeros dos no tuvieron mucho ayuda como nos gustó por organizaciones sin fines de lucro en la ley que fue aprobada la semana pasada. Hubo más cosas que hicieron una diferencia grande por las organizaciones que proveen servicios de salud y apoyos.

Hay deducciones para donaciones caritativos cuales son deducibles hasta \$300 para los impuestos de ingreso. Es un poquito de ayuda. También lo ayuda organizaciones sin fines de lucro. Una de las cosas es trabajamos muy diligente en las últimas semanas fue la ausencia de préstamos y subvenciones por organizaciones sin fines de lucro que recibieron Medicaid y podemos quitarlo.

Para organizaciones que reciben... Organizaciones sin fines de lucro que aceptan Medicaid están elegibles para las subvenciones disponibles. Sabemos que serán útiles para ellos tener la habilidad entregar una aplicación para préstamos y subvenciones y apoyos para la tecnología que necesitan proveer servicios de tele salud y continuar a contratar sus empleados y realizar el negocio sin problemas. Trabajamos muy diligente para esas cosas.

Pamela Williamson: Se parece muy bien. Esperamos con mucho gusto oír sobre el trabajo de Mental Health América. Debbie, ya casi acabamos, pero ¿hay más recursos y apoyos que no has mencionado antes o unos que quieres mencionar otra vez que podrían ser útiles para personas que tengan dificultades con la salud mental?

Debbie Plotnick: Gracias, Pam. Queremos agradecerte para invitarnos hablar sobre Mental Heath América. Favor recordar todas las cosas que ya hablamos en ese episodio sobre mantener contacto y llamando los seres queridos. Lo necesita ser desde una distancia y pienso que lo dijiste bien con sentido común, rutinas y pasar tiempo con amigos.

Son muy importantes, pero me gustaría que individuos buscan por nuestro sitio web. Estamos actualizando la página sobre COVID-19 cada día. Ellas son actualizadas. Guardamos las estadísticas de los diagnósticos. Si se sientes ansioso, hazte un favor y hacer un diagnóstico. Si se sientes que tal vez hay otros problemas en la mente, hazte

un favor y hacer un diagnóstico. Recomiendo el diagnóstico porque ofrecemos apoyos o *screening to support* en inglés.

Pensamos que lo será muy útil para todos especialmente ellos que tienen dificultades con enfermedades de salud mental tan primarias enfermedades crónicas. También es para gente que tienen miedo de aislamiento y/o tienen otras enfermedades. Sabemos que las primarias enfermedades crónicas tienen un componente de salud mental. Sabemos que hay personas con condiciones crónicas de salud mental. También a veces tienen enfermedades coexistentes.

No podemos continuar con el paradigma de bifurcación de personas. Literalmente es cortarlas al cuello. Necesitamos cuidar de la salud entera de la persona entera. Sabemos que son difíciles. La incertidumbre siempre causa la ansiedad. Sabemos que más cambios lleguen, pero Mental Health América tiene apoyos para ti.

Favor visitar nuestro sitio web mhanational.org. También les invitamos a contactarnos y decirnos que pasa en su estado. Las cosas que lo haga más fácil para ti. También nos gustaría oír sobre las barreras que encuentren y desde los profesionales de salud mental.

Si tienen historias sobre el rechazo de cobertura de servicios de salud, es algo que nosotros podemos luchar por la defensa. No queremos que personas tienen dificultades, pero sabemos que a veces lo pase. Si no puedes recibir servicios de tele salud o tienes pagar más de antes, trabajamos asegurar la paridad en la cobertura de seguro para servicios de salud. Lo significa que tienes el mismo nivel de costos y la misma disponibilidad al acceso de servicios de salud mental tan los otros servicios de salud. No les comprometo que yo tengo la solución al problema, pero nos ayudas mucho cuando podemos registrar los problemas que personas tienen para usar en la abogacía. Estamos aquí ofrecer información y escuchar a ustedes. Muchas gracias, Pam.

Pamela Williamson: Nuestro huésped por ese episodio fue Debbie Plotnick de Mental Health América. Recuerden que tenemos un sitio web de recursos sobre el covid-19 al adacovid19.org. Como siempre, les agradecemos por su presencia con nosotros para esa estrena de ese episodio y los previos están disponibles en nuestro sitio web ADALive.org y en el canal de Sound Cloud. Todos los episodios en inglés están disponibles en diferentes formatos que incluye audio transmitido, transcripción accesible. Puedes descargarlo tan un podcast. ¡Es tan fácil tan buscando para el icono de podcast en su aparato móvil y buscando para <<ADA Live!>>. También este año es el 30° aniversario de la Ley para Personas con Discapacidades. Lo celebramos cada

año, pero especialmente este 26 de julio. Tenemos un kit de herramientas que contiene logos, contenido para las redes sociales, temas mensuales, y otros recursos para continuar la celebración en adaanniversary.org. En conclusión, si tienen preguntas sobre la Ley para estadounidenses con discapacidades, pueden entregarlos en adalive.org o pueden contactar su centro regional de la ADA a 1-800-949-4232 y recuerden que todas las llamadas son gratuitas y confidenciales. El programa de ADA en Vivo es un programa del Centro de la ADA del Sureste. Nuestro productor es Celestia Ohrazda con Beth Harrison, Mary Morder, Emily Rueber, Marsha Schwanke y Barry Whaley. Nuestra música es por 4 Wheel City, the Movement for Improvement. Esperamos con mucho gusto para el parte 2 de nuestra serie. ¡Hasta luego!