

Nuestra salud es lo más importante

Las vacunas son eficaces y seguras



Edición Especial, Febrero 2022

**Centro de Recursos de Salud de
ProHealth Care**

¿Qué es lo más importante?



Para nosotros, en el Centro de Recursos, es el acceso que nuestra comunidad tiene a la información y los recursos de salud disponibles. Estamos comprometidos a brindarle información relevante y culturalmente adaptada en español, tales como boletines y seminarios informativos en línea. Queremos darle herramientas de información basada en hechos, para que usted pueda tomar mejores decisiones acerca de su salud y evitar la propagación de las enfermedades virales.

¿Cómo ha afectado el CoViD-19?

Para muchos, el CoViD-19 ha sido una amenaza para nuestra salud, y desgraciadamente el virus continúa cambiando a medida que se propaga. El CoViD-19 ha causado más de 1.5 millones de casos en enero de 2022, y sigue cambiando y afectándonos diariamente.



¿Es algo más que enfermarse?

¡Sí! Nuestra comunidad hispana se ha visto afectada de muchas maneras. Existe el temor de vacunarnos por no saber lo suficiente sobre las vacunas y el CoViD-19 debido al idioma. Algunas personas en las redes sociales han propagado temor a las vacunas como un arma para desinformar y engañar a muchas personas.

Muchos de nosotros hemos vivido situaciones que nunca antes habíamos experimentado:

- Tener que quedarnos en casa para ayudar a nuestros hijos a asistir a la escuela virtual o cuidarlos.
- Pérdida de ingresos a corto o largo plazo debido a la enfermedad.
- Aumento de ansiedad, depresión y problemas de salud mental y emocional debido al aislamiento, la pérdida del empleo y otros cambios.
- Enfrentar problemas con empleadores cuando presentamos tarjetas de vacunación que no están a nuestro nombre.

Una profunda tristeza se apodera de mí cuando pienso en ese día

Mi hijo Jorge era todo para mí. Un padre ejemplar, un hijo responsable, un amigo leal y un empleado dedicado. Sonreía todo el tiempo y al hacerlo, sus ojos azules brillaban aún más. Me brindó su apoyo incondicionalmente, y como madre soltera eso fue invaluable. Era muy inteligente; sin embargo, nunca fue capaz de reconocer sus propios talentos. Una vez su consejero de la escuela, me dijo: "¡Su coeficiente intelectual era tan alto como el de Einstein!"

Tenía un espíritu libre... A sus 4 añitos llevó a la escuela un desarmador que escondió en su mochila y una vez en su salón, ¡desarmó su escritorio completamente!. La maestra me llamó enfurecida, pero le aconsejé que le pidiera a Jorge que armara su escritorio nuevamente. Un poco más tarde, la maestra me llamó muy avergonzada para informarme que ¡Jorge había arreglado la tapa de su escritorio que estaba floja y que hacía mucho ruido!

Durante su adolescencia tuvo problemas con la ley. Sin embargo, cuando nació su hija la vida lo cambió. La pequeñita era la luz de sus ojos y la cuidaba con tanta devoción. Su princesita.

Jorge padecía de depresión, ansiedad y déficit de atención adquirida, pero él buscó ayuda. El encierro de la pandemia lo empeoró todo. Jorge se sintió "enjaulado." Él describía estos episodios de depresión como "agujeros negros" en los que una vez que entraba, no podía salir. No salía ni a visitas médicas, ni socializaba con sus amigos. Quizás si algún profesional lo hubiera visto personalmente, se hubieran dado cuenta de su estado y le hubieran ajustado sus medicamentos o sugerido otro tratamiento.

Una profunda tristeza se apodera de mí cuando pienso en ese día, el cual no me puedo olvidar. Jorge no fue a trabajar. Llevó a su hija al parque, y me llamó por teléfono para reunimos. Quién pensaría que ese sería el último día que lo vi con vida. Mi Jorge decidió terminarlo todo al día siguiente, el 19 de agosto de 2021. Tan solo tenía 32 años.

De acuerdo al Centro de Control de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés), el suicidio es la segunda causa principal de muerte de personas que tienen entre 10 a 34 años de edad.

Según el Dr. Mark Reger, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Washington, el COVID-19 eliminó muchos de los recursos que las personas han usado tradicionalmente para enfrentarse con el estrés. Las familias bajo confinamiento debido a las órdenes de "toque de queda" están irritadas por el estrés; lo cual desgraciadamente puede aumentar el riesgo de violencia de pareja o abuso infantil. La interrupción de rutinas y la posibilidad de contraer una enfermedad que amenace con su vida pueden agravar problemas preexistentes tales como enfermedades mentales o abuso de sustancias. El distanciamiento físico pone en peligro la salud mental aun cuando protege la salud física. Las personas en crisis pueden evitar los hospitales ya sea por temor a aumentar los pacientes en los hospitales ya abrumados de pacientes o por temor a contraer el virus. El resultado puede ser "la tormenta perfecta" cuando se trata del riesgo de suicidio.

¿Cuarentena o aislamiento?

Para evitar la propagación y mutación del virus, ¿qué debo hacer?

Cuarentena

- Si estuvo expuesto
- Vacunado
- Sin síntomas
- No hay cuarentena



Aislamiento

- Si está enfermo o su prueba salió positiva
- Sin o con vacunas con o sin síntomas
- Permanezca aislado al menos por 5 días

El estar expuesto es, el haber tenido contacto con una persona infectada con CoViD-19 (observa si desarrolla síntomas en los siguientes 5 días). Un contacto cercano se considera el haber estado menos de 6 pies (2 metros) de distancia con una persona confirmada positiva por un acumulo de 15 minutos o más de tiempo por un período de 24 horas.

Distancia + Duración + Densidad

¿Estás cansado de escuchar sobre CoViD-19? Nosotros también, nuestros hospitales están saturados con pacientes, hay falta de personal y falta de medicamentos. Esta gráfica representa la disponibilidad de camas entre el sureste de Wisconsin para tratar a pacientes que están gravemente enfermos por CoViD-19 (enero 13, 2022).

Como muestra el gráfico, las camas de hospital disponibles

son limitadas, lo que hace que sea increíblemente difícil recibir la atención y el cuidado necesarios cuando alguien se enferma. La falta de espacio afecta a los hospitales y el personal, sin mencionar la disminución de la disponibilidad de medicamentos y tratamientos debido a la abrumadora cantidad de casos de CoViD-19. Sin embargo, podemos ayudar a aliviar esta abrumadora carga tomando medidas preventivas.

Hospital	Pacientes COVID	Camas disponibles en UCI	Capacidad en UCI
Promedio Estatal	73	6	87%
Sistemas de salud con alto índice de gravedad por COVID-19			
Waukesha Memorial Hospital, Waukesha, WI	77	2	93%
Froedtert Memorial Lutheran Hospital Milwaukee, WI	204	19	88%
Aurora St. Luke's Medical Center Milwaukee, WI	204	19	88%

La equidad en vacunación entre la inequidad de casos de coronavirus

En ciudades grandes como Milwaukee y Nueva York, se ha observado que el virus hace distinción de afección en personas por su raza.

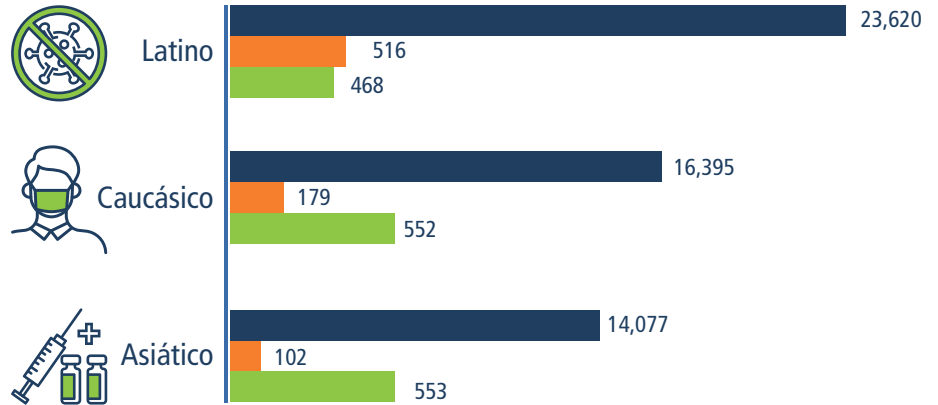
Esta terrible desigualdad de distinción por razas refleja un aumento en la probabilidad de infección y hospitalización hasta tres veces más entre la gente de color y hasta el doble en el índice de mortalidad por COVID-19.

Sin importar tu origen de nacionalidad o raza étnica, la vacuna es para todos, es gratis y es una decisión personal. Habla con tu proveedor de servicios médicos para aclarar tus dudas.

CoViD-19 tiene un alto índice de mortalidad y transmisión entre la población a comparación de otras enfermedades. Además, que al estar enfermos muchas áreas en nuestra vida –emocional, física y financieramente-son afectadas.

DESIGUALDADES POR COVID EN WISCONSIN

Las personas de color tienen un índice más alto de COVID, un índice más bajo de vacunación



La vacuna es para todos, es gratis y es una decisión personal

■ Casos, por cada 100mil * No a escala ■ Muertes, por cada 100mil ■ Vacunados, por cada 100mil

Los científicos están poniendo a prueba medicamentos para combatir COVID-19, como Paxlovid y Monupiravir; Estos, No están disponibles al público todavía. Cabe notar que, la cantidad de medicamentos no son lo suficientes para tratar todos los casos que existen. Se han necesitado más de 30 años de investigación científica para producir un medicamento que ha ayudado a reducir la tasa de mortalidad y casos entre los pacientes con VIH (SIDA). Reduzcamos la tasa de mortalidad y casos por COVID en menos tiempo, ¿estás dispuesto a poner de tu parte?

¿ESTÁS DISPUESTO A PONER DE TU PARTE?



REGISTROS COMPARATIVOS EN WISCONSIN DE MUERTES POR ENFERMEDAD, AÑO 2020

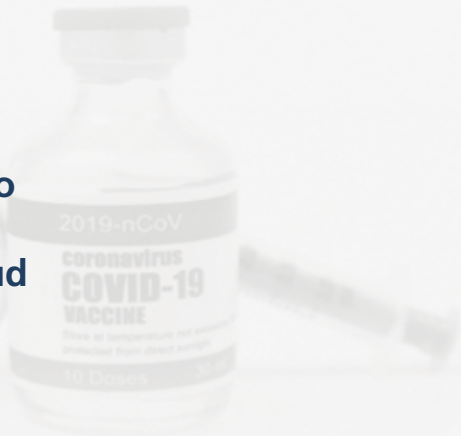


Centro de Recursos de Salud de
ProHealth Care
210 NW Barstow Street, Suite 109
Waukesha, WI 53188

Las vacunas

- **Son gratis**
- **Sin importar residencia o ciudadanía**
- **Con o sin seguro de salud**

Recuerda que al vacunarte no te conviertes en otra estadística ni testimonio; Porque proteges a tus seres queridos contra COVID-19, te conviertes en un héroe.



El Centro de Recursos de Salud de ProHealth Care te invita a un taller virtual informativo.

Existe mucha información útil acerca del CoViD-19, pero desgraciadamente ¡también existe información falsa! No te dejes engañar. En este taller virtual, aprenderás más sobre las verdades del CoViD-19 y las vacunas. ¡No faltes!

Para registrarte, llámanos al 262-928-4181. Te enviaremos un enlace por correo electrónico para poder participar.

Taller virtual informativo

¡Juntos podemos informarnos mejor y tomar mejores decisiones para protegernos!