



Boletín de Noticias. Octubre 2022

## Unidos en Oración y Prevención en Virginia

continúa con su labor de apoyo y de recursos en lugares de culto, de fe y en las comunidades interconfesionales a lo largo de toda la Commonwealth de Virginia.



*"Entre todos podemos acabar con las disparidades sanitarias educando y promoviendo la igualdad de oportunidades para gozar de buena salud en todas nuestras comunidades."*

### ¡Búscanos en Facebook!

¡Te invitamos a seguirnos en Facebook y así seguir conectados! Compartiremos los próximos eventos, seminarios web y recursos que sirvan para ayudar a toda nuestra comunidad. ¡Vaya al enlace que le mostramos a continuación!



### En Esta Edición

Mes de concienciación sobre el cáncer de mama

Exploraciones de mama y de cuello de útero gratuitas

La lucha contra la gripe

Mpox

Fe en Accion

Empowering Healthy Families Program (EHF) [Programa para potenciar la salud en las familias]

Mes de la Educación en Materia de Salud

Cursos y Seminarios en la Web

Subvenciones

## Mes de concienciación sobre el cáncer de mama

La información ofrecida puede ayudarte a encontrar las respuestas que necesitas si

Información sobre el cáncer de

tú o un ser querido estás preocupados por la posibilidad de desarrollar un cáncer de mama, han sido diagnosticados, están recibiendo tratamiento o desean mantenerse bien después del mismo. (Para obtener información sobre el cáncer de mama en los hombres, consulte [Cáncer de mama en los hombres.](#))

mama

Detección y diagnóstico precoz del cáncer de mama

Riesgo y prevención del cáncer de mama



## Every Woman's Life

*For Your Breast and Cervical Health*

**Every Woman's Life (EWL) (La vida de cada mujer)** es un programa de salud pública que ayuda a mujeres sin seguro médico y con bajos ingresos, a acceder a servicios gratuitos de detección de cáncer de mama

y de cuello de útero. El chequeo y la detección precoz reducen las tasas de mortalidad, mejoran las opciones de tratamiento y aumentan enormemente la supervivencia.

Para poder optar a la ayuda:

- las mujeres deben residir en Virginia;
- tener entre 18 y 64 años;
- cumplir los requisitos federales en materia de ingresos y no tener seguro médico.

Así mismo, las mujeres de entre 18 y 39 años deben ser sintomáticas o estar en situación de alto riesgo de cáncer de mama y/o de cuello uterino para poder optar a las ayudas. Este programa incluye un examen de mamas, mamografía, un examen pélvico, prueba de Papanicolaou y todas las pruebas necesarias para llegar a un diagnóstico definitivo. Si a una mujer inscrita en este programa se le diagnostica un cáncer de mama o de cuello uterino, puede optar a Medicaid para pagar el tratamiento.

## REVISIONES GRATUITAS DE MAMA Y DE CUELLO DEL ÚTERO

Haga clic **AQUÍ** para encontrar los centros que participan en este programa y la información de contacto.

**AQUÍ**



# FIGHT FLU

**DON'T LET IT STOP YOU.**



### A Strong Defense Against Flu: Get Vaccinated!

**FIGHT FLU**

The best way to protect yourself and your loved ones against influenza (flu) is to get a flu vaccine every flu season. Flu is a contagious respiratory disease that can lead to serious illness, hospitalization, or even death. CDC recommends everyone six months and older get an annual flu vaccine.

#### What are some key reasons to get a flu vaccine?

- Every year, flu vaccination prevents illnesses, medical visits, hospitalizations, and deaths.
- Flu vaccination also is an important preventive tool for people with chronic health conditions. For example flu vaccination has been associated with lower rates of some cardiac events among in people with heart disease.
- Vaccinating pregnant women helps protect them from flu illness and hospitalization, and also has been shown to help protect the baby from flu infection for several months after birth, before the baby can be vaccinated.
- A 2017 study showed that flu vaccine can be life-saving in children.
- While some people who get vaccinated still get sick, flu vaccination has been shown in several studies to reduce severity of illness.

#### Why is it important to get a flu vaccine EVERY year?

- Flu viruses are constantly changing, so flu vaccines may be updated from one season to the next to protect against the strains that research suggests will be common during the upcoming flu season.
- Your protection from a flu vaccine declines over time. Yearly vaccination is needed for the best protection.



### Flu Information: Flu: A Guide for Parents

Influenza (flu) is a contagious respiratory illness caused by influenza viruses that infect the nose, throat, and lungs. It is different from a cold and usually comes on suddenly. Each year, flu causes millions of illnesses, hundreds of thousands of hospitalizations, and tens of thousands of deaths in the United States.

Flu can be very dangerous for children. CDC estimates that between 2010–2015, between 6,000 and 27,000 children younger than 5 years old have been hospitalized from flu each year in the U.S. Flu vaccine is safe and helps protect children from flu.

**What parents should know**

**How serious is flu?** While flu illness can vary from mild to severe, children often need medical care because of flu. Children younger than 5 are at risk of complications like pneumonia, bronchitis, sinus and ear infections. Some health problems that are known to make children more vulnerable to flu include asthma, diabetes, and disorders of the brain or nervous system.

**How does flu spread?** Flu viruses are thought to spread mainly by droplets made when someone with flu coughs, sneezes, or talks. These droplets can land in the mouths or noses of people nearby. A person also can get flu by touching something that has flu virus on it and then touching their mouth, nose, or eyes.

**What are flu symptoms?** Flu symptoms can include fever, cough, sore throat, runny or stuffy nose, body aches, headache, chills, fatigue, and sometimes vomiting and diarrhea (more common in children than adults). Some people with flu will not have a fever.

**Protect your child**

**How can I protect my child from flu?** The best and safest way to protect against flu is to get a yearly flu vaccine for yourself and your child.

**Flu vaccination is recommended for everyone 6 months and older every year. Flu shots and nasal spray flu vaccines are both options for most children.**

**It is especially important that young children and children with certain long-term health problems get vaccinated.**

**Children younger than 6 months are at higher risk for serious flu complications, but are not yet old enough to get a flu vaccine.**

**Pregnant people should get a flu vaccine to protect themselves and their baby from flu. Research shows that flu vaccination during pregnancy can protect the baby from flu for several months after birth.**

**Flu viruses are constantly changing so flu vaccines are updated often to protect against the flu viruses that research indicates are most likely to cause illness during the upcoming flu season.**

**Are flu vaccines safe?** Flu vaccines have an excellent safety record. Millions of people have safely received flu vaccines for decades. Flu shots and nasal spray flu vaccines are both options for vaccination. Different types of flu vaccines are licensed for different ages. CDC and the American Academy of Pediatrics recommend an annual flu vaccine for all children 6 months and older.

**What are the benefits of getting a flu vaccine?**

**A flu vaccine can keep you and your child from getting sick.** When vaccine and nasal spray vaccines are matched, flu vaccination has been shown to reduce risk of getting sick by flu about 40 to 60%.

**Flu vaccines can keep your child from being hospitalized for flu in the pediatric intensive care unit.** One recent study showed that the vaccine reduced children's risk of flu-related pediatric intensive care unit admissions by 76%.

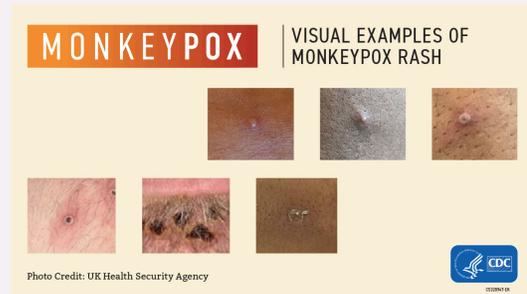
**Flu vaccines can be life saving in children.** A study using data from recent flu seasons found that flu vaccine reduced the risk of flu-associated death by 50% among children with higher risk medical conditions.



# Información Sobre Mpox - VDH

## ¿DÓNDE PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE MPOX?

Visita la [página web de VDH sobre la MPOX](#)



## El otoño es un buen momento para "limpiar" el botiquín.

Aprovecha el día de recogida de medicamentos para deshacerte, de manera correcta, de aquellos que no necesitas.

Por favor, comparte esta información con tus amigos y familiares.

Día Nacional de Recogida de Medicamentos. Sábado, 29 de octubre de 2022, de 10 de la mañana a 2 de la tarde



Visita la página web de la Administración de Control de Drogas (DEA, siglas en inglés), ingresa tu código postal y encuentra el sitio de recolección más cercano:

Conoce las opciones para deshacerse de los medicamentos que ya no necesitas -

¿Tienes medicamentos de los que quiera deshacerte? ([fda.gov](https://www.fda.gov))

Si a tú o a alguien a quien cuidas le recetaron un narcótico u opioide, es MUY importante usar y desechar estos medicamentos de manera segura. No olvides ver este breve vídeo y aprende lo que puedes hacer para hacer frente a la crisis de los opioides:

<https://seniornavigator.org/mindyourmeds>

# DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL 2022

#BeTheDifference - Tú puedes hacer la diferencia

Participa en el programa Primeros Auxilios en Salud Mental para celebrar el Día Mundial de la Salud Mental el 10 de

octubre de 2022, adoptando medidas para que el bienestar mental de todos sea una prioridad mundial.



**10 for 10/10**  
Ten Ways to Take Action this  
**World Mental Health Day**

Mental Health  
FIRST AID  
from NATIONAL COUNCIL FOR  
MENTAL WELLBEING  
MHFA.org/WMHD >>

## Mes nacional de concienciación sobre la violencia doméstica

La violencia doméstica se denomina a veces violencia de pareja. Incluye el maltrato físico, sexual o emocional, así como la coacción sexual y el acoso por parte de la pareja actual o anterior.

Una pareja íntima se considera una persona con la que tienes o has tenido una relación personal o sexual estrecha.

En Estados Unidos, la violencia de pareja afecta a millones de mujeres cada año.

Para más información, haga clic  
AQUÍ

**OASH** | Office on  
Women's Health



**HELP THEM FIGHT FLU**  
SO THEY CAN DO WHAT THEY DO.

TALK TO THEIR DOCTOR ABOUT GETTING THEM A FLU VACCINE.

#FIGHT FLU  
CDC

## El Programa de Salud y Bienestar Financiero abrirá en primavera el periodo de inscripción para nuevas iglesias y centros de oración.

El programa de investigación sobre cómo fortalecer la salud en las familias (Empowering Healthy Families, EHF por sus siglas en inglés) está reclutando nuevas iglesias y centros de oración para la primavera de 2023.

Este programa está organizado en colaboración con la Asociación General Bautista de Virginia (BGCVA), Virginia Tech, la Universidad Estatal de Virginia y la Extensión Cooperativa. "Estamos

encantados de ayudar a las familias de todo Virginia a mejorar sus hábitos de alimentación saludable y bienestar económico". El periodo de inscripción es una oportunidad para que las iglesias y centros de oración compartan su interés por albergar el programa. Una vez hecha la inscripción, el equipo de la EHF hará un seguimiento con información adicional.

Todas los centros de oración que se inscriban recibirán una invitación para participar en nuestras sesiones informativas sobre cómo fortalecer la salud en las familias y conocer más sobre este programa.

- Sesión 1: martes, 11 de octubre de 2022, de 6 a 7:15 de la tarde
- Sesión 2: jueves, 13 de octubre de 2022, de 6 a 7:15 de la tarde
- Sesión 13: martes, 25 de octubre de 2022, de 6 a 7:15 de la tarde
- Sesión 4: jueves, 27 de octubre de 2022, de 6 a 7:15 de la tarde
- 

Comparte libremente este correo electrónico y esta información con otras personas.

Para obtener ayuda inmediata, envíe un correo electrónico a Beverly Vaden, bevden@vt.edu. También puedes visitar la página web <https://cphpr.publichealth.vt.edu/ehf.html>.



AQUÍ puedes acceder a la inscripción.

## Mes de la Educación en Materia de Salud Del 1 al 31 de octubre de 2022

### Building Health Literacy Awareness Through Action



El objetivo es concienciar sobre la necesidad de la educación en materia la salud a través de iniciativas.

Desde hace más de 20 años, octubre ha sido el mes de concienciación de la necesidad de la educación en materia de salud. Es una celebración a nivel internacional en el que hospitales; centros de salud; programas de alfabetización; bibliotecas; organismos de servicios sociales; empresas; asociaciones profesionales; organismos gubernamentales; alianzas de consumidores y muchos otros grupos colaboran para integrar y ampliar la educación en materia de salud.



HEALTH LITERACY MONTH  
Building Awareness Through Action

¡Gracias por invitarnos a tus eventos!

Brighton Rock A.M.E. Zion Church  
**Block Resource Fair**  
Portsmouth, VA



New Life Community Ministries  
**COVID-19 Community Engagement Vaccine Clinic**  
Williamsburg, VA



Gracias al programa PLCEP (Pharmacist-Led Community Engagement Program), a los distritos sanitarios de Hampton y Península y a Williamsburg Drug Store.

## Información actualizada sobre el programa Reembolso de préstamos del Estado de Virginia (Virginia State Loan Repayment, VA-SLRP)



**El Programa de Reembolso de Préstamos del Estado de Virginia (VA-SLRP, por sus siglas en inglés)** está gestionado por el Departamento de Salud de Virginia-Oficina de Equidad Sanitaria (VDH-OHE). Este programa ofrece un incentivo sin impuestos para todos los médicos, dentistas, profesionales de la salud mental y farmacéuticos (farmacéuticos) cualificados. A cambio, deberán proporcionar servicio, mínimo dos (2) años, en un centro perteneciente a un área y un campo de escasez de profesionales sanitarios (HPSA,

La nueva subvención federal por 3 años es de \$822,000.

A partir de ahora, el estado de Virginia pagará la totalidad de las ayudas a los solicitantes que cumplan los requisitos y sean seleccionados por el comité asesor.

El próximo plazo de solicitud va desde el 31 de enero hasta el 31 de marzo de 2023. Pueden presentar la solicitud tanto los proveedores a tiempo completo como a media jornada.

Si tienes preguntas sobre este programa, ponte en contacto con Andrea Banck, Coordinadora de personal sanitario, a través de correo electrónico [andrea.banks@vdh.virginia.gov](mailto:andrea.banks@vdh.virginia.gov) o llamando al (804) 864-7442 o con Olivette Burroughs, Directora del personal sanitario de todo el estado, a través de correo electrónico [olivette.burroughs@vdh.virginia.gov](mailto:olivette.burroughs@vdh.virginia.gov) o llamando al (804) 864-7431.



### **Cómo prepararse ante la llegada de un huracán o tormenta tropical**

No se puede detener una tormenta tropical o un huracán, pero se pueden tomar medidas para protegerse y para proteger a la familia.

Es importante estar siempre preparado para la llegada de un huracán y otras posibles catástrofes, esto puede ser estresante, más aún si hay que tener en cuenta el COVID-19. Para consejos sobre cómo prepararse, evacuar y refugiarse de forma segura en caso de tormentas severas y protegerse del COVID-19, consulta: Preparación para huracanes durante la pandemia de COVID-19.



### **Semana Nacional del Deporte Juvenil del 24 al 29 de octubre**

Según la guía sobre la actividad física recomendada para los estadounidenses, los jóvenes de 6 a 17 años necesitan al menos 60 minutos de actividad física moderada a intensa al día. El deporte es una forma de actividad física que los jóvenes necesitan. Además, el deporte brinda a los jóvenes la oportunidad de comprobar la relación entre esfuerzo y éxito, a la vez que puede contribuir a la mejora de sus perspectivas académicas, económicas, sociales y de salud.

Infórmate sobre la estrategia nacional para el deporte juvenil, desarrollada por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (HHS).



### **Octubre es el mes de concienciación sobre el síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS por sus siglas en inglés).**

Digital toolkit A partir de octubre, los cuidadores de bebés y los proveedores de asistencia sanitaria pueden unirse al programa *Safe to Sleep*® para promover la seguridad de los bebés durante el sueño y concienciar sobre las formas de reducir el riesgo del síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS por sus siglas en inglés). En Estados Unidos anualmente y a pesar del descenso de las muertes súbitas e inesperadas de lactantes durante el sueño, un tercio de estas muertes se debe a este síndrome. Las investigaciones apuntan a que una de las principales causas de muerte infantil son las áreas de descanso poco seguras, como aquellas con sábanas no ajustadas, mantas o juguetes de peluche. Kit de Herramientas Digital [AQUÍ](#).



## 988 Línea Directa para la Prevención del Suicidio y Crisis

¿Necesitas ayuda?

Si estás en una situación difícil o de crisis, o si conoces a alguien que lo esté pasando mal, hay ayuda disponible. Llama al 988 o envía un mensaje al [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org)

## Consigue gratis tu prueba de autodiagnóstico de COVID-19 para realizar en casa.

Cada hogar en los Estados Unidos puede solicitar 4 pruebas de autodiagnóstico de COVID-19 para realizar en casa. Las pruebas son completamente gratuitas. Los pedidos se envían normalmente en 7-12 días. Si en estos momentos necesita una prueba de COVID-19, consulte los recursos para conocer los lugares en su área donde realizarse la prueba de forma gratuita.

Solicite pruebas de COVID-19 para realizar en casa gratuitamente.

Solicite aquí su kit de respuesta a la crisis de los opioides

Virginia P3 recognizes that faith-based and community partners eagerly and actively step in to fulfill the needs of their community, especially during a crisis. As a result, we aim to equip our partners to respond to the present opioid health crisis with Opioid Response Toolkits.



¡Inscríbese hoy!

## PROGRAMA DE AUTOGESTIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS (CDSMP, por sus siglas en inglés)

¿Qué es CDSMP?

El CDSMP es un programa de 6 semanas de duración, una vez a la semana durante dos horas. Este programa ayuda a las personas a aprender a controlar el dolor y otros síntomas, a moverse mejor y a seguir siendo independientes. 20 de octubre de 2022, a la 1:30 de la tarde. 17 de noviembre de 2022, a la 1:30 de la tarde.

## Walk with Ease (Camina con Soltura)

El Programa de *Arthritis Foundation, Walk with Ease (Camina con Soltura)* reduce el dolor provocado por la artritis y ayuda a mejorar tu salud.

Tanto si necesitas aliviar el dolor de la artritis o simplemente estar activo, el programa de seis semanas *Walk With Ease de Arthritis Foundation* puede enseñarte, de manera segura, a que la actividad física forme parte de tu vida diaria. El programa incluye una guía y un calendario de paseos para conseguir una mejor salud.

3 de noviembre de 2022 | 10:00 de la mañana

¡Inscríbese hoy!



## Cursos y Seminarios en la Web

[Cómo implicar a los colaboradores comunitarios en iniciativas para fomentar la equidad sanitaria](#)  
October 11, 2022 | 12:00PM-1:00PM EST

[Promovamos la comunicación inclusiva en las familias cuidadoras: Cómo ponerse de acuerdo cuando no se comparte la misma historia.](#)  
October 20, 2022 | 1:00PM-

[Conversaciones sobre el Alzheimer: Apoyo a los cuidadores de enfermos de Alzheimer.](#) October 27, 2022 | 8:00PM-9:30 PM EST

[Día Mundial de la Salud Mental: Salud mental y bienestar para todos.](#) October 10, 2022 | 6:00PM EST

[Conversaciones sobre la demencia, visitas al médico, asesoramiento legal y financiero.](#) October 12, 2022 | 1:00PM-2:00PM EST

[Cómo utilizar un programa de control de la presión arterial \(SMBP, por sus siglas en inglés\) para mejorar la educación en materia de salud/digital y la participación de los pacientes en el tratamiento.](#) October 12, 2022 | 6:00PM-7:00PM EST

2:00PM EST

[Mente Sana, Vida Sana. Presentación virtual en directo](#) October 20, 2022 | 1:00PM-2:00PM EST

[CESLC \(Charles E. Smith Life Communities\) Insider: Encontrar una comunidad inclusiva.](#) October 26, 2022 | 12:00PM-1:00PM EST

[Conversaciones sobre demencia, visitas al médico, asesoramiento legal y financiero y asistencia durante los días festivos](#) October 26, 2022 | 1:00PM-2:00PM EST

[Cómo gestionar las emociones a través de las relaciones.](#) October 31, 2022 | 1:00PM-2:00PM EST

[Conoce los diez señales de alerta del Alzheimer. Seminario en español.](#) November 1, 2022 | 11:30PM-1:00PM EST

[La mentalidad importa: Cómo cambiar la mentalidad para ser más optimista en el cuidado de las personas dependientes.](#) November 2, 2022 | 1:00AM-2:00PM EST

## Posibilidades de Financiación y Subvenciones

### **MLK, Jr. Día de Servicio Comunitario**

La fundación *Virginia Service* ofrece mini-subvenciones a cualquier organización pública o privada sin ánimo de lucro, que preste servicios en el estado de Virginia, incluyendo organizaciones religiosas y otras organizaciones comunitarias, escuelas públicas o privadas, instituciones de enseñanza superior y entidades públicas. Aquellas organizaciones que cumplan los requisitos pueden optar hasta \$250 para organizar un proyecto de servicio dentro del marco de las siguientes Iniciativas de Servicio Nacionales y Regionales:

**Plazo de solicitud: del 17 de octubre hasta el 7 de noviembre de 2022.**

### **Fundación Awesome**

La Fundación *Awesome* ofrece subvenciones de \$1,000 para programas, proyectos e ideas que son "Awesome" (Maravillosas) Las subvenciones no tienen "condiciones", ni obligaciones. Si les gusta su proyecto, lo financiarán. Las solicitudes se revisan cada mes. Pueden presentar su solicitud personas particulares, organizaciones sin ánimo de lucro y organizaciones con ánimo de lucro. **NO** se requiere la condición de organización sin ánimo de lucro 501c3. [Para más información.](#)

**Solicitud: en curso**

### **Bank of America: Patrocinador de apoyo a las comunidades**

*Bank of America* patrocina propuesta que hagan de nuestras comunidades un lugar mejor para vivir y trabajar. Estamos especialmente interesados en apoyar las necesidades vitales para la salud de nuestras comunidades, centrándonos en: la conservación de los barrios; la formación de la mano de obra para los empleos del siglo XXI; la atención a necesidades críticas como el hambre y los refugios de emergencia; el arte y la cultura; el medio ambiente y los programas de diversidad e inclusión.

### **Costco**

Las actividades benéficas principales de *Costco Wholesale* se centran específicamente en programas de apoyo a los niños, la educación y los servicios sanitarios y humanos en las comunidades en las que operan. A lo largo del año se reciben un gran número de solicitudes de organizaciones sin ánimo de lucro que se esfuerzan por tener un impacto positivo y prestar

apoyo a diversas organizaciones y causas.

Costco acepta y revisa las solicitudes de financiación durante todo el año y las organizaciones pueden presentar una solicitud por año fiscal (septiembre-agosto).

### **Solicitud: En curso**

---

## **DanPaul Foundation**

*DanPaul Foundation* concede subvenciones a organizaciones sin ánimo de lucro exentas de impuestos según la definición de la Agencia Tributaria (IRS, por sus siglas en inglés). La fundación está interesada en financiar programas que contribuyan directamente a la salud, la educación, el desarrollo y el bienestar de los jóvenes del mundo.

### **Haga su solicitud AQUÍ**

---

## **Abierto el Programa de Subvenciones de Entergy**

El programa de subvenciones de Entergy se centra en la mejora de la comunidad en su conjunto. Buscamos proyectos para financiar en los ámbitos del arte y la cultura, la educación y el desarrollo de la mano de obra, las soluciones a la pobreza y los servicios sociales, las familias sanas y la mejora de la comunidad.

### **Solicitud: En curso**

---

## **Fundación Sparkplug**

La fundación Sparkplug ofrece subvenciones de hasta 10.000 dólares a organizaciones sin ánimo de lucro que trabajen en proyectos educativos o de apoyo a las comunidades a través de la música, realizando cambios sistémicos y/o de justicia.

### **Plazo de solicitud: 31 de octubre de 2022**

---

## **Programa de subvenciones de la Fundación Walmart**

Subvenciones para apoyar las necesidades especiales que tienen colectivos locales en las zonas en las que Walmart y Sam's Club sirven.

### **Plazo de solicitud: 31 de diciembre de 2022**

---



**Unidos en Oración y Prevención en Virginia**  
Para más información sobre Virginia P3, visítenos [\*\*AQUÍ\*\*](#).



Manténgase conectado con la Oficina de Equidad en Salud de VDH para estar al día.



Este proyecto cuenta con el apoyo de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) y del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS).