

SPA 8 Oficina Regional de Salud

# Boletín Mensual de Noticias del Condado de LA

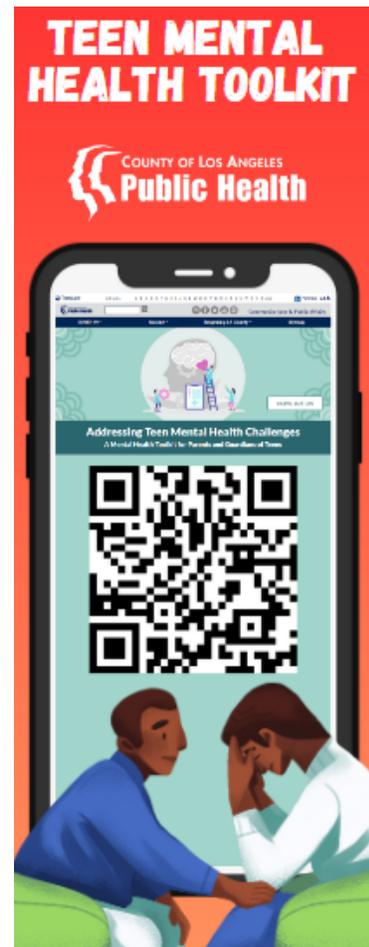
Mayo 2024

[Lea este boletín en Inglés](#)

## Mayo es el mes de la Concientización de la Salud Mental

[El mes de la Concientización de la Salud Mental se ha conmemorado en EE. UU. desde 1949.](#) Conmemorar el mes de la Concientización de la Salud Mental nos anima a todos a combatir el estigma, proveer soporte, educar al público y fomentar políticas que apoyen a los millones de personas en EE. UU. afectadas por enfermedades mentales.

El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles recientemente ha lanzado un conjunto de herramientas para adolescentes y padres/tutores de adolescentes. Si usted es adolescente y padre/tutor de un adolescente, explore la guía gratuita sobre los desafíos de salud mental más comunes que enfrenta esta generación, utilizando este enlace: <https://tinyurl.com/4etv2t48> o escanee el código QR en la imagen.



# Celebraciones de Mayo



## Mes de la Salud de la Mujer

El objetivo del Mes de la Salud de la Mujer es empoderar a las mujeres para que hagan de su salud una prioridad y ayudarlas a comprender qué pasos pueden tomar para mejorar su salud.

Esto incluye buscar ayuda médica cuando sea necesario, pero también envuelve participar en cuidados preventivos para mantenerse saludable, como programar chequeos, exámenes, vacunaciones, vivir un estilo de vida saludable y más.

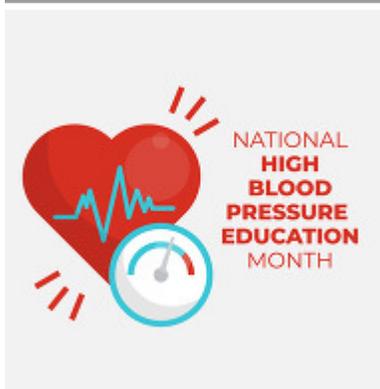
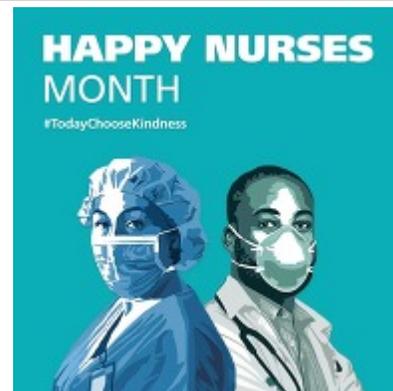
El mes de la Salud de la Mujer también actúa como una oportunidad para educar a las mujeres sobre los riesgos más comunes para su salud, los síntomas, las señales de advertencia, y cuando ellas deberían de buscar atención médica, para que sepan cuándo algo está fuera de lo ordinario.

Para más información de algunas preocupaciones de salud comunes que enfrentan las mujeres, por favor visite el sitio web de la Oficina de Salud de la Mujer del Condado de Los Ángeles aquí: <https://tinyurl.com/5zyzt6t>.

## Mes Nacional de los y las Enfermeras

El Mes Nacional de los y las enfermeras es una celebración anual en los Estados Unidos que celebra las importantes contribuciones que las enfermeras hacen a la industria de los cuidados de salud. Es el momento de reconocer y apreciar la dedicación, trabajo duro, y los sacrificios que los y las enfermeras hacen todos los días para proveer cuidados de alta calidad a los pacientes.

A SPA 7 le gustaría tomarse este momento para reconocer a todo el maravilloso equipo de enfermería que mantiene funcionando el Centro de Salud Whittier. ¡Ustedes son apreciados!



## Mes de Concientización sobre la Hipertensión

La presión arterial alta-o hipertensión- es el mayor factor de riesgo para una enfermedad cardíaca. [La mitad de los americanos tienen presión arterial alta, y muchos no saben que lo padecen.](#) Es importante saber sus números y trabajar junto a un profesional de cuidados de la salud para controlar los niveles y gestionar riesgos.

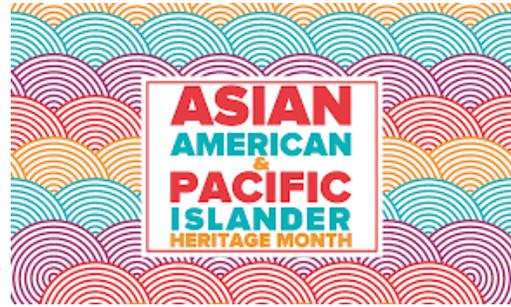
[La presión arterial alta puede ser detectada en todos los grupos de edades y usualmente no presenta síntomas.](#) Sin Embargo, decisiones sobre el estilo de vida, tales como una dieta saludable, ejercicio regular, abstenerse de fumar, "saber sus números" pueden ayudar a gestionar sus riesgos y ayudar al control de la presión arterial.

Para saber cómo monitorizar la presión arterial en casa, por favor haga clic aquí: <https://tinyurl.com/st7suzs9>.

Para solicitar presentación educativa sobre la presión arterial alta en SPA 7, por favor utilice este formulario: <https://tinyurl.com/bdfmatb9>

## Mes de la Herencia Cultural Asiática-americana y de las Islas del Pacífico

El Mes de la Herencia Cultural Asiática-americana y de las Islas del Pacífico (Mes de la Herencia Cultural APPI) es una celebración anual que reconoce las contribuciones históricas y culturales de individuos y grupos de ascendencia asiática y de las Islas del Pacífico a los Estados Unidos. El término general AAPI incluye culturas de todo el continente asiático, - incluidas el Este, Sudeste y Asia del Sur, y las Islas del Pacífico de Melanesia, Micronesia y Polinesia.



Los asiático-americanos e isleños del Pacífico han contribuido significativamente en muchas facetas de la cultura y sociedad estadounidenses. En 2021, [Kamala Harris se convirtió en la primera asiático-americana Vicepresidenta](#) de los Estados Unidos. En la historia del cine, las personas APPI, historias y tradiciones se han vuelto más visibles con el director sur-coreano Bong Joon Ho. "Parásitos" ganando el Premio de la Academia a la Mejor Película en 2019 y el estreno de *Shang-Chi y la Leyenda de los Diez Anillos* En 2021, debutando el primer [superhéroe asiático de Marvel](#).

Para leer más sobre El Mes de la cultura APPI, Por favor haga clic aquí: <https://tinyurl.com/yefebp5j>

## Candados de armas gratuitos



En 2024, OVP está comprometido a distribuir más de 60,000 candados de seguridad para armas - gratuitos y sin hacer preguntas- en todo el condado de Los Ángeles. Este esfuerzo sin precedentes está diseñado para mantener a los niños a salvo de las armas de fuego, limitando la posibilidad de que una persona con intenciones de hacerse daño a sí misma o a otros pueda asegurar rápidamente un arma cargada y desbloqueada, y proteger contra el robo de armas de fuego. Para asegurar su candado de parte de OVP, Por favor llene este formulario (Limitado a dos candados por persona):

<https://tinyurl.com/5n8tvddz>

Los candados para armas están disponibles también en Centros Médicos del Condado de Los Ángeles. Para ver todas las ubicaciones, por favor haga clic aquí: <https://tinyurl.com/mtkrk3m2>

## LA Portal de Salud Visitas Electrónicas

¿Necesita atención ahora? Una Visita Electrónica es una manera rápida, conveniente de atención de cuidados en línea para preocupaciones médicas comunes. Una visita electrónica da acceso a atención por parte de un proveedor que puede recetar pruebas y/o medicamentos sin necesidad de ir a un consultorio médico. Las visitas electrónicas son una excelente opción para preocupaciones médicas comunes como:



- Resfriados o gripe
- Dolor de cabeza
- Dolor Muscular
- Erupción cutánea
- Dolor de garganta
- Problemas Urinarios
- Problemas Vaginales

#### ¿Cómo Funciona?

- Inicie sesión en el Portal de Salud de LA y complete un formulario de Visita electrónica.
- Reciba una respuesta por correo electrónico de un proveedor dentro de 1 hora, de 8 a.m. a 8 p.m., los 7 días de la semana.\*
- El proveedor responderá sus preguntas y recetará pruebas y/o medicinas si es necesario.

\*Visitas Electrónicas enviadas después de las 8 p.m. recibirán respuestas el siguiente día.

Para preguntas, llame [844-804-0055](tel:844-804-0055), Seleccione Opción 3, o envíe un mensaje de texto [844-804-0001](tel:844-804-0001).

Para más información, [Vea el video sobre Visitas Electrónicas](#).

#### ¿No está inscrito en el Portal de Salud de LA?

La inscripción es rápida y fácil para los Pacientes de los Servicios de Salud de LA.

Clic [Aquí](#) para inscribirse en línea o descargar la aplicación desde su tienda de aplicaciones.

## Equipos de Salud Pública Comunitaria

Equipos de Salud Pública Comunitaria (CPHT, por sus siglas en inglés) es un proyecto que une a organizaciones de la comunidad, socios de salud y personal de Salud Pública. Estos equipos trabajan a nivel de hogares realizando visitas a domicilio para recopilar las necesidades médicas y vincular a las personas con los proveedores de atención y también trabajan a nivel comunitario, invitando a las personas a participar en la creación de planes de acción comunitarios.

Este es un nuevo enfoque de salud pública y cuidado de la salud en el condado de Los Ángeles. Salud Pública está invirtiendo dólares en infraestructura de salud pública para implementar este proyecto piloto durante cinco años, comenzando en agosto de 2023 La meta es construir relaciones a largo plazo con los hogares, empoderar a las comunidades para definir cuáles son sus prioridades en materia de salud, y demostrar que esta nueva forma de participación puede ayudar a conseguir mejores resultados de salud.



Para aprender más del proyecto CPHT y encontrar un CPHT cerca de usted use el enlace: <http://publichealth.lacounty.gov/pie/CommEngage/cpht.htm>.

## Oportunidades de empleo

### Departamento de Salud Pública del Condado de LA Miembros de Americorps



## AmeriCorps

¿Le interesa el campo de la salud pública? Healthcare Staffing Professionals, Inc está ayudando al Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH) a reclutar miembros a tiempo parcial y de medio tiempo de AmeriCorps.

Los miembros de AmeriCorps participarán en actividades de alcance comunitario, educación de salud e intercambio de recursos en las comunidades más afectadas dentro del condado de Los Ángeles. Miembros serán asignados a uno de las ocho Áreas de Servicio de Planificación (SPAs) y se trabajará para satisfacer las necesidades de salud únicas de las comunidades dentro de la región que les han sido asignada. El rol principal de los miembros será realizar actividades de alcance comunitario.

Para encontrar más información y/o aplicar, por favor haga clic aquí: <http://tinyurl.com/5xzchmxc>.

### Departamento de Parques y Recreación del Condado de Los Ángeles Programa Youth @ Work

Youth@Work proporciona experiencia laboral con un conjunto integral y estratégico de empleo, entrenamiento y apoyo de servicios proporcionados a través de una red de AJCCs. Los residentes del Condado de Los Ángeles de las edades 14 a 24, tienen el derecho de trabajar en Estados Unidos.



Descripción del puesto: Liderar actividades recreativas para personas de todas las edades, ayudar en el montaje y desmontaje de eventos e interactuar con el público.

Para más información y/o para aplicar, por favor haga clic aquí: <https://parks.lacounty.gov/youth-at-work/>

## Medi-Cal de alcance completo gratuito o a bajo costo

En enero de 2024, una nueva ley de California permitió a aquellas personas de bajos ingresos obtener Medi-Cal de alcance completo gratuito o a bajo costo.

Medi-Cal de alcance completo cubre lo siguiente:

- Visitas médicas
- Visitas al hospital
- Cuidado dental
- Cuidado de la Vista
- Atención de Salud Mental
- Servicios de Emergencia
- Y mucho más



Para averiguar si califica, o para aplicar, puede hacer clic aquí: <http://tinyurl.com/5s6sz4ef> .

## Grupo de Conversación Remunerado



**EurekaFacts** está buscando **hispanohablantes**, Mujeres Hispánicas/Latina para grupos de conversación en línea. Las participantes discutirán experiencias de salud de las mujeres y opiniones sobre información relacionada con la salud e influencias culturales. ¡Inscríbese ahora para ver si califica!

Estas sesiones no durarán más de 90 minutos. Aquellas que completen una sesión recibirán \$75. Este proyecto está financiado por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).

Para registrarse, llame al 240-403-1650, o envíe un correo electrónico [outreach@eurekafacts.com](mailto:outreach@eurekafacts.com), o visite los siguientes sitios web:

- Página de inicio en español: <https://www.eurekafacts.com/salud-de-la-mujeres/>
- Página de inicio en inglés: <https://www.eurekafacts.com/cdc-womens-health-study/>

## Recursos del DPH

**LOS ANGELES COUNTY  
PUBLIC HEALTH INFOLINE  
1-833-540-0473**

8 AM - 8 PM / 7 Days a Week  
Real People. Reliable Information.

### Línea de información de Salud Pública del condado de Los Ángeles

El objetivo de la Línea de Información de Salud Pública del Condado de Los Ángeles es expandir el alcance de los recursos que Salud Pública puede proporcionar por teléfono, fortalecer la confianza de la comunidad al tener una persona en vivo con quien hablar y una línea de comunicación vital en caso de futuras emergencias de salud pública. Todas las llamadas de la comunidad son contestadas por asistentes de educación de salud. A continuación, se muestran algunos de los temas que la línea de información puede tratar:

- COVID-19
- Viruela símica
- Seguro/Cobertura
- Violencia doméstica
- VIH y ETS/ITS
- Vacunas
- Salud de la mujer
- Nutrición
- Salud bucal
- ¡Y mucho más!

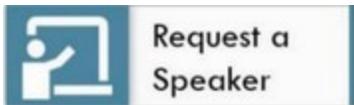
### Coalición de vacunación del condado de Los Ángeles

La Coalición de Inmunización del Condado de Los Ángeles es una asociación comunitaria diversa y de grupos base, hospitales, escuelas, clínicas, programas del departamento de salud, farmacias, planes de salud, compañías de vacunas y organizaciones sin fines de lucro, con la misión de colaborar juntos para mejorar el acceso a las inmunizaciones médicamente recomendadas para adultos y adolescentes, especialmente entre los grupos con mayor riesgo de enfermedades prevenibles por vacunación en el Condado de Los Ángeles.

Si está interesado en vacunarse, busca registros de vacunación, o leer sobre las últimas noticias de ICLAC, por favor visite este sitio web: <https://immunizelac.org/>



## ¿Necesita una presentación sobre la vacuna contra el COVID-19, RCP solo con las manos u otros temas de salud?



El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles ofrece una variedad de presentaciones, incluyendo COVID-19, las vacunas contra el COVID-19 y la viruela del mono. Si desea agendar una presentación para su organización, haga clic en este enlace: <http://tinyurl.com/562dad3e>.

## Angelenos en Acción

Únase a Angelenos en Acción, una encuesta de salud pública voluntaria que toma menos de 1 minuto cada semana y nos ayuda a monitorear las enfermedades respiratorias en todo el Condado de Los Ángeles.

Aquí puede ver cómo funciona:

1. Envíe un mensaje de texto a (833) 228-3056 para ser voluntario en nuestra encuesta o inscribese en línea usando este enlace: <http://tinyurl.com/ys6se6we>.
2. Responda a 5 preguntas rápidas para inscribirse.
3. Se le asignará aleatoriamente un día a la semana para recibir encuestas.
4. Cada semana ese día, el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles le enviará un mensaje de texto o un correo electrónico con una pregunta SÍ/NO para saber cómo se siente.
5. Si se siente indispuesto, se le harán otras dos preguntas SÍ/NO sobre síntomas de enfermedad respiratoria.



Toda la información se almacena de forma absolutamente confidencial. Para leer más sobre Angelenos en Acción, por favor haga clic <http://tinyurl.com/bdhjuvje>.

## Oficina de Prevención de la Violencia - GVRO's



Una Orden de Restricción por Violencia con Armas (GVRO, por sus siglas en inglés), es una ley que fue aprobada por el estado de California en 2016. GVRO permite que familiares, miembros del hogar, algunos empleadores, colegas, profesores y las fuerzas del orden público tomen acción para prevenir que una persona que representa un riesgo significativo de

dañarse a sí misma o a otros por tener o comprar un arma, municiones o cargadores durante un período de tiempo especificado, entre 21 días y cinco años. Para obtener más información sobre quién puede solicitar una, y cómo hacerlo, por favor haga clic en este enlace: <http://tinyurl.com/y3hfb575>.

## Clínicas de Naloxona gratuita

Varias bibliotecas públicas del condado de Los Ángeles están recibiendo a Clínicas de Naloxona GRATIS. La Naloxona es un medicamento que salva vidas y puede revertir los efectos de una sobredosis de opioides.

No es necesario presentar una identificación o prueba del seguro médico. Para encontrar la clínica más cercana a usted, por favor visite el sitio web: <http://tinyurl.com/y5z2edu3>



## SPA 8 Recursos y Eventos Próximos

### LA CADA Recursos y Oportunidades



#### Jovenes Speak Up - Grupo de Liderazgo Juvenil

Jovenes Speak Up es un grupo de liderazgo para adolescentes y adultos jóvenes que ayuda a abordar problemas en su comunidad, aprender habilidades para la vida, obtener horas de voluntariado y contribuir a la prevención del uso de sustancias en las comunidades. Únete si estás interesado en:

- horas de voluntariado
- cartas de recomendación
- redes de contacto
- recibir incentivos
- y ser voz en tu comunidad

a orientación se lleva a cabo el último martes de cada mes.

Para inscribirse, por favor haga clic aquí:

<https://tinyurl.com/34f9hmbt>

#### Pruebas de VIH gratuitas

Pruebas de VIH gratuitas para jóvenes en las edades de 13 a 17 años todos los viernes de 3 a 5 p.m.

**Gane hasta \$40 por participar.**

Ubicación: 11015 Bloomfield Ave, Santa Fe Springs, 90670

#### Serie de Talleres de Prevención

Se anima a los jóvenes y adultos jóvenes de 13 a 24 años a participar en esta serie de talleres.

Temas Incluidos:

- Adicción y el Cerebro
- Prevención de ETS/ITS
- VIH/SIDA 101
- PrEP y PEP
- Apoyo en Pares

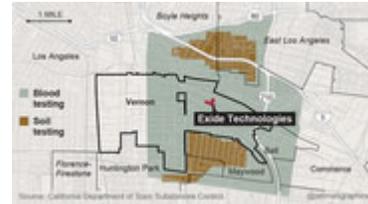
**Los participantes que completan el programa ganan hasta \$30 en tarjetas de regalo y un certificado de realización.**

Para aplicar, por favor haga clic aquí: <https://tinyurl.com/yc3h585v>

---

## Programa de Áreas de Trabajo para Restauración Medioambiental en Comunidades (WERC)

El programa WERC está buscando candidatos para la próxima fase de trabajo para eliminar la contaminación por plomo de propiedades residenciales y avenidas ajardinadas alrededor del anterior edificio de baterías Exide en Vernon.



Para calificar, debe residir en una de las siguientes áreas: Boyle Heights, el no constituido Este de Los Ángeles, y las ciudades de Commerce, Vernon, Maywood, Bell y Huntington Park.

Para obtener más información, por favor contacte a la Coordinadora del Programa WERC, Laura Castillo, en [Laura.Castillo@dtsc.ca.gov](mailto:Laura.Castillo@dtsc.ca.gov) o 916-282-8958.

---

## Distribución de comida gratuita y productos agrícolas

La distribución gratuita de alimentos se realiza cada segundo Jueves del mes en el centro de Curtis Tucker. La próxima distribución es el Jueves 9 de Mayo de 2024 a partir de 10:00 a.m.



Para más información visite el sitio web: [CCW Food Distribution](http://www.ccwfooddistribution.org)

La distribución gratuita de frutas y verduras se realiza cada cuarto Jueves del mes en el centro de Curtis Tucker. La próxima distribución es el Jueves 23 de Mayo de 2024 a partir 10:00am.

Para más información visite el sitio web: [CCW Produce Distribution](http://www.ccwproduce.org)

---

## Wi-Fi gratuito al aire libre y puntos de acceso con cobertura inalámbrica en bibliotecas seleccionadas del condado de Los Ángeles



La Biblioteca del Condado de Los Ángeles ahora ofrece Wi-Fi gratuito al aire libre y puntos de acceso con cobertura inalámbrica portátil en varias bibliotecas participantes. Visite uno de nuestros lugares participantes y use su dispositivo para conectarse, ¡o lleve a casa un punto de acceso con cobertura inalámbrica portátil por hasta 6 semanas!

Para Wi-Fi gratuito al aire libre, haga clic en este enlace para encontrar ubicaciones participantes: <http://tinyurl.com/2s47amy>.

Para un punto de acceso con cobertura inalámbrica portátil, haga clic en este enlace para encontrar ubicaciones participantes: <https://tinyurl.com/2k5edcbm>.

---

## Clases gratuitas de RCP

El Centro de Formación de Cuidados Críticos ofrece clases de RCP. Si está interesado en obtener una certificación RCP, por favor haga clic en este enlace para encontrar las clases más cercanas a usted: <http://tinyurl.com/mrxpj9t5>. Todas las clases son gratuitas y se ofrecen en inglés y español.



## Programa de comidas de respuesta rápida para personas mayores



[El Programa de Envejecimiento Respuesta Rápida de Comidas para Personas Mayores del Departamento de la Ciudad de Los Ángeles \(RRSMP\) ahora está abierto para inscripciones.](#) El RRSMP ofrece (5) comidas entregadas a domicilio semanalmente a individuos de 60 años o más en la Ciudad de Los Ángeles, priorizando a aquellos con las necesidades económicas y sociales más significativas.

**\*\*A partir del 23 de marzo de 2024, el programa ha alcanzado su capacidad máxima.**

Para inscribirse en la lista de espera, por favor haga clic aquí: <http://tinyurl.com/54whawar>

Para verificar si se encuentra dentro de los límites de la Ciudad de Los Ángeles, por favor haga clic aquí: <http://tinyurl.com/4jk82dmn>

## Programa de Bienestar ComUNITARIO del Este de Los Ángeles

[The Curtis Tucker Health Center Community for Wellness'](#) El Centro CORE de la comunidad para el bienestar de Curtis Tucker Health Center ofrece una variedad de recursos de abuso de sustancias, como exámenes de detección de trastornos derivados para prevención y tratamiento, y presentaciones educativas. Para obtener más información sobre nuestro centro CORE en SPA 8 y ver nuestra lista completa de presentaciones, haga clic aquí:

<http://tinyurl.com/yzx7fm7a>.

Para hablar directamente con nuestros consejeros de abuso de sustancias en SPA 8 comuníquese con Krystal Mousseau al [KMousseau@ph.lacounty.gov](mailto:KMousseau@ph.lacounty.gov) o Steven Cagle a [SCagle@ph.lacounty.gov](mailto:SCagle@ph.lacounty.gov).



## Vaccinate L.A. Boletín de noticias



Inscríbese al boletín de noticias de la vacunación del COVID-19 para estar al día con toda la información relacionada con el COVID-19. Visite [VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinate.lacounty.gov) para saber más acerca de:

- [Vacunación a domicilio](#)
  - [Calendario de vacunación](#)
  - [Información de las vacunas](#)
  - [Registros de vacunación](#)
  - [Datos sobre las Vacunas - Inglés | Español](#)
- Efectos Secundarios de las Vacunas - [Inglés](#) | [Español](#)

## Useful Links and Resources

[iPrevail Online Mental Health Resource](#)  
[COVID-19 Post-Surge Dashboard](#)  
[COVID-19 Vaccination Distribution Dashboard](#)  
[COVID-19 Vaccine Information](#)  
[COVID-19 Vaccination Records](#)  
[COVID-19 Surveillance Dashboard](#)  
[COVID-19 Testing](#)  
[Flu Vaccines](#)  
[Free Tax Preparation Services](#)  
[Free Snack Program](#)  
[Get Ahead LA Financial Resources](#)  
[Headspace: Free Mindfulness App](#)  
[LA County America's Job Center of California](#)  
[LA County's COVID-19 Tenant Protections Resolution](#)  
[LA County's Office of Immigrant Affairs](#)  
[LA County's Office of Emergency Preparedness and Response Program](#)  
[LA County Youth Suicide Prevention Project](#)  
[LA Department of Water & Power Bill Credit](#)  
[LA Public Health Podcast](#)  
[Laptop and Hotspot Loans from LA County Libraries](#)  
[Masks – Free N-95](#)  
[Mental Health Support](#) (800) 854-7771 or text "LA" to 741741  
[Metro LIFE Program](#)  
[National Suicide Prevention Lifeline](#)  
[Opportunity LA: Child Savings Account for LAUSD Students](#)  
[Request a Mobile Vaccination Team](#)  
[Report a violation](#) (888) 700-9995, Monday – Friday from 8:00AM to 5:00PM  
[SoCalGas Assistance Fund](#)  
[Southern California Edison Assistance](#)

For additional resources, please dial 2-1-1

For more information on COVID-19, please [visit our website](#)

Follow LA County Public Health on Instagram, Facebook, and Twitter: @lapublichealth



---

Update your subscriptions, modify your password or email address, or stop subscriptions at any time on your [Subscriber Preferences Page](#). You will need to use your email address to log in. If you have questions or problems with the subscription service, please visit [subscriberhelp.govdelivery.com](http://subscriberhelp.govdelivery.com).

This service is provided to you at no charge by [County of Los Angeles](#).

---

This email was sent using GovDelivery Communications Cloud to Email Address on behalf of: County of Los Angeles, California · 500 W. Temple St. · Los Angeles 90012