

**HealthStreet**  
**Navegando el COVID-19**

**Nuestro compromiso en ayudarlo a estar seguro, saludable y bien.**

Estimados miembros de HealthStreet,

Esta es nuestra doceava adición para el boletín enfocado en ayudarlo a navegar los recursos para el COVID-19.

En este boletín nos centramos en:

- Recursos para poblaciones de alto riesgo.
- Seminarios en demanda sobre el COVID-19.
- Horas de acceso a HealthStreet actualizadas para recoger ropa, artículos de aseo, alimentos y productos de Naloxona.
- Oportunidades de investigación en salud.
- Encuesta COVID-19 del Departamento de Salud de Florida.
- *Our Community, Our Health*: Reunión virtual sobre la investigación en Autismo el 29 de Abril.
- Reconectarnos a través de compartir sus experiencias con nuestro equipo.

**Abril 24, 2020 | Numero 12**

---

**Recursos para poblaciones de alto riesgo**

**General**

[Personas que necesitan tomar precauciones adicionales](#)

[Personas con mayor riesgo de enfermedad grave](#)

**Asma y Alergias**

[Manejo del asma durante COVID-19](#)

[Fundación para el Asma y la Alergia de América](#)

[INFORMACIÓN de COVID-19 para personas con asma y/o alergias](#)

## VIH

[Recursos para el VIH durante COVID-19](#)  
[Qué saber sobre el VIH y COVID-19](#)  
[COVID-19 y VIH: Lo que necesita saber](#)

## Diabetes

[Diabetes y COVID-19](#)  
[Harvard: COVID-19 y Diabetes](#)  
[Cómo el COVID-19 afecta a las personas con diabetes](#)

## Enfermedades Cardíacas

[Corazón CDC \(Centro de Control y Prevención de Enfermedades\)](#)  
[Coronavirus y el corazón](#)  
[Asociación Americana del Corazón](#)

## Inmunocomprometido

[Recursos Financieros \(Pacientes con Cáncer\)](#)  
[Fundación de Inmunodeficiencia](#)  
[Sociedad Americana del Cáncer](#)  
[Supervivencia del cáncer](#)  
[Alianza de Investigación del Lupus](#)

---

### Se olvidó de los seminarios sobre el COVID-19?

#### Mirelos en demanda

April 15, 2020 | [Cancer Connections "COVID-19"](#)  
April 20, 2020 | [One Health "COVID-19 Update Webinar"](#)  
April 23, 2020 | [Our Community, Our Health "COVID-19"](#)

Encuentre más seminarios y recursos sobre el COVID-19 [aquí](#).

---

**Jueves, 23 de abril de 2020**

*Nuestra Comunidad, Nuestra Salud* reunión virtual.

El Dr. Fred Southwick, experto en enfermedades infecciosas con más de 30 años de experiencia, proporcionará datos básicos sobre el COVID-19 con respecto a cómo el virus causa la enfermedad, las propagaciones, los síntomas y brevemente el tratamiento y la prevención.

El Dr. Southwick también proporcionará consejos sobre cómo navegar por la epidemia del COVID-19 para protegerse a sí mismo, a su familia y a sus amigos.

**Hora:** 5-6PM EDT

**Ubicación:** En línea a través de Zoom

**RSVP:** [bit.ly/COVIDRSVP](https://bit.ly/COVIDRSVP)

**Zoom Meeting Link:** [bit.ly/COVIDOCOH](https://bit.ly/COVIDOCOH)

**Meeting ID:** 957-1200-8822

Para obtener más información y ver nuestras reuniones de OCOH, visite [MyHealthStreet.org](https://MyHealthStreet.org)

---

## **Iniciativa de autoservicio para ropa, artículos de aseo y Naloxona**

### **Ropa y Artículos de Aseo**

Queremos asegurarnos de que tenga los artículos necesarios para mantener una buena salud e higiene personal.

### **Naloxona gratis para salvar vidas**

Seguimos comprometidos a proporcionar este potente medicamento que revierte los efectos de la sobredosis de opioides.

### **Seguridad Alimentaria para Familias**

Nos hemos unido con *Working Food* para proporcionar comidas a las familias que se comuniquen con HealthStreet al (352) 294-4880 para reservar su caja.

#### **Cada caja incluye:**

- Comidas perecederas preparadas por un chef con ingredientes frescos de granja.
- Sirve de cuatro a cinco personas.
- La comida se puede congelar para que dure más tiempo!

**¿Cuándo?** Miércoles, 29 de abril, 1-4 PM  
**¿Dónde?** Estacionamiento HealthStreet,  
**2401 SW Archer Rd, Gainesville, FL 32608**

Estaremos actualizando estas horas semanales, ya que variarán en función de la disponibilidad del personal.

---

### **¡Participe en Investigación para la Salud!**

La Universidad de Florida está reclutando participantes para los siguientes estudios:

- Estudio sobre consumo de cocaína, marihuana y alcohol: [haga clic aquí para leer más.](#)
  - Estudio sobre la mejora del cerebro y la memoria: [haga clic aquí para leer más.](#)
- 

### **Miercoles 29 de Abril del 2020 | 5: 15-6: 15PM EDT** **Nuestra Comunidad, Nuestra Salud, reunión virtual de salud:**

Investigación en Autismo.

Lo invitamos a unirse a nuestro panel de científicos mientras discutimos nuevos avances en la investigación del autismo, las intervenciones clínicas y la participación innovadora de la comunidad dentro de la disciplina. Nuestro panel de expertos incluye representantes de varios departamentos de la Universidad de Minnesota, incluidos psiquiatría, pediatría y medicina familiar y salud comunitaria. Además, agradecemos la participación del Centro para el TOC, la ansiedad y los trastornos relacionados de la Universidad de la Florida.

Reserve su cupo [aquí](#) para asistir en línea a través de Zoom. ¡Comparta esta invitación con sus amigos y colegas!

**Hora:** 5: 15-6: 15 p.m. EDT / 4: 14-5: 15 p.m. CDT

**Ubicación:** en línea a través de Zoom Meetings

**Reserva de cupo:** <https://bit.ly/AutismRSVP>

**Reunión de zoom:** <https://uflphi.zoom.us/j/661281739>

**ID de la reunión:** 661-281-739

Para obtener más información y ver nuestras reuniones de OCOH, visite [MyHealthStreet.org](http://MyHealthStreet.org)

## Haga que su voz sea escuchada y regístrese con nosotros

Su opinión es esencial para ayudarnos a brindarle los mejores servicios y recursos posibles durante este tiempo. HealthStreet quiere saber cómo le va durante el COVID-19. Para hacerlo más fácil, ¡hemos comenzado algunas frases para que las complete!

- Me estoy quedando sin \_\_\_\_\_.
- Si pudiera salir iría a \_\_\_\_\_.
- COVID va a cambiar permanentemente la forma en que \_\_\_\_\_.
- Vi algo que realmente me hizo feliz. Era: \_\_\_\_\_.

Envíenos su nombre (o iniciales / alias), ciudad y las historias y perspectivas que desea compartir por correo electrónico a [healthstreet@ufl.edu](mailto:healthstreet@ufl.edu) o llámenos al 352-294-4880.

Cuando envíe su información, infórmenos si tenemos permiso para compartirla con otros en nuestros boletines futuros. ¡Esperamos con interés escuchar de usted!

Esta encuesta de acción comunitaria está destinada a los residentes del estado de la Florida para que respondan de forma anónima a una breve serie de preguntas que el Departamento utilizará para ayudar a informar y mejorar la respuesta del estado a el COVID-19. El tiempo promedio para completar la encuesta es de dos minutos.

Por favor complete la encuesta en [www.strongerthanc19.com](http://www.strongerthanc19.com)

---

## Aplanar la Curva

**Quedese en casa, manténgase conectado e informado.**

Información pública general

Continúe visitando la página web oficial de [CDC COVID-19](https://www.cdc.gov/covid-19/) donde puede encontrar información actualizada y recursos para protegerlo a usted y a su familia. Como parte de nuestro compromiso, continuamos actualizando la página de [HealthStreet COVID-19](https://www.healthstreet.org/covid-19/) con recursos locales y en línea, seminarios, artículos de noticias y actividades para niños.

También lo invitamos a ver los seminarios más recientes de One Health sobre COVID-19. Los dos profesionales que presentaron tienen años de experiencia; de hecho, el Dr. Rasmussen es el ex Director de Preparación de Salud Pública de el CDC. Ver ahora:

- **Seminario 1:** Actualización de COVID-19: La salud pública y las perspectivas clínicas <https://www.youtube.com/watch?v=RethczgkZH0&feature=youtu.be>

- **Seminario 2:** Actualización de COVID-19: La salud pública y las perspectivas clínicas <https://www.youtube.com/watch?v=GUuax0P2mxc&feature=youtu.be>
- **Seminario 3:** Actualización de COVID-19: La salud pública y las perspectivas clínicas <https://www.youtube.com/watch?v=GUuax0P2mxc&feature=youtu.be>
- **Seminario 4:** Actualización de COVID-19: La salud pública y las perspectivas clínicas <https://www.youtube.com/watch?v=dc2AV5f-q9A&feature=youtu.be>
- **Seminario 5:** Actualización de COVID-19: La salud pública y las perspectivas clínicas <https://www.youtube.com/watch?v=jdlRnvpIJMQ&feature=youtu.be>

¡Seguimos comprometidos con usted!. Manténgase en contacto a través de [Twitter](#), [Facebook](#), llame al 352-294-4880 o envíe un correo electrónico a [healthstreet@ufl.edu](mailto:healthstreet@ufl.edu). Visite nuestro [calendario](#) y sitio web para obtener información actualizada, orientación y recursos.

---

### **Detenga la propagación del COVID-19 con buenos hábitos de salud personal**

- Evite tener contacto cercano con personas enfermas.
- ¡Practique el distanciamiento social y QUÉDESE EN CASA!
- Si está enfermo y no requiere atención médica inmediata, quédese en casa. Llame a su médico antes de visitarlo, para que él/ella pueda decirle qué hacer a continuación.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude, o use la manga superior. Ponga su pañuelo usado en una papelería de inmediato y lávese las manos lo más pronto posible con agua y jabón al menos 20 segundos.
- Limpie diariamente las superficies y objetos que se tocan con frecuencia (mesas, interruptores de luz, chapas de puertas y manijas de los gabinetes)
- Si las superficies están sucias, deben limpiarse con detergente y agua antes de la desinfección.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no

hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol.

Obtenga más información sobre lo que debe hacer para prepararse para el Coronavirus (COVID-19)

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>

---

### **Vea nuestro Calendario actualizado!**

¡Cada mes, HealthStreet organiza una variedad de servicios, clases, grupos de apoyo y eventos que tienen como objetivo mejorar la salud de la comunidad!

[https://phhp-epi-healthstreet-a2.sites.medinfo.ufl.edu/wordpress/files/2018/11/UF-HealthStreet-Calendar\\_January-2019.pdf](https://phhp-epi-healthstreet-a2.sites.medinfo.ufl.edu/wordpress/files/2018/11/UF-HealthStreet-Calendar_January-2019.pdf)

---

### **HealthStreet Services**

HealthStreet es un programa de participación comunitaria que conecta a los miembros de la comunidad con servicios médico, sociales y oportunidades para participar en investigaciones de salud en la Universidad de Florida. Al completar una evaluación de salud con uno de nuestros Trabajadores de la Salud de la Comunidad, podemos proporcionarle información sobre servicios de bajo costo o sin costo, incluidos exámenes de la vista, asesoramiento sobre salud mental, clases de baile, clases de cocina, grupos de apoyo de salud y un armario de ropa y elementos de aseo.

¡Su voz es importante y puede ser escuchado al convertirse en miembro de HealthStreet!  
Aprenda mas sobre HealthStreet.

---

¿Le gustaría ayudar a HealthStreet a construir una comunidad, apoyar a los estudiantes y continuar su investigación innovadora?

Haga una donación

¡Conéctese con nosotros en Facebook y Twitter! O visítenos en el sitio web [MyHealthStreet.org](http://MyHealthStreet.org)

HealthStreet en la Universidad de la Florida

Teléfono: (352) 294-4880  
2401 SW Archer Road, Gainesville, FL 32608

Preguntas? Por favor contacte a:

Jordan Laib

Asistente de Comunicaciones | HealthStreet en la Universidad de la Florida  
Colegio de Salud Pública y Profesionales de la Salud | Colegio de Medicina

[jordanlaib@ufl.edu](mailto:jordanlaib@ufl.edu) | (352) 294-48871