



Las personas que viven con VIH deben saber sobre el VIH y COVID-19

**SALUD
AGENCIA**

Estos son tiempos difíciles para todo el mundo. ONUSIDA insta a la gente a actuar con amabilidad, no con estigma y discriminación – las personas afectadas por COVID-19 son parte de la solución y deben ser apoyadas.

Los gobiernos deben respetar los derechos humanos y la dignidad de las personas afectadas por COVID-19. La experiencia adquirida con la epidemia del VIH puede aplicarse a la lucha contra el COVID-19. Al igual que en la respuesta al SIDA, los gobiernos deben trabajar con las comunidades para encontrar soluciones locales.

Las poblaciones clave no deben ser las más afectadas por el

aumento del estigma y la discriminación como resultado de la pandemia de COVID-19.

Sabemos que el COVID-19 es una enfermedad grave que afectará muy pronto a los países con mayor carga de VIH. Todo el mundo, incluyendo las personas que viven con el VIH, deberían tomar las precauciones recomendadas para reducir la exposición a COVID-19:

- Lavado de manos regular y minucioso con agua y jabón o frotándolas con un desinfectante a base de alcohol.

- Mantenga al menos 1 metro de distancia entre usted y cualquier persona que tosa o estornude.

- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

- Asegúrese de que usted y las personas que le rodean sigan una buena higiene respiratoria: cúbrase la boca y la nariz con el

codo doblado o con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude y deseche el pañuelo usado inmediatamente.

- Quédese en casa si se siente mal. Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica y llame con antelación. Siga las instrucciones de su autoridad sanitaria local.

Sin embargo, ONUSIDA reconoce que en muchos países, debido a la debilidad de los sistemas de atención en salud, los asentamientos informales, el hacinamiento en las ciudades y el transporte público y la falta de agua potable y saneamiento, los enfoques actuales de autoprotección, distanciamiento social y contención pueden no ser viables.

COVID-19 y las personas que viven con el VIH

COVID-19 es una enfermedad grave y todas las personas que

viven con el VIH deben tomar todas las medidas preventivas recomendadas para minimizar la exposición y prevenir la infección por el virus que causa COVID-19. Al igual que en la población general, las personas mayores que viven con el VIH o las personas que viven con el VIH con problemas cardíacos o pulmonares pueden tener un mayor riesgo de infectarse con el virus y sufrir síntomas más graves.

Todas las personas que viven con el VIH deben dirigirse a sus proveedores de atención de la salud para asegurarse de que disponen de reservas adecuadas de medicamentos esenciales.

A pesar de la ampliación del tratamiento del VIH en los últimos años, 15 millones de personas que viven con el VIH no tienen acceso a la terapia antirretroviral, lo que puede comprometer su sistema inmunológico.

Aprenderemos más de manera activa sobre cómo el VIH y el COVID-19 están afectando a las personas que viven con el VIH a partir de las respuestas de los países y las comunidades a ambas epidemias. Se compartirán e imitarán las lecciones aprendidas con relación a la puesta en marcha de innovaciones y a la adaptación del sistema de suministro con el fin de minimizar el impacto sobre las personas que viven con el VIH. Hasta que se disponga de más información, las personas que viven con el VIH, sobre todo quienes se encuentren en un estado avanzado de la enfermedad o aún no la tengan muy controlada, deberán ser cautas y prestar atención a las medidas de prevención y las recomendaciones. Es igualmente fundamental que la gente que vive con el VIH cuente con una reposición multimensual de sus medicamentos para el VIH.

Es importante que no olvides tomar los medicamentos

AGENCIA NMR

“Siempre tengo problemas para recordar tomarme el medicamento que me recetó el médico, ¿Qué puedo hacer?” Esta es una de las preocupaciones que nos traen los pacientes al preguntarle sobre el manejo de su condición. Las estadísticas dicen que 1 de cada 2 pacientes tiene problemas en cumplir con la terapia de medicamentos recetada.

Si comienzas una terapia de medicamentos, es normal que eso te pueda

ocurrir, por lo que debes tomar medidas para asegurarte completar el tratamiento o bien, mantenerte en el mismo, si es para una condición de mantenimiento.

La adherencia o el tomar/ administrar tus medicamentos, como te los recomendó tu médico, no sólo te ayuda a controlar tu enfermedad y tratar los síntomas, sino que previene complicaciones y evita futuras enfermedades.

Algunas de las razones para no cumplir con tu terapia pueden ser:



- Olvido
- Desconocimiento
- Posibles efectos secundarios
- Dificultad para entender las instrucciones
- Costo elevado
- Medicamento tarda en producir efectos

Si tu problema es olvido, existen algunas estrategias que puedes usar para recordar tomarte el medicamento:

1. Pastilleros: Existen alternativas para preparar la terapia semanal o mensual lo que facilita tomar todos los medicamentos diarios. Si los medicamentos varían de horario, existen pastilleros que te dividen las mismas por momento del día. Hoy día existen pastilleros con alarmas para alertarte a la hora que debes tomar tus medicamentos.
2. Relaciona tomar tu terapia con alguna actividad como desayuno, cepillarte los dientes, etc.
3. Pon alarmas en tu ce-

lular para recordatorio cada día; este te permite también poner diversas alarmas a lo largo del día si tienes varios horarios en que debes tomar medicamentos.

4. Deja los medicamentos en un lugar visible, esto hará más fácil que no lo olvides.

5. Busca apoyo en algún familiar o amigo para que te recuerde tu medicamento

6. Existen aplicaciones móviles que te pueden ayudar a recordar tu terapia. Para esto, debes ir al app store de tu teléfono celular y buscar bajo “Recordar Medicamentos”, ahí te ofrecen muchas alternativas.

Evalúa cual es más con-

veniente para ti.

Si la razón por la que no cumples con tu terapia es desconocimiento, posibles efectos secundarios, dificultad para entender las instrucciones, costo elevado o que tarda en producir efecto, te invito a que llames o visites tu médico o farmacéutico para que te ofrezcan la información que necesitas para aclarar tus dudas.

Es muy importante que conozcas tu condición de salud y tus medicamentos. Aclara cualquier duda antes de salir de la oficina médica o de la farmacia.

Tu médico y farmacéutico son tus mejores aliados para una mejor salud.

TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,
EXTRACCIONES, ROOT CANAL,
IMPLANTES, COSMETICA DENTAL,
TRATAMIENTO DE ENCIAS.



Abrimos hasta tarde
los sábados y domingos.

ORTODONCIA:

FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros
y Medicaid. Financiamiento a 12 meses
sin intereses con crédito aprobado.

703-256-1183

5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

PACIENTES NUEVOS

Limpieza
\$49

Incluye: Examen y consulta.
Chequeo del cancer bucal
4 Rayos X (bitewing)
Precio Regular \$200.
Sólo pago en efectivo.
No válido con seguro para terceros.

Pediatras de Springfield



Dr. Arshia Qaadir
Dr. Jacqueline Hoang
Dr. Laurie Moore
Dr. Mirella Marshall
Dr. Sonia Singh

Los mejores Pediatras en el área

Venga y lo ayudaremos con la salud de su hijo

- Atendemos a niños recién nacidos hasta los 21 años de edad, chequeos médicos, vacunas, comportamiento del niño
- Aceptamos la mayoría de seguros médicos, incluso Medicaid.

5502 Backlick Road
Springfield, VA 22151

Disponible horarios en la
noche y fines de semana

703-642-8306

Vinh Tran, DDS



NUESTROS SERVICIOS:

- Exámenes completos y Emergencias
- Limpieza Regular y Profunda
- Rellenos y Blanqueamiento
- Tratamientos de Conductos
- Coronas y Puentes
- Dentaduras completas y Parciales

Siempre aceptamos nuevos pacientes! Entra para un examen completo o de emergencia, hablaremos de sus necesidades de salud oral, y cómo podemos ayudarle mejor.

Si las citas no son realmente su estilo, de igual forma los pacientes siempre son bienvenidos!

Trabajamos
con una gran
variedad
de seguros!

6329 ARLINGTON BLVD SUITE C
FALLS CHURCH VA 22044
(703) 237 6703 • www.vinhtrandds.com

Jueves, Viernes, Sabados 9 am to 4 pm • Domingos: 9 am to 1 pm





Añaden nuevos síntomas para el COVID-19

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos, (CDC, por sus siglas en inglés), agregaron 6 síntomas más a la lista de los síntomas relacionados al coronavirus. Aunque en un principio, los CDC habían indicado que los síntomas principales eran tos seca, fiebre y dificultad para respirar se añadieron más tras conocer más sobre este nuevo virus. Los posibles síntomas que fueron añadidos a los ya establecidos son:

- Escalofríos
- Temblores seguidos en el cuerpo
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Pérdida del olfato y el gusto

La agencia aclaró en su página web que los síntomas generalmente se sienten de 2 a 14 días después de que la persona fue expuesta a la enfermedad.

Por otro lado, recuerdan que los adultos mayores y las personas con afecciones subyacentes graves, como



enfermedades cardíacas o pulmonares o diabetes, parecen correr mayor riesgo de presentar complicaciones más graves a causa del COVID-19.

Además, actualizaron la lista de síntomas de emergencia del coronavirus que requieren de atención médica de inmediato; aunque aclaran que no incluyen todo y que es importante consultar a su proveedor de servicios médicos si presentan otro síntoma grave o que sea preocupante:

- Dificultad para respirar

■ Dolor o presión persistente en el pecho

■ Confusión o dificultad para estar alerta (un síntoma que no hubiera presentado antes)

■ Muestra de un color azulado en los labios y el rostro

De tener una emergencia médica piden te comuniques al 911 e informes al operador que tienes, o crees que podrías tener, COVID-19.

De ser posible, recuerde cubrirse la cara antes de que llegue el personal de servicios médicos.



La Clínica Proyecto Salud ofrece servicios médicos a las Familias Latinas

Si vive en el condado de Montgomery y no tiene Seguro Médico su consulta puede costarle \$30.

También servimos pacientes con Medicaid y Medicare.

CLINICA
Proyecto Salud
CLINIC

Nuestra clínica principal está ubicada en el centro comercial de Westfield, en Wheaton

**11002 Viers Mill Road
Wheaton, Maryland 20902**

(en el edificio frente al parqueo de Costco y al lado del cine AMC).

Para más información visite nuestra página de internet

www.proyectosalud.org

Llame hoy para hacer una cita al

301-962-6173

¡¡¡Ahora contamos con un dispositivo de tracción para la pérdida de erección prematura!!!

GERMANTOWN

Urology Center

Se habla
español

Los resultados médicos que tú necesitas. La relación personal que tú quieres.

CENTRO DE ALTA CALIDAD

- Eliminación de piedras en el Riñón y la Vejiga sin cirugía.
- Problemas de Próstata: cáncer, agrandamiento de la próstata, cirugía con laser para problemas de la próstata.
- Tratamientos para la impotencia sexual masculina sin cirugía.

Con una Vasectomía sin bisturí el sábado, puede estar de regreso al trabajo el lunes.

Tratamos la eyaculación precoz

DR. ALLEN A. FARSAI

Atendemos Sábados de 8am - 2pm

**10% de
Descuento**

Germantown Urology Center
20629 Boland Farm Road, Germantown, MD 20876

301-428-3040

