



**Tome su decisión**

FOTO: ISTOCK PHOTOS

# Los Beneficios de vacunarse contra el COVID-19

WASHINGTON HISPANIC

**V**acunarse contra el COVID-19 será una herramienta importante para ayudar a frenar la pandemia

Entendemos que puede haber personas a quienes les preocupe vacunarse una vez que haya una vacuna contra el COVID-19 disponible en los Estados Unidos.

Si bien estas vacunas se están desarrollando lo más rápido posible, siguen estando vigentes los procesos y procedimientos que garantizan la seguridad de cualquier vacuna que reciba autorización o aprobación de uso.

La seguridad es la principal prioridad, y hay muchos motivos para vacunarse.

Datos acerca de las vacunas contra el COVID-19

El siguiente es un resumen de los beneficios de la vacuna contra el COVID-19 con base en la información disponible en la ac-

tualidad.

Los CDC seguirán actualizando estos datos en la medida que haya más información disponible.

## La vacunación contra el COVID-19 ayudará a evitar que contraiga la enfermedad

■ Las vacunas contra el COVID-19 están siendo sometidas a evaluaciones exhaustivas en ensayos clínicos y serán aprobadas o autorizadas solo si reducen de manera sustancial la probabilidad de contraer el COVID-19.

■ Con base en lo que sabemos acerca de las vacunas para otras enfermedades, los expertos creen que vacunarse contra el COVID-19 podría evitar que se enferme gravemente incluso si se contagia COVID-19.

■ Vacunarse también puede proteger a las personas a su alrededor, en especial aquellas con mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa del COVID-19.

■ Los expertos siguen llevando adelante estudios para evaluar el efecto de la vacuna contra el

COVID-19 sobre la gravedad de la enfermedad en los casos de COVID-19, así como su capacidad de evitar que las personas propaguen el virus que causa el COVID-19.

## La vacunación contra el COVID-19 será una forma más segura de ayudar a generar protección

■ El COVID-19 puede provocar complicaciones graves que ponen en riesgo la vida, y no hay forma de saber de qué manera podría afectarlo el COVID-19. Además, si se enferma podría contagiar la enfermedad a amigos, familiares y a otras personas de su entorno.

■ Los ensayos clínicos de las vacunas contra el COVID-19 primero deben demostrar que son seguras y efectivas para que se pueda autorizar o aprobar su uso. Los beneficios conocidos y posibles de una vacuna contra el COVID-19 deben superar los riesgos conocidos y posibles de la vacuna para que se utilice en virtud de lo que se conoce como Auto-

rización para Uso de Emergencia (EUA, por sus siglas en inglés).

■ Contagiarse COVID-19 podría generar algo de protección natural, conocida como inmunidad.

Pero los expertos no saben cuánto tiempo dura esta protección, y el riesgo de enfermarse gravemente y morir a causa del COVID-19 es mucho más alto que cualquier beneficio que pueda aportar la inmunidad natural.

■ Las vacunas contra el COVID-19 ayudarán a protegerlo al crear una respuesta de generación de anticuerpos sin que deba sufrir la enfermedad.

■ Tanto la inmunidad natural como la producida por una vacuna son aspectos importantes del COVID-19 que los expertos están buscando conocer en mayor profundidad, y los CDC mantendrán al público informado en la medida que haya más evidencia disponible.

**Vacunarse contra el COVID-19 será una herramienta impor-**

## tante para ayudar a frenar la pandemia

■ Usar mascarillas y respetar el distanciamiento social son prácticas que ayudan a reducir la probabilidad de exposición al virus o de propagarlo a otras personas, pero estas medidas no son suficientes. Las vacunas actuarán sobre su sistema inmunitario para que esté en condiciones de combatir el virus si se ve expuesto al mismo.

■ Vacunarse y seguir las recomendaciones de los CDC para protegerse y proteger a otras personas ofrecerán la mejor protección contra el COVID-19.

■ Detener una pandemia exige usar todas las herramientas a nuestra disposición. En la medida que los expertos aprendan más acerca de cómo una vacuna contra el COVID-19 podría ayudar a reducir la propagación de la enfermedad en las comunidades, los CDC seguirán actualizando las recomendaciones con la última evidencia científica disponible para proteger a las comunidades.

NO ESTA PROBADO

# El riesgo de infectarse por COVID-19 a través de los alimentos

**SALUD**  
WASHINGTON HISPANIC

**S**e cree que el riesgo de infectarse por COVID-19 a través de los alimentos que usted cocina y del consumo de comidas de restaurantes y comidas para llevar es muy bajo.

Actualmente, no hay evidencias que demuestren que el virus que causa el COVID-19 pueda propagarse a través de los alimentos.

■ Se cree que el riesgo

de infección por el virus a través de productos alimenticios, alimentos envasados y bolsas es muy bajo.

■ Por el momento no se han identificado casos de COVID-19 en los cuales se crea que la infección ha sido causada por el contacto con alimentos, envases de alimentos o bolsas de compras.

■ Aunque algunas personas que trabajan en establecimientos dedicados al procesamiento y a la producción de alimentos se han infectado por COVID-19, no hay evidencias que muestren que el virus se transmita a los consumido-

res a través de los alimentos o los envases manipulados por los trabajadores de estos establecimientos.

Seguridad de los alimentos en la cocina

Use prácticas de seguridad de los alimentos adecuadas cuando manipula alimentos y antes, durante y después de preparar la comida o consumir los alimentos.

■ Actualmente, no hay evidencia de que el virus que causa el COVID-19 pueda transmitirse a las personas a través de los alimentos.

■ Sin embargo, es importante manipular los alimentos de manera segura y cocinarlos utilizando las temperaturas de cocción recomendadas como de

sitio externo para prevenir las enfermedades transmitidas por los alimentos.

■ No se ha detectado el virus que causa el COVID-19 en el agua potable. La Agencia de Protección Ambiental regula las plantas de tratamiento de agua para garantizar que el agua potabilizada sea segura para su consumo.

## Superficies limpias

■ Limpie y desinfecte con regularidad los mesones de la cocina con un producto desinfectante disponible en el mercado como de sitio externo o una solución desinfectante casera hecha con 5 cucharadas (1/3 de taza) de blanqueador con cloro líquido sin aroma en 1 galón de agua o 4 cu-



FOTO:ISTOCK PHOTOS

charaditas de blanqueador con cloro por cada cuarto de galón de agua.

■ Deje actuar la solución sobre la superficie por al menos 1 minuto. Antes de preparar la comida en el mesón de la cocina, enjuague con agua la superficie desinfectada.

■ No utilice solución ni ningún producto desinfectante sobre los alimentos o envases de alimentos.

■ Conozca más icono de sitio externo acerca de la compra de alimentos y comestibles durante la pandemia de COVID-19.

■ Si alguien en su casa está enfermo, limpie y desinfecte las superficies de "contacto frecuente" todos los días como manijas y tiradores, mesones de cocina, grifos, interruptores de luz y manijas de las puertas.

## 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.

## Manipulación diaria de alimentos envasados y productos frescos

**SALUD**  
WH

**S**e cree que el riesgo de infección por el virus a través de productos alimenticios, alimentos envasados y bolsas es muy bajo. Por el momento no se han identificado casos de COVID-19

en los cuales se crea que la infección ha sido causada por el contacto con alimentos, envases de alimentos o bolsas de compras.

Las buenas prácticas de seguridad de los alimentos son siempre importantes para reducir el riesgo de enfermedades producidas por agentes patógenos presentes en los alimentos.

### Manipulación de alimentos envasados

■ Cuando se trata de alimentos no envasados, refrigere o congele las carnes rojas, carnes de aves, huevos, alimentos de mar y otros alimentos perecederos dentro de las 2 horas de haber realizado la compra.

■ NO use desinfectantes aptos para superficies duras, como cloro y amoníaco, para los alimen-

tos con envases de cartón o plástico.

■ Si las bolsas de tela reutilizables se ensucian, siga las instrucciones de lavado y séquelas con la configuración de temperatura máxima.

Manipulación y limpieza de alimentos frescos

■ NO lave los productos frescos con jabón, cloro, desinfectante, alcohol ni con otros productos químicos.

■ Enjuague delicadamente las frutas y verduras con agua corriente fría.

■ Frote los alimentos frescos sin cortar (p. ej., papas, pepinos, melones) con un cepillo limpio, incluso si no planea comerlo con cáscara o piel.

■ No está demostrado que condimentos como la sal, el vinagre, el jugo

de lima y el jugo de limón sean eficaces para quitar los gérmenes de los productos frescos.

### Kits de comidas y entregas

■ Debido al brote de COVID-19 y el aumento de la demanda, algunas entregas podrían verse demoradas.

■ Si tiene un kit de comida o una entrega a domicilio de comida preparada congelada, verifique la temperatura de todos los alimentos que suelen conservarse en el refrigerador o congelador (como la leche, la carne y los huevos) inmediatamente después de recibirlos al utilizar un termómetro de uso alimentario, y asegúrese de que la temperatura del alimento sea de 40 °F o menos.

## Pediatras de Springfield

Dr. Arshia Qadir  
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

Disponibles 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, Sábados 9 am to 4 pm • Domingos: 9 am to 1 pm

