



Jefferson County



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

Salud Pública del Centro de Oregon Actualización Mensual

26 de Julio de 2024

Prevención y Concientización de la Rabia



Un murciélago encontrado en Bend a mediados de julio dio positivo contra la rabia, lo que llevó a Salud Pública a instar a los residentes a tomar precauciones para protegerse y sus mascotas. La rabia se propaga a través de mordeduras o arañazos de animales infectados, incluidos los murciélagos. Aunque los tratamientos están disponibles después de la exposición, la prevención sigue siendo la mejor defensa. Esto es lo que necesitas saber:

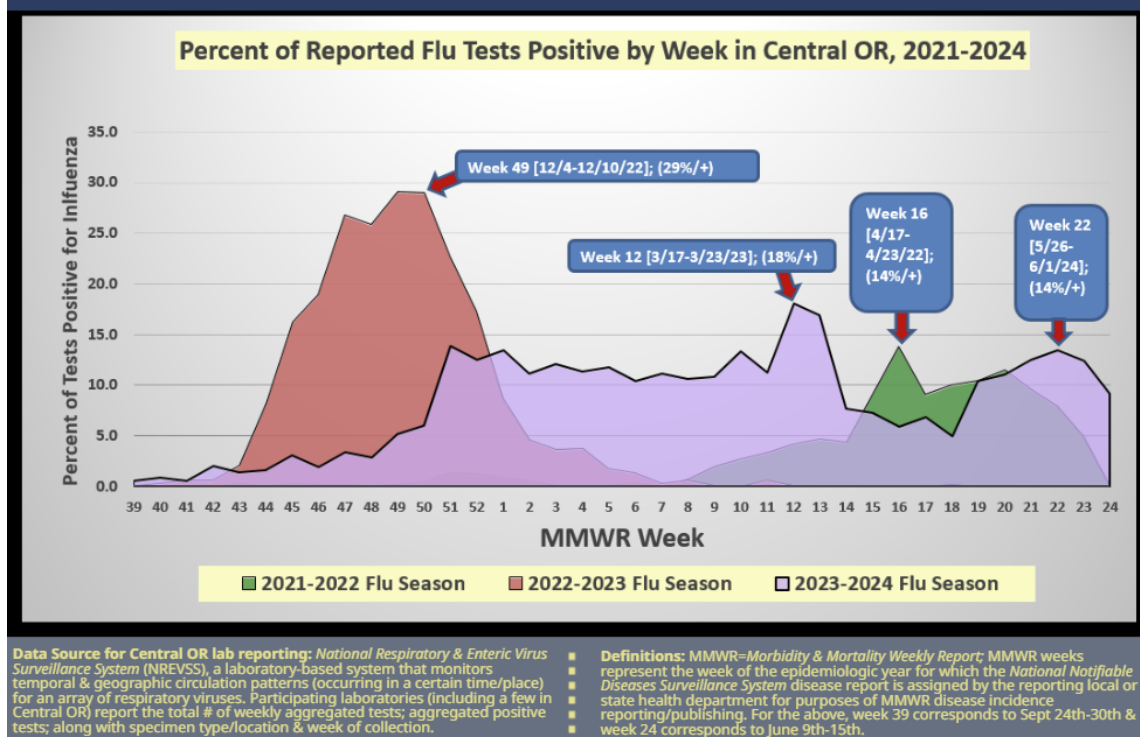
Precauciones a tomar:

- **Evite el contacto con los murciélagos:** Ya sea que parezcan sanos, enfermos, vivos o muertos, es crucial mantenerse alejado de los murciélagos. Mantenga a los niños y mascotas lejos de ellos.
- **No Manipule Animales Salvajes:** Absténgase de alimentar o manipular animales callejeros y animales salvajes, que también pueden portar rabia.
- **Vacune a las mascotas:** Asegúrese de que todos los perros, gatos y hurones estén vacunados contra la rabia. Esto no solo los protege, sino que también actúa como una barrera entre los seres humanos y los animales salvajes potencialmente infectados. Los perros, gatos y hurones deben recibir su primera vacuna contra la rabia entre los tres y seis meses de edad. Se requiere una vacuna de refuerzo un año después de la vacunación inicial, seguida de actualizaciones cada tres años.

Los murciélagos son beneficiosos para nuestro medio ambiente, pero a veces menudo son portadores de rabia en los EE.UU. Cada verano, el Condado de Deschutes generalmente identifica de 2 a 5 murciélagos que dan positivo contra la rabia. Si te encuentras con un murciélago que muestra un comportamiento inusual, como volar durante el día, ser encontrado en interiores o luchar en el suelo --- toma precauciones. Mueva a los niños y mascotas a un lugar seguro y comuníquese con el Departamento de Pesca y Vida Silvestre de Oregon (ODFW) al (541) 388-6363 o con un operador local de control de animales salvajes inmediatamente.

Bajo la ley de Oregon, los animales sin vacunas antirrábicas actuales que están expuestos al virus deben someterse a una cuarentena estricta o, en algunos casos, ser sometidos a eutanasia. Si sospecha contacto entre una persona o mascota y un murciélago, repórtelo inmediatamente al Control de Animales del Condado de Deschutes al (541) 693-6911 o a Salud Ambiental del Condado de Deschutes al (541) 317-3114.

Actualización Epidemiológica (18/7/24)

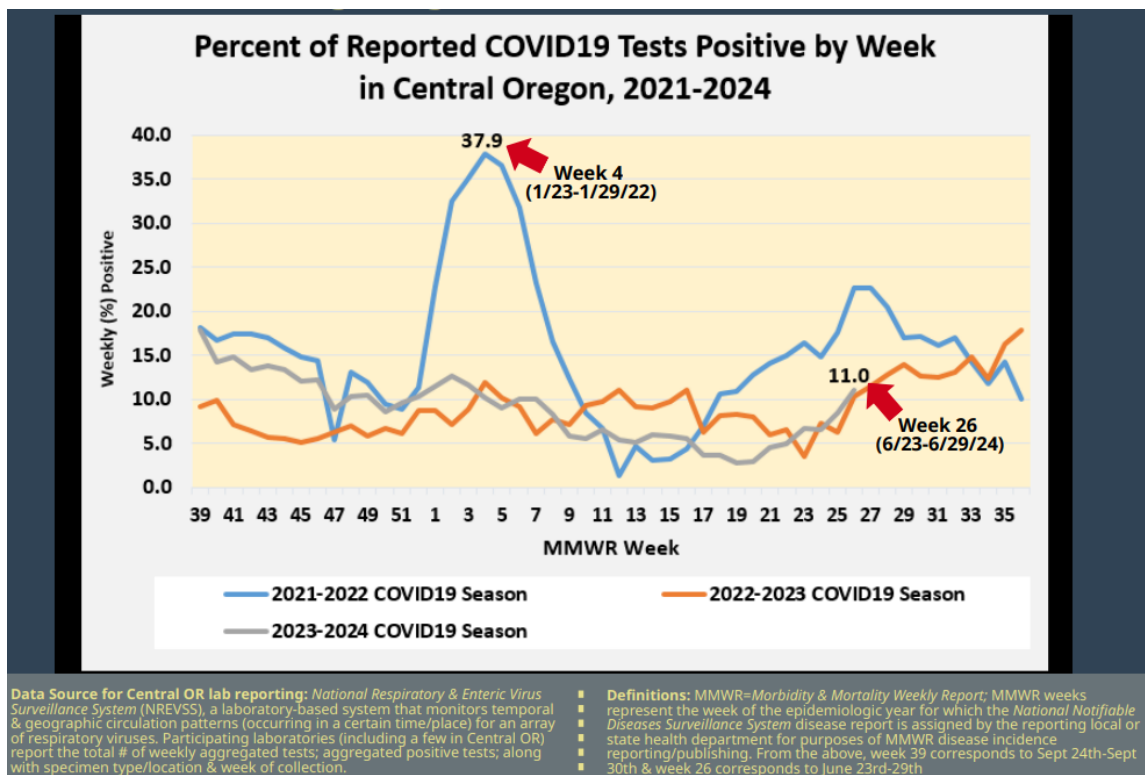
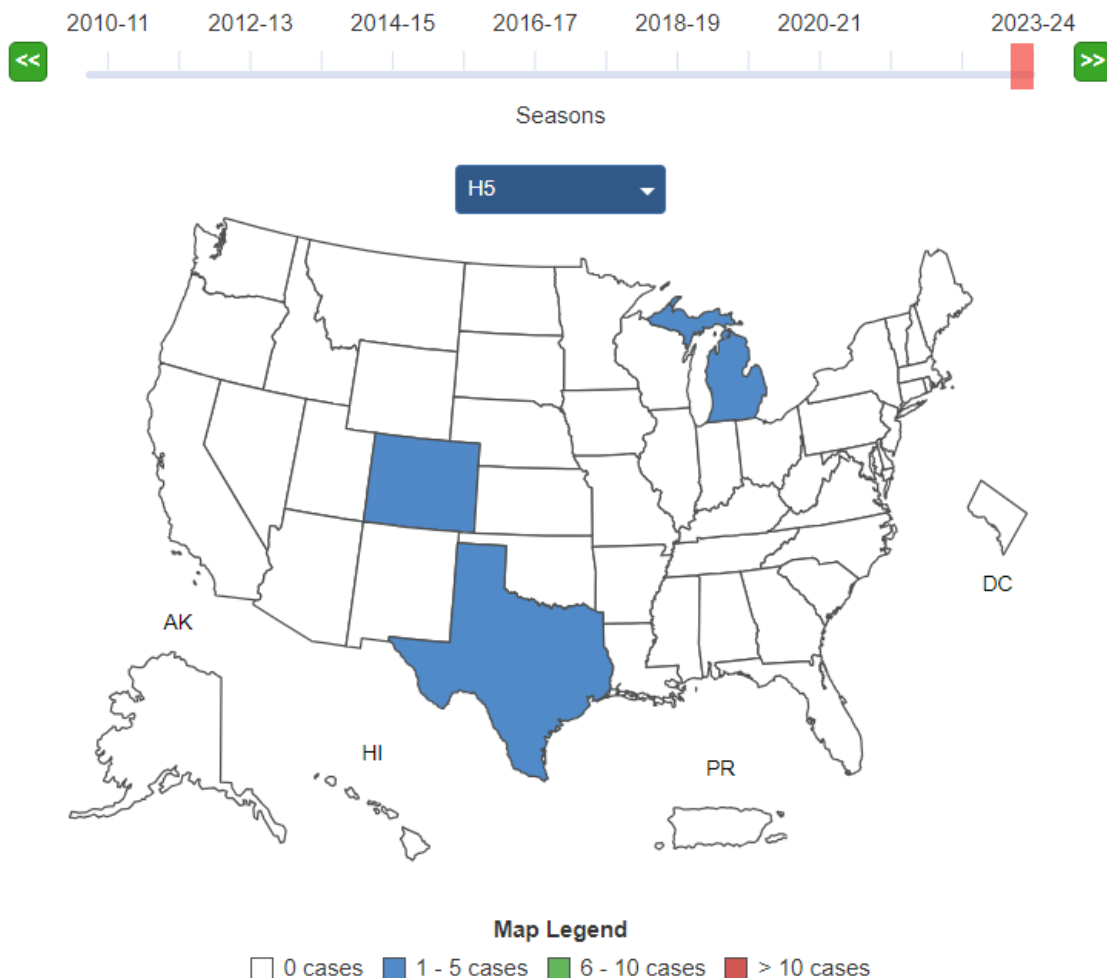


Revisión de la temporada de influenza

Esta temporada de influenza pasada comenzó con un aumento constante en los casos positivos de influenza alrededor de la semana MMWR 51 (12/17-12/23/23) (un poco más tarde que la temporada del año pasado, donde un aumento más dramático en los casos alcanzó su máximo en la semana 49 (4/12-10/12/22)), seguido de un estado algo estable de (%/+s) observado durante gran parte del final del invierno/primavera [rango: 10-13(%/+s)]. A mediados de marzo y también a finales de mayo, dos picos adicionales (inusuales) ocurrieron al final de la temporada, aunque a partir de la semana 24 de MMWR (9/6-6/15/24) las pruebas de la influenza (+) han continuado con una tendencia a la baja.

En línea con los informes de influenza de la OHA (vea las actualizaciones semanales de FluBites [aquí](#)), la vigilancia regional del centro de Oregon continuará hasta el 1 de octubre de 2024 este año. Mientras que la temporada de gripe en años anteriores se ha monitoreado generalmente desde principios de octubre hasta finales de mayo, los CDC recomiendan continuar la vigilancia durante el verano debido a las crecientes preocupaciones asociadas con el **nuevo virus de la influenza aviar A (H5N1)** y la necesidad de tener una imagen precisa de las cepas de influenza circulantes actuales. Si bien el riesgo actual para la salud pública es bajo (y hasta la fecha no se han producido casos humanos de H5N1 en Oregon), los CDC están monitoreando cuidadosamente la situación con actualizaciones y más información proporcionada [aquí](#).

Novel Influenza A Virus Infections



Actualización COVID-19

Esta temporada de COVID-19 siguió una tendencia algo similar a la de la temporada pasada con (%/+) casos que van entre el 3% (MMWR semana 19;

5/5-511/5/24) y el 18% (semana 39; 24/9-30/9/23), con una tendencia creciente notable en el período de junio (ver línea gris arriba). Tanto para las temporadas 2022-23 como para las 2023-24, se produjeron casos más altos (%/+) en el período de septiembre, con la ausencia de un pico más extremo como se observó en la temporada 2021-22 (período de finales de enero del 2022, véase la línea azul arriba).

Actualmente, las variantes dominantes del SARS-CoV-2* Omicron a nivel nacional incluyen KP.2, KP.3 y LB.1 (todas descendieron de la variante JN.1, que parece ser más transmisible (en comparación con otras variantes), aunque no causan una enfermedad tan grave). Lea más sobre estas variantes [aquí](#).

**El síndrome respiratorio agudo severo coronavirus 2 (SARS-CoV-2) es el virus que causa la enfermedad conocida como enfermedad coronavirus 2019 (COVID-19) mascotas de esta enfermedad viral grave.*

Cazadores de mitos: ¡Edición de Seguridad Alimentaria!



El verano ya está aquí, y eso significa que la temporada de barbacoas está en pleno apogeo. Si el pollo está en su menú esta noche, ahora la mejor opción de Estados Unidos, ¿cómo puede estar seguro de que es seguro para comer?

Mito: El pollo es seguro una vez que ya no es color rosa por dentro.

Hecho: El color y la textura no son indicadores fiables de seguridad. Siempre use un termómetro para alimentos. Las aves de corral deben alcanzar los 165°F internamente. El pollo crudo alberga bacterias que prosperan a temperaturas entre 41-135°F. Cocinar destruye bacterias dañinas como la Salmonella y la E. coli, previniendo enfermedades transmitidas por los

alimentos.

Del mismo modo, tocar una hamburguesa no te dirá si está completamente cocida. La carne de res debe alcanzar 155-160°F (155°F mínimo en entornos comerciales; 160°F recomendado en casa).

Temperaturas de cocción seguras:

- Peces: 145°F
- Carne molida de res: 160°F
- Avícola (incluidos el pollo y el pavo): 165°F
- Los "hotdogs" suelen estar precocidos; siga las instrucciones de la etiqueta.

Más información en [FoodSafety.gov](https://www.foodsafety.gov).

Tomar las temperaturas de los alimentos: Asegúrese de que su termómetro esté calibrado:

1. Llena un vaso con hielo triturado y agua.
2. Espere tres minutos, y luego inserte el termómetro; debe leer 32 ° F.
3. Si no, calibrarlo en consecuencia.

Inserte el termómetro en la parte más gruesa de la carne para una lectura precisa. Lave la punta del termómetro antes de volver a comprobarlo.

Anualmente, las enfermedades transmitidas por alimentos afectan a 1 de cada 6 estadounidenses, causando 128000 hospitalizaciones y 3,000 muertes. Los síntomas van desde molestias leves hasta complicaciones graves, especialmente para los grupos vulnerables.

Manipule y cocine los alimentos adecuadamente para protegerse a si mismo y a su familia. Para obtener más información sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos, visite [la página web de bacterias y virus de la FDA](#). Si sospecha que hay una enfermedad transmitida por los alimentos, busque atención médica de inmediato. Reporte Preocupaciones a los Servicios de Salud Ambiental del Condado de Deschutes [aquí](#).



CAZADORES DE MITOS SOBRE SEGURIDAD ALIMENTICIA



MITO: Mi pollo o pavo está listo y es seguro comerlo cuando ya no está rosado por dentro.



REALIDAD: Ver el color y la textura no es una forma confiable de saber si los alimentos son seguros para comer. La única forma de saber que los alimentos se han cocinado a una temperatura interna segura es usar un termómetro digital para alimentos. Las aves deben cocinarse hasta que la temperatura interna alcance los 165°F en un termómetro digital para alimentos.

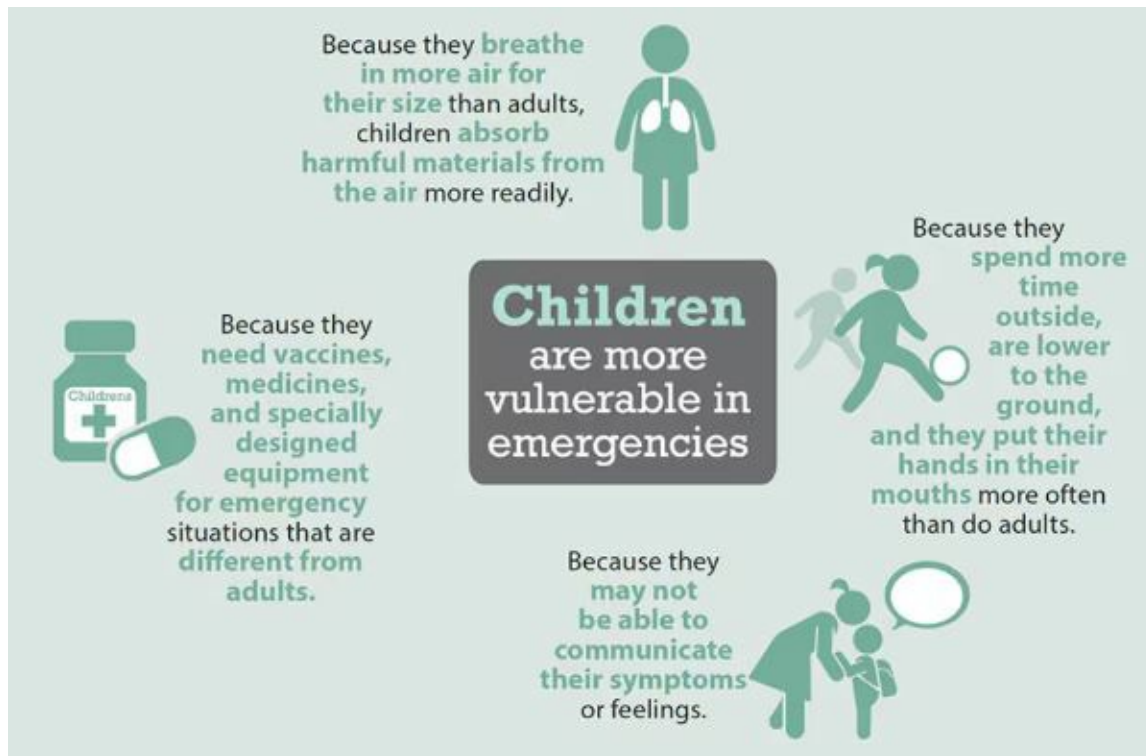


fightbac.org/mythbusters



Preparación para Infantes y Jóvenes

Es común escuchar la frase “los niños son nuestro futuro”... pero ¿cómo podemos ayudarlos a planificar y prepararse para emergencias que puedan ocurrir en cualquier momento?



Si bien tienen riesgos únicos, los niños y jóvenes pueden desempeñar un papel importante durante las emergencias. Es importante que los niños sepan qué hacer en una emergencia y es nuestro trabajo como comunidad asegurarnos de que tengan la confianza de usar sus habilidades cuando más importa. Aquí hay algunas maneras en que podemos ayudar a involucrar a los niños y jóvenes en la preparación para emergencias:

1. **Hable con sus hijos sobre la preparación para emergencias.** Puede sonar obvio, pero a menudo las familias crean planes de emergencia sin involucrar a los niños. Es importante que los niños sepan dónde están ubicados los kits de emergencia y cuál es el plan si necesitan evacuar la casa. Los niños que están preparados pueden experimentar menos ansiedad y sentirse más seguros durante emergencias y desastres reales. Consejo: Si usar las palabras ‘desastre’ o ‘emergencia’ causa demasiada ansiedad, use el término ‘disrupción’. Los niños realmente manejan las interrupciones todo el tiempo – solo necesitan tener confianza en cómo usar sus habilidades cotidianas para manejar una interrupción mayor, como un corte de energía.
2. **Construir kits de preparación para emergencias juntos.** Una vez más, cuantos más participen los niños en la planificación, más seguros estarán si necesitan usar los kits de emergencia durante un desastre. Además de los artículos comunes en los kits de emergencia (por ejemplo, linternas, baterías, ropa), pida a los niños que elijan un artículo de comodidad que sea especial para su kit de emergencia (por ejemplo, animal de peluche, camiseta acogedora). También pueden ir de

compras juntos y elegir artículos en la tienda de comestibles o Dollar Tree para la construcción de kits. [Sesame Workshop](#) es también un gran recurso que tiene varios videos divertidos sobre la fabricación de kits de emergencia.

3. **Jueguen juegos juntos.** Hay una serie de [juegos](#) desarrollados específicamente para ayudar a los niños a participar en la preparación y pensar en qué hacer durante una interrupción (o desastre). Incluso algunas [canciones pegajosas](#) podrían interesar a los niños más pequeños.
4. **Manténgase informado:** Manténgase al día con las emergencias locales en el Condado de Deschutes. Si sus hijos tienen teléfonos celulares, inscríbase en [Deschutes Alerts](#) para que reciban notificaciones sobre emergencias locales. Como padre/ madre o cuidador, puede agregar varias direcciones a su perfil de Deschutes Alerts, incluida la dirección de la guardería o la escuela de su hijo.
5. **Prepárese con HERO Kids Registry:** Ayude a sus hijos registrándolos en el registro de [HERO Kids Registry](#) Este sistema seguro permite a las familias registrar detalles de salud importantes a los que el personal de emergencia y el personal del hospital pueden acceder rápidamente durante una emergencia. Es gratis y garantiza una mejor atención cuando cada momento cuenta.

Al ayudar a nuestros niños a prepararse para posibles interrupciones, pueden convertirse en influencias positivas en nuestra comunidad y contribuir a su resiliencia.

Agosto es el Mes Nacional de Conciencia sobre el Fentanilo y Sobredosis



La naloxona (también conocida como "Narcan"), es un medicamento que salva vidas y que se utiliza en sobredosis de drogas

En los últimos años, el problema de las sobredosis de drogas ha ganado una atención significativa en todo el mundo. Al enfocarnos en la concientización, la educación y el apoyo, podemos hacer una diferencia real en el impacto de la sobredosis en nuestras comunidades.



Foto tomada del Programa de Reducción de Daños de DCHS y la Clínica Móvil Mosaic en el campo, proporcionando servicios juntos.

Educación y Concientización - Empoderando a Nuestra Comunidad: El conocimiento es poder. Al educarnos a nosotros mismos y a los demás sobre los signos de sobredosis y la importancia de una acción rápida, podemos salvar vidas. El Condado de Deschutes ofrece capacitación gratuita sobre cómo reconocer una sobredosis y usar naloxona (también conocida como “Narcan”), un medicamento que salva vidas que puede revertir los efectos de una sobredosis de opioides.

Sistemas de Apoyo - Construyendo una Red de Atención: Una de las herramientas más poderosas que tenemos para combatir las sobredosis es la fortaleza de nuestras redes de apoyo. Fomentar conversaciones abiertas sobre la adicción y la salud mental reduce el estigma y facilita que las personas busquen ayuda. Los grupos de apoyo locales, las líneas directas, las coaliciones y los centros comunitarios brindan oportunidades de apoyo. Juntos, podemos crear un ambiente donde todos se sientan apoyados y comprendidos.

Soluciones innovadoras - Dar la bienvenida al cambio: La innovación desempeña un papel crucial para abordar la crisis de sobredosis. Desde nuevos métodos de tratamiento hasta estrategias de reducción de daños, hay muchos desarrollos emocionantes en el campo. Por ejemplo, algunas comunidades tienen acceso 24/7 a naloxona, Centros de Recuperación Comunitaria y páginas de recursos centralizados, todo lo cual fomenta un cambio positivo.

Participación de la comunidad - haciendo una diferencia juntos. Todo el mundo tiene un papel que desempeñar en la concientización y prevención de sobredosis. El voluntariado con organizaciones locales, la participación en eventos de concientización y la defensa de cambios en las políticas son solo

algunas maneras de involucrarse.

Avancemos con esperanza. Si bien el desafío de la sobredosis es significativo, también lo es nuestra capacidad de compasión, innovación y acción. Al enfocarnos en la educación, el apoyo y la participación de la comunidad, podemos cambiar el rumbo y crear un futuro más brillante y saludable para todos.

Para más información, por favor contacte:

- Servicios de Salud del Condado de Deschutes (541) 322-7400
- Departamento de Salud del Condado de Crook (541) 447-5165
- Departamento de Salud del Condado de Jefferson (541) 475-4456

!Noticias en Espanol!



El mes pasado estrenamos la versión en español de este boletín. Si usted o alguien que usted conoce desea recibir este boletín en español, por favor dirijase aquí para leer el boletín de este mes. También puede inscribirse [aquí](#) para que el boletín en español se le envíe por correo electrónico directamente cada mes. Por favor comparta esto con cualquier persona que crea que apreciaría esta opción.



¡El episodio 31 ya está en vivo! El verano es una época ocupada del año para la Salud Ambiental del Condado de Deschutes. Desde restaurantes hasta piscinas y agua potable, los inspectores están trabajando para mantenerlo a usted y a su familia seguros. Hablamos con el Supervisor de Salud Ambiental Eric Mone sobre el trabajo que realizan.

Puede escuchar el episodio completo en Deschutes.org/podcast o donde quiera que escuche sus podcasts.

Los premios al Héroe de la Salud son presentados anualmente por el PHAB junto con la Semana Nacional de Salud Pública en abril y el Mes de la Salud Mental en mayo.

Eventos de agosto:

[8/6 Noche Nacional Al Aire Libre en el Parque Centennial, Redmond de 6pm a 8pm](#)

¡El año pasado, más de 2,000 miembros de la comunidad asistieron a este evento! ¡Este año, regresaremos para compartir cómo prepararnos para una emergencia, presentar los primeros pasos a nuestros servicios de salud conductual a través del equipo de Acceso, responder cualquier pregunta general sobre nuestros programas, y sortear una mochila de emergencia de la Cruz Roja gratis! Muchos de nuestros programas de salud conductual también

estarán presentes, destacando los Centros de Salud Escolares de Redmond, The Drop, el Centro de Estabilización y más.

8/10 Verano con la Biblioteca Pública de Deschutes en Healy Heights, Bend de 10am a 12pm

Nos dirigimos a los departamentos de Healy Heights Apartments para charlar con los residentes sobre las vacunas para el regreso a la escuela, ¡cómo mantenerse seguro en condiciones de calor extremo y humo, responder a cualquier pregunta general sobre nuestros programas y sortear una mochila de emergencia de la Cruz Roja gratis!

8/15 Estamos Listos en la Escuela Intermedia Obsidian, Redmond de 5pm a 8pm

En este evento 100% en español organizado por el Distrito Escolar de Redmond & Better Together, hablaremos con las familias sobre las inmunizaciones, los centros de salud en las escuelas, responderemos cualquier pregunta general sobre nuestros programas, sortearemos una mochila de emergencia gratuita de la Cruz Roja y compartiremos nuestro nuevo boletín de DCHS en español.

8/17 Verano con la Biblioteca Publica de Deschutes en el Parque Sam Johnson, Redmond de 10am a 12pm

En el Parque Sam Johnson en Redmond, conversaremos con las familias sobre nuestro programa de inmunización, cómo mantenerse seguros en condiciones de calor extremo y humo, prevenir incidentes relacionados con el clima, responder cualquier pregunta general sobre nuestros programas y sortearemos una mochila de emergencia de la Cruz Roja de forma gratuita

8/20 El curso de ServSafe para Gerente de Seguridad Alimentaria se llevará a cabo en el Edificio de Salud del Condado de Deschutes, en Bend, de 8 a.m. a 5 p.m

el Departamento de Salud Ambiental del Condado de Deschutes ofrecerá un curso de ServSafe en el Edificio de Servicios del Condado de Deschutes (Deschutes County Services Building) en el centro de Bend. **Costo es \$125** para el Libro, Clase + Examen (Clase enseñando en Inglés. Libro y examen disponible en Español.)

8/28 Segunda Feria Anual de Recursos del Distrito Escolar Bend-La Pine en la Escuela Secundaria Caldera, Bend de 2:30pm-4pm *Evento para empleados de Distrito Escolar Bend-La Pine

Estaremos en Westside Church interactuando con las familias sobre nuestro programa de inmunización, centros de salud basados en escuelas, respondiendo cualquier pregunta general sobre nuestros programas, sorteando una mochila de emergencia gratuita de la Cruz Roja y compartiendo nuestro nuevo boletín de DCHS en español.

¡Los Servicios de Salud organizan numerosas clases y eventos especiales cada mes!

Para obtener más Información sobre estos eventos y cualquier actualización visite nuestra

[Calendario de Servicios de Salud.](#)

Recursos de Salud Pública:

- Recurso web de salud pública del centro de Oregon:
 - [Condado de Crook](#)
 - [Condado de Deschutes](#)
 - [Condado de Jefferson](#)

¿Alguien le reenvió este boletín? Haga clic aquí para registrarse y recibir el boletín directamente en su buzón.

Las respuestas a esta dirección de correo electrónico no se supervisan.

Para solicitar esta información en un formato alterno, por favor llame al (541) 322-7444 o enviar un correo electrónico a info@deschutes.org.

Si recibió este informe, pero no desea seguir recibéndolo, puede darle de baja en cualquier momento utilizando el siguiente enlace.

Deschutes County | 1300 NW Wall Street | Bend, OR 97703 US

[Unsubscribe](#) | [Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)



Try email marketing for free today!