



**Jefferson County**



**Public Health**  
Prevent. Promote. Protect.

## Salud Pública del Centro de Oregon Actualización Mensual

31 de enero de 2025

\*Reconocemos que muchos de los enlaces a páginas externas no están en español. Recomendamos utilizar la opción de traducción, si está disponible en su navegador de Internet.

---

### Recordatorios sobre los Requisitos de Vacunas Escolares

”

“Las inmunizaciones son una de las formas más efectivas de prevenir la propagación de enfermedades graves y potencialmente mortales como el sarampión, las paperas, la rubeola y la tos ferina o tos convulsa”, dijo el Oficial de Salud del Condado de Deschutes, Dr. Richard Fawcett. “Las inmunizaciones no solo ayudan a proteger a los estudiantes individualmente, sino que también garantizan la salud y seguridad de nuestra comunidad al prevenir la propagación de enfermedades graves a contactos vulnerables.”

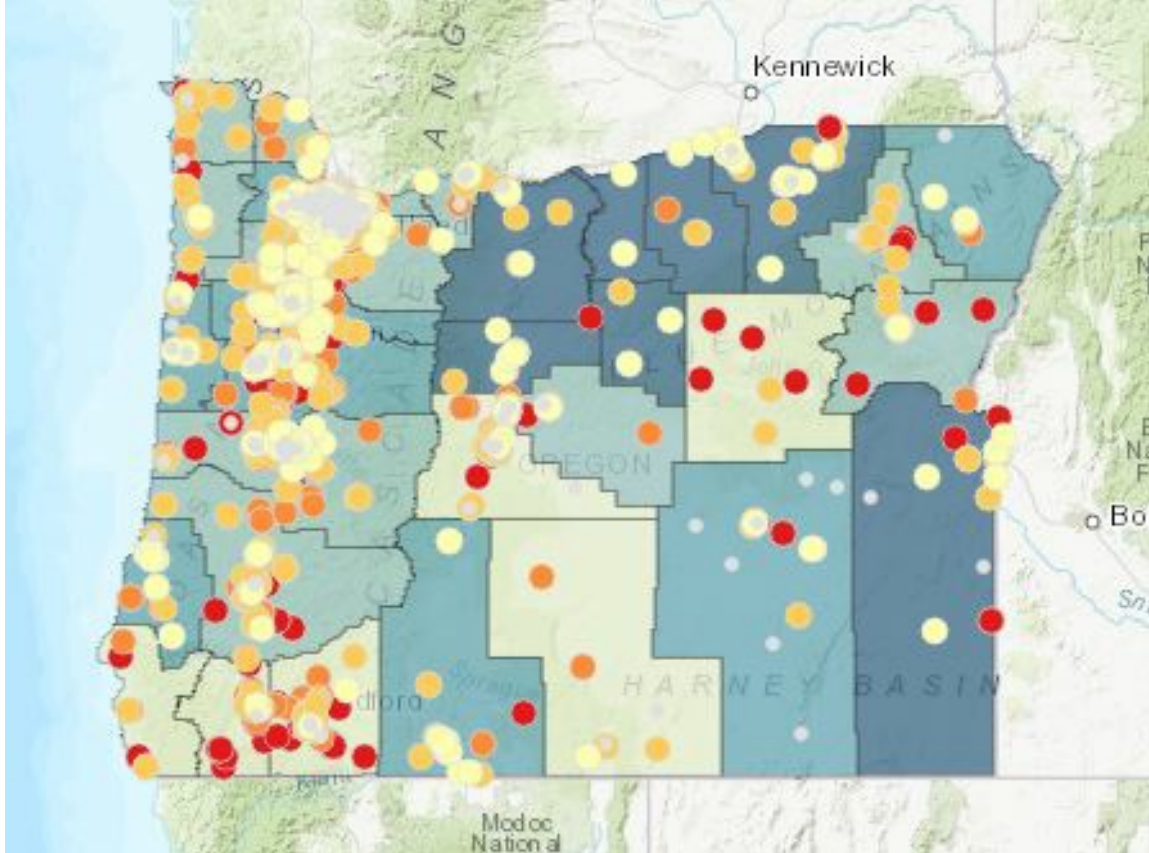
”

El año pasado, tres condados de Oregon — Clackamas, Marion y Multnomah — lucharon por contener un **brote de sarampión**. Las 31 personas que contrajeron la enfermedad no estaban vacunadas contra el sarampión; 24 de ellas eran niños menores de 19 años. La vacunación es la mejor medida preventiva contra el sarampión, y dos dosis de la vacuna contra el sarampión ofrecen un 97% de protección contra la enfermedad.

La tos ferina o tos convulsa, también conocida como “whooping cough” (tos ferina/ convulsa), también se propagó por todo el estado en el 2024, con 60 casos en el Condado de Deschutes. La tos ferina o tos convulsa puede causar enfermedades graves o incluso la muerte, y es especialmente peligrosa para los bebés pequeños. La vacuna DTaP para niños — y el refuerzo TDaP para adultos — son importantes para ayudar a proteger a los miembros más vulnerables de nuestra comunidad.

Esto es lo que los padres y tutores deben saber:

- El Día de Exclusión Escolar es **el miércoles 19 de febrero**
- Para asistir a la escuela después del 19 de febrero, todos los estudiantes deben cumplir con **los requisitos de inmunización estatales**, que varían según el nivel de grado.
- Los padres y tutores recibirán una carta por correo antes del Día de Exclusión Escolar con información sobre las vacunas específicas que le faltan a su hijo(a).
- El tipo de vacuna, el número de dosis y el calendario de dosis dependen de la edad del niño y el tiempo entre las vacunaciones.
- Los padres que deseen presentar una **exención médica o no médica** deben proporcionar la documentación adecuada antes de la fecha límite del 19 de febrero. (\*Nota: Incluso con una exención, los niños que no estén al día con las vacunas requeridas pueden ser excluidos de la escuela si hay un brote de una enfermedad prevenible por vacuna en la escuela.)
- Los estudiantes que no cumplan con los requisitos de inmunización para el Día de Exclusión Escolar no podrán asistir a clases hasta que reciban las vacunas requeridas.



La Autoridad de Salud de Oregón proporciona información sobre las tasas de vacunación de cada escuela en Oregón. Visite el [mapa interactivo](#) para explorar datos detallados seleccionando una escuela específica.

Los Departamentos de Salud Pública recomiendan que los padres y tutores se comuniquen con su proveedor de atención médica, el Centro de Salud Escolar local o el departamento de salud pública local para programar una cita si sus hijos necesitan una o más de las vacunas requeridas. Las farmacias locales pueden ser una opción para niños de 7 años o más.

Los padres o tutores pueden programar una cita de inmunización en un Centro de Salud Escolar en los condados de Jefferson, Crook o en las ciudades de Bend, Redmond o Sisters llamando al (541) 383-3005. Para hacer una cita en el Centro de Salud Comunitaria de La Pine, llame al (541) 536-0400.

Para obtener más información sobre los requisitos de inmunización del estado para cada nivel de grado, visite el [sitio web](#) de la Autoridad de Salud de Oregón.

Si tiene preguntas sobre los requisitos de inmunización para la escuela, llame a la línea de ayuda de inmunización de la Ley Escolar del Condado de Deschutes al: (541) 322-7451.

---

**Los Servicios de Salud del Condado lanzan una  
campana de concientización pública para prevenir  
sobredosis relacionadas con los opioides**



**MANTEN SEGUROS  
A TUS AMIGOS.**



**PORTA NALOXONA (NARCAN).**

**La naloxona revierte las sobredosis de  
opioides, incluida la sobredosis de fentanilo.**

Visita: [AmigosdeporvidaDeschutes.org](https://AmigosdeporvidaDeschutes.org)

Los Servicios de Salud del Condado de Deschutes lanzaron "Friends for Life", una campaña a nivel de condado destinada a aumentar la conciencia pública sobre el uso de opiáceos y fentanilo, y ayudar a prevenir sobredosis relacionadas con opiáceos en nuestra comunidad.

"La crisis de los opiáceos ha tenido un gran impacto en las comunidades de todo EE. UU. y el estado de Oregón, incluida aquí en el condado de Deschutes", dijo Ana Woodburn, Estratega de Prevención y Respuesta a Sobredosis. "Nuestra esperanza con la campaña Friends for Life es dar al público los recursos necesarios para conocer las señales de una sobredosis de opiáceos y qué pueden hacer para revertirla."

A través de la campaña Friends for Life, el público puede encontrar información sobre el fentanilo y otros opiáceos, aprender consejos sobre cómo prevenir una sobredosis y cómo reconocer cuándo alguien está experimentando una, así como dónde conseguir Naloxona (Narcan) y cómo usarla para revertir una sobredosis de opiáceos.

## **CÓMO RECONOCER LOS SIGNOS DE UNA SOBREDOSIS DE OPIOIDES**

**Tu amigo puede tener una sobredosis si:**

- **No puede despertar.**
- **No está respirando cada 3 a 5 segundos.**
- **Se está poniendo azul, gris o morado, o su piel se siente fría al tacto.**

Visita: [AmigosdeporvidaDeschutes.org](https://AmigosdeporvidaDeschutes.org)

Para más información sobre la campaña, por favor visite



## Información sobre Escuelas Saludables

### Seguridad al conducir para adolescentes



¡Obtener una licencia de conducir es un momento emocionante para un adolescente, pero puede ser estresante para los padres y la familia!

Afortunadamente, hay muchas maneras de mantener un conductor joven a salvo:

- tener conversaciones regularmente sobre el manejo seguro (incluso los riesgos de combinar el manejo con sustancias como alcohol o marihuana),
- practicar el manejo juntos,
- dar el ejemplo, y
- establecer expectativas y límites.



[Aprenda más](#) sobre que puede usted hacer para apoyar a su estudiante para que alcance este importante peldaño y complete el [Acuerdo de Padre - Adolescente de Conducción](#).

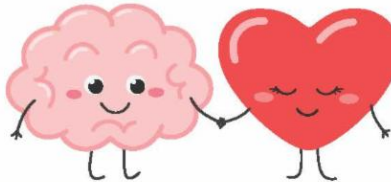
### Fomentar las Relaciones Saludables entre los Adolescentes



Su estudiante está aprendiendo a construir relaciones con otros, incluyendo las amistades y, eventualmente, las parejas románticas.

[Hablar con su estudiante](#) sobre las relaciones saludables puede ayudar a [mantenerlo\(a\) a salvo](#).

[Haga Clic aquí para obtener consejos](#) sobre cómo hablar con su estudiante sobre [relaciones sanas y positivas](#).



Healthy Schools es una colaboración entre las escuelas de Bend-La Pine y el servicio de salud del condado de Deschutes, conectando educación, salud y comunidad.



Una manera de ayudar a su estudiante a equilibrar el tiempo frente a la pantalla y los medios en su vida, es hacer un plan de tecnología familiar.



Puedes usar uno de [estos Planificadores de Tecnología Familiar](#) para iniciar una conversación sobre límites y expectativas.



Hágale preguntas a su estudiante para ayudarle a pensar críticamente sobre el uso de la tecnología y los medios. Creen un plan juntos.

...Preguntas de ejemplo para hacer...

¿Cómo nos mantendremos  
seguros cuando estemos  
conectados en línea?

¿Qué otras actividades  
haremos para equilibrar el  
tiempo frente a la pantalla?

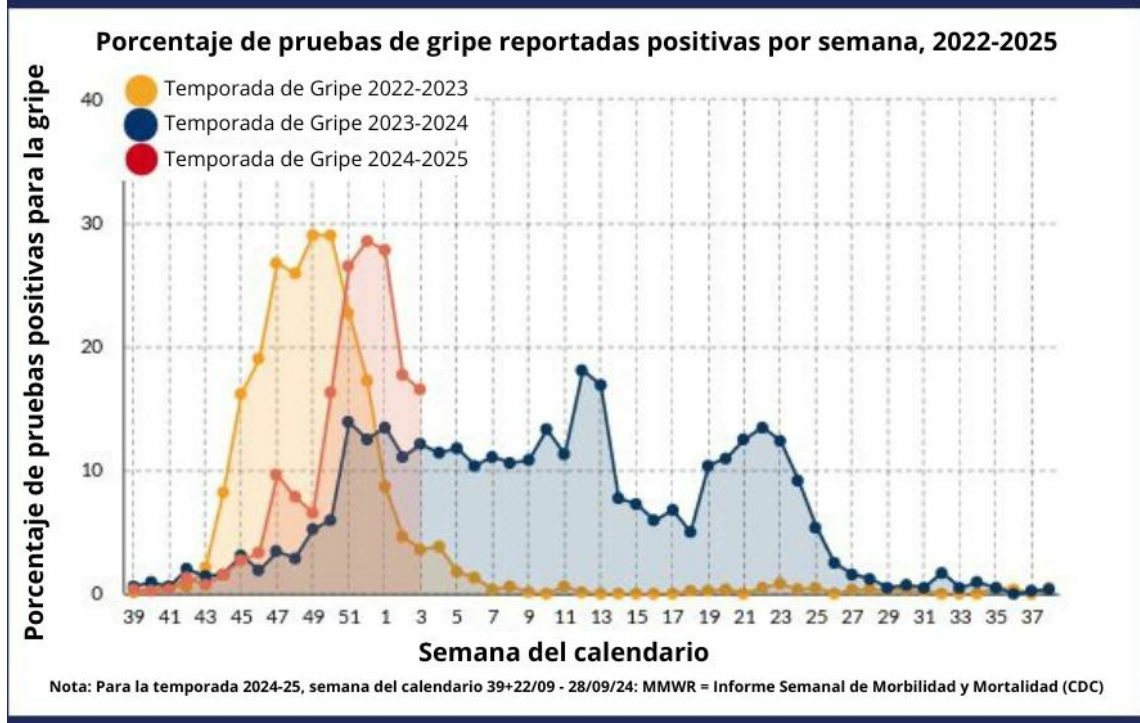
¿Cómo limitaremos  
nuestro tiempo frente a  
la pantalla?

Para aprender más sobre cómo usar la tecnología de manera segura, asiste a un taller de SafetyNet: Smart Cyber Choices®. KIDS Center ofrece múltiples talleres de SafetyNet® al año, incluyendo opciones virtuales. Estos talleres son gratuitos y cubren temas como hackers y estafas, ciberacoso, redes sociales, juegos en línea, publicaciones inapropiadas y depredadores en línea. [Haz clic aquí](#) para obtener más información o inscribirte en un entrenamiento.



Healthy Schools es una colaboración entre las escuelas de Bend-La Pine y el servicio de salud del condado de Deschutes, conectando educación, salud y comunidad. [Haga clic para más información.](#)

## Informe de Vigilancia de Enfermedades Respiratorias



Visite nuestro [sitio web](#) para obtener nuestros últimos informes sobre enfermedades respiratorias.

¡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 alternativo, por favor llame al (541) 322-7444 o envíe un correo electrónico a [info@deschutes.org](mailto:info@deschutes.org).

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



Try email marketing for free today!