



**Jefferson County**



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

## Salud Pública del Centro de Oregon Actualización Mensual

29 de Agosto del 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.

---

### Mes de la Prevención del Suicidio en Oregon Central



CENTRO DE OREGÓN  
ALIANZA  
PARA LA  
**PREVENCIÓN**  
DEL SUICIDIO

## Por qué importa

Entre el 2013 y el 2023, Oregón Central tuvo una tasa promedio de suicidio de aproximadamente 21,5 por cada 100,000 personas en todos los grupos de edad, con alrededor de 55 muertes por suicidio al año durante ese período. Cada vida importa, y juntos podemos marcar la diferencia.

El suicidio se puede prevenir. Al hablar abiertamente, apoyarnos mutuamente, compartir recursos y saber cómo responder, podemos evitar la pérdida de vidas. Oregón Central es más fuerte cuando las personas se comprenden, apoyan y protegen entre sí.

Si está interesado(a) en participar en actividades de prevención del suicidio, visite [preventsuicideco.org](https://preventsuicideco.org) para eventos locales, apoyo y capacitaciones.

## ¿Qué sucede durante el mes?

[Preventsuicideco.org](https://preventsuicideco.org) tiene más detalles e información de contacto sobre los siguientes eventos:

- Capacitación en Prevención del Suicidio
- Caminata AFSP *Out of Darkness*
- Día Nacional 988
- 10th Vigilia Anual a la Luz de las Velas
- Eventos del Mes sobre la Recuperación

## Lo que siempre sucede en Oregón Central

# LÍNEA 988

La Alianza de Prevención del Suicidio de Oregón Central trabaja en los condados de Crook, Jefferson y Deschutes para reducir las conductas suicidas, intentos y muertes. A través de esta alianza regional, se realizan acciones de prevención en los niveles comunitario, organizacional y sistémico. [Consulta el Informe de Tendencias de Prevención del Suicidio del Condado de Deschutes 2023 para más detalles.](#)

Un gran proyecto que la Alianza está apoyando es el **Proyecto de Almacenamiento Seguro de Armas de Fuego**, que se centra en asegurar temporalmente las armas para reducir las tasas de suicidio. El sitio [safefirearmstorage.com](https://safefirearmstorage.com) tiene todo tipo de recursos para usted, su familia y jóvenes. Este proyecto se centra en la seguridad de nuestra comunidad.

## Cómo puede involucrarse

- **Reciba capacitación:** Puede aprender nuevas habilidades —como cómo ayudar a un amigo que está pasando por un momento difícil— en las capacitaciones de prevención del suicidio basadas en evidencia en

[preventsuicideco.org](http://preventsuicideco.org). O comuníquese con

[bethany.kuschel@deschutes.org](mailto:bethany.kuschel@deschutes.org) para ver qué capacitación sería adecuada para usted o su organización.

- **Comparta recursos e información:** Una manera importante de apoyar a las personas en nuestra comunidad es saber qué ayuda está disponible y cómo acceder a ella. En Oregón Central, dos buenos lugares a donde acudir cuando alguien necesita ayuda inmediata de salud mental son la Línea de Vida 988 y el [Centro de Estabilización de Crisis del Condado de Deschutes](#).
  - Aquí puede ordenar materiales gratuitos de 988.
- **Hable abierta y seguramente sobre el suicidio para reducir el estigma:** Cuando hablamos de ello de manera amable y respetuosa, las personas se sienten menos solas y más propensas a pedir ayuda. Hablar de temas difíciles puede facilitar que otros se expresen y reciban el apoyo que necesitan. Esto ayuda a que todos se sientan atendidos y comprendidos.

### ¿Necesita ayuda ahora?

Si usted o alguien que conoces necesita ayuda, hay recursos disponibles:

- [Llame o envíe un mensaje de texto al 988](#)
- [Centro de Estabilización de Crisis del Condado de Deschutes](#)
- Explor recursos de salud mental en:
  - [Jefferson](#)
  - [Crook](#)
  - [Deschutes](#)

---

## Regreso a Clases



¡Llegó la emocionante y ocupada temporada del “Regreso a la Escuela”! Además de asegurarse de que nuestros niños(as) y adolescentes tengan los útiles escolares necesarios para un buen comienzo del año, es importante que los padres y cuidadores recuerden revisar también el estado de vacunación de sus hijos.



La ley de Oregón requiere [siete vacunas diferentes](#) para asistir a escuelas públicas y privadas, preescolares, guarderías y programas Head Start:



- Difteria/Tétanos/Pertussis (DTaP o Tdap)
- Polio
- Varicela (chickenpox)
- Sarampión/Paperas/Rubéola (MMR)
- Hepatitis A
- Hepatitis B
- Haemophilus influenzae tipo b (Hib)

El número de dosis varía según la edad del niño(a) y cuánto tiempo ha pasado desde que fue vacunado(a).

Si necesita orientación o recomendaciones sobre vacunas, consulte primero con el (la) proveedor(a) de salud de su hijo(a). También puede encontrar recursos confiables en Oregón Central:

- [Residentes del Condado de Jefferson](#)
- [Residentes del Condado de Crook](#)
- [Residentes del Condado de Deschutes](#)

En la región tri-condado de Oregón Central contamos con [siete clínicas escolares](#) operadas por Centros de Salud Calificados Federalmente (FQHC). Estas clínicas atienden a todos los pacientes, sin importar su capacidad de pago. Mosaic Community Health opera seis de las clínicas y La Pine Community Health Center opera una.

Todavía no es tarde para programar las vacunas de su hijo(a) y que esté al día según su edad y grado escolar. Si tiene preguntas sobre el estado de vacunación de su hijo(a), comuníquese con el consultorio médico, la escuela, el centro de cuidado infantil o el departamento de salud de su condado.

Cada año, en enero y febrero, todas las escuelas y centros de cuidado infantil de Oregón deben reportar el estado de inmunización de sus estudiantes al Departamento de Salud.

Los niños deben tener todas las [inmunizaciones requeridas](#) por el estado, o una exención médica o [no médica](#), para permanecer inscritos. No cumplir con los requisitos de Oregón antes del **25 del febrero de 2026** resultará en que los estudiantes sean excluidos de la escuela hasta que estén al día con sus vacunas.

---

## Actualizaciones Notables de Vacunas 2025 - 2026





Hay múltiples maneras de protegerse de enfermarse en la próxima temporada respiratoria 2025 - 2026. El Dr. Richard Fawcett, Oficial de Salud del Condado de Deschutes, dice "Uno de los métodos más efectivos para prevenir la transmisión y los resultados graves de estas enfermedades contagiosas es asegurarse de que sus vacunas estén al día. Lavarse las manos con frecuencia, limpiar y desinfectar las superficies, evitar los espacios con mucha gente o mal ventilados y quedarse en casa cuando se está enfermo también son buenas estrategias para seguir durante la temporada de enfermedades respiratorias".

### **Temporada de Influenza 2025-26**

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC), el Comité Asesor sobre Prácticas de Inmunización (ACIP) y la Autoridad de Salud de Oregón (OHA) recomiendan la vacuna anual contra la influenza a todas las personas de **6 meses en adelante**, excepto en casos raros de contraindicación. Esto incluye a niños, adultos y mujeres embarazadas. Algunos virus, como la influenza, cambian rápidamente. Esta rápida evolución significa que las personas necesitan actualizar sus defensas con más frecuencia que contra otros virus.

Esta temporada, todas las vacunas contra la influenza en EE. UU. son **trivalentes (tres componentes)**, cubriendo 2 cepas tipo A y 1 tipo B, según los CDC. Aunque no hay una recomendación preferencial entre los tipos de vacunas para la mayoría de las personas, sí hay recomendaciones específicas para niños y adultos mayores.

- Para adultos de **65 años o más**, se prefieren las vacunas contra la influenza de dosis alta, inactivadas, recombinantes o adyuvadas, siempre que estén disponibles.
- Los niños de **6 meses a 8 años** que reciben la vacuna por primera vez (o con historial desconocido) deben recibir **2 dosis con al menos 4 semanas de diferencia**.

Septiembre y octubre son los mejores meses para que la mayoría se vacune. La protección puede disminuir con el tiempo y la actividad de la influenza generalmente alcanza su punto máximo entre diciembre y febrero. [La Academia Americana de Pediatría](#) (AAP) recomienda vacunarse antes del **31 de octubre**, aunque se puede hacer en cualquier momento durante la temporada. La mayoría de los seguros médicos cubren la vacuna anual contra la influenza como atención preventiva, y suele estar disponible a bajo o ningún costo para quienes no tienen seguro médico.

### **Temporada de Virus Sincicial Respiratorio (VSR) 2025-2026**

Al igual que la vacuna contra la influenza, la vacuna contra el VSR fue revisada y recomendada por el ACIP.

- **Infantes y niños:**
  - Aún se espera la aprobación final del nuevo anticuerpo monoclonal para bebés.
  - La AAP detalla [recomendaciones para prevenir la enfermedad por VSR en niños](#).
  - Salud Pública recomienda esperar a que inicie oficialmente la temporada de VSR en el estado para vacunar y así obtener la mejor protección.
- **Adultos:**

- Los CDC recomiendan **una sola dosis** de cualquier vacuna contra el VSR aprobada por la FDA para todos los adultos de **75 años o más** y adultos de **50 a 74 años** con mayor riesgo.
- Actualmente hay tres vacunas disponibles: **Arexvy** (GSK), **mResvia** (Moderna) y **Abrysvo** (Pfizer).
- Se recomienda vacunarse a fines del verano o principios del otoño, antes de que el virus comience a propagarse.
- Esta vacuna no es anual. Quienes ya recibieron una dosis (incluyendo el año pasado) **no deben recibir otra** por ahora.

#### **Vacuna COVID-19 2025-2026**

Las recomendaciones de los CDC y la OHA sobre quién debería recibir la vacuna actualizada contra el COVID-19 este otoño están en proceso. Próximamente habrá más información.

---

## **Encuesta de Salud Reproductiva del Condado de Deschutes**

¿Tiene entre 15 y 54 años y vive en el Condado de Deschutes? ¡Si es así, queremos escuchar su opinión! Escanee el código QR o siga el enlace [AQUÍ](#) para completar una encuesta sobre el acceso a la atención de salud reproductiva en nuestra comunidad y tendrás la oportunidad de ganar una tarjeta de regalo Visa de \$100.



SERVICIOS  
DE SALUD

# ENCUESTA DE SALUD REPRODUCTIVA

Los Servicios de Salud del Condado de Deschutes están realizando una encuesta para comprender mejor el acceso y las barreras a la atención de salud reproductiva y sexual. Sus comentarios ayudarán a identificar brechas en recursos y servicios, para que nuestra comunidad pueda crecer más fuerte, más saludable y con mayor apoyo.



## ¿QUIÉN PUEDE PARTICIPAR EN LA ENCUESTA?

Cualquier persona de 15 a 54 años  
que viva en el Condado de Deschutes



ESCANEE AQUÍ



## ¿POR QUÉ PARTICIPAR?

Su opinión guiará directamente las  
mejoras en los servicios de salud  
reproductiva



## OPORTUNIDAD DE GANAR UNA TARJETA DE REGALO DE \$100

Solo por completar la encuesta

O VISITE

[HTTP://BIT.LY/3JCTJ6Y](http://bit.ly/3JCTJ6Y)

# ¡GRACIAS POR AYUDARNOS A CONSTRUIR UN FUTURO MÁS SALUDABLE PARA EL CONDADO DE DESCHUTES!

Sus respuestas son privadas y solo se utilizarán para mejorar los servicios de salud en la comunidad.



Para solicitar esta información en un formato alternativo, llame al (458) 292-8347 o envíe un correo electrónico a [healthservices@deschutes.org](mailto:healthservices@deschutes.org).





¿Tiene comentarios para nosotros? ¿Hay algún tema de salud pública que no haya visto cubierto y que le gustaría que apareciera en un próximo boletín? ¿O algún tema que le gustaría ver con más frecuencia? Por favor, tómese un momento para completar **nuestra breve encuesta de opinión para lectores**. ¡Siempre estamos buscando mejorar nuestro boletín y su opinión puede ayudar a destacar temas futuros!

---

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

Para obtener más Información sobre estos eventos y cualquier actualización visite nuestro **[Calendario de Servicios de Salud](#)**.

---

### Recursos de Salud Pública:

- Recurso web de salud pública de Oregon central:
  - [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](mailto: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!