

Oficina Regional de Salud SPA 7 Boletín Mensual del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles

Septiembre de 2025

[Lea este boletín en Español](#)

Septiembre el mes de Concientización sobre la Prevención del Suicidio

Septiembre es el Mes Nacional de la Prevención del Suicidio, un momento para recordar las vidas perdidas debido al suicidio, reconocer a las millones de personas que han experimentado pensamientos suicidas y las personas, familias y comunidades que se han visto afectadas por el suicidio. También es momento para crear conciencia sobre la prevención del suicidio y compartir mensajes de esperanza.

Hay muchas cosas que puedes hacer para participar y crear conciencia sobre la prevención del suicidio. Aprender sobre las [señales de advertencia y los factores de riesgo del suicidio](#), cómo apoyar a alguien con problemas de salud mental y familiarizarte con los recursos disponibles para la prevención del suicidio son maneras en las que puedes ayudar.

Si tú o alguien que conoces está pasando por un momento difícil, comunícate a la línea de ayuda para el suicidio y crisis **988**. Esta línea ofrece apoyo sin prejuicios las 24 horas, los 7 días de la semana, para la salud mental, el consumo de sustancias y más. Llama, envía un mensaje de texto o chatea hoy mismo.

Para obtener información sobre la Red de Prevención del Suicidio del Condado de Los Ángeles, visita: <https://tinyurl.com/ex5u9bk9>.



Celebraciones de septiembre

Mes Nacional del Envejecimiento Saludable

El mes del Envejecimiento Saludable se celebra en septiembre. Esta celebración crea conciencia sobre la salud física y mental de los adultos mayores y sirve como recordatorio de que, a medida que envejecemos, nuestro cuerpo y mente cambian. Es importante llevar un estilo de vida saludable para enfrentar estos cambios y evitar algunos problemas de salud comunes relacionados con la edad.



Puedes tener un enfoque proactivo sobre el envejecimiento adoptando hábitos y comportamientos saludables, manejando tus problemas de salud existentes y manteniéndote conectado con tu comunidad. Estos son algunos consejos para mantenerte saludable a medida que envejeces:

- Comer y beber sano
- Moverte más, pasar menos tiempo sentado
- Realizarte chequeos regulares
- Mantenerse socialmente activo

Para obtener más información del Condado de Los Ángeles sobre el envejecimiento, visita: <https://ad.lacounty.gov/>.



Mes nacional de concientización sobre la obesidad infantil

Uno de cada 5 niños en los Estados Unidos es obeso.

La obesidad infantil pone a los niños en riesgo de sufrir problemas de salud que antes solo se veían en adultos, como diabetes tipo 2, hipertensión y enfermedades cardíacas.

¿La buena noticia? La obesidad infantil se puede prevenir. Los familiares, cuidadores y otros buenos ejemplos tienen un papel fundamental para ayudar a los niños a tomar decisiones saludables. Si conoces algún niño, animalo a centrarse en hábitos alimenticios saludables, actividad física y un buen descanso.

Si te interesa proporcionar educación sobre salud en la escuela de tu hijo sobre temas como el control de peso, las bebidas azucaradas, la actividad física y más, llena este formulario: <https://forms.office.com/q/Pd9LhAXGCS>.

Mes Nacional de la Recuperación

El Mes Nacional de la Recuperación, que se celebra en septiembre, tiene como meta promover y apoyar la recuperación de trastornos por consumo de sustancias y enfermedades mentales. Es un momento para celebrar los logros de los que se están recuperando, concientizar sobre la posibilidad de recuperación y conectar a las personas con recursos y apoyo. Este mes también contribuye a reducir los prejuicios que hay de estas enfermedades y a destacar la importancia de contar con sistemas de tratamiento y apoyo accesibles.



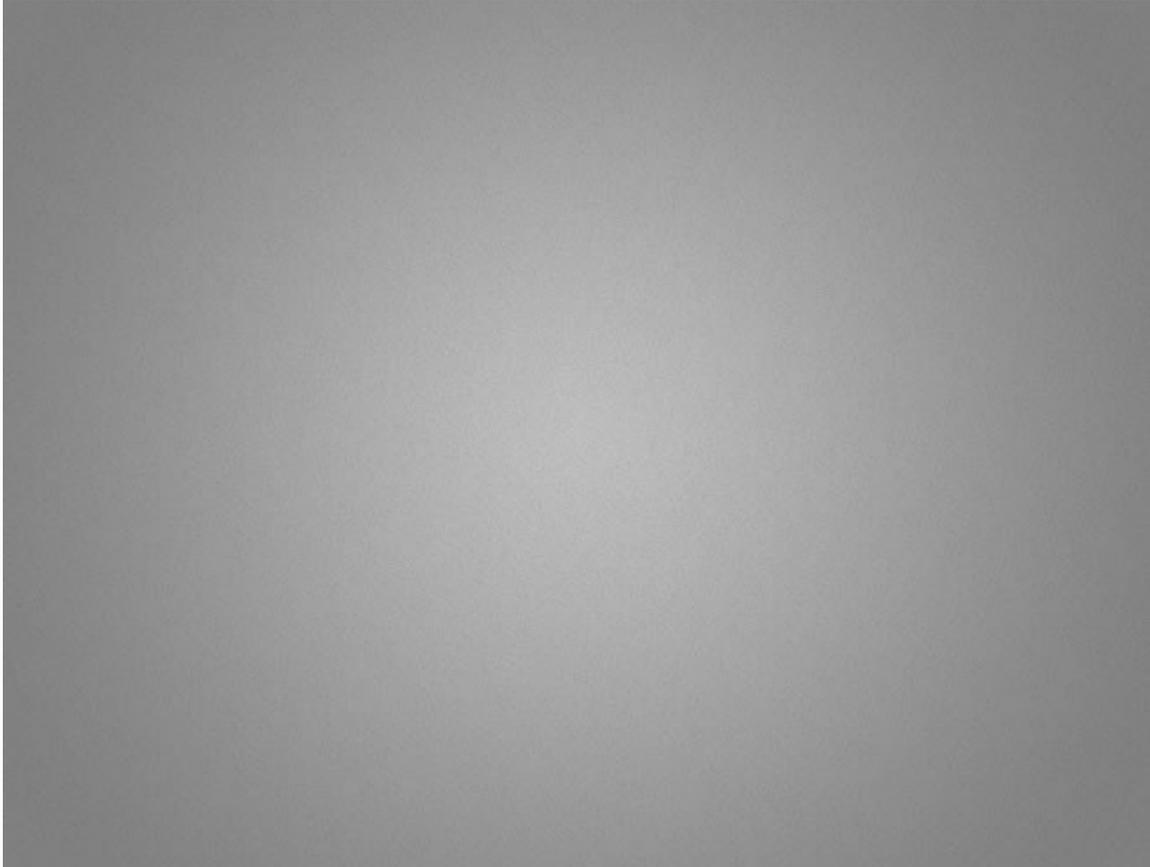
La recuperación nunca termina, y a veces seguimos necesitando apoyo. Whittier Wellness Community ofrece gratuitamente el medicamento que salva vidas llamado naloxona, en nuestro centro ubicado en **7643 S Painter Ave, Whittier 90602**. Puedes recibir naloxona gratis, nadie te preguntará nada y no necesitas cita previa durante el horario laboral normal de lunes a viernes. Además, hay consejeros especializados en abuso de sustancias que están disponibles para apoyarte. Si te interesa contactar a nuestra consejera especializada en abuso de sustancias, Renee, hazlo por correo electrónico al: rrazo@ph.lacounty.gov.

Recursos y próximos eventos de SPA 7

Whittier Wellness Community



Whittier Wellness Community ofrece diversos talleres cada mes. Puedes encontrar nuestro calendario de eventos de septiembre a continuación. Si te interesa visitar nuestro sitio web, haz clic aquí: <http://www.publichealth.lacounty.gov/chs/WWC.htm>



Nuevos talleres sobre el cáncer en PIH

Abrazar la vida después del cáncer de próstata - 13 de septiembre, 10:00 a. m. -12:00 p. m.

La transición del tratamiento activo contra el cáncer a la supervivencia es un momento emocionante que puede generar emociones encontradas y preguntas sobre el futuro. Únete al programa en vivo donde hablarás con otros sobrevivientes de cáncer de próstata y aprenderás consejos y herramientas para ayudarte a manejar la vida después del tratamiento, incluyendo los efectos secundarios comunes a largo plazo.

Abrazar la vida después del cáncer de mama – 4 de Octubre, 10:00 a. m.- 12:00 p. m.

La transición del tratamiento activo contra el cáncer a la supervivencia es un momento emocionante que puede generar emociones encontradas y preguntas sobre el futuro. Únete al programa en vivo donde hablarás con otros sobrevivientes de cáncer de mama y aprenderás consejos y herramientas para ayudarte a manejar la vida después del tratamiento, incluyendo los efectos secundarios comunes a largo plazo.



Confirma tu asistencia

Llama al 562.698.0811 Ext. 12777

Ubicación

PIH Health Whittier Hospital - 12401 Washington Blvd., Whittier, CA, 90602, Sala de Conferencias F (nivel inferior)

¡Siente el ritmo del verano con Los Parques del Condado de Los Ángeles!



The poster features logos for the County of Los Angeles Department of Parks & Recreation, the County of Los Angeles Public Health, and the SPOT Teen Center. It includes an illustration of a person in a blue shirt and orange pants. The main title is 'Summer Beat' with 'PROGRAMS FOR TEENS AND ADULTS' written below it. A central white box contains the text: 'Our SPOT TEEN CENTER', 'Expansion of Operating Hours and Supper Program', 'Beginning July 1', 'AT ALL 16 OUR SPOT TEEN CENTERS', and 'New hours: Monday – Friday'. To the right, there is a text block: 'Our SPOT is e teens across exciting expc free sports, h mentoring, c activities, ho critical afters and Hollywood Teens enrolle receive a hot PM, and will h up for sports meaningful, t'. Below this is another text block: 'This expansio in San Gabrie and Antelope transportatic starting this f access for n'.

Verano de Amor

Un verano de amor está lleno de largos días soleados, cielos azules y despejados, festivales de música, actos del Orgullo y cálidas noches de verano. ¡Se trata de amar a los amigos, a la familia y a uno mismo, lo que incluye dar prioridad a la salud!

El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles está a tu disposición con los siguientes servicios:

- inmunizaciones
- Pruebas de detección del VIH/ Enfermedades de Transmisión Sexual
- Profilaxis pre y post-exposición al VIH (PrEP/PEP)
- Condones
- Narcan
- Pruebas de detección de la Tuberculosis
- ¡Y mucho más!

Para obtener más información, visita el sitio web de la clínica de salud sexual: ph.lacounty.gov/clinics o llama a la línea de información de salud pública al **(833) 540- 0473**



Candados para armas gratuitos



En 2025, la OVP se ha comprometido a distribuir más de 60,000 candados de cable para armas – de forma gratuita y sin hacer preguntas – por todo el Condado de Los Ángeles. Este esfuerzo sin precedentes está diseñado para mantener a los niños a salvo de las armas de fuego, limitar la posibilidad de que una persona con la intención de hacerse daño a sí misma o a otros pueda colocar rápidamente un candado a un arma cargada y sin candado, y proteger contra el robo de armas. Para obtener un candado de la OVP, llene este formulario (límite de dos candados por persona): <https://tinyurl.com/5n8tvddz>.

También hay candados para armas gratuitos en [estos](#) centros médicos del condado de Los Ángeles y en [estas](#) bibliotecas del condado de Los Ángeles.

Portal de E-Visits de Salud LA

¿Necesita atención médica ahora? Una eVisit (consulta virtual) es un opción en línea rápida y conveniente para recibir atención médica a problemas de salud comunes. Las eVisit le dan a los pacientes acceso a la atención médica de un proveedor, quien podrá ordenar pruebas y/o medicamentos, sin tener que ir al consultorio del doctor. Las eVisit son una gran opción para problemas médicos comunes como:

- Resfriado o gripe
- Dolor de cabeza
- Dolores musculares
- Erupción
- Dolor de garganta
- Problemas urinarios
- Molestias vaginales



¿Cómo funciona?

- Regístrese en el portal LA Health y llene un formulario de eVisit.
- Reciba un correo electrónico de respuesta de un proveedor dentro de 1 hora, de 8:00 a.m. a 8:00 p.m., 7 días a la semana.*
- El proveedor responderá sus preguntas y ordenará pruebas y/o medicamentos si son necesarios.

*Las e-Visit solicitadas después de las 8:00 p.m. serán respondidas al día siguiente.

Si tiene preguntas, llame al [844-804-0055](tel:844-804-0055), seleccione la opción 3, o envíe un mensaje de texto [844-804-0001](tel:844-804-0001).

Para más información, [mire un video sobre las e-Visit](#).

¿No se ha registrado en el Portal de Salud de LA?

Registrarse es rápido y fácil para los pacientes de Servicios de Salud de LA.

Haga clic [aquí](#) para registrarse en línea o descargar la aplicación desde su tienda de aplicaciones.

Equipos Comunitarios de Salud Pública

Los Equipos Comunitarios de Salud Pública (CPHT, por sus siglas en inglés) son un proyecto que reúne a organizaciones comunitarias, socios de salud y personal de Salud Pública. Estos equipos trabajan a nivel de los hogares, haciendo visitas domiciliarias para conocer las necesidades de salud y conectar a las personas con la atención, y también trabaja a nivel comunitario, invitando a la gente a participar en la creación de planes de acción comunitaria.

Se trata de un nuevo enfoque de salud pública y atención médica en el condado de Los Ángeles. Salud Pública está invirtiendo dinero en infraestructuras de salud pública para poner en marcha este proyecto piloto durante cinco años, a partir de agosto de 2023. La meta es construir relaciones a largo plazo con los hogares, empoderar a las comunidades para definir las prioridades de salud que les preocupan y demostrar que esta nueva forma de participación puede conducir a mejores resultados de salud.

Para saber más sobre el proyecto CPHT y encontrar un CPHT cerca de usted, visite: <http://publichealth.lacounty.gov/pie/CommEngage/cpht.htm>.



Recursos del DPH



**LOS ANGELES COUNTY
PUBLIC HEALTH INFOLINE
1-833-540-0473**

8 AM - 8 PM / 7 Days a Week

Real People. Reliable Information.



Línea informativa de Salud Pública del condado de Los Ángeles

La meta de la Línea Informativa de Salud Pública del condado de Los Ángeles es ampliar los recursos que Salud Pública puede proporcionar por teléfono, reforzar la confianza de la comunidad al tener una persona viva con la que hablar y ser una línea de comunicación vital para futuras emergencias de salud pública. Todas las llamadas de la comunidad son atendidas por asistentes de educación de salud. Algunos de los temas que la línea informativa abarca son los siguientes:

- COVID-19
- Viruela símica
- Seguros/Cobertura
- Violencia doméstica
- VIH y enfermedades/infecciones de transmisión sexual
- Vacunas
- Salud de la Mujer
- Nutrición
- Salud bucal
- ¡Y mucho más!

Coalición de Vacunación del condado de LA

La Coalición de Vacunación del Condado de Los Ángeles (ICLAC, por sus siglas en inglés) es una asociación diversa, de base comunitaria, de hospitales, escuelas, clínicas, programas de departamentos de salud, farmacias, planes de salud, compañías de vacunas y organizaciones sin fines de lucro del condado de Los Ángeles con la misión de trabajar juntos para mejorar el acceso a las inmunizaciones médicamente recomendadas para adultos y adolescentes, especialmente entre los grupos de mayor riesgo de enfermedades prevenibles por vacunación en el condado de Los Ángeles.

Si está interesado en vacunarse, buscar sus registros de vacunación, o leer las últimas noticias de ICLAC, visite: <https://immunizelac.org/>

También puedes consultar el calendario de vacunas para niños y adolescentes en <https://www.cdc.gov/vaccines/hcp/imz-schedules/child-schedule-vaccines.html>



¿Necesita una presentación sobre la vacuna del COVID-19, RCP sólo manos, u otro tema de salud?



Request a
Speaker

El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles ofrece una lista de presentaciones, incluyendo la del COVID-19, la vacuna del COVID-19 y la viruela símica. Si deseas programar una presentación para tu organización, consulta: <https://forms.office.com/q/Pd9LhAXGCS>

Angelenos en Acción

Únase a Angelenos en Acción, una encuesta voluntaria de salud pública que lleva menos de 1 minuto cada semana y ayuda al Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles a controlar las enfermedades respiratorias en todo el condado.

¿Cómo funciona?

1. Envíe un mensaje de texto con la palabra "@PROTECT" al (833) 228-3056 para responder nuestra encuesta de forma voluntaria o registrarse en línea:
<http://tinyurl.com/ys6se6we>.
2. Responda 5 preguntas rápidas para registrarse.
3. Recibirá encuestas de forma aleatoria un día a la semana.
4. Cada semana, ese día, el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles le enviará un mensaje de texto o un correo electrónico con una pregunta SÍ/NO para saber cómo se siente.
5. Si se siente mal, se le harán otras dos preguntas SÍ/NO sobre síntomas de enfermedades respiratorias.



Todos los datos son absolutamente privados. Para leer más sobre Angelenos en Acción, haga clic en <http://tinyurl.com/bdhjuvie>.

Oficina de Prevención de la Violencia - GVRO (Orden de Restricción de Violencia por Armas de Fuego)



La Orden de Restricción de Violencia por Armas de Fuego, o GVRO, es una ley que fue aprobada por el estado de California en 2016. La GVRO permite a familiares, miembros del hogar, algunos empleadores, colegas, profesores y agentes de la ley tomar medidas para evitar que una persona que representa un riesgo significativo de hacerse daño a

sí misma o a otros tenga o compre un arma, munición o cargador durante un período de tiempo determinado, entre 21 días y cinco años. Para obtener más información sobre quién puede solicitarla y cómo hacerlo, consulte: <http://tinyurl.com/y3hfb575>.

Clínicas de naloxona gratis

Varias bibliotecas públicas del Condado de Los Ángeles ofrecen clínicas de naloxona GRATUITAS. La naloxona es un medicamento salvavidas que puede revertir los efectos de una sobredosis de opioides.

No se requiere presentar identificación o prueba del seguro médico. Para encontrar una clínica cerca de usted, visite el sitio web:

<http://tinyurl.com/y5z2edu3>



Boletín de noticias de Vaccinate L.A.



Regístrese al boletín de noticias sobre la vacunación contra el COVID-19 para permanecer informado sobre el COVID-19.

Visita [VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com) para obtener más información sobre:

- Qué es la COVID-19
- Síntomas de la COVID-19
- Dónde vacunarse contra la COVID-19
- ¡Y más!

Enlaces y recursos de utilidad

[Recurso en línea sobre Salud Mental iPrevail](#)

[Panel de distribución de la Vacuna COVID-19](#)

[Información sobre la vacuna COVID-19](#)

[Registros de vacunación sobre COVID-19](#)

[Panel de vigilancia de COVID-19](#)

[Pruebas de COVID-19](#)

Para obtener más información sobre COVID-19, [visita nuestro sitio web COVID-19 del condado](#)

[Servicio Gratuitos de Declaración de Impuestos](#)

[Programa de botanas gratuitas](#)

[Recursos Financieros Get Ahead LA](#)

[Headspace: App gratuita de atención plena](#)

[Centro de empleo del Condado de Los Ángeles de California](#)

[Resolución sobre la Protección del inquilino de Los Ángeles](#)

[Oficina de Asuntos de Inmigrantes del condado de LA](#)

[Programa de Preparación y Respuesta ante Emergencias de la Oficina del Condado de LA](#)

[Proyecto de Prevención del Suicidio Juvenil del Condado de LA](#)

[Crédito de facturas del Departamento de Agua y Electricidad de LA](#)

[Podcast de Salud Pública de LA](#)

[Prestamos de Portátil y Hotspot de las bibliotecas del Condado de Los Ángeles](#)

[Apoyo a la salud Mental \(800\) 854-7771](#) o envía un mensaje de texto con "LA" al **741741**)

[Programa Metro LIFE](#)

[Línea Nacional de Prevención del Suicidio](#)

[Solicita un Equipo Móvil de Vacunación](#)

[Reportar una infracción](#) (888) 700-9995, Lunes – Viernes de 8:00AM a 5:00PM

[Fondo de ayuda financiera SoCalGas](#)

[Asistencia Southern California Edison](#)

Para obtener recursos adicionales, marque 2-1-1

Siga a Salud Pública del condado de LA en Instagram, Facebook, y Twitter: @lapublichealth



Actualice sus suscripciones, modifique su contraseña o dirección de correo electrónico, o interrumpa las suscripciones en cualquier momento en su [Página de preferencias del suscriptor](#). Deberá utilizar su dirección de correo electrónico para iniciar sesión. Si tiene alguna pregunta o problema con el servicio de suscripción, visite subscriberhelp.govdelivery.com.

Este servicio se le proporciona sin cargo alguno por parte del [Condado de Los Ángeles](#).

Este correo electrónico se envió utilizando GovDelivery Communications Cloud a la dirección de correo electrónico en nombre de: Condado de Los Angeles, California - 500 W. Temple St. - Los Angeles 90012