Oficina Regional de Salud Pública del condado de Los Ángeles

Boletín mensual de Áreas de Planificación de Servicios (SPA, por sus siglas en inglés) 5 y 6

EN ESTE EDICIÓN

Octubre de 2026

Semana Nacional de Educación para la Salud

Programa de Embajadores

Alfabetización en salud

Mes Nacional de la Prevención del Acoso Escolar

Temporada de vacunación/virus respiratorios

Charlas sobre la Salud Pública

Centro de Sanación

Recursos de Salud Pública

Recursos Comunitarios

Enlaces útiles

Semana Nacional de Educación para la Salud



La Semana Nacional de la Educación para la Salud se celebra del 19 al 23 de octubre con el objetivo de aumentar la concienciaciónsobre la saludpública y promover la importancia de la educación sanitaria en la comunidad.

La educación sanitaria es fundamental para informar a la comunidad y prevenir las enfermedadescrónicas.

No dudes envisitar la página de Salud Pública del Condado de Los Ángeles para obtenerrecursos de educación para la salud y encontrar talleres locales cerca de ti.

Consulta la páginasiguiente para obtenermásinformaciónsobrenuestroprograma de embajadores de saludpública y cómopuedeseducar a tu comunidad.



MLK JR. CENTRO DE SALUD PÚBLICA

11833 S. Wilmington Ave., Los Ángeles, CA 90059

Visite nuestras oficinas regionales de salud que prestan servicio a las comunidades de Athens, Compton, Crenshaw, Florence, Hyde Park, Lynwood, Paramount y Watts.

Programa de Embajadores

¡Conviértete en Embajador/a de Salud Pública con el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles (LACDPH)! Los Embajadores de Salud Pública apoyan a sus comunidades en todo el Condado de Los Ángeles compartiendo información y recursos de salud pública con familiares, amigos, la escuela y sus redes sociales. Se anima a los Embajadores a compartir información y recursos de una manera que refleje su estilo personal, las necesidades de su comunidad y sus intereses. Para promover temas de salud en tu comunidad y organizar presentaciones mensuales de educación para la salud, ¡haz **clic aquí** para saber cómo puedes unirte!

¡Únete a la próxima serie mensual de capacitación para embajadores públicos!

Cáncer de mama: Sensibilización y educación

¡Consulta las siguientes fechas y haz clic en el enlace para registrarte!
10/27 at 12-1pm(en inglés)
10/27 at 4-5pm (en inglés)
10/29 at 4-5pm (en espanol)

Alfabetización en salud



Cada octubre, nos centramos en concienciar sobre la importancia de la alfabetización en salud. Comprender la alfabetización en salud es fundamental para toda la comunidad, ya que permite a las personas tomar decisiones informadas sobre su propia salud.

A nivel individual, hay algunas cosas que conviene tener en cuenta:

garantizar que los materiales de educación para la salud sean accesibles en cualquier idioma.
•Asegurarnos de que entendemos el material y podemos tomar decisiones.
•asegurarnos de que estamos leyendo de fuentes fiables.
•Mantener conversaciones con el proveedor de atención médica, la comunidad y las familias.

También es importante que quienes trabajan en el sector sanitario y otras instituciones se aseguren de que la información sanitaria sea clara y accesible, y a continuación se muestran algunas maneras en que podemos garantizarlo:

•Utilizar un lenguaje sencillo en todos los materiales y formularios de educación para la salud.
•Ofrecer talleres y debates sobre educación para la salud en la comunidad.
•Compartir recursos y materiales de fácil lectura
•Recibir capacitación en lenguaje sencillo

Mes Nacional de la Prevención del Acoso Escolar



El 21 de octubre se celebra el Mes Nacional contra el Acoso Escolar, con una iniciativa especial conocida como el Día de la Unidad para crear conciencia vistiendo de naranja. A continuación, encontrarás la definición de acoso escolar, cómo identificar sus señales y cómo obtener ayuda.

El acoso escolar consiste en comportamientos repetitivos e indeseados que buscan causar daño, miedo o angustia. Puede afectar el bienestar emocional, la autoestima, las relaciones interpersonales y el rendimiento académico de una persona. El acoso puede ocurrir en la escuela, en línea, en el vecindario o dentro de grupos sociales.

El acoso escolar puede ser:

- Emocional - difundir rumores
- Físico: golpear, empujar o patear.
- Verbal: insultos, amenazas o comentarios hirientes.
- Ciberacoso: utilizar las redes sociales u otras plataformas digitales para acosar, amenazar o dañar a alguien.

Aquí hay algunas señales de que los niños pueden estar sufriendo acoso escolar:

Sentirse triste, ansioso o irritable

No querer asistir a la escuela

- Evitar las actividades sociales
- Cambios en sus patrones de sueño o alimentación.
- Las calificaciones comienzan a bajar en la escuela.
- Lesiones inexplicables en su cuerpo
- Hacer comentarios negativos sobre sí mismos

Si estás sufriendo acoso escolar:

- Mantén la calma y habla. Respira hondo y di con firmeza: «Para. No me gusta lo que estás haciendo».
- Alejarse.
- Busca ayuda. Encuentra a un adulto de confianza, familiar o amigo para denunciar el incidente de acoso escolar.

Si alguien está siendo víctima de acoso escolar:

- Apoyar a la víctima
- No participes en el acoso escolar.
- Involucre a un adulto.



Si tú o alguien que conoces está siendo víctima de acoso escolar, busca ayuda ahora.

Obtén más información sobre el acoso escolar aquí.

Temporada de vacunación/virus respiratorios

Recomendaciones de inmunización consensuadas de la WCHA para la temporada de virus respiratorios 2026-2027

La Alianza para la Salud de la Costa Oeste (un grupo que representa a California, Hawái, Oregón y Washington) se ha asociado con organizaciones médicas nacionales, incluida la Academia Estadounidense de Pediatría, para compartir recomendaciones sobre vacunas para la temporada de virus respiratorios de 2026-2027.

Vacunarse beneficia a todos. Las vacunas reducen la propagación de virus en la comunidad y ayudan a prevenir la saturación de los hospitales. La Alianza subraya que todos deberían tener fácil acceso a estas vacunas.

Es especialmente importante proteger a las personas que tienen un mayor riesgo de enfermar gravemente, entre ellas:

- Bebés y niños pequeños
- Adultos mayores
- Personas embarazadas
- Personas que viven en residencias grupales o centros de enfermería.
- Cualquier persona que viva o trabaje con personas pertenecientes a estos grupos de alto riesgo.

Los expertos en salud seguirán revisando los nuevos datos a medida que estén disponibles y compartirán las actualizaciones con la comunidad.



Visite el **sitio web** para obtener más información.

Charlas sobre la salud pública

Visión: Personas sanas en comunidades sanas

CHARLAS SOBRE LA SALUD PÚBLICA

Acompáñenos en las Charlas sobre salud pública, una serie de seminarios web virtuales ofrecidos por los Servicios de Educación para la Salud del Centro Martin Luther King Jr. para la Salud Pública.

Acompáñenos para aprender más sobre diversos temas de salud pública, obtener respuestas a sus preguntas y acceder a recursos para la comunidad del sur de Los Ángeles (SPA 6).



Programas destacados del Centro de Sanación MLK



El Centro de Sanación y Prevención del Trauma MLK

El Centro de Sanación y Prevención del Trauma MLK, también conocido como “Centro de Sanación”, ofrece servicios para ayudar a los niños, las familias y las personas a mejorar su bienestar. Ubicado dentro del Centro para la Salud Pública MLK, sirve a las comunidades del sur de Los Ángeles de Watts, Willowbrook y Compton (SPA 6). El centro brinda apoyo para la salud mental, el consumo de sustancias y la salud y el bienestar generales.

Todas las actividades son GRATIS y están abiertas a la comunidad.

Para obtener más información, póngase en contacto con:
MLKHealingCenter@ph.lacounty.gov

Para ver el calendario mensual, visite el sitio web del Centro de Sanación MLK.

Centro de Sanación MLK

💙 Enfoque de septiembre: Crear • Conectar • Animar

MLK Healing on Wheels promovió la prevención del suicidio a través de la conexión.

Durante todo el mes de septiembre, MLK Healing on Wheels puso de relieve la prevención del suicidio y el bienestar emocional en las escuelas locales a través de actividades creativas diseñadas para promover la conexión, la amabilidad, la esperanza y el apoyo.

Como parte de las actividades del mes, Healing on Wheels organizó talleres de pulseras de la amistad, brindando a los estudiantes la oportunidad de crear pulseras personalizadas utilizando colores, cuentas y palabras que representan la amistad, la esperanza, el ánimo y el apoyo.

A través de esta actividad práctica de artes curativas, los estudiantes exploraron la importancia de:

💙 Mantenerse conectado con amigos y adultos de confianza 💬 Estar pendiente de alguien que pueda estar pasando por un momento difícil 🤝 Apoyarse mutuamente con amabilidad y ánimo 🌱 Buscar apoyo cuando las cosas se ponen difíciles ✨ Reconocer que importan y que hay apoyo disponible

El taller creó un espacio acogedor para que los estudiantes se expresaran, establecieran conexiones positivas y participaran en conversaciones sobre el bienestar emocional de una manera creativa y accesible.









Programas destacados del Centro de Sanación MLK



ESCANEA EL QR PARA AYUDA

¿Necesita ayuda con los recursos? Póngase en contacto con nuestro navegador de sistemas para obtener apoyo con necesidades tales como vivienda, alimentos y asistencia financiera.

Haga clic aquí para descargar el folleto.

213-360-2904

DPH-NAVIGATOR@PH.LACOUNTY.GOV



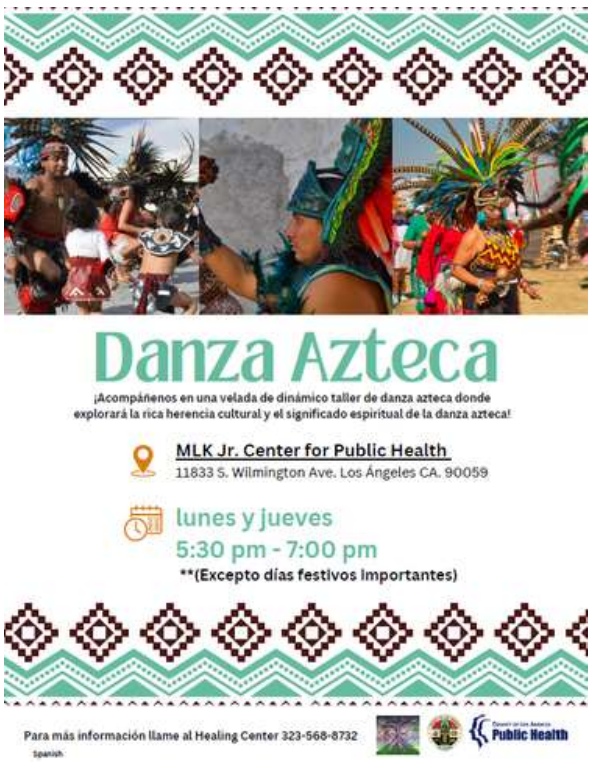




Programas destacados del Centro de Sanación MLK (cont.)









Recursos de salud Pública

RECURSOS DE SALUD GRATUITOS

DISPONIBLES EN:

CENTRO DE SALUD PÚBLICA MARTIN LUTHER KING JR.
11833 S Wilmington Ave, Los Ángeles, CA. 90059



CENTRO DE SALUD COMUNITARIO

Los productos accesibles que salvan vidas, ayudan a los residentes del Condado de Los Ángeles a tomar decisiones informadas y a adoptar medidas proactivas para proteger su salud.

Productos disponibles en el quiosco:

- Pruebas de antígenos de COVID-19
- Condones
- Naloxona
- Tiras reactivas de fentanilo



Para más información, visite: http://ph.lacounty.gov/CommunityHealthStation/

PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CON ARMAS DE FUEGO (GVP)

El Centro MLK de Salud Pública es un punto de distribución de la iniciativa GVP de la Oficina de Prevención de la Violencia del Departamento de Salud Pública (DPH).



Los adultos mayores de 18 años pueden recibir hasta dos kits gratuitos de candados de seguridad para armas en:

- Centro comunitario de Sanación y Prevención del Trauma MLK
- Servicios de la Clínica MLK

Para obtener más información, visite:
http://www.publichealth.lacounty.gov/ovp/GunSafety.htm

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con:
Janay Ezekwe
jezekwe@ph.lacounty.gov

County of Los Angeles Public Health

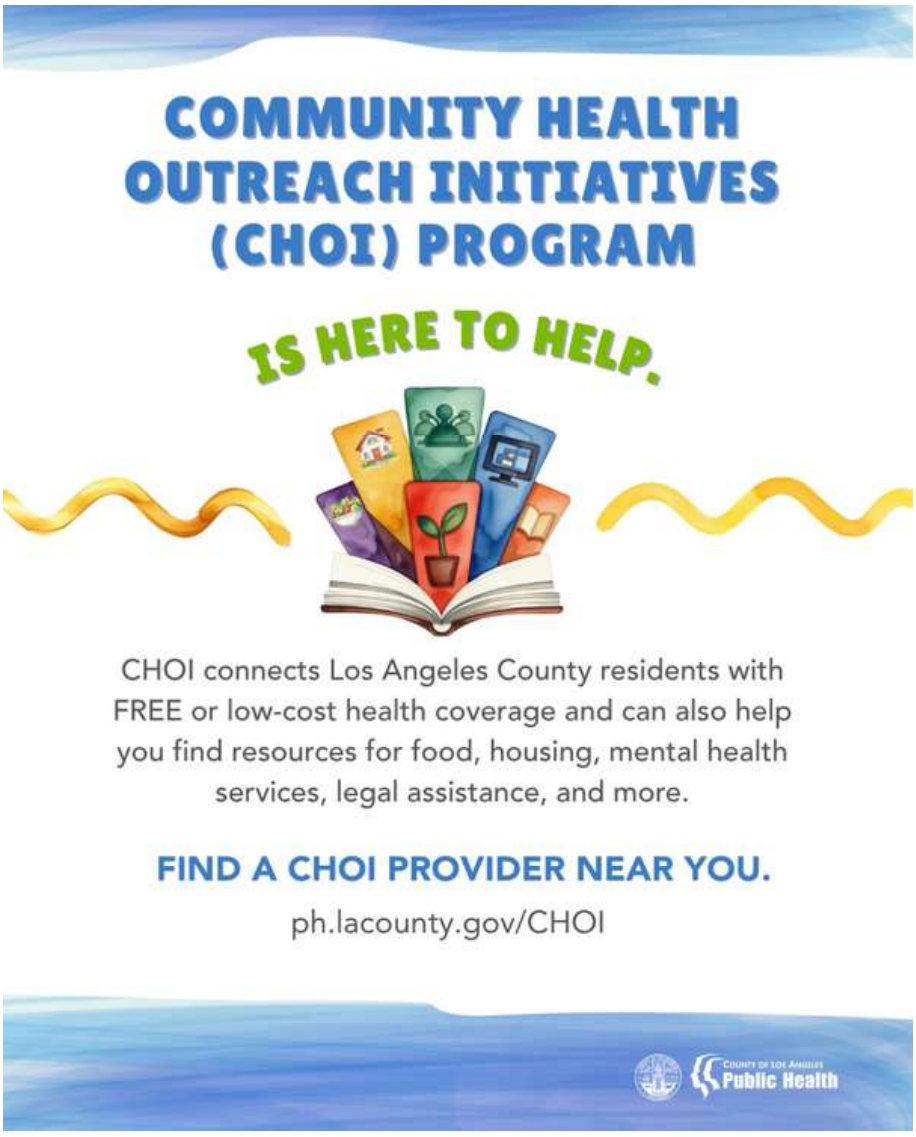
Recursos de salud Pública

Programa de Iniciativa de Difusión de Salud Comunitaria (CHOI)

CHOI conecta a los residentes del condado de Los Ángeles con una cobertura de salud GRATIS o de bajo costo, y también puede ayudarle a encontrar recursos para alimentos, vivienda, servicios de salud mental, asistencia legal y más

ENCUENTRE UN PROVEEDOR DEL PROGRAMA CHOI CERCA SUYO.

Conéctese hoy mismo:
[Haga clic aquí]



Recursos comunitarios



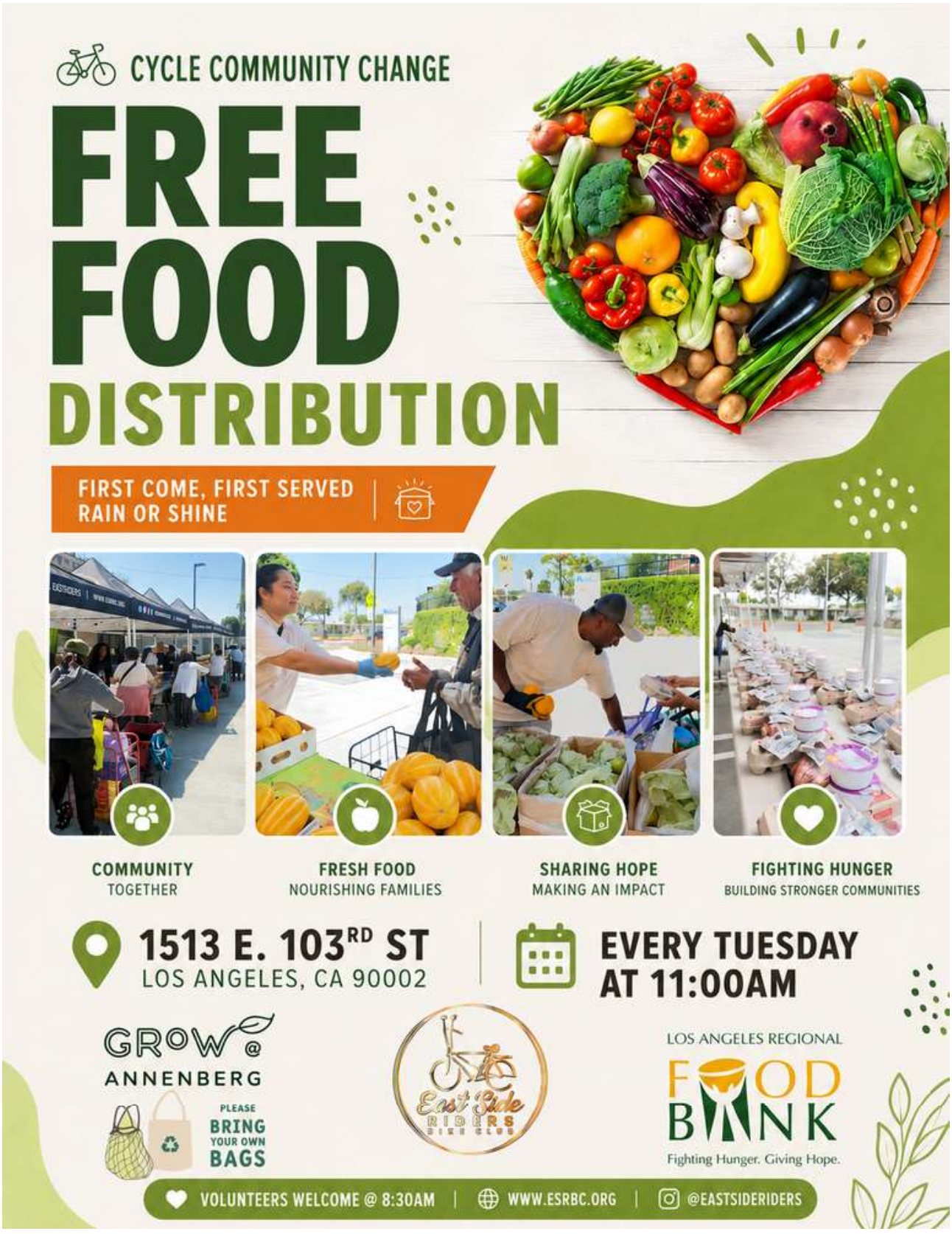
Si tiene algún recurso o folleto de eventos que le gustaría que incluyéramos en nuestro boletín, no dude en ponerse en contacto con nosotros.

Puede enviar un correo electrónico a Jacqueline Ruiz a Jruiz2@ph.lacounty.gov.

Consulte los próximos recursos y eventos locales cercanos.

NEXT

Recursos comunitarios (cont.)



Recursos comunitarios (cont.)

win
LOS ANGELES

PARENTS EMPOWERING PARENTS

AUTHENTIC CONNECTION STARTS HERE



FOR CAREGIVERS OF CHILDREN WITH INTELLECTUAL AND DEVELOPMENTAL DISABILITIES AGES 0-7 THAT LIVES IN LA COUNTY



- Bi-weekly virtual drop-in space
- Parent-led discussions
- Emotional support & building resilience
- Education and resources provided

ENROLLMENT IS OPEN YEAR LONG!
SCAN OR FOLLOW LINK TO REGISTER TODAY

PARTNERING WITH WESTSIDE REGIONAL CENTER · LOS ANGELES COUNTY DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH hope. recovery. wellbeing.

REGISTER HERE: https://shorturl.at/DQFD3

WWW.WINLA.ORG | @WINFAMILIESLA | INFO@WINLA.ORG

Recursos comunitarios (cont.)



Los Angeles County has partnered with WeLink to bring new affordable, high-speed internet to East and South LA residents.

Built for families! WeLink's service includes tools to help manage screen time and online safety, at no extra cost.

Plans as low as $25/month (for qualifying households) to $85/month, all delivering high-quality, fast internet. Choose your speed: Fast, faster, fastest. 500 Mbps, 1 Gbps, or 2 Gbps with equal upload and download.

Learn more: deletethedivide.org/affordable-internet/

Community Broadband LA County

Service made possible in part through funding from the American Rescue Plan Act, from the County of Los Angeles, and from a grant for Local Agency Technical Assistance from a program administered by the California Public Utilities Commission.

Recursos para jóvenes



For additional details on programs available for children, teens and more be sure to visit the [LA County Parks and Recreation website.]





Recursos para jóvenes



Para obtener más detalles sobre los programas disponibles para niños, adolescentes y otros, visite el sitio web del Departamento de Parques y Recreación del Condado de Los Ángeles.





Recursos para jóvenes (cont.)





Enlaces útiles

Vacunas contra la gripe
Recursos financieros de Get Ahead LA
Recurso de salud mental en la Línea iPrevail
Centro de Empleo America's Job Center of California del condado de Los Ángeles
Oficina de Asuntos de Inmigrantes del condado de LA
Proyecto de Prevención de Suicidio Juvenil del condado de LA
Crédito para el Pago de Facturas del Departamento de Agua y Energía
Podcast de Salud Pública de LA
Préstamo de Computadoras Portátiles y Puntos de Acceso Wi-Fi de las bibliotecas del condado de LA
Apoyo para la salud mental (800) 854-7771 o envíe un mensaje de texto con la palabra "LA" al 741741)
Programa Metro LIFE
Línea de Ayuda Nacional de Prevención del Suicidio
Opportunity LA: Cuenta de Ahorros para Niños para Estudiantes del Distrito Escolar Unificado de Los Ángeles (LAUSD)
Reporte una infracción (888) 700-9995, de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.
Fondo de Asistencia de SoCalGas
Asistencia de Southern California Edison
VaccinateLACounty.com

Para obtener recursos adicionales, marque 2-1-1.
Para obtener más información sobre COVID-19, visite nuestro sitio web.
Siga a Salud Pública del Condado de LA en Instagram, Facebook y Twitter: @lapublichealth