

## Inauguran Unidad de Atención Médica Ambulante en Newark



Recientemente se llevó a cabo la inauguración oficial de una unidad de cuidado médico ambulante en la ciudad de Newark, bajo la iniciativa del Dpto. de Salud de dicha ciudad; el Jewish Renaissance Medical Center y The Horizon Foundation for New Jersey, localizada en el 49 de Washington Street, en Horizon Plaza, en el centro de la ciudad. La sala ambulatoria está equipada para realizar exámenes médicos y de dentistas. El vehículo también hace un recorrido por las diferentes barriadas de la ciudad extendiendo sus servicios a más de 20,000 personas sin seguros médicos o con seguros de limitada cobertura. En el corte de cinta aparecen desde la izquierda: Monique Baptist, directora del programa Strong and Healthy Communities Initiative; Robert Marino, director de programa y CEO de Horizon Blue Cross Blue Shield; Mark Roberts, CEO Jewish Renaissance Medical Center; Dr. Alan Goldsmith, presidente y fundador de Jewish Renaissance Medical Center; Tonya X. Cook, presidenta de dentistería; Adam Zipkin, alcalde diputado jefe del Dpto. de Salud; y Dr. Peter Tumamian, asistente al superintendente de las escuelas públicas de Newark.

## UnitedHealthcare Ofrece Seminarios de Salud y Cocina Gratis

NEWARK, New Jersey (22 DE JULIO DE 2013) – UnitedHealthcare ofrecerá seminarios educativos en los condados de Essex y Union en New Jersey para ayudar a las personas de la tercera edad y otros beneficiarios estadounidenses de origen hispano a informarse más sobre Medicare y sus opciones de cobertura de cuidado de la salud. Después de los seminarios, los asistentes participarán en una demostración culinaria que les enseñará a preparar un plato latino tradicional de una manera saludable. Los seminarios y las demostraciones culinarias intentan ayudar a mejorar la salud y el bienestar de los más de 14,900 beneficiarios de Medicare de origen latino que viven en el área de los condados de Essex y Union.

Los participantes aprenderán los conceptos básicos de Medicare, incluidas las diferentes partes del programa, la necesidad de elegibilidad y los plazos de inscripción, para ayudarles a tomar decisiones informadas sobre la cobertura de cuidado de la salud. Durante la de-

mostración culinaria, los participantes aprenderán consejos y alternativas para hacer que sus comidas latinas preferidas sean más saludables. La demostración culinaria estará a cargo de la Chef Mimi Isles de "Mimi's Fusion of Flavors".

Después de los eventos, los beneficiarios tendrán la opción de asistir a una sesión aparte para aprender más sobre los planes de Seguro Suplementario de Medicare AARP de UnitedHealthcare.

Manejarse en Medicare puede ser especialmente difícil para los beneficiarios estadounidenses de origen hispano que no hablan inglés o que hablan inglés como segundo idioma. Las demostraciones culinarias y los seminarios se realizarán en español para asegurar que los beneficiarios de Medicare hispanoparlantes puedan aprender del modo en que les resulte más cómodo.

"Los beneficiarios de Medicare de los condados de Essex y Union saldrán de estos eventos con información que puede ayudarles a mejorar su salud y la salud de sus seres queridos",

comentó Susan Morisato, presidenta de UnitedHealthcare Medicare & Retirement Insurance Solutions. "No sólo aprenderán a buscar la cobertura de Medicare que mejor se adapte a sus necesidades de salud y presupuesto, sino que también aprenderán a cocinar muchas comidas latinas tradicionales de una manera más saludable".

Los eventos se celebrarán:

• Miércoles 24 de

julio a las 10:00AM, en FOCUS, 441-443 Broad St. Newark.

• Jueves 25 de julio a las 10:00AM, en O'Donnell Dempsey Senior Citizen Center, 618 Salem Avenue, Elizabeth

• Viernes 26 de julio a las 10:00AM, en PROCEED, 1122 East Grand St., Elizabeth.

Para obtener más información sobre los eventos, llame al 1-866-336-0253, TTY 711, de lunes a viernes de 7 a.m. a 11 p.m., EST.

### MURGADO & CARROLL, Esqs. Abogados

Abierto de Lunes a Viernes, incluso citas por la noche

Le ayudaremos en todo tipo de caso legal:

**ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN  
DIVORCIOS ❖ CORTE MUNICIPAL  
ACCIDENTES DE TRABAJO**

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

**761 Westfield Avenue  
Elizabeth, New Jersey 07208  
(908) 659-0101**



## SECCION PROFESIONAL

### ABOGADOS

**JULIO SANCHEZ**  
Abogado

•Accidentes de Automóvil  
•Caidas por negligencia de otro  
•Accidentes de Trabajo  
•Muerte por Negligencia (wrongful death)  
•Casos de Incapacidad al Seguro Social  
425 Elmora Ave., Elizabeth  
(908) 355-0666

### MEDICOS

**DR. PEDRO GUTIERREZ**

CIRUJANO GENERAL

464 NORTH AVE., ELIZ.  
(908) 351-0790

Aceptamos Mayoría de Seguros

### QUIROPRACTICOS



**THOMAS HAVERON D.C.**  
QUIROPRACTICO

333 Harrison Ave., Harrison (973)482-1600

1-888-4-AYUDATE  
(888) 429-8328

**DR. ERNESTO MARTICORENA  
DR. SOKRATIS DRAGONAS**

ACCIDENTES DE AUTOMOVILES  
DOLORS DE ESPALDA Y CUELLO

**ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION**  
560 Newark Ave. Elizabeth, NJ  
(908) 355-3358

### ACUPUNTURISTA

**DR. GABRIEL GUZMAN (RI) (L.Ac.)**

Terapia fuerte y efectiva para el dolor de espalda, cuello, dolor de cabeza, "stress", insomnia, ansiedad, y su salud.

**Elizabeth Rehabilitation**

560 Newark Ave., Elizabeth, N.J. Tel. 908-355-3358

## Psiquiatras del Trinitas enseñan a advertir dificultades emocionales

Elizabeth, NJ- El Departamento de Salud Mental y Psiquiatría en el Trinitas Regional Medical Center acaba de elaborar una guía de recursos para padres y maestros encargados de la educación y la protección de los niños.

El documento, disponible tanto en inglés como en español, se titula Step-Up, Take Action: When Does a Child Need Help? y es una herramienta muy valiosa para todos aquellos interesados en proteger a los niños asistiendo a las escuelas primarias.

El material de Step-Up, Take Action: When Does a Child Need Help? ofrece información básica para padres y profesores sobre las señales que se advierten en los niños cuando enfrentan dificultades emocionales y necesitan ayuda profesional. "Como profesionales de la salud mental, queremos identificar los posibles problemas temprano y hacer que los niños reciban la ayuda que necesitan con rapidez", explicó el Dr. Anwar Ghali, jefe de Psiquiatría en el Trinitas. "En el mundo de la salud mental se enfatiza la intervención temprana. "Se ha demostrado que cuando se prestan los servicios de salud mental apropiados y a tiempo los síntomas pueden ser reducidos y las situaciones trágicas pueden ser evitadas".

Según expertos, la violencia en las escuelas de Estados Unidos ha aumentado desde los tiroteos en Columbine High School en Colorado, un hecho ocurrido en abril de 1999, y tras los sucesos de Virginia Tech en abril del 2007. Otro hecho, más recientemente, tuvo lugar en en diciembre del 2012 en la Sandy Hook Elementary School de

### ALÉRTESE, TOMA ACCIÓN -

¿Cuándo un Niño Necesita Ayuda?



Una guía proactiva para reconocer las señales de advertencia e identificar a niños que pueden recurrir a la violencia

**TRINITAS**  
Regional Medical Center

Para padres, maestros y cualquier persona interesada por un niño en edad escolar primaria

Newtown, Connecticut, donde perecieron 20 niños de kindergarten y seis educadores.

Luego de esos hechos tan lamentables se están multiplicando la creación de programas para prevenir que este tipo de eventos se repitan.

"La prevalencia de enfermedades mentales entre los niños es más alto de lo que la mayoría de las personas imagina", señaló James Lape, el vice presidente del Behavioral Health, Psychiatry & Long-Term Care del Trinitas. "Uno de cada 10 niños es diagnosticado con un trastorno de salud mental, pero hay muchos más que no están identificados y no reciben la ayuda que necesitan. Son datos que nos impulsan a hacer todo lo posible para identificar

a los niños en las escuelas primarias que están teniendo problemas en su desarrollo emocional".

Las familias interesadas en obtener una copia de Step-Up, Take Action: When Does a Child Need Help? Pueden visitar el sitio electrónico del Trinitas [www.TrinitasRMC.org](http://www.TrinitasRMC.org). Y si alguien conoce que un niño necesita ayuda de este tipo deber llamar al Departamento de Salud Mental y Psiquiatría del Trinitas Regional Medical Center mediante el 1-888-841-5564.

**Diga  
Lo Lei En  
LA VOZ**

[www.lavoznj.com](http://www.lavoznj.com)

## Mucho cuidado con las garrapatas...

(Viene de la Página 20)

te." Dicen los expertos, además, que conviene usar ropa de colores claros para evitar las garrapatas. También es recomendable introducirse los pantalones dentro de los calcetines o medias para prevenir que una garrapata se adhiera a la piel. Igualmente conviene el uso de repelente contra insectos, incluso en las mascotas, que deberán ser examinadas después de estar al aire libre.

Para transmitir la bacteria que causa la enfermedad de Lyme, la garrapata debe estar conectada a la piel durante un mínimo de 36 horas. Por lo tanto es importante eliminar adecuadamente una garrapata de la piel a fin de reducir el riesgo de transmisión de enfermedades.

Para eliminar una garrapata de forma segura se debe utilizar pinzas de punta fina y aplicar presión externa constante. No se recomienda utilizar vaselina, productos químicos u objetos calientes para eliminar las garrapatas. La eliminación inadecuada

puede aumentar las posibilidades de infección.

Según las autoridades, en New Jersey se reportan cada años unos 3.200 nuevos casos de la enfermedad de Lyme.

Existen medidas elementales para protegerse de las picaduras de garrapatas. Enumeramos a continuación las más importantes:

- 1-Evitar la zonas infestadas de garrapatas, como la hierba alta y la densa vegetación.
- 2-Cortar la hierba y la maleza en el patio.
- 3-Mantener higiénicas las instalaciones de aves para evitar atraer a los ciervos y otros mamíferos
- 3-Mantener higiénicas las mesas de picnic, columpios y otros equipos de recreo de madera ubicados en el exterior.
- 4-Seguir las instrucciones cuidadosamente si los productos químicos del césped se utilizan para el control de la garrapata.

Para obtener más información sobre la enfermedad de Lyme se recomienda visitar el sitio electrónico <http://nj.gov/health/cd/lyme/index.shtml>