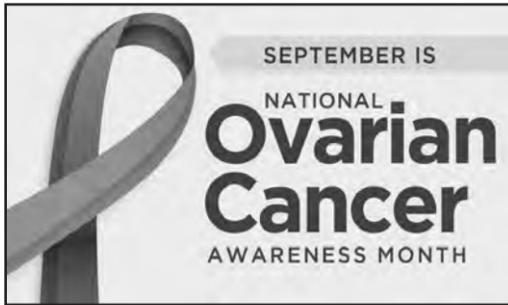


## Septiembre Mes del Cáncer de Ovario

Condado de Union, NJ – El mes de septiembre es considerado el Mes de Concientización del Cáncer de Ovario, y la Junta de Comisionados del Condado de Union esta ayudando a crear conciencia sobre la importancia de la detección temprana para las mujeres que tienen alto riesgo. De acuerdo a la Sociedad Americana del Cáncer, más de 21,000 mujeres en los Estados Unidos serán diagnosticadas con cáncer de ovario durante este año.

El cáncer del ovario es la quinta causa principal de la muerte de mujeres en los Estados Unidos. El detectar temprano ayuda a la



tasa de supervivencia, aunque los síntomas pueden ser sutiles.

“Conocer los síntomas y visitar al doctor regularmente es la clave para determinar si tiene la enfermedad y en muchos casos se pueden salvar vidas,” dijo el Presidente de la Junta de Comisionados Alexander Mirabella.

Las mujeres que tienen una historia familiar de esa enfermedad, o que han tenido cáncer y son mayores de 55 años, y no se han embarazado, o han tomado terapia hormonal menopáusica, están en mayor riesgo de contraer el cáncer de ovario.

Síntomas pueden incluir hinchazón dolor

pélico o abdominal, fatiga y malestar estomacal, acidez y pérdida de peso. Mujeres con estos síntomas deber ver a su doctor lo antes posible.

Más detalles estarán disponibles en la Oficina de Asuntos de las Mujeres del Condado de Union en la página [ucnj.org/women](http://ucnj.org/women).

Para más información sobre los programas y servicios de la Oficina de Asuntos de las Mujeres, pongase en contacto con la Coordinadora de la Oficina, Jen Erdos, al teléfono (908) 527-4216 o por correo electrónico [jerdos@ucnj.org](mailto:jerdos@ucnj.org).

## Ubicaciones Emergentes para Vacunas y Pruebas del COVID-19 en el Condado de Union en Septiembre

Vacunas y Pruebas Gratis de COVID-19 se ofrecen a los residentes del Condado

Condado de Union, NJ – La Junta de Comisionados del Condado de Union le informa a los residentes que habrá vacunas y pruebas gratis del COVID-19 en diferentes ubicaciones en el Condado durante el mes de septiembre, estas clínicas están en Westfield, Rahway, Scotch Plains, Roselle y Roselle Park.

La tercera dosis de las vacunas Pfizer y Moderna para residentes elegibles también están disponibles en las clínicas de las ciudades mencionadas. Para saber si usted califica para la tercera dosis de la vacuna visite la página: <https://ucnj.org/covid19/2021/08/14/union-county-will-offer-free-covid-19-third-shots-for-eligible-residents/>. Las vacunas también están disponibles de lunes a viernes en la Clínica de Inmunización del Condado de Union, en el 40 Parker Rd en Elizabeth.

“Debido a las nuevas cepas del virus, se le recomienda arduamente a todos los residentes que se vacunen lo antes posible,” dijo el Presidente de la Junta de Comisionados Chairman Alexander Mirabella. “Residentes inmunocomprometidos que son



elegibles para una tercera dosis pueden hacer una cita para vacunarse rápidamente para más protección.”

“La Junta de Comisionados del Condado de Union continuará proporcionando a los residentes con oportunidades para vacunas y pruebas,” dijo el Comisionado Sergio Granado quien Preside el Comité de Seguridad Pública. “Acceso fácil a las vacunas y pruebas es nuestro enfoque y la clave de mantener a los residentes del condado de Union seguros y saludables mientras continuamos frente al COVID-19 y sus variantes.”

Este programa de clínicas emergentes se ha expandido a incluir a todas las edades que han sido aprobadas. En estos momentos cualquier residente de 12 años en adelante puede

recibir la vacuna Pfizer. Las vacunas Moderna y Johnson & Johnson comienzan a los 18 años. Aquellos que han recibido la primera dosis de vacuna (Pfizer or Moderna) en una de las Clínicas Móviles del Condado de Union recibirán instrucciones de como y donde recibir su segunda dosis.

Cualquier residente del Condado de Union puede hacer una cita en cualquiera de las clínicas aquí mencionadas sin importar la ciudad donde vivan, sólo tienen que se residentes del Condado de Union:

- Miércoles, 29 de septiembre en Rahway High School, 1012 Madison Avenue, 3:00 p.m. -5:00 p.m. (vacunas Johnson & Johnson / Pfizer/COVID-19 Prueba Saliva)
- Miércoles, 29 de septiembre, en Roselle

Park, 180 W Webster Ave., 3:00p.m.-5:00 p.m. (vacunas Johnson & Johnson/Pfizer/COVID-19 Prueba de Saliva)

Citas en estas clínicas o en los sitios de vacunas permanentes pueden hacerlo en la página [ucnj.org/vax](http://ucnj.org/vax). Los residentes que andan en busca de la Clínica de Inmunización pueden ir de lunes a viernes de 8:30 am a 4:00 pm para hacerse una prueba gratis del COVID-19.p.m.

Los residentes del Condado de Union que se encuentran confinados en casa o en cama pueden hacer arreglos para que los vacunen en su hogar, contactando al Mobile Medical Services del Condado de Union al 1-833-256-2478 durante horas regulares para hablar con una operadora o dejar un mensaje el cual será devuelto lo antes posible.

## Los que Reciben Beneficios de Cupones de Alimentos son Elegibles para Comidas Calientes

Condado de Union, NJ – La Junta de Comisionados les avisa a los que reciben ayuda de Cupones de Alimentos / SNAP en el Condado de Union que pueden comprar comidas calientes hasta el 30 de septiembre debido al desastre de la tormenta Ida.

SNAP es el Programa de Asistencia Suplemental de Nutrición federal. Esta asistencia especial fue recibida por el Departamento de Servicios Humanos de New Jersey después que FEMA confirm la Declaración de Desastre Mayores por los conda-

dos impactados por la Tormenta Tropical Ida, que incluye el Condado de Union, a la vez que Bergen, Essex, Gloucester, Hudson, Hunterdon, Mercer, Middlesex, Passaic, y Somerset.

“La tormenta Tropical Ida ha creado nuevas cargas a muchos hogares, incluyendo los impactados financieramente por la pandemia del COVID-19. Me gustaría agradecer a la administración de Murphy por el buen trabajo de asegurar asistencia federal alimenticia para el Condado de Union y otros Condados afecta-

dos por la tormenta,” dijo el Presidente de la Junta de Comisionados Alexander Mirabella.

Los que reciben SNAP/Cupones de Alimentos en el Condado de Union pueden usar su tarjeta EBT para comprar comidas cocinadas calientes en las tiendas o mercados que participan hasta el 30 de septiembre, 2021.

Para una lista de los mercados o tiendas participantes pueden visitar el mapa de la página del Departamento de Agricultura de los EE-UU, [usda.gov/snap/retailer-locator](http://usda.gov/snap/retailer-locator). Por favor

tome nota que este programa especial solo aplica a los productos que se compran en los 10 condados que han sido afectados bajo la Declaración de Desastres emitida por FEMA.

Los que reciben SNAP en el Condado de Union tienen hasta el 30 de septiembre para solicitar beneficios por alimentos perdidos durante la tormenta.

Todos los actuales residentes del Condado de Union que reciben los beneficios de SNAP pueden reportar la pérdida de alimentos debido a la tormenta por

## SECCION PROFESIONAL

### ABOGADOS

**JULIO SANCHEZ**  
Abogado

- Accidentes de Automóvil
- Caidas por negligencia de otro
- Accidentes de Trabajo
- Muerte por Negligencia (wrongful death)
- Caos de Incapacidad al Seguro Social

425 Elmora Ave., Elizabeth  
(908) 355-0666

### QUIROPRACTICOS

**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

## ¿Qué Limpiador Facial es el Adecuado para su Tipo de Piel?

Astoria, NY - Todo el mundo necesita lavarse la cara, ¿verdad? Pero, eliminar la suciedad, el sudor, las células muertas y el maquillaje con cualquier limpiador viejo no es suficiente.

Idealmente, el limpiador facial que elija debe alinearse con su tipo de piel, ya sea seca, grasa o neutra, según Jennifer Wong, de Advanced Dermatology P.C.

Una parte clave de cualquier rutina eficaz para el cuidado de la piel es la limpieza adecuada de la cara, que básicamente elimina todas las sustancias no deseadas, dice Wong, asistente médico con amplia experiencia en dermatología médica y cosmética para todas las edades.

Al mantener la piel limpia, no sólo reduce el riesgo de poros obstruidos, sino que también aumenta el tono de la piel y permite que otros productos cosméticos y para el cuidado de la piel funcionen mejor.

“Encontrará innumerables versiones de limpiadores faciales en el mercado, pero eso no significa que todos sean adecuados para su piel en particular”, explica Wong. “Usar los incorrectos puede empeorar cualquier problema de la piel, lo que podría provocar una piel demasiado seca o grasosa, o con brotes desagradables”.

Identificar su tipo de piel El primer paso para elegir el limpiador facial adecuado para su tipo de piel; por supuesto, es saber qué tipo de piel tiene. Según Wong, estos rasgos deberían darle una pista sobre:

Seca: con sus poros pequeños, la piel seca generalmente, se siente inundación en su hogar a la oficina de Servicios Sociales del Condado de Union al 908-965-2700.

También pueden reportar enviando un correo al [elizredetbank@ucnj.org](mailto:elizredetbank@ucnj.org). En el correo asegúrese de poner su nombre, # de caso, dirección e incluya una nota describiendo los alimentos que perdió.

Todos los residentes en Condado de Union que han sido impactados con la Tormenta Tropical Ida visiten la página [ucnj.org/ida](http://ucnj.org/ida) para recursos adicionales e instrucciones en como aplicar para ayuda.

El Condado de Union también ha programado centros móviles para proporcionar ayuda Para una lista de las próximas distribuciones de alimentos visite [ucnj.org/covid19/food-distribution-events](http://ucnj.org/covid19/food-distribution-events).



Jennifer Wong

estirada y tensa. La observación cuidadosa puede mostrar pequeñas escamas de piel en la superficie. “La falta de humedad en la piel seca puede dejarla vulnerable al envejecimiento más rápido, con líneas finas que quizás aparezcan prematuramente”, dice Wong.

Grasa: Los poros abiertos y obstruidos dominan la piel grasa, cuya textura se clasifica como gruesa. “Puede notar un aspecto brillante en su rostro poco después de la limpieza”, comenta Wong. “La piel grasa también es más propensa al acné, pero la ventaja es que también envejece más lentamente”, continúa.

Neutral: también conocida como piel “mixta”, la piel neutra puede combinar áreas de piel seca y grasa o simplemente estar bien equilibrada entre otros tipos. “A menudo, la zona T, que incluye la frente, la nariz y la barbilla, estará grasosa y el resto de la cara es más propensa a secarse”, señala Wong.

Teniendo en cuenta estas características, es lógico que los limpiadores para la piel seca no sean demasiado agresivos, ya que pueden despojar aún más a la piel de los aceites vitales, añade Wong. Mientras tanto, los limpiadores orientados a la piel grasa deben eliminar el exceso

de grasa sin reseca demasiado. “Para una piel neutra, querrá un limpiador que humedezca e hidrate”, explica.

Ingredientes a buscar Cada limpiador facial en el mercado está formulado con ingredientes que pueden sumar un gran impacto en su piel, dice Wong, no sólo en qué tan bien limpia, sino también en cómo reacciona su tipo de piel.

Wong recomienda estos ingredientes específicos en limpiadores faciales, para alinearlos con su tipo de piel:

Piel seca: evite el alcohol y el jabón, mientras busca un limpiador suave con ingredientes humectantes y ácidos grasos en forma de aceites, dice Wong. “Busque productos que incorporen glicerina, vaselina, lanolina y ceramidas, que ayuden a la piel mantener humedad”, agrega.

Piel grasa: Irónicamente, debe evitar los limpiadores a base de alcohol, que pueden hacer que su piel produzca aceite en exceso, para compensar los efectos de eliminación del alcohol. Busque un limpiador no comedogénico (que no obstruya los poros), que contenga ácidos salicílicos y glicólicos, que pueden prevenir los brotes. Un limpiador con glicerina ayudará a su rostro a retener la humedad necesaria.

Piel neutra: dado que está tratando de hidratar y humectar, los limpiadores suaves a menudo funcionan para los tipos de piel neutrales. Pero busque los que no contengan ni alcohol, ni jabón, para evitar la irritación de la piel. “Encontrar el limpiador adecuado puede requerir un poco de prueba y error para abordar las áreas secas y grasas”, asegura Wong.

## MURGADO & CARROLL, Esqs.

Abogados

Horarios con cita previa. Llame o envíe un correo electrónico a [robert@murgadocarroll.com](mailto:robert@murgadocarroll.com) para concertar una cita

ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN  
ACCIDENTES DE TRABAJO

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

761 Westfield Avenue  
Elizabeth, New Jersey 07208

(908) 659-0101

