

## Una conexión para la ciudad de Newark de AARP



El pasado 27 de septiembre, el alcalde de la ciudad de Newark, Cory Booker, llevó a cabo una audiencia pública televisada en su oficina del ayuntamiento con la cooperación de AARP, y el cual se transmitió por el sitio web de AARP. El alcalde discutió el programa que ofrece la municipalidad "Calles Completas", el cual crea un modelo intermodular completo para peatones y ciclistas en todos los proyectos urbanos a través de la ciudad. Este programa logrará más seguridad para los motoristas, ciclistas y peatones por igual, impactando en gran manera a los "senior citizens". En la foto aparece el alcalde Booker, a la izquierda y le siguen Rawle Andrews, vicepresidente regional de AARP; y Doug Johnston, administrador de asuntos gubernamentales de New Jersey y AARP. A la derecha de la foto, sentada entre el público, Iris Alvarez, directora de la Oficina para Envejecientes de dicha ciudad. El evento fue organizado Anthony Santiago, jefe de despacho de la alcaldía de Newark. (Foto B. Jones/Ciudad de Newark).

## Trinitas ofrece exámenes gratuitos a enfermos renales

Elizabeth, NJ- El departamento de servicios renales del Trinitas Regional Medical Center dio a conocer que este otoño volverá a efectuar una jornada más del Kidney Early Evaluation Program (KEEP).

Esta última actividad, concebida para proporcionar exámenes médicos gratuitos a personas con riesgo de problemas en los riñones, se realiza en colaboración con la Greater New York Kidney Foundation.

El evento de este año tendrá lugar el martes 16 de octubre en la sala de conferencias medicas del Trinitas, un local ubicado en el número 210 de Williamson St., en Elizabeth.

Los exámenes médicos comenzarán a las 10 de la mañana y finalizarán a las 2 y media de la tarde.

Ahora en su sexto año, este evento de octubre ofrecerá análisis de orina, análisis de sangre, exámenes de presión arterial, y asesoramiento sobre proveedores de atención médica. El programa está limitado a las primeras 100 personas que acudan al lugar y deben ser mayores de 18 años. Se enfatizará en aquellos pacientes que tengan una historia familiar de enfermedad renal. Para registrarse se debe llamar al 908-994-5127.

Según los directivos del KEEP, la coordinación de las actividades estará bajo la supervisión de Peggy Custode y al evento se sumarán personal médico del Trinitas y estudiantes de enfermería de la citada institución. Todas las consultas con los pacientes se efectuarán guardando la privacidad y la confidencialidad.

"Desde que comenzó el programa KEEP numerosas personas de nuestra área han podido beneficiarse de estos exámenes", declaró Peggy Custode. "Las personas viajan grandes distancias porque saben que tendrán la oportunidad de tener exámenes gratuitos y poder hablar con un especialista en enfermedades renales del Trinitas. Cerca de 500 personas han utilizado estos eventos para saber si tienen alguna condición pre-renal y prevenir complicaciones que conducen a diálisis".

En el año 2009 la Greater New York Kidney Foundation hizo un reconocimiento especial al Trinitas Regional Medical Center por su exitoso programa KEEP.

Hoy por hoy el Trinitas Regional Medical Center cuenta con tres centros de diálisis para

pacientes ambulatorios con calificación de 5-Diamond Patient Safety Program centers.

Patrocinado por Quality Insights Renal Network 3, que supervisa programas renales en New Jersey, Puerto Rico e Islas Virgenes, el 5-Diamond Patient Safety Program es un iniciativa para ayudar a los proveedores de diálisis a crear conciencia acerca del tema renal. El 5-Diamond Patient Safety Program se centra en la mejora de los pacientes en fase terminal. Menos del 20% de todos los centros de diálisis en el estado de New Jersey han alcanzado el estatus Diamante 5.

Las personas interesadas en beneficiarse del Kidney Early Evaluation Program (KEEP) deben ponerse en contacto con Peggy Custode mediante el 908-994-5127.

## Otras Actividades del Trinitas para el mes de Octubre

Por ejemplo, el próximo 10 de octubre efectuará el evento AARP Driver Safety Course. La actividad-con sede en el llamado CORE building, una instalación ubicada en el número 1164 de Elizabeth Avenue—incluye dos sesiones de trabajo y un proceso de inscripción. Todos los asistentes deberán mostrar además su licencia de manejar para poder tomar el curso. La matrícula para los afiliados al AARP es de \$12 y para los no miembros es de \$14.

El curso tiene un examen final y una vez finalizado los participantes tendrán derecho a un descuento del 5 al 10% en su seguro de automóvil durante tres años.

El 11 de octubre se celebrará un seminario centrado en el reemplazo de articulaciones denominado The Scoop on Total Joint Repla-

cement. Estará a cargo del doctor James Dunleavy y se desarrollará igualmente en el CORE building. Para trámites de registración las personas deben comunicarse con el 908-994-8939.

El 18 de octubre el psiquiatra Leopold Bologna dictará el seminario titulado ADHD in Children and Adolescents. La sede del evento será el Echo Executive Plaza, localizado en el 899 de Mountain Ave, en Springfield. Para el proceso de registración hay que llamar al 908-994-8939.

Y el 24 de octubre se efectuará un evento de recaudación de fondos (Trinitas Auxiliary Fundraiser) donde se venderán con precios especiales productos de la conocida firma Lord & Taylor. Las actividades tendrán lugar en la filial de Lord & Taylor en Westfield. Para más detalles al respecto se sugiere llamar al 908-

994-8988 o al 908-994-5164.

Por último, el 25 de octubre, estarán llevando a cabo el evento Breast Health: Ask questions, Get Answers. La sede será el The

Westwood, localizado en el 438 de North Ave, en Garwood. Incluye una cena y una rifa especial. Para inscribirse y otros detalles las personas deben llamar al 908-994-8939.

# 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

## 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  
909 Elizabeth Ave. Elizabeth (908) 629-0800

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

### DR. ERNESTO MARTICORENA

### DR. SOKRATIS DRAGONAS

ACCIDENTES DE AUTOMOVILES  
DOLORES DE ESPALDA Y CUELLO

ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION

560 Newark Ave. Elizabeth, NJ

(908) 355-3358

# La Mala Influenza

Por: Luisa Fernanda Montero

Aunque el momento exacto en el que se inicia la temporada de influenza o gripe anualmente, es impredecible, esta suele comenzar a principios de octubre. Los Centros de Control de Enfermedades - CDC - recomiendan que las personas se vacunen contra la influenza tan pronto como las vacunas estén disponibles en sus comunidades.

A finales del mes de septiembre es muy probable que la vacuna ya haya llegado a su comunidad y la recomendación de los CDC es que todas las personas mayores de seis meses de edad se vacunen cada año contra la influenza estacional. A la hora de vacunarse tenga en cuenta que después de la vacuna, el cuerpo tarda unas dos semanas en producir una respuesta inmunitaria, así que la idea es hacerlo con el tiempo suficiente.

Tal vez todos hemos padecido una gripe alguna vez. La gripe es quizás una de las enfermedades más comunes en el ser humano, por ello es posible que tendamos a restarle importancia o a confundirla con un resfriado. Ese es un gran error. Una gripe desatendida o mal cuidada puede tener gravísimas consecuencias.

El resfriado común, también conocido como catarro es más leve que



L. Fernanda Montero

la gripe, que siendo una infección viral más grave, afecta seriamente el tracto respiratorio y además de estornudos, secreción nasal, dolor de cabeza y tos, presenta fiebre, escalofrío, dolores musculares y algunas veces - sobre todo en niños - náuseas y vomito. Pero lo que no podemos olvidar es que una gripe puede causar complicaciones graves, convertirse en bronquitis o neumonía o incluso provocar la muerte.

Los que saben, insisten: la mejor manera de evitar la influenza es la vacuna.

De acuerdo con el CDC aun cuando el periodo de mayor actividad de la influenza está entre enero y febrero, la influenza es impredecible y todas las personas de 6 meses de edad o más deben vacunarse anualmente, especialmente si tienen alto riesgo de complicacio-

nes o si viven o cuidan de alguien que está en riesgo, como mujeres embarazadas, niños menores de 5 años, personas mayores de cincuenta años, personas de cualquier edad con ciertas afecciones crónicas y aquellas que viven en asilos para ancianos y otras instituciones de cuidados prolongados.

¿Y por qué repetir la vacuna anualmente?

De acuerdo con los expertos hay dos razones fundamentales, la primera es que los virus de la influenza cambian constantemente y, por lo tanto las vacunas deben ser actualizadas, y la segunda es que la protección inmunitaria que ofrece la vacuna disminuye con el tiempo.

Consulte con su médico qué tipo de vacuna le conviene a usted y a su familia y recuerde que de acuerdo con los CDC la vacuna contra la influenza es segura y se ha aplicado por décadas en forma segura a cientos de millones de personas en este país.

Para saber más sobre la disponibilidad de vacunas en su área o informarse sobre cualquier aspecto relacionado con la influenza, visite la página de los CDC [www.cdc.gov/Spanish](http://www.cdc.gov/Spanish), encontrará toda la información en español. Recuerde, siempre es mejor prevenir que lamentar, infórmese también en la página 7 en esta edición.

## 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

