

# Stay Informed While Staying Safe

*Un boletín en respuesta a la pandemia de COVID-19*

## El CDC recomienda Una Segunda Inyección de Refuerzo Para Mayores de 65 años

- El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades ha ampliado la elegibilidad a las personas mayores de 50 años, con una fuerte recomendación de que las personas mayores de 65 años reciban una segunda dosis de refuerzo de Pfizer o Moderna.
- La segunda dosis de refuerzo está disponible para personas mayores de 50 años y debe administrarse al menos 4 meses después de la primera dosis de refuerzo de Pfizer o Moderna.
- El motivo de esta segunda dosis de refuerzo es continuar con los mayores niveles de protección contra la COVID-19 para las personas de alto riesgo, ya que ninguna de las vacunas fueron tan fuerte contra el variante Omicron en comparación con los variantes anteriores.
- Este refuerzo adicional es especialmente importante para las personas mayores de 65 años y las personas mayores de 50 años con afecciones médicas subyacentes.
- Con el variante altamente transmisible BA.2/“Stealth Omicron” circulando por los EE. UU., este segundo refuerzo será crucial para la protección de la población de mayor edad. (Consulte la página 3 para obtener más información sobre Stealth Omicron)



Source: <https://www.cdc.gov/media/releases/2022/s0328-covid-19-boosters.html>

## COVID-19 Aumenta el Riesgo de Diabetes por 40%

- Según un gran estudio nuevo realizado en los sistemas de salud de la Administración de Veteranos de los EE. UU., tener COVID-19 parece aumentar el riesgo de tener diabetes por 40 % en el próximo año
- El riesgo de desarrollar diabetes para las personas con sobrepeso aumentó en un 59%, entre las que tenían el riesgo más bajo de diabetes en un 38%, y aún más para aquellas con casos graves de COVID-19.
- El estudio se basó en registros de más de 8 millones de personas y 180,000 que tenían COVID-19 y se alineó con un estudio de datos similar en Alemania que también mostró consistencia con estos resultados.
- El Dr. Ziyad Al-Aly, jefe de investigación y desarrollo del estudio, afirmó: “Está muy, muy claro que todos estos caminos apuntan en una dirección, que COVID-19 aumenta el riesgo de diabetes hasta un año después.”
- Las implicaciones a largo plazo del aumento de la diabetes por la COVID-19 tendrán un efecto profundo en los Estados Unidos, y se espera que aparezcan millones de personas con nuevos casos de diabetes en los próximos años.



Source: <https://www.webmd.com/lung/news/20220324/covid-19-ups-diabetes-risk-year-later?>

## ¿Por Qué Toda la Desconfianza Con La Vacuna COVID?

- La vacilación de la vacuna ha sido un problema en condados como Stanislaus desde que la vacuna contra COVID-19 estuvo disponible por primera vez.
- En el condado de Stanislaus, el 30% de la población no ha recibido ninguna vacuna contra el COVID-19, con solo una tasa de vacunación completa del 58% entre la población.
- Una de las muchas razones por las que se niega la vacuna contra el COVID es el miedo a los efectos secundarios que posiblemente pueda tener, mientras que otra razón es simplemente porque las personas no confían en ella.
- Quizás una de las razones más importantes de la desconfianza en la vacuna se deba a la desconfianza en nuestro gobierno y al haber hecho de la vacuna un problema político en lugar de un problema de salud.

<b><i>Myth</i></b>	<b><i>Fact</i></b>
The ingredients in COVID-19 vaccines are dangerous.	Nearly all of the ingredients in the COVID-19 vaccines are also ingredients in many foods – fats, sugars, and salts. There are NO ingredients like aborted fetal cells, or latex.
COVID-19 vaccines contain microchips.	There are no microchips inside COVID-19 vaccines. Vaccines are for the purpose of fighting against disease, not to track individuals' movements.
COVID-19 vaccine can make you sick with COVID-19.	The vaccines cannot cause COVID-19, as none of the available diseases contain the live virus within them.
The vaccine's side effects are worse than COVID-19 itself.	Vaccine side effects are only *possible* side effects, and only last 24–48 hours, which is much less than COVID-19 symptoms.
Democrats are the only ones pushing for the COVID-19 vaccine.	Although the COVID vaccine is politically divided, both Republicans and Democrats have over 60% of their population vaccinated with at least one shot.

Sources:  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after>  
<https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/poll-finding/kff-covid-19-vaccine-monitor-january-2022/>.

Source: <https://www.modbee.com/news/coronavirus/article259698320.html>

## ¿No Puede Salir de su Casa Para Una Cita de Vacunación?

¿Es usted un adulto mayor que no puede salir de su hogar para recibir la vacuna COVID-19, la vacuna de refuerzo, o la vacuna contra la gripe? Healthy Aging Association puede ayudar a programar una cita para que una enfermera vaya a su hogar y le administre cualquiera de estas vacunas, ¡gratis!

¡Nuestro programa Homebound es un gran programa que le trae la vacuna a su casa! Llámenos al (209) 525-4670 para hablar con un trabajador social y comenzar el proceso de programar su cita en el hogar hoy.

## ¿Necesita que Lo Lleven a su Cita de Vacunas?

### ¿Necesita transporte para ir a un sitio de vacunas?

¡En asociación con Uber Health and Healthy Aging Association, MOVE ofrece a los residentes del condado de Stanislaus transporte GRATIS a citas de servicios médicos y sociales, lugares comunitarios, y eventos donde tiene acceso a educación y vacunas contra el COVID-19!

¡Llame y programe su viaje GRATIS hoy!

**(209) 672-1143**

**\*Viajes proporcionados a la disponibilidad de los conductores de Uber\***



## "Stealth Omicron" Ahora Variante Dominante de COVID en EE. UU.

- El "Stealth Omicron" o también conocido como variante BA.2 se ha convertido rápidamente en el variante más dominante en los Estados Unidos durante las últimas semanas.
- Esta variante ha sido la causa de casi el 55% de los casos domésticos de coronavirus durante la semana que terminó el 26 de marzo.
- Una semana antes, BA.2 solo fue responsable del 35% de los casos en los EE. UU., mostrando su rápida propagación por todo el país.
- Esta variante se llama "Stealth Omicron" porque es un subvariante del variante Omicron y es más contagiosa que su predecesor, propagándose aproximadamente 1.5 veces más rápido.
- Aunque es más contagioso, BA.2 no parece causar una enfermedad más grave.
- No obstante, ¡debemos continuar protegiéndonos a nosotros mismos y a nuestros seres queridos siendo vacunados y reforzados!

## ¿Pensando en Viajar Dentro de los Estados?

**Estas son algunas recomendaciones a tener en cuenta antes de viajar:**

- Retrasar el viaje hasta que tenga todas sus vacunas contra el COVID-19.
- Consulta previamente la situación del COVID-19 en tu destino. Puede haber diferentes restricciones de viaje vigentes.
- Se requiere el uso de una máscara sobre la nariz y la boca en las áreas públicas interiores del transporte público (aeropuertos, aviones, autobuses).
- No viaje si está enfermo, dio positivo por COVID-19, tuvo contacto con alguien con COVID-19, o está esperando los resultados de la prueba.
- ¡Hazte una prueba antes y después de tu viaje!



Source: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html>



## Coffee Road Cafe Senior Luncheon

La Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Stanislaus está abriendo su nuevo sitio de almuerzo para personas mayores en el Centro de Veteranos del Condado de Stanislaus en 3500 Coffee Road, Suite 15. Venga a comer, quédese con la compañía en la gran inauguración el lunes 4 de abril de 2022. Almuerzo se sirve de lunes a miércoles de 11:00 am a 12:00 pm (las puertas abren a las 10:00 a. m. Se recomienda hacer reservaciones (209) 558-8698.

*\*Adults 60 years or older and their spouse at any age | \$3.00 voluntary contribution.*

In honor of our past and present Young at Heart Strength Training participants and instructors who encourage us to keep moving and feeling Young at Heart join us at our 15th annual fundraiser

# AGE WITH MOVEMENT CELEBRATION

Friday, May 6, 2022

8:00 a.m. - 12:00 p.m.

East La Loma Park  
2001 Edgebrook Drive, Modesto, 95354

Free event | Fitness Fun | Opportunity Drawing | BINGO  
add on an exclusive Vintage Irish Green event shirt and bag for \$20.00

Register today by visiting [www.healthyagingassociation.org](http://www.healthyagingassociation.org)  
or by calling (209) 525-4670

### Tentative Schedule of Events

- 8:00 a.m. Kick-off
- 8:10 a.m. Zumba on the basketball court
- 8:30 a.m. - Morning Walk in the Park
- 9:00 a.m. - BINGO\* with Seva Hospice
- 9:45 a.m. Fitness Fun on the basketball court
- 10:00 a.m. - Late Riser's Walk in the Park
- 10:00 a.m. BINGO\* with Seva Hospice
- 10:30 a.m. - Healthy Aging Tai Chi on the basketball court
- 11:00 a.m. BINGO\* with Seva Hospice
- 11:30 a.m. Cool-down & Feel Young at Heart



\*Extra donation per BINGO card



All proceeds will benefit  
**Healthy Aging Association**  
For more information, please contact us at  
(209) 525-4670  
[www.healthyagingassociation.org](http://www.healthyagingassociation.org)



**Created and Edited by: Healthy Aging Association**  
3500 Coffee Road, Suite 19, Modesto CA 95355 | (209) 525-4670  
*Para español por favor llame (209) 525-4670*

**For Senior Information and Assistance contact (209) 558-8698**



*“Newsletter funding is provided by Together Toward Health, a program of the Public Health Institute, through funding from a group of philanthropic organizations in California who have contributed to a pool of funds to support and enhance local COVID-19 response efforts in communities disproportionately impacted by the pandemic.”*