



DICIEMBRE 2025

BOLETÍN INFORMATIVO DE SALUD PÚBLICA DE LYNN



TEMA DE SALUD DEL MES DE NOVIEMBRE:

MES DE LA DIABETES EN LOS ESTADOS UNIDOS



Noviembre es el Mes de la Diabetes en los Estados Unidos, un momento para crear conciencia, educar y promover la investigación y la prevención sobre una de las enfermedades crónicas de más rápido crecimiento que afecta a muchas personas. Este año se cumple el 85.º aniversario de la Asociación Americana de Diabetes, una organización de salud voluntaria dedicada a acabar con la diabetes.

En los Estados Unidos:

- 136 millones de Estadounidenses padecen diabetes o prediabetes
- Cada año, 1,2 millones de Estadounidenses son diagnosticados con diabetes
- 1 de cada 3 adultos mayores tiene diabetes
- La diabetes contribuye a la muerte de aproximadamente 400,000 Estadounidenses al año

En Massachusetts:

- 560 400 adultos en Massachusetts han sido diagnosticados con diabetes
- Cada año, aproximadamente 31,000 adultos de Massachusetts serán diagnosticados con diabetes

Los tipos más comunes de diabetes son:

- Tipo 1: Se produce cuando el cuerpo no produce insulina o no produce suficiente insulina. Se diagnostica normalmente en personas jóvenes, pero puede desarrollarse a cualquier edad. No hay forma de prevenir la diabetes tipo 1, pero si no se trata, puede provocar complicaciones y será necesario tomar insulina todos los días.
- Tipo 2: Se produce cuando el cuerpo no utiliza la insulina correctamente. Se desarrolla con mayor frecuencia en adultos de mediana edad y mayores, pero ha ido aumentando en personas más jóvenes. El tratamiento para la diabetes tipo 2 incluye: un plan de alimentación, actividad física y medicación.
- Diabetes gestacional: Se desarrolla solo durante el embarazo y suele desaparecer después del parto. Puede producirse debido a que las hormonas de la placenta bloquean la insulina de la madre, lo que provoca resistencia a la insulina y puede suponer riesgos para la salud si no se trata. El tratamiento varía de una persona a otra, pero puede incluir planes de alimentación especiales, actividad física, análisis diarios de glucosa en sangre e inyecciones de insulina.

El diagnóstico y el tratamiento de la diabetes son importantes porque existe la posibilidad de desarrollar otras enfermedades que se agravan por padecer diabetes, entre ellas: enfermedades cardíacas, neuropatía y enfermedades oculares.

Para obtener más información, visite: <https://diabetes.org/>

“Una actitud saludable es contagiosa, pero no espere a que otros se la contagien. Sea un portador.”
– Tom Stoppard



Temas de Salud de Diciembre

Mes del Trastorno Afectivo Estacional

Mes de la Concientización sobre los Derechos Humanos



Escanee el código QR y regístrese para recibir actualizaciones de la división y nuestro boletín mensual.



INICIATIVAS EN CURSO DE OTOÑO E INVIERNO

4ª CAMPAÑA ANUAL DE RECOLECCIÓN DE CALCETINES Y BUFANDAS

Aceptaremos donaciones durante los meses de otoño e invierno de artículos de invierno **nuevos y sin abrir**, incluyendo, entre otros: **calcetines, bufandas, gorros, guantes sin dedos, etc.**

Si tú o alguien que conoces necesita artículos de invierno, ¡ven y compra algunos!



CAMPAÑA DE RECOLECCIÓN DE ABRIGOS

¿Tiene abrigos o chaquetas que ya no use?

Recogeremos abrigos y chaquetas nuevos o ligeramente usados. Las recolecciones de abrigos y chaquetas que recibamos serán donadas a una organización local.

Ayuntamiento de Lynn
División de salud pública de Lynn (rm: 108)
3 City Hall Square
Lynn, MA 01901





VACUNAS DE LA GRIPE ACCESIBLES

Todos los jueves de 11:00am - 1:00pm

Si desea programar una fecha diferente para recibir la vacuna contra la gripe, o si usted o alguien que conoce reside en Lynn y no puede salir de casa, comuníquese con nosotros al:

Teléfono: **781-598-4000 ext. 6719**

Correo electrónico:

lynnpublichealth@lynnma.gov

¿DÓNDE HA ESTADO SALUD PÚBLICA?



13 de noviembre
Feria de recursos
para veteranos y
la comunidad



De izquierda a derecha: Erini, Nick y Abdel



LYNN CALM TEAM



De izquierda a derecha: Jorge, Javier y Abdel

En octubre, el equipo CALM de Lynn tuvo **111 interacciones con la comunidad**. A lo largo del mes, el equipo conectó a residentes sin hogar con servicios de tratamiento esenciales y recursos vitales, ofreciendo apoyo cuando y donde más lo necesitaban. También visitaron zonas de alta tensión en la comunidad, interactuando directamente con los residentes para abordar inquietudes, aliviar tensiones y ayudar a prevenir una posible escalada. Además de la labor de divulgación, el equipo CALM de Lynn mantiene su presencia en la comunidad participando activamente en eventos locales, como Trunk or Treat, la Caminata Stop the Violence: Lynn Against Violence y el voluntariado en My Brother's Table.

Información del contacto:

- 📞 781-905-2256(CALM)
- ✉️ calm@lynnma.gov, *preguntas no urgentes*
- 📍 95 Pleasant Street Puerta #6 Lynn, MA 01901
- 🌐 **www.lynncalmteam.org**

El Lynn Calm Team es un equipo sin armas, enfocado en atendiendo a los miembros de la comunidad donde se encuentran. Ellos pueden ayudar con:

- Salud mental no relacionada con crisis
- Asistencia para personas sin hogar
- Conflictos y preocupaciones no violentos
- Mediación entre vecinos familias o jóvenes
- Conexión con servicios de desintoxicación y otros servicios de recuperación

CONOZCA A NUESTRO NUEVO ESTUDIANTE: KIMBERLY

¿A qué escuela va?

Soy estudiante de último año en Lynn Tech, donde estudio Tecnología de la Salud.



¿Cuáles son sus objetivos profesionales y cómo le ayudaría esta pasantía a alcanzarlos?

Uno de mis objetivos profesionales es terminar la universidad. Como soy la primera generación de mi familia en estudiar, me encantaría que me aceptaran en una buena universidad y, con el tiempo, convertirme en enfermera pediátrica. Espero que estas prácticas me ayuden a superar mis miedos a comunicarme con personas de todos los orígenes, adquirir experiencia práctica y prepararme tanto para la universidad como para futuros trabajos.

¿Qué le gusta hacer para divertirse?

Me encanta servir en mi iglesia local, la Iglesia de Dios de la Profecía, ya que soy una mujer muy creyente. También me gusta descubrir cosas nuevas, como la comida, compartir momentos con mi familia y me encanta la música.

