



CHPC
CONNECTICUT HIV
PLANNING CONSORTIUM

JUNIO DE 2020

El CHPC es un grupo estatal integral dedicado a la planificación de la prevención y atención, y formado por diversos socios, incluyendo a enfermos de VIH.



EN ESTE NÚMERO:

- Actualización del CHPC
- En tiempos de COVID: Conectarse con la atención para personas con VIH
- MPowerment New Haven ya es virtual
- Vivir con VIH durante la pandemia de COVID-19
- Una historia de éxito de COVID-19
- Un desfile de clientes en tiempos de COVID-19
- Recetas de despensa
- Esquina del DPH
- #RequestFreeHIVTestCT
- Directrices del HHS sobre PLWH y COVID
- La aplicación How We Feel

MISIÓN:

Crear un sistema coordinado a nivel estatal de prevención y atención con el fin de reducir la cantidad de nuevos casos de VIH, y de que a las personas que vivan con el VIH/SIDA, y que sean afectadas por este, se les envíe a los servicios apropiados de atención y apoyo.

Noticias de planificación del VIH/SIDA

EDICIÓN COVID-19



ACTUALIZACIÓN DEL CHPC

En lo que pareció ser de la noche a la mañana, el COVID-19 cambió la forma en que vivimos, trabajamos, brindamos o recibimos servicios. El Consorcio de Planificación del VIH de Connecticut (CHPC) y la comunidad de personas viviendo con VIH aportan una tremenda riqueza de conocimientos y experiencias relevantes a este difícil momento. A través de la campaña Getting to Zero y otras iniciativas de prevención y atención del VIH a lo largo de los años, por ejemplo, nos hemos centrado largamente en estrategias fundamentales de respuesta al COVID-19 como el tratamiento y el acceso a los análisis de diagnóstico. Los líderes y miembros del CHPC esperan que todos estén aprovechando su conocimiento y experiencia para encontrar formas de cuidarse física y mentalmente, a la vez que comparten su fortaleza para ayudar a otros a superar esta crisis.

CHPC Co-Chair (Blaise Gilchrist)

- Gratitude to CHPC members and partners who will help share the message that the HIV community has much to offer.
- Proven models to:
 - Engage communities

Lessons Learned

What did we do well?

El CHPC ha migrado su trabajo de planificación de prevención y atención del VIH a plataformas virtuales. La primera reunión virtual se celebró el 20 de mayo de 2020. Sesenta y seis personas asistieron a la reunión virtual, donde escucharon novedades de los copresidentes del CHPC, recibieron un panorama general de la equidad en el sistema de salud, participaron en una presentación sobre COVID-19 y VIH con el doctor Onyema Ogbuagu, y se volvieron a conectar con amigos y colegas. Casi todos los participantes también asistieron a las reuniones del comité del CHPC virtualmente. La mayoría de los participantes hizo comentarios positivos sobre la experiencia de la reunión virtual. El grupo de financiadores para la lucha contra el VIH ha estado celebrando reuniones virtuales. El Comité de Membresía y Conciencia se reunió virtualmente para desarrollar una edición especial de su boletín. Los copresidentes y mentores del CHPC se han mantenido en contacto con los miembros del CHPC. El CHPC utiliza sus redes de comunicación para compartir información sobre cambios en los servicios y recursos en línea (comuníquese con gooding@xsector.com para recibir estos correos electrónicos).

Para colaborar con esta iniciativa, asista a la próxima reunión virtual del CHPC el 17 de junio de 2020. Ingrese en el sitio web del CHPC en <https://cthivplanning.org/> para acceder a información y conocer las últimas novedades, así como también para recibir otros datos del CHPC sobre temas de atención y prevención del VIH.



EN TIEMPOS DE COVID: CONECTARSE CON LA ATENCIÓN PARA PERSONAS CON VIH

Krystn R. Wagner, MD PhD
Directora Médica de Anchor Health Initiative

Para poner fin a la epidemia del VIH resulta fundamental la participación individual en la prevención y la atención. El continuo de atención para personas con VIH comienza con el análisis y el diagnóstico del VIH, seguidos de la vinculación y retención en la atención primaria del VIH.

Nuestro sistema de prestación de atención médica espera que las personas que viven con VIH (PLWH por sus siglas en inglés) visiten a su proveedor en un centro de salud o clínica cada 3 a 6 meses, pero muchas personas diagnosticadas no ven a un proveedor ni reciben terapia antirretroviral. En 2018, solo el 61 por ciento de las personas que viven con VIH en Connecticut retuvieron la atención. Muchos factores se han asociado con una menor retención de la atención, incluidas las enfermedades mentales, el consumo de sustancias, la ubicación geográfica, la estigmatización y el miedo.

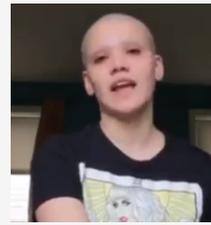
En mi consultorio de VIH en New Haven, tengo una pequeña lista de personas que he visto en algún momento pero que no han recibido atención en más de 12 meses. Con la llegada de COVID-19, nuestro centro de salud se convirtió en un canal de telemedicina para la mayoría de las consultas externas. Con esta nueva opción de comunicación, hemos tratado de atender a todos los pacientes con VIH que no reciben atención.

De esta manera, recientemente me conecté mediante consultas en video con dos pacientes que no estaban recibiendo atención y que, a pesar de vivir cerca de nuestro centro de salud, no habían cruzado nuestras puertas en más de un año. En el primer caso, un joven respondió y salió de su departamento con un cielo azul brillante detrás de él. La otra mujer eligió el piso de su armario cuidadosamente ordenado para la consulta. Ambos hablaron sin la renuencia que suelo esperar de los pacientes que dejan de presentarse a las consultas. Uno expresó su agradecimiento por la consulta. El otro pidió ayuda.

Ninguno de los pacientes está tomando los medicamentos antirretrovirales. Ambos tienen SIDA. Lo que les impide tomar los medicamentos probablemente sean las mismas cosas que les impiden ingresar a nuestro centro de salud. Pero superamos la barrera de la distancia, el estigma o la vergüenza y nos conectamos con ellos en un patio trasero y en un armario.

Al final de la consulta, la mujer preguntó si podíamos volver a encontrarnos «así». No se refería al COVID-19. Se refería a la próxima vez, independientemente de cuándo sea. Por supuesto, pensé. La telemedicina está demostrando su valor para permitirnos estar en contacto con aquellas personas con quienes resulta más difícil comunicarse, incluso si viven a una cuadra de distancia.

Durante la pandemia de COVID-19, los médicos especialistas en VIH de Connecticut podrán identificar a los pacientes “no atendidos” y aquellos que no hayan alcanzado la supresión viral. Podemos determinar si las personas que no acceden a las consultas clínicas tradicionales prefieren las consultas de telemedicina y por qué. Cuando se resuelve la crisis actual, tendremos la oportunidad de continuar con la telemedicina y redefinir los índices de retención. La telemedicina tiene el potencial de expandir la forma en que nos conectamos para atender a nuestros pacientes con VIH y ayudarlos a alcanzar sus objetivos de salud, incluida la supresión viral.



MPOWERMENT NEW HAVEN YA ES VIRTUAL De Michael McGowan

MPOWERment New Haven es un grupo social de intervención para la prevención del VIH para hombres homosexuales, bisexuales, queer y trans que identifican a personas de entre 18 y 29 años. MPOWERment es un recurso vital para las personas que desean involucrarse más en las iniciativas para acabar con la estigmatización en torno al VIH y la sexualidad y contribuir a la planificación de eventos para la comunidad LGBTQ en su conjunto. Estos eventos pueden incluir todo, desde noches de cine hasta debates sobre salud sexual e identidad de género. Los miembros del grupo también trabajan para desarrollar tareas de difusión, recursos y educación para la prevención del VIH, análisis y referencias de profilaxis previa a la exposición (PrEP).

El COVID-19 nos ha permitido ser creativos en el enfoque para llegar a nuestro público objetivo. Somos más virtuales que nunca y estamos organizando más eventos en línea para ayudar a aliviar la sensación de soledad y aislamiento durante estos tiempos sin precedentes, extraños y difíciles. Estamos organizando eventos especiales a lo largo de cada semana, como recursos e información en torno a la comunidad trans, fiestas interactivas de visualización de películas en línea y videos únicos de destacados artistas drag de Connecticut. Además, continuamos reuniéndonos semanalmente como grupo para ponernos al día, consultarnos y continuar planificando eventos mientras exploramos nuestro panorama en línea.

Siempre damos la bienvenida a los nuevos miembros que buscan formas de involucrarse y participar en la comunidad, especialmente en este momento, en que las personas de cualquier parte pueden unirse y experimentar un sentido de pertenencia y comunidad. Para conocer más información sobre MPOWERment y participar, ingrese en www.apnh.org o póngase en contacto con los Coordinadores del Programa, Tim (tim.mack@apnh.org) o Mike (mike.mcgowan@apnh.org).

¡Visite el sitio web del CHPC en www.cthivplanning.org !

El sitio ofrece información sobre las próximas reuniones del CHPC; vínculos de noticias y eventos de relevancia; documentos de reuniones anteriores; información sobre recursos y organizaciones asociadas; y acceso al Plan Integrado, los estatutos del CHPC y la solicitud para ser miembro del CHPC.



“Y una vez que termine la tormenta

no recordarás cómo sobreviviste, cómo lograste sobrevivir.
Ni siquiera estarás seguro de si la tormenta realmente ha terminado.
Pero una cosa es segura. Cuando salgas de la tormenta, no serás la
misma persona que eras cuando entraste.
De eso se trata esta tormenta”

- HARUKI MURAKAMI

VIVIR CON VIH DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

De Brian Datcher

En marzo, cuando comenzaron a salir todas las noticias sobre COVID-19, no sabía qué pensar o hacer. En una reunión de *Aging Positively*, la Organización de Servicios para el SIDA (ASO, por sus siglas en inglés) nos comunicó que no estarían atendiendo a las personas en forma presencial, pero que de todas maneras continuarían prestando servicios para el VIH. Dijeron que nos llamarían y nos dieron información sobre cómo mantenernos seguros durante la pandemia de COVID-19.

A medida que todo comenzó a cerrar y a cambiar a diario, tuve mucho cuidado al salir y usé una máscara cada vez que pisaba la calle. Le pedí un envío de alimentos a la ASO, de la que recibo servicios, y fui de compras para no quedarme sin comida. Ordené mis medicamentos para 90 días según la recomendación del personal de ASO, junto con una máscara, desinfectante para manos y guantes. Me sentí muy agradecido de tener los recursos para estar seguro y bien.

Pude conectarme con el grupo *Aging Positively* virtualmente a través de una reunión de Zoom. Durante una llamada de Zoom, un médico infectólogo nos dio información sobre COVID-19 y consejos para cuidarnos y mantenernos a salvo. El médico respondió a nuestras preguntas y nos dio la esperanza de que podríamos estar bien durante este momento aterrador.

Como un hombre gay de color, comencé a escuchar sobre amigos y socios que habían contraído COVID-19, y la mayoría no sobrevivieron. Empecé a pensar en el momento en que el SIDA comenzó a matar a mi familia, amigos y socios, golpeando a las comunidades de color con más fuerza que a otras. El COVID-19 le ha demostrado al mundo (una vez más) algo que ya sabíamos todos aquellos que vivimos en comunidades de color o que participamos en tareas de planificación para combatir el VIH: que las disparidades en materia de salud en las comunidades de color son reales. ¡Solo espero que las personas que luchan contra esta enfermedad puedan aprovechar la lección que nos dejó la pandemia del VIH y lleven adelante los cambios adecuados para controlar y detener el COVID-19!

UNA HISTORIA DE ÉXITO DE COVID-19



De Shelly B.

¡Soy nueva en el estado de Connecticut! Me mudé desde Florida. Tengo diagnóstico de VIH positivo desde 1994.

Necesitaba ayuda con el seguro y me sentí muy feliz de encontrar el Consejo de Salud Hispano, pero inmediatamente después de reunirme con la administradora de casos médicos Debi Lombardo, ¡apareció el coronavirus y tuvimos que entrar en cuarentena! Fue una locura... pero no realmente. De alguna manera, todo funcionó sin problemas. Pude terminar mis análisis, reunirme por teléfono con mi nuevo médico, contratar un seguro y recibir la aprobación para el Programa de Asistencia de Medicamentos contra el SIDA de Connecticut (CADAP), ¡todo en un estado completamente nuevo y sin tener que salir de casa!

Cuando llegué a Connecticut, no tenía absolutamente nada... ni siquiera seguro médico ... ¡nada! Con la ayuda de Debi, ahora estoy recibiendo los servicios de salud que necesito para vivir de manera positiva.

UN DESFILE DE CLIENTES EN TIEMPOS DE COVID-19

De Debra Lombardo LPN, MCM, Consejo Hispano de Salud

“Te extraño” ... “Tengo miedo” ... “Es difícil estar solo”



Esos son solo algunos de los mensajes que los clientes del Consejo de Salud Hispano (HHC) me dejaron en el correo de voz y los mensajes de voz de mis compañeros del equipo de Meriden HHC, Roz y Jenny. Entonces, nuestro equipo realizó una tormenta de ideas virtual para determinar cómo podríamos consolar a nuestros clientes durante este momento difícil, y se nos ocurrió la idea de un “Desfile de Clientes”.

Nuestro equipo se reunió en la mañana del 29 de abril y preparó bolsas de obsequios (mascarillas, desinfectante de manos y dulces) para entregarles a nuestros clientes. Luego decoramos nuestros autos

con globos y carteles hechos a mano. A continuación, configuramos la ruta del desfile, llamamos a nuestros clientes y les pedimos que salieran para darles una sorpresa. Finalmente llegamos a la casa de cada cliente con bocinas, globos y signos de esperanza e inspiración atados a nuestros autos.

El desfile fue nuestra forma de controlar a nuestros clientes y asegurarnos mutuamente de que todos estuviésemos bien, ¡y la respuesta fue INCREÍBLE!



Recetas de despensa

Para muchas personas, la guía de distanciamiento social de COVID-19 ha significado menos viajes al supermercado para comprar productos frescos y carnes. Pero tener una nevera vacía no significa que no podamos disfrutar de una comida saludable, deliciosa y rápida. Esta sopa de frijoles blancos con ajo y romero (cortesía de budgetbytes.com), por ejemplo, lleva ocho ingredientes, cuesta menos de un dólar por porción y se puede cocinar en 30 minutos.



Sopa de frijoles blancos con ajo y romero

INGREDIENTES

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 4 dientes de ajo
- 3 latas de frijoles cannellini de 15 onzas
- 2 tazas de caldo de verdura (o pollo)
- 1/2 cucharadita de romero deshidratado
- 1/4 de cucharadita de tomillo deshidratado
- 1 pizca de pimienta roja triturado
- pimienta negra recién molida a gusto

INDICACIONES

1. Antes de comenzar, vierta una de las latas de frijoles cannellini (con el líquido) en una licuadora y haga un puré hasta que quede suave. Retire el líquido de las otras dos latas de frijoles.
2. Pique el ajo y agréguelo a una olla con aceite de oliva. Saltee el ajo a fuego medio durante aproximadamente un minuto, o solo hasta que despida su fragancia.
3. Agregue el puré de frijoles, las otras dos latas de frijoles escurridos, el caldo, el romero, el tomillo, el pimienta roja picado y un poco de pimienta recién molida. Revuelve para combinar los ingredientes.
4. Tape la olla, suba el fuego a medio-alto y hierva la sopa. Una vez que hierva, baje el fuego a medio-bajo, retire la tapa y deje hervir a fuego lento durante 15 minutos, revolviendo cada tanto.
5. Aplaste ligeramente los frijoles para espesar aún más la sopa. Pruebe la sopa y agregue sal si es necesario. ¡Sírvala caliente, con pan tostado para mojar!

Para acceder a más recetas ideales para este tiempo de COVID, ingrese en budgetbytes.com, cipeland.com o simplemente busque “recetas de despensa” en Google.





Esquina del DPH

ESTAMOS TODOS JUNTOS EN ESTO

Para nuestros colaboradores en Prevención y Atención de Pacientes con VIH, estos son tiempos sin precedentes. Hemos tenido que cambiar de prioridades y aprender a vivir y trabajar de manera diferente. En el Departamento de Salud Pública de Connecticut (DPH), nuestro enfoque se ha centrado en encontrar formas innovadoras de mantenernos conectados y ofrecer servicios esenciales para personas con VIH en nuestras poblaciones más vulnerables.

Las emergencias de salud pública como el brote de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) son angustiantes para las personas y las comunidades. El miedo y la ansiedad, si bien son sensaciones normales, pueden conducir a la estigmatización. Las personas que viven y/o trabajan en contacto con el VIH lo saben muy bien. Al igual que con el VIH, el estigma y la discriminación ocurren cuando el COVID-19 se asocia con poblaciones particulares, aunque no todos los miembros presenten un riesgo.

El DPH es el organismo líder de salud pública del estado y constituye una fuente de información precisa y actualizada para el gobernador, la legislatura, el gobierno federal y las comunidades locales. El sitio web del DPH tiene una gran cantidad de información sobre COVID-19, la cual incluye, entre otras cosas: 1) Las últimas recomendaciones; 2) datos de Connecticut; 3) información básica sobre transmisión, síntomas, tratamiento y prevención, y 4) preguntas frecuentes. Las personas sin síntomas que tengan preguntas generales pueden ingresar en www.ct.gov/coronavirus para acceder a la información más reciente o llamar al 211, donde recibirán atención las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Las personas que tengan síntomas deberán comunicarse con su proveedor de atención primaria.

El DPH está trabajando con el Consorcio de Planificación del VIH de Connecticut (CHPC) para garantizar que el trabajo de planificación para personas con VIH continúe de manera segura durante la pandemia de COVID-19. Ya han comenzado a celebrarse reuniones virtuales, lo cual podrá convertirse en la nueva norma en el futuro previsible. El DPH y el CHPC trabajarán arduamente para garantizar que todos los miembros tengan acceso a reuniones virtuales e información, como esta edición especial del boletín sobre COVID-19.

Por ahora, es importante seguir la orden del Gobernador, "Manténganse seguros, quédense en casa" hasta que se levante por completo la cuarentena, tras lo cual el estado comenzará a abrirse en fases. El estado está transmitiendo nuevas pautas diariamente a través de conferencias y comunicados de prensa. Por ahora, les recomendamos a todos que se mantengan en contacto con sus familiares, amigos, compañeros de trabajo y proveedores durante este momento. A través de Internet y siguiendo la práctica del distanciamiento social, podemos mantenernos conectados de forma segura, tanto a nivel personal como profesional. Estamos todos juntos en esto y continuaremos nuestros esfuerzos para poner fin a la epidemia del VIH mientras transitamos la pandemia actual.

NOVEDADES SOBRE VIGILANCIA

Siguiendo las pautas para protegerse a sí mismas y a sus familias, muchas personas han podido consultar con proveedores médicos y surtir recetas por medio de consultas de telemedicina. Esto también es importante para las personas que viven con el VIH (PLWH por sus siglas en inglés). El Programa de Vigilancia del DPH ha estado controlando el volumen de informes para los análisis relacionados con el VIH. Como se esperaba, los resultados informados disminuyeron considerablemente entre enero y abril (ver gráfico).

Los datos del laboratorio se analizan para medir indicadores clave que demuestren el avance de Connecticut hacia las metas nacionales para reducir, si no eliminar, la transmisión del VIH. El bajo volumen de informes sin duda afectará a todas las jurisdicciones, por lo que los organismos federales y las organizaciones nacionales probablemente emitirán guías y recomendaciones temporales y alternativas para controlar las tendencias y el avance hacia la eliminación. El Programa de Vigilancia del DPH informará al CHPC sobre cualquier nueva guía o métodos modificados para el análisis de datos.

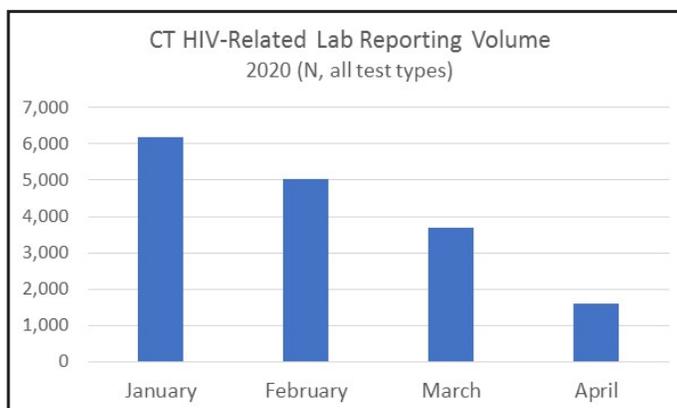
Las pruebas de bajo volumen relacionadas con el VIH afectarán negativamente a varios indicadores solicitados con frecuencia, los cuales incluyen:

- **Supresión viral**
- **Índice de personas sin atención/Tiempo entre la obtención de los datos y la atención**
- **Retención de la atención**
- **Nuevos diagnósticos de VIH**
- **Nuevos diagnósticos de SIDA**

A medida que comenzamos lentamente el regreso a la "vida diaria", el DPH realmente espera que todos los miembros, familiares y seres queridos del CHPC continúen capeando esta crisis de salud pública sin precedentes para reducir el impacto al mínimo.

DPH es un proveedor de oportunidad igualitario. Llame al 860-509-7801 si necesita asistencia para participar de forma total y justa.

Para presentar solicitudes de propuestas y obtener otra información, visite el sitio www.ct.gov/dph



#RequestFreeHIVTestCT

El DPH de CT pone en marcha una nueva estrategia para aumentar los análisis rápidos de VIH



WE CAN STOP HIV

ONE FREE IN-HOME TEST AT A TIME

Get Your Test Now:
tinyurl.com/RequestFreeHIVtestCT

SCAN THE CODE FOR YOUR FREE IN-HOME HIV TEST KIT
#RequestFreeHIVTestCT

DPH

En marzo de 2020, el Programa de Prevención del VIH del Departamento de Salud Pública de Connecticut (CT DPH) llevó a la práctica una iniciativa piloto de kits de análisis de VIH caseros gratuitos, **#RequestFreeHIVTestCT**, para mejorar el acceso a los análisis de VIH para poblaciones difíciles de alcanzar como los miembros del colectivo LGBTQ y las personas de color. La iniciativa aborda las barreras para recibir servicios de análisis de VIH en persona (por ejemplo, estigma, problemas de acceso a la atención médica, falta de seguro de salud, falta de transporte, limitaciones de tiempo y alfabetización o competencia cultural) y responde a los aumentos en las solicitudes de kits caseros de análisis de VIH entre heterosexuales, personas de color y otras poblaciones como resultado de los requisitos de distanciamiento social de COVID-19.

La iniciativa utiliza los análisis caseros OraQuick, un kit de autoanálisis de VIH que usa fluidos orales, lleva 20 minutos y se entrega directamente a las personas que lo solicitan al DPH de CT o un organismo asociado. El kit incluye instrucciones fáciles de leer y un número de teléfono al cual se puede llamar en caso de tener alguna pregunta. La persona puede

recibir los resultados confidenciales en la comodidad de su hogar dentro de los 20 minutos posteriores al análisis.

El DPH de CT también ha desarrollado una campaña en redes sociales, **#RequestFreeHIVTestCT**, que se enfoca en hombres que tienen sexo con hombres (MSM) y que usan aplicaciones de citas. El DPH de CT facilitará el acceso a los kits de análisis caseros para todos los programas financiados y no financiados para la prevención del VIH sin costo alguno. Se recomienda a los programas desarrollar mensajes de marketing social en sus respectivas plataformas de redes sociales o usar el hashtag **#RequestFreeHIVTestCT** para hacerles llegar los kits a sus clientes.

Las personas que conozcan la iniciativa a través de la campaña en las redes sociales o de la mano de los socios del DPH de CT podrán solicitar el análisis completando una herramienta de evaluación del DPH de CT a través de Survey Monkey usando el código QR a la derecha o ingresando en <https://www.surveymonkey.com/r/requestfreehivtestct>. A los participantes elegibles (residentes de Connecticut que no tengan un diagnóstico de VIH positivo) se les enviará por correo un kit de análisis de VIH. Desde que comenzó el piloto, se han distribuido más de 70 kits de análisis.



El Programa de prevención del VIH del Departamento de Salud Pública de CT está aquí para ayudarlo y le agradece su continuo compromiso en la lucha contra el VIH durante estos tiempos difíciles. Para conocer más información, comuníquese con el Jefe de Proyecto Venesha Heron a Venesha.heron@ct.gov.





Presentation: COVID-19 and HIV

Participants will be placed on mute.

Use the **QUESTION** function to ask questions.

What have you been doing for self-care during the stay-at-home time period?



Orientación sobre COVID-19 y personas que viven con VIH

Texto tomado del sitio web del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.

En abril, el Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de EE.UU. emitió una guía para las personas que viven con VIH (PLWH por sus siglas en inglés) y sus proveedores de atención médica con respecto a la pandemia de COVID-19. La guía establece que las personas que viven con VIH y que tienen COVID-19 *“tienen un pronóstico excelente, y deben ser manejadas clínicamente de la misma manera que la población general con COVID-19”*.

El HHS también ofrece la siguiente orientación específica:

- Hasta que se sepa más, se requiere precaución adicional para todas las personas que viven con VIH, especialmente aquellas con VIH avanzado o VIH mal controlado.
- Algunas personas que viven con VIH tienen otras comorbilidades (p. Ej., Enfermedad cardiovascular, enfermedad pulmonar) que aumentan el riesgo de un curso más grave de la enfermedad por COVID-19. Los fumadores crónicos también corren el riesgo de una enfermedad más grave.
- Se debe hacer todo lo posible para ayudar a las personas que viven con VIH a mantener un suministro adecuado de terapia antirretroviral (TAR) y todos los demás medicamentos concomitantes.
- Las vacunas contra la gripe y el neumococo deben mantenerse al día.
- Las personas que viven con VIH deben seguir todas las recomendaciones correspondientes de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE.UU. para prevenir el COVID-19, como el distanciamiento social y el lavado adecuado de manos.

Para acceder a la orientación provisoria completa del HHS y a cualquier orientación actualizada, busque en Google la “guía del HHS sobre COVID-19 y personas con VIH”. Para conocer la orientación de los CDC, busque en Google *“CDC cómo protegerse y proteger a otros COVID-19”*.

HOW WE FEEL

LOS RESIDENTES DE CONNECTICUT USAN UNA APLICACIÓN PARA MEJORAR LA RESPUESTA AL COVID-19



Gracias a una nueva aplicación, los residentes de Connecticut pueden, en menos de un minuto por día, ayudar a los científicos a revelar los puntos críticos del brote de COVID-19, proporcionar información sobre el avance del virus y ayudar a la comunidad médica a aumentar los tests, implementar recursos adicionales y, en última instancia, salvar vidas. La aplicación *How We Feel* permite a los residentes proporcionar anónimamente a los funcionarios de salud y médicos más información sobre COVID-19 al informar cualquier síntoma que puedan estar experimentando, y no exige iniciar sesión o compartir ningún dato personal.

La aplicación *How We Feel* se puede descargar en forma gratuita en **Apple App Store** y **Google Play store**, y los usuarios pueden completar la encuesta a través de una versión web disponible en howwefeel.app.

COMITÉ DEL BOLETÍN INFORMATIVO

- Victor Acevedo
- Stephen Feathers
- Carl Ferris
- Corey Gerena
- Blaise Gilchrist
- Ronald Lee
- Waleska Mercado
- Clara O'Quinn



CHPC

CONNECTICUT HIV
PLANNING CONSORTIUM

866.972.2050



LAS VOCES DEL CHPC

"Como una persona sociable, ha sido difícil no estar seguro de cómo cuidarme al salir y estar cerca de otras personas".

"Ha sido un desafío mantenernos cuerdos con toda la información conflictiva y las pautas cambiantes".

"Ha sido genial volver a conectar con viejos amigos en línea y fortalecer los lazos con amigos y familiares".

"Ha sido hermoso ver cómo las personas encontraron formas innovadoras de unirse".