

Monthly Newsletter

Bloomfield Department of Health & Human Services (BDHHS)

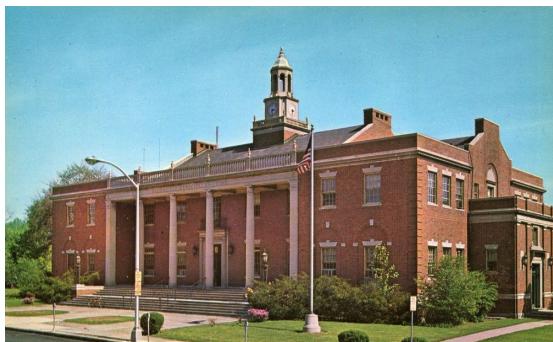
In This Issue:

**Whats going on in
Public Health?**

**Heart Health
Awareness**

**CDC: COVID-19
Vaccine**

**Essex County
Information**



What's Going on in Public Health?

What We Know Now About the COVID-19 Vaccines:

- The Pfizer-BioNTech COVID-19 vaccine is recommended for persons 16 years of age and older under the FDA's Emergency Use Authorization, however the Moderna vaccine is recommended for individuals 18 years and older. Not all sites administer both vaccines, so it is important to understand before scheduling that only those vaccination sites with Pfizer vaccine can immunize those that are 16 and 17 years of age. Contact the county at 973-631-5484 to see what alternate plans have been made for those who are 16 and 17 years of age.
- In order for the vaccine to be 95% effective, you will need 2 doses. Both doses will be scheduled at the time of your appointment confirmation.
- As the vaccine continues to be distributed, frontline workers, those most at-risk, and those from the virus will get the vaccination.
- Those most at risk include Individuals at High Risk (Phase 1B) (effective 1/14/21)
 - o Individuals aged 65 and older, and individuals ages 16-64 with medical conditions, as defined by the Centers for Disease Control and Prevention (CDC), that increase the risk of severe illness from the virus which include:
 - i. Cancer
 - ii. Chronic kidney disease
 - iii. COPD (chronic obstructive pulmonary disease)
 - iv. Down Syndrome
 - v. Heart conditions, such as heart failure, coronary artery disease, or cardiomyopathies
 - vi. Obesity (body mass index [BMI] of 30 kg/m² or higher but < 40 kg/m²)
 - vii. Severe Obesity (BMI ≥ 40 kg/m²)
 - viii. Sickle cell disease
 - ix. Smoking
 - x. Type 2 diabetes mellitus
 - xi. Individuals who are pregnant and those in an immunocompromised state (weakened immune system) from solid organ transplant are also eligible but should follow CDC guidance and first discuss vaccination with their medical provider before receiving the vaccine.

Please visit www.cdc.gov for more information

Heart Health Awareness

Know the Difference

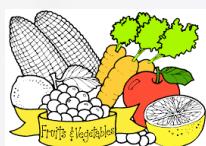
Cardiovascular disease, heart disease, coronary heart disease - what's the difference? Because these terms sound so similar, people use them, interchangeably. Check out the information below to understand how these conditions differ.

Cardiovascular Disease The big umbrella	Heart Disease A type of cardiovascular disease	Coronary Heart Disease A type of heart disease
A term for all types of diseases that affect the heart or blood vessels, including coronary heart disease (clogged arteries), which can cause heart attacks, stroke, heart failure, and peripheral artery disease.  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">More than 800,000 people die of cardiovascular disease every year in the United States.</div>	A catch-all phrase for a variety of conditions that affect the heart's structure and function. The most common type of heart disease is coronary heart disease. Keep in mind — all heart diseases are cardiovascular diseases, but not all cardiovascular diseases are heart disease.  <div style="background-color: #333; color: white; padding: 5px; display: inline-block;">Nearly 650,000 Americans die from heart diseases each year. About 11% of American adults (that's more than 1 of every 9) have been diagnosed with heart disease.</div>	Also called coronary artery disease; occurs when plaque (a combination of fat, cholesterol, and other substances found in the blood) builds up in your arteries. The plaque reduces the amount of oxygen-rich blood getting to your heart, which can cause chest pain or angina. Plaque can also lead to blood clots, which block blood flow and are the most common cause of a heart attack. <div style="background-color: #333; color: white; padding: 5px; display: inline-block;">About 366,000 Americans die from coronary heart disease each year.</div>

What can you do to protect yourself from cardiovascular diseases?

There's a lot you can do to protect your heart.

- Ask your doctor about your blood pressure, cholesterol, and A1C.
- Reduce the sodium, and increase the fruits, vegetables, and whole grains in your diet.
- Be physically active .
- Maintain a healthy weight.
- Don't smoke.
- Manage stress.
- Keep your diabetes under control.



How do I know which sources of COVID-19 vaccine information are accurate?

- Before considering vaccine information on the internet, check that the information comes from a credible source (.gov, .org, .edu).
- Governmental and collegiate -web content is based on peer-reviewed science.

Who is eligible for the vaccine next?

- Additional frontline essential workers (Phase 1B)
- Other essential workers (Phase 1C)
- General population (Phase 2)

Essex County Information

WHERE CAN RESIDENTS REGISTER FOR THEIR VACCINE?

An appointment is required. Please visit essexcovid.org to schedule your vaccine. There are currently 4 vaccination clinics available to Essex County residents. Or, call [973-877-8456](tel:973-877-8456) for scheduling. You will receive follow-up instructions via text message or email.

Residents of Bloomfield, Glen Ridge & Caldwell are assigned to West Caldwell Tech located at 620 Passaic Ave. in West Caldwell. Individuals are encouraged to register through the site essexcovid.org. For those without internet access they can register for an appointment by calling 973-877-8456. Call Center is open M-F 8am-8pm and Saturday 8am-5pm.

Individuals can also register through NJ Vaccine Scheduling System (NJVSS) at <https://covidvaccine.nj.gov/>

Vaccination phases are tentative and subject to change. The movement between vaccination eligibility phases may be fluid. One phase may overlap with another. Not all individuals in each phase will be vaccinated before opening to additional groups, and not all groups within a specific phase will be made eligible to receive the vaccine at the same time.

Please be mindful that the registration processes take time to develop expanding program participants and every effort is made to implement vaccinations in an expeditious manner.

For more information on vaccination distribution and general COVID inquiries:
<https://covid19.nj.gov/faqs/nj-information> OR call 2-1-1 (24/7).

To schedule a COVID-19 test, vaccine or learn more information on prevention and protection please visit the Essex County website listed below.

<https://www.essexcovid.org>



For any questions or other information, please contact us at:

(973) 680-4024

1 Municipal Plaza, Bloomfield, NJ 07003



Follow us on our Social Media accounts
[@bloomfieldhdnj](https://www.instagram.com/bloomfieldhdnj)



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

Boletín Informativo Mensual

*Departamento de Salud de Bloomfield & Servicios Humanos
(BDHHS*)*

*Por sus siglas en Inglés

En esta publicación:

**¿Qué hay de nuevo
en Salud pública?**

**Concientización
sobre la salud
cardíaca**

**CDC: La vacuna
del Covid19**

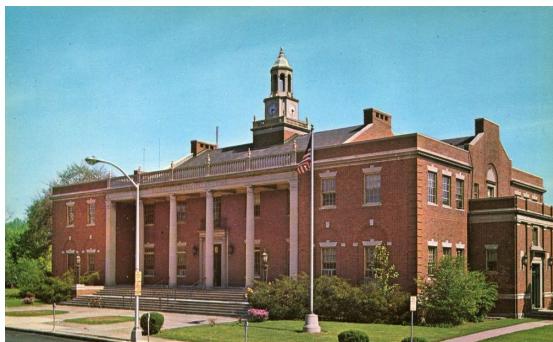
**Información del
Condado de Essex**

¿Qué hay de nuevo en Salud Pública?

ACTUALIZACIÓN ACERCA DE LAS VACUNAS DEL COVID19:

- Hay dos vacunas aprobadas por la Agencia de Administración de medicamentos y alimentos del país (FDA, siglas en inglés). Esta la vacuna Pfizer-BioNTech que se recomienda para personas mayores de 16 años, y la vacuna de Moderna, recomendada para mayores de 18 años. No todos los sitios administran ambas vacunas, por lo que es importante comprender que antes de programar su cita, solo los sitios de vacunación con la vacuna Pfizer pueden proveer la vacuna para aquellos entre los 16-17 años de edad. Comuníquese con el condado al 973-631-5484 para ver qué planes alternativos se han hecho para aquellos entre estas edades.
- Para que la vacuna tenga una eficacia del 95%, necesitará 2 dosis de esta. Ambas dosis se programarán en el momento de la confirmación de su cita.
- La vacuna se seguirá distribuyendo en primer lugar, para aquellos que tienen un riesgo mayor de adquirir la infección por el virus.
- Las personas con alto riesgo (Fase 1B, vigente desde 01/14/2021) se definen como personas de 65 años o más, y entre los 16 a 64 años con afecciones médicas. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, siglas en inglés) define que aquellos con las siguientes enfermedades, tienen un riesgo mayor para contraer el virus:
 1. Cáncer
 2. Enfermedad renal crónica
 3. EPOC (Enfermedad pulmonar obstructiva crónica)
 4. Síndrome de Down
 5. Afecciones cardíacas, como insuficiencia cardíaca, enfermedad de las arterias coronarias o miocardiopatías
 6. Obesidad (índice de masa corporal [IMC] de 30 kg/m² o más, pero <40 kg/m²)
 7. Obesidad severa (IMC ≥ 40 kg/m²)
 8. Anemia drepanocítica
 9. Fumadores
 10. Diabetes mellitus tipo 2
 11. Las personas que están embarazadas y las que se encuentran en un estado de inmunosupresión (sistema inmune débil) secundario a un trasplante de órganos sólidos también son elegibles, pero deben seguir las pautas de la CDC y discutir información de esta vacuna con su proveedor médico, previo a su administración.

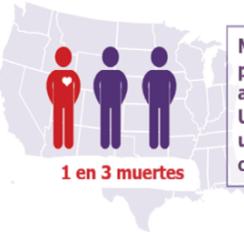
Para mayor información visita: www.cdc.gov



Concientización sobre la salud cardíaca

Reconozca la diferencia

¿Cuál es la diferencia entre la enfermedad cardíaca, cardiovascular y coronaria?
Debido a que estos términos suenan tan similares, la gente los usa indistintamente.
Revise la información a continuación para comprender en qué se diferencian estas condiciones.

Enfermedad cardiovascular La gran sombrilla	Enfermedad cardíaca Un tipo de enfermedad cardiovascular	Enfermedad coronaria Un tipo de enfermedad cardíaca
Término para todos los tipos de enfermedades que afectan el corazón o los vasos sanguíneos, incluida la enfermedad coronaria (obstrucción de las arterias), que pueden causar ataques cardíacos, derrames cerebrales, insuficiencia cardíaca y enfermedad arterial periférica.  Más de 800,000 personas mueren al año en los Estados Unidos a causa de una enfermedad cardiovascular	Una frase general para una variedad de condiciones que afectan la estructura y función del corazón. El tipo más común de enfermedad cardíaca es la enfermedad coronaria. Tenga en cuenta que todas las enfermedades cardíacas son enfermedades cardiovasculares, pero no todas las enfermedades cardiovasculares son enfermedades cardíacas.  Cerca de 650,000 estadounidenses mueren al año por enfermedades cardíacas. Alrededor del 11% de los adultos estadounidenses (esto es más de 1 en 9) han sido diagnosticados con enfermedad cardíaca.	Conocida también como enfermedad de las arterias coronarias; ocurre cuando la placa (una combinación de grasa, colesterol y otras sustancias que se encuentran en la sangre) se acumula en las arterias. La placa reduce la cantidad de sangre rica en oxígeno que llega al corazón, lo que puede causar dolor de pecho o angina. La placa también puede provocar coágulos de sangre, que bloquean el flujo sanguíneo y son la causa más común de un infarto cardíaco. Cerca de 366,000 estadounidenses mueren de enfermedad coronaria cada año.

¿Qué puedes hacer para protegerte de las enfermedades cardiovasculares?

Hay muchas cosas que puedes hacer para proteger tu corazón:

- Pregúntele a su médico acerca de su presión arterial, colesterol y su hemoglobina A1C.
- Reduzca la ingesta de sodio y aumente las frutas, verduras y granos integrales en su dieta.
- Sea físicamente activo.
- Mantenga un peso saludable.
- No fume.
- Controle el estrés.
- Si tiene diabetes, téngala bajo control.



¿Cómo reconocer los recursos precisos acerca de la vacuna del COVID-19?

- Antes de considerar la información sobre vacunas en Internet, verifique que la información provenga de una fuente confiable (.gov, .org, .edu).
- Tenga en cuenta que el contenido gubernamental y universitario en la web se basa en ciencia revisada por pares.

Próximamente, ¿quiénes son elegibles para recibir la vacuna?

- Trabajadores esenciales adicionales de primera línea (Fase 1B)
- Otros trabajadores esenciales (Fase 1C)
- Población general (Fase 2)

Información Condado de Essex

¿DÓNDE PUEDEN REGISTRARSE LOS RESIDENTES PARA SU VACUNA?

Actualmente hay 4 clínicas de vacunación disponibles para los residentes del condado de Essex. Se requiere cita previa. Puede programar su cita en el sitio web www.essexcovid.org, o puede llamar al 973-877-8456. Recibirá instrucciones por mensaje de texto o correo electrónico.

Los residentes de Bloomfield, Glen Ridge y Caldwell están asignados a West Caldwell Tech ubicado en 620 Passaic Ave. en West Caldwell, NJ. Se anima a las personas a registrarse ya sea on line, o llamando al número telefónico previamente enunciado. El centro de llamadas está abierto de lunes a viernes de 8 am a 8pm, y los sábados de 8am a 5pm.

Las personas también pueden registrarse a través del Sistema de programación de vacunas de NJ (NJVSS) en <https://covidvaccine.nj.gov/>

Tenga en cuenta que las fases de vacunación son provisionales y están sujetas a cambios. El movimiento entre las fases de elegibilidad para la vacunación puede fluir paso a paso. Una fase puede superponerse con otra. No todas las personas en cada fase serán vacunadas antes de abrirse a grupos adicionales, y no todos los grupos dentro de una fase específica serán elegibles para recibir la vacuna al mismo tiempo.

Igualmente, este al tanto de que los procesos de registro toman tiempo en desarrollarse y expandirse, se está haciendo todo lo posible para implementar la vacunación de manera expedita.

Para mayor información acerca de la vacunación y preguntas del COVID:
<https://covid19.nj.gov/faqs/nj-information>, o llame al 2-1-1 (24/7).

Para programar citas para el exámen del COVID-19, vacunación u obtener mayor información sobre prevención y protección, visite el sitio web del condado de Essex:

[https://www.essexcovid.org](http://www.essexcovid.org)



En caso de preguntas o para mayor información, contáctenos al:

(973) 680-4024

1 Municipal Plaza, Bloomfield, NJ 07003

Síganos en nuestras redes sociales
[bloomfieldhdnj](https://bloomfieldhdnj.com)



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

