

Estimado miembro de la comunidad:

Como compartimos hace un par de semanas atrás, todas nuestras organizaciones de lucha contra el VIH permanecen abiertas y pueden proporcionarle los servicios que usted necesita y merece. Todos estamos disponibles de diferentes formas y le alentamos a visitar nuestros sitios web y páginas de redes sociales, como también llamarnos. Planeamos permanecer abiertos durante la orden de quedarse en casa para salvar vidas y continuar estando aquí para usted. Esperamos que encuentre maneras de cuidarse en este momento.

Autocuidado: Muchas personas tienen varios sentimientos sobre como este virus y los cambios en la prestación de servicios pueden afectarles a usted, a su familia y a la comunidad. Reconocemos que es posible que alguno de ustedes tenga reacciones a esta pandemia que pueden ser similares a la forma en la que se sintieron cuando les diagnosticaron VIH (ya sea que haya ocurrido hace años atrás o recientemente) y que para los sobrevivientes a largo plazo este momento puede provocar sentimientos de miedo y abandono. Estos sentimientos son válidos y no está solo. Continúe centrándose en su salud y bienestar tomándose un descanso de las noticias, cuidando de su cuerpo y conectándose con otras personas por teléfono o a través de las redes sociales.

Los servicios para el VIH siguen funcionando: Estos servicios pueden variar para cada organización a lo largo del estado, pero seguimos trabajando para ofrecer servicios para mantenerlo asegurado, contenido y conectado al cuidado y apoyo, salud mental, psiquiatría y medicamentos. Gran parte de este trabajo se realiza por teléfono, telemedicina, MyChart (portal EPIC) y correo electrónico. Algunas organizaciones sí cuentan con visitas en persona limitadas manteniendo el distanciamiento físico. Todas las clínicas de VIH en Oregón cuentan con visitas en persona para necesidades médicas de urgencia así como citas virtuales y servicios de laboratorio esenciales para cuidado primario, cuidado del VIH y de género.

Le alentamos a llamar o enviar un correo electrónico a sus proveedores de atención médica, administradores de casos médicos, administradores de casos de vivienda, proveedores comunitarios de salud mental, apoyo entre pares o navegadores si tiene alguna inquietud sobre los servicios o beneficios que recibe o si necesita información sobre los servicios que se prestan en este momento.

Pérdida de ingresos/seguro: Para aquellos que han sufrido la pérdida de ingresos o el seguro que le ofrece su empleador, comuníquense con su gerente de casos médicos o navegador de beneficios tan pronto como sea posible para que podamos trabajar con usted para acceder a opciones de seguro, atención médica y medicamentos.

¿Cuánto durará esto? Todos nos hacemos muchas preguntas sobre cuánto tiempo tendremos que permanecer distanciados físicamente y comunicarnos de esta nueva forma. Sin embargo, la verdad es que realmente no sabemos cuánto durará esta situación. Pero sí sabemos que el distanciamiento físico está funcionando y necesitamos continuar cumpliendo con nuestra parte para mantenernos seguros tanto nosotros como a nuestra comunidad.

Mascarillas de tela: Muchas personas tienen preguntas sobre si es necesario utilizar mascarillas faciales. La Autoridad de Salud de Oregón aún sugiere que la mejor manera de prevenir la transmisión de COVID-19 es mantener el distanciamiento físico, lavar las superficies y manos con frecuencia y quedarse en casa cuando uno está enfermo.

Las directrices sobre cuándo, dónde y si es necesario utilizar mascarillas cambian a menudo, así que visite el [sitio web de los CDC](#) para encontrar la información más actualizada. Además, recuerde que hay escasez de mascarillas médicas, por lo que deben reservarse para los trabajadores de la salud.

Somos conscientes de que el uso de mascarillas de tela para las personas negras, indígenas y de color se ha percibido de manera negativa, históricamente y en la actualidad, por sectores de la sociedad, lo que ha provocado la discriminación, el racismo y la violencia. Ninguna persona debe temer participar en actividades de la vida diaria, especialmente cuando participan de servicios necesarios para la salud. Reconocemos el dolor del racismo. Claramente, hablar de estas experiencias resulta difícil y produce aislamiento. Valoramos su seguridad y estamos dispuestos a escucharlo y ayudarlo.

En un esfuerzo por mantenernos en contacto con usted, nos comunicaremos periódicamente para brindarle actualizaciones. Para obtener información precisa sobre COVID-19 y VIH, consulte estas preguntas frecuentes tanto en [inglés](#) como en [español](#). Continuamos recomendando los siguientes sitios web para acceder a información actualizada y precisa: [Condado de Multnomah](#), [Autoridad de Salud de Oregón](#) o el [211 para preguntas generales sobre coronavirus y para recursos que le ayuden a satisfacer sus necesidades básicas](#).

Recuerde que estamos aquí para darle apoyo. Sabemos lo que esta comunidad es capaz de hacer cuando existe una necesidad, y continuaremos aprendiendo de las lecciones de los primeros días de la epidemia de VIH y apoyándonos mutuamente en este momento.

Llámenos, podemos ayudarlo.

Cascade AIDS Project, EOCIL, EMO HIV Day Center, HIV Alliance, Multnomah County HIV Clinic, Oregon Health Authority (incluidos CAREAssist y OHOP), Our House of Portland, Quest Center for Integrative Health, Ryan White Part A & B, The Partnership Project

Tenga en cuenta lo siguiente: También puede controlar la información sobre cada agencia en nuestros sitios web y páginas individuales de Facebook.

<https://www.facebook.com/CascadeAIDSProject/>

<https://www.facebook.com/EOCIL.org/>

<https://www.facebook.com/EMOHIVServices/>

<https://www.facebook.com/hivalliance/>

<https://www.facebook.com/MultCoHealth/>

<https://www.facebook.com/OregonHealthAuthority/>

<https://www.facebook.com/OurHousePDX/>

<https://www.facebook.com/Quest.Center/>

<https://www.facebook.com/ThePartnershipProject/>

<https://www.facebook.com/worldaidsdaynw/>