

HEALTHY LIVING IN VERONA

JUNE 2025 | ISSUE 6

WHAT'S INSIDE THIS ISSUE:

MEN'S HEALTH
AWARENESS MONTH

PINWORM INFECTION

HEALTH
SCREENINGS

RESOURCES

CONTACT US FOR MORE
INFORMATION:

(973) 680-4024

HEALTH@BLOOMFIELDTWPNJ.COM

[HTTPS://BLOOMFIELDTWPNJ.COM
/158/HEALTH-DEPARTMENT](https://bloomfieldtwpnj.com/158/HEALTH-DEPARTMENT)

 FOLLOW OUR INSTAGRAM ACCOUNT
@BLOOMFIELDHDNJ



JUNE IS POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER (PTSD) AWARENESS MONTH



FACTS ABOUT PTSD

Written and designed by Alicia Cirillo, MPH, CHES

WHAT IS POST- TRAUMATIC STRESS DISORDER (PTSD)?

According to Mayo Clinic, Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) is a mental health condition that develops after experiencing or witnessing a highly stressful or traumatic event.

DID YOU KNOW?

Women are **twice** as likely than men to develop PTSD.



SYMPTOMS:

Symptoms may appear different for everyone and might not appear right away; these may include:

- Feeling anxious, sad, or angry
- Trouble concentrating and sleeping
- Continually thinking about what happened

Individuals who are diagnosed with PTSD tend to experience symptoms for at least a month.

WHERE TO GET HELP:

If you, or someone you know, is in crisis and needs to find assistance, contact:

➤ SUICIDE & CRISIS LIFELINE

Call or text 988

➤ VETERANS CRISIS LINE

Call 988 then press "1"

➤ NATIONAL ALLIANCE ON MENTAL ILLNESS

Call 1-800-950-NAMI (6264)
Text "NAMI" to 62640

➤ SUBSTANCE ABUSE AND MENTAL HEALTH SERVICES ADMINISTRATION

Call 1-800-662-HELP (4357)

MORE INFORMATION:

To learn more about PTSD, visit the website of the [National Institute of Mental Health](https://www.nimh.nih.gov/).



MEN'S HEALTH AWARENESS MONTH



FACTS ABOUT PROSTATE CANCER

written and designed by Alicia Cirillo, MPH, CHES



1

RISK OF PROSTATE CANCER:

1 in 8 men are diagnosed with prostate cancer in the United States.



2

HOW COMMON IS PROSTATE CANCER?

In the United States, prostate cancer is the **most common cancer among men**; it is also the 2nd leading cause of cancer death in men.

3

PROSTATE CANCER RISK IS GREATER AMONG AFRICAN AMERICAN MEN

Prostate cancer tends to be **64% higher** among men who are of African American descent/ancestry, compared to white men.

1 in 6 African American men will develop prostate cancer in their lifetime, and are approximately 2 times more likely to die from it in comparison to white men.

4

WHAT ARE THE SYMPTOMS?

Early stage prostate cancer usually **does not present any symptoms**. However, early diagnosis is still possible through regular screening for Prostate Specific Antigen (PSA). A more advanced prostate cancer may cause the following symptoms:

- Problem urinating.
- Blood in the urine or semen.
- Trouble getting an erection (erectile dysfunction).
- Pain in the hips, back, chest or other areas.
- Weakness or numbness in the legs or feet.

5

CAN PROSTATE CANCER BE PREVENTED?



Prostate cancer cannot be prevented but there are ways to lower the risk, such as:

- Maintain a healthy weight
- Be physically active
- Consume a healthy and balanced diet.

However, there are risks that **cannot** be controlled; these include:

- Age, especially 50 and older.
- Family history of prostate cancer and genetics.

To learn more about prostate cancer, visit the [American Cancer Society](https://www.cancer.org) website.

LEARNING ABOUT PINWORM INFECTION

Written & Designed by Anamaria Valencia MD, MPH

WHAT IS PINWORM?

Pinworm is a **parasitic infection** caused by small, thin, white worms known as ***Enterobius vermicularis***. It is the **most common** type of intestinal worm infection in the United States. These worms lay their eggs around the anal area, leading to specific symptoms such as itching and discomfort.

Pinworm/ Enterobius vermicularis under the microscope



DID YOU KNOW?

Pinworm infection is also called oxyuriasis or enterobiasis.

Pinworms **spread easily** when humans **swallow their eggs**, which can be on clothes, bedding, and toys. The eggs can live on these surfaces for up to **3 weeks**.

RISK FACTORS



Anyone can get pinworms, but it is more common among:

- School-age children; and people living in long-term care facilities
- Household members/caretakers of a person with pinworm.
- People who share bedding, towels, clothes, and underwear.

SYMPTOMS

Many people with pinworms are asymptomatic, but **the most common symptoms** are:

- Itching in the anal and vaginal area (especially at night time).
- Restless sleep and insomnia.
- Irritability.
- Stomach pain and nausea.



PREVENTION

To help **stop the spread of pinworm**, follow these important tips:

- Wash your hands with soap and water before eating, using the toilet, changing diapers, and touching items used by someone with pinworms.
- Keep toys, clothes, and bedding clean, and change bedding often.
- Bathe every day.
- Keep fingernails short and clean.

Pinworm is treated with **prescription antiparasitic medication**. Talk to a doctor if you or someone in your family has symptoms or thinks they might be infected. If one person in the household has pinworms, everyone in the home should be treated.

TO READ AND LEARN MORE

Visit [CDC/Pinworm](https://www.cdc.gov/pinworm/) website, or please scan the QR Code.



HEALTH SCREENINGS

BLOOD PRESSURE SCREENINGS:

Verona Community Center

9:00 - 11:00 AM

06/04/2025

07/02/2025

Irene Gibbons Health & Human Services Building

12:30 - 1:30 PM

06/12/2025

07/17/2025

For more information, call 973-680-4024.



VACCINE CLINIC:



FREE Immunizations for children and adults who are uninsured/underinsured, or who are Medicaid recipients, or have NJ Family Care Part A.

By appointment only. For more information, call the Bloomfield Department of Health at 973-680-4058.

GLUCOSE SCREENING:



7/23/2025

12:00-2:00 PM

Bloomfield Public Library

For more information, call 973-680-4024.



DENTAL SERVICES:



Zufall Dental Van on:

6/4/2025 and 7/7/2025

9:00 AM - 3:00 PM

Bloomfield Municipal Building

REGISTRATION REQUIRED.

Call Eddy Melo at 973-325-2266 ext. 1040



RESOURCES

LISTENING CORNER

Podcasts, Webinars, Videos & more

Cleveland Clinic: 10 Warning Signs of Prostate Cancer:

One in nine men will receive a prostate cancer diagnosis during his lifetime. In its early stages, the disease rarely causes symptoms, but you may experience certain warning signs as it progresses. Learn about what to be on the lookout for.

Scan the QR for more:



YOUR OPINION MATTERS!



We would like to have some feedback about our newsletter! Please scan the QR code below to complete our 5 question survey.



www.surveymonkey.com/r/5TQCCPT

JOIN THE FIGHT AGAINST HIV KNOW YOUR STATUS!

HIV is a virus that attacks cells which help the body fight off infections. The only way to know if you have HIV is to get tested. There are many options for quick, free, and painless HIV testing.

June 27, 2025 is National HIV Testing Day

Written & Designed by Kaamilya King BS, LPN

SITES TO GET TESTED ↙

1

EAST ORANGE HEALTH DEPARTMENT
143 NEW STREET
EAST ORANGE, NJ 07107
973.226.5454

2

ZUFALL HEALTH CENTER
95 NORTHFIELD AVENUE; 1ST FL SUITE 2
WEST ORANGE, NJ 07052
973.328.3344 X308

3

NORTH JERSEY COMMUNITY RESEARCH INITIATIVE
393 CENTRAL AVENUE; 3RD FL
NEWARK, NJ 07103
973.483.3444
NJCRI@NJCRI.ORG

4

UNIVERSITY HOSPITAL DIVISION OF ADOLESCENT & YOUNG ADULT MEDICINE
65 BERGEN STREET
NEWARK, NJ 07107
973.972.8216

5

AFRICAN AMERICAN OFFICE OF GAY CONCERNS
877 BROAD STREET; SUITE 211
NEWARK, NJ 07102
973.639.0700
AAOGCNEWARK@GMAIL.COM

6

PLANNED PARENTHOOD OF METROPOLITAN NJ
MONTCLAIR HEALTH CENTER
29 NORTH FULLERTON AVENUE
MONTCLAIR, NJ 07042
973.746.7116

VIVIENDO SALUDABLE EN VERONA

JUNIO 2025 | PUBLICACIÓN 6

EN ESTA PUBLICACIÓN:

VERDADES SOBRE EL
CÁNCER DE PRÓSTATA

INFECCIÓN POR
OXIUIROS

CHEQUEOS DE SALUD

RECURSOS

PARA MAS INFORMACIÓN,
CONTACTENOS
(973) 680-4024

HEALTH@BLOOMFIELDTWPNJ.COM

[HTTPS://BLOOMFIELDTWPNJ.COM
/158/HEALTH-DEPARTMENT](https://bloomfieldtwpnj.com/158/HEALTH-DEPARTMENT)



SÍGUENOS EN NUESTRA CUENTA
DE INSTAGRAM
@BLOOMFIELDHDNJ



JUNIO ES EL MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)



DATOS SOBRE EL TEPT



Escrito y diseñado por Alicia Cirillo, MPH, CHES

¿QUÉ ES EL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)?

Según la Clínica Mayo, el trastorno de estrés postraumático (TEPT) es una condición de salud mental que se desarrolla después de vivir o presenciar un evento altamente estresante o traumático.

¿SABÍAS QUE?

Las mujeres tienen el **doble** de probabilidades que los hombres de desarrollar TEPT.



SÍNTOMAS:

Los síntomas pueden ser diferentes para cada persona y puede que no se presenten de forma inmediata; estos pueden incluir:

- Sentirse ansioso, triste o enojado
- Dificultad para concentrarse y dormir
- Pensar repetidamente en lo que pasó

Las personas a las que se les diagnostica TEPT tienden a padecer los síntomas por lo menos por un mes.

DÓNDE OBTENER AYUDA:

Si usted o alguien que conoce está en crisis y necesita ayuda, comuníquese con:

➤ LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS

Llame o envíe un mensaje de texto 988

➤ LÍNEA DE CRISIS PARA VETERANOS

Llame al 988 y luego presiona "1"

➤ ALIANZA NACIONAL SOBRE ENFERMEDADES MENTALES (NAMI)

Llame 1-800-950-NAMI (6264)
Envíe un mensaje de texto "NAMI" al
62640

➤ ADMINISTRACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD MENTAL Y ABUSO DE SUSTANCIAS

Llame al 1-800-662-HELP (4357)

MÁS INFORMACIÓN:

Para obtener más información sobre el TEPT, visite la página web del [Instituto Nacional de Salud Mental](https://www.nimh.nih.gov/).



MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA SALUD MASCULINA



VERDADES SOBRE EL CÁNCER DE PRÓSTATA

escrito y diseñado por Alicia Cirillo, MPH, CHES

1

RIESGO DE CÁNCER DE PRÓSTATA:

1 de cada 8 hombres en los Estados Unidos es diagnosticado con cáncer de próstata.



2

¿QUÉ TAN COMÚN ES EL CÁNCER DE PRÓSTATA?

En los Estados Unidos, el cáncer de próstata es el **cáncer más común entre los hombres**, y también es la 2^{da} causa de muerte por cáncer en los hombres.

3

EL RIESGO DE CÁNCER DE PRÓSTATA ES MAYOR ENTRE LOS HOMBRES AFROAMERICANOS

El riesgo de cáncer de próstata tiende a ser un **64%** más alto entre los hombres de ascendencia afroamericana, en comparación con los hombres de raza blanca.

1 de cada 6 hombres afroamericanos desarrollarán cáncer de próstata a lo largo de su vida y tienen aproximadamente 2 veces más probabilidades de morir a causa de esta enfermedad en comparación con los hombres de raza blanca.

4

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

En general el cáncer de próstata **es asintomático durante las primeras etapas**. Sin embargo, se puede hacer un diagnóstico temprano por medio de un examen de rutina, el antígeno prostático específico (PSA). El cáncer de próstata más avanzado puede causar los siguientes síntomas:

- Problemas para orinar.
- Sangre en la orina o en el semen.
- Problemas para lograr una erección (disfunción eréctil).
- Dolor en las caderas, espalda, pecho u otras zonas.
- Debilidad o parálisis en las piernas o los pies.

5

¿SE PUEDE PREVENIR EL CÁNCER DE PRÓSTATA?

El cáncer de próstata no se puede prevenir pero existen formas de reducir el riesgo, como:

- Mantener un peso saludable
- Mantenerse físicamente activo
- Consumir una dieta sana y equilibrada

Sin embargo, existen riesgos que **no** se pueden controlar, entre ellos:

- Edad, especialmente tener 50 años o más.
- Antecedentes familiares de cáncer de próstata y la genética.

Para obtener más información sobre el cáncer de próstata, visite la página web de la Sociedad Estadounidense del Cáncer.

APRENDIENDO DE INFECCIÓN POR OXIUROS

Escrito y diseñado por Anamaria Valencia MD, MPH

¿QUÉ SON LOS OXIURIOS?

Los oxiuros es una **infección parasitaria** causada por pequeños gusanos, delgados y blancos conocidos como ***Enterobius vermicularis***. Los que ponen sus huevos alrededor de la zona anal, provocando síntomas específicos de picazón y malestar. Esta es la infección más común por lombrices intestinales en Estados Unidos.



¿SABÍAS QUÉ?

La infección por oxiuros también se llama enterobiasis, y es conocida en inglés como *Pinworm*.

Oxiuro/ Enterobius vermicularis al microscopio



Los oxiuros se **propagan fácilmente** cuando las personas **ingieren sus huevos**, que pueden estar en la ropa, ropa de cama y juguetes. Los huevos pueden vivir en estas superficies hasta **tres semanas**.

FACTORES DE RIESGO



Cualquier persona puede contraer oxiuros, pero es más común entre:

- Niños en edad escolar y personas que viven en centros de atención al mayor a largo plazo.
- Miembros del hogar o cuidadores de una persona con oxiuros.
- Personas que comparten ropa de cama, toallas, ropa y ropa interior.

SÍNTOMAS

Muchas personas con oxiuros son asintomáticas, pero los **síntomas más comunes son**:

- Picazón en la zona anal y vaginal (especialmente por la noche).
- Dificultad para dormir e insomnio.
- Irritabilidad.
- Dolor de estómago y náuseas.

TIPS DE PREVENCIÓN

Para prevenir la **propagación** de oxiuros, tenga en cuenta estos tips:

- Lávese las manos con agua y jabón antes de comer, usar el baño, cambiar pañales y tocar objetos usados por una persona con oxiuros.
- Mantenga limpios los juguetes, la ropa y la ropa de cama, y cámbielas con frecuencia.
- Báñese todos los días.
- Mantenga las uñas cortas y limpias.

Los oxiuros se tratan con **antiparasitarios recetados**. Consulte con un médico si usted o algún familiar presenta síntomas o cree que podría estar infectado. Si una persona en el hogar tiene oxiuros, todos los miembros del hogar deben recibir tratamiento.



PARA LEER Y APRENDER MÁS

Visite la [Clínica Mayo/Oxiuros](#), o escanee el Código QR aquí abajo.



CHEQUEOS DE SALUD

MEDICIÓN DE LA PRESIÓN ARTERIAL



Centro Comunitario de Verona

9:00 – 11:00 AM
06/04/2025
07/02/2025

Edificio de Salud & Recursos Humanos: Irene Gibbons

12:30 – 1:30 PM
06/12/2025
07/17/2025



Para más información, llame al 973-680-4024.

CLÍNICA DE VACUNACIÓN:

Programa de vacunas **SIN COSTO**, para niños y adultos que no tienen seguro o tienen cobertura insuficiente, o que aquellos beneficiarios de Medicaid o tienen NJ Family Care Parte A.

Se requiere cita previa. Para más información, llame al Departamento de Salud de Bloomfield al 973-680-4058.

PRUEBA DE GLUCOSA



7/23/2025

12:00–2:00 PM

Biblioteca Pública de Bloomfield



Para más información, llame al 973-680-4024.

SERVICIOS DENTALES



Zufall Van Dental en:

6/4/2025 y 7/7/2025

9:00 AM – 3:00 PM

Edificio Municipal de Bloomfield

SE REQUIERE REGISTRACIÓN PREVIA

Llame a Eddy Melo al 973-325-2266 ext. 1040



RECURSOS

EL RINCÓN DE LA ESCUCHA

Podcasts, Webinars, Videos & más

Nucleus Health Videos:
Comprender el cáncer de próstata: Si usted o alguien que usted conoce ha sido diagnosticado con cáncer de próstata, este video le ayudará a entender cómo el cáncer de próstata afecta su cuerpo.

Escanea el Código QR:



¡SU OPINIÓN ES IMPORTANTE!



¡Nos gustaría recibir comentarios sobre nuestro boletín! Escanee el código QR para completar nuestra encuesta de 5 preguntas.

ESCANEA
AQUÍ



www.surveymonkey.com/r/Z3CDCCS

ÚNETE A LA LUCHA CONTRA EL VIH ¡INFÓRMATE SOBRE TU ESTADO!

El VIH es un virus que ataca las células que ayudan al cuerpo a combatir las infecciones. La única manera de saber si tienes VIH es haciéndote la prueba. Existen muchas opciones para realizar pruebas de VIH rápidas, gratuitas y sin dolor.

El 27 de junio de 2025 es el Día Nacional de la Prueba del VIH

Escrito y diseñado por Kaamilya King BS, LPN

LUGARES DÓNDE SE PUEDE HACER LA PRUEBA



1

DEPARTAMENTO DE SALUD DE EAST ORANGE
143 NEW STREET
EAST ORANGE, NJ 07107
973.226.5454

2

ZUFALL HEALTH CENTER
95 NORTHFIELD AVENUE; 1ST FL SUITE 2
WEST ORANGE, NJ 07052
973.328.3344 X308

3

NORTH JERSEY COMMUNITY RESEARCH INITIATIVE
393 CENTRAL AVENUE 3RD FL
NEWARK, NJ 07103
973.483.3444
NJCRI@NJCRI.ORG

4

UNIVERSITY HOSPITAL DIVISION OF
ADOLESCENT & YOUNG ADULT MEDICINE
65 BERGEN STREET
NEWARK, NJ 07107
973.972.8216

5

AFRICAN AMERICAN OFFICE OF GAY CONCERNS
877 BROAD STREET; SUITE 211
NEWARK, NJ 07102
973.639.0700
AAOGCNEWARK@GMAIL.COM

6

PLANNED PARENTHOOD OF METROPOLITAN NJ
CENTRO DE SALUD MONTCLAIR
29 NORTH FULLERTON AVENUE
MONTCLAIR, NJ 07042
973.746.7116