

## **SERVICIOS ADICIONALES:**

### **CONSEJERIA/TERAPIA/SALUD:**

El Paso Community Mental Health Center  
(915)779-1800  
1-877-562-6467

Rio Vista Behavioral Health Treatment Center  
1390 Northwestern Dr.  
El Paso, TX  
(915)0745-7667

University Medical Center  
4824 Alberta Ave.  
El Paso, TX 79905  
(915)521-2220

San Vicente Family Health Center  
8061 Alameda Ave.  
El Paso, TX 79915  
(915)859-7545

Centro De Salud Familiar La Fe  
700 S. Ochoa  
El Paso, TX 79901  
(915)546-4008  
(income-based clinic)

Centro De Salud Familiar La Fe  
700 S. Ochoa  
El Paso, TX 79901  
(915)546-4008  
(income-based clinic)

Child Adolescent Wellness  
721 S. Ochoa St.  
El Paso, TX. 79901  
(915)545-7090

NAMI El Paso  
(915)778-5726

### **SERVICIOS DE PROTECCION:**

El Paso Child Protective Services  
(915)542-4535  
(Fuera de horario)  
800-252-5400

EP COVID-19 Information Hub  
<https://www.epcovid19.org/>

## **LINEA DIRECTA EN CASO DE CRISIS:**

Child Abuse National Hotline  
1-800-252-2873  
1-800-422-4453

NAMI Support Hotline  
(800)950-6264

National Domestic Violence Hotline  
1-800-799-7233

Nationwide Crisis Line  
1-877-562-6467

National Suicide Prevention Hotline  
1-800-273-8255  
(o buscalos en Google para un chat)

APA Pandemic Hotline  
1-855-682-8302

## **TRATAMIENTO DE ABUSO DE SUSTANCIAS:**

Alcoholics Anonymous  
(915)562-4082

Narcotics Anonymous  
(800)249-9428

Recovery Alliance  
(915)594-7000

Aliviane Treatment Resources for Youth  
(915)775-2501

## **BANCO DE ALIMENTOS/SERVICIOS DE VIVIENDA:**

El Paso County General Assistance  
6314 Delta Dr.  
El Paso, TX 79905  
(915)546-8150

Opportunity Center for the Homeless  
1208 Myrtle Ave  
El Paso, TX 79901  
(915)577-0069

El Paso Comfort Keepers  
5927 Gateway Blvd W, Ste A  
El Paso, TX 79925  
(915)842-8195

The El Paso Coalition for the Homeless  
6044 Gateway East, Suite 211  
El Paso, TX 79905  
(915)843-2170

# GUIA DE RECURSOS DE COVID-19

---



## Senderos Para Caminar Para Mantenerse Activo

- Chuck Heinrich- MLK en Loma Casitas
- Edgemere Median Linear Trail- Airway a Hawkins
- Mesa Drain Linear Trail- 2085 Shreyna St.
- Mesquite Trails Linear Park- 1526 Snowy Plover
- Raynolds Median Linear Trail- Hastings a La Luz
- Rim Road Linear Park- Kansas a Brown
- Riverbend Trail- Turnstone Drive y Frontera Road
- Rio Grande North Linear Trail- Country Club a Borderland
- Three Hills Loop Trail- 7400 High Ridge, Westside Community
- Ojo de Agua Linear Trail- 900 Via Descanso
- Scenic Drive Linear Trail- Rim a Wheeling
- Thousand Steps- Stanton norte de Vaquero
- Jan Sumrall Memorial- Thunderbird norte de Singing Hills
- Lazy Cow- Final del camino de Officer Andrew Barcena Dr.
- Lost Dog- Redd en Helen of Troy
- Round House- MLK 1.3 millas norte de Loma Real

## Estafas de COVID-19

Tenga cuidado con mensajes, llamadas, correos electronicos falsos, etc. Pidiendo informacion personal para recibir su cheque de estimulo. El IRS calculara y automaticamente mandara el pago de impacto económico a aquellos elegibles.

Estafadores o compañías estafadoras usan llamadas automáticas ilegales para obtener ganancia del miedo relacionado al COVID-19 haciendose pasar como el IRS o Medicare. Visite la pagina de la Comision Federal de Comercio para saber mas de las llamadas estafadoras:

<https://www.ftc.gov/coronavirus>

## Como usar una mascara

El CDC recomienda usar cubiertas de cara de tela en lugares publicos donde otras medidas de sana distancia son dificiles de mantener. El CDC tambien recomienda el uso de cubiertas de cara para retrasar el contagio del virus y ayudar a personas que podrian tener el virus y no lo saben de transmitirselo a otros.

### Mascaras de tela deberian de—

- quedar ajustadas hacia un lado de la cara
- estar atadas con lazos o enganches para las orejas
- incluir multiples capas de tela
- permitir respirar sin restriccion
- poder secarse con maquina sin dano o cambio de figura
- ser lavada rutinariamente dependiendo de la frecuencia de uso

## Donacion de Sangre

CSL Plasma  
2200 N Yarbrough Dr. Suite K, El Paso, TX 79925  
(915)201-2908  
Lunes-Viernes 7:00AM-8:00PM  
Sabado-Domingo 8:00AM-5:00PM

Telecris Plasma  
3515 Alameda Ave, El Paso, TX 79905  
(915)351-0920  
Lunes-Viernes 8:00AM-5:00PM  
Sabado 6:30AM-4:00PM  
Domingo 6:30AM-3:00PM

Vitalant (Zaragoza)  
1338 N Zaragoza Rd, El Paso, TX 79936  
(915)544-5422  
Lunes 12:00PM-6:00PM  
Martes-Miercoles 10:00AM-5:00PM  
Jueves 12:00PM-6:00PM  
Viernes 8:00AM-2:00PM  
Sabado 8:00AM-3:00PM  
Domingo- CERRADO

Vitalant  
424 S Mesa Hills Dr, El Paso, TX 79912  
(915)544-5422  
Lunes 12:00PM-6:00PM  
Martes-Miercoles 10:00AM-5:00PM  
Jueves 12:00PM-6:00PM  
Viernes 8:00AM-2:00PM  
Sabado 8:00AM-3:00PM  
Domingo- CERRADO

Plasma Center  
3515 Alameda Ave, El Paso, TX 79905  
(915)351-0920  
Lunes-Viernes 6:30AM-7:30PM  
Sabado 6:30AM-4:00PM  
Domingo 6:30AM-3:00PM

## Como Protegerte A Ti Mismo y A Otros

### Entender como se contagia

- Por el momento no hay vacuna para prevenir la enfermedad de coronavirus 19 (COVID-19).
- La mejor manera de prevenir la enfermedad es evitar estar expuesto a este virus.
- Es pensado que el contagio del virus es principalmente de persona a persona con síntomas parecidos a los de una gripe.
- Personas que si experimenten síntomas deberían de permanecer en cuarentena por 14 días para no contagiar a otros del virus.

- » Entre personas que estan en contacto cercano con otros (entre aproximadamente 6 pies).
- » Por medio de gotas respiratorias producidas cuando una persona tose, estornuda o habla.
- » Estas gotas pueden caer en las bocas o narices de personas que están cerca o posiblemente inhaladas a sus pulmones.
- » Algunos estudios recientes han sugerido que el COVID-19 puede ser contagiado por personas que no demuestran síntomas.

### Todos deberían de:

#### Lavate las manos seguido

- Lavate las manos seguido con jabón y agua por por lo menos 20 segundos especialmente después de estar en un lugar publico, de sonarte la nariz o estornudar.
- Si no tienes acceso a jabón y agua, usa gel antibacterial que contenga por lo menos 60% de alcohol. Cubra todas las superficies de sus manos y frotelas hasta que se sientan secas.
- Evite tocarse los ojos, nariz y boca con manos que no han sido lavadas.

#### Evite contacto directo

- Quedese en casa si esta enfermo.
- Evite contacto directo con personas enfermas.
- Ponga distancia entre usted y otras personas.

- » Recuerde que algunas personas que no demuestran síntomas aun pueden transmitir el virus.
- » Esto es especialmente importante a personas que están en alto riesgo de enfermarse.

### Cubra su boca y nariz con un cubreboca de tela cuando este con otras personas

- Todos deben usar un cubreboca de tela cuando esten en lugares públicos, por ejemplo en el supermercado o para recoger otras necesidades.
- Cubrebocas no deberían ser puestas a niños menores de dos años de edad, a cualquiera con problemas respiratorios o si esta inconciente discapacitado o si no puede quitarse las marcara sin asistencia.
- EL cubrebocas de tela tiene el propósito de proteger a otros en caso de que usted este infectado.
- NO use un cubrebocas que este hecha para un trabajador de atención medica.
- Continúe mantener aproximadamente 6 pies de distancia entre usted y otros. El cubrebocas no es un sustituto de sana distanica.

### Cubra tosidos y estornudos

- Si esta en un ambiente privado y no tiene su cubrebocas, recuerde siempre cubrir su boca y nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude o use la parte interna de su codo.
- Tire pañuelos usados a la basura.
- Inmediatamente lave sus manos con agua y jabón por por lo menos 20 segundos. Si no tiene jabón y agua disponibles, lave sus manos con gel antibacterial que contenga por lo menos 60% de alcohol.

### Limpie y desinfecte

- Limpie Y desinfecte superficies que se toquen diariamente. Esto incluye mesas, perillas de puertas, mostradores, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, inodoros.
- Si las superficies estan sucias, límpielas: **Use detergente o jabón y agua antes de desinfectar.**
- Después use un desinfectante de casa. Puede ver una lista de desinfectantes de casa registrados por el EPA aquí.

### Sintomas:

#### Sintomas mas comunes:

- Fiebre
- Cansancio
- Tos seca

#### Sintomas menos comunes:

- Molestias y dolores
- Dolor de garganta
- Diarrea
- Conjuntivitis
- Dolor de cabeza
- Perdida del sentido del olfato y sabor
- Sarpullido en la piel o decoloracion de dedo de manos o pies

#### Sintomas serios:

- Dificultad para respirar o respiración entrecortada
- Dolor o presion de pecho
- Perdida del habla o movimiento

Para mas información acerca del COVID-19 & como ser examinado:  
City of El Paso Department of Public Health  
5115 EL Paso Dr.  
El Paso, TX 79905-2818  
Telefono: (915) 212-0200

Telefono principal (vea ubicaciones abajo)  
915.887.3410  
[ehnepstrong.org](http://ehnepstrong.org)  
[www.emergencehealthnetwork.org](http://www.emergencehealthnetwork.org)

EHN East Valley Clinic  
2400 Trawood  
Suite 301 A  
Lunes – Viernes  
12:15 – 1:15 p.m.  
5:30 – 7:00 p.m.

EHN Child/Adolescent Clinic  
8500 Boeing Dr.  
Lunes – Viernes  
12:15 – 1:15 p.m.  
5:30 – 7:00 p.m.  
Sabado  
11:00 – 12:30 p.m.

UMC West Clinic  
6600 N. Desert Blvd.  
Lunes – Viernes  
12:15 – 1:15 p.m.  
5:30 – 7:00 p.m.  
Sabado  
11:00 – 12:30 p.m.

El Paso Psychiatric Center  
4615 Alameda Ave.  
Lunes – Viernes  
12:15 – 1:15 p.m.  
5:30 – 7:00 p.m.  
Sabado  
11:00 – 12:30 p.m.

Atlantis Health Services  
6028 Surety Dr.  
Lunes – Jueves  
5:30 – 7:30 p.m.  
Viernes  
1:30 – 2:30 p.m.  
Sabado  
11:00 – 12:30 p.m.

» Solicite atención médica inmediata si tiene síntomas serios. Siempre marque antes de visitar su doctor o un centro de salud.

(915)855-6405  
7:00AM-8:30PM  
\*Se require cita\*

» En promedio toma de 5-6 días desde que alguien está infectado del virus para que los síntomas se manifiesten, sin embargo puede tomar hasta 14 días.

CareNow Urgent Care – West El Paso  
7845 N Mesa Suite A, El Paso, TX 79932  
(915)206-4690  
8:00AM-6:00PM  
\*No se require cita pero es preferible\*

MedPost Urgent Care (Viscount)  
9100 Viscount Blvd El Paso, TX 79925  
(915)594-4475  
8:00AM-8:00PM  
\*No se require cita pero es preferible\*

MedPost Urgent Care (Zaragoza)  
1801 N Zaragoza Rd, El Paso TX 79936  
(915)249-3106  
8:00AM-8:00PM  
\*No se require cita pero es preferible\*

MedPost Kids Urgent Care (Edgemere)  
12371 Edgemere Blvd #207, El Paso TX 79938  
(915)856-0008  
8:00AM-8:00PM  
\*No se require cita pero es preferible\*

MedPost Urgent Care (Sunland)  
601 Sunland Park Dr, El Paso, TX 79912  
(915)577-8223  
8:00AM-8:00PM  
\*No se require cita\*

Md Kids Pediatrics Health Network  
4659 Cohen Ave suite B, El Paso, TX 77039  
(915)217-1140  
8:30AM-5:00PM  
\*Se require cita\*

CVS  
1780 Lee Trevino Dr, El Paso TX 79936  
(915)599-9000  
24hours  
\*Se require cita\*

CVS  
12051 Tierra Este Rd, El Paso, TX 79938  
(915)921-6302  
8:00AM-10:00PM

Walgreens Drive-Thru Testing  
100 N. Americas Ave, El Paso, TX 79907  
(800)925-4744  
\*Se require cita\*

Walmart Mobile Testing (Zaragoza)  
1850 N Zaragoza Rd, El Paso TX 79936