

# CONSTRUYENDO PUENTES

**Boletín de la Junta  
Asesora Comunitaria  
(CAB, por sus siglas  
en inglés) publicado  
por:  
Estudio de cohortes  
de VIH/SIDA pediátri-**

## EN ESTE NÚMERO:

De los presidentes del CAB	1
Construyendo Puentes	3
Receta: <i>Hamburguesas de frijoles negros Cebollas rojas encurtidas</i>	4
Perfil del miembro PHACS: <i>Sam Lynd</i>	7
Poema: Agosto	8
Noticia destacada: <i>Lanzamiento del CAB nacional en Español</i>	9
Actividades de primavera: CAB de la USC <i>CAB de habla hispana del MCA</i>	11
Noticia destacada: <i>CAB del estudio HOPE</i>	13
Noticia destacada: <i>La serie VAMOS CON COCO</i>	14
Actualizaciones HECC	15
Glosario CAB	18
SOPA DE LETRAS CAB	18
CAB Infantil	19
Respuestas de la Sopa de letras	21
Eventos	22
Recursos	23

## DE NUESTRAS PRESIDENTAS DEL CAB

### Kimbrae, Presidenta del CAB del PHACS

¿Qué es un puente hacia otro ser humano? Hace poco viví un momento, al escuchar la opinión de una persona, que me sacudió hasta la médula, al punto de que estuve llorando durante días. Incluso empecé a dudar de mí misma, así como de los tablones del puente que he estado colocando durante los últimos 13 años mientras abogaba con PHACS. Pero lo que descubrí fue que yo no era la única que colocaba tablones de madera ni la única que construía un puente. Nosotros, los cuidadores, a veces necesitamos que nos cuiden y que nos muestren cariño, y el apoyo abrumador que vi no hizo sino reavivar el fuego del Fénix.

Siempre he dicho que el estudio PHACS es una gran rueda dentro de otra rueda. Lo más importante es que no hay individualidades en un equipo, pero sí en una familia. Tenemos que recordar siempre que, si estamos construyendo un puente entre nosotros, primero como seres humanos, con nuestros colegas y nuestras familias, entonces antes que nada tenemos que darnos cuenta de que al igual que en la familia siempre representaremos individualidades. Cada individuo de PHACS tiene un propósito, ninguno es mayor que el otro, pero todos son especiales en todos los sentidos. La próxima vez que piense que está solo, yo soy la prueba viviente de que no es así, y yo sé lo especial y querido que es en esta organización. Así que continúe construyendo puentes con sus colegas, su personal clínico, sus participantes y, aún más importante, entre todos los miembros del CAB/PHACS, sin importar el papel que tengan. Me despido con lo siguiente: si nadie se lo ha dicho hoy, le diré que es especial y que no permita nunca que le corten sus alas de mariposa. Pero, si por casualidad sucede, recuerde que es un ave Fénix y que resurgirá para convertirse en una fuerza poderosa que deberán tener en cuenta.

## Exzavia, Vicepresidenta del CAB del PHACS

Hola a todos los miembros de mi familia extendida (PHACS), tanto del PUG, del CAB y a los investigadores. Construir puentes es como conectar una ciudad con otra. La Red PHACS nos ha permitido hacer oír nuestra voz, compartir los conocimientos y la información de todos los centros que participan en investigación y, al mismo tiempo, mejorar la vida de los niños y de las familias que viven o se ven afectados por el VIH. Construir puentes nos ha facilitado el camino a muchos y seguirá haciéndolo mientras las comunidades y los investigadores trabajen juntos. Crear nuevas conexiones es importante porque da inicio a un proceso de sanación para muchos que tal vez tienen miedo, vergüenza o simplemente están confundidos sobre cómo vivir o afrontar el VIH. No importa la distancia, en la red PHACS la amistad es la muestra de apoyo, el ánimo y el ambiente acogedor que dice “Sí se puede” y le hace sentir seguro y bienvenido para ser quién es sin importar a lo que nos enfrentamos, afrontándolo juntos.

Fue un placer poder verlos a todos en persona después de todo lo que hemos pasado en los últimos años. Estoy deseando ver todas las nuevas iniciativas en las que participaremos en el futuro, conjugando nuestros pensamientos e ideas para seguir ayudando a que PHACS mejore las vidas de muchos de los que vendrán.

Los quiero a todos, su Vicepresidenta, Exzavia



# CONSTRUYENDO PUENTES

¡A continuación encontrará historias sobre la importancia de hacer nuevos contactos y amistades!

¿Cómo le ha ayudado su comunidad a fortalecerse y afianzarse en un mundo imp edecible?

Es difícil hacer nuevos contactos y amigos cuando se es adulto. Está todo lo que sucede y, encima, nuestras propias responsabilidades. Tuve la suerte de hacer un amigo que me invitó a su comunidad. Ha hecho que la vida en la ciudad se sienta más como en casa, en lugar de sentir que quiero volver a mudarme. De repente, un lugar que creía insufrible lo he sentido como mi hogar.

- Anónimo

A veces, el mundo se siente abrumador, especialmente cuando, ya siendo adultos, se trata de hacer nuevos amigos. Pero a veces en los lugares más insospechados puede encontrar a su comunidad. En uno de mis trabajos más difíciles, en el que vendía zapatos caros a clientes impacientes y malhumorados, conocí a algunos de mis mejores amigos.

Compartiendo pasteles, consejos sobre cómo hacer la declaración de impuestos o llamar a la consulta de un médico, nos apoyábamos mutuamente cuando los tiempos se ponían difíciles, tanto dentro como fuera de la tienda. Se podría decir que construimos nuestra comunidad dentro de un mar de pies apestosos y calcetines sudados. Hoy en día, no todos seguimos trabajando para la empresa, y algunos se han trasladado a otras ciudades y estados, pero seguimos apoyándonos mutuamente mientras buscamos nuevos trabajos y etapas en la vida.

- Anónimo

# RECETA: Hamburguesa de frijoles negros

Incluso siendo una apasionada de la carne, estas hamburguesas de frijoles negros se han convertido rápidamente en una de mis recetas favoritas. Conocí estas hamburguesas durante el primer verano del COVID, cuando los restaurantes estaban vendiendo sus reservas de conservas, ¡y teníamos que encontrar un uso para 2 kilos de frijoles negros enlatados! (No se preocupe, la receta no requiere tantos frijoles).

Sabrosa y picante, uno de los secretos de la receta es ¡la cebolla roja encurtida! (La receta está en la [Página 6](#))

## INGREDIENTES:

- 3 tazas de frijoles negros cocidos, escurridos y enjuagados
- ½ taza de cebolla amarilla rallada\*
- 2 dientes de ajo picados
- 2 chiles chipotles de una lata de chipotles en adobo, cortados en dados, más 2 cucharadas de salsa de adobo
- 1 cucharada de tamari
- 1 cucharada de vinagre balsámico
- 1 cucharadita de comino
- ½ cucharadita de sal marina
- ½ cucharadita de pimienta negra
- 1 huevo
- 1 taza de pan rallado panko
- Aceite de oliva extra virgen para untar
- Spray de cocina, si se va a asar
- Panecillos de hamburguesa y guarniciones para servir\*\*.

\* Ralle la cebolla en los agujeros grandes de un rallador. Al rallarla, la cebolla soltará mucho líquido.

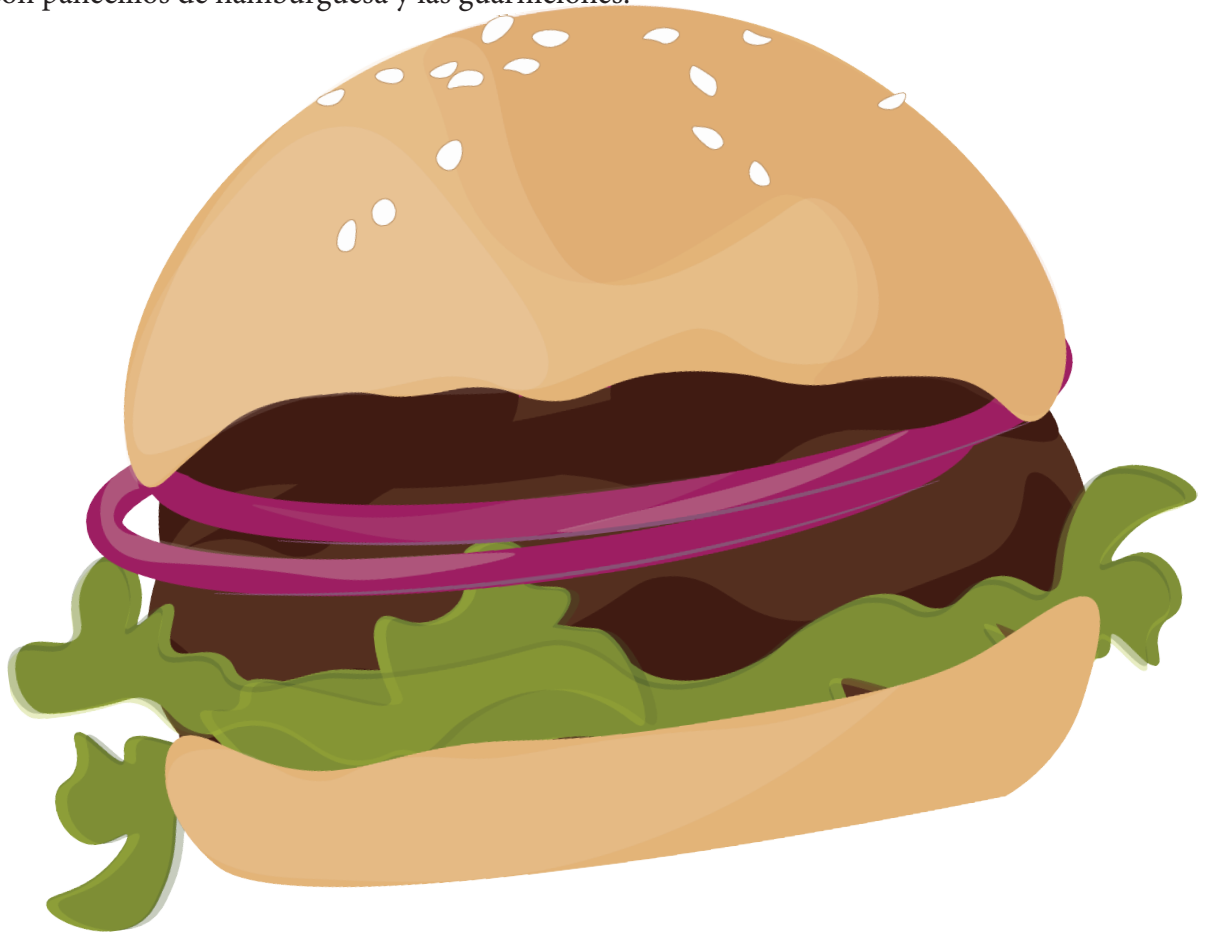
¡Eso es normal!

\*\* ¡El aguacate y/o los champiñones a la plancha son estupendas opciones de guarniciones para las hamburguesas!



## PREPARACIÓN:

1. En un tazón grande, mezcle los frijoles, la cebolla, el ajo, los chipotles, la salsa adobo, el tamari, el balsámico, el comino, la sal y la pimienta. Utilice un prensa papas para triturar los frijoles negros hasta que la mezcla se mantenga unida pero aún tenga algunos trozos visibles. Añada el huevo y mezcle con una espátula. Luego, incorpore el panko.
2. Forme 6 hamburguesas con las manos. La mezcla debe estar cohesionada y un poco húmeda. Si está demasiado húmeda para manejarla, enfríela en el refrigerador durante 20 minutos para que se endurezca o machaque un poco más los frijoles.
3. Caliente una sartén de hierro fundido a fuego medio. Unte un poco de aceite con una brocha y cocine las hamburguesas durante unos 5 minutos por cada lado, hasta que estén chamuscadas por ambos lados, bajando el fuego según sea necesario. El tiempo exacto dependerá del calor de su estufa y del sartén.
4. Como alternativa, precaliente una parrilla al aire libre a 400 °F. Unte ligeramente las hamburguesas con aceite de oliva, rocíe las rejillas de la parrilla y áselas durante 8 minutos por un lado y 4 minutos por el otro.
5. Sírvalas con panecillos de hamburguesa y las guarniciones.



Recipe Source: [loveandlemons.com](https://loveandlemons.com)

# RECETA: Cebollas rojas encurtidas

## INGREDIENTES:

- 2 cebollas rojas pequeñas
- 2 tazas de vinagre blanco
- 2 tazas de agua
- 1/3 taza de azúcar de caña
- 2 cucharadas de sal marina

## OPCIONAL

- dientes de ajo
- 1 cucharadita de granos de pimienta

Una cortadora de mandolina  
será  
¡su salvación!

Una manera rápida y fácil de  
cortar láminas delgadas, incluso,  
de cebolla.

Necesitará al menos dos f  
rascos de 16oz o tres frascos de  
10oz para poner las cebollas  
encurtidas y guardarlas.

¡Me encanta reusar frascos de  
salsa para pasta!



## PREPARACIÓN:

1. Corte las cebollas en rodajas finas (es útil utilizar una mandolina) y repártalas en 2 frascos de 16 onzas o 3 frascos de 10 onzas. Coloque el ajo y los granos de pimienta en cada frasco, si se los va a agregar.
2. Caliente el vinagre, el agua, el azúcar y la sal en una cacerola mediana a fuego medio. Remueva hasta que el azúcar y la sal se hayan disuelto, aproximadamente 1 minuto. Deje enfriar y vierta sobre las cebollas. Deje enfriar a temperatura ambiente y guarde las cebollas en el refrigerador.
3. Las cebollas encurtidas estarán listas para comer cuando estén tiernas y de color rosa brillante: aproximadamente 1 hora para las cebollas cortadas en rodajas muy finas o toda la noche para las cebollas cortadas en rodajas más gruesas. Se conservan en el refrigerador hasta 2 semanas.

Fuente de la receta: [loveandlemons.com](http://loveandlemons.com)

# PERFIL DE MIEMBRO DE PHACS

## SAM LYND (ÉL)

### ASISTENTE DE PROYECTOS CREATIVOS DE PHACS

Me llamo Sam Lynd, soy de Rochester, Nueva York, y entro a formar parte del equipo de PHACS como Asistente de Proyectos Creativos. ¡Estoy trabajando en proyectos como las páginas para colorear de Coco! Obtuve mi licenciatura en Ilustración Biomédica en el Cleveland Institute of Art en 2022. Me especializo en dibujos científicos, animaciones y modelos 3D con fines educativos.

Mi interés personal se centra específicamente en la educación del paciente, describiendo temas complejos para un público no especializado. También, me esfuerzo por hacer que mi trabajo sea accesible eligiendo tipos de letras aptas para disléxicos e incluyendo subtítulos en todos los contenidos que incluyen sonido.

Encontré el estudio PHACS a través de una oferta de empleo en Internet y pensé que mis intereses en educación y accesibilidad coincidían con los valores fundamentales de PHACS y ¡he disfrutado muchísimo mis primeros meses! He estado trabajando principalmente en las páginas para colorear de Coco, desde la concepción hasta el diseño, ¡y estoy emocionado por ver las versiones coloreadas!

Cuando no estoy trabajando, me gusta pasear por la naturaleza, leer, escuchar podcasts, jugar a Dungeons and Dragons, y actualmente estoy trabajando para conseguir mi cinturón negro en karate Issyn-Ryu. Tengo un gato llamado Parker, como Peter Parker, al que le encantan los mimos e interrumpir en Zoom (normalmente interrumpe las llamadas para pedir mimos jaja).

Si desea ver más de mi trabajo, tengo un portafolio en línea disponible en [samlynd.com](http://samlynd.com)



Ilustración de Sam



# AGOSTO

de Federico García Lorca

Agosto.

Contraponentes  
de melocotón y azúcar,  
y el sol dentro de la tarde,  
como el hueso en una fruta.

La panocha guarda intacta  
su risa amarilla y dura.

Agosto.  
Los niños comen  
pan moreno y rica luna.





# NOTICIA DESTACADA


## Lanzamiento del CAB nacional en Español

Como red nacional con un compromiso comunitario cada vez mayor en nuestros estudios, es esencial crear espacios accesibles a todos nuestros miembros. Tras hablar con miembros de la comunidad y coordinadores de estudios de nuestros centros clínicos de todo el país, quedó claro que, con una población hispanohablante robusta y creciente en PHACS, era prioritario para la red disponer de más espacios seguros para que los hispanohablantes pudieran conversar abierta y libremente. ¡Así nació el CAB de habla hispana, o CAB en Español!

El CAB en Español funcionará a escala nacional y está abierto a los participantes de SMARTT o AMP Up en Estados Unidos y Puerto Rico. Mientras que el actual CAB nacional se lleva a cabo íntegramente en inglés, todas las reuniones y actividades del CAB en Español se celebrarán en español. Este espacio acogerá tanto a los participantes de los estudios de PHACS que solo hablan español, como a otros participantes que se sientan más cómodos conversando en español. El CAB en Español funcionará junto al actual CAB en inglés y trabajará en proyectos similares de promoción y participación de la comunidad, al tiempo que abordará necesidades exclusivas de los hispanohablantes, como navegar por los sistemas de salud en diferentes idiomas. El grupo se reunirá virtualmente una vez al mes.

Aunque el grupo aún está en fase de desarrollo, nos complace que Eduardo Vergara (Escuela de Salud Pública T.H Chan, Harvard) y



A colorful illustration on the left side of the page depicts a diverse group of people celebrating. In the foreground, a woman with dark hair and a red top is smiling broadly with her arms raised. Behind her, a man with a beard and a green shirt is also smiling. To the left, a woman with blonde hair and sunglasses is visible. The background features several musical notes and stylized human figures, suggesting a joyful and communal atmosphere. The illustration is set against a backdrop of overlapping yellow and orange circles.

Karim Bermúdez (Westat) actuarán como enlaces y cofacilitadores del grupo. Eduardo trabaja en PHACS desde hace más de dos años y colabora con los miembros hispanohablantes del grupo de trabajo del HECC. Ha demostrado una inmensa pasión por las comunidades: “Estoy entusiasmado por continuar mi participación comunitaria con el PHACS a través de este proyecto. Hay tantas oportunidades que podemos ofrecer a nuestros participantes mediante el compromiso activo y disminuyendo las brechas de accesibilidad que suponen las barreras lingüísticas.”

Karim está en Westat desde 2019 y trabaja en estrecha colaboración con el HECC y los miembros hispanohablantes del grupo de trabajo, traduciendo los materiales del PHACS al español y solicitando comentarios; “Estoy muy contenta de tener la oportunidad de trabajar en este proyecto. Es importante comprender las necesidades y experiencias únicas de los participantes hispanohablantes de PHACS.”

Se prevé que la inscripción en el grupo comience este mes de septiembre. Estamos muy entusiasmados que las oportunidades de participación en PHACS están creciendo, estas son posibles gracias a la dedicación de los miembros de la comunidad y del personal.

# ACTIVIDADES DE PRIMAVERA: CAB DE LA USC

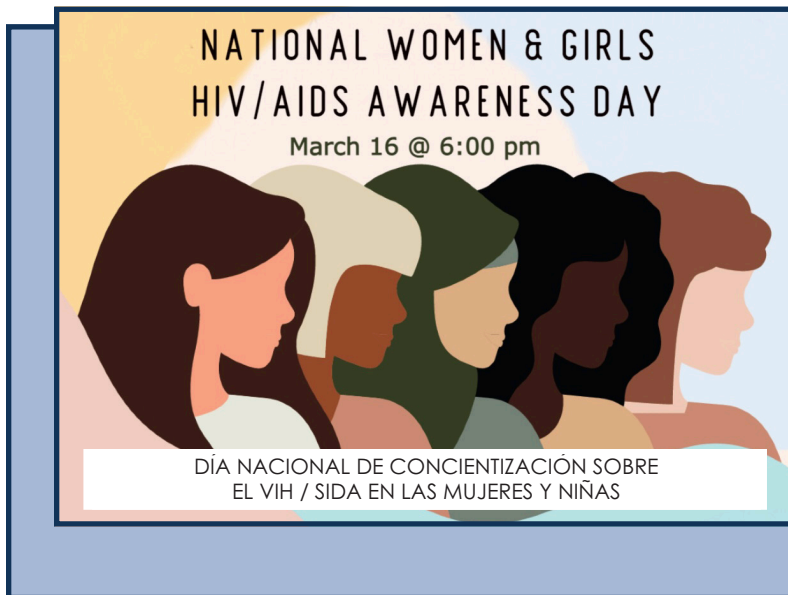
## CAB de habla hispana del MCA\* en la Universidad del Sur de California

\*Centro Materno Infantil y del Adolescente/Adulto de Enfermedades Infecciosas y Virología

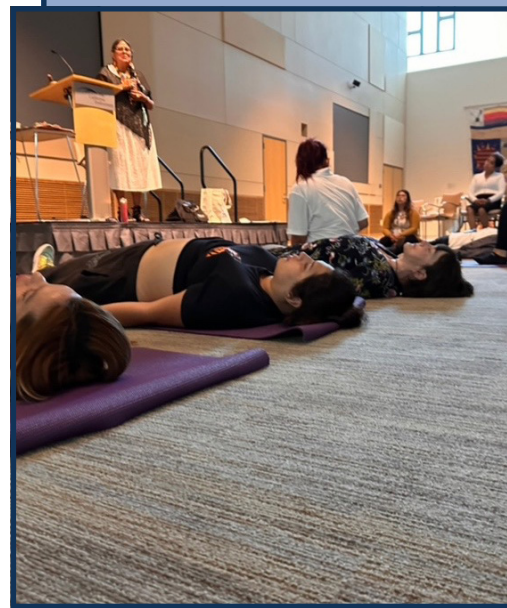
La participación de la comunidad en el ámbito del VIH/SIDA es importante porque el compromiso con la comunidad ayuda a que el grupo desarrolle y aplique intervenciones y recursos a los que la comunidad será receptiva. Una estrategia que nuestro CAB de habla hispana local (SCAB) en la USC ha utilizado para promover este compromiso es fungir de enlace entre la comunidad y las instituciones. Uno de los resultados de esta labor de enlace han sido algunas actividades comunitarias.

Los eventos de primavera del SCAB se centraron en la educación y el bienestar. El SCAB organizó la celebración del Día Nacional de Concientización sobre el VIH/SIDA en las Mujeres y Niñas en dos jornadas: una centrada en el bienestar (Día del senderismo) y la segunda centrada en la educación (Día de la cena). A pesar de que llovió durante el Día del senderismo, los participantes no le tuvieron miedo al agua y se divirtieron mucho jugando y haciendo senderismo bajo la lluvia. Durante el día de la cena, los participantes recibieron información actualizada sobre las mujeres y el VIH mientras cenaban.

Continúa en la página 12.



El SCAB colabora además con otras instituciones en la organización de actividades de apoyo para el bienestar de las mujeres con el VIH/SIDA. El SCAB prestó su colaboración en las actividades organizadas por el grupo de trabajo del Women's HIV/AIDS de Los Ángeles. El SCAB invitó y participó en el Brunch del Día de la Madre, que fue sólo para madres e hijas, y en la Cumbre sobre el Bienestar de la Mujer, que fue un evento dedicado únicamente a dar prioridad al equilibrio entre la vida laboral y personal. Fue un día en el que las participantes realmente se desconectaron de sus actividades cotidianas y se relajaron.



# NOTICIA DESTACADA

## CAB DEL ESTUDIO HOPE

La primera reunión del nuevo CAB de HOPE se celebró el jueves 20 de julio. A la convocatoria asistieron cinco participantes de cuatro centros de HOPE y Kimbrae Sanders, Renee Smith y Claire Berman fueron las cofacilitadoras. Fue una primera reunión maravillosa, celebrada de manera virtual por Zoom. Una persona incluso se unió a nosotros justo cuando salía de su primera visita del estudio HOPE. Kimbrae nos contó la historia de su compromiso hacia la abogacía, nos conocimos un poco y hablamos acerca de comentarios recibidos sobre las visitas del estudio HOPE, incluidas las experiencias positivas que varias personas habían tenido en su visita del estudio y preguntas sobre algunos elementos de la visita del estudio y lo que los investigadores esperaban aprender de los datos obtenidos.

Nuestra segunda convocatoria se celebró el jueves 17 de agosto y asistieron 5 personas de 4 centros. Tuvimos una discusión muy animada sobre la primera cápsula de HOPE sobre el uso de dispositivos portátiles para realizar un seguimiento del sueño y la actividad física de los participantes en el estudio HOPE. Ambas convocatorias han sido muy enriquecedoras con los aportes de todos. Ah, y puede que sobre la marcha nos hayamos reído un poco ¡con nuestros inocentes inventos para romper el hielo! En el grupo también se escucharon comentarios maravillosos sobre las dos primeras reuniones y varias personas afirmaron que “ya se siente como una familia”. El ambiente fue realmente estimulante e inspirador, ¡y estamos muy ilusionados por continuar!

Estamos muy agradecidos a los coordinadores de nuestro estudio, al personal del centro y a los miembros del CAB de PHACS que nos han ayudado a encontrar los participantes del estudio HOPE que quieran formar parte del CAB. No lo podríamos haber hecho sin ustedes. Si usted o alguien que conoce tiene interés en saber más sobre el CAB del estudio HOPE, ¡póngase/póngalo en contacto con Renee, Claire y Kim! El CAB del estudio HOPE se reúne el tercer jueves de cada mes a las 12 pm hora del Este.

*Contactos del CAB del estudio HOPE:*

**Renee Smith:** [resmith@uic.edu](mailto:resmith@uic.edu)

**Claire Berman:** [cberman@hsph.harvard.edu](mailto:cberman@hsph.harvard.edu)

**Kimbrae Sanders:** [kimbraels@gmail.com](mailto:kimbraels@gmail.com)

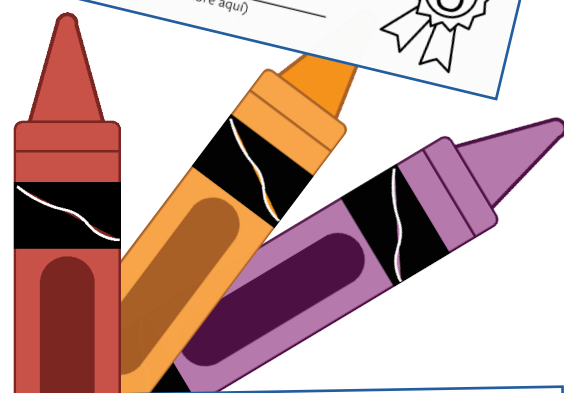
# NOTICIA DESTACADA

## VAMOS CON COCO: LA SERIE

El nuevo miembro de la familia PHACS es Coco, la tortuga. Tras recibir peticiones de materiales nuevos por parte de nuestros participantes en SMARTT, el HECC, en colaboración con nuestros CAB, PUG y grupo de trabajo, comenzó esta primavera a preparar un libro para colorear y de actividades. Teniendo en cuenta las necesidades específicas de los centros, incluidos los recursos y la edad de los participantes, el HECC creó un libro de actividades interactivo repleto de páginas para colorear, una sopa de letras y un juego de buscar y encontrar. El libro está adaptado para los participantes de 5, 7 y 9 años que asisten a sus visitas del estudio, estará disponible en español y podrá llevarse a casa o a la escuela sin que las páginas contengan datos específicos sobre el estudio o el protocolo.

La primera entrega de Vamos con Coco acompaña a nuestra tortuga en una visita al médico y está diseñada para representar las experiencias que los participantes podrían tener en una cita médica o en una visita del estudio SMARTT, como por ejemplo que le midan la presión arterial. El libro tiene por objetivo entretener y reconfortar a los participantes mientras viven nuevas experiencias durante las visitas del estudio. Esperamos continuar las aventuras de Coco con libros adaptados a otros procedimientos del protocolo, como una resonancia magnética en una visita del estudio TERBO, una visita al Ratoncito Pérez para la recolección de dientes de leche en el estudio SMARTT o para explorar otros temas de educación en salud, como una visita al supermercado.

Las primeras páginas se han probado con varios niños en nuestras vidas, así como con nuestro PUG y CAB en la reunión de primavera 2023. Está previsto que el libro de actividades esté disponible para los centros a finales del verano, con un enlace al sitio web para descargarlo e imprimirlo. Así que, adelante, ¡díganle ‘Hola’ a Coco en las páginas del CAB NIÑOS de esta edición del boletín!



¡Decora una pegatina para Coco!



# ACTUALIZACIONES DEL HECC

¡Ha sido un año muy ocupado para el HECC! En febrero, los miembros del HECC recibieron a las investigadoras Tanvi Rai y Bakita Kasadha, de Nourish-UK, en la Escuela de Salud Pública T.H Chan de Harvard. El proyecto Nourish-UK estudió las decisiones sobre alimentación infantil de personas que acababan de ser padres y que vivían con el VIH, realizando entrevistas cualitativas sobre la elección de amamantar o alimentar con leche de fórmula. Una vez finalizadas las entrevistas, se experiencias en voz alta. Las investigadoras subieron los videos a Healthtalk.org, una plataforma en línea gratuita que ofrece recursos sobre cómo desenvolverse en el sistema de salud a partir de experiencias de primera mano. Ambos equipos se reunieron durante dos días en Boston, compartiendo recursos de investigación cualitativa, conversando sobre la equidad en la ciencia y reforzando las asociaciones de ambos lados del océano. ¡Bakita y Tanvi terminaron su estancia en Boston reuniéndose con algunos miembros de la comunidad PHACS por Zoom! En esta reunión sin formato preestablecido, los miembros de PHACS tuvieron la oportunidad de hablar directamente con las investigadoras, hacer preguntas y compartir sus propias ideas.

En abril, el HECC dio la bienvenida al miembro más nuevo del equipo, Sam Lynd. Como nuevo asistente de proyectos creativos, Sam ha sido vital en el desarrollo de algunos de nuestros nuevos, y más interesantes, proyectos, como las páginas para colorear Vamos con Coco y una





próxima animación en la que se explicará a los participantes qué es la geocodificación. Puedes leer más sobre Sam en el perfil del miembro de PHACS de este mes.

En mayo, PHACS celebró su reunión en persona de la red por primera vez en casi 4 años. Investigadores, médicos y miembros de la comunidad de todo el país se reunieron en Bethesda (Maryland) para compartir investigaciones y puntos de vista sobre la red. El enfoque de este año se centró en la “salud integral de la persona”, es decir, en los múltiples factores sociales, económicos y políticos que pueden contribuir a los resultados de salud de una persona. Dio inicio a la reunión una ponencia magistral de la Dra. Helene Langevin, quien habló de la gestión del estrés en el contexto de la salud con el VIH. El HECC también organizó un panel interactivo sobre la autoconfianza. La autoconfianza se basa en el concepto de que es uno mismo quien mejor se conoce (nuestro cuerpo, nuestras necesidades, etc.) y, por lo tanto, somos los mejores defensores de nuestra salud. Invitando a investigadores y miembros de la comunidad a explorar el concepto, la mesa redonda debatió formas de incorporar el concepto de autoconfianza al estudio PHACS.

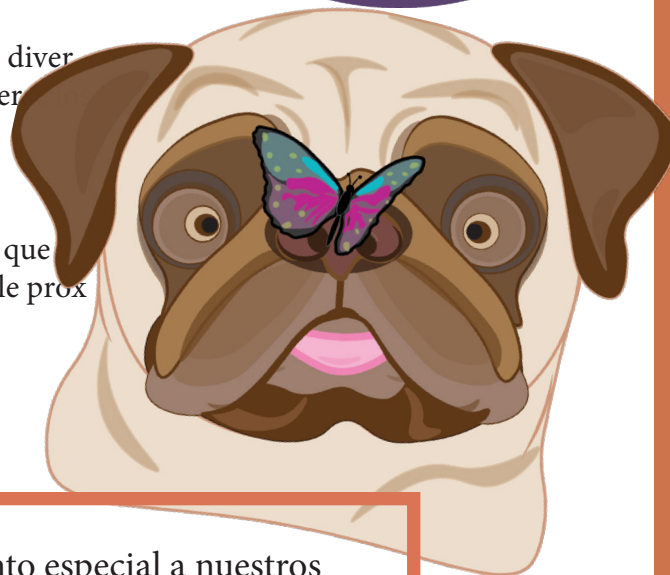
Los miembros del PUG, del CAB y del grupo de trabajo comunitario también asistieron a la conferencia, ¡con retiros en los días previos! Ambos retiros giraron en torno al concepto de la autoconfianza. Los miembros del PUG conversaron sobre la fijación de objetivos, el liderazgo y el desarrollo de formas de compartir sus historias a través de medios audiovisuales. El CAB exploró los conceptos de “mindfulness” y promoción. Los IP (investigadores principales) de PHACS participaron de ambos retiros para hablar de los avances en los estudios de PHACS y escuchar las opiniones, preocupaciones e ideas directamente de los miembros del PUG y del CAB. Al final del día, ambos retiros se reunieron para realizar una actividad interactiva de mosaico, invitando a varios investigadores del PHACS a participar en el proyecto.



Y, por supuesto, ¡un saludo especial a Kimbrae Sanders, nuestra Presidenta del CAB de PHACS, por recibir el Premio Lagniappe 2023! El premio se concede anualmente a miembros excepcionales de la comunidad PHACS que van mucho más allá. Kim es una parte esencial de nuestra red y siempre hace “un poco más”, ¡y estamos encantados de que haya recibido este premio!

Además de todos estos impresionantes actos, el HECC ha seguido creando nuevos recursos y materiales de educación sobre la salud, entre ellos:

- Una nueva edición de “Just the PHACS,” nuestro resumen por correo electrónico sobre publicaciones y noticias de PHACS;
- Subtítulos en español para nuestros vídeos de YouTube;
- Calcomanías del CAB, PUG y HECC (se está trabajando para que estén disponibles en los centros);
- La serie de libros para colorear Vamos con Coco (disponible próximamente);
- Un nuevo sitio web para los participantes llamado “Proyecto positivo” (disponible más adelante en 2023);
- Nuevos materiales que explican a los participantes diversos procedimientos del estudio, incluidos cómo hacer hisopados uno mismo, la geocodificación y la recolección de dientes;
- Una infografía para los participantes en SMARTT que conmemora la inscripción de 5.000 niños (disponible próximamente);
- ¡Y pronto más proyectos nuevos!



Como siempre, ¡un agradecimiento especial a nuestros participantes y a los miembros de la comunidad que hacen posible nuestro trabajo!

# GLOSARIO DEL CAB

**Desviación:** Apartarse del protocolo así como está escrito.

**Toxicidad:** Que puede hacerle daño al cuerpo.

**Prevalencia:** Se refiere a la proporción de la población afectada por una enfermedad en un momento determinado (como una fotografía). Por ejemplo, en 2003, el 25% de los adultos del país Y vivían con el VIH.

**Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA):** Agencia responsable de garantizar la seguridad y eficacia de los medicamentos, vacunas y dispositivos médicos autorizados en Estados Unidos.

**Evaluación inicial/de referencia:** Información recopilada sobre el participante antes de que comience el tratamiento del estudio. Para estudiar el efecto de un tratamiento, se compara la información inicial con la recogida posteriormente en el estudio.

## SOPA DE LETRAS DEL CAB

P X Ú E K I W É É P N V Z U Ó Z G P A S  
C F E F Q Í O T N E M A C I D E M N Ñ I  
N I G E N O A P R E V A L E N C I A U É  
N Ó I C A C I L P M O C K Á M U I P R B  
U W M T L X P Ú H B L Á Í Ó G R K A Ó I  
T O B O N E S A B W Ó T S O T A D R T Ñ  
E I V T F G Q T O X I C I D A D K T R Ñ  
Í Í J E T N A P I C I T R A P A M Í A R  
D E S V I A C I Ó N D U C W R T G C T A  
T S P Ó Q R O O L Ó Ñ W Y E O T V I A L  
X G O Á O Ñ B F P C K Q E Í T N A P M K  
Ú W K G Ó L O Ñ K B W S O Z O A C E I Ó  
F E E T Z E E F P S Ú S I E C H U Ú E O  
A P Ñ G Ú S X C J Y N V G E O P N Z N D  
P D D Y R R Ñ V S Á M W G D L J A Ú T Á  
Ú N F N K N Z Q Q P U O R J O J P X O C

PARTICIPANTE  
BASE  
COMPLICACIÓN  
DATOS  
DESVIACIÓN

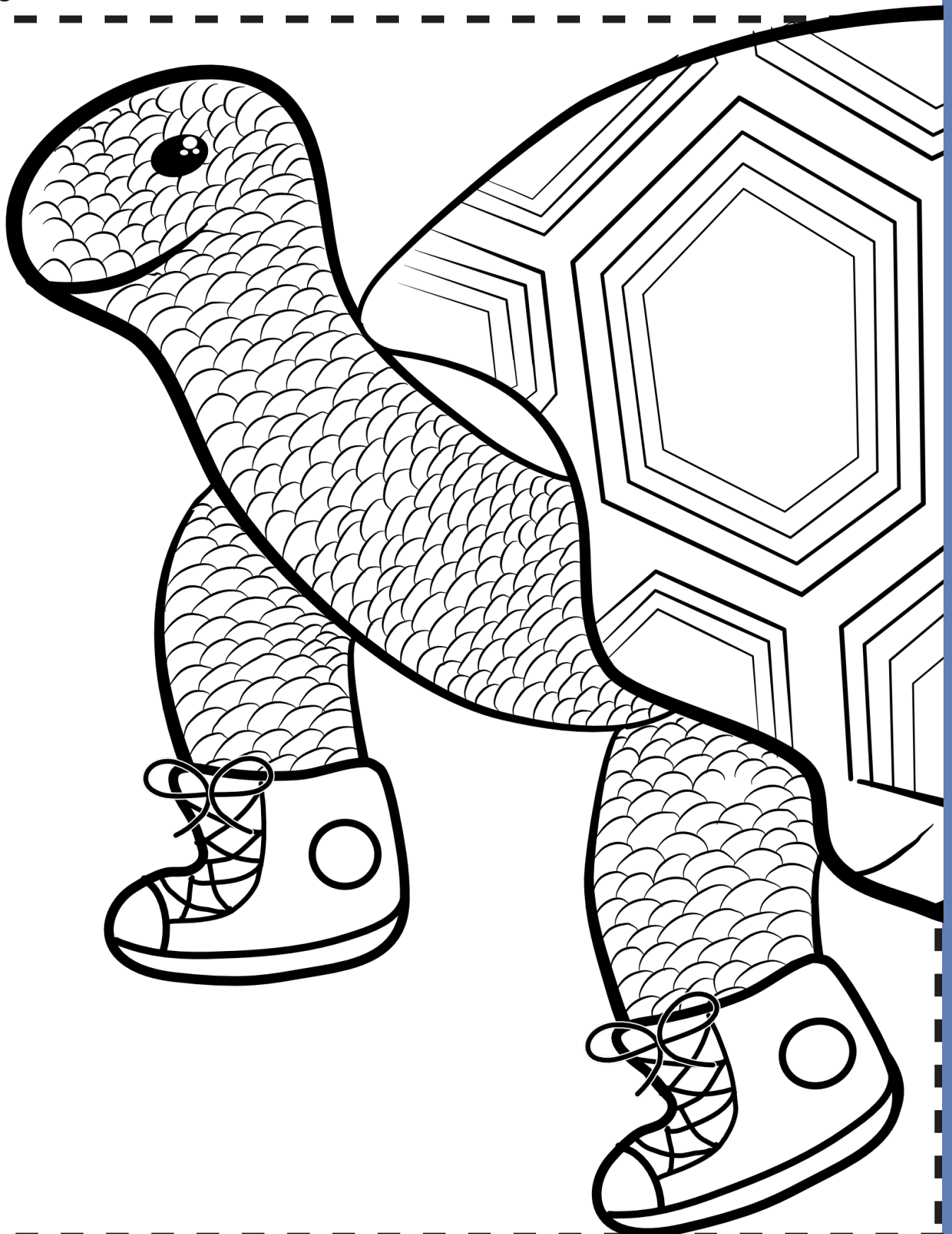
EFEECTO  
PROTOCOLO  
PREVALENCIA  
MEDICAMENTO

TRATAMIENTO  
TOXICIDAD  
FDA  
VACUNA

RESPUESTAS EN LA  
[PÁGINA 21](#)

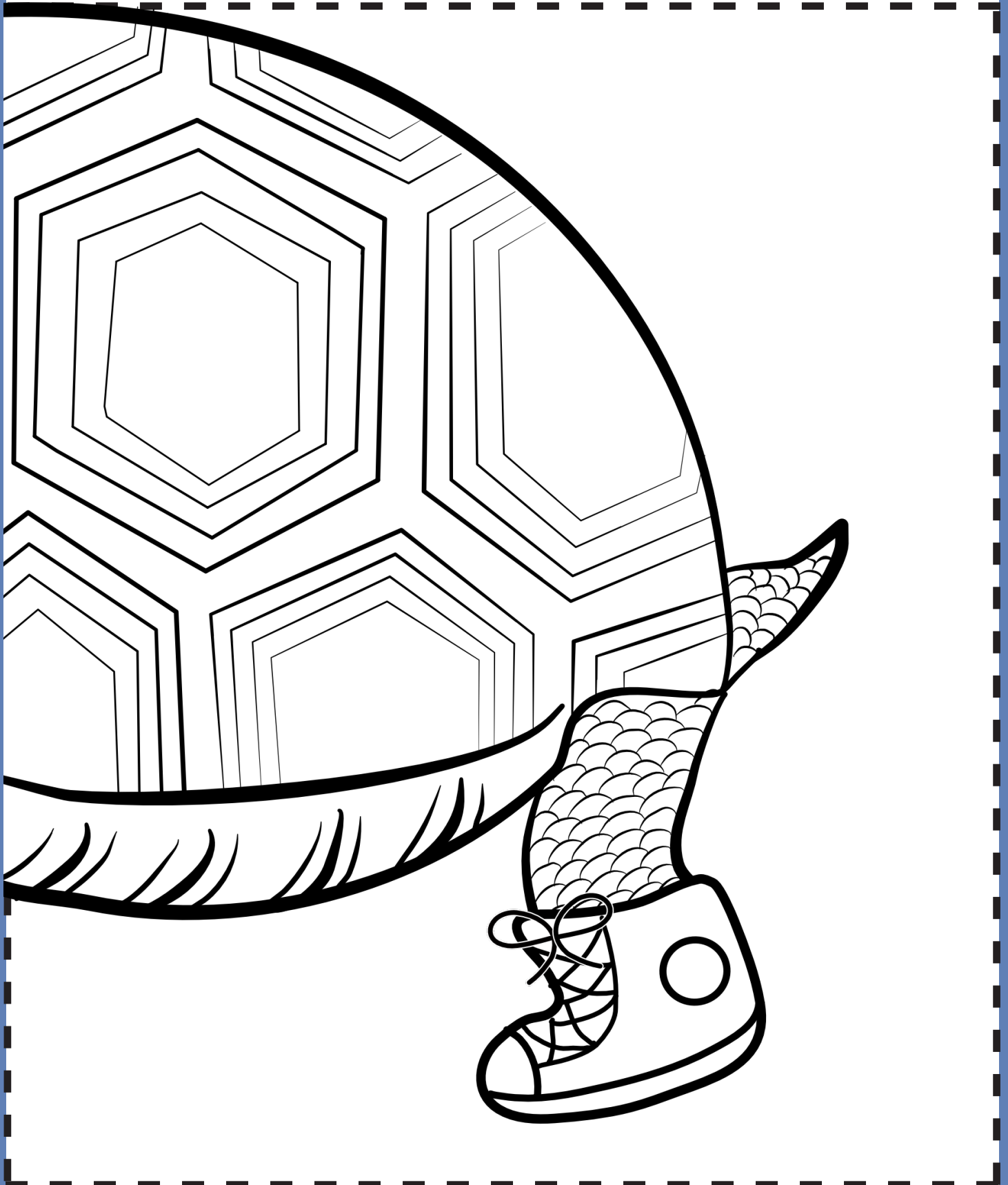
# CAB INFANTIL

**INSTRUCCIONES:** Recorta por la línea punteada para separar y colorear la página del CAB infantil.



# CAB INFANTIL

**INSTRUCCIONES:** Recorta por la línea punteada para separar y colorear la página del CAB infantil.



# RESPUESTAS DE LA SOPA DE LETRAS

P X Ú E K I W É É P N V Z U Ó Z G P A S  
C F E F Q Í O T N E M A C I D E M N Ñ I  
N I G E N O A P R E V A L E N C I A U É  
N Ó I C A C I L P M O C K Á M U I P R B  
U W M T L X P Ú H B L Á Í Ó G R K A Ó I  
T O B O N E S A B W Ó T S O T A D R T Ñ  
E I V T F G Q T O X I C I D A D K T R Ñ  
Í Í J E T N A P I C I T R A P A M Í A R  
D E S V I A C I Ó N D U C W R T G C T A  
T S P Ó Q R O O L Ó Ñ W Y E O T V I A L  
X G O Á O Ñ B F P C K Q E Í T N A P M K  
Ú W K G Ó L O Ñ K B W S O Z O A C E I Ó  
F E E T Z E E F P S Ú S I E C H U Ú E O  
A P Ñ G Ú S X C J Y N V G E O P N Z N D  
P D D Y R R Ñ V S Á M W G D L J A Ú T Á  
Ú N F N K N Z Q Q P U O R J O J P X O C

Envíe todas las preguntas, comentarios y sugerencias para  
el Boletín del CAB a

Mandy Flores ([aflo es@hsph.harvard.edu](mailto:aflo_es@hsph.harvard.edu))

# FECHAS PARA RECORDAR



Día de la Concientización  
sobre el VIH/SIDA en el Sur

**20 de Agosto**



Día Nacional de Concientización  
sobre el Envejecimiento y el  
VIH/SIDA

**18 de Septiembre**



Día Nacional de Conciencia-  
tización sobre el HIV en los  
hombres gays con HIV/SIDA

**27 de Septiembre**



Día Nacional del  
Concientización sobre el Sida  
entre Latinex

**15 de Octubre**



Día Mundial del SIDA

**1 de Diciembre**

# RECURSOS

## THE BOSTON GLOBE: CÓMO ENCONTRAR UN TERAPEUTA CUANDO LO NECESITA

El artículo contiene enlaces a buscadores que permiten buscar proveedores en su zona en función de la ubicación, el seguro y la especialidad.

<https://www.bu.edu/ssw/the-boston-globe-how-to-find-a-therapist-when-you-need-one/>



## YOGA CON ADRIENE

¿Quiere trabajar la fuerza y la flexibilidad, o simplemente relajarse y poner el cuerpo en movimiento?

Este canal cuenta con horas de tutoriales tanto para principiantes como para practicantes avanzados, y permite trabajar objetivos específicos ( fuerza, alivio del dolor, alivio del estrés, etc.).

<https://www.youtube.com/user/yogawithadriene>

## EL CUERPO

El sitio web se dedica a informar sobre noticias relacionadas con el VIH/SIDA, así como a proporcionar recursos e información sobre diversos temas de interés para quienes viven con el VIH.

¡Puede suscribirse para recibir actualizaciones por correo electrónico!

<https://www.thebody.com/>

