

# Messi vuelve a entrenarse con el PSG tras unos días de descanso en Argentina

Lionel Messi volvió este miércoles a entrenarse con el París Saint Germain (PSG) un día después de haber llegado a la capital francesa procedente de Argentina, donde se había tomado unos días de descanso tras la victoria con su selección en el Mundial de Qatar.

El PSG mostró en su cuenta de Twitter un breve vídeo de Messi esta mañana a su llegada al centro de entrenamiento y una foto en la que recibía el saludo de Neymar, otra de las estrellas del club.

A quien no encontró entre sus compañeros fue el otro gran protagonista de la final del Mundial entre Francia y Argentina, Kylian Mbappé, que aunque retomó los entrenamientos solo tres días después, ahora se ha tomado unas vacaciones y se encuentra en Estados Unidos.

Messi (35 años) aterrizó este martes por la tarde en



el aeropuerto de Le Bourget, al norte de París, con un avión privado en el que le acompañaban, en particular, su mujer, Antonela Rocuzzo, y sus hijos, Mateo, Thiago y Ciro.

El argentino es el último de los jugadores que participaron en el Mundial en volver a los entrenamientos del PSG, que tiene que disputar el viernes un partido de la Copa de Francia

en Châteauroux y a continuación el miércoles de la semana próxima con el siguiente partido de la liga francesa contra Angers.

Es cuando Messi podría volver a jugar.

**Clasificados**  
**SOLO**  
**\$9<sup>95</sup>**  
 Por 2 semanas

## Llegó la hora de vacunarse

**CONVIVA**  
 Care Center

Por James Gaspard, MD  
 Conviva Care Solutions®

Llegó el otoño, lo que significa que el estilo de vida se inclina pronunciadamente hacia la escuela y el trabajo.

Para cuidar la salud en medio de este regreso a las rutinas rigurosas, es importante que todos nos hagamos un tiempo para reforzar las vacunas.

Las escuelas exigen que los estudiantes tengan su calendario de vacunación al día, y los adultos y las personas mayores deberían hacer lo mismo.

Las personas mayores de 65 años son especialmente vulnerables a los problemas de salud, por lo que las vacunas son fundamentales para la protección contra la gripe, la neumonía (la PCV-20 es una nueva vacuna lista para salir al mercado) y el herpes zóster.

Una enfermedad dolorosa que afecta a adultos los que están predispuestos porque tuvieron varicela cuando eran niños, el herpes zóster (también conocido como culebrilla) es un virus latente en la columna que, si se activa, puede ser extremadamente doloroso y durar varios meses.

En Conviva, ofrecemos asesoramiento y alentamos a las personas mayores a adoptar una actitud proactiva con respecto a las vacunas. Deben recibir todas las vacunas que "sean necesarias" o "recomendadas". La mayoría de estas vacunas están disponibles en la farmacia local.

No se requieren pruebas especiales antes de vacunarse, y todas las

vacunas están cubiertas por Medicare.

### Tipos de vacunas

Existen categorías especiales de vacunas, entre ellas, las relacionadas con enfermedades y diseñadas para adultos con enfermedades hepáticas o renales o sistemas inmunitarios comprometidos. Según su estado de salud, los pacientes mayores también pueden necesitar vacunas preventivas especiales contra la enfermedad meningocócica, la hepatitis B y otras.

Como profesional médico de Conviva, recomiendo enfáticamente estas tres vacunas.

### Vacunas para el bien de los niños

Las personas mayores que tienen contacto frecuente y/o cercano con bebés menores de 12 meses también deben recibir el refuerzo de Tdap (tétanos, difteria y tos ferina). De hecho, los padres, abuelos y cuidadores de niños deberían recibir este refuerzo 3 en 1 para evitar la propagación de enfermedades que atacan especialmente a los niños pequeños. El refuerzo de Tdap cuenta como uno de los refuerzos de Td requeridos cada 10 años.

### Reacciones e inquietudes

Con cualquier vacuna o inmunización siempre existe la posibilidad de reacciones alérgicas o graves, la mayoría de las cuales son tóxicas, de corta duración y no urgentes, y no deberían durar más de 72 horas. (Si es así, busque atención médica de inmediato).

Las vacunas también pueden tener interacción negativa con los medicamentos que toman las personas mayores con problemas de salud crónicos. Estas personas mayores deben pedirles a sus médicos de atención primaria que les indiquen cuáles son las vacunas adecuadas.

### Temporada de gripe 2022-2023

La gripe y el COVID-19, que ha evolucionado con varias cepas, son un riesgo doble para esta temporada de gripe.

Las vacunas sirven para reforzar el sistema inmunitario de las personas mayores y reducir sus riesgos de infección.

En Conviva, recomendamos a nuestros adultos mayores que se vacunen contra la gripe (y cualquier otro refuerzo que necesiten) lo antes posible para que no se vean afectados si llegase a haber escasez de vacunas en su área.

Y una vez que se vacunan, las personas mayores deben llevar un registro de las vacunas que recibieron para asegurarse de que su historia clínica tenga información precisa y actualizada.

Para obtener más información sobre las vacunas para adultos, visite:

<https://www.cdc.gov/vaccines/schedules/downloads/adult/adult-combined-schedule.pdf>

### SOBRE CONVIVA

Conviva continúa reinventando la excelencia de la atención médica al adoptar relaciones significativas con los pacientes enfocadas en producir



resultados en salud óptimos. Con casi 150 centros convenientes en Florida (Condado de Broward, Daytona Beach, Jacksonville, Condado de Miami-Dade, Condado de Palm Beach y Tampa/Costa del Golfo) y Texas (Corpus Christi, El Paso y San Antonio), la vasta comunidad de Conviva Care Centers está compuesta por un equipo multidisciplinario de más de 300 médicos de atención primaria y más de 800 especialistas afiliados. Brindan una amplia gama de servicios de atención médica vital que los pacientes requieren diariamente, incluidas las ventajas de los centros de actividades de atención para personas mayores y los proveedores de guardia 24/7. **El éxito de Conviva se mide por los resultados clínicos de sus pacientes y los beneficios para la salud a largo plazo. Si desea más información, visite [ConvivaCareCenters.com](http://ConvivaCareCenters.com) o llame al (833) CONVIVA.**