

EDICIÓN INAUGURAL

peakHEALTH

POR NATIVIDAD MEDICAL CENTER

Aliento de AIRE FRESCO

La Unidad Pediátrica
de Natividad combate
enfermedades respiratorias

contenido

La lucha
después del
trauma

UNA
ELECCIÓN
que vale la pena

El arte de
esperanzas

LA ATENCIÓN MÉDICA DE MAYOR CALIDAD **PARA TODOS**

Cuidando a nuestra comunidad



Edición inaugural 2018

PEAK - temas destacados

- 2 **CARTA DEL DIRECTOR EJECUTIVO**
El Dr. Gary Gray le da la bienvenida a estas páginas y a las personas que conforman nuestra primera revista Peak Health.
- 3 **ÁLBUM DE FOTOS**
Han sido tiempos ajetreados para Natividad Medical Center, dentro y fuera del hospital.
- 4 **PEAK EN LA COMUNIDAD**
Los especialistas en Intervención ayudan a los pacientes que son víctimas de violencia para que tomen la DECISIÓN adecuada.
- 6 **EDUCACIÓN DE PEAK**
Graduados del Family Medicine Residency Program (Programa de Residencia de Medicina Familiar) encuentran satisfacción personal y profesional aquí, en casa.
- 21 **FUNDACIÓN**
Los contribuyentes iluminan la vida de los pacientes, apoyan a los artistas y fortalecen la comunidad con el programa The Art of Better Health (El arte de una salud mejor).
- 22 **DESTACADOS DE SALUD**
Para los padres de jóvenes atletas: no se pierdan esta información vital sobre los peligros de las lesiones a la cabeza.

Esperamos que disfrute esta edición de Peak Health. Los comentarios sobre la publicación pueden dirigirse al Administration Department (Departamento de Administración):

Carol Adams
Administradora asistente
Planning & Business Development
(Planificación y Desarrollo Comercial)
Natividad Medical Center
(831) 783-2556
adams@natividad.com

Natividad Medical Center
1441 Constitution Blvd.
Salinas, CA 93906
(831) 755-4111

Producido por:



8

EL TRIUNFO SOBRE EL TRAUMA

Los equipos de emergencia y rehabilitación especializados de Natividad trabajan en conjunto para ayudar a restaurar la vida de dos valientes mujeres.

presenta

CÓMO SALVAR UNA VIDA

El Level II Trauma Center (Centro de Traumas Nivel II) de Natividad provee atención vital de primera categoría, atención antes desconocida en la costa central.



13



16

UN RESPIRO

Una pequeña bailarina vuelve a bailar, después de un episodio de neumonía, gracias a la atención amorosa del equipo pediátrico de Natividad.



Saludos

Bienvenidos a la edición inaugural de la revista Peak Health. Soy el Dr. Gary Gray, director ejecutivo del Natividad Medical Center. Nos complace compartir con ustedes las historias sobre los pacientes destacados, el personal excepcional y los programas innovadores que hacen de Natividad un centro médico líder que brinda atención médica de primera clase para toda la comunidad.

En sus 132 años, el Natividad Medical Center ha establecido una larga trayectoria de servicios para las personas del condado de Monterey. Y, aunque siempre podemos mirar al pasado en búsqueda de inspiración, nuestro enfoque es una perspectiva progresista continua sobre la atención médica que ayude a los pacientes a llevar vidas saludables.

Cuando pienso en los tantos programas exitosos de este centro médico—nuestro Trauma Center (Centro de Traumas), Women's and Children's Services (Servicios para Mujeres y Niños), Family Medicine Residency Program (Programa de Residencia de Medicina Familiar) y Sam Karas Acute Rehabilitation Center (Centro de Rehabilitación Aguda Sam Karas), por nombrar algunos— veo más que personal de alto calibre y atención de primera categoría. Veo personas excepcionales con un propósito y una pasión que ofrecen servicios clínicos destacados en todo del centro médico.

Nuestro deseo de promover una vida mejor nace de una sensación de respeto por todos nuestros pacientes y de un entendimiento de las comunidades y de dónde provienen. Nuestros médicos, enfermeros y personal de apoyo trata a todos los pacientes, como también a sus familiares y amigos, con el mayor de los respetos, con lo cual infunden un deseo de bienestar en toda la comunidad.

La revista Peak Health es nuestra oportunidad de informarle al público sobre los servicios que ofrecemos y de ayudar a crear una comunidad entre nuestros numerosos socios.

Uno de dichos socios es la Monterey County Board of Supervisors (Junta de Supervisores del Condado de Monterey), quienes previeron la disponibilidad de servicios de trauma de alto nivel para la comunidad. En enero de 2015, Natividad se convirtió en el único Level II Trauma Center (Centro de Traumas de Nivel II) que presta servicios en toda la región de la costa central.

Otro socio destacado es la fundación Natividad Medical Foundation, que se dedica a reunir a personas para fortalecer el centro médico a través del compromiso de contribuyentes y líderes comunitarios. Estamos profundamente agradecidos a cada contribuyente de la fundación Natividad Medical Foundation.

Sin embargo, nuestros socios más valiosos son los pacientes a los que les prestamos servicios, quienes siempre recurren a nosotros cada vez que lo necesitan.

Y eso es lo que, en definitiva, nos convierte en un galardonado centro médico. Más allá de los reconocimientos recibidos, nuestro objetivo diario es la salud máxima posible de los pacientes.

Dr. Gary Gray

Director ejecutivo,
NATIVIDAD MEDICAL CENTER

Álbum de fotos



El verano y el otoño han sido ajetreados para el Natividad Medical Center, tanto dentro del hospital como en la comunidad. A la izquierda, algunos de los miembros del personal administrativo de Natividad, quienes ayudan a mantener al hospital por el camino correcto. En la fila del medio, de izquierda a derecha: El Dr. Gary Gray, director ejecutivo, honra a miembros del personal vitales de Natividad durante la Celebración del Empleado del Trimestre. El Mercado de granjeros semanal provee productos nutritivos y otros artículos para pacientes y visitantes. Los miembros del personal de Natividad ayudan a colocar cascos de bicicleta para proteger las cabezas de los pequeños. En la fila de abajo: El Dr. Gary Gray, Linda Ford y Andrew Ausonio celebran el patrocinio de Ausonio Inc. de la exhibición fotográfica *HOME Monterey County* en el Sam Karas Acute Rehabilitation Center (Centro de Rehabilitación Aguda Sam Karas). La graduación del Family Medicine Residency Program (Programa de Residencia de Medicina Familiar, a principios del verano, introdujo a algunos de los mejores médicos de familia al mundo.



La DECISIÓN CORRECTA

Programa innovador de ayuda a víctimas de violencia

Contenido aportado por
Lorraine Artinger,
Enfermera Titulada

Cesar*, un jugador de fútbol de 18 años, nunca se imaginó que una simple caminata a casa desde el campo de juego cambiaría su vida.

Cuando caminaba por el parque del vecindario con un compañero de clase, una persona le disparó desde un vehículo en movimiento.

Después de que en Natividad trataron sus heridas, Cesar temía volver a la escuela; había perdido muchos días de clase. Cesar quería obtener el diploma de escuela secundaria y también estaba interesado en recibir capacitación vocacional.

Un programa innovador en Natividad le permitió a Cesar tomar una decisión (CHOICE, en inglés) sobre el asunto. Con la ayuda de un Especialista en Intervención, Cesar fue admitido en Rancho Cielo, un programa de capacitación vocacional y educación secundaria alternativa. Cesar ya está cursando su primer semestre allí, en camino para terminar la escuela secundaria y la capacitación para estudiar una carrera en instalación y mantenimiento de la energía solar. Vive en el campus residencial de la escuela y dice que está muy emocionado acerca de continuar su educación y capacitación.

Cesar es solo uno de los muchos pacientes de trauma a los que el programa CHOICE del hospital ha ayudado cuando se trata de su atención después de una lesión violenta. Este programa, ya en su tercer año, se ofrece solo en otros 27 hospitales de la nación.

El programa de intervención de violencia y prevención con base en el hospital asiste a víctimas de violencia, aquellas que sufrieron heridas por armas de fuego, armas blancas o traumatismos contusos. Los Especialistas en Intervención de CHOICE se conectan con las víctimas desde el momento en que ingresan hasta que les dan de alta y después, ayudándolas a prevenir que dichas lesiones ocurran en el futuro.

Los Especialistas en Intervención de CHOICE están disponibles cuando un paciente se recuperó lo suficiente para expresar sus necesidades, desde una visita al hogar hasta la desconexión de un estilo de vida violento, como las actividades pandilleras.

Algunos pacientes pueden necesitar vivienda y recursos económicos para recuperarse, otros pueden necesitar de una asistencia a más largo plazo. El valor de los Especialistas en Intervención paraprofesionales es que muchos de ellos pueden decir "Yo he pasado por esta situación".

CHOICE ha ayudado a 175 pacientes y familias desde su origen.

"Estaba expuesta a un entorno de violencia desde una edad temprana y pensaba que era normal", dice la Especialista en Intervención Martha Edeza-Gomez. "Luego, a medida que fui creciendo, me di cuenta de que la violencia es una elección. Quiero ayudar a otras personas para que vean las alternativas, como me hubiera gustado que alguien hubiera hecho por mí en medio del caos".

Los Especialistas en Intervención de CHOICE están disponibles cuando un paciente se recuperó lo suficiente para expresar sus necesidades, desde una visita al hogar hasta la desconexión de un estilo de vida violento.



Los Especialistas en Intervención de CHOICE trabajan en equipo para administrar casos durante 6 a 12 meses después de que alguien experimentó un episodio violento.



Los Especialistas en Intervención se conectan con víctimas de violencia inmediatamente después de una lesión durante el "momento accesible".



El equipo de colegas de CHOICE incluye al Rev. Lawrence Robles, Sorena Holguín y Nick Langarica.

El programa CHOICE de Natividad está financiado por contribuyentes a la fundación Natividad Medical Foundation, incluida la fundación benéfica Barnet Segal, el fondo Claire Giannini y la beca CalGRIP de la ciudad de Salina.

El equipo de CHOICE de Natividad también ayuda a familias y comunidades afectadas por la violencia para ofrecerles recursos y apoyo. Además, los clientes de CHOICE reciben visitas de los médicos del programa de residencia al menos una vez en sus hogares para obtener

atención de seguimiento. Este servicio provee una abundante experiencia tanto para los pacientes como para los residentes de medicina familiar, dado que los pacientes reciben atención médica personalizada después de sus lesiones mientras que los médicos se exponen a las necesidades y desafíos médicos de los clientes después de un evento traumático potencialmente mortal.

"He experimentado en carne propia el trauma emocional que atraviesa un padre u otro familiar", dice el Especialista en Intervención Nick Langarica. "Puedo empatizar con otros y sé que

estoy contribuyendo al proceso de sanación de otra persona, y con el círculo familiar de dicha persona. Al trabajar en CHOICE, formo parte de una red de seguridad vital".

**No es el nombre real de la persona.*



Lorraine Artinger, Enfermera Titulada, es enfermera de prevención de trauma y extensión de Natividad.

ES DONDE El hogar ESTÁ EL corazón

El Programa de Residencia de Medicina Familiar mantiene cerca a algunos médicos

por **Peggy Spear**

Cuando Natividad Medical Center graduó a ocho médicos de su Programa de Residencia de Medicina Familiar el verano pasado, muchos fueron a puestos de prestigio en otros hospitales y clínicas en EE. UU. y el mundo.

Pero cada año, uno o dos deciden quedarse en el área de Salinas para trabajar, incluida la graduada de la promoción 2017, la Dra. Kristin Burstedt. La Dra. Burstedt trabaja en Natividad y participa en la beca de iniciativas HEAL. HEAL, que representa Health (Salud), Education (Educación), Action (Acción) y Leadership (Liderazgo), es un programa nuevo donde Natividad trabaja en conjunto con la University of California San Francisco. HEAL ayuda a crear y sostener una estructura de profesionales de la salud que asisten a las comunidades más necesitadas en el país y en el exterior.

Vuelta a casa

Volver al hogar no es ninguna sorpresa para la Dra. Minerva Perez-Lopez, una médica de Natividad que se graduó del programa de Residencia de Medicina Familiar.

"Hubo una cantidad de factores que influenciaron en mi decisión de regresar, incluida la cercanía de mi familia y también la comunidad en la que trabajaría", dice la Dra. Perez-Lopez. "Natividad presta servicios a una gran comunidad de latinos, muchos de los cuales no tienen seguro o están infraasegurados. Muchos trabajan en agricultura. Somos un pueblo pequeño con problemas de ciudad grande: violencia, drogas, embarazos adolescentes, etc. Pero este es mi casa. ¿Qué mejor lugar para prestar servicios y asistir a aquellos que están más cerca de tu corazón? Es por eso que me quedé".

Realmente es casa para la Dra. Perez-Lopez. Nació en Natividad Medical Center, la menor de dos hijos de inmigrantes mexicanos. Sus padres solo tuvieron acceso a la educación primaria —su padre llegó hasta el segundo grado y su madre hasta el sexto grado.

Pero esto no fue un impedimento para



Dra. Minerva Perez-Lopez



Dra. Melissa Nothnagle

su hija. La Dra. Perez-Lopez asistió a la Macalester College en Saint Paul, Minnesota, donde obtuvo su título de grado, y a la Escuela de Medicina de Brown en Rhode Island.

¿Qué la llevó a optar por Natividad para su residencia? Ella, dice, es una pregunta interesante.

"Cuando era adolescente quería salir de Salinas y conocer 'el mundo'", cuenta. "Afortunadamente, a medida que 'maduré',

hubo muchos factores que afectaron mi decisión de seleccionar a Natividad para la residencia. Buscaba una residencia que prestara servicios de medicina familiar integral, incluida una capacitación sólida en obstetricia operatoria. También deseaba trabajar en un área marginada, con una gran comunidad latina".

Su padre sufrió un ACV durante el tercer año de la escuela de medicina, que lo dejó discapacitado e incapaz de cuidarse a sí mismo. Esto hizo que fuera más importante aún regresar a California para poder estar más cerca de sus padres. "Investigué sobre una cantidad de programas que concordaban con mis criterios, y dio la casualidad de que uno de los principales programas se encontraba en mi pueblo natal. Tuve la fortuna de que me aceptaran en Natividad, y el resto es historia".

Varias prácticas en una

La perspectiva de la residencia sobre la medicina familiar es vital, dice, una opinión compartida por la Dra. Melissa B. Nothnagle, la nueva jefa del programa de residencia que llegó a Natividad Medical Center en octubre. "Sí, hay una escasez de médicos de familia en el país, especialmente en áreas rurales marginales", dice.

Ese es uno de los motivos por los que la Dra. Nothnagle quiso venir al Valle de Salinas, ama su "especialidad". "Me siento sumamente privilegiada por poder ejercer y enseñar medicina familiar", dice. "Me gusta el hecho de que puedo ejercer varias prácticas médicas en una".

La Dra. Nothnagle dice que adopta una perspectiva "holística" sobre la medicina familiar, en la que no solo puede combatir distintas enfermedades, sino tratar a toda la familia y aprender sobre la dinámica familiar. "Observamos elementos como la salud mental, los conflictos familiares, el abuso de sustancias, la nutrición y muchas otras problemáticas relacionadas con el estilo de vida a las que se enfrentan las personas".

La Dra. Nothnagle dice que ella y sus alumnos consideran su papel de médicos de

“¿Qué mejor lugar para prestar servicios y asistir a aquellos que están más cerca de tu corazón? Es por eso que me quedé”.

— Dra. Minerva Perez-Lopez



El área de Salinas es el semillero de importantes médicos de familia.



Trabajar en el área de Salinas es gratificante para muchos graduados de la residencia.

familia como un servicio a la comunidad. “Esa es la cultura de la medicina familiar. Cuidaremos a la persona completa”.

Atención para todas las edades

Para la Dra. Perez-Lopez, el placer de su trabajo consta no solo en atender a la persona en su

totalidad, sino también a las familias en su totalidad.

“La atención a los pacientes es quizás uno de los aspectos más gratificantes del trabajo de un médico”, dice. “Sin embargo, como médicos de familia, nos encontramos en la posición única de atender a una familia entera y de todas las edades. Una ventaja aún mayor es que los pacientes a quienes atiendo vienen de un contexto muy similar al mío, lo cual hace que mi

trabajo sea aún más representativo”.

Este año, la Dra. Perez-Lopez ejercerá como docente en el programa de residencia, y por lo tanto tendrá un papel más amplio en la capacitación de estudiantes y residentes de medicina y en la producción de la nueva generación de médicos de familia. Algunos, quizás, terminen trabajando en una clínica o consultorio cerca de su hogar.



Triður



Info sobre el trauma

Dos mujeres sobreviven
accidentes devastadores
para volver a vivir
plenamente

Por Peggy Spear



Sharon Thompson está de vuelta en el ruedo.

S

Sharon y Maria: Dos mujeres distintas, con un elemento en común. Gracias al Centro de Traumas de Natividad, ellas sobrevivieron a accidentes potencialmente mortales y recibieron una segunda oportunidad para hacer lo que aman.

Por primera vez en casi un año, Sharon Thompson sintió que había recuperado su vida.

Fue a principios de octubre cuando la Sra. Templeton de 70 años montó a caballo por primera vez desde principios de diciembre de 2016, el día en que una caída devastadora le causó lesiones traumáticas, y hubo dudas de que pudiera caminar otra vez, menos aún cabalgar.

Era un día seco poco común en un invierno húmedo, y Thompson y unas amistades disfrutaban de una cabalgata en la naturaleza del lago San Antonio.

Se sentía cómoda en su montura de 5 años y medio —después de todo, había ejercitado con él el día anterior y se encontraba bien— y todo iba de maravillas. Hasta que ya no fue así.

Algo asustó a su caballo, y este salió disparando en una frenética carrera, dejando a sus amigos atrás.

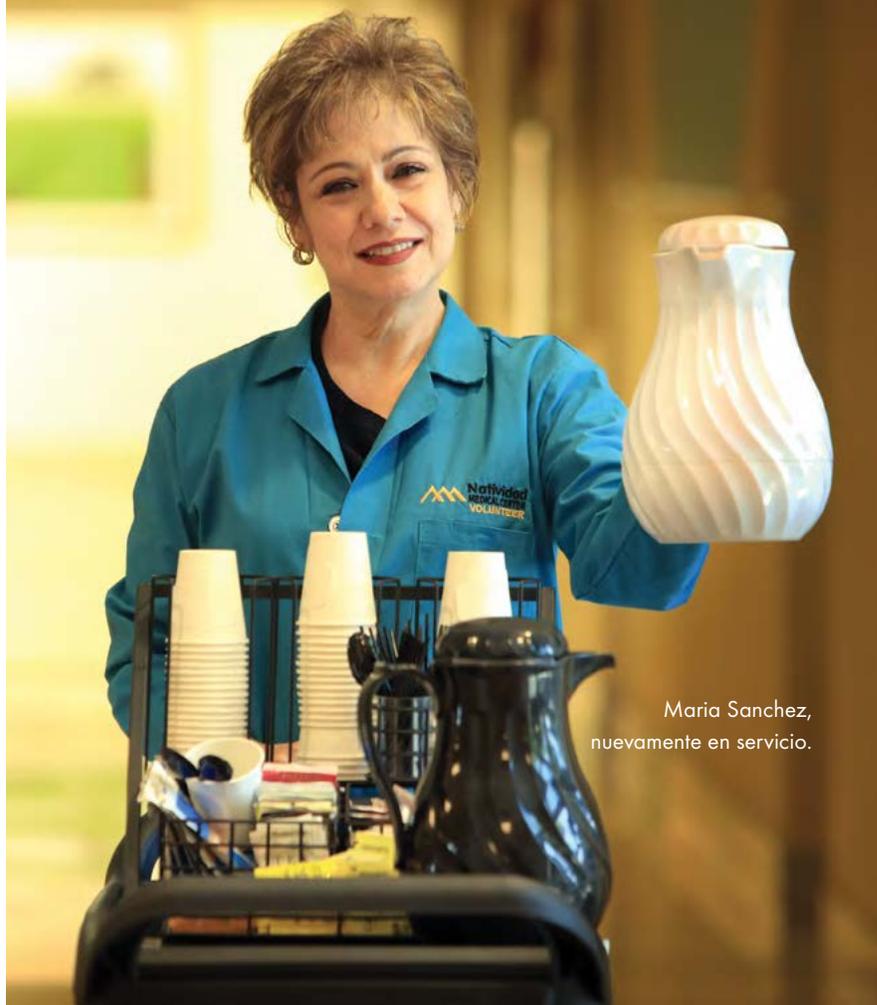
Una caída espantosa

“No recuerdo mucho de lo que sucedió, excepto que mientras estábamos cabalgando no había problemas con mi caballo”, dijo. “El galope surgió de la nada”.

Thompson sí recuerda haber dicho, después de que el caballo salió despavorido: “¿Qué estás haciendo? Nosotros no actuamos de esta manera”.

Sus amistades cuentan que Sharon intentó valientemente mantener la montura bajo control, pero que terminó cayéndose en el tronco de un árbol. “Mis amistades estaban aterrorizadas”, cuenta. “Pensaron que me había roto el cuello”.

Alguien llamó al 911 y en 10 minutos llegó un helicóptero para transportarla al Centro de



Maria Sanchez, nuevamente en servicio.

Traumas de Natividad Medical Center, a más de 100 millas (161 km) de distancia.

Y ahí es cuando comenzó su recorrido de sanación.

Otra cosa que Thompson recuerda es la atención del personal y los cuidadores de Natividad.

“No puedo creer lo amables que fueron, lo preocupados que estaban por mi privacidad, la forma en que cuidaron de mí”. La experimentada jinete dijo que “había estado en demasiados hospitales como para saber reconocer un buen servicio. Natividad ofreció un excelente servicio”.

Se había fracturado las vértebras C-7 y T-2. Una vez fuera de peligro, pasó un tiempo en el Centro de Rehabilitación Aguda. También enfrentaba otro desafío. Su hermana Roselyn

estaba muriendo de cáncer, y ella sintió la necesidad de cuidarla.

Dejó la rehabilitación de manera prematura, equipada con ejercicios y derivaciones en Templeton con el objetivo de un día volver a cabalgar.

Hoy, se siente agradecida por la bondad y el respeto con que la trataron en Natividad. “Sentí que por ellos debía hacer todo lo que pudiera para estar en forma nuevamente”.

Ahora está más cerca de su sueño, una vez más capaz de disfrutar la vida que ama. Pero ahora sabe que cabalgar conlleva riesgos.

“Por ahora, pasearé con los caballos”, dice. “No pondré en riesgo mi vida. Después de todo, tengo un nuevo bisnieto a quien me gustaría enseñarle algún día”.

“No recuerdo mucho de lo que sucedió, excepto que mientras estábamos cabalgando no había problemas con mi caballo”,
El galope surgió de la nada.”

– Sharon Thompson



El costado derecho estaba en pedazos, había huesos rotos desde la mano hasta el pie.

“Milagrosamente, lograron calmar el dolor.”

– Maria Sanchez

Agradecida por su vida

Retribuir en algo a aquellos que nos brindaron atención durante una crisis no es nada nuevo para Maria Sanchez.

Esta voluntaria del hospital de 55 años es un testimonio viviente de la atención excepcional que se brinda en el Centro de Traumas de Natividad.

Una noche de febrero de 2015, Sanchez volvía tarde de su trabajo en otro hospital local a su casa en Salinas cuando otro conductor la chocó de costado.

“No recuerdo mucho del accidente, pero sí recuerdo haber despertado dentro del vehículo con un dolor tremendo”, dice Sanchez. “Fue un accidente horrible. El otro vehículo ardía en llamas”.

Se la trasladó con urgencia al Centro de Traumas de Natividad, donde cuenta que “milagrosamente, lograron calmar el dolor”. El costado derecho estaba “en pedazos”, había huesos rotos desde la mano hasta el pie.

La noche del accidente, el personal de Natividad le realizó pruebas para determinar la gravedad de las lesiones.

Finalmente se la sometió a cirugía de la mano, el pie y la muñeca derechos, que estaban destrozados, y el personal médico le informó a su esposo Jose que “quizás nunca volviera a la normalidad”, cuenta Sanchez. “Pero el personal de Natividad hizo todo lo posible para que tuviera una actitud positiva”.

Fusionaron los dedos destrozados y el personal- los médicos, enfermeras —el personal médico, de enfermería, enfermería practicante y de rehabilitación— pasaron tiempo enseñándole

cómo usar la mano lesionada. “Puedo hacer casi todo lo que hacía antes del accidente”, dice.

Aún sentía mucho dolor, pero los cuidadores de Natividad le ayudaron a administrar sus medicamentos hasta que no fue necesario consumir medicamentos más fuertes que el ibuprofeno.

Sanchez estuvo en silla de ruedas durante cuatro meses, pero con la ayuda de los profesionales de rehabilitación de Natividad, pudo volver a caminar. Actualmente camina para ejercitarse, algunas veces pueden ser dos cuadras, otras, dos millas (3,23 km).

“No es necesario ir a otros hospitales”. “Natividad lo tiene todo”.

“No hay nada que pueda decir o hacer para retribuir a Natividad por lo que me brindaron”, dice Sanchez. Pero lo intenta.

Hoy, trabaja como voluntaria en Natividad Medical Center un par de días a la semana.

“Le digo a los pacientes que no se preocupen”, cuenta Sanchez. “Aquí los cuidarán bien”.



Cómo SALVAR una VIDA

Perfil de PRÁCTICA

Por Peggy Spear



El Centro de Traumas de Natividad revoluciona la atención en el centro de California

El remolino de un helicóptero médico o el bramido de una sirena son sonidos que avisan al Centro de Traumas de Natividad que es hora de trabajar.

Las palabras “centro de traumas” pueden sonar atemorizantes. Pero cuando somos los

únicos que podemos brindar ayuda en una amplia franja de California, las palabras adquieren un nuevo significado: “salvar vidas”.

Ese es el rol del Centro de Traumas de Natividad, el cual cubre lesiones graves en ubicaciones desde el Condado de San Benito en el

norte hasta el Condado de Santa Barbara en el sur.

“Aquí estás en buenas manos”, dice Julie Ramirez, gerente del programa de traumas de Natividad y parte integral del equipo que organiza la atención en todo el hospital, desde el departamento de emergencias hasta los servicios de rehabilitación aguda.

TRAUMA



¿Qué es el trauma?

El trauma es en gran parte evitable, y en la mayoría de los casos, está relacionado con un comportamiento de alto riesgo. El trauma es la principal causa de muerte para las personas entre 1 y 45 años.

De acuerdo con el American College of Surgeons (Colegio Americano de Cirujanos), el trauma se caracteriza por tres factores principales: 1) Una lesión física que requiere que especialistas quirúrgicos consulten, controlen o realicen una cirugía de inmediato a fin de optimizar la recuperación. 2) Un paciente con las lesiones más graves y críticas que requiere un abordaje coordinado y organizado para salvar la vida o la extremidad. 3) La atención oportuna que es crítica.

“Hay un sistema establecido y altamente normalizado para el tratamiento de los pacientes con trauma” dice el Dr. Craig Walls, director médico de Natividad y médico de emergencias. “En cuanto ingresan al paciente, un médico del Departamento de Emergencias determinará el alcance de la lesión: traumatismos contusos, como de accidentes automovilísticos o caídas, o penetraciones, como heridas por arma blanca o de fuego. Casi inmediatamente se lo traslada al Departamento de Emergencias, donde es atendido por un cirujano vascular, ortopédico o

“Somos un centro de Trauma de Nivel II que funciona con servicios de Nivel I”.

– Dr. Alexander Di Stante

neurocirujano —en ocasiones, los tres— según el trauma”.

“Es una escena altamente coreografiada”, dice el Dr. Walls, incluso al punto de dónde se ubican los cirujanos. “Es una vista para contemplar”.

Los principales casos de trauma que llegan a Natividad son pacientes de accidentes automovilísticos y de motocicleta, en un sorprendente 60 por ciento. Pero dado que el área de servicio incluye a cientos de millas de la Carretera 101, no es tan difícil ver el por qué. Otras víctimas de traumas como las agresiones —puñaladas, tiroteos y traumatismos contusos— representan el 12 por ciento, y los automóviles frente a peatones, el 3 por ciento.

PROGRAMAS DE EXTENSIÓN COMUNITARIA Y PREVENCIÓN DE LESIONES

CHOICE – Servicios de apoyo para víctimas de violencia

Brain Smart™ – Educación comunitaria sobre los riesgos de lesiones cerebrales

In One Instant – Programa de conducción adolescente segura

A Matter of Balance – Gestión de riesgo de caídas para ancianos

“Nuestra capacidad para salvar vidas es alta”, declara el Dr. Walls. “Por supuesto, con una unidad de traumas especializada, por lo general ese es el resultado”.

Este ofrece ejemplos al señalar que cada paciente del atentado de la maratón de Boston en 2014 que llegó al centro de traumas sobrevivió.

Creación de un centro de traumas de primer nivel

Esa es la importancia de los centros de traumas, y la explicación de por qué el servicio es tan crítico en Salinas y alrededores. No siempre fue así. Hasta enero de 2015, el Condado de Monterey era el más grande de los condados restantes en California sin un centro de traumas designado. Los estudios demostraron una tasa de muertes por traumas evitables más alta en condados sin sistemas de trauma organizados en comparación con los condados que sí los tienen.

En enero de 2015, Natividad Medical Center recibió la designación como un Centro de Traumas de Nivel II de la Monterey County Emergency Medical Services Agency (Agencia de Servicios Médicos de Emergencia del Condado de Monterey). Esto supuso la implementación de un equipo de traumas altamente especializado presente las 24 horas del día, los 7 días de la semana, cirujanos especializados en traumas de atención crítica, neurocirujanos, cirujanos ortopédicos, personal de enfermería general y practicante, técnicos y personal de apoyo, dice el Dr. Walls.

También supuso la obtención del equipo y las mejoras del sistema para elevar la atención de traumas, con servicios de diagnóstico por imágenes que incluyen un programa de radiología intervencionista (RI) especializado.

Quizás una de las mejoras más importantes implementadas por Natividad fue la educación y capacitación exhaustivas del personal y la capacitación sobre la atención de traumas.

Además de todas esas mejoras, Natividad capacitó a más de 55 médicos, médicos asistentes y personal de enfermería practicante de todo el país sobre el Soporte vital avanzado en trauma.

Natividad también ofreció capacitación especializada para el personal de enfermería: los cursos con certificación del Curso obligatorio de enfermería de traumas y los programas educativos Atención de traumas después de la resucitación. Los cursos se encuentran en desarrollo.

El Centro de Traumas atiende entre 100 y 120 pacientes por mes.

¿Qué hace que este centro sea tan especial, además del hecho de que es el único en la Costa Central de California?

“Somos un Centro de Traumas de Nivel II que funciona con servicios de Nivel I”, dice el Dr. Alexander Di Stante, jefe de cirugía y director de traumas, con lo cual se refiere a los sistemas de clasificación otorgados a los centros de traumas en los Estados Unidos: el Nivel I generalmente se reserva para los centros médicos académicos

que realizan investigaciones.

“No encontrará uno mejor”, dice el Dr. Walls.

La preparación para la certificación del Colegio Americano de Cirujanos requirió de mucho trabajo pesado, relata el Dr. Walls, entre él y sus colegas del departamento de emergencias. Compraron nuevos equipos, contrataron a especialistas quirúrgicos y personal de enfermería, y expandieron las divisiones existentes en el hospital.

Este cuenta que los resultados de calidad con los pacientes de trauma están a la par de los hospitales de mayor nivel, y se lo acredita a varios factores, incluido el Centro de Rehabilitación Aguda Sam Karas.

“Creamos muchos puestos de trabajo”, dice el Dr. Walls.

El hospital presta muchos servicios de prevención de traumas, incluida la promoción del uso de cinturones de seguridad, cascos de bicicleta y el programa de seguridad de la cabeza Brain Smart™. (Consulte la página 22).

Los pacientes se ingresan en un registro nacional de traumas que analiza estos resultados sobre la atención de traumas. “Es una herramienta sólida para determinar la forma en que las personas se lastiman”, dice el Dr. Walls.

Mientras tanto, para aquellos lastimados, es reconfortante saber que uno de los centros más integrales y exitosos se encuentra justo en el camino.

EL TRAUMA EN CIFRAS

- El tratamiento para lesiones graves en un centro de traumas puede disminuir el riesgo de muerte en un **25** por ciento.
- El trauma representa **41 millones** de visitas a departamentos de emergencias del país, cada año.
- Natividad trata entre **100 y 120** casos de traumas por mes.
- Hubo **2050** casos de traumas en Natividad desde el 15 de enero de 2015 hasta julio de 2017.
- El **64** por ciento de los pacientes de trauma en Natividad son de género masculino; el **36** por ciento son de género femenino.
- Los pacientes de trauma en Natividad de entre 15 y 25 años representan el **26** por ciento del total. El **20** por ciento de los pacientes de trauma en Natividad son mayores de 65 años, el siguiente grupo más alto.



A close-up photograph of a child's hand gripping a thick, red, braided rope. The rope is part of a playground structure, with several metal carabiners visible. The background is a blurred outdoor setting with green trees and a clear sky, suggesting a sunny day at a park. The overall tone is bright and positive.

Un respiro

Ayuda para que
los niños luchen
contra un enemigo
invernal común

Por Peggy Spear



Samantha Fuentes tenía un fuerte resfriado. Para un niño de 2 años, ya es lo suficientemente malo, pero que evolucione en algo peor, no es para nada divertido.

Eso es lo que le sucedió a esta pequeña en abril cuando un resfriado persistente —acompañado de fiebre— no desaparecía.

CUANDO UN RESFRIADO NO ES UN RESFRIADO

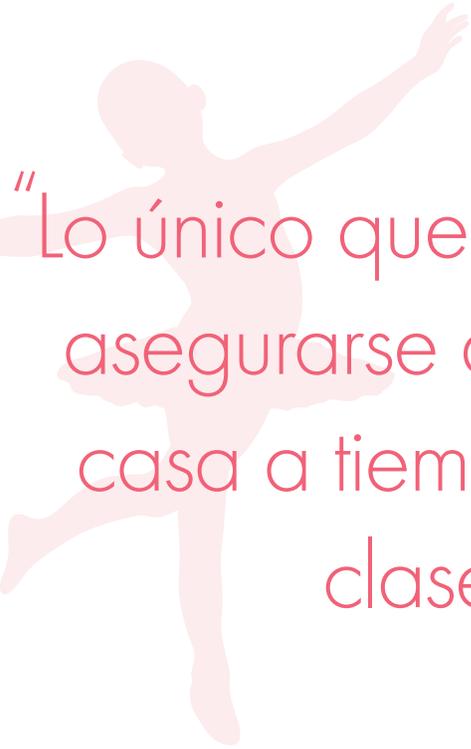
Pasaron unos días, y Samantha empeoraba en vez de mejorar. Su madre, Yuleika Casillas, la llevó al pediatra, quien observó que los labios de Samanta eran de color azul. Tenía fiebre y el nivel de oxígeno en la sangre descendía.

Su pediatra, en contacto con Natividad Medical Center, llamó al hospital de inmediato. “Dijeron que la lleváramos al Departamento de Emergencias”, recuerda Casillas.

La madre llevó a Samantha a Natividad Medical Center, donde los médicos del departamento de emergencias reconocieron de inmediato los signos de bronquiolitis vírica. Se la ingresó en la Unidad Pediátrica de Natividad y estuvo al cuidado del equipo pediátrico por una estadía de siete días.

“La bronquiolitis vírica es por lo general causada por el virus respiratorio sincitial (VRS), un virus común y extremadamente contagioso que afecta a los niños pequeños durante los meses de invierno”, dice el Dr. David Goldstein, quien trató a Samantha en el hospital.

Durante esta época del año, es muy fácil confundir resfriados y fiebre con el catarro o la



“Lo único que quería era asegurarse de volver a casa a tiempo para su clase de baile”.

— Yuleika Casillas

gripe común. Pero los padres de niños pequeños deben tener especial cuidado cuando sus pequeños se enferman.

“Los niveles de oxígeno de Samantha siguieron bajando. Le administraban oxígeno en el Departamento de Emergencias, y los niveles volvían a subir, pero en cuanto detenían el suministro, estos volvían a bajar”, cuenta Casillas.

“Era una situación atemorizante”, recuerda

la madre. La infección por el VRS de Samantha dio un giro alarmante cuando esta desarrolló neumonía vírica, la cual extendió la estadía en el hospital. Pero Casillas dice que esta experiencia aterradora tuvo un lado positivo: todos los médicos y el personal de enfermería tomaron medidas especiales para asegurarse de que Samantha, ahora en la Unidad Pediátrica, tuviera cariño y atención.

“Fue muy reconfortante”, cuenta Casillas.

CONSEJOS EN CASO DE QUE DEBA HOSPITALIZAR A SU HIJO

- Mantenga un ser querido con él en todo momento.
- Traiga un “elemento de consuelo” del hogar, como una manta o un juguete favorito. Los juegos también son una distracción bien recibida.
- Si no hay restricciones alimentarias, cocine o traiga un alimento favorito.
- No tema hacer preguntas de manera periódica, tanto sobre el paciente como los miembros del personal para garantizar que la comunicación fluya sin problemas.
- Consulte si los procedimientos dolorosos pueden realizarse fuera de la habitación del hospital, de manera que el niño no asocie la habitación con el dolor, sino que la considere un descanso reconfortante.



Samantha Fuentes, 3 años, sufrió un caso frecuente de VRS que evolucionó a una neumonía.

Una noche intentaron quitarle a Samantha la máscara de oxígeno —algo sumamente incómodo para un niño pequeño—, pero cuando los niveles de oxígeno descendieron, el personal de enfermería actuó rápidamente para volver a elevarlos.

“Era como estar en una montaña rusa”, recuerda Casillas. Pasó todas las noches en el hospital, y dejó a su hijo de 9 años a cuidado de su esposo, Tony.

NUEVAS ARMAS EN CONTRA DEL VRS

“El VRS y la neumonía vírica son frecuentes en niños pequeños”, dice el Dr. Chris Carpenter, director de Natividad Pediatrics Services (Servicios Pediátricos de Natividad), “y ahora estamos en temporada”.

Actualmente, Natividad tiene dos nuevas herramientas para tratar estas afecciones y garantizar a los bebés y niños pequeños una mayor comodidad. Una es la cánula nasal de alto flujo humidificado, una forma bien tolerada y altamente efectiva para que los pacientes reciban oxígeno a presiones altas.

La otra nueva herramienta es la clínica de Synagis del hospital, donde los médicos pueden verificar la presencia de anticuerpos que podrían indicar un riesgo alto para el VRS. “Es importante para los padres de bebés prematuros, quienes tienen mayores posibilidades de contraer neumopatías crónicas y ciertas anomalías cardíacas, que consulten con sus pediatras para decidir si es lo adecuado para ellos”, dice el Dr. Carpenter.

El Dr. Goldstein también opina que los padres pueden prevenir afecciones como las infecciones por el VRS y la neumonía vírica si se lavan las manos con frecuencia y si ejercen una buena higiene con sus hijos pequeños.

La Unidad Pediátrica de Natividad es el único hospital del país que cuenta con médicos las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Con las herramientas médicas avanzadas de Natividad, no es necesario enviar a los niños a otros centros médicos de atención especializada fuera del condado.

De todas maneras, y por más acogedores y reconfortantes que sean los cuidadores en Natividad, una semana en el hospital es mucho tiempo para una niña pequeña como Samantha.

“Lo único que quería era asegurarse de volver a casa a tiempo para su clase de baile”, cuenta Casillas.

Con la atención correcta pudo, y desde entonces puede, bailar en buen estado de salud.



CUÁNDO LLAMAR AL PEDIATRA

No todos los niños pequeños con fuertes resfriados o infecciones como el VRS deben ser hospitalizados. El Dr. David Goldstein y el Dr. Chris Carpenter de la Unidad Pediátrica de Natividad recomiendan llamar al pediatra en los siguientes casos:

- Si el niño es menor de 1 año y deja de comer o presenta malos hábitos de alimentación con el pecho o el biberón.
- Si su hijo estira los músculos del cuello o la caja torácica para poder respirar.
- Si nota que su hijo jadea o tiene dificultades para respirar.
- Si nota que sus labios están azules. Esto indica que su hijo no obtiene la cantidad suficiente de oxígeno.



arte para el alma el y cuerpo

Las peculiares exposiciones de arte de Natividad ayudan a la sanación

Por Linda Ford

La fundación Natividad Medical Foundation se dedica al financiamiento filantrópico de Natividad Medical Center en su misión de mejorar la salud de los habitantes del Condado de Monterey. La fundación Natividad Medical Foundation reúne a personas para fortalecer a Natividad Medical Center, ayudar a transformar la atención médica en soluciones que sanen a la gente, unir a la comunidad y presentarse como un modelo para la nación. Una de las mayores contribuciones de la fundación es la unión de contribuyentes, pacientes y artistas creativos a través del programa The Art of Better Health (el Arte de una Mejor Salud), en el que se transforma lo que podría haber sido un entorno hospitalario genérico en uno que afirma la fortaleza de nuestra comunidad y promueve la sanación.

Esto es especialmente cierto en el Centro de Rehabilitación Aguda Sam Karas. Los pacientes en el recientemente renovado Centro de Rehabilitación Aguda Sam Karas reciben atención médica de categoría mundial mientras trabajan para recuperar su movilidad e independencia. Conociendo el efecto que puede tener un contexto acogedor y familiar, el contratista general Ausonio Incorporated patrocinó una exhibición fotográfica permanente del artista local Kirk Kennedy. La exhibición presenta más de 80 fotografías del libro *HOME Monterey County* de Kennedy. Al rodear a los pacientes con escenas del Condado de Monterey, las fotografías se convirtieron en una parte vital de la renovación del centro de rehabilitación. El arte crea un entorno más cálido y enriquecedor para los pacientes y también es



un componente importante de la atención al paciente. Los médicos y el personal trabajan con los pacientes sobre objetivos específicos e integran escenas del arte de Kennedy a sus planes de rehabilitación y actividades diarias. Además de la generosa contribución de Ausonio Incorporated, Kirk Kennedy, Kindred Healthcare y el Dr. Pete Chandler también respaldaron la exhibición. El Arte de una Salud Mejor hace que el Centro de Rehabilitación se sienta más como un hogar para aquellos que se encuentran en vías de recuperación.

La sanación a través del arte se expande en Natividad Medical Center. La Monterey Bay Plein Air Painters Association (Asociación de Pintores al



Aire Libre de la Bahía de Monterey) trabaja en conjunto con la fundación para presentar decenas de pinturas originales vinculadas a una temática anual. Estas pinturas están disponibles para la venta, y una parte de las ganancias financia la atención espiritual de los pacientes de Natividad.

La fundación Natividad Medical Foundation está muy agradecida con los contribuyentes y patrocinadores que llenan el hospital con un arte relajante que ayuda a los pacientes a recuperarse física y emocionalmente más rápido. Manténgase alerta para más actualizaciones del programa El Arte de una Salud Mejor y otros programas respaldados por la fundación.



Linda Ford es ex Presidenta y Directora Ejecutiva de la fundación Natividad Medical Foundation. Para obtener más información o realizar una contribución, visite www.natividadfoundation.org.



USA TU CABEZA EN LOS DEPORTES

No permita que un joven atleta siga practicando deporte si se sospecha que puede haber una conmoción cerebral

Muchos padres piensan que si sus hijos no juegan al fútbol, entonces no están en riesgo de sufrir conmociones cerebrales relacionadas con el deporte.

La verdad es que cualquiera está en riesgo de sufrir una conmoción cerebral si se lesiona la cabeza. Los padres deben ser especialmente cuidadosos si sus hijos practican algún deporte. “Los deportes invernales y primaverales como el fútbol, lacrosse y basquetbol representan situaciones donde pudieran sufrir

lesiones de la cabeza”.

Una conmoción cerebral es un tipo de lesión cerebral traumática en la que un golpe en la cabeza provoca que el cerebro se mueva súbitamente. También puede ocurrir cuando la cabeza experimenta una fuerza súbita sin que esta sufra un golpe directo. Aunque por lo general no son potencialmente mortales, las conmociones cerebrales son graves y pueden tener consecuencias de salud a largo plazo si no se reconocen los síntomas ni se

brinda tratamiento.

Los signos y síntomas de una conmoción cerebral pueden manifestarse inmediatamente o podrían no detectarse hasta días o semanas después de la lesión. El noventa por ciento de las conmociones cerebrales no implica la pérdida de la conciencia. Aquellos que pierden la conciencia incluso momentáneamente o que se mueven con torpeza después de un impacto necesitan que se les realice una evaluación exhaustiva.



¿QUÉ SUCEDE DESPUÉS DE UN GOLPE A LA CABEZA?

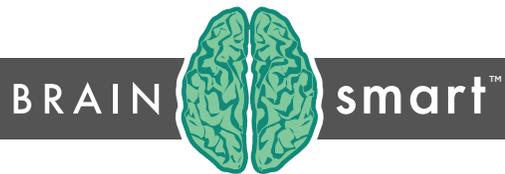
Detenga la práctica del deporte si se sospecha una conmoción cerebral. Si se sigue haciendo deporte con una conmoción cerebral, prolonga el tiempo de recuperación para los jóvenes atletas. Experimentar una segunda conmoción cerebral antes de que la primera haya sanado, aumenta las posibilidades de una lesión grave a largo plazo. El proceso de sanación puede llevar días o semanas, según la gravedad de la lesión.

TRATAMIENTO

El descanso y la restricción de actividades permitirán que el cerebro se recupere. Descanso significa no leer, escuchar música ni mirar televisión. Significa no enviar mensajes de texto, correos electrónicos ni usar el teléfono celular. Descanso significa descanso físico y mental.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES DE LOS ATLETAS?

Hable con su hijo sobre la importancia de la salud y seguridad del cerebro. Por lo general, los jugadores sienten lealtad por su equipo y podrían no reconocer que para jugar a un 100 % de sus capacidades, deben estar sanos. Al entender cómo prevenir, reconocer y tratar una conmoción cerebral, usted facilitará el regreso saludable de su hijo al juego. Asegúrese de que el programa de deportes del joven cuente con un protocolo de regreso al juego para graduados en vigencia.



Un programa comunitario de Natividad Medical Center

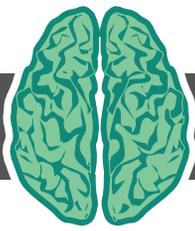
Síntomas que el atleta podría percibir o sentir

No intente diagnosticar la gravedad de una lesión cerebral por su cuenta. Un profesional médico tomará esa decisión después de una evaluación cuidadosa. Es importante reconocer los signos de una conmoción cerebral: lleve a su hijo a una sala de emergencias para que lo revisen en caso de que se manifieste cualquiera de estos síntomas:

- Náuseas/vómitos
- Coordinación disminuida o comportamiento inusual
- Dolor de cabeza que empeora
- Problemas de dicción
- Incapacidad para permanecer despierto

Síntomas observados por padres o entrenadores

- Una pupila más grande que la otra
- Falta de certeza sobre el juego, el puntaje o el oponente
- Respuesta lenta a las preguntas
- Problemas de equilibrio
- Olvido de instrucciones
- Manifestación de cambios en el estado de ánimo, el comportamiento o la personalidad
- Cambios en los patrones de sueño



CÓMO DETECTAR LOS SIGNOS DE LA CONMOCIÓN CEREBRAL

¿SABÍAS QUE el 90% de las conmociones cerebrales no resultan en la pérdida de conciencia?

DOLOR DE CABEZA



Dolores de cabeza que empeoran, no desaparecen, o están acompañados por una pupila (el centro oscuro del ojo) más grande que la otra.

VISIÓN DOBLE



Imágenes dobles donde solamente hay una. Las imágenes pueden aparecer lado a lado, una encima de la otra, o una combinación de las dos.

NÁUSEAS/ VÓMITO



Náuseas causadas por mareos o dolor de cabeza. Se debe poner en contacto con el médico cuando el vómito se produce más de 3 veces.

MAREO



Cuando existe una sensación de balanceo, problemas de equilibrio o coordinación.

CONFUSIÓN



Presta atención cuando los atletas se encuentren confundidos, distraídos por las luces, o si tienen dificultades para concentrarse.

SOMNOLENCIA



Si hay cambios en los patrones de sueño, como por ejemplo dormir mucho tiempo o por el contrario, presentar episodios de insomnio.