

EDICIÓN DE VERANO

peakHEALTH

 **Natividad**
Inspirando vidas saludables.

Bienvenido AL MUNDO

Los padres pueden elegir en Natividad

De vuelta para obtener
una copia de la revista
en español

contenido

Perder peso
con la cirugía
bariátrica

Momento
para la
salud

Los médicos
aprenden de
formas únicas

Somos

los que inspiran vidas saludables



Amables, cariñosos, y respetuosos. Somos Natividad. Donde médicos, enfermeras, y especialistas médicos se orgullecen en ofrecer atención médica de primera clase a nuestra comunidad. Ya sea que usted sea un paciente o alguien que nunca nos haya visitado antes, Natividad marca una diferencia en usted y en todos los que confían en nosotros para mantener el condado de Monterey en buena salud.



Edición de verano 2018

PEAK - temas destacados

- 2 **CARTA DEL DIRECTOR EJECUTIVO**
El Dr. Gary Gray le da la bienvenida a un nuevo comienzo en Natividad.
- 3 **ÁLBUM DE FOTOS**
Premios, un corte de cinta y amigos lanudos en el Sam Karas Acute Rehabilitation Center. Las cosas siempre son alegres en Natividad.
- 4 **PEAK EN LA COMUNIDAD**
El mercado de agricultores de Natividad se desborda de frutas y verduras saludables por las que nuestra región es famosa por producir en abundancia.
- 6 **EDUCACIÓN DE PEAK**
Los residentes de Natividad obtienen experiencias reales en la vida de sus pacientes a través de los proyectos de servicio comunitario que eligen en el Family Medicine Residency Program (Programa de Residencia de Medicina Familiar).
- 21 **FUNDACIÓN**
Los productores de Salinas Valley trabajan en conjunto con la Natividad Foundation (Fundación Natividad) y otros líderes comunitarios para mejorar la atención médica para los trabajadores agrícolas y sus familias a través del Agricultural Leadership Council (Consejo de Liderazgo Agrícola, TALC).
- 22 **DESTACADOS DE SALUD**
Los adultos mayores inteligentes están atentos a los riesgos de las caídas, y el programa Brain Smart™ de Natividad está ahí para ayudar.

Junta directiva

Mitchel L. Winick, presidente
Marcia V. Atkinson, CPA, MST
Michael T. Payne
Fernando R. Elizondo, Ed.D.
John Huerta, Jr.
Britt Rios-Ellis, Ph.D.
Lew C. Bauman, Ph.D.
Gary Gray, D.O.
Walter W. Mills, M.D.
Simon Salinas

Esperamos que disfrute esta edición de Peak Health. Los comentarios sobre la publicación pueden dirigirse a la Administración:

(831) 755-4185



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

Producido por:



EL DÍA QUE NACÍ

Tres madres recuerdan los desafíos y las alegrías de dar a luz en el ambiente cálido, atento y altamente calificado de Natividad.

presenta

PARTOS ESPECIALES

Las madres desempeñan un papel central en la programación y en la realización de los planes de parto personalizados en Natividad. Y el personal las escucha.



GANAR PERDIENDO

Rosa García está encantada con la nueva vida que está teniendo gracias a la atención experta de vanguardia en la cirugía para perder peso de Natividad. Para la Sra. García: "es una inversión en mí misma".



Saludos

¡Bienvenidos a la edición de verano de la revista Peak Health!

Puede notar algunos cambios en nuestra revista y en nuestro predio. Natividad está ingresando a una nueva fase a medida que continuamos logrando la excelencia en la atención médica para todos en el condado de Monterey.

Los cambios son sutiles, pero notables e importantes. En primer lugar, eliminamos las palabras "Centro médico" de nuestro nombre. No, eso no significa que renunciemos a nuestro propósito principal o a los servicios esenciales. Muy por el contrario, estamos reconociendo que Natividad es más que un hospital y lo hacemos a través del nombre con la comunidad. Junto con el Departamento de Salud del Condado de Monterey (Monterey County Health Department), tenemos clínicas en todo el condado. También ofrecemos programas comunitarios que ayudan a los pacientes a mantenerse saludables y a vivir en plenitud.

Eso nos lleva a nuestro nuevo lema: *inspiring healthy lives* (*inspirando vidas saludables*). No solo cuidamos a las personas cuando están enfermas, sino que motivamos y capacitamos a nuestros pacientes y a la comunidad para que vivan la vida de la forma más saludable y plena posible.

Hace varios años, asumimos plenamente ser un hospital público, las realidades que lo acompañan y la innovación necesaria para brindar mejores resultados médicos y emocionales a nuestros pacientes. Continuamos enorgulleciéndonos de garantizar que todos los pacientes se sientan menos vulnerables. Hoy, las personas nos ven como el recurso excepcional que somos.

Independientemente de que usted sea un paciente o alguien que nunca haya cruzado nuestras puertas, brindar atención de primer nivel para todos es lo que impulsa a nuestro personal y la innovación dentro y fuera del hospital. Tenemos un Trauma Center (Centro de Trauma) de primer nivel que atiende a todo el condado; una centro de rehabilitación aguda que hace que las personas vuelvan a levantarse con una atención integral; una unidad de cuidados intensivos neonatales que le da esperanzas a los padres y le brinda una oportunidad de luchar a los bebés; programas de educación para pacientes que logran mejorar de una enfermedad crónica; e intérpretes que pueden explicar la afección que padece y el tratamiento correspondiente.

Nuestra nueva marca es un nuevo comienzo para nosotros, por lo que es adecuado que en este número de Peak Health analicemos dos de nuestros servicios galardonados que están desarrollando nuevas vidas. Uno de ellos es nuestro servicio de bariatría, que ayuda a las personas que han luchado constantemente con su peso a renovar sus vidas. Otros artículos analizan nuestros excelentes servicios de trabajo de parto y de parto, que ofrecen nuevas formas de brindar a las familias y los niños un buen comienzo en sus vidas juntos.

Después de todo, *inspirando vidas saludables* es lo que mejor hacemos.

Dr. Gary Gray

Director ejecutivo, NATIVIDAD

 **Natividad**
Inspirando vidas saludables.

Álbum de fotos



El clima frío del invierno no detuvo toda la actividad en Natividad y sus alrededores. A la izquierda, Josie Gutierrez y Enid Donato exhiben sus enormes corazones en el Almuerzo de Go Red for Women de la American Heart Association (Asociación Estadounidense del Corazón). En la fila del medio, de izquierda a derecha: El personal de Natividad recibe el Premio Emerald por la donación de órganos de Donor Network West; un amigo lanudo visita el Sam Karas Acute Rehabilitation Center en el hospital. En la fila de abajo: El Dr. Gary Gray corta la cinta de inauguración del nuevo Centro de Atención en Natividad.



El mercado de todos

La comunidad de Salinas se beneficia de los alimentos frescos

Por Peggy Spear



T

odos los miércoles desde mayo hasta noviembre, Andrea Rosenberg mira por la ventana de su oficina y sonríe.

Rosenberg, Administradora auxiliar de operaciones y servicios de asistencia en Natividad, no solo disfruta de la vista de las colinas ondulantes y de los valles del área de Salinas, sino de algo que ofrecen: las mercancías en el mercado de agricultores semanal en Natividad.

"Me hace feliz", dice acerca del mercado.

En realidad, hace sonreír a muchas personas, ya que sus frutas y verduras frescas provienen de Everyone's Harvest, una organización sin fines de lucro con sede en Marina que opera cinco mercados diferentes en el condado de Monterey. Dos están abiertos todo el año, los de Pacific Grove y Marina, pero los demás son estacionales, como el de Natividad.

Lo especial del mercado de Natividad es que el hospital tiene una visión compartida con el mercado: mejorar la calidad de los alimentos de cultivo local disponibles para la comunidad, con técnicas de cultivo

saludables, afirma Reid Norris, director ejecutivo de Everyone's Harvest.

Rosenberg reconoce: "El mercado destaca nuestra misión y nuestro deseo de 'incentivar vidas saludables'", dice. "Queremos mostrarles a nuestros pacientes y al personal que es fácil tomar decisiones saludables cuando se trata de los alimentos".

Además de las frutas y las verduras disponibles, hay demostraciones culinarias una vez al mes realizadas por un chef local, una atracción popular para el mercado. También se beneficia del programa Fresh Rx del condado, que asigna cupones de \$25 a familias de bajos recursos para gastar en el mercado. El año pasado, participaron 24 familias, dice Norris.

La mayoría de los productos se cultiva a menos de 100 millas de la costa central y todos los proveedores son granjas familiares. "Tenemos frutas y verduras de Watsonville y Salinas, y frutas del Valle Central", dice Norris. "También tenemos miel local".

Tanto él como Rosenberg coinciden en que uno de los vendedores más populares es un floricultor que trae ramos de flores

Lo especial del mercado de Natividad es que el hospital tiene una visión compartida con el mercado: mejorar la calidad de los alimentos de cultivo local disponibles para la comunidad.



El mercado de Every's Harvest comparte el lema *inspiring healthy lives* (inspirando vidas saludables).

únicos que crecen en el exterior de forma natural y no en invernaderos.

"Muchos empleados de Natividad compran flores solo para que les levanten el ánimo", dice Rosenberg. "El personal ama el mercado tanto como los clientes".

Y eso es después de un aumento constante en el patrocinio local desde que el mercado se abrió en 2012, dice Norris.

Este año, la apertura del mercado el 16 de mayo es particularmente emocionante, ya que coincide con la celebración de la nueva marca y el lema del

hospital, *inspiring healthy lives* (inspirando vidas saludables). El mercado se ve como una extensión de los esfuerzos de la salud comunitaria que ofrece Natividad.

Y la gente seguirá volviendo, dice Norris.

"Es algo visionario lo que Natividad está haciendo, al asociarse con un mercado de agricultores que ofrece alimentos saludables. Queremos alimentar a la comunidad".

Rosenberg reconoce: "Me encanta ver a los niños devorar una fresa. Y ha crecido aquí en nuestro propio patio".



El mercado de agricultores de Natividad se caracteriza por tener granjas familiares, y el producto se cultiva a menos de 100 millas de la Costa Central.



Aprender FUERA AULA Del

El programa de Residencia de Medicina Familiar de Natividad se basa en experiencias de la vida real

Por **Dave Cowan**

Natividad se enorgullece de su programa de Residencia de Medicina Familiar. Además de capacitar a 30 médicos jóvenes, 10 por cada año del programa de tres años, en medicina familiar, ofrece algo más: Una forma de conectarse con la comunidad. Se exige que cada residente realice un proyecto de servicio comunitario, además del trabajo en el aula y la capacitación clínica. El programa favorece su conocimiento de la comunidad, en gran parte marginada y sin seguro, y les brinda experiencias reales en la vida de sus pacientes.

Sally Tirado, codirectora de Residencia en Medicina Familiar de Medicina comunitaria, supervisa el programa. Al principio, operaba en conjunto con el programa de salud comunitaria "Promotora" del Departamento de Salud del Condado de Monterey. Los médicos del equipo y los residentes salen a la comunidad para brindar presentaciones sobre alimentación saludable, atención médica preventiva y otros temas. En estos días, el proyecto también está vinculado a Sun Street Centers, un centro de rehabilitación de adicciones.

El programa saca a los residentes "de lo teórico: obtienen una nueva perspectiva de la atención médica", dice Tirado. Interactúan con otras personas, incluidos los cuidadores y la población de trabajadores agrícolas de Salinas. Los residentes también brindan capacitaciones en Alisal High School de Salinas, en encuentros que incluyen a toda la familia.

"Es un programa de medicina comunitaria único", dice Tirado, "y llegar a conocer a la población a la que los residentes atienden brindando servicios comunitarios vale por diez".

Tirado tiene una maestría en Trabajo

Social, Nutrición y Educación, y su experiencia incluye trabajos de organización comunitaria con United Farm Workers, educación para la salud y enseñanza. Como psicoterapeuta en la práctica privada, se centra en la violencia doméstica, las cuestiones de la mujer y las terapias de mente/cuerpo. También es una guionista reconocida y ha ganado premios internacionales de festivales de cine.

Dos residentes que marcan la diferencia

Dos de las inquietudes más importantes del programa de Medicina Comunitaria son:

- Obesidad infantil
- Violencia en la comunidad

Dos residentes están logrando un impacto en esos problemas:

Alimentación saludable

La Dra. Kanta Dhanda, que transita el tercer año de residencia, dice: "Siempre me interesó la nutrición, así que elegí como proyecto los índices de obesidad en el condado de Monterey". Aquí tienen uno de los índices de obesidad pediátrica más altos del estado".

La obesidad infantil puede provocar complicaciones como la diabetes y las enfermedades cardíacas. La Dra. Dhanda promueve la alimentación saludable y la actividad física entre los estudiantes de secundaria. También es una gran defensora de la lactancia materna.

Les habla a los padres sobre hábitos alimenticios saludables, bocadillos saludables, actividad física y "My Plate" (Mi plato), un programa que fomenta las porciones saludables.

Es muy importante, dice, porque "los padres deben ser modelos para sus hijos".

El ingreso familiar es un tema central que impacta en una nutrición adecuada, ya que



La Dra. Kanta Dhanda está trabajando para combatir la obesidad infantil.



El Dr. Rohit Chetty está haciendo un documental sobre el sistema judicial local.

muchas familias consideran que no pueden pagar menús saludables. A la Dra. Dhanda le gusta orientar a los padres hacia opciones más saludables.

"Trato de enseñarles que es fácil y económico comer de manera inteligente. Las bananas y otras frutas son refrigerios sabrosos y sustanciosos, y la tortilla y la mantequilla de maní pueden ser un sustituto saludable de las papas fritas y otras opciones no saludables", dice.

"Usamos la comida para hacer frente a las dificultades", dice ella. "Tenemos que encontrar otras formas de canalizar el estrés".

El trabajo de la Dra. Dhanda en Natividad la ayudó a ganar la prestigiosa



Uno de los programas de los residentes, el de la Dra. Kanta Dhanda, está considerando una alimentación saludable en la comunidad.

"Es un programa de medicina comunitaria único, y llegara conocer a la población a la que los residentes atienden brindando servicios comunitarios vale por diez".

— Sally Tirado

beca Champion Provider Fellowship a través de la University of California, San Francisco, UCSF (Universidad de California en San Francisco) y el Departamento de Salud Pública de California.

Justicia social

El Dr. Rohit Chetty, que transita el tercer año de residencia, está haciendo un documental sobre las familias que han sufrido violencia y prefiere considerarlos como "sobrevivientes", no como "víctimas".

En su trabajo con Restorative Justice Partners en Marina, visita cárceles y correccionales de menores, y ha llegado a pensar que el sistema judicial no alcanza

para ayudar a las personas a encontrar alternativas positivas.

Espera que las personas entrevistadas en su documental "toquen algunos corazones" mientras hablan de perder a sus familiares y darles fuerzas a los sobrevivientes. Ha visto la parte humana del sistema judicial y la prisión y cree que la profesión médica puede tener un impacto significativo.

"Me di cuenta de que los profesionales médicos tienen mucho poder, la gente nos respeta", dice.

Evidentemente, el programa de Residencia de Medicina Familiar de Natividad está cumpliendo su misión a



El Dr. Chetty está documentando el sistema judicial local.

través de los médicos dedicados que se sienten atraídos por esta.

"La disciplina de Medicina Familiar nació a fines de la década de 1960 desde el movimiento de justicia social, para capacitar a los médicos de atención primaria integral a fin de que satisfagan las necesidades de las familias y las comunidades con acceso limitado o nulo a la atención médica", dice la Dra. Melissa Nothnagle, Directora del programa de Residencia de Medicina Familiar. "Estos proyectos demuestran que los residentes de medicina familiar de hoy están seriamente comprometidos con la promoción para reducir las desigualdades en la salud".



El día que nació

Tres madres
comparten sus
historias sobre los
sistemas innovadores
de trabajo de parto y
de parto de Natividad

Por Peggy Spear



Alejandra, Laura y Jessica no podrían ser más diferentes. Una de las mujeres esperaba su primer hijo y las demás el segundo. Una de ellas vivía en Salinas, la otra en Carmel y la tercera en Big Sur. Una es propietaria de sus propios centros de yoga, otra es ama de casa. Y la tercera es voluntaria con futuras madres hispanohablantes.

Pero las tres tenían dos cuestiones importantes en común. Todas estaban embarazadas y querían partos naturales. Afortunadamente, Natividad ofrece ese servicio a todas las mujeres embarazadas así como también sus propios planes de parto, para que puedan tener a su bebé a su manera.

Charlotte

Alejandra Brown de Salinas tenía un "Plan A": parto en casa. Pero las clínicas a las que acudió durante su embarazo no eran partidarias de este plan. "Todos parecían tener prisa y realmente no me escuchaban", dice Brown.

Investigando un poco, conoció la clínica de partería en Natividad y, en particular, a la partera Jamie Meyerhoff. Allí desarrollaron un "Plan B": Si necesitaba un hospital, Natividad era el lugar indicado. "Me sentí muy cómoda con el personal en Natividad. Respetaron mis deseos. Le dije a mi esposo Edward que si tenía que ir a un hospital, Natividad era el único lugar adonde iría", dice Brown.

Su embarazo fue fácil; tan fácil, de hecho, que ni ella ni Meyerhoff esperaban problemas con un parto en casa. Pero el trabajo de parto comenzó una mañana de martes de marzo de 2017. "Mis contracciones se daban con intervalos de cinco minutos y

**"Pedí analgésicos,
y todos me dijeron
que podía hacerlo sola.
Era una mujer fuerte.
Iba a estar bien".**

— Alejandra Brown

duraban 30 segundos. Luego, se detuvieron. Eso siguió sucediendo todo el miércoles y el jueves. Para el jueves a la noche ya estaba muy cansada. Se me rompió la fuente a la medianoche y comencé a pujar, pero no pasó nada", dice Brown.

Para las 8:00 a. m. del viernes, ella, Edward y Meyerhoff tuvieron que tomar una decisión. Seguir con el Plan A o ir al hospital. Meyerhoff dijo que dado que a ella se le rompió la fuente antes de lo previsto, podría haber meconio (desecho) en el líquido amniótico y el bebé podría sufrir. Así que optaron por el Plan B.

Pero Brown seguía dispuesta a tener un parto natural. "Si pido medicamentos, no me los administren", les rogó a Meyerhoff, Edward y al personal de enfermería.

Pero ella no estaba preparada para el dolor de las contracciones. "Pedí analgésicos, y todos me dijeron que podía hacerlo sola. Era una mujer fuerte. Iba a estar bien".

El personal le ofreció la "bañera de parto", un aparato de Natividad que ayuda a relajarse a las mujeres en trabajo de parto, pero Brown dijo que no. Entonces Meyerhoff sugirió usar el óxido nitroso disponible, una droga menos invasiva que los narcóticos fuertes o que la epidural. "Eso realmente me ayudó", dijo Brown. Luego se dio una ducha e inmediatamente sintió que el bebé estaba por nacer. El personal la ayudó a ir a un banco de parto y, en cuestión de minutos, Charlotte Amalia finalmente llegó al mundo.

"Tener un bebé en Natividad fue la mejor decisión que tomé", dice Brown.

Sierra

Cuando Sierra Sage McKinnon llegó al mundo, se suponía que ella también debería haber nacido en casa. Al menos ese fue el deseo de la mamá de Big Sur, Laura McKinnon. Pero su plan de parto cambió cuando ella y su esposo Scott se dieron cuenta de que Natividad era una mejor opción. "Al principio quería un parto en casa, pero decidí que la opción de parto que ofrecía Natividad iba a estar bien para un parto natural y un parto vaginal después de una cesárea (V B A C, por sus siglas en inglés)".

De hecho, en estos días muchas mujeres embarazadas están tomando la decisión de dar a luz en Natividad basándose en las diversas iniciativas nuevas que ofrece el hospital, como planes de parto, los VBAC, el uso de óxido nitroso autoadministrado y la bañera de parto. Sume el programa de partería a la combinación y Natividad es una excelente opción para las mamás que buscan partos más naturales.

Pero surgieron complicaciones cuando McKinnon comenzó con hemorragias un par de semanas antes de que su bebé naciera. "Fui al hospital y vi al Dr. (Peter) Chandler. Programamos una cesárea para que todo estuviera bien", dice McKinnon.

Durante esa mañana de enero, cuando estaba programada la cesárea, McKinnon estaba aterrorizada. "Pero cuando una enfermera deslizó su mano sobre la mía cuando estábamos ingresando a la sala de operaciones, supe que todo iba a estar bien", dice McKinnon. Y así fue.





Jessica McKellar y su bebé
Julian disfrutan de la playa.



Julian

Al igual que las otras dos mujeres, Jessica McKellar de Carmel buscaba un lugar para dar a luz que fuera "más natural" que los otros hospitales de la zona, incluido el que dio a luz a su primer hijo, Ian, hace tres años. No estaba muy convencida sobre el parto en casa, pero escuché que Natividad tenía servicios de partería, y eso me gustó", dice.

Se contactó con la partera Meyerhoff, a quien McKellar dice que "la pone en un pedestal".

Empezó su trabajo de parto una tarde de marzo de 2017. El trabajo de parto avanzó de forma positiva, si es que se puede describir de esa manera al trabajo de parto. Después de varias horas de dolor en casa, llamó a Meyerhoff y a la otra partera de Natividad, Jillian Lynch, para avisarles que el trabajo de parto estaba comenzando. Muy rápido.

Afortunadamente, Natividad en Salinas se encuentra bastante cerca de Carmel si se viaja en automóvil. Desde ese momento, su esposo Mario, junto con Meyerhoff y una doula, intentaron que la experiencia fuera lo más sencilla posible para ella. La doula agregó luces tenues a la habitación, creando

"Cuando una enfermera deslizó su mano sobre la mía, supe que todo iba a estar bien".

— Laura McKinnon

un aura de calma. Pero esa situación pronto cambió cuando McKellar se acercó a la transición, la parte más dolorosa del parto, y al poco tiempo el dolor se hizo insoportable.

"Tomé un baño de trabajo de parto, lo que me ayudó un poco, pero finalmente pedí que el anestésico me pusiera una epidural", dice McKellar. El anhelo de tener un parto natural se estaba desvaneciendo. Pero apenas el anestésico ingresó a la habitación, McKellar dijo: "No, yo puedo hacerlo". Una enfermera le sugirió que probara el óxido nítrico, dice McKellar.

El óxido nítrico me salvó", dice ella.

"Atenuó el dolor que sentía y pude sentirme bien con la experiencia de mi parto". Aproximadamente una hora y media más tarde, Julian llegó al mundo. Su esposo y Meyerhoff "agarraron" al bebé cuando nació, y de inmediato se lo entregaron a McKellar para que tuvieran contacto directo piel con piel y para que comenzara a amamantarlo lo más pronto posible, una práctica respaldada por el personal de Natividad.

"Fue una experiencia fuerte y mágica", dice McKellar.

¿Y no es eso acaso lo que se supone que es un nacimiento?





Spartos especiales

Los planes de parto personalizados son fundamentales para la
Unidad Materno-Infantil de Natividad

El Dr. Peter Chandler tiene una filosofía de referencia en el núcleo de los galardonados Women & Children's Services (Servicios para Mujeres y Niños) de Natividad, algo que él considera clave para obtener los mejores resultados posibles para las madres y sus bebés: "Realmente escuchamos a los pacientes", dice el Dr. Chandler, director del servicio de Obstetricia/Ginecología. "Les preguntamos a las mujeres cuáles son sus deseos y tratamos, en lo posible, de cumplirlos".

Dice que, en general, los profesionales de Natividad escuchan a

las pacientes para brindarles todo lo que ellas consideran importante. "Se escucha a las pacientes y todos trabajamos juntos para ayudarlas a tener el parto que desean", dice el Dr. Chandler.

La seguridad del paciente es fundamental para la Unidad Materno-Infantil de 26 camas, con servicios prestados de forma personalizada y centrada en el paciente que hace hincapié en un plan de parto individual para cada madre, distribuido en visitas al hospital.

"Nuestro sueño sería que cada

paciente tenga un plan de parto, y honrarlo", dice April Ritchie, directora de Servicios para Mujeres y Niños. "Nuestro objetivo es ofrecer una experiencia de parto personalizada a cada paciente".

Natividad se enorgullece de estar a la vanguardia con los últimos avances en métodos alternativos de trabajo de parto y de parto. Por ejemplo, dos parteras forman parte del personal para ver a las pacientes de bajo riesgo en las consultas clínicas y en el momento del parto. Natividad es el primer hospital del condado de Monterey en ofrecer servicios de partera antes,



Natividad hace que el trabajo de parto sea más fácil.

durante y después del nacimiento.

"Es muy reconfortante saber que están allí, brindando la atención personal que las madres necesitan", dice Ritchie.

Asimismo, Natividad aprecia la participación de las doulas, mujeres calificadas para ayudar a las madres y a sus familias antes, durante y después del parto. Y un obstetra/ginecólogo está de guardia las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Natividad también ofrece la inmersión en agua tibia en bañeras de parto, junto con bañeras de hidromasaje o las bañeras de parto "AquaDoula" durante el trabajo de parto, para aliviar el dolor del parto. El hospital proporciona bancos de parto para las mujeres que los necesitan y utiliza óxido nitroso administrado por la paciente para aliviar el dolor.

La inhalación de óxido nitroso, que se ofrece solo en Natividad en el condado de Monterey, permite a las pacientes controlar su propio dolor y ansiedad sin interferir en el trabajo de parto o en el parto y sin los efectos secundarios de

otras anestésicas, como la epidural.

Natividad también es el único hospital del condado que ofrece servicios de parto vaginal después de la cesárea (VBAC), con más de 200 realizados durante el último año. Muchas mujeres que han tenido hasta dos partos por cesárea previos pueden dar a luz a través del VBAC.

Independientemente del método de parto, otro aspecto importante de

"Se escucha a las pacientes y todos trabajamos juntos para ayudarlas a tener el parto que desean".

— Dr. Peter Chandler



los Servicios para Mujeres y Niños de Natividad es fomentar el contacto piel con piel. Este momento especial, que viene inmediatamente después del nacimiento, se llama la "Hora de oro" y le brinda a las madres y a los bebés la oportunidad de vincularse y de estimular la lactancia.

Con la certificación Baby-Friendly de Natividad, la lactancia materna es una prioridad, y el hospital también está trabajando para lograr la certificación

Mother-Friendly. Mientras tanto, un asesor de lactancia está disponible los siete días de la semana para brindar instrucciones individualizadas.

Otra iniciativa es el deseo de las mujeres para desplazarse durante el trabajo de parto. Para los embarazos de bajo riesgo, una mujer puede elegir un "monitor intermitente", lo que significa que no tiene que estar conectada a un monitor fetal durante todo el trabajo de parto.

"Este sistema le brinda la oportunidad de caminar si lo necesita", dice Ritchie.

Natividad tiene experiencia médica de alto nivel. Su Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales cuenta con profesionales de neonatología de la Universidad de California en San Francisco que ofrecen atención de alto nivel aquí en las mismas instalaciones.

"Podemos atender hasta al bebé más pequeño", dice el Dr. Chandler. "No tenemos que trasladar al bebé a San Francisco y que luego los padres tengan que resolver cómo hacer para ver a su hijo. Esos bebés tan pequeños son muy frágiles como para trasladarlos, y no queremos que los padres estén de acá para allá".

Con 2100 partos por año, de 175 a 200 por mes, Natividad es el líder del condado de Monterey en Servicios para Mujeres y Niños. "Nos sentimos honrados de ser el centro de una nueva vida para las madres, sus bebés y sus familias", dice el Dr. Chandler.



El Dr. Peter Chandler cree que la clave para un trabajo de parto y parto satisfactorios es escuchar lo que quiere la mamá.



Los bebés que necesitan cuidados especiales pueden recibirlos en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales (NICU, por sus siglas en inglés) de Natividad.

Blue Cross Blue Shield honra a Natividad

Blue Cross Blue Shield reconoce a Natividad como un Centro de Atención de Maternidad designado con la distinción Blue Distinction®.

El programa evalúa a los hospitales según las medidas de calidad del parto vaginal y del parto por cesárea, además de evaluar la disminución de las tasas de nacimiento electivo temprano. Esta es la segunda vez que Natividad recibe el reconocimiento de Blue Distinction por el Servicio de Atención de Maternidad.

"Nos enorgullece brindar un servicio de atención de maternidad de alta calidad a nuestra comunidad", dijo el Dr. Peter Chandler, director de Obstetricia/Ginecología en Natividad. "Nos sentimos honrados de que Blue Cross Blue Shield reconozca nuestra experiencia y compromiso con la atención de calidad en los partos vaginales y en los partos por cesárea".

El Servicio de Atención de Maternidad también fue mencionado recientemente en el C-section Honor Roll (Cuadro de honor del parto por cesárea) de Smart Care California por segundo año consecutivo. Estos esfuerzos incluyen: mejorar las tasas de cesáreas, implementar medidas de seguridad críticas, garantizar que las madres reciban atención prenatal y de posparto de manera oportuna y de alta calidad, y lograr el estado "baby-friendly" (amigo del niño) con Baby-Friendly USA.

Para obtener más información sobre el Servicio de Atención de Maternidad de Natividad, visite natividad.com.





Ganar **PERDIENDO**

La cirugía bariátrica puede ser la respuesta a muchos problemas médicos

Por Marty Metzl

no de los peores momentos de la vida de Rosa García ocurrió el fin de semana del Día del Trabajo de 2015 cuando se sentó en una montaña rusa en el Santa Cruz Beach Boardwalk y no pudo cerrar el dispositivo de sujeción.

Con más de 330 libras, era demasiado grande.

"Fue humillante", dice García. "Todos estaban arriba y tuvieron que esperar a que mi hija y yo nos bajáramos. Literalmente lloré ese día".

Ese día prometió que el próximo Día del Trabajo, subiría a esa montaña rusa con su hija.

García, quien tiene 39 años y mide 5' 4", bajó y subió de peso desde que era una adolescente. Su peso osciló entre 229 y 329 libras (o más, según ella) cuando probó píldoras para adelgazar recetadas por un médico, asistió a las reuniones del programa Weight Watchers e intentó otras estrategias para perder peso. Después de dos décadas haciendo dietas, tuvo diabetes tipo II y presión arterial alta. Sus pies estaban siempre inflamados y le dolía la espalda.

"Era un desastre total", dice. "Tener sobrepeso era doloroso".

García había considerado la cirugía de bypass gástrico durante unos cinco años, pero tenía problemas con la cobertura del seguro y en ocasiones no pesaba lo suficiente como para calificar. Finalmente, recurrió a Natividad, donde nacieron sus tres hijos, porque había tenido una experiencia muy satisfactoria con el personal y el hospital tenía una excelente reputación.

Asistió a un seminario sobre cirugía bariátrica en Natividad y autorizaron su cirugía en abril de 2016.

"Lloré de alegría", dice García. "Estaba tan feliz. Finalmente, alguien me iba a ayudar".

Diferentes cirugías para elegir

Los seminarios informativos de Natividad, que se realizan el tercer jueves de cada mes, son un excelente lugar para comenzar para cualquier persona que esté pensando en someterse a una cirugía bariátrica, dice Michael McMillin, coordinador de Cirugía Bariátrica de Natividad.

Natividad ofrece varios tipos de cirugía



Rosa García tiene una nueva oportunidad en la vida y la comparte con sus hijos.



para promover la pérdida de peso.

- La cirugía de bypass gástrico disminuye el tamaño del estómago y redirige los alimentos a través de los intestinos.
- La gastrectomía en manga elimina una gran parte del estómago, dejándolo mucho más pequeño.
- Natividad ya no realiza cirugías de banda laparoscópica, pero admite pacientes que se hayan sometido a dicha cirugía. El procedimiento introduce un dispositivo ajustable alrededor de la parte superior del estómago, creando una pequeña bolsa que limita la cantidad de alimentos que puede ingerir sentado.

García eligió la cirugía de bypass gástrico y pasó varios meses preparándose para el procedimiento. Trabajó con un nutricionista para prepararse para la dieta restringida que seguiría después de la cirugía, aunque debido a la diabetes ya había estado controlando sus alimentos.

Junto con un nutricionista, Natividad presta servicios psicológicos y asistencia para decidir si la cirugía es una buena opción para el paciente. Los médicos buscan pacientes que tengan antecedentes de haberse sometido a dietas, que en general gocen de buena salud y que cumplan con los criterios del índice de masa corporal (IMC).

El cuerpo sana, pero la mente necesita ayuda

García pesaba 276 libras cuando fue a Natividad a las 8:00 a. m. para someterse a la cirugía. Su experiencia con la cirugía y el personal fue muy positiva. Ya estaba caminando para las 3:00 p. m., a pesar de la dolorosa presión en el abdomen. A las tres semanas, ya estaba desmalezando su jardín.

Al igual que muchos pacientes, García se recuperó físicamente de la cirugía, pero aún enfrentaba obstáculos mentales.

García dijo que el cambio drástico en la alimentación fue un shock para su cuerpo, lo que incluía deficiencias nutricionales, el hecho de no poder ingerir grandes cantidades y sentirse cansada durante aproximadamente un mes.

"Fue entonces cuando comenzó a sentir culpa", dice. "No tenía energías para cuidar a mis hijos".

Mientras que algunos pacientes se recuperan con facilidad, otros enfrentan desafíos mentales y físicos, dice McMillin.

Algunos estaban deprimidos antes de perder peso, pero se dan cuenta de que la pérdida de peso después de la cirugía no



"No quiero
volver a sentir
lo que sentía ni
volver a tener

el aspecto que tenía antes. Es
una inversión en mí misma".

— Rosa Garcia

cura su depresión, dice. Otros sobrellevan la recuperación que puede durar meses. Y algunos tienen dificultades para aceptar un cuerpo más pequeño.

"Se han sometido a esta cirugía y han perdido mucho peso, pero se miran en el espejo y siguen viendo a esa persona con sobrepeso", dice McMillin. "Hay que enfrentar muchas cuestiones relacionadas con la imagen corporal".

Ingerir menos alimentos también puede ocasionar una carencia de



Michael McMillin, coordinador de cirugía Bariátrica.

vitaminas y minerales que puede provocar anemia, adelgazamiento de los huesos, adormecimiento de los brazos y las piernas y altibajos emocionales.

Pérdida rápida de peso

Garcia ahora ha perdido más de 100 libras y espera perder alrededor de 40 más para participar en una competencia de acondicionamiento físico.

Comenzó a perder peso rápidamente, perdió 30 libras el primer mes y 30 libras más en los dos meses siguientes. Se estancó en 219 libras. El médico dijo que la cirugía había hecho su trabajo y que ahora tenía que hacer más actividad física.

Ahora se ejercita regularmente y está trabajando para lograr un peso objetivo de 135 libras.

"Nunca he dejado de realizar actividad física", dice ella. "No quiero volver a sentir lo que sentía ni volver a tener el aspecto que tenía antes. Es una inversión en mí misma".

McMillin dijo que el mayor beneficio para los pacientes es una mejor salud. "Seis meses después de la cirugía, me dijeron que mi diabetes había desaparecido y mi presión arterial estaba bien", dice García.

Los otros beneficios son psicológicos.

"Seis meses después de la cirugía, tienen confianza, se sienten cómodos y son personas

diferentes", dice McMillin. "Es sorprendente escuchar sus historias de cómo les ha cambiado la vida con la pérdida de peso".

Garcia dice que ha evitado los problemas de dolor abdominal al seguir las reglas de alimentación del nutricionista, que incluyen no comer y beber al mismo tiempo.

"Mi estómago se llena y no quiero alterar el proceso digestivo", dice. "Mi estómago no es como el de los demás, y no tengo los jugos gástricos que tenía antes".

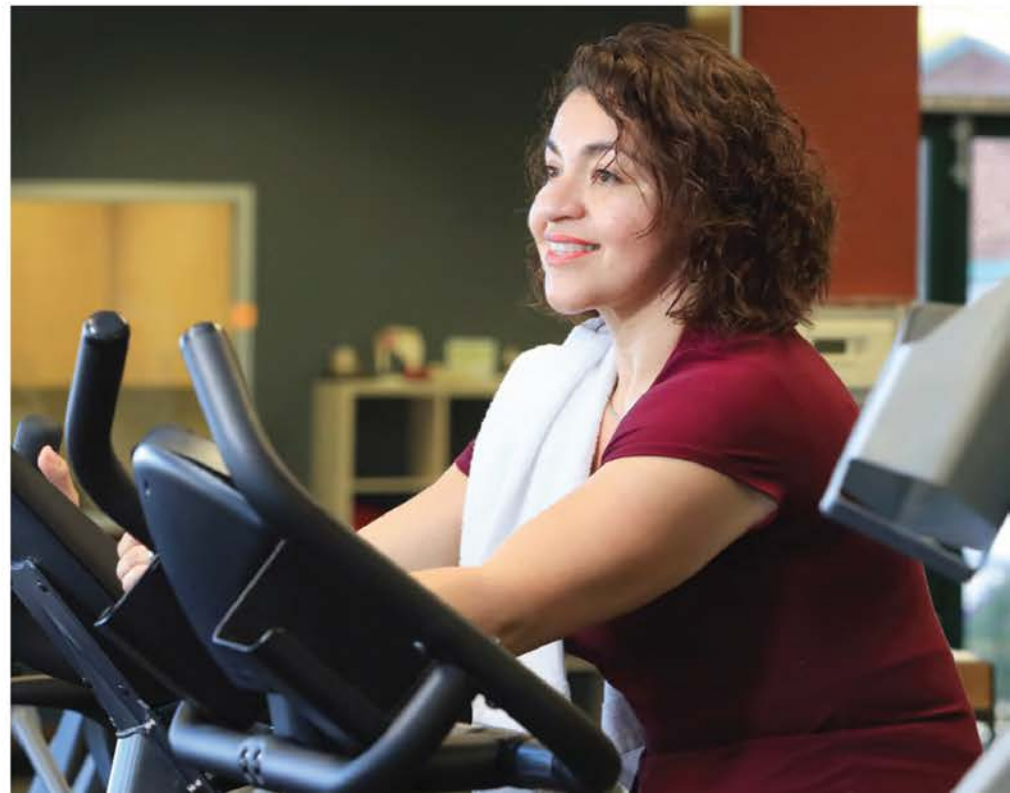
Rara vez come dulces y comida chatarra, un permitido puede ser la mitad de un dulce, pero luego se da cuenta de que ansía comer verduras. Por lo general, durante el desayuno y el almuerzo, consume dos tazas de brócoli salteado con ajo y cebolla con un huevo y una tira de tocino de pavo. Consume verduras con cada comida.

Garcia dijo que, principalmente, ha evitado la piel flácida, un problema frecuente después de la pérdida rápida de peso, al usar prendas de compresión. Le gusta comprar ropa, cabe fácilmente en el asiento de un avión y corre sin sentir dolor. "Puedo hacer tantas cosas ahora", dice.

El Día del Trabajo de 2016, regresó a Santa Cruz Beach Boardwalk con su hija.

"Subí a esa montaña rusa y nos divertimos mucho", dice Garcia. "Incluso, el pestillo de seguridad me quedaba grande. Es increíble".

Rosa Garcia perdió más de 100 libras después de la cirugía.



¿Es adecuada para usted?

Un buen candidato para la cirugía bariátrica es:

- Una persona mayor de 18 años
- Una persona que haya bajado y subido de peso constantemente
- Una persona que no tenga problemas de salud graves, como por ejemplo problemas cardíacos y pulmonares
- Una persona que padezca una enfermedad relacionada con el peso, como presión arterial alta, diabetes tipo II, apnea del sueño u osteoartritis
- Una persona que tenga un sobrepeso considerable con un IMC de 40 o más, o un IMC levemente más bajo con otras complicaciones de salud relacionadas con el peso

No es un buen candidato:

- Una persona menor de 18 años
- Una persona que nunca haya hecho dieta
- Una persona que no cumpla con el requisito de índice de masa corporal (IMC)
- Una persona que tenga una salud deficiente

Fortaleciendo LA ATENCIÓN MÉDICA

Por Hillary Fish

John D'Arrigo y el intérprete indígena Sergio Martínez se encuentran en uno de los famosos campos agrícolas del condado de Monterey.

TALC está cambiando y salvando vidas

Hace nueve años, un grupo de 22 familias de agricultores generosos y compasivos se unieron para fortalecer a Natividad. Tenían un gran proyecto, concebido por John D'Arrigo (un productor de tercera generación de Salinas Valley), que era mejorar la atención médica de los trabajadores agrícolas y sus familias.

D'Arrigo, presidente, director ejecutivo y director general de la Junta directiva de D'Arrigo California, fundó el Agricultural Leadership Council (Consejo de Liderazgo Agrícola, TALC) en 2010 en colaboración con la Fundación Natividad.

"Nos enfocamos en proporcionarle a Natividad las herramientas que necesita para brindar atención de alta calidad a todas las personas", dice D'Arrigo. "Nuestros miembros están teniendo un gran impacto en la vida de las personas de toda nuestra comunidad heterogénea".

Desde su origen, la organización ha crecido y ahora cuenta con más de 170 miembros de la comunidad agrícola y de liderazgo del condado de Monterey. Juntos, este colectivo de aficionados dedicados ha donado más de

\$2.5 millones para ayudar a los médicos, a los enfermeros y al personal médico de Natividad a brindar la mejor atención a todos los pacientes, desde los bebés más pequeños hasta las víctimas de accidentes y hasta aquellas personas que se recuperan en su galardonado Sam Karas Acute Rehabilitation Center.

"TALC está especialmente entusiasmado con el papel que estamos desempeñando para mejorar la atención de todos mediante la compra de equipos médicos y el apoyo a los servicios de interpretación y de atención espiritual", dice D'Arrigo. "Juntos, estamos descubriendo el talento de los médicos de Natividad para brindar atención con los últimos equipos médicos en el Centro de Trauma. Y nos aseguramos de que cada paciente, incluidos los 30,000 trabajadores

agrícolas indígenas de nuestra comunidad, puedan comunicarse con los médicos a través del programa Indigenous Interpreting®".

Hasta ahora, el TALC ha comprado más de 150 equipos médicos de gran necesidad en 15 departamentos hospitalarios, entre ellos: incubadoras para bebés prematuros en la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales de nivel III de Natividad, ecógrafos para el Centro de Trauma de nivel II y equipos de última generación para los Servicios quirúrgicos.

"El impacto de TALC es evidente en todo el hospital", dice Jennifer Williams, presidenta en funciones y directora ejecutiva de la Fundación Natividad. "Con el apoyo de nuestra comunidad, ayudamos a Natividad a brindar atención y resultados de excelencia a cada paciente".

D'Arrigo dice que su hijo tuvo una apendicectomía de emergencia en Natividad, y que ha tenido muchos amigos, colegas y empleados que recibieron tratamiento en Natividad.

"He visto, desde mi propia experiencia, que los contribuyentes de TALC están cambiando y salvando vidas", dice.

"TALC está especialmente entusiasmado con el papel que estamos desempeñando para mejorar la atención de todos..."

— John D'Arrigo



Hillary Fish es la directora de Programas Anuales de la Fundación Natividad. Comuníquese con ella mediante el correo electrónico Hillary@natividadfoundation.org o llamando al (831) 755-4187. Puede donar u obtener más información sobre la Fundación en Facebook o en natividadfoundation.org.

Dando los pasos correctos

Por Dave Cowan

Los adultos mayores inteligentes evalúan los riesgos de caídas y las estrategias de prevención



Caída: es uno de los principales miedos entre las personas mayores y con motivos suficientes.

Las caídas no son solo la principal causa de lesiones entre los estadounidenses mayores de 65 años, sino que son la principal causa de lesiones cerebrales traumáticas. Las caídas también son la mayor causante de fracturas entre los adultos mayores.

A medida que envejecemos, la gravedad nos puede jugar malas pasadas, y es importante evaluar nuestros riesgos. Después de todo, la mitad de las caídas ocurren en el hogar, por lo que la buena noticia es que puede hacer muchas cosas para disminuir el riesgo al prestar atención a los posibles lugares problemáticos.

Examine bien su casa y solicite ayuda a un familiar o amigo. Esté atento a cualquier peligro de tropiezo o amenaza de resbalones y caídas, como alfombras, desorden general, escalones rotos o desniveles en el piso. Evalúe la iluminación: ¿hay áreas que serían más seguras si estuvieran mejor iluminadas? En la actualidad, tenemos cientos de opciones de iluminación, como luces LED versátiles,

económicas y fáciles de manejar.

Si tiene un perro o un gato, puede considerar agregarle una campana al collar de su mascota para advertirle si está en su camino. Y según su condición, puede instalar barras de sostén ubicadas estratégicamente en baños, dormitorios y pasillos. Por si acaso, asegúrese de tener los números de emergencia que necesita en su teléfono celular.

La edad de 65 años es un buen momento para evaluar su estado general de salud y su estado físico. Medicare cubre un examen anual de bienestar, la oportunidad perfecta para ponerse en contacto con su médico. Medicare también cubre algunos equipos médicos duraderos para una movilidad más segura, como andadores y bastones.

Ya que estamos en el tema de la salud, tenga en cuenta que la diabetes, la artritis y los accidentes cerebrovasculares pueden afectar el equilibrio. Y los medicamentos pueden incrementar el riesgo de caídas al causar mareos, deshidratación o al interactuar con otros medicamentos. Si tiene alguna pregunta, consulte a su médico o farmacéutico.

Entrar en la etapa de la tercera edad

también es un buen momento para pensar en su examen oftalmológico más reciente. A medida que envejecemos, llega menos luz a la retina, y eso puede hacer que sea más difícil advertir los obstáculos y los peligros de tropiezo. Además, es posible que necesite una nueva receta si usa anteojos o lentes de contacto.

Del mismo modo, si ha tenido problemas para oír lo que le dicen en la fila del supermercado o en un restaurante, también puede solicitar una prueba de audición.

Estos controles médicos son muy importantes si ya ha sufrido una caída: Caer una vez duplica las posibilidades de caer de nuevo. Hable con su médico sobre las últimas caídas, revise su lista de medicamentos y, una vez más, considere controlar su visión y su audición; ver y escuchar es fundamental para mantener el equilibrio.

Mientras tanto, es importante no restar importancia a ninguna lesión en la cabeza; un golpe en la cabeza puede provocar una hemorragia en el cerebro, que incluso puede ser fatal. Las conmociones

Las caídas de adultos mayores en cifras

- Se estima que se atienden 2.8 millones de adultos mayores en salas de emergencia por lesiones relacionadas con caídas cada año.
- Más de 800,000 son hospitalizados, la mayoría de las veces por una lesión cerebral o una fractura de cadera.
- Una de cada cinco caídas tiene como consecuencia una lesión grave, ya sea una lesión cerebral o fracturas de huesos.
- Los costos médicos de las lesiones por caídas se estiman en \$31 mil millones por año según los Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).

cerebrales pueden tener consecuencias a largo plazo si no se tratan, y no es momento de autodiagnosticarse, consulte a un profesional médico. Muy a menudo, las caídas de adultos mayores no se informan.

Al igual que con cualquier accidente, la mejor protección es la prevención. Puede protegerse siendo activo, con el objetivo de mejorar la fuerza, el equilibrio y la flexibilidad.

Sin importar su nivel de aptitud física, siempre hay algo que puede hacer para ponerse en movimiento. Incluso puede hacer ciertos ejercicios sentado en una silla. Pero los mejores ejercicios preventivos son aquellos que fortalecen las piernas. Caminar es un excelente ejercicio que pueden hacer casi todos, y a su propio ritmo. Las clases de Tai Chi son una actividad interesante para explorar y alimentar el cuerpo y la mente. Ambas actividades ayudan a mejorar el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad.

Como adulto mayor, usted está más viejo, pero es más sabio. Si presta atención a la prevención de las caídas, también puede estar más seguro.

La actividad física puede ayudar a frenar las caídas.



BRAIN



smart™

Natividad se compromete a atender a la comunidad de adultos mayores reduciendo algunos de los riesgos que conlleva envejecer. Las caídas de los adultos mayores son un aspecto fundamental del programa de prevención de los traumatismos craneales Brain Smart™, junto con las conmociones cerebrales relacionadas con la práctica de deportes y otras lesiones cerebrales.

A través de Brain Smart™, nuestros médicos y enfermeros se asocian con organizaciones locales para realizar talleres educativos sobre los riesgos de los traumatismos craneales. Esté atento a Brain Smart™ en su comunidad y comuníquese con Natividad si desea organizar un taller en su organización.

Para obtener más información, comuníquese con:
Lorraine Artinger, Enfermera Titulada,
enfermera de prevención de trauma y extensión
artingerlg@natividad.com
(831) 772-7357

GRACIAS

**THE
A
G
R
I
C
U
L
T
U
R
A
L
L
E
A
D
E
R
S
H
I
P
C
O
U
N
C
I
L**

Familias de agricultores que ayudan a los trabajadores agrícolas

Agri-Frame, Inc.
Jim Muscio

Airtec Service
David y Michelle Olson

Alliant Insurance Services, Inc.
Michael Heffernan

Roy Alsop Pump & Drilling
Steve Allison

Always Towing & Recovery, Inc.
Derrick Perez

American AgCredit
Gary Van Schuyver

Dr. David y Dra. Helen Anderson

A P Pallet, Inc.
Matt Guzik

A & R Fresh, LLC
En memoria de Ron Fuqua Sr. y
Henry E. Fanoe

Azcona Harvesting, LLC
Pier Azcona

Jeffrey H. Bass, M.D.
En honor de John D'Arrigo

Belli Architectural Group
Lino Belli

Blazer Wilkinson, LP
John Wilkinson

BusWest
Darren Salo y James Bernacchi

Cal-Coast Machinery
Brad Johnson

Kevin y Joanne Castello

Central Coast Cooling
William Gheen

Central Valley Seeds, Inc.
Tony y Emily Avila

Peter Chandler, M.D.
En honor de John D'Arrigo

Christensen & Giannini, LLC
Dirk Giannini y Sam Daoro

Coast Counties Peterbilt

Commercial Truck Company
Pete Arnaudo

**Community Foundation for
Monterey County**

Costa Family Farms
David A. Costa

Crop Production Services
Ken Nichols

Sr. y Sra. Edward J. Culligan

Steve de Lorimier
En memoria de Clifton P. Rose, M.D.

John & Katherine Duda Foundation
Sammy Duda

Emerald Packaging, Inc.
Kevin y Jim Kelly

Fanciful Company
Frank y Leonard Fudenna

Brian y Carol Finegan

Mark y Hillary Fish

Five Star Lumber Co., LLC
Marco Beretta

The Late Perry Flicker

Linda L. Ford

Law Offices of Geoffrey F. Gega
Geoffrey Gega

J. Gibbons & Associates, Inc.
Mike Henry y Kevin Castello

David y Susan Gill

GK Machine, Inc.

Gonzales Irrigation Systems, Inc.
Jeff Rianda

Graniterock
Tom Squeri

Gary R. Gray, D.O.

Lori y Glenn Grimes

Growers Ice Company
William Gheen y Russell Gheen

Guzik's Good Humus
Todd Guzik

Hayashi Wayland

The Haynes Charitable Foundation
Mike Haynes

James Hlavacek, M.D.
En honor de John D'Arrigo

Holaday Seed Company, Inc.
Brian Holaday

Sally Hughes Church Foundation

Louis y Roberta Huntington

International Paper Co.
Gregg Franklin y Ted Maloney

Caleb Liem, M.D.

Massolo Brothers, Inc.
Dan, Joe y Steve Massolo

Matsui Nursery, Inc.
Teresa Matsui

Monterey Wine Co./Silva Farms, LLC
Eddie Silva y Theresa Amaral

MY Chevrolet
Rick Ray y Derrick Hoskins

Judith Pacheco

Pacific Ag Rentals
Bart Walker

**Pierson & Associates
Insurance Services**
Cyndy Pierson

Pinnacle Claims Management
David Zanze

Pam Powell
En honor de John D'Arrigo

Printworx
Denise Cardona

Proscreen Ag Technology, Inc.
Tony y Emily Avila

Quinn Company
Spencer Quinn

Rabobank
Harry Wardwell

Ramsay Highlander
Frank y Michele Maconachy

RDO Equipment
Richard Arias

Rincon Farms, Inc.
Wayne Gularte

Robinson Fresh
Ray Griffin

Salinas Toyota
Nathen Hughes

Salinas Valley Tire
David Palafox

Southern Monterey County Labor Supply
Pier Azcona

SSB Construction
Steve Goldman

Star Sanitation, LLC
Bart Walker

Sturdy Oil Company
Jon Fanoe

Sunset Farms, Inc.
Elio Rodoni

Toyota Dealer Match Program

TS&L Seed Company

Tom y Maureen Truxler

Uni-Kool Partners
Steve Kovacich

Valley Fabrication, Inc.
Glen Heffington

Craig Walls, M.D.

**Jennifer Williams-Carpenter
y John Carpenter**
En honor de John D'Arrigo

Miembros fundadores

John D'Arrigo
D'Arrigo California

Dennis y Janice Caprara
R.C. Farms, LLC

Tom Nunes, Jr.
The Nunes Company, Inc.

Ed Boutonnet y Joe Pezzini
Ocean Mist Farms

Eddie Silva
Silva Farms

Royal Rose

Bruce Taylor
Taylor Farms

David Gill y Jamie Strachan
Growers Express, LLC

**David Johnson y
The Late Tom Russell**
Pacific International Marketing

Steve y Tom Church
Church Brothers Produce

Tanimura & Antle

Bardin Bengard
La familia Bengard

Donna y Albert Oliveira
G.O. Vineyard Management Co.

Mark Drever y Steve Taylor
organicgirl, LLC

Lou Huntington
Huntington Farms

Chris Bunn
Familias Yuki y Bunn

Sammy Duda
Duda Farm Fresh Foods

Familias Nucci y Ramsey
Mann Packing

Miles Reiter
Driscoll's

Georgann Esikamp
Cowles Berry Farm

Dole Fresh Vegetables

Coastline

 **Natividad
FOUNDATION**