

DE LOS EXPERTOS EN SALUD DE NATIVIDAD HOSPITAL

INSPIRANDO VIDAS SALUDABLES

Historias de sobrevivientes
del coronavirus: Lucha por
la vida (página 2)

8 cosas que puede hacer
para mantenerse sano
y reforzar su sistema
inmunitario (página 4)

¿Debe quedarse adentro
o debe salir? (página 5)

OTOÑO 2020

¿Debería darse la vacuna antigripal este año? **¡SÍ, SIN DUDAS!**

Se acerca la temporada de la gripe y la pandemia del coronavirus sigue activa, por lo que los expertos médicos de Natividad remarcan que es más importante que nunca darse la vacuna antigripal este año.

¿Por qué? Tanto la gripe (influenza) como el coronavirus son enfermedades respiratorias contagiosas, pero son causadas por virus diferentes que pueden provocar hospitalizaciones e, incluso, la muerte; y contraer ambas enfermedades al mismo tiempo puede llegar a ser especialmente peligroso. Si bien los científicos siguen trabajando para crear una vacuna contra el coronavirus, tenemos una vacuna contra la gripe estacional que es segura y eficaz.

“En las últimas décadas, la vacuna antigripal ha demostrado ser la manera más eficaz de disminuir una enfermedad grave”, dijo el Dr. Sundeep Gupta, médico de medicina familiar de Natividad Medical Group. “La vacuna es segura y no causa la gripe”.

El coronavirus y la gripe tienen síntomas parecidos, como fiebre, tos, dificultad para respirar, fatiga, dolor de garganta y escurrimiento nasal. Por lo tanto, todas las personas que tengan alguno de estos síntomas este año se deben realizar la prueba para descartar el coronavirus. Según la prueba que se realice, los resultados pueden tardar un tiempo. **(Continúa en la página 7)**

Línea de ayuda contra el coronavirus de Natividad (831) 772-7365

¿Tiene preguntas sobre el coronavirus o piensa que necesita hacerse una prueba? Si tiene síntomas como tos y fiebre, llámenos y hable con una (un) enfermera(o) bilingüe para averiguar cómo debe seguir.



Historias de sobrevivientes del coronavirus: **LUCHA POR LA VIDA**



El coronavirus afecta a cada persona de forma diferente. Para algunas personas, los síntomas pueden ser leves. Pero para dos pacientes que fueron tratados en Natividad, el camino hacia la supervivencia fue atroz y estuvo lejos de ser certero.

Anastacio Cruz, 59, estuvo gravemente enfermo. La primera vez que el Dr. Tony Medawar, director médico de Neumología y Cuidados Críticos de Natividad, vio a Cruz, recuerda “bajé corriendo, lo miré una vez y supe que iba a ser un largo camino”.

Si bien la edad de Cruz lo puso en un riesgo ligeramente mayor de complicaciones debido al coronavirus, no tenía afecciones médicas que pudieran dificultar aún más su lucha contra la enfermedad. Cruz luchó contra una presión arterial extremadamente baja, infecciones pulmonares secundarias y un colapso pulmonar. El Dr. Medawar describió a Cruz como uno de los pacientes más decididos que haya tenido. “No sé si muchas personas podrían haber superado lo que él pasó”.

La hija de Cruz, Isela, llamaba al hospital con regularidad para ver cómo estaba. Fueron la primera familia que utilizó el Programa de visita virtual de Natividad, que ayuda a los pacientes a comunicarse con sus seres queridos por videoconferencia. Su hija dijo que las (los) enfermeras(os) sostenían la cámara para que pudieran ver su rostro. “Nos mostraban todo su cuerpo, la habitación y el equipo médico. Luego, le pusieron la tablet en la oreja”, dijo. “Mi madre, mis hermanos y yo le decíamos que



Anastacio Cruz

siguiera luchando y creyendo que Dios lo ayudaría a superar esto”.

Después de 10 semanas en la Unidad de Cuidados Intensivos (ICU, por sus siglas en inglés), Cruz fue trasladado al Centro de Rehabilitación para Pacientes Agudos de Natividad. Pasó tres semanas haciendo ejercicio con los terapeutas de Natividad y trabajando en el desarrollo de la movilidad y fuerza. Después de casi tres meses en el hospital, Cruz fue dado de alta para irse a casa. Su familia estuvo ahí para recibirlo en la puerta. Si bien Cruz ya no tiene coronavirus, le tomará tiempo recuperarse de los efectos en su cuerpo.

“No le deseo esto a nadie. Es muy complicado. Sufrí mucho. Pero gracias a Dios, estoy más fuerte”, dijo Cruz. “Tengo una familia maravillosa. Siempre estuvieron allí. Solo quiero abrazarlos, abrazarlos muy fuerte”.

Aurora Vazquez, 44, tenía algunos síntomas en las vías respiratorias superiores y, al igual que le ha sucedido a otras personas con coronavirus, comenzó a sentirse mejor. Pero tres días después de pensar que lo había superado, los síntomas regresaron, solo que con mayor intensidad. Empezó a toser y experimentar dificultad para respirar.

A Vazquez se le diagnosticó coronavirus y fue ingresada en la ICU. Allí, se la puso en coma y se le colocó un respirador por 24 días. Aunque le diagnosticaron diabetes tipo 2 durante su hospitalización, anteriormente no tenía síntomas de la enfermedad. Las afecciones como la diabetes y otros problemas de salud de fondo, como enfermedades pulmonares, renales o cardíacas, pueden hacer que las personas sean más susceptibles al virus.

“La Sra. Vazquez estaba muy enferma”,



Aurora Vazquez



dijo el Dr. Medawar. “Hubo un momento en que tuvimos que ponerla en una cama especial para poder colocarla boca abajo para mantener su cuerpo oxigenado. Es increíble lo que tuvo que soportar y que haya podido salir de esto y recuperarse”.

Al igual que Cruz, a Vasquez también se la trasladó al Centro de Rehabilitación para Pacientes Agudos para que pudiera recuperar la mayor movilidad e independencia posibles después de su enfermedad. Trabajó con fisioterapeutas para volver a aprender las actividades de la vida diaria, como pararse y ducharse. Los médicos esperan que se recupere por completo.

“Estoy mucho mejor”, afirmó. “Ahora puedo caminar. Me dieron libros y rompecabezas. Puedo hablar por teléfono, hacer Facetime y enviar mensajes de texto a mi familia. Mi familia vino a visitarme a mi ventana y recuerdo que lloré la primera vez que los vi”.

Vazquez dijo que también quiere que las personas sepan que el coronavirus no es un engaño. “Al principio tenía mucho miedo, pero Natividad me devolvió la vida. Todos hicieron lo que pudieron para salvarme. Y ahora estoy libre de coronavirus”.

Su salud no puede esperar



Los proveedores de atención médica como Natividad están atendiendo y son seguros para recibir atención y en caso de emergencia. Estamos adoptando medidas para asegurar que usted y nuestro personal se mantengan sanos durante las visitas que deba realizar. Durante la pandemia, es especialmente importante que se siga cuidando. Si tiene alguna afección preexistente, como diabetes o presión arterial alta, asegúrese de consultar a su médico con regularidad y seguir con su tratamiento médico.



SI USTED TIENE UNA LESIÓN GRAVE, PROBLEMAS PARA RESPIRAR, DOLOR DE PECHO O CONFUSIÓN, LLAME AL 911 O BUSQUE DE INMEDIATO ATENCIÓN DE EMERGENCIA

¡FELICIDADES!
¡El Centro de Rehabilitación Intensiva Sam Karas de Natividad y nuestro equipo por su dedicación a la excelencia!



CALIFICADO EN EL PUESTO N.º 1 de Calidad y Resultados de Unidades de Rehabilitación Intensiva según Kindred para 2019



CALIFICADO EN EL PUESTO N.º 2 y Resultados en General de Unidades de Rehabilitación Intensiva según UDS para 2019



ENTRE EL MEJOR 10% e Unidades de Rehabilitación Intensiva en el país según UDS, tres años consecutivos



8 cosas que puede hacer para MANTENERSE SANO Y REFORZAR SU SISTEMA INMUNITARIO

- 1 **¡Dese ahora mismo la vacuna antigripal!** Lea el artículo que figura en la página 1 y averigüe por qué este año es más importante que nunca darse la vacuna antigripal.
- 2 **Asegúrese de tener al día las demás vacunas.** Las vacunas son seguras y eficaces para evitar brotes de enfermedades que se pueden prevenir. Las vacunas han reducido considerablemente las enfermedades infecciosas que antes dañaban o mataban de forma habitual a bebés, niños y adultos. Los gérmenes que causan enfermedades que se pueden prevenir con una vacuna siguen existiendo y se pueden propagar a personas que no estén protegidas con vacunas. Obtenga más información en www.cdc.gov/vaccines/schedules o hable con su médico.
- 3 **Busque atención urgente si la necesita.** Natividad está abierto y es seguro para cualquier emergencia. Las personas con casos presuntos o confirmados de coronavirus reciben tratamiento en áreas separadas de otros pacientes. Además, el hospital tiene establecidos procedimientos de limpieza y desinfección muy meticulosos. No consultar a un médico puede empeorar su enfermedad o, incluso, amenazar su vida.
- 4 **Mantenga sus rutinas de salud habituales.** Si le parece más seguro, Natividad Medical Group, la Clínica de Cardiología de Natividad y otros proveedores médicos ofrecen visitas por teléfono y video con médicos y proveedores de atención médica. Llámenos para programar una cita.
 - **D'ARRIGO FAMILY SPECIALTY SERVICES (831) 755-4156**
 - **NATIVIDAD MEDICAL GROUP (831) 759-0674**
 - **CLÍNICA DE CARDIOLOGÍA (831) 796-1630**
- 5 **Cuídese el corazón.** Si tiene enfermedad cardíaca, tiene un mayor riesgo de presentar complicaciones importantes si contrae el coronavirus. Es fundamental que tome precauciones contra el coronavirus, siga con su tratamiento médico según se lo indicaron y se comunique seguido con su médico.
- 6 **Contrólese la diabetes.** La diabetes aumenta el riesgo de presentar complicaciones más importantes cuando se contrae una infección por cualquier virus, incluido el coronavirus. Afortunadamente, su riesgo es mucho menor si tiene la diabetes bien controlada. Eso hace que sea más fundamental que nunca cuidarse y mantener niveles saludables de azúcar en sangre.
- 7 **Limite el consumo de bebidas alcohólicas a una por día.** Sí, esa es la última recomendación de los expertos en salud, tanto para hombres como para mujeres. Se basa en investigaciones que demuestran vínculos entre los hábitos de consumo de alcohol y todas las causas de muerte, lo que incluye enfermedad cardíaca, cáncer y accidentes automovilísticos.
- 8 **No descuide su salud mental.** La línea de ayuda California Peer-Run Warm Line es un servicio que ofrece apoyo emocional no urgente gratuito las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para casos de ansiedad, pánico, depresión, finanzas y consumo de alcohol y drogas. Puede hablar con un asesor en inglés o en español llamando al (855) 845-7415.

53%

Ese es el porcentaje de personas en nuestra área a las que el Banco de Alimentos del condado de Monterey distribuye alimentos. Y la mitad de estas personas son niños. Si necesita obtener acceso a comida saludable, pida ayuda.

**BANCO DE ALIMENTOS
DEL CONDADO DE MONTEREY**
(831) 758-1523 o
www.foodbankformontereycounty.org

**CUPONES DE ALIMENTOS
CALFRESH**
(877) 410-8823 o
www.getcalfresh.org

**OFICINA DE EDUCACIÓN
DEL CONDADO DE MONTEREY**
desayuno y almuerzo para niños
www.montereycoe.org

DOROTHY'S PLACE
para obtener comidas gratuitas
(831) 757-3838

MEALS ON WHEELS
hace entregas a personas
de la tercera edad
(831) 758-6325



Llame al 211 para obtener ayuda con lo siguiente:

- Programas de alimentación y nutrición complementarias
- Opciones de refugio y vivienda, y ayuda con servicios públicos
- Centros de atención médica y vacunación contra la gripe
- Programas de prevención y rehabilitación de adicciones
- Un camino seguro y confidencial lejos del abuso físico o emocional



¿Debe quedarse adentro o debe salir?

“Usted usa un cubrebocas para protegerme y yo uso un cubrebocas para protegerlo a usted”.



La mayoría de nosotros anhelamos la conexión social que sentimos al juntarnos con amigos y familiares. Y la conexión social ofrece muchos beneficios. Desde que el condado de Monterey emitió su orden de refugiarse en casa por el coronavirus en marzo, todos hemos tenido que tomar decisiones sobre el contacto social sin saber realmente el alcance del riesgo para nosotros y nuestros seres queridos.

“Las reuniones de grupos son uno de los principales motivos por los que los residentes del condado de Monterey se están enfermando de coronavirus”, dijo el Director de Calidad de Natividad, el Dr. Chad Harris. “Los jóvenes pueden contraer el coronavirus sin presentar síntomas, lo cual suele suceder después de verse con amigos. Luego, lo llevan a casa y contagian a sus familiares, que son mayores o tienen otras afecciones de salud y tienen un riesgo mucho mayor de enfermarse de forma muy grave y, posiblemente, morir”.

Si todos podemos hacer el esfuerzo de comprender el riesgo de transmisión del coronavirus de las actividades de nuestra vida y tomar decisiones para minimizar el riesgo y reducir la propagación de la infección, mejor podremos regresar a una vida más normal.

Recuerde que hay personas que pueden contagiar antes de tener fiebre o tos, mientras que otras pueden no tener síntomas, pero igual tener la enfermedad. La opción más segura es hacer reuniones más breves a 6 pies de distancia mientras usan cubrebocas. Por otro lado, las grandes multitudes bajo techo en salas mal ventiladas y mientras usted u otras personas no usan cubrebocas conllevan el riesgo más alto de contraer o propagar el coronavirus.

Igualmente hay muchas cosas que no sabemos sobre el coronavirus. Si usted o una persona con la que vive o tiene contacto estrecho está en un grupo de alto riesgo, asegúrese de usar precauciones adicionales.

“Recuerde que el riesgo bajo no significa sin riesgo”, dijo el Dr. Harris. “La manera más eficaz de prevenir el coronavirus sigue siendo quedarse en casa y evitar el contacto con las personas que no viven con usted”.

Si tiene preguntas sobre cómo puede mantenerse seguro, llame a nuestra línea de ayuda contra el coronavirus al (831) 772-7365 y hable con una (un) enfermera(o) que hable español o inglés.

¿Cuál es su nivel de riesgo?

Tipo y nivel de actividad grupal	BAJA OCUPACIÓN			ALTA OCUPACIÓN		
	Al aire libre y con buena ventilación	Bajo techo y con buena ventilación	Mala ventilación	Al aire libre y con buena ventilación	Bajo techo y con buena ventilación	Mala ventilación
Con uso de mascarillas, tiempo de contacto breve						
En silencio	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	MODERADO
Hablando	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	BAJO	MODERADO
Gritando, cantando	BAJO	BAJO	MODERADO	MODERADO	MODERADO	ALTO
Con uso de mascarillas, tiempo de contacto prolongado						
En silencio	BAJO	BAJO	MODERADO	BAJO	MODERADO	ALTO
Hablando	BAJO	BAJO-MODERADO	MODERADO	BAJO-MODERADO	MODERADO	ALTO
Gritando, cantando	BAJO	MODERADO	ALTO	MODERADO	ALTO	ALTO
Sin uso de mascarillas, tiempo breve de contacto						
En silencio	BAJO	BAJO	MODERADO	MODERADO	MODERADO	ALTO
Hablando	BAJO	MODERADO	MODERADO	MODERADO	ALTO	ALTO
Gritando, cantando	MODERADO	MODERADO	ALTO	ALTO	ALTO	ALTO
Sin uso de mascarillas, tiempo de contacto prolongado						
En silencio	BAJO	MODERADO	ALTO	MODERADO	ALTO	ALTO
Hablando	MODERADO	MODERADO	ALTO	ALTO	ALTO	ALTO
Gritando, cantando	MODERADO	ALTO	ALTO	ALTO	ALTO	ALTO

Esta tabla, obtenida de un estudio publicado en el BMJ (un diario médico británico) ilustra cómo diferentes factores afectan el riesgo de transmitir el coronavirus. (Fuente: BMJ 2020;370:m3223)

Caldo Tlalpeño

(Sopa de la tierra)



Adaptado por la Dra. Britt Rios-Ellis, miembro del Consejo de Administración de Natividad y Decana Fundadora CSUMB de Ciencias de la Salud y Servicios Humanos

Esta sopa viene de un pequeño municipio justo en las afueras de la Ciudad de México llamada Tlalpan, que significa “en la tierra” en náhuatl, el idioma de los aztecas. Esta sopa mexicana picante, que a veces se la llama la versión mexicana del Tom Yum tailandés, es saludable sin comparación y calentará hasta el alma más fría en una noche de lluvia. Es el plato favorito de mi tía Maria Eugenia y desde que la probé por primera vez se convirtió rápidamente en mi preferido también. ¡Es delicioso y muy nutritivo!

INGREDIENTES (4 a 6 porciones)

- 2 pechugas de pollo grandes (aproximadamente, 1 libra)
- 1 cucharadita en total de mezcla de albahaca, orégano y tomillo
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cebolla blanca grande cortada en cubos
- 2 zanahorias grandes, cortadas en juliana (cortar como palillos)
- 2 calabacines grandes, cortados en juliana
- 1 lata de garbanzos, escurridos y enjuagados
- 3 cucharadas de cilantro picado
- 1 diente de ajo grande, cortado en rodajas finas
- 1-2 latas de chile chipotle en adobo, triturado (use más si le gusta bien picante)
- 1 aguacate grande maduro, cortado en rodajas
- 1 lima grande, cortada en pequeñas cuñas
- 8 onzas de queso fresco, en trozos pequeños
- 1/4 de repollo, cortado en tiras (¡para que sea extra saludable!)
- Sal

INDICACIONES

- Condimentar el pollo con la albahaca, el orégano y el tomillo. Colocar el pollo en una cacerola grande y añadir agua hasta 1/2 pulgada por encima del pollo. Llevar al fuego hasta que hierva y, luego, bajar el fuego a medio y cocinar por 15 minutos o hasta que esté completamente cocido
- Retirar con cuidado la carne y apartar para que se enfríe, y reservar el caldo para la sopa
- En una olla más grande para sopa, cocinar la cebolla con el aceite de oliva a fuego medio-alto, revolviendo hasta que quede casi amarronada
- Agregar las zanahorias y el calabacín y revolver. Cocinar la mezcla durante 8 a 10 minutos o hasta que los vegetales estén levemente tiernos
- Añadir el ajo a los vegetales y cocinar por 1 minuto
- Desmenuzar el pollo y añadirlo a la olla, junto con el caldo reservado
- Añadir los garbanzos enjuagados, el chile y el cilantro
- Llevar la sopa a hervir y reducir el fuego para mantenerla caliente o servir de inmediato
- Decorar con aguacate, queso fresco, repollo y un poco de jugo de lima, y, luego, sal a gusto

¡A DISFRUTAR esta deliciosa sopa!



NATIVIDAD RECONOCIDA POR NEWSWEEK
**MEJORES HOSPITALES
DE MATERNIDAD 2020**

Para ganarse un puesto en la prestigiosa lista, las organizaciones deben cumplir exigentes estándares en materia de atención de la maternidad, que incluyen contar con tasas bajas de partos electivos prematuros, cesáreas en madres de bajo riesgo y episiotomías.

¿Debería darse la vacuna antigripal este año? (cont. de la página 1)

“Este año es diferente de cualquier otro año en la historia, con la previsión de dos epidemias de una enfermedad respiratoria grave. Como los síntomas de la gripe y del coronavirus son tan parecidos, los médicos no sabrán cuál enfermedad tiene sin hacer una prueba de detección de una o ambas”, advirtió el Dr. Gupta, un epidemiólogo que trabajó en programas internacionales de control de enfermedades con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) por más de una década.

“Mientras espera los resultados de las pruebas, debe aislarse para evitar el riesgo de propagar el coronavirus a su familia o a otras personas con las que vive”, afirmó el Dr. Gupta. “Además, las personas con las que vive deberán ponerse en cuarentena (es decir, deben quedarse en casa y no ir a trabajar ni hacer otras actividades) aunque no tengan síntomas, para evitar que sigan propagando de forma inadvertida el coronavirus, hasta que tengamos los resultados. La vacuna antigripal no solo ayuda a prevenir la influenza, sino también este ciclo de cuarentena potencialmente innecesaria para usted y los miembros de su grupo familiar”.

Si bien nuestra comunidad está afrontando la pandemia del coronavirus, los hospitales también tienen riesgo de llenarse si deben admitir pacientes con gripe además de pacientes con coronavirus. Esto significa que es más urgente e importante que nunca que las personas sigan la recomendación de Natividad y de los CDC de vacunarse contra la gripe. “Si más personas se vacunan contra la gripe y siguen respetando las precauciones contra el coronavirus, es más probable que nuestros sistemas de atención médica no colapsen”, afirma el Director Médico de Natividad, el Dr. Craig Walls.

De acuerdo con los CDC, alrededor de 26 millones de personas en los EE. UU. contraen la gripe todos los años. Los CDC recomiendan que los niños a partir de los 6 meses de edad y los adultos de cualquier edad se vacunen contra la gripe. Las vacunas antigripales también se recomiendan y están aprobadas para las mujeres embarazadas y las personas con determinadas afecciones de salud crónicas. Los CDC recomiendan vacunarse lo más pronto posible (septiembre u octubre), antes de que la temporada de la gripe esté en pleno auge. El cuerpo tarda unas dos semanas en crear anticuerpos contra los virus de la influenza de este año. Pero nunca es demasiado tarde.

“Lo mejor que pueden hacer todos ahora mismo es vacunarse contra la gripe y seguir respetando los consejos de los expertos sobre cómo prevenir el coronavirus: usar un cubrebocas y mantenerse a 6 pies de distancia de los demás cuando esté en público o cerca de personas ajenas a su grupo familiar. Además, asegúrese de lavarse las manos durante 20 segundos o usar desinfectante para manos con un mínimo de 60 % de alcohol con frecuencia, especialmente antes de comer, y no se toque los ojos, la nariz ni la boca salvo que se acabe de lavar las manos”, dijo el Dr. Walls. “Evitar la gripe y el coronavirus este invierno los ayudará a usted y a su familia a mantenerse saludables, y sin tener que hacer cuarentena”.

RECURSOS COMUNITARIOS



¡Vale la pena vacunarse contra la gripe!

Durante la pandemia del coronavirus, los expertos médicos de Natividad los alientan enfáticamente a usted y a toda su familia a vacunarse contra la gripe. De hecho, ¡todas las personas mayores de 6 meses deberían vacunarse! Las vacunas antigripales son gratuitas con la mayoría de los seguros; tan solo asegúrese de traer su identificación con fotografía e información del seguro. Las vacunas están disponibles en el consultorio de su médico de atención primaria durante las citas o en clínicas locales a través de VNA o puede presentarse en farmacias de toda el área sin cita previa. El Departamento de Salud del condado de Monterey ofrece gratuitamente la vacuna antigripal en clínicas de atención sin cita previa y de atención en el automóvil. No es necesario contar con tarjeta del seguro o de identificación. Visite www.mtyhd.org para consultar lugares, horarios y fechas. CVS y Costco también están brindando citas en línea. Natividad Medical Group, el centro de medicina familiar de Natividad, está tomando pacientes nuevos de todas las edades. Llame al (831) 759-0674 para programar una cita.

¿Necesita seguro médico?

Covered California, el mayorista de seguros médicos privados que ofrece planes con descuento. Visite www.coveredca.com o llame al (800) 300-1506.

Medi-Cal, el seguro médico del estado gratuito o de bajo costo para residentes de bajos ingresos de California. Visite www.medi-cal.ca.gov o llame al (866) 323-1953.

Medicare, el programa federal de seguro médico para personas mayores de 65 años o discapacitadas. Visite www.medicare.gov o llame al (800) 633-4227.

Cómo nos acercamos a nuestra diversa comunidad

1 Educación sobre el coronavirus en el trabajo

Natividad se asoció con Grower-Shipper Association y otros hospitales locales del área para brindar educación comunitaria a trabajadores agrícolas locales. Los residentes de medicina familiar, enfermeras(os) registradas(os) y los miembros del cuerpo docente de Natividad fueron directamente a los campos para brindar presentaciones en persona en idioma español e inglés. La Fundación Natividad ofreció intérpretes de Indigenous Interpreting+® para ayudar. Hasta la actualidad, el programa se ha presentado a más de 5,000 trabajadores agrícolas.



2 Distribución de equipo de protección personal (PPE, por sus siglas en inglés) gratuito

Enviamos cubrebocas quirúrgicos de grado no médico y cubrebocas N95 a trabajadores agrícolas locales, para que puedan trabajar de forma más segura en condiciones en las que no puedan distanciarse físicamente unos de otros. La Fundación Natividad también compró y donó 5,000 mascarillas lavables reutilizables de alta calidad para trabajadores agrícolas. Una de nuestras residentes de medicina familiar, la Dra. Anne Irvine, consiguió una donación de 40,000 cubrebocas reutilizables de un fabricante de delantales de California del Sur y distribuyó los cubrebocas en nuestra área de los tres condados.



3 Anuncios de servicios públicos (PSA, por sus siglas en inglés) en inglés, español y lenguas indígenas

Hemos desarrollado anuncios de servicios públicos acerca del coronavirus y la orden de refugiarse en casa en inglés y en español. El condado de Monterey también es el hogar de, aproximadamente, 30,000 personas que hablan lenguas indígenas de México. En asociación con la Fundación Natividad, también creamos videos en algunas de las lenguas indígenas de habla más frecuente en nuestra área: triqui, zapoteco y mixteco.



4 Formamos alianzas para mantener segura a la comunidad

Natividad cuenta con un equipo de expertos médicos y comunicadores que forman parte de MC-COA, una coalición activista de la comunidad. El comité, que está conformado por docenas de expertos locales en atención médica, asesores legales y líderes agrícolas, se reúne con regularidad para resolver cómo mantener seguros a nuestros trabajadores agrícolas locales.



Usted nos ayuda a proporcionar atención de excelencia



Les agradecemos a los donantes de la Fundación Natividad por hacer que Natividad sea más fuerte. Gracias a su generoso apoyo financiero, han ayudado a proporcionar a nuestros pacientes y comunidad lo siguiente:

- iPads para conectar a los pacientes con sus familias (ver la historia en la página 2)
- 5,000 cubrebocas lavables reutilizables para trabajadores agrícolas locales esenciales (leer más arriba)
- Equipos y tecnología para nuestras unidades de aislamiento, para que podamos proporcionar atención de excelencia segura para pacientes con coronavirus

- Una tienda médica donde brindar tratamiento de forma segura a nuestros pacientes en un área separada de nuestros pacientes con sospecha o confirmación de coronavirus
- Centros emergentes de pruebas de coronavirus desde el automóvil
- ¡Y mucho más!

Para donar al Fondo de Respuesta y Resiliencia de Coronavirus de la Fundación Natividad, visite natividadfoundation.org/donate o llame al (831) 755-4187



Transforming health care into healing.