

La Salud Empieza Donde Usted VIVE



THE HEALTHY
SACRAMENTO
COALITION



Communities
Transforming
To make healthy living easier

Cómo Construir un Sacramento Más Saludable

Para reparar las desigualdades en materia de salud se necesitan alianzas

¿Qué significa estar sano? Podría significar visitar un consultorio médico para hacerse un examen de colesterol o para que le receten un medicamento cuando esté enfermo. Pero es mucho más que eso. Estar sano significa tener brócoli fresco para llevar a la mesa. Significa tener un parque seguro donde sus hijos puedan jugar. Significa tener aire limpio para respirar.

Muchas organizaciones en nuestra comunidad comparten la opinión de que nuestra salud se ve afectada por otros factores que no son el acceso a la atención médica. Ochenta y dos de estas organizaciones se unieron en la Coalición por un Sacramento Saludable (Healthy Sacramento Coalition). Con financiamiento de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el liderazgo asumido por la Fundación Sierra Health, en 2011 se creó la Coalición por un Sacramento Saludable con el fin de comprender mejor cómo nuestro medio ambiente afecta nuestra salud en Sacramento.

“Creemos que todas las personas merecen vivir en un vecindario saludable. Esto incluye vivir en un ambiente seguro, sin tabaco y con acceso a alimentos saludables”, dice Debra Oto-Kent, directora ejecutiva del Consejo de Educación para la Salud (Health Education Council), uno de los miembros de la coalición. “Creemos que todos los residentes deben tener acceso a los recursos que los ayuden a estar sanos en el lugar donde viven, aprenden, trabajan, juegan y oran”.

La salud es, sin duda, un tema importante en estos días. La aprobación y puesta en marcha de la Ley de Cuidado de Salud Asequible ha creado un diálogo nacional sobre la atención médica, que a menudo se ha politizado.

Sin embargo, Chet P. Hewitt, presidente y director ejecutivo de la Fundación Sierra Health (Sierra Health Foundation), considera que es necesario que ocurra una discusión paralela, una en la que nos preguntemos cómo podemos crear comunidades más saludables que eviten que las personas tengan que consultar al médico en primer lugar.

“¿Qué cosas podemos hacer en nuestra vida personal para estar sanos? Si usted tiene una enfermedad crónica, ¿cómo se las puede arreglar para no tener que ir a la sala de emergencias más de lo necesario?”, pregunta Hewitt. “Una vida saludable es una vida más plena, y todos deberíamos ser capaces de lograr eso”.

Para hacer esto, dice, tenemos que analizar los determinantes sociales de la salud: la manera en la que sus ingresos, su origen étnico o su dirección pueden influir en su bienestar. No basta con sólo querer

vivir un estilo de vida saludable. Es necesario tener acceso a alimentos frescos, ambientes sin tabaco y lugares seguros para hacer ejercicio.

Hewitt utiliza el ejemplo de un niño que se sienta en su casa a ver la televisión porque sus padres consideran que no es seguro salir a jugar en el parque del vecindario. Ese niño puede tener un mayor riesgo de padecer obesidad.

La falta de opciones es un factor que influye en la capacidad de una persona para tomar decisiones saludables y puede crear disparidades de salud importantes. En el condado de Sacramento, los afroestadounidenses tienen la esperanza de vida más baja que cualquier otro grupo étnico. En el vecindario de Old North Sacramento/Woodlake, casi un tercio de los residentes se consideran fumadores, muy por encima del promedio del condado que es del 14 por ciento. Hay muchos vecindarios donde la mitad de los residentes mayores de 12 años tienen sobrepeso o son obesos.

“Hay una serie de cosas que podemos hacer fuera de un [centro médico] en estas comunidades para mejorar la salud, y no se trata sólo de la voluntad de las personas”, añade Hewitt. “Hay algo más que está fallando en esas comunidades y que nosotros como sociedad debemos estar dispuestos a tratar”.

La Coalición por un Sacramento Saludable optó por concentrar sus esfuerzos en tres focos comunitarios (norte, centro y sur de Sacramento) y 15 códigos postales dentro de esas comunidades que tienen tasas de enfermedad desproporcionadamente altas.

“El objetivo de la coalición es prevenir los ataques cardíacos, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer y otras causas principales de muerte y discapacidad a través de políticas basadas en la evidencia y la práctica, y de cambios ambientales, programáticos y de infraestructura”, explica Oto-Kent.

Sin embargo, Hewitt advierte que este tipo de cambio no es algo que una sola organización pueda hacer por una comunidad. Se requieren asociaciones entre el sector público, la policía, las organizaciones sin fines de lucro, los inversionistas y los grupos de la comunidad con diferentes ideas, puntos de vista y experiencias.

“Nos queda mucho trabajo por hacer. Creo que es un trabajo posible”, dice Hewitt. “Se necesita compromiso, una gran cantidad de socios, la voluntad de entablar un debate sano y que las personas escuchen a sus mayores, e incluir a las comunidades, y no sólo pensar en cómo podemos servirles, sino en cómo podemos asociarnos con ellas para obtener un resultado en particular”.

Chet P. Hewitt es el presidente y director ejecutivo de la Fundación Sierra Health. Debra Oto-Kent es la directora ejecutiva del Consejo de Educación para la Salud. FOTOGRAFÍAS DE CORTESÍA



“Una vida saludable es una vida más plena, y todos deberíamos ser capaces de lograr eso”.

Chet P. Hewitt, presidente y director ejecutivo de la Fundación Sierra Health



“Creemos que todas las personas merecen vivir en un vecindario saludable”.

Debra Oto-Kent, directora ejecutiva del Consejo de Educación para la Salud y ex presidente del Comité Directivo por un Sacramento Saludable (2012-2013)



POR MICHELLE CARL

Coalición por un Sacramento Saludable

Creación y objetivos

El Fondo de Prevención y Salud Pública de la Ley de Protección al Paciente y Cuidado de Salud Asequible estableció subsidios para la transformación comunitaria. En 2011, la Coalición por un Sacramento Saludable y la Fundación Sierra Health recibieron un subsidio de \$499,229 para evaluar las iniciativas y las políticas actuales de prevención de enfermedades crónicas en el condado de Sacramento. La Coalición por un Sacramento Saludable es una de las 61 concesionarias del subsidio para la transformación comunitaria que actualmente realizan este trabajo en todo el país.

Administrado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control, CDC), el programa de subsidios apoya la planificación e implementación de proyectos que han demostrado que pueden reducir la incidencia de enfermedades crónicas, que de acuerdo con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades son responsables del 75 por ciento de los costos de atención médica en los Estados Unidos.

El subsidio para la transformación comunitaria establece cinco temas estratégicos:

- 1) **Vida sin tabaco**
- 2) **Vida activa y alimentación saludable**
- 3) **Servicios de prevención comunitarios y clínicos de alto impacto y de calidad**
- 4) **Bienestar social y emocional**
- 5) **Ambientes físicos saludables y seguros**

La Coalición por un Sacramento Saludable es posible gracias a la financiación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.



Para obtener más información y mantenerse informado, síganos en Facebook:
www.Facebook.com/HealthySacramentoCoalition.

La Familia Counseling Center

Sigue Adelante

POR EDGAR SANCHEZ

Por 40 años, la agencia ha proporcionado servicios de salud y otra asistencia a la comunidad



Fidel Cruz es un cliente de La Familia.
FOTO DE EDGAR SANCHEZ

Por un año, Fidel Cruz ha tenido dificultades con su movilidad. Desde que perdió unos dedos del pie a causa de complicaciones de la diabetes, él usa su andadera y su silla de ruedas para no lastimarse más.

Con su agravante situación, el Sr. Cruz en junio entró en contacto con La Familia Counseling Center de Sacramento, explicando que necesitaba transporte a sus citas médicas.

Desde entonces La Familia lo ha transportado, gratuitamente, desde su casa en el sur de Sacramento a más de 15 citas, incluyendo a una clínica para su diabetes.

“Estoy muy agradecido a La Familia”, el Sr. Cruz dijo. “Sin su ayuda, mi salud tal vez hubiera empeorado”.

El abanico de servicios de La Familia Counseling Center, una agencia sin fines de lucro, ha beneficiado a los necesitados por 40 años. Sus programas abarcan diversas áreas como: la salud física y mental; oportunidades de empleo y adiestramiento; servicios para menores en situaciones de riesgo; educación básica para adultos y, entre otros, un proyecto para nuevos padres y sus bebés.

Uno de los objetivos de La Familia es aumentar el acceso de la asistencia médica.

“En el 2012, tocamos las vidas de 20,000 individuos que necesitaban nuestros servicios”, dijo Rachel Rios, la directora ejecutiva de La Familia, la cual es miembro de la Coalición por un Sacramento Saludable (Healthy Sacramento Coalition). “Y todos nuestros servicios son gratis”.

La Familia se fundó en 1973, con tres empleados. En esos días, su misión era rescatar — por medio de terapia y otros métodos — a jóvenes en peligro de caer en la delincuencia.

Estos jóvenes con frecuencia provenían de familias con problemas sociales. Por ejemplo, algunos de sus padres estaban desempleados. Otros habían abandonado la escuela secundaria y carecían de experiencia laboral. Otros padres tenían problemas de salud.

“Nos dimos cuenta que era crítico proveer servicios a toda la familia” no sólo en la sede de la agencia, sino también en los hogares, dijo Oralia Bermúdez, directora de programas y subdirectora de La Familia.

“Desde el comienzo, hemos sido una de las pocas agencias enfocadas en hacer visitas de casa”, ella dijo.

Aunque La Familia tiene sus propios programas, algunos son ofrecidos en cooperación con otras agencias.

La Familia — hoy tiene aproximadamente 70 empleados — actúa rápidamente.

Poco después de haber llamado a la agencia, el Sr. Cruz fue visitado por Susie Alcalá, del Programa de Orientadores Comunitarios de Salud de La Familia, el cual funciona en colaboración con Dignity Health y el California Endowment. El POCS es para personas con enfermedades crónicas, que residen en ciertos códigos postales, y son de origen latino o asiático. El programa les ayuda, entre otras cosas, a llegar a sus citas médicas, en colaboración con compañías de seguros y otras entidades.

El Sr. Cruz compartió su historia con su visitante: Fue diagnosticado con diabetes hace más de 10 años. Visitando México a fines del 2012, dijo, desarrolló gangrena en un pie, forzando la amputación de dos

dedos por un doctor. En abril, un doctor en Sacramento le amputó un dedo del otro pie por la misma causa.

Habiendo sido obrero en Estados Unidos por 20 y tantos años, el Sr., Cruz calificó para Medi-Cal y pagos por discapacidad. Recientemente sufrió complicaciones en un pie. Por el momento, no puede caminar, pero sueña con hacerlo pronto para trabajar de nuevo.

Sus doctores incluyen a un podólogo y, debido a problemas con su vista, a un optometrista.

“Don Fidel es una verdadera inspiración”, dijo la Sra. Alcalá, quien lo lleva a sus citas.

“Estoy muy agradecido a La Familia. Sin su ayuda, mi salud tal vez hubiera empeorado.”

**Fidel Cruz,
cliente de La Familia**

Enfoque es sobre:
La Familia Counseling Center

Todo individuo necesitado, desde un bebé a un anciano, puede recibir ayuda por medio de la Familia Counseling Center:

La agencia fué fundada en Sacramento en 1973, para intervenir en las vidas de jóvenes en riesgo de caer en la delincuencia. Desde entonces, la organización sin fines de lucro ha crecido rápidamente **para servir a todas las edades, comenzando con programas de nutrición para nuevas madres y sus infantes.**

La Familia, miembro de la Healthy Sacramento Coalition, también ofrece programas de salud mental; servicios de empleo y entrenamiento; cursos de computadoras; y muchos más.

La mayoría de estos servicios — los cuáles son gratuitos — se brindan tanto en La Familia como en los hogares de los clientes, en colaboración con agencias diversas.

“Todas las personas que entran por las

puertas de La Familia son bienvenidas”, dijo Susie Alcalá, una empleada de la organización. “Si no tenemos el programa que necesitan, sabemos dónde mandarlas para sus necesidades.

“Hemos estado en este negocio por 40 años”, agregó. “Aquí nos preocupamos por cada persona, cada situación”.

Foco de atención en:

Health Education Council

Como una de las 82 organizaciones miembros de la Coalición por un Sacramento Saludable, la misión del Consejo de Educación para la Salud (Health Education Council, HEC) es crear comunidades más saludables mediante la educación y las políticas, y aumentar el acceso a los alimentos saludables y la actividad física.

Una de las maneras en que el Consejo de Educación para la Salud ha logrado esto es mediante la aplicación de diversas iniciativas que se enfocan en **reducir la incidencia de enfermedades crónicas** como el cáncer, la diabetes, las enfermedades del corazón y la obesidad en las comunidades de bajos ingresos, y brindar el acceso a recursos de salud a través del programa Ventanilla De Salud (VDS) del HEC, con sede en el consulado mexicano.

Otro esfuerzo, el Programa Lugar de Trabajo (Worksite Program), insta a los empleadores a **adoptar políticas saludables en el lugar de trabajo** y a aumentar el acceso a los alimentos saludables y la actividad física en los lugares de trabajo. La campaña ofrece a los empleados evaluaciones del lugar de trabajo y les ayuda a implementar programas de bienestar diseñados para mejorar la salud y el bienestar de los empleados.

“Muchas empresas, grandes y pequeñas, descubrieron que los programas de bienestar en el lugar de trabajo son un buen negocio”, dice Dana Fields-Johnson, directora del programa del HEC, y explica que los empleados más saludables trabajan mejor.

El Consejo de Educación para la Salud ofrece también personal de apoyo, lo que facilita el trabajo de la Coalición para un Sacramento Saludable. El HEC se concentra en las dos causas más prevenibles de muerte, el tabaco y la alimentación poco saludable con una vida inactiva, para reducir los problemas de salud.



“Queremos que las personas sepan que pueden cocinar algo más saludable por el mismo precio que pagarían en McDonald’s”.

Shaunda Johnson, Consejo de Educación para la Salud

Revitalización del Parque: Un Símbolo de Salud

La iniciativa fomenta la actividad física y mejores hábitos alimenticios a través de los arreglos realizados al parque Valley Hi.

POR MEREDITH J. GRAHAM

Hace dos años, mientras el personal del Consejo de Educación para la Salud y un grupo de miembros de la comunidad inspeccionaban el parque Valley Hi, un pandillero local sacó una pistola e hizo un disparo de advertencia. Todos corrieron a refugiarse, pero nadie resultó herido.

“Esto pudo haber tenido un efecto adverso. La gente podría haber dicho: ‘Este parque es muy peligroso’”, afirma Shaunda Johnson, coordinadora del programa del Consejo de Educación para la Salud para la iniciativa conocida como Zona de Alimentación Saludable y Vida Activa (Healthy Eating Active Living Zone, HEAL Zone). “Pero en realidad fue un catalizador para que los grupos se unieran con el fin de luchar contra la delincuencia y poner en práctica programas positivos en el parque”.

La inspección analizó todo, desde la iluminación y el acceso hasta el estado de los juegos infantiles y las canchas deportivas del parque, que comprende más de 16 acres.

“Se encontraba muy poco utilizado”, afirma Johnson. En lugar de aprovechar el hecho de tener un lugar para hacer ejercicio y jugar, las personas que viven en el vecindario de Valley Hi tenían miedo de usar el parque debido a las pandillas, y el equipo y las canchas habían caído en un estado de deterioro. La investigación demostró que la actividad física puede ayudar a combatir la obesidad, lo que convierte a la vida activa en una de las principales metas de la Coalición por un Sacramento Saludable. Cuando los residentes no tienen lugares seguros para recrearse

en la comunidad, es posible que su salud empeore.

Pero en una reciente mañana soleada en el parque, Johnson señala que las personas que caminan por los senderos son un signo de que la revitalización funcionó. Desde que se realizó la inspección los residentes recuperaron el parque Valley Hi. Con la dirección de HEAL Zone, un programa financiado por Kaiser Permanente, los representantes de la iglesia del vecindario y de los edificios de apartamentos se han reunido allí para celebrar eventos para toda la familia. HEAL Zone instaló máquinas para hacer ejercicio en los senderos del perímetro, y otros grupos como United Way organizaron días de limpieza.

Desde el inicio, HEAL Zone creó una liga juvenil de baloncesto y también inició grupos de caminantes, incluido uno que se reúne todos los sábados. Al final de la caminata, los participantes pueden tomar una bolsa llena de productos agrícolas gratuitos donada por el Banco de Alimentos de Sacramento.

“HEAL Zone lanzó la caminata, pero desde el 24 de agosto la comunidad la coordina”, dice Johnson, y explica que el objetivo principal de HEAL Zone es producir un cambio que tenga un impacto duradero. Uno de sus objetivos es la sostenibilidad, al garantizar que la comunidad se apropie de los programas para mantenerlos en funcionamiento.

Además de revitalizar el parque, HEAL Zone mejoró sus esfuerzos al combinar fuerzas con otros programas del Consejo de Educación para la Salud (Health Education Council, HEC) como FitKids y la Iniciativa de Tiendas Saludables de Sacramento, que coloca alimentos saludables en una variedad de establecimientos minoristas, como tiendas de conveniencia, tiendas pequeñas de vecindario y mercados étnicos. Algunos de los logros incluyen la introducción de clases de cocina en complejos de apartamentos de Valley Hi enfocadas en comidas saludables y la colaboración con los comedores escolares para reducir la cantidad de bocadillos azucarados a favor de las frutas y verduras.

“Mucho de lo que estamos haciendo está disipando los mitos sobre la alimentación saludable”, añade Johnson. “Queremos que las personas sepan que pueden cocinar algo más saludable por el mismo precio que pagarían en McDonald’s”.

En conjunto, las iniciativas para una vida activa y una alimentación saludable tienen como objetivo cambiar la cultura de Valley Hi por una que fomente la actividad física y la elección de alimentos saludables a largo plazo. Y todo comenzó en el parque.



Shaunda Johnson, coordinadora del programa del Consejo de Educación para la Salud, muestra una de las máquinas para hacer ejercicio que HEAL Zone instaló en el parque Valley Hi.
FOTOGRAFÍA TOMADA POR MEREDITH J. GRAHAM

El enfoque es sobre: **California Rural Legal Assistance Foundation**

Por más de 30 años, California Rural Legal Assistance Foundation (CRLAF) ha batallado para proteger a los campesinos de toda clase de abusos.

En las cortes, en el Capitolio estatal, y en otras instituciones, la organización **defiende los derechos de los trabajadores agrícolas y otras personas de bajos recursos.**

La CRLAF lucha contra patrones que no pagan, así como contra el uso de pesticidas en los campos de labor. También aboga por mejores escuelas y programas de salud en zonas rurales,

y por más viviendas rurales asequibles para familias de bajos recursos.

Además, los abogados de CRLAF tienen un orgullo especial: Ellos escribieron muchas propuestas legislativas que hoy son ley, beneficiando a los trabajadores del campo.

Mencionar todas las actividades de CRLAF, una organización sin fines de lucro, requeriría un libro.

Lo que se puede decir en pocas palabras: la fundación es una gran

protectora de los campesinos.

CRLAF no recibe fondos federales, dijo Juanita Ontiveros, una empleada de la fundación.

“La fundación rechaza dineros federales”, dijo. De esta forma, CRLAF tiene la libertad de proseguir con cualquier acción legal, incluyendo retos a leyes o programas federales, agregó.

Odila Cervantes, una extrabajadora agrícola, dijo que la clínica da el único acceso a medicina en Knights Landing. Jorge Servín, un campesino de Woodland, visita la clínica en Knights Landing.

Atención Médica Donde se Necesita

POR EDGAR SANCHEZ

La nueva clínica en Knights Landing atiende a los campesinos

“Esta clínica fue como un deseo cumplido para muchos residentes.”

Odila Cervantes

En el 2008, la única clínica de salud de Knights Landing cerró sus puertas. Súbitamente, para los 1,000 residentes del pueblo rural — la mayoría de ellos campesinos latinos — no hubo otro remedio: Al necesitar servicios médicos, tenían que viajar 12 millas a Woodland, la ciudad más cercana.

“El cierre de la clínica causó mucha tristeza”, Odila Cervantes, una extrabajadora agrícola, dijo. “Cerraron el único acceso que teníamos a medicina en Knights Landing”.

Eventualmente, alguien propuso un plan de acción: Fundar una nueva clínica con estudiantes de medicina de la Universidad de California, Davis. La idea fue adoptada por un grupo de mujeres que se movilizó en Knights Landing para luchar por una nueva clínica.

“Ya estaba el lugar adecuado para la nueva clínica — el edificio que había ocupado la clínica anterior”, dijo Juanita Ontiveros, de la California Rural Legal Assistance Foundation, quien activamente participó en la campaña para un nuevo centro de salud.

Un miembro de la Healthy Sacramento Coalition, la California Rural Legal Assistance Foundation (CRLAF) ha luchado para mejorar la salud de los campesinos.

Conversaciones entre activistas comunitarios, otros grupos y la Escuela de Medicina comenzaron en el 2009, dando su fruto en enero 2012, con la apertura de la Knights Landing Clinic en el Centro de Recursos Familiares del Condado de Yolo. Este centro, que brilla con un exterior amarillo, por varios años fue la sede de la extinta clínica.

Oficiales del centro habían apoyado la campaña por la nueva clínica. Y habían prometido acomodarla en su edificio, que es propiedad del distrito escolar Woodland Joint Unified School District (WJUSD).

La nueva clínica, abierta cada tercer domingo del mes, funciona con estudiantes de la Escuela de Medicina de UC Davis, bajo la supervisión de preceptores. Todos son voluntarios. Y los pacientes reciben sus servicios, incluyendo exámenes de sangre, gratis.

Los campesinos y los estudiantes que los examinan están muy entusiasmados.

Alexa Calfee, por ejemplo, permanece orgullosa de haber sido co-directora de la clínica durante su primer año de operación.

“Yo quiero ser una doctora en una zona rural”, dijo Calfee, 26, ahora en su tercer año de estudios de medicina en UC Davis. “Trabajar en la clínica me recordó que yo podría hacer eso el resto de mi vida, y eso me hizo feliz”.

Las zonas rurales necesitan doctores. Aunque 20 por ciento de los californianos viven en áreas rurales, solamente 9 por ciento de los doctores trabajan en esas zonas, según un estudio de UC Davis.

Los pacientes de la nueva clínica en su gran mayoría son campesinos. En 2012, sus enfermedades incluían diabetes, hipertensión y artritis, Calfee dijo.

La Sra. Cervantes, quien visita la clínica mensualmente para asegurar su salud, dijo, “Esta clínica fue como un deseo cumplido para muchos residentes.”

Jorge Servín, un campesino de Woodland, visita la clínica para “chequeos” de fiebres, dolores de huesos y náusea.

“En esta clínica ... lo atienden con amabilidad y respeto”, dijo.

Cuando la clínica abrió sus puertas, Ontiveros fue de casa en casa en Knights Landing, notificando a campesinos. La ex campesina nacida en Texas es directora de abogacía comunitaria y proyectos especiales para CRLAF.

La gente de Knights Landing tiene una nueva meta: establecer un jardín orgánico en su pueblo, donde cultivarían sus propias frutas y legumbres, en un terreno del distrito escolar WJUSD. “La comida orgánica es más saludable, porque no tiene pesticidas,” dijo Servín, quien voluntariamente trabajaría en el jardín comunitario, junto con otros campesinos y los jóvenes del grupo Pueblo Unido. Este esfuerzo complementa los esfuerzos del Centro de Recursos Familiares del Condado de Yolo, que quiere aumentar el acceso a los alimentos frescos en la comunidad.

La junta directiva del WJUSD ha discutido el propósito.

“Hemos hablado de un arreglo bajo el cual el Centro de Recursos Familiares del Condado de Yolo” rentaría 3.8 acres por \$1 al año, para convertirlos en el jardín, dijo Angel Barajas, un miembro de la junta directiva del distrito escolar. Hasta la fecha, ningún arreglo ha sido aprobado.

“Lo bueno de unirnos como una coalición es que podemos tener un mayor impacto, ya que podemos compartir recursos en lugar de trabajar solos”.

Olivia Kasirye, funcionaria de Salud Pública del Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Sacramento



La Salud Medida en Números

Cuando hablamos del tema de la salud de los residentes del condado de Sacramento, la calidad varía muchísimo, por decirlo de alguna forma. La Coalición por un Sacramento Saludable se concentra en 15 códigos postales identificados por tener disparidades de salud en comparación con el resto del condado. Por ejemplo, en el vecindario del norte de Sacramento, Del Paso Heights, la tasa de mortalidad infantil es la más alta del condado de Sacramento, con una tasa de 6.73 muertes por cada 1,000 nacidos vivos.

No obstante, explicar la disparidad entre un código postal y otro requiere un examen cuidadoso de varios factores, según Olivia Kasirye, funcionaria de Salud Pública del Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Sacramento. Entre los factores que la Coalición por un Sacramento Saludable está observando dentro de cada área se incluye la conformación social y económica, el acceso y la calidad de la atención, la calidad del medio ambiente y la educación. Es un tema

Olivia Kasirye, funcionaria de Salud Pública del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services, DHSS) del condado de Sacramento, dice que la disparidad en salud entre los códigos postales del condado de Sacramento es un tema complicado que involucra varios factores. FOTOGRAFÍA CORTESÍA DEL DHHS DEL CONDADO DE SACRAMENTO

¿Por qué los residentes de algunos códigos postales son más saludables que otros?

POR MIKE BLOUNT

complicado, pero Kasirye dice que la mejor estrategia para encontrar una solución es lograr que la comunidad se una para resolverlo.

“Lo bueno de unirnos como una coalición es que podemos tener un mayor impacto, ya que podemos compartir recursos en lugar de trabajar solos”, dice Kasirye.

Agrega que la Coalición por un Sacramento Saludable se concentra en hacer cambios que tendrán un mayor impacto a largo plazo, como aumentar el número de personas que tienen acceso a alimentos frescos. Traer los mercados de agricultores a estos vecindarios o animar a la gente a cultivar sus propios alimentos frescos en un jardín personal son sólo algunas de las maneras en que la coalición está abordando el tema.

“Observar los datos nos da una idea de algunos de los factores a los que nos enfrentamos, pero cada organización aporta una perspectiva diferente”, dice Kasirye. “Algunas están observando las políticas, algunas se centran en la educación y otras se enfocan en el acceso. No es una respuesta fácil y ninguna organización va a tener todas las respuestas”.

¿Puede su código postal determinar su salud?

El lugar donde usted vive juega un papel importante en su salud y la de su familia. Este mapa muestra los tres focos comunitarios que la Coalición por un Sacramento Saludable identificó por tener disparidades de salud en comparación con el resto del condado.

ÁREA DE ENFOQUE	CÓDIGO POSTALES	VECINDARIOS
 NORTH AREA	95660, 95673, 95815, 95821, 95838, 95841	North Highlands, Rio Linda, Old North Sacramento, Woodlake, Del Paso Manor, Del Paso Heights, Belmont Estates
 DOWNTOWN	95811, 95814	Richards, Alkali Flats, Mansion Flats, Midtown, Richmond Grove, Southside Park
 SOUTH AREA	95817, 95820, 95822, 95823, 95824, 95828, 95832	Oak Park, Elmhurst, Tahoe Park, Land Park, Parkway, Valley Hi/North Laguna, City Farms, Fruitridge Manor, Florin, Meadowview

95815 Old North Sacramento/Woodlake tiene la tasa de mortalidad más alta del condado.

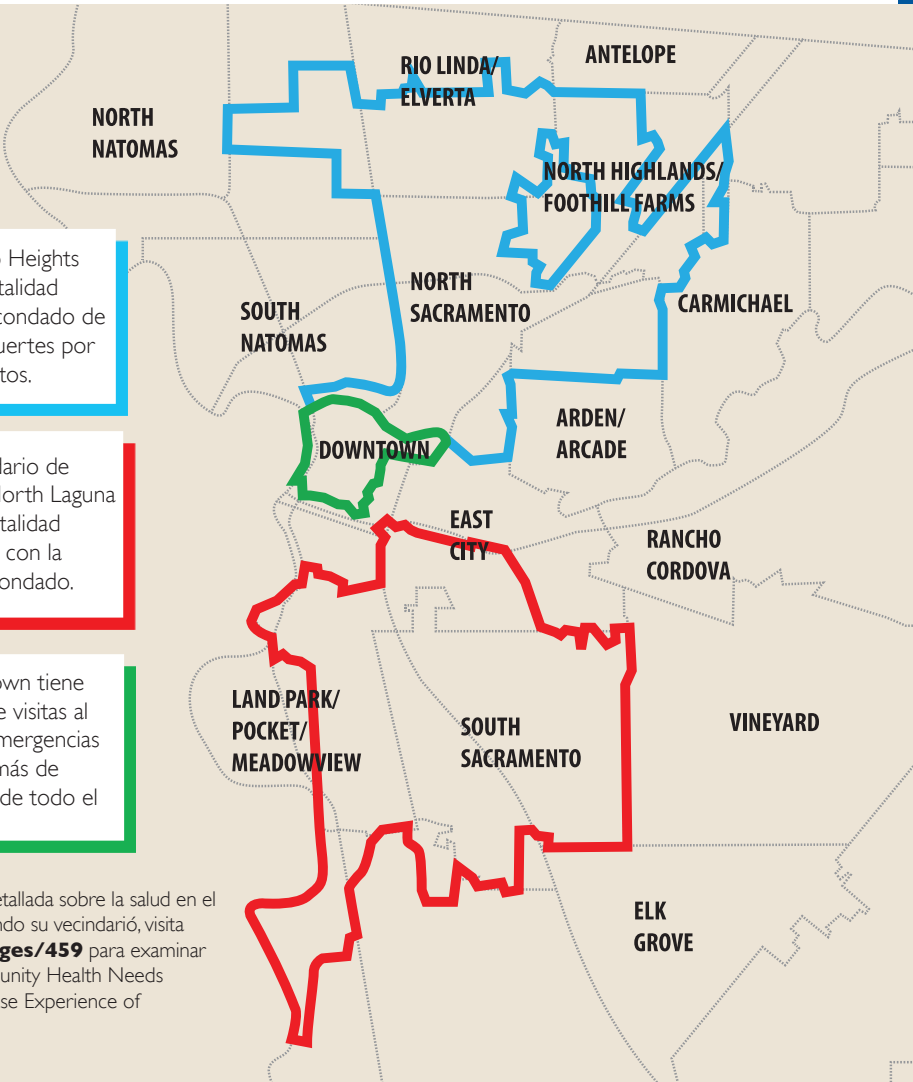
95814 Downtown tiene una tasa de visitas al departamento de emergencias y hospitalizaciones relacionadas con el tabaco de más del doble de la tasa de todo el condado.

95838 Del Paso Heights tiene la tasa de mortalidad infantil más alta del condado de Sacramento: 6.73 muertes por cada 1,000 nacimientos.

95823 El vecindario de Parkway/Valley Hi/North Laguna tiene la tasa de mortalidad más alta relacionada con la hipertensión en el condado.

95814 Downtown tiene las tasas más altas de visitas al departamento de emergencias y hospitalizaciones: más de cuatro veces la tasa de todo el condado.

Para obtener más información detallada sobre la salud en el condado de Sacramento, incluyendo su vecindario, visita www.sierrahealth.org/pages/459 para examinar The Sacramento County Community Health Needs Assessment y the Chronic Disease Experience of Sacramento County Residents.





Warren Barnes tiene un papel activo en la Coalición por un Sacramento Saludable y anteriormente formó parte del Comité Directivo.
FOTOGRAFÍA DE LESLIE BILLINGS

A la Altura de la Misión

POR MEREDITH J. GRAHAM

Como pastor de la Iglesia Presbiteriana Grace de Sacramento y consultor en la Escuela de Salud Pública de la Universidad de California en Berkeley, Warren Barnes ha participado en la Coalición por un Sacramento Saludable (Healthy Sacramento Coalition, HSC) desde el principio. A pesar de un retroceso en el financiamiento este año debido a la confiscación del presupuesto federal, dice que la HSC seguirá mejorando con base en sus éxitos.

¿Cómo se involucró en la Coalición por un Sacramento Saludable?

Me involucré cuando los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades anunciaron su programa de subsidios para la transformación comunitaria y, en efecto, solicité propuestas de iniciativas locales para colaborar con el enfoque de dejar de fumar, promover la vida activa y la alimentación saludable, y reducir la incidencia de enfermedades del corazón y la hipertensión.

Participé en numerosas reuniones para planificar la propuesta para el condado de Sacramento y edité algunas partes de ella antes de presentarla a los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC). Desde que la propuesta fue financiada [en 2011], he participado en el Comité Directivo, el Grupo de Trabajo sobre Políticas, los programas de capacitación de la HSC y sesiones plenarias.

¿Qué tan exitoso considera que ha sido el programa?

Reunir... prácticamente a todas las organizaciones que están directamente involucradas en algún aspecto de la salud pública [como se relaciona con la HSC] ha sido una tarea gigantesca. Considero que la HSC ha tenido mucho éxito hasta la fecha. La HSC sin duda habría pasado a la fase de ejecución el 1.º de octubre del año pasado de no haber sido por la confiscación. La confiscación requirió, entre otras cosas, una reducción de los fondos disponibles para los CDC, incluidos los subsidios para la transformación comunitaria.

Al entrar en el tercer año de la Coalición por un Sacramento Saludable, ¿cuáles son los objetivos principales?

Debido a que no podemos entrar en la fase de ejecución este año, vamos a continuar en la fase de desarrollo con algunos proyectos piloto. Asimismo, la HSC se reestructuró y pasó de tener tres grupos de trabajo (políticas, comunicación y capacitación) a tener tres grupos de tareas sustantivas: dejar de fumar, vida activa y alimentación saludable, y asuntos [de prevención] clínicos y comunitarios.

Los grupos de tareas sustantivas para dejar de fumar y la alimentación

Warren Barnes nos cuenta hacia dónde se dirige la Coalición por un Sacramento Saludable y cómo usted puede participar

saludable y la vida activa acordaron previamente programas piloto para supervisar. El grupo de tareas clínicas y comunitarias está considerando actualmente programas pilotos prácticos que permitan avanzar con base en los progresos ya realizados por la Iniciativa de Atención Adecuada, que es parte de la HSC, a través de su Universidad de Mejores Prácticas. Esa iniciativa se concentró en la prevención de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares, y se enfocó en los centros médicos y sus líderes clínicos. El concepto sería apoyar las mejoras clínicas en curso y crear un componente basado en la comunidad.

¿Qué efecto tuvo la coalición en la salud general de los residentes de Sacramento?

Sería razonable suponer que algunos logros modestos podrían haberse realizado por el efecto sinérgico de reunir a todas estas personas y trabajar juntos.

Por ejemplo, la Iglesia Presbiteriana Grace introdujo bandejas de frutas y verduras al menos un domingo al mes, y ha utilizado información de la salud del corazón en los sermones periódicamente. Grace también patrocinó tres foros sobre el tema "From Farm to EVERY Fork" (Desde la granja a CADA tenedor) en octubre; un resultado directo de la HSC debido a que los foros fueron una colaboración de varias organizaciones de la HSC que no se habían reunido antes. Grace también está al frente del desarrollo de un puesto del Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria (Supplemental Nutrition Assistance Program), CalFresh, los sábados por la mañana, en colaboración con una organización de la HSC de la que ni siquiera habíamos oído hablar antes [la Alchemist Community Development Corp.].

Estoy seguro de que otras organizaciones tienen historias similares.

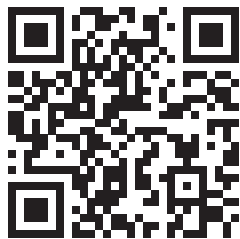
¿Cómo pueden participar las personas?

Muchas de las organizaciones que participan en la HSC reciben con los brazos abiertos a las personas interesadas. Grace es un ejemplo de cómo puede participar la gente. Contamos con 11 voluntarios que deben capacitarse para formar parte del personal del puesto del SNAP, todos los cuales se inscribieron en la última noche de esta serie de foros, y 13 personas se ofrecieron como voluntarios para contribuir al costo de \$5,000 dólares para tener el puesto del SNAP en marcha y funcionando durante un año (un proyecto importante para una iglesia pequeña con modestos recursos financieros). Nada de esto habría sido posible sin la HSC.



Para obtener más información y mantenerse informado, síganos en Facebook:
www.Facebook.com/HealthySacramentoCoalition.

THE HEALTHY SACRAMENTO COALITION



Escanee aquí para ponerse en contacto con las organizaciones miembros



Póngase en contacto con una de las organizaciones miembros de la Coalición por un Sacramento Saludable (Healthy Sacramento Coalition, HSC) para averiguar cómo puede convertir a su comunidad en un lugar más saludable para vivir.

La Coalición por un Sacramento Saludable es posible gracias a la financiación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Grupo de Trabajo por una Vida sin Tabaco

- » American Cancer Society
- » Asian Resources Inc.
- » Breathe California of Sacramento Emigrant Trails
- » Drexel University Sacramento, School of Public Health
- » Health Education Council
- » Kaiser Permanente
- » La Familia Counseling Center Inc.
- » Mutual Assistance Network
- » Sacramento Chinese Community Center
- » Sacramento County, DHHS, Division of Public Health
- » Sierra Health Foundation
- » The SOL and STAND Projects
- » UC Davis Center for Healthcare Policy and Research

Grupo de Trabajo por la Integración de la Salud Comunitaria y Clínica

- » Anthem Blue Cross
- » Asian Resources Inc.
- » California Northstate University College of Pharmacy
- » California Chronic Care Coalition
- » California Rural Legal Assistance Foundation
- » Center for Fathers and Families
- » Drexel University Sacramento, School of Public Health
- » Grace Presbyterian Church
- » Health Education Council
- » Health Net State Health Programs
- » La Familia Counseling Center Inc.
- » Latino Physicians of California/Senior Medical Director (Sutter)
- » Mutual Assistance Network
- » Sacramento Native American Health Center Inc.
- » Sierra Health Foundation
- » UC Davis Health System, Dept. of Family Medicine
- » Yes2Kollege, Education Resources Inc.

Grupo de Trabajo por una Vida Activa y Alimentación Saludable

- » Alchemist Community Development Corporation
- » American Heart Association
- » Asian Resources Inc.
- » California Rural Legal Assistance Foundation
- » Center for Collaborative Planning
- » Center for Fathers and Families
- » Crossings TV
- » Harmon Johnson Healthy Start
- » Health Education Council
- » Lu-Mien Community Services
- » Fairytale Town Inc.
- » Kaiser Permanente
- » Liberty Towers Church — Sac Youth Initiative
- » Nourishing the Kids Media
- » Oak Park Preschool Inc.
- » Sacramento Area Council of Governments
- » Sacramento Chapter of the Links Inc.
- » Sacramento Chinese Community Center
- » Sacramento County DHHS, Division of Public Health
- » Sacramento Housing Alliance
- » Sacramento Tree Foundation
- » Sierra Health Foundation
- » The California Endowment
- » UC Davis Health System Center for Reducing Health Disparities
- » UC Davis Health System, Institute for Population Health Improvement (IPHI)
- » WEAVE Inc.
- » Yes2Kollege Education Resources Inc.



Communities
Transforming
To make healthy living easier



Para obtener más información y mantenerse informado, síganos en Facebook:
www.Facebook.com/HealthySacramentoCoalition.



SIERRA HEALTH
FOUNDATION