



# Boletín de noticias junio 2021

[www.nihhc.com](http://www.nihhc.com) • [info@nihhc.com](mailto:info@nihhc.com) • Tel: 574.522.0966  
1.877.21.SALUD (72583) • Fax: 574.522.0354



Like us on  
Facebook



## Carta de la directora ejecutiva

Queridos amigos,

A pesar de los enormes cambios que hemos vivido durante el último año y medio, hay que destacar los grandes avances de nuestra organización en la lucha para brindar igualdad de acceso a los servicios de salud, recursos y educación a nuestra comunidad. Esta tarea es parte de nuestra misión.

A medida que el mundo regresa a la nueva normalidad en medio de la pandemia, sabemos que aún hay necesidades y hay mucho trabajo que aún queda por hacer. En respuesta a estas necesidades hemos adaptado nuestros programas de Corazones Saludables (*Healthy Hearts*) y Por Tu Familia a un formato de eLearning (*virtual*) para seguir educando a nuestra comunidad. Solamente durante la primavera del presente año hemos impactando a cerca de 400 niños y adultos en la comunidad.

Nuestro objetivo es continuar con nuestros programas educativos durante el resto del año 2021, ya sea en línea, en persona o de forma híbrida. Sea cual sea la circunstancia, ¡estamos preparados para seguir sirviendo y educando a nuestra gente! De hecho, este otoño, el programa Corazones Saludables se implementará en todo el distrito de las escuelas elementales públicas de Goshen (*Goshen Community Schools*) como parte del currículo de educación física. Nos sentimos emocionados de nuestro trabajo en conjunto con Goshen Community Schools, el cual busca que sus estudiantes aprendan a tomar decisiones informadas e implementen hábitos más saludables.

Si bien los casos de COVID-19 parecen estar disminuyendo con el lanzamiento de vacunas nuevas y efectivas, nuestros esfuerzos NO deben detenerse. De hecho, gracias al patrocinio de la Fundación de los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades (*CDC Foundation*) recientemente lanzamos nuestra **Campaña de Concientización sobre la importancia de Vacunarse contra el COVID-19**. El objetivo de esta campaña es aumentar la tasa de vacunación entre las comunidades de color, específicamente en nuestra comunidad hispana. Las barreras

que enfrenta la comunidad para acceder a las pruebas y vacunas contra el COVID-19 siguen estando presentes y es nuestra meta responder a estas barreras. Durante los últimos 15 meses, nuestro personal ha ofrecido servicios de interpretación en los sitios para hacerse el examen de COVID y para aplicarse las vacunas, ha contestado llamadas en nuestra línea de ayuda, ha realizado presentaciones educativas sobre todo lo relacionado con el COVID-19 en línea y en la radio, sólo por nombrar algunas actividades. Estamos muy agradecidos con nuestro equipo de trabajo y con todos los voluntarios que han estado en primera fila, ayudando a la comunidad en nombre de la NIHHC. Gracias a cada uno de ellos nuestra organización se ha fortalecido y ha tomado más relevancia en las decisiones asociadas con la salud que han beneficiado a la comunidad en general.

Nos sentimos orgullosos de promover la vacunación contra el COVID-19 entre los miembros de nuestra comunidad. Si deseas apoyar la campaña de vacunación de la NIHHC y ser un vocero, contáctanos y ayúdanos a compartir nuestro material educativo, nuestros eventos y videos explicativos entre tú círculo de influencia!

De parte de la Coalición Hispana de Salud del Norte de Indiana, te deseamos un verano seguro, saludable y feliz. Juntos podemos vencer el COVID-19.

Cordial saludo,

Liliana Quintero  
Directora Ejecutiva



**Liliana Quintero**

# PROGRAMAS EDUCATIVOS

## POR TU FAMILIA

Este programa tiene como objetivo abordar los factores de riesgo asociados a las enfermedades cardiovasculares promoviendo el autocontrol de hábitos saludables. Basado en el currículo del Programa Educativo Tomando Control de su Diabetes (DEEP -Diabetes Empowerment Education Program), este programa ofrece educación sobre la presión arterial, el colesterol, la diabetes y la obesidad. Por tu Familia adopta un enfoque holístico para promover estilos de vida saludables en las familias haciendo énfasis en la nutrición saludable y el ejercicio.

**9 de febrero, 2021 - 9 de marzo, 2021** - la NIHHC ofreció este programa de manera virtual a 53 participantes hispanos. El programa consistió de cuatro sesiones que se facilitaron vía zoom y Facebook Live. Debido a la alta demanda, la clase fue dividida en dos grupos para poder responder mejor a las inquietudes de nuestros participantes. Las sesiones incorporaron presentaciones dirigidas por profesionales de la salud y actividades grupales de zumba y otra de leer etiquetas nutricionales para planear una “taquiza”. La doctora Zuleyja Prieto facilitó la clase, Ana Mondragón las sesiones de zumba, y Liliana Quintero la actividad de la “Taquiza”.

Durante la “Taquiza” los participantes aprendieron a leer etiquetas nutricionales de productos tales como carne, tortillas, crema, etc. y se demostró cómo se pueden hacer tacos saludables sin exceder la cantidad de grasa o sal en nuestra dieta. Uno de los participantes dijo, “Estoy contento de saber que puedo seguir comiendo tacos. ¡No sabía que dependiendo del tipo de carne o tortillas que uso puedo reducir o incrementar el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares!”

Otro estudiante dijo, *“¡Este programa es excelente! Espero que se vuelva a repetir. Ojala que lo puedan ofrecer en mi iglesia. ¡Todos necesitamos aprender esta información!”*

Para evaluar el impacto del programa Por Tu Familia, los participantes completaron una encuesta en línea pre y posterior la cual evaluaba el conocimiento y los deseos de adoptar nuevos hábitos en el corto/largo plazo. Vea algunos de los resultados a continuación.

Programa Por Tu Familia		
Resultados	Encuesta Previa	Encuesta Posterior
¿Qué tan seguro está de poder prevenir la diabetes tipo dos? (Muy confiado)	38%	58% (+20%)
¿Está aumentando su actividad física? (Sí)	28%	54% (+26%)
¿Está intentando ahora bajar de peso? (Sí)	32%	42% (+10%)
¿Está reduciendo la cantidad de grasa en su dieta? (Sí)	38%	67% (+29%)

## PROGRAMA CORAZONES SALUDABLES

Este programa tiene como objetivo prevenir la obesidad infantil, cubre varios temas que enfatizan la importancia de seguir una dieta saludable y hacer ejercicio. El programa busca impactar positivamente el conocimiento, las percepciones y los hábitos de los estudiantes. Durante estas clases los niños aprenden cómo funciona el corazón, los cinco grupos de alimentos, el tamaño correcto de las porciones por grupo de alimento, la importancia de hacer ejercicio y tomar agua, y a leer etiquetas nutricionales entre otras cosas. Además, la clase incluye actividades interactivas, las cuales ejemplifican como los buenos o malos hábitos de alimentación y ejercicio pueden afectar su salud. La NIHHC ha ofrecido este programa desde el 2013 y más de 4,000 estudiantes de los condados de Elkhart y Kosciusko se han beneficiado.



*Liliana Quintero, Directora Ejecutiva de la NIHHC, acompañada de la asistente de Corazones Saludables, Angy Cruz, muestra las partes del corazón a los estudiantes de quinto grado en la Escuela Primaria Beardsley, en el salón de Mr. Evans.*

### Escuelas Públicas de Elkhart

**25 de marzo, 2021 - 25 de mayo 2021** - Esta primavera, en asociación con las Escuelas Públicas de Elkhart, la NIHHC implementó el programa Corazones Saludables en cuatro escuelas primarias a niños de quinto y sexto grado. En total, 196 estudiantes de las escuelas primarias de Beardsley, Bristol, Monger y Roosevelt asistieron al programa. Siguiendo estrictos protocolos de seguridad por el COVID-19 y adoptando componentes virtuales para el aprendizaje en línea, la NIHHC pudo ofrecer el programa en persona en 8 salones de clases y 2 en línea (virtuales). El programa para niños de quinto y sexto grado consistió de tres sesiones de seguimiento que ayudaron a reforzar los conceptos que los estudiantes aprendieron en

## PROGRAMA CORAZONES SALUDABLES (cont.)

cuarto grado y a expandir los temas relacionados con problemas de la salud, tales como la presión arterial alta, el derrame cerebral, la diabetes y el colesterol alto. Las sesiones incluyeron presentaciones y actividades en el aula tales como ejercicio físico, tomar su pulso y a crear platos saludables basados en las etiquetas de alimentos.

Los maestros respondieron con entusiasmo a las clases de Corazones Saludables incluso cuando todavía se enfrentan a los desafíos por el COVID-19 citaron la necesidad de incluir

educación sobre salud, y destacaron la forma en que el programa se relaciona con la vida de los estudiantes, las familias y la comunidad en general.

Un estudiante de quinto grado preguntó, *“¿Regresarán el próximo año? ¡Realmente me gustó!”*

Para evaluar el impacto del programa Corazones Saludables, los participantes de quinto y sexto grado completaron una evaluación de seguimiento para medir la retención de conocimientos y los cambios a largo plazo de su índice de masa corporal (BMI).

## EVENTOS

### VACUNAS CONTRA LA GRIPE EN WARSAW

- **Enero - marzo, 2021** - La NIHHC, K21 Foundation, Walgreens, Walmart y Bowen Center unieron esfuerzos para ofrecer vacunas contra la gripe a la comunidad del condado de Kosciusko en la iglesia de Nuestra Señora de Guadalupe en Warsaw, IN. El personal de Walgreens y Bowen Center fueron los encargados de vacunar a más de 95 hispanos adultos y niños mayores de 4 años en el estacionamiento de la Iglesia Nuestra Señora de Guadalupe. También, Walmart administró más de 15 vacunas dentro de su establecimiento.

### EXÁMENES DE SALUD EN ELKHART

- **27 de marzo, 2021** - La NIHHC ofreció exámenes de salud gratuitos a miembros de la comunidad, tales como medición de la presión arterial, saturación de oxígeno, glucosa, colesterol e índice de masa corporal. Angy Cruz, miembro del equipo de NIHHC, estuvo a cargo de estos exámenes y dijo, *“Si bien es importante promover las vacunas contra el COVID-19 las cuales son prioridad en este momento, no podemos dejar de ofrecer exámenes de salud preventivos para monitorear nuestra salud mental y física en general.”*

### EVENTOS DE VACUNACIÓN COVID-19 EN ELKHART, WARSAW Y GOSHEN

- **13 - 20 de abril, 2021 (1ra. dosis) y 11 - 15 de mayo, 2021 (2nd dosis)** - FEMA e ISDH unieron sus esfuerzos y ofrecieron vacunas de Pfizer a la comunidad de Elkhart (Tolson Center) y Warsaw (Center Lake Pavilion) de 9AM-6PM. La NIHHC proporcionó intérpretes altamente capacitados para ayudar en el registro de los miembros de la comunidad y en la programación de citas. Aproximadamente 2,500 personas recibieron las dos dosis de las vacunas.
- **20 - 22 de mayo, 2021 (1ra. dosis) y 10 - 11 de junio, 2021 (2nd dosis)** - FEMA e ISDH unieron sus esfuerzos y ofrecieron vacunas de Pfizer y de Johnson & Johnson en Goshen High School de 9AM-6PM. La NIHHC proporcionó intérpretes altamente capacitados para ayudar en el registro y programación de citas. Aproximadamente 1,000 personas recibieron las dos dosis de las vacunas.

La Directora Ejecutiva de la NIHHC, Liliana Quintero, explicó la importancia de contar con intérpretes en estos sitios de vacunación y el trabajar en equipo con el Departamento de Salud del Estado de Indiana. Ella dijo: *“No sólo es importante hablar el idioma de los pacientes a los que ofrecemos un servicio, sino ser culturalmente sensibles a sus preocupaciones y entender qué es lo que realmente les impide vacunarse. Tener acceso a personal bilingüe entrenado en el rastreo de contactos y con información actualizadas sobre el COVID-19 es una gran ventaja para la comunidad en general.”*



*Norma, recibe su vacuna contra la gripe de parte de Jennifer, Jefe de Enfermeras de la Farmacia Walgreens, en el estacionamiento de la Iglesia de Nuestra Señora de Guadalupe en Warsaw.*

# AGRADECIMIENTOS

La NIHHC está agradecida por el generoso apoyo de nuestros grantors, patrocinadores y donantes quienes hacen posible nuestras iniciativas.

**Beacon Community Impact: Corazones Saludables y Por Tu Familia - \$25,000**

**Beacon Health Foundation (donación): Corazones Saludables (componente de salud mental) - \$5,000**

**Fundación de la CDC: Campaña para aumentar la cobertura de vacunación contra el COVID**

**Community Foundation of Elkhart County: Fondo de respuesta a la comunidad para el COVID -19 - \$8,316**

**Departamento de Salud del Condado de Elkhart: Servicios de Interpretación**

**Ciudad de Warsaw: Servicios de Interpretación**

**Indiana Minority Health Coalition: Todos los programas & servicios - \$117,251**

**K21 Health Foundation: Programas & servicios en el condado de Kosciusko - \$40,000**

**K21 Health Foundation: Iniciativa de Vacunas contra la Gripe para el condado de Kosciusko - \$7,800**

**Lilly Endowment, Fondo de Resiliencia para Apoyar a los Jóvenes (adaptaciones en programas como resultado del COVID-19) - \$45,000**

**REAL Services, CSBG: Corazones Saludables y Por Tu Familia - \$32,000**

**REAL Services, CSBG CARES Act: actividades relacionadas con el COVID-19 - \$24,000**

**Well Foundation: Corazones Saludables - \$30,000**

**Otras donaciones corporativas e individuales - \$14,084**

- Assembly Mennonite Church
- Crane Composites
- First State Bank
- Heart City Health
- Robert Froschauer
- Robert Wood Johnson Foundation, gracias a Gilberto Pérez



*Liliana Quintero, directora ejecutiva de la NIHHC, aparece recibiendo un cheque por parte de Julia Rodríguez, gerente de recursos estratégicos de Crane Composites. Esta generosa donación de \$5,000 apoyará todas las iniciativas de la NIHHC, que están impactando positivamente a nuestra comunidad.*

# NIHHC EN LA COMUNIDAD – Actividades del COVID-19

A medida que el mundo se recupera, las necesidades relacionadas con el cuidado de la salud en nuestra comunidad han aumentado. La mayoría de los hispanos en los Estados Unidos, especialmente en el norte de Indiana, están en la boca del lobo, ya que son trabajadores esenciales y de primera línea: en fábricas, restaurantes y otros trabajos de alto contacto. Estas personas fueron y siguen siendo afectados de manera desproporcionada a causa del COVID-19. Este hecho sustenta la realidad sobre la desproporción en el acceso a los servicios de salud que la comunidad hispana enfrenta, tal como la falta de sensibilidad cultural en el acceso a las vacunas contra el COVID-19.

## RESPUESTA CONTINUA DE COVID-19

En respuesta a las barreras de acceso a los servicios de salud que nuestros miembros de la comunidad enfrentan, tales como barrera del lenguaje, falta de seguro médico, estigma y falta de educación en el manejo de la tecnología, entre otros, la NIHHC ha estado trabajando incansablemente en las siguientes iniciativas:

### Campaña de Vacunación contra el COVID-19 e Invitación a Personas que pueden ayudar a promover esta iniciativa entre su Círculo de Influencia:

Con el apoyo de la Fundación del CDC, la NIHHC lanzó la campaña de vacunación contra el COVID-19 llamada: “Da el primer paso,” con el fin de aumentar la tasa de vacunación entre la comunidad hispana. La campaña busca capacitar a un gran y diverso grupo de líderes comunitarios para promover y compartir el material promocional y educativo relacionado con la importancia de vacunarse, con sus círculos de influencia. La NIHHC tiene como objetivo superar las barreras e incrementar la aceptación de las vacunas entre la comunidad hispana, de tal manera que pueden tomar una decisión informada acerca de la vacunación. Si está interesado en formar parte de esta iniciativa y necesita más información, envíe un correo electrónico a: [acruz@nihhc.com](mailto:acruz@nihhc.com), ella le compartirá material promocional para diseminar en su grupo de influencia.

**Línea de ayuda de la NIHHC para el COVID-19:** Una profesional de la salud está disponible para brindar información completa sobre los sitios de prueba/vacunas, manejo de síntomas, prevención, registro y referirlos a centros médicos y hospitalarios. También brinda asistencia con el registro para el Programa de Asistencia de Alquiler de Emergencia relacionado con COVID-19 en el condado de Elkhart.

**Servicios de interpretación:** la NIHHC proporciona intérpretes en los sitios de prueba y sitios de vacunación para el COVID-19.

**Rastreo de contactos:** con el apoyo del Departamento de Salud del Condado de Elkhart, personal bilingüe de la NIHHC ofreció servicios de rastreo de contactos para las Escuelas Públicas de Concord relacionadas con contagios por COVID-19.

**Centro de llamadas del Departamento de Salud:** la NIHHC proporcionó personal bilingüe capacitado para el centro de llamadas del Departamento de Salud del Condado de

Elkhart durante seis meses. NIHHC ofreció apoyo en el registro, asignación de citas para vacunas, explicación de directivas de salud pública, quejas de sitios que no seguían los lineamientos para reducir la propagación del virus y cualquier otra pregunta relacionada con el COVID-19.

**Clases de Salud Virtual:** la NIHHC ofrece charlas informativas en español a través de Facebook Live todos los martes a las 5 pm. Estas charlas son grabadas para que más usuarios puedan beneficiarse y verlas posteriormente. Un profesional de la salud facilita estas charlas llamadas “Píldoras de Conocimiento”, con temas de salud física y mental.

**Folletos Bilingües de Preguntas Frecuentes sobre el COVID-19:** la NIHHC desarrolló dos folletos que se actualizan constantemente. Estos folletos brindan información clara y directa sobre los síntomas, prevención, sitios de pruebas, exposición, vacunación y los recursos comunitarios disponibles respecto al COVID-19. La NIHHC con el apoyo del Departamento de Salud del Condado de Elkhart, la ciudad de Warsaw y los distritos escolares locales ha distribuido más de 150,000 folletos en los condados de Elkhart y Kosciusko.

**Intervenciones en la radio:** una representante de NIHHC habla todos los miércoles a la 1:00 PM en la estación de radio La Raza, WKAM 1460, y ocasionalmente en Radio Horizonte. Los temas incluyen cómo el COVID-19 afecta a las personas con afecciones subyacentes, detalles sobre el virus y las vacunas e información educativa que ayuda a que la comunidad tome decisiones informadas respecto a la vacuna contra el COVID-19.

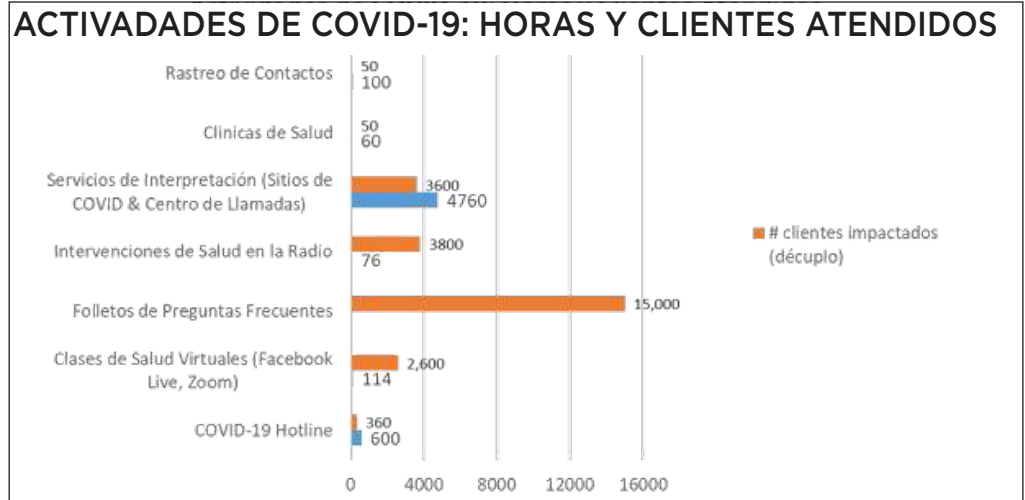
**Vacunas y exámenes de salud:** la NIHHC brinda y aboga por servicios directos que incluyen vacunas contra la gripe, exámenes y vacunas contra el COVID-19 en lugares donde los miembros de la comunidad se sienten seguros y bienvenidos. Estos servicios se ofrecen de forma gratuita en asociación con organizaciones del cuidado de la salud y voluntarios de la comunidad en los condados de Elkhart y Kosciusko.



# NIHHC IN THE COMMUNITY - COVID-19 ACTIVITIES

## Trabajo en conjunto con el CDC para incrementar las tasas de vacunación entre los hispanos

La NIHHC ha estado trabajando en conjunto con el CDC en diferentes proyectos, con el objeto de incrementar las tasas de vacunaciones contra el COVID-19 entre los hispanos.



- **Grupo de trabajo del CDC:** Liliana Quintero, Directora Ejecutiva de la NIHHC, quien ha liderado varias iniciativas en el condado de Kosciusko, se reunió con Daiva Yee, Muriel Konne y Taylor Gumms, del CDC para hablar sobre sus preocupaciones por las bajas tasas de vacunación en el condado de Kosciusko. Sólo una de cada tres personas se ha vacunado. El Equipo de Evaluación del CDC identificó las mismas barreras que la NIHHC ha enfrentado durante este año y medio de intenso trabajo alrededor del COVID-19 en el condado de Kosciusko. Visite el sitio web de la NIHHC para leer el reporte completo.
- **Equipo de Comunicación y Disseminación del CDC:** Los mismos líderes del CDC se reunieron con representantes de la NIHHC para hablar sobre maneras de mejorar la disseminación y la comunicación entre la comunidad hispana respecto a las vacunas contra el COVID-19. Con el apoyo y la experiencia la NIHHC en sus campañas de promoción y divulgación, el CDC propone ayudar con esas necesidades, creando materiales educativos claros, consistentes, y efectivos para educar a nuestra comunidad y así ayudarlos a tomar decisiones informadas.
- **Fundación del CDC:** La NIHHC fue premiada con fondos que buscan apoyar a organizaciones sin fines de lucro que estén trabajando en incrementar la cobertura de vacunaciones entre las comunidades de color las cuales son las que viven más de cerca la disparidad en el acceso a servicios de salud. La NIHHC fue la única organización de Indiana que recibió este grant. Un total de 549 agencias aplicaron y solo 71 agencias fueron galardonadas en el país. Esta donación apoyará la Campaña de la NIHHC de Concientización de las Vacunas Contra el COVID-19 en la Comunidad Hispana de los condados de Elkhart y Kosciusko.



## acúnate Ya

www.nihhc.com • 1-877-21-SALUD (72583)  
COVID-19 HOTLINE 574-206-3938

- **Clínica de Vacunación de la NIHHC contra el COVID-19 en asociación con Heart City Health, 17 de julio, 2021, 10:00 AM-2:00 PM, en la oficina de NIHHC**
  - *Drive-thru* (sin necesidad de bajarse de su carro) - Vacunas Pfizer en el estacionamiento de las oficinas de la NIHHC en Elkhart
  - 2<sup>da</sup> dosis en el mismo sitio y misma hora.
- **“Píldoras de Conocimientos” clases virtuales, todos los martes de 5:00 PM-6:00 PM, en la página de Facebook de la NIHHC (busque la palabra “NIHHC” en Facebook)**
  - Las charlas informativas son en español a través de Facebook Live con temas relacionados con la salud física y mental.
- **Intervenciones de Salud semanales en la radio La Raza, WKAM 1460, todos los miércoles a la 1:00 PM**
  - El programa de radio es transmitido en español con temas de salud física y mental