

Enfermero del Trinitas recibe importante lección en su vida

Elizabeth, NJ- Hace 21 años el enfermero registrado Constantine (Cozy) Vintilescu ayudó a que su paciente Harold Aguilar, entonces con 18 años, pudiera asistir a su graduación en la Elizabeth High School. Recientemente, Harold Aguilar, paralizado de la cintura para abajo por un accidente de natación ocurrido en 1991, tuvo también la oportunidad de ayudar a su ex enfermero.

“Mi accidente fue sólo un mes antes de mi graduación y Cozy sabía que yo deseaba asistir a la ceremonia,” explicó Harold, que ahora tienen 39 años. “El hizo los trámites por mí y logró resolver todo”. Harold fue hospitalizado durante un mes en el Elizabeth General Medical Center después de su accidente, antes de ser transferido al Kessler Institute para recibir terapia física.

Cuando el Elizabeth General se fusionó con el St Elizabeth Hospital en el año 2000, Cozy se convirtió en enfermero de la unidad de cuidados intensivos del Trinitas Regional Medical Center, por entonces recién creado.

El enfermero Cozy esta vez fue quien recibió ayuda de Harold. Su antiguo paciente contribuyó de forma directa en la presentación sobre lesiones de la médula espinal que debió realizar Vintilescu como parte de sus estudios para obtener una maestría en la especialidad de enfermería. El auditorio de Cozy fueron decenas de alumnos del



Harold Aguilar (sentado) conversa con Gary S. Horan, presidente de Trinitas Regional Medical Center y Constantine Vintilescu, enfermero de la sala de cuidado intensivo, durante una presentación a los estudiantes de la Escuela de Enfermería del Trinitas.

último año que asisten a la escuela dedicada a formar enfermeros del Trinitas Regional Medical Center.

“Fue una buena oportunidad para hablar con los estudiantes acerca de cómo ocurrió mi accidente y los detalles de mi rehabilitación,” dijo Harold. Este tipo de eventos en realidad se ajustan muy bien a las actividades que desarrolla Aguilar, quien ahora encabeza el Family Support program de la Christopher and Dana Reeve Foundation Paralysis Resource Center.

Cozy recuerda el desafío que significó conseguir las autorizaciones del ICU para poder asistir a la ceremonia de graduación. “Tuvimos

que obtener el consentimiento del presidente del hospital, el director de la unidad de cuidados intensivos, el neurocirujano, el neurólogo, el neumólogo, el médico de atención primaria, y por supuesto la autorización de la familia y la escuela”, explicó Constantine Vintilescu. “Se trataba nada menos que mover fuera del hospital durante varias horas a un paciente paralizado y recibiendo oxígeno. Parecía imposible. Sin embargo, nuestros pacientes se merecen lo mejor y por eso tenemos que estar ahí para ellos”.

A Cozy también le parece que esa graduación, ocurrida en 1991, fue ayer. Puede recordar con nitidez todos

su detalles. “Todavía lloro cuando pienso en esta experiencia, cuando recuerdo como todos los estudiantes y las familias se pusieron de pie para aplaudir a mi paciente en el instante que recibió su diploma.”

Cozy igualmente aprendió una gran lección. “Este joven me enseñó la necesidad de equilibrar las prioridades con las necesidades del paciente. Los cuidados de enfermería no siempre tienen que ver con la atención médica. A veces la ayuda más importante que podemos dar a nuestros pacientes es gastar unos pocos minutos haciéndoles saber lo mucho que los valoramos como seres humanos”.

Mi médico, mi aliado

Está claro que el sistema de salud no es perfecto y que falta mucho por hacer para corregirlo o por lo menos para incrementar su efectividad. Es claro también que esto afecta dramáticamente a las comunidades inmigrantes.

A pesar de los esfuerzos de algunas autoridades locales y estatales, la cobertura no es total. Las barreras económicas y de lenguaje persisten y muchos prefieren sufrir – literalmente – sus dolencias antes de acudir a un centro médico por miedo a que su situación migratoria se revele.

Y aun cuando tenemos acceso a atención médica, tenemos que enfrentarnos a varios retos, también impuestos por el sistema.

El tiempo establecido para la visita médica frecuentemente no excede los 15 minutos, durante ese tiempo muchas veces ciertas circunstancias impiden una comunicación eficiente entre el médico y el paciente.

Esa es la situación. Por eso, es indispensable que nos hagamos cargo y, por nuestro propio bienestar, hagamos todo lo que esté a nues-



Por Luisa Fernanda Montero Para La Red Hispana

tro alcance para sacarle el mejor provecho a la cita médica.

Para empezar, debemos tener claro que si bien, el experto es el médico, nosotros somos los responsables de darle la información adecuada si queremos obtener un diagnóstico certero y un tratamiento efectivo.

“El cuarto de hora” en el que tenemos el médico a nuestro alcance se va en la elaboración de la historia clínica, la revisión de los medicamentos y la sintomatología y por supuesto, el examen físico. Todo una maratón.

Basado en ese proceso el médico hace una aproximación al diag-

nóstico y de ser el caso, ordena los exámenes pertinentes, emite una fórmula y hace las recomendaciones necesarias.

Para optimizar los resultados, de acuerdo con el doctor Héctor Álvarez, PHD en ciencias médicas y residente en Washington DC., lo principal es que el paciente tenga claro el motivo de su consulta.

“Es muy importante que el paciente tenga clara la cadena de eventos; qué fue primero, qué fue después, y que traiga consigo cualquier información que no sea fácil de recordar, como los medicamentos que está tomando y los horarios, y si es posible, exámenes previos de laboratorio”.

Álvarez recuerda que es fundamental tener clara la historia familiar. “Que la gente sepa de qué murió la abuelita, de qué murió la tía, qué enfermedades están presentes en la familia, tanto en familiares directos como no directos”.

Si bien la pericia médica es clave a la hora de hacer las preguntas, Álvarez aclara que es fundamental que los pacientes no oculten

información. Para el médico es indispensable saber, por ejemplo si el paciente fuma, consume alcohol o drogas ilícitas o si está bajo un régimen de pastillas anti-conceptivas.

Así que prepárese. Escriba y lleve a la consulta la información sobre el síntoma principal que lo motiva a visitar al médico, cuándo apareció, cuáles son sus características, es esporádico o permanente. Detalle la intensidad del dolor si lo tiene y tome en cuenta el funcionamiento de su sistema digestivo.

Relacione las medicinas que está tomando, incluyendo vitaminas y suplementos y no olvide referir si está siguiendo algún tipo de tratamiento casero.

Anote todas las preguntas que quiere hacerle al doctor, es posible que una vez en el consultorio las olvide, y tenga vergüenza o temor de expresarle sus inquietudes.

Discuta el tratamiento con su médico y pida explicaciones. Recuerde que – de ser posible – es importante tener una segunda opinión, sobre todo si se trata de diagnósticos complicados.

SECCION PROFESIONAL

ABOGADOS

JULIO SANCHEZ

Abogado

- Accidentes de Automóvil
- Caidas por negligencia de otro
- Accidentes de Trabajo
- Muerte por Negligencia (wrongful death)
- Causa de Incapacidad al Seguro Social

425 Elmora Ave., Elizabeth
(908) 355-0666

MEDICOS

DR. PEDRO GUTIERREZ

QUIJANO GENERAL

464 NORTH AVE., ELIZ.
(908) 351-0790

Aceptamos Mayoría de Seguros

QUIROPRACTICOS



THOMAS HAVERON D.C.

QUIROPRACTICO

333 Harrison Ave. Harrison (973) 482-1600
909 Elizabeth Ave. Elizabeth (908) 629-0800

1-888-4-AYUDATE
(888) 429-8328

DR. ERNESTO MARTICORENA

DR. SOKRATIS DRAGONAS

ACCIDENTES DE AUTOMOVILES

DOLORES DE ESPALDA Y CUELLO

ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION

560 Newark Ave. Elizabeth, NJ
(908) 355-3358

McDonald's® lanza red para mejorar la nutrición



ROSELAND, N.J. – 11 de abril de 2012: Los restaurantes McDonald's del área triestatal de Nueva York anuncian el lanzamiento del McDonald's New York Metro Nutrition Network. Una nueva iniciativa de alcance comunitario, su objetivo es proveer fondos a instituciones locales para que expandan o establezcan nuevos programas de nutrición en sus comunidades.

Mediante este programa, los dueños/operadores de la zona ofrecerán fondos para apoyar a las organizaciones locales a concientizar a sus miembros sobre el tema de la nutrición. Esta iniciativa es una extensión del compromiso nacional de McDonald's de ofrecer mejores opciones nutritivas en sus menús.

Además de proveer contribuciones a las organizaciones comunitarias, McDonald's patrocinará una serie de encuentros (offline MeetUps) en el área triestatal, donde dietistas certificados interactuarán directamente con familias e individuos que deseen obtener información sobre nutrición.

A través de su iniciativa Commitments to Offer Nutrition Choices, McDonald's intenta informar a sus consumidores para que tomen mejores decisiones sobre su nutrición. Por ejemplo, la nueva Happy Meal® de McDonald's incluye fruta (aproximadamente ¼ de taza de manzana tajada) y una porción pequeña de French Fries (1.1 onzas). Como parte de la nueva Happy Meal, McDonald's ha lanzado el Happy Meal Chefs Program, que brinda a padres y niños de 8 a 11 años de edad la oportunidad de colaborar con Dan, el Chef ejecutivo de McDonald's, para crear nuevas selecciones nutritivas de Happy Meals.

Este año se seleccionarán cinco organizaciones ganadoras que serán reconocidas durante una presentación en su comunidad. Las organizaciones sin fines de lucro del área triestatal que estén interesadas en participar, pueden obtener una solicitud en www.McDNYMetroNutritionNetwork.com. Las solicitudes deberán ser completadas y enviadas por correo postal a la siguiente dirección: McDonald's Owners/Operators Association; Attention: McDonald's New York Metro Nutrition Network; PO Box 280; Little Falls, NJ 07424. La fecha límite de envío es el 1° de junio de 2012. Los formularios para el programa serán evaluados en base al impacto comunitario que produzca el programa de concientización para tomar mejores decisiones sobre su nutrición.

Diga Lo Lei En LA VOZ

www.lavoznj.com

Usted es el primer responsable de su salud. El error médico – que siempre está en la bandeja de posibilidades – puede evitarse si usted es un paciente comprometido e informado.

Su médico puede ser su mejor aliado, discuta con él las fuentes de información que debe consultar para saber más sobre su condición y conviértase en protagonista de su bienestar. Su salud es su responsabilidad.

MURGADO & CARROLL, Esqs. Abogados

Abierto de Lunes a Viernes, incluso citas por la noche

Le ayudaremos en todo tipo de caso legal:

ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN
DIVORCIOS ❖ CORTE MUNICIPAL
ACCIDENTES DE TRABAJO

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

761 Westfield Avenue
Elizabeth, New Jersey 07208

(908) 659-0101

