



Una publicación del St. Joseph Medical Center para residentes del área de Houston

CONSTRUCCIÓN SOBRE UN LEGADO DE MÁS DE 130 AÑOS

El St. Joseph Medical Center continúa construyendo su legado como el primer hospital en Houston que brinda un cuidado excepcional a sus pacientes desde que abrió sus puertas el 1ro de junio de 1887. Como el primer hospital con una unidad Materno Infantil —donde nacen uno de cada tres houstonianos— y el primer hospital universitario en la ciudad, el St. Joseph Medical Center ayudó a dar forma al pasado de Houston y continúa desempeñando un rol crítico, mejorando su atención al paciente a través de la tecnología, la investigación y la experiencia de su dedicado y cuidadoso personal médico, de enfermería y de soporte.

Ahora, como parte de Steward Health Care System, cuya sede central está ubicada en Dallas, el St. Joseph Medical Center está preparado para cubrir las demandas del cuidado de salud de los houstonianos durante los próximos años. Su galardonado sistema incluye 37 hospitales, donde se da empleo a 42.000 profesionales del cuidado de la salud y se atiende a unos 2.2 millones de pacientes cada año. La filosofía de Steward Health Care permite al St. Joseph Medical Center la oportunidad de afiliarse con varios centros de atención inmediata, centros de enfermería especializada y con una variedad de servicios de la salud, lo cual hace posible una atención rentable y de calidad para los pacientes.



“El cuidado de la salud puede resultar muy confuso. Mi misión personal es que a cada paciente se le trate como si fuese mi propia madre”, expresó Kim Bassett, RN, presidenta del St. Joseph Medical Center. “Una visita al hospital es casi siempre imprevista y eso hace que las familias estén en un estado de crisis. El tener que orientarse por el sistema de salud incrementa el nivel de estrés que ya están experimentando, por eso consideramos un privilegio poder ayudar a las familias durante estos tiempos turbulentos”.

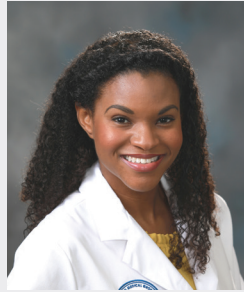
Entre estos retos están la pandemia de la COVID-19. El St. Joseph Medical Center, en colaboración con otros hospitales dentro de la red de Steward Health Care, respondió al llamado de los houstonianos en necesidad (continúa en la página 4)

de atención médica durante el punto máximo de la crisis de la COVID-19.

LOS MIEMBROS MÁS RECIENTES DE LA PRÁCTICA MÉDICA COMPARTEN INTERESES COMUNES



Majaz Khan, DO



Stacey Wells, MD



STEWARD
DOCTORFINDER™

Para una cita con los médicos en este artículo, llame al 713-650-6556 o visite DoctorFinder™ en Provider.steward.org

La doctora Stacey Wells, M.D., quien recientemente se unió a Medical Associates of Houston, conoció por experiencia propia los efectos de una dieta poco saludable, cuando su abuelo sufrió un accidente cerebrovascular importante mientras ella cursaba su primer año de medicina. Él llevaba una dieta a base de grasas y, como resultado, comenzó a presentar presión arterial elevada, el colesterol alto y fue diagnosticado con diabetes tipo II, una enfermedad crónica que afecta a cómo el cuerpo metaboliza el azúcar.

Esta experiencia con su abuelo inspiró a Wells a educar a sus pacientes sobre cómo alimentarse, mantenerse activos y tomar decisiones saludables. Ella los motiva a comer más vegetales y a reducir el consumo de carne todo lo posible. Las verduras contienen antioxidantes y antiinflamatorios, los cuales ayudan a prevenir la diabetes, los accidentes cerebrovasculares y las enfermedades del corazón.

Ella también brinda estos consejos prácticos a quien esté buscando crear rutinas más saludables:

- Comience el día con un vaso de agua.
- Compre solo en la periferia del supermercado, ya que la mayoría de los alimentos procesados se encuentran en los pasillos centrales.
- Experimente y esté dispuesto a probar nuevos alimentos. Puede que se sorprenda.

Wells comparte esta pasión por ayudar a sus pacientes a desarrollar hábitos alimenticios saludables con el doctor Majaz Khan, M.D., también miembro de Medical Associates of Houston. Khan se enfoca en asistir a los pacientes a controlar la diabetes y a mantener estable el nivel de azúcar en la sangre.

“Modificar el estilo de vida, incluyendo cambios en la dieta, es clave para controlar la diabetes y aumentar la esperanza de vida”, aseguró Khan.

Además, él comenta que es esencial comer carbohidratos complejos, los cuales se encuentran en alimentos como el pan integral, la avena y quinoa, en vez de azúcares simples como los que comúnmente se encuentran en los postres, jugos de frutas y golosinas. Aunque sirven para proporcionar energía rápida, los carbohidratos que se encuentran en los dulces pueden ocasionar la subida del azúcar en la sangre y de la secreción de insulina del páncreas.

Ambos médicos dicen que es fundamental mantenerse activo y ejercitarse para poder controlar la enfermedad adecuadamente o evitarla completamente.

“Usted tiene el control de su mente y su cuerpo cuando toma decisiones saludables”, comentó Wells.

EL MÉDICO SE CONVIERTE EN EL PACIENTE

El doctor Ernest Cronin, M.D., ejerció la mayor parte de su carrera como cirujano plástico en el St. Joseph Medical Center, en el cual no solo atendió pacientes, sino que también enseñó a más de 200 residentes. Él describe el St. Joseph Medical Center como “un lugar especial donde uno se siente como en su familia”.

Por lo tanto, no es ninguna sorpresa que luego de haberse retirado y fuera diagnosticado con cáncer, recibiera tratamiento en el mismo lugar en el cual dedicó tanto tiempo a ejercer la medicina, y casualmente, el lugar en el que nació.

Mientras se recuperaba de la cirugía, Cronin se dedicó a escribir sus memorias, *The Healing Mission of Plastic Surgery* (“La misión curativa de la cirugía plástica”). Este libro transporta a los lectores a través de un viaje personal a medida que Cronin reflexiona sobre las alegrías y las desilusiones de su ilustre carrera, recordando sus días en el St. Joseph Medical Center. También comenta lo que le parece que fue una de las oportunidades más satisfactorias que tuvo: ayudar a médicos en países tercermundistas a aprender a tratar las condiciones del labio leporino y el paladar hendido.

“Como cirujano plástico, tienes la oportunidad de observar resultados visibles inmediatos, lo que es particularmente satisfactorio”, aseguró Cronin.



Ernest Cronin, MD

EL ST. JOSEPH MEDICAL CENTER INAUGURA EL PROGRAMA DE ORIENTACIÓN DE ENFERMERÍA PARA LOS PACIENTES CON CÁNCER DE SENO

Descubrir que se tiene cáncer de seno puede ser, como mínimo, abrumador, considerando todas las implicaciones que puede conllevar el tratamiento. Para ayudar a reducir el estrés y la ansiedad que un diagnóstico de este tipo puede acarrear, el St. Joseph Medical Center ha inaugurado el Breast Cancer Navigation Program (Programa de Orientación del Cáncer de Seno) para centralizar y manejar el cuidado de los pacientes con cáncer de seno.

“Los estudios nos han dicho que la detección temprana, diagnosis e intervención oportuna son claves para sobrevivir el cáncer de seno”, explicó Pranam Baweja, directora del Breast Cancer Navigation Program del St. Joseph Medical Center. “Nuestro objetivo con este programa es tomar un enfoque multidisciplinario contra la enfermedad y ofrecer un punto de contacto centralizado para ayudar al paciente a orientarse por el recorrido del tratamiento apropiado”.

Un/a enfermero/a orientador/a especializado/a trabaja en conjunto con el equipo de especialistas, incluyendo un oncólogo, un radiólogo oncológico, un técnico de imagenología de senos, patólogo, cirujano general y cirujano plástico, para hablar sobre las opciones y desarrollar el plan que mejor cuidado ofrezca a cada paciente. Luego, el enfermero se convierte en el punto de contacto centralizado para el paciente en cada paso del camino.

“En vez de que los especialistas tengan que coordinarse entre sí en nombre de un paciente específico, el enfermero orientador actúa como intermediario, haciendo el proceso más eficiente con el objetivo final de brindarle al paciente el mejor resultado posible,” expresó Baweja.

Si a usted se le diagnostica cáncer de seno, su médico de cabecera o su ginecóloga le dará una referencia directa para el Breast Cancer Navigation Program del St. Joseph Medical Center. A partir de ese momento, el enfermero orientador estará en contacto con usted directamente y será su fuente de contacto principal durante todo su proceso.

Para su comodidad, el St. Joseph's Medical Center ofrece una serie de servicios para el cáncer de seno, como los siguientes:

- Mamografía 3D
- Ultrasonido de mama
- Biopsia (estereotáctica y guiada por ultrasonido)
- Aspiraciones con aguja fina
- Evaluación de la densidad ósea
- Oncología médica
- Cirugía mamaria
- Reconstrucción mamaria
- Cuidado de heridas

Para aprender más sobre el Breast Cancer Navigation Center del St. Joseph Medical Center, llame al 713-979-0334.



ESPECIALISTAS CON NUESTRO PROGRAMA DE NAVEGACIÓN DE ENFERMERAS (L to R) Kevin Hude, MD; Eniola Dawodu, MD; Ngoc Pham, MD; Amanda Garza, MD; Shima Mousavi, MD and Nandhika Wijay, MD



¡PROGRAME HOY SU MAMOGRAFÍA!

Nunca fue tan fácil programar su mamografía anual.

Se recomienda una mamografía anual a todas las mujeres de más de 40 años, aunque la vida está llena de interrupciones. El St. Joseph Women's Center for Breast Care le permite estar al día con el examen anual de mama a través de la programación telefónica o en línea.

Para programar su mamografía, llame al 713-757-7416 o visite el sitio web stjosephmammo.com.

Porque nuestro principal objetivo es ofrecer la mejor calidad de atención a nuestras pacientes, el Women's Center for Breast Care ofrece mamografía 3D.

St. Joseph Medical Center actualmente ofrece mamografías de detección digital a \$100* Esta oferta es válida para todas las citas hechas hasta el 31 de diciembre de 2020. *Oferta válida para pagos en efectivo/con tarjeta de crédito No facturable al seguro.



St. Joseph Medical Center

A STEWARD FAMILY HOSPITAL

Steward

AQUÍ CUANDO NOS NECESITES

Abierto para todas sus necesidades
de atención médica.

Visite sjmctx.com/covid19
aprender más.

SAFE  **READY**
AND

CONSTRUCCIÓN SOBRE UN LEGADO DE MÁS DE 130 AÑOS



Kim Bassett, RN
President of St. Joseph Medical Center

“Cuando Houston comenzó a ver un incremento dramático en los casos de coronavirus, fue muy beneficioso poder contar con el apoyo de centros a través de todo el país y de los líderes de Steward System, quienes compartieron sus experiencias con nosotros”, dijo Bassett. “Este apoyo nos permitió tener todo lo que podíamos necesitar, desde EPP hasta camas, equipos de laboratorio y respiradores para cubrir la demanda”.

Gracias a que el St. Joseph Medical Center se planificó tan eficientemente, continuó teniendo el índice de derivaciones más bajo de toda la ciudad.

“Texas sufrió un fuerte impacto. Muchos hospitales comunitarios se vieron agobiados y desesperados por encontrar un lugar para enviar a sus pacientes”, comentó Bassett. “Fue maravilloso vernos trabajar conjuntamente y estar a la altura de una ocasión sin precedentes como esta”.