

Salud Pública reconoce octubre como **el Mes de Concientización sobre el Cáncer de Mama** para crear conciencia sobre el cáncer de mama, el cáncer más común en mujeres de todas las razas y etnias, y para ayudar a aquellas a buscar prevención, diagnóstico y tratamiento. Además, el 13 de octubre es el Día del Cáncer de Mama Metastásico y la Semana del Cáncer de Mama Masculino es del 17 al 23 de octubre.

Mantenerse saludable puede reducir el riesgo de desarrollar cáncer y mejorar sus probabilidades de sobrevivir al cáncer si se presenta.

Estos son algunos consejos útiles para reducir el riesgo de cáncer de mama:

- Mantenga un peso saludable.
- Mantente físicamente activo.
- Opta por no beber alcohol, o bebe alcohol con moderación.
- Si está tomando, o le han indicado que tome, terapia de reemplazo hormonal o anticonceptivos orales (píldoras anticonceptivas), pregúntele a su médico sobre los riesgos y averigüe si es adecuado para usted.
- Amamanta a tus hijos, si es posible.
- Si tienes antecedentes familiares de cáncer de mama, habla con tu médico sobre otras formas de reducir el riesgo.



Mas información en www.cdc.gov/breast-cancer/

El Departamento de Salud Pública también reconoce octubre como el **Mes de Concientización sobre el Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SMSL)** para crear conciencia sobre el programa 'Safe to Sleep' para ayudar a fomentar el sueño seguro de los bebés y crear conciencia sobre las formas de reducir el riesgo de SMSL.

Para obtener más información sobre las formas de reducir el riesgo de SMSL, puede comunicarse con el Departamento de Salud Materna, Infantil y Adolescente del Condado de Mendocino al (707) 472-2700 o al (800) 734-7793.



SAFE SLEEP TIP:
**Always place baby
on their back to sleep
for naps and at night.**

Back sleeping reduces the risk of SIDS and other sleep-related death. Learn more about keeping baby safe during sleep at safetosleep.nichd.nih.gov.



NIH
Service Kennedy Krieger National Institute
of Child Health and Human Development



Salud Pública - Inmunización / Salud de la Madre, el Niño y el Adolescente (MCAH)

Difusión

El 20 de septiembre, el equipo de MCAH y el equipo de Inmunización participaron en la Celebración de la Herencia Hispana en Ukiah. El equipo de inmunización pudo administrar 9 vacunas contra la gripe. Este evento también fue un esfuerzo de colaboración con el programa de Bienestar Comunitario/Prevención y contó con actividades interactivas para niños enfocadas en el desarrollo infantil, la nutrición y los recursos comunitarios. El evento fue culturalmente relevante para las poblaciones a las que servimos y brindó una excelente oportunidad para profundizar nuestra comprensión de los valores culturales y las tradiciones dentro de la comunidad.

Salud Pública - MCAH

Fuerza laboral y capacitación

Este mes, el personal de MCAH asistió a la Conferencia Anual de Liderazgo y Epidemiología de MCAH City MATCH. La conferencia ofreció información valiosa sobre las estrategias de gestión de datos, los desafíos y las innovaciones destinadas a promover las iniciativas de salud materno infantil. Las herramientas, estrategias y recursos compartidos durante el evento apoyarán nuestros esfuerzos locales de MCAH para aprovechar y utilizar mejor los datos disponibles para mejorar los resultados.



Métricas y mejora de la calidad

MCAH ha realizado un seguimiento de mejoras significativas en el programa HFMC, incluidas las actividades de divulgación, las tasas de visitas domiciliarias y la finalización de las herramientas de evaluación. El equipo ha facilitado sesiones de capacitación grupal para apoyar una transición sin problemas al nuevo sistema de datos Efforts to Outcomes (ETO), asegurando que el personal se sienta seguro y bien preparado para usar el sistema de manera efectiva.

Salud Pública - Administración de Enfermería

Continuamos con dos estudiantes internos en nuestro Programa de Enfermería que actualmente están trabajando en su acreditación a través de la Universidad Estatal de Sonoma que comenzó en septiembre y estarán haciendo pasantías en el departamento hasta fin de año. Un estudiante ya ha completado las horas necesarias y la pasantía en el departamento.



Salud Pública - Servicios para Niños de California (CCS)

La Clínica de Terapia Médica de CCS se trasladó recientemente de la Escuela Calpella a la Escuela Orr Creek, una transición que vino con varios desafíos. El equipo se enfrentó a tiempos de respuesta ajustados, navegando por los aspectos logísticos de la coordinación tanto con la escuela como con las familias. A pesar de esto, el equipo de CCS colaboró estrechamente con MCOE para garantizar que el traslado se completara sin problemas y según lo programado. Su excepcional comunicación con los padres y el personal de la escuela fue clave para este éxito, y los padres expresaron gratitud por los esfuerzos del equipo para mantener la continuidad del cuidado de sus hijos.

El programa de Servicios para Niños de California (CCS, por sus siglas en inglés) brinda atención médica especializada y servicios de terapia a niños con condiciones de salud crónicas o graves elegibles, ayudándolos a acceder a tratamientos y servicios que mejoran su calidad de vida.

El 23 de septiembre, se llevó a cabo la primera clínica en la nueva ubicación, que atendió a 11 niños con condiciones elegibles para CCS. Estos niños recibieron servicios cruciales, incluidas consultas con un fisiatra. La capacidad del equipo para gestionar la mudanza en plazos ajustados y, al mismo tiempo, mantener a los padres informados y tranquilos, pone de manifiesto su compromiso de ofrecer una atención de alta calidad.



Salud Pública - Programa de Atención Médica para Niños en Hogares de Acogida (HPCFC)

En septiembre, el equipo de HPCFC priorizó la colaboración con las tribus Cahto y Round Valley, ejemplificando nuestro compromiso de generar confianza y fomentar asociaciones más sólidas con nuestros socios tribales. Una enfermera de salud pública de nuestro equipo se reunió con trabajadores sociales en Laytonville para discutir áreas de apoyo, abordar inquietudes e identificar puntos de conexión y colaboración, solidificando aún más nuestra relación de trabajo. Tanto nuestro equipo como los representantes tribales expresaron su agradecimiento por tener representantes que se reunieran con ellos en persona, subrayando la importancia de estar presentes y construir conexiones genuinas.

Además, todo el equipo está trabajando para restablecer las reuniones mensuales de colaboración con FCS para mejorar nuestra capacidad de apoyar a los niños y las familias con las que trabajamos, y garantizar una comunicación fluida entre los PHN y los trabajadores sociales de FCS.

El Programa de Atención Médica para Niños en Hogares de Acogida (HPCFC, por sus siglas en inglés) proporciona supervisión integral de la salud y defensa de los niños y jóvenes en hogares de acogida, asegurando que se satisfagan sus necesidades médicas, dentales y de salud conductual. El programa también facilita la coordinación entre los trabajadores sociales, los proveedores de atención médica y los cuidadores para garantizar una atención oportuna. La estrecha colaboración con nuestros socios locales ayuda a garantizar que no se produzcan brechas en los servicios y la comunicación.

El equipo de HPCFC continúa brindando capacitación crítica sobre el proceso JV220 a los nuevos trabajadores sociales del DSS. El proceso JV220 es necesario para garantizar que los niños en hogares de acogida reciban acceso oportuno a los medicamentos que cambian la vida y que son recetados por sus proveedores. HPCFC se coordina con FCS para proporcionar recursos de capacitación como este a los nuevos trabajadores sociales.

Salud pública

¡PH fue notificado de que se nos otorgó una subvención de mitigación de COVID! PH solicitó esta subvención en mayo y recibió una notificación a finales de septiembre de que se nos otorgó \$53,844.00. Estos fondos se utilizarán para crear y distribuir kits de herramientas de capacitación para la mitigación de COVID en varios lugares de la comunidad en los que residen o se atiende a los clientes de salud conductual (incluidos aquellos que no tienen vivienda). Estos kits incluirán materiales de capacitación para las agencias de servicios y tienen como objetivo reducir las dudas sobre las pruebas y la prevención de COVID que puedan existir en estas poblaciones. Este proyecto es una colaboración con Salud Pública, los recursos y habilidades que Salud Pública ha desarrollado en la prevención y respuesta a COVID se aplicarán a los factores de riesgo de los clientes de Salud Conductual y los desafíos de acceso. ¡Estamos emocionados de tener este recurso para nuestra comunidad a medida que avanzamos hacia la temporada de enfermedades respiratorias!

Administración de Salud Pública

Comunicaciones

El Departamento de Salud Pública transmitirá anuncios de servicio público en inglés y español durante todo el mes de octubre para crear conciencia sobre la concientización sobre el cáncer de mama, las vacunas contra los virus respiratorios y la concientización sobre la violencia doméstica.

- Octubre es el Mes de la Concientización sobre el Cáncer de Mama. El cáncer de mama es el segundo cáncer más común en las mujeres y la segunda causa principal de muerte por cáncer entre las mujeres. El aumento de la concienciación y la detección temprana a través de exámenes de detección regulares han disminuido las muertes por cáncer. Las pruebas de detección con mamografía pueden detectar el cáncer de mama en forma temprana, cuando es más tratable. Aprenda a hacerse un autoexamen de mama todos los meses. Hable con su proveedor de atención médica sobre cuándo debe comenzar a hacerse mamografías anuales. Para obtener más



información, visite el sitio web en nationalbreastcancer.org.

Stay Healthy This Flu Season!

- FREE Flu Vaccine is available for anyone 18 years or older at Public Health.
- FREE Childhood Vaccinations are provided through the California Vaccines for Children (VFC) program for eligible families.

You may also get vaccinations from your primary care provider, if you don't have a care provider you may call Public Health at (707) 472-2716 to assist you.

Vaccines protect you and your quality of life. They're proven to be safe, and effective and a strong defense against severe illness.

For more information visit:
www.mendocinocounty.gov/departments/public-health/nursing/vaccines

IT'S TIME TO GET VACCINATED TODAY!

public health

- El otoño es el momento de prepararse para la gripe, el COVID-19 y el VRS (virus respiratorio sincitial). Prepárese usted y su familia. Vacúnese contra la influenza, el COVID-19 y el VRS. Hable con su proveedor de atención médica para determinar cuál es el mejor para usted o para cualquier miembro de su familia. Use una mascarilla. Si está enfermo, quédese en casa y hágase la prueba de COVID-19. Las vacunas proporcionan una fuerte defensa contra la enfermedad grave. Para obtener más información, vaya a cdc.gov/respiratory-viruses.

- Octubre es el Mes de Concientización sobre la Violencia Doméstica. Más frecuente de lo que la mayoría cree, una de cada cuatro mujeres y uno de cada siete hombres experimentará violencia doméstica a lo largo de su vida. Cualquier persona, independientemente de su género, raza, identidad u orientación sexual o estatus socioeconómico, puede ser víctima de violencia doméstica. Si está en peligro inmediato, llame al 9-1-1. Si usted o alguien que conoce necesita ayuda, llame a la línea directa nacional de violencia doméstica 1-800-799-SAFE.