

# Salud En Su PUERBLO

INVIERNO 2022

## Celebrando 50 AÑOS de Servicio

NON-PROFIT  
ORG.  
U.S. POSTAGE  
PAID  
YAKIMA, WA  
PERMIT NO. 7

\*\*\*ECRWSS\*\*\*  
RESIDENTIAL CUSTOMER

Columbia Basin Health Association  
1515 E Columbia St  
Othello, WA 99344

# Obtenga El Cuidado Que Necesita, Cuando La Necesita

## Haga Sus Citas En Su Teléfono!



# Salud En Su PUEBLO

PRESENTADO POR EL EQUIPO  
DE MERCADOTECNIA DE CBHA

Magali Valdez  
Jill Baker  
Ivone Valdez

EDITOR / FOTOGRAFA  
DISEÑADORA GRÁFICA  
REDACTORA



CBHA.WA



CBHA\_WA

CLÍNICA DE OTHELLO  
1515 E Columbia St, Othello

CLÍNICA DE CONNELL  
1051 S Columbia Ave, Connell

CLÍNICA DE WAHLUKE  
601 Government Way, Mattawa

509.488.5256 • CBHA.org

Información en Salud En Su Pueblo viene de una gran variedad de expertos.  
Si tiene alguna pregunta o preocupación acerca de contenido específico que le  
afecte la salud, por favor contáctese con su proveedor.

# ¡Celebrando 50 Años!

Hace 50 años, Columbia Basin Health Association abrió oficialmente sus puertas para brindar igualdad de acceso a atención médica de calidad a Othello y, más tarde, a Wahluke, Connell y las comunidades rurales circundantes.

Desde que servimos por primera vez a nuestra comunidad de Othello en 1972, con sólo un puñado de empleados, nuestro equipo ahora ha crecido a 452 empleados que sienten pasión por servir. Lo que comenzó con solo servicios médicos y unos pocos cientos de pacientes, ahora ha crecido hasta convertirse en un hogar médico centrado en el paciente totalmente integrado con aproximadamente 38,000 pacientes únicos y más de 193,000 visitas de pacientes.

La salud de nuestra comunidad es nuestra máxima prioridad. Desde recién nacidos hasta personas de la tercera edad, hemos estado aquí a lo largo de su viaje de salud brindando servicios de atención primaria de clase mundial, como servicios médicos, dentales, de salud conductual y visión.

Para mejorar el acceso a los servicios familiares, brindamos atención obstétrica, mujeres, bebés y niños (WIC), servicios de apoyo a la maternidad, educación sobre nutrición y salud, servicios de intervención temprana y servicios auxiliares como radiografías digitales, dexascan y transporte. También hemos incorporado una máquina CAD/CAM de última generación a nuestro departamento dental y ahora ofrecemos servicios de mamografía.

A lo largo de estos 50 años, CBHA ha recibido múltiples premios de calidad de reconocimiento estatal y nacional debido a nuestro alto nivel de participación comunitaria y asociación con los recursos de la comunidad. Estamos orgullosos de ser reconocidos como una organización de mejores prácticas debido a nuestros esfuerzos inquebrantables para producir un lugar de trabajo de alta tecnología con edificios de última generación equipados con tecnología galardonada para nuestros proveedores galardonados. Estamos orgullosos de ser el mejor lugar para trabajar, el mejor lugar para que nuestra comunidad reciba atención y el mejor lugar para que nuestros proveedores practiquen.

Es importante para nosotros marcar la diferencia en nuestra comunidad apoyando un modelo de filantropía que llamamos CBHA X 10 = Comunidad. A través de este modelo, comprometemos a nuestra fuerza laboral a invertir más de 1K en horas de trabajo voluntario en eventos comunitarios locales, recaudar un mínimo de \$10K para retribuir a nuestra comunidad a través de nuestra CBHA Carrera de Colores 5K y apoyar el crecimiento de otros programas comunitarios al comprometer más de \$100K de apoyo comunitario.

Tenemos, y continuaremos, caminando junto a usted a través de sus éxitos y desafíos de salud. ¡Nos sentimos honrados de haber brindado atención a nuestras comunidades durante 50 años y esperamos seguir haciéndolo durante los próximos 50!

Nieves Gomez,  
Presidente de CBHA, CEO



# CINCUENTA AÑOS EN CONSTRUCCIÓN

Qué honor es poder servirles a USTEDES, a nuestros pacientes y comunidades, durante la última media década. Mira atrás en el tiempo y aprende sobre nuestra historia.



1972

## CBHA abre la Clínica Familiar de Othello en Cedar Street

CBHA se ubicó por primera vez en una pequeña oficina en Cedar Street. El personal incluía un médico, una enfermera y varios miembros del personal de apoyo. "Mantener saludables a los que alimentan al mundo" pronto se convirtió en el lema.



1976

## La Clínica Familiar Othello se muda a la ubicación de Main St.

La Clínica Familiar Othello de CBHA se mudó a su ubicación en Main Street en 1976. Posteriormente, la clínica fue remodelada y ampliada varias veces.



1978

## Jim Taylor nombrado director ejecutivo



1984

## Leah Layne nombrada directora ejecutiva



2000

## La Clínica Familiar de Wahluke construye un nuevo edificio e introduce servicios médicos, de farmacia y de laboratorio



1998

## Greg Brandenburg nombrado director ejecutivo



2004

## Centro Médico de la Avenida 14 se fusionó con CBHA y se sometió a una remodelación completa

Cuidado de Ojos se estableció al mismo tiempo y se ubicó en el nivel inferior del 14th Avenue Medical Center.



2008

## La Clínica Familiar de Wahluke construyó una instalación nueva y más grande con servicios de atención oftalmológica



2008

## La Clínica Dental Familiar de Connell abre con una unidad modular

Se brindaron servicios dentales a los residentes del área en Connell dentro de una unidad modular en 2008.



2010

## La Clínica Dental Familiar de Connell construyó una instalación nueva y más grande

La Clínica Dental Familiar de Connell celebró la Gran Inauguración de su nuevo edificio.



2012

## Clínica de Cuidado de Ojos y telefarmacia abren en Connell



2018

## Nieves Gómez nombrado director ejecutivo



2017

## La Clínica de Othello construye una instalación nueva y más grande en E. Columbia St. Abre el CBHA Café



2016

## La Clínica de Wahluke amplía salas de exámenes médicos, estación de enfermería y registro



2014

## La Clínica de Connell amplía la farmacia, incluido el servicio de autoservicio



2021

## La Clínica Medical de Connell se expande

La expansión incluye 10 salas médicas, 2 salas de consulta, una nueva área de preparación y una sala de fisioterapia



2022

## ¡GRACIAS POR 50 AÑOS!

Tenemos, y continuaremos, caminando junto a usted a través de sus éxitos y desafíos de salud.

# Campus de Salud de Gregory J. Brandenburg

En nuestros 50 años de brindar atención de calidad a nuestras comunidades, hemos tenido grandes líderes. Greg J. Brandenburg se desempeñó como director ejecutivo de CBHA durante 20 años, dejando una marca de excelencia.

En una calurosa tarde de sábado, nuestra junta directiva, el equipo ejecutivo, los empleados de CBHA y más sorprendieron a Greg al dedicarle nuestra Clínica de Othello y nombrarla Campus de salud de Gregory J. Brandenburg "Recuerdo lo intimidante que era entrar a la oficina de Greg", dijo el director ejecutivo, Nieves Gómez, antes de revelar el monumento con el nuevo nombre de la clínica. "Tenía un marco de Vince Lombardi colgado en su pared que decía '¿qué se necesita para ser el número uno?'. Escuchamos mientras hacía referencia a la cita de Lombardi y cómo es una cultura de excelencia, qué se necesita para ser excelente y cómo se siente la victoria.

"La gente me ha dicho en el pasado, 'Es muy difícil trabajar para Greg', y mi respuesta siempre fue, 'sí lo es, porque la excelencia no es fácil", continuó Nieves. "Un líder pináculo se reproduce, y Greg no hizo más que producir grandes líderes. Sé que lo ha hecho conmigo y con muchos otros que han sido asesorados por él".

Cuando invitó a Greg a ayudar a revelar lo que había debajo de la tela del monumento, dijo: "Me gustaría presentarles todos El Campus de Salud de Gregory. J. Brandenburg ". Todos comenzaron a aplaudir y Greg se sorprendió mientras se limpiaba las lágrimas. Todos lo felicitaron y él expresó lo agradecido que estaba por este gran gesto.

Greg comenzó su carrera en CBHA como director financiero en febrero de 1997 y fue nombrado director general en octubre de 1998. Bajo el liderazgo de Greg, CBHA experimentó muchos

cambios y un tremendo crecimiento en las últimas dos décadas.

CBHA implementó registros médicos electrónicos en 2000, dando un gran paso adelante. El número de pacientes atendidos aumentó de 11,000 a 35,000, mientras que los encuentros con pacientes aumentaron de 40,000 a más de 170,000. Los ingresos de CBHA aumentaron más de seis veces, de \$5.5 a \$45 millones.

Lo que comenzó como una pequeña clínica que solo atendía a pacientes médicos en Othello se expandió a clínicas de última generación en Connell, Mattawa y Othello. Las tres clínicas ahora ofrecen servicios médicos, dentales, visión, salud del comportamiento y familiares completos, junto con farmacia, laboratorio y radiología.

Bajo el liderazgo de Greg, CBHA fue acreditada por la Comisión Conjunta desde 2002; esta acreditación nacional se lleva a cabo cada tres años e incluye una inspección de casi una semana de las estructuras físicas, las políticas y los procedimientos que cubren todos los aspectos de la atención al paciente. La organización se encuentra constantemente en la cima desde el punto de vista operativo, con una puntuación de 19 de 19 durante las visitas operativas al sitio de la HRSA en 2014 y 2017.

Greg considera que las personas a las que ha asesorado a lo largo de los años también son parte de su legado. "Las personas definen una organización, y haber hecho crecer la organización de 65 empleados en 1997 a más de 360 es algo de lo que estamos realmente orgullosos".

"La declaración de la Visión de CBHA, 'Ser un modelo de excelencia en la satisfacción del paciente en la atención de la salud comunitaria y migrante y un líder comunitario en el inicio y desarrollo de relaciones de colaboración', fue un principio rector detrás de la construcción de una cultura de responsabilidad y productividad."

Su parte favorita de trabajar en CBHA fue el personal y los pacientes. "Me gustaba pensar en nuevas ideas que beneficiarían a nuestros empleados. Y realmente me gusta la gente que trabaja aquí". Dejó el impacto de crear un ambiente acogedor, y muchos empleados de CBHA hoy estarían de acuerdo en que eso no ha cambiado.

En el pasado, la gente le preguntaba a Greg: '¿Cuál crees que es el legado que dejaste atrás?' Se apresura a responder con "Los edificios no son un legado. El legado de CBHA es la atención de calidad que brindamos a nuestras comunidades y la forma en que la brindamos".

"Este ha sido un viaje fenomenal. Aprecio todo lo que todos han hecho y la increíble asociación que la junta directiva continúa teniendo con CBHA", dijo Greg.

Greg Brandenburg ha sido un líder fuerte para CBHA y continúa teniendo una fuerte presencia entre nuestras comunidades. Estamos contentos de haber podido celebrar este momento con él y apreciamos todo lo que ha hecho por CBHA."



¡Escanee para ver el video de dedicación del monumento y más de nuestros 50 años de historia!

Equipo Ejecutivo de CBHA  
(de izquierda a derecha) Dr. Hung Miu, director médico, Nieves Gomez, director ejecutivo, Kelly Carlson, directora de administración, Greg Brandenburg, ex director ejecutivo, Randel Stevens, director de información, Dr. Ji Choi, director dental, Joshua Bunch, director financiero y Jonathan Madera, vicepresidente de operaciones





**Marisol Cardenas** CLÍNICA DE WAHLUKE

**HIGIENISTA DENTAL**

*“Quiero ser un recurso para nuestra comunidad, educar sobre salud bucal y construir relaciones con mis pacientes. Tengo muchas ganas de trabajar con pacientes que hablan inglés y español”.*

Marisol creció en Othello, después de graduarse de la escuela secundaria comenzó como asistente dental en CBHA. Después de unos años, decidió continuar su educación en Columbia Basin College para convertirse en higienista dental.

En su tiempo libre, le gusta caminar, nadar y pasar tiempo con sus 2 hijas.

**Dra Selima Elshaafi** CLÍNICA DE OTHELLO

**DENTISTA**

*“Disfruto educar a mis pacientes sobre la salud bucal. Haré todo lo posible para asegurarme de que mis pacientes sean atendidos de la mejor manera”.*

Dra Elshaafi creció en Bengasi, Libia, y asistió a la escuela allí para convertirse en dentista. Más tarde recibió una beca para venir a los Estados Unidos y estudiar odontología en la Universidad de Nueva York.

Dra Elshaafi está muy emocionada de ser parte de este equipo y de servir a las increíbles personas de esta comunidad.



**Stacey Forbes** CLÍNICA DE OTHELLO

**PATÓLOGA DEL HABLA Y LENGUAJE**

*“Es importante para mí desarrollar relaciones con la familia y los pacientes. ¡Me aseguro de que los niños y adultos estén en un área segura y tranquila donde puedan aprender mientras se divierten!”*

Stacey tiene una Licenciatura en Psicología y una Maestría en Patología del Habla y Lenguaje de la Universidad del Norte de Texas. Sus objetivos como patóloga del habla y el lenguaje son convertirse en una parte integral de la comunidad de CBHA y brindar educación sobre la terapia del habla y la alimentación.

Cuando Stacey tiene algo de tiempo libre, disfruta hornear, hacer jardinería, pasear a sus perros, hacer caminatas y viajar.



**Dr. Veniel Garza, DO** CLÍNICA DE OTHELLO

**MEDICINA FAMILIAR**

*“Estoy ansioso por asociarme y formar nuevas relaciones con mis pacientes para mejorar su salud en general. Quiero ayudar a mis pacientes a alcanzar sus objetivos de salud”.*

El Dr. Garza nació y creció en Othello. Después de completar su licenciatura en la Universidad del Este de Washington, asistió a la Universidad de Medicina Osteopática del Noroeste del Pacífico en Yakima. Está emocionado de estar de vuelta en su ciudad natal brindando atención y centrándose en la salud general de sus pacientes.

Al Dr. Garza también le gusta correr, jugar fútbol y andar en motocicleta cuando no está viendo pacientes.



**Jonathan Hale, ARNP** CLÍNICA DE OTHELLO

**MEDICINA FAMILIAR**

*“CBHA constantemente encuentra nuevas formas de retribuir a sus comunidades, y me alegra poder ser parte de eso. Tengo muchas ganas de trabajar con usted y brindarle la atención que necesita”.*

Jonathan Hale recibió su título de enfermería en la Universidad Estatal de Washington, luego completó su maestría en la Universidad de Maryville para convertirse en un enfermero practicante familiar. Jonathan disfruta cuidar a los pacientes y educarlos sobre su salud.

En su tiempo libre, disfruta estar al aire libre con sus 5 hijos andando en bicicleta, caminando y acampando.

**Dr. Bianca Mendoza** WAHLUKE CLINIC

**OPTOMETRISTA**

*“¡Quiero que sepas que estoy aquí para ti! Me enorgullece la calidad de los servicios que brindó a mis pacientes y haré todo lo posible para ayudarlo a mejorar su salud”.*

La Dra. Mendoza asistió a la Facultad de Optometría de la Universidad del Pacífico y recibió su Doctorado. Ella es originaria de Columbia Basin y está emocionada de estar de regreso y servir a esta increíble comunidad.

En su tiempo libre le gusta viajar, mantenerse activa y probar nuevos alimentos.



**Agraj Poudel** CLÍNICA DE WAHLUKE

**FARMACÉUTICO**

*“Como su farmacéutico, me esforzaré por brindarle la mejor atención posible junto con nuestros apasionados proveedores”.*

Agraj creció en Katmandú, Nepal y asistió a la Universidad de Missouri Kansas City, donde recibió su Licenciatura en Farmacia. Está muy emocionado de servir a esta comunidad y de ayudar a los pacientes con sus recetas.

En su tiempo libre, disfruta leer libros, ver películas y practicar deportes como tenis y voleibol.



**Dra Heera G. Venguidesvarane "Dr. GV"** CLÍNICA DE OTHELLO

**DENTISTA**

*“Estoy profundamente motivada para ayudar a ampliar el acceso a la atención de la salud dental y bucal para todas las personas, independientemente de sus antecedentes. Como su dentista, trabajaré de cerca con usted para brindarle la mejor atención dental que se merece”.*

La Dra. GV asistió a la Universidad de Pondichery en India para obtener su licenciatura, luego terminó su Doctorado en Cirugía Dental en la Facultad de Odontología Arthur A. Dugoni de la Universidad del Pacífico en San Francisco, California. Como nieta de agricultores, está emocionada de servir a una comunidad agrícola.

En su tiempo libre, le gusta leer libros, explorar la naturaleza y viajar.





## Restauraciones Dentales

¡La forma en que brindamos atención dental ahora es mucho mejor!

Ahora podemos hacer coronas o puentes internamente, junto con protectores bucales, dentaduras postizas y otras prótesis.

Nuestra nueva tecnología de diseño asistido por computadora y fabricación asistida por computadora, también conocida como CAD/CAM, mejora el diseño y la creación de restauraciones dentales como coronas, carillas y puentes a partir de un solo bloque de cerámica.

En solo 3 sencillos pasos, nuestro dentista podrá escanear, diseñar y producir una restauración para usted.

¡Este nuevo servicio está disponible en cada una de nuestras clínicas dentales! Acorta el proceso de tratamiento, para que pueda sentirse más saludable y libre de dolor.

¡No pospongas más tu salud bucal, haga su cita en línea!

**Escanea el código para ver cómo se hace:**



## Apnea del Sueño

La apnea del sueño es un trastorno del sueño potencialmente grave en el que la respiración se detiene y se reanuda repetidamente. Si ronca fuerte y se siente cansado después de una noche completa de sueño, es posible que tenga apnea del sueño. Algunos otros síntomas incluyen falta de aire mientras duerme, despertarse con la boca seca, dolor de cabeza matutino e insomnio.

Brindamos dos servicios diferentes para la apnea obstructiva del sueño.

Para los pacientes que sufren de apnea del sueño, pero que no pueden tolerar una máquina CPAP, podrán reunirse con nuestro proveedor dental capacitado que les proporcionará un dispositivo personalizado para ayudarlos a dormir mejor por la noche.

El segundo servicio se centra en la atención al dolor facial. Este dolor puede deberse a un trauma o simplemente a una condición crónica.

**Escanee para hacer una cita con su proveedor dental y ver si nuestro tratamiento para la apnea del sueño es adecuado para usted:**



## Mamografía



Sabemos lo importante que es para las mujeres hacerse una mamografía todos los años, por eso nos aseguramos de traer la mejor tecnología a nuestra Clínica de Othello y ¡comenzamos a ofrecer exámenes de mamografía!

Con nuestra máquina de mamografía 3D de última generación, nuestros proveedores pueden examinar el tejido mamario capa por capa. Una mamografía 3D muestra detalles finos del seno que pueden estar ocultos por el tejido y cualquier signo de cáncer incluso antes de que aparezcan los síntomas.

El cáncer de mama es más común de lo que crees. Incluso si parece gozar de buena salud, aún puede estar en riesgo. ¡Por eso es tan importante la detección temprana!

Si tiene 40 años o más, le recomendamos que se haga la prueba una vez al año. ¡Asegúrese de preguntarle a su proveedor si un examen de mamografía es adecuado para usted en su próxima cita médica!

**Eche un vistazo más de cerca a cómo funciona nuestra máquina de mamografía 3D escaneando el código:**

## Terapia del Habla

¡Ahora estamos ofreciendo servicios de Terapia del Habla! Stacey Forbes es nuestra primera patóloga del habla y lenguaje y ya ha ayudado a tantos niños en nuestra comunidad en su primer año.

“Mi objetivo es convertirme en una parte integral de la comunidad de CBHA y brindar educación sobre terapia del habla y alimentación.”

Este servicio se brinda a través de nuestro programa Apoyo temprano para bebés y niños pequeños. Evaluaremos el crecimiento y desarrollo de su hijo y trabajaremos con los padres para desarrollar un plan que mejore las habilidades motoras y/o del habla de su hijo.

“¡Me aseguraré de que los niños y adultos se sientan seguros y estén en un espacio tranquilo donde puedan aprender mientras se divierten!”

Pregúntele a su proveedor si cree que su hijo podría beneficiarse de la terapia del habla.

**Obtenga más información sobre la terapia del habla y nuestro Programa de intervención temprana escaneando el código:**



# ¡Haga Sus Citas En Su Teléfono!

**Obtenga El Cuidado Que Necesita, Cuando La Necesita**



## Educando a Futuros Dentistas

Estamos orgullosos de asociarnos con el Programa de Educación Avanzada en Odontología General de NYU Langone Health para ayudar a capacitar a los residentes en odontología general. Los residentes se unen a CBHA durante un año completo donde pueden trabajar junto a nuestros dentistas, practicando y mejorando sus habilidades. ¡Algunos de nuestros residentes anteriores incluso se han quedado con CBHA a tiempo completo después de completar el programa!

### ALGUNOS DE LOS PROCEDIMIENTOS QUE PUEDEN REALIZAR BAJO LA SUPERVISIÓN DE NUESTROS DENTISTAS SON:

Diagnosticar y brindar el tratamiento dental adecuado a los pacientes durante exámenes completos como:

- Radiografías
- Limpiezas dentales
- Empastes
- Endodoncias
- Extracciones
- Injerto óseo
- Alargamiento de Corona
- Coronas
- Fabricación de dentaduras temporales/aletas

Educar a los pacientes y a los padres de los pacientes sobre cómo mantener una salud oral adecuada

Comuníquese con el personal dental de nuestro equipo con respecto a los planes de tratamiento del paciente



*La Dra. Nikkie Barton Tomblin comenzó su carrera en CBHA como residente dental. Ahora atiende a nuestros pacientes de Othello como dentista de tiempo completo.*

## Dr. John Alsteen, DMD

CEBU DOCTORS' UNIVERSITY, CEBU, FILIPINAS  
— DOCTOR EN MEDICINA DENTAL

“¡Disfruté estar aquí! Este programa me ha ofrecido muchas oportunidades para ayudar a los pacientes con su salud bucal,” dice el Dr. Alsteen.

“Vine a CBHA por varias razones, pero la razón principal es la capacidad de CBHA para trabajar juntos y ayudar a sus pacientes de todo el país a obtener la atención de calidad profesional que merecen.” Ha llegado a tratar a pacientes de todas las edades, realizando procedimientos simples como chequeos regulares y restauraciones de relleno. “Un caso más extenso que tuve fue la extracción quirúrgica de terceros molares,” dice el Dr. Alsteen.

“Espero aprender y crecer con la comunidad a la que ayudamos a educar y servir.”



## Dr. Kevin Rahn, DDS

UNIVERSIDAD DE PITTSBURGH, ESCUELA DE MEDICINA DENTAL DE PITTSBURGH

“Me gusta que CBHA trate a una población de pacientes tradicionalmente desatendida,” dice el Dr. Rahn. Decidió unirse a la residencia dental de CBHA para obtener una amplia variedad de experiencias clínicas en una clínica de alta tecnología y ritmo acelerado.

Estaba fascinado con el desafío de llegar a una nueva parte del país y servir a una población diferente. “Me gustó que estaría tratando a pacientes con antecedentes diferentes a los míos. Además, pude aprender mucho de mis mentores que están dispuestos a compartir mucho conmigo.”

Hasta ahora le ha ido bien al ver una variedad de pacientes y casos. “He tenido la oportunidad de completar numerosas endodoncias molares, extracciones quirúrgicas, casos de prótesis fijas y removibles y tratar a pacientes pediátricos,” dice el Dr. Rahn.



# 5 AÑOS • 6 COLORES UNA CAUSA

El 27 de agosto de 2022 fue una mañana fresca y ventosa, ¡pero eso no impidió que más de 1,000 PERSONAS se presentaran para participar en nuestra Quinta Carrera Anual de Colores de 5K!

CBHA Carrera de colores 5K: Corre Por La Causa comenzó con la idea de que cada color representa una condición infantil crónica. Al año siguiente continuamos con la misma idea de representar el Bienestar Infantil en general y recaudar fondos con lo recaudado en beneficio de las familias que día a día enfrentan estos problemas.

“Como todos los años, nuestro objetivo es unir a nuestra comunidad para promover actividades saludables como correr y crear conciencia sobre el bienestar infantil y los estilos de vida saludables,” dijo el director ejecutivo, Nieves Gómez.

El viernes por la noche antes del evento, había 672 personas preinscritas. La mañana de la carrera nos despertamos con 319 más preinscritos para un total de 991 personas. Esto no incluye a las 100 personas adicionales que se presentaron en la mañana.

“Fue increíble ver a tanta gente unirse a nosotros en nuestro

quinto año. No esperábamos tanta gente, pero estoy muy contenta de que vinieran y mostraran su apoyo al Bienestar Infantil”, dijo Courtney Martinez, Coordinadora de la carrera.

Después de que sonaron las bocinas para señalar el inicio de la carrera, había más de 1,000 corredores, caminantes, paseantes y corredores recorriendo la ciudad de Othello y llenos de color en cada estación por la que pasaban. Si crees que puedes venir a nuestra carrera de color y marcharte sin una mancha de color, ¡te equivocas!

El primer clasificado, Sylas Garza, cruzó la meta a los 22 minutos y 4 segundos. ¡Eso es casi 7 minutos por milla! ¡GUAU!

Tuvimos algunos proveedores increíbles como Lighthouse Café, The Corndog Company, Timeout, Conversatio Coffee y más para ayudar a alimentar a nuestros participantes con energía después de terminar la carrera.

También hubo algunas actividades geniales como jenga gigante, bochas y cornhole para los niños que tenían algo de energía extra.

## GRACIAS PATROCINADORES

**PLATINO** Amerigroup • Coordinated Care • Group Health Foundation  
**ORO** Arcora Foundation • City of Othello • CompuNet • Lift'em Inc. • Molina Healthcare  
**PLATA** Neenan Archistruction • US Bank  
**BRONCE** Anytime Fitness • B&B Sales • Crossroads Group • Gamache Landscaping  
Lep-Re-Kon Harvest Foods Othello • SKC Consulting • Middleton Farms • Abadan  
Othello High School • Othello Golf Course & Pro Shop • Grant County Health District

Y este año añadimos un fotomatón 360 para que los participantes capturen el recuerdo.

Los padres tuvieron la oportunidad de reunirse con algunos de nuestros educadores de salud y aprender más sobre Amerigroup, Coordinated Care y Molina en sus puestos.

“Recaudamos más de \$49,000 este año y las ganancias se destinaron a la comunidad para promover la salud y el bienestar de los niños,” dijo Courtney.

Un total de \$15,000 regresará a las tres comunidades a las que servimos. Hemos presentado a los departamentos de Parques y Recas de Othello, Mattawa y Connell cheques de \$5,000 para poner en proyectos que consideren que mejor promueven la salud infantil.

La Ciudad de Othello utilizará esta donación junto con las anteriores para la remodelación de Lions Park. La Ciudad de Connell promoverá la natación gratuita en su piscina comunitaria durante todo el verano para los niños y nuestra donación cubrirá ese costo. La Ciudad de Mattawa tiene planes para hacer otra cancha de baloncesto en Hund Park con la donación de este año.

También donamos \$2,400 a 3 familias de cada comunidad, que tienen niños con necesidades especiales.

El año pasado pudimos ayudar a una familia que tenía un hijo con problemas de movimiento muscular. Con nuestra donación pudieron recibir un triciclo específico para ayudarlo con el movimiento recíproco de las piernas.

“Queremos seguir creando conciencia sobre el Mes de Concientización sobre la Atrofia Muscular Espinal (AME) y otras afecciones crónicas de la infancia”, dijo Nieves. “Mi esposa Valerie y yo perdimos a nuestro hijo pequeño Liam por AME en 2013. En ese momento no existía ningún tratamiento para salvar su vida, pero ahora se están usando varios medicamentos para tratarlo.”

Este año enviaremos \$5,000 a la Fundación Cure SMA (Atrofia Muscular Espinal).

“Nuestra quinta carrera Anual de Color tuvo un récord de asistencia, ¡y no podríamos haberlo hecho sin todos ustedes! Gracias a todos los que se presentaron, donaron y se ofrecieron como voluntarios,” dijo Nieves Gómez, CEO.



¡Escanee para ver nuestro sitio para videos, fotos y actualizaciones sobre el evento del próximo año!





CoordinatedC

2022 CBHA Run for Cause

Healthcare, for you and your family

2022 CBHA 5K COLOR RUN for a Cause

MOLLY HEALTHCARE

CERTIFICATE OF ACHIEVEMENT  
BEAUTIFULLY PRESENTED TO  
Under 17 Finisher

The CORN DOG Company

I FINISHED THE 2022 CBHA 5K COLOR RUN!

257

281

ONLY SUPPORTING



# Marcando la Diferenci en el Salón de Clases

Nos hemos asociado con nuestras escuelas locales de muchas maneras, pero recientemente uno de nuestros higienistas dentales realmente ha marcado la diferencia dentro del salón de clases.

Lauren Spilles es higienista dental en nuestra Clínica de Connell. Sus pacientes favoritos son los bebés que nacen antes de que alguno de sus dientes comience a asomarse. "Ahí es cuando tengo la oportunidad perfecta para educar a los padres sobre la salud oral de su bebé, qué buscar y cómo "levantar el labio" para detectar manchas blancas en los dientes," dijo Lauren.

Lauren siempre ha tenido una pasión por la divulgación y enseñar a los niños sobre su salud bucal en el aula. "Comenzamos a hacer evaluaciones escolares antes de la pandemia mundial y me alegra poder recuperarlas y continuar educando a los estudiantes sobre cómo cuidar sus dientes."

Cuando entramos en un salón de clases, configuramos tres estaciones diferentes, audición, visión y dental. Los estudiantes solo tardan unos minutos en pasar por cada estación.

Nuestro equipo dental examinará los dientes de su hijo para asegurarse de que no tenga caries y luego le proporcionará un sellador de flúor que puede ayudar a prevenir hasta el 80 % de las caries.

Después, irán a la estación de visión y harán una prueba de visión. No tener buena vista puede hacer que sea difícil concentrarse en la pizarra blanca, sus computadoras o cualquier material impreso en el salón de clases.

Finalmente, a su hijo se le realizará una prueba de audición. La dificultad para oír puede afectar su capacidad para interactuar productivamente con sus maestros, amigos y familiares.

Después de cada estación, reciben una calcomanía en su credencial, para que podamos rastrear cuándo completan cada proyección. Cuando se completan todas las proyecciones, les regalamos una bolsa de obsequios que tiene un libro, calcomanías y un cepillo de dientes.

Después de que hayan completado las tres evaluaciones, le proporcionaremos un informe de cualquier inquietud que veamos y nos pondremos en contacto con usted si es necesario tomar alguna medida adicional. Es muy importante detectar cualquiera de estos problemas desde el principio, para que podamos ayudar a solucionarlo y no tengan dificultades para aprender en la clase.

Este año fuimos al Distrito Escolar de Othello, al Distrito Escolar de Wahluke y al Distrito Escolar Real en la primavera y en el otoño.

Realizamos un total de 4,293 exámenes de audición, 4,373

exámenes de la vista y 1,482 exámenes dentales. A través de estas evaluaciones, remitimos al 39% de los estudiantes para programar un examen dental, descubrimos que el 32% de los estudiantes reprobó la prueba de la vista y el 8% reprobó la prueba de la audición.

Estas evaluaciones pueden detectar la razón por la cual a su hijo o hija no le va bien en la escuela. Podría ser una caries que los ha estado molestando y no están comiendo en el almuerzo. Es posible que no puedan ver la pizarra y se rindan al terminar la tarea. O simplemente no pueden oír bien y tienen problemas para prestar atención al maestro.

Queremos asegurarnos de que sus hijos estén saludables, para que puedan concentrarse y hacer lo mejor que puedan en la escuela. Recuerde, cuando tienes niños sanos, tienes estudiantes sanos.

*Antelia Landa, coordinadora de divulgación de COVID-19 de CBHA, y Janet Axtman, asistente de enfermería de Scootney Springs*





# CBHA | En La Cocina **SALMÓN Y PESTO**

- Filetes De Salmón
- 1 limón
- ½ taza de piñones
- ½ taza de queso parmesano recién rallado
- 1 cucharada de sal
- Sal y pimienta
- 4 -5 dientes de ajo
- 2 tazas de albahaca fresca
- 1 taza de aceite de oliva

Precaliente su horno a 400 grados.

Coloque los filetes de salmón en una bandeja para hornear y exprima la mitad de un limón arriba del salmón. Agrega sal y pimienta. Déjalo por 10 minutos.

Coloca el ajo, los piñones, la albahaca, el queso y la sal en un procesador de alimentos. Mezcla por unos 30 segundos. Mientras todavía se está mezclando, agregue gradualmente el aceite de oliva.

Ponga una cucharada de la salsa pesto en cada filete y hornee por 15 minutos.

¡Sirva con verduras y arroz o quinua para una comida balanceada y saludable para el corazón!



**Escanee para cocinar más deliciosas recetas junto con nosotros!**



# TERCER AÑO CONSECUTIVO ¡CBHA es reconocido a nivel nacional como los mejores lugares para trabajar en el cuidado de la salud!

CBHA tiene el honor de ser seleccionado por la revista Modern Healthcare como uno de los mejores lugares para trabajar en el cuidado de la salud. ¡Estamos emocionados de haber ganado este premio por TERCER AÑO consecutivo!

“¡En CBHA reconocemos que la cultura supera a la estrategia! Es debido a nuestra inversión intencional en nuestra gente que podemos exigir excelencia y responsabilidad de todos nosotros para brindar una cultura galardonada para nuestra fuerza laboral, los resultados de atención de la más alta calidad en el país para nuestros pacientes y una experiencia única y satisfactoria para el paciente. y compromiso para todas las comunidades a las que servimos. Gracias a Modern Healthcare por reconocer y recompensar la experiencia de CBHA”, dice el director ejecutivo, Nieves Gómez.

Modern Healthcare Best Places to Work reconoce a nivel nacional a las 150 principales empresas y organizaciones de atención médica que hacen un trabajo increíble para sus empleados. Estamos orgullosos de ser parte de este increíble grupo. Nuestra prioridad es ser el mejor lugar para que los empleados trabajen, los pacientes reciban atención y los proveedores practiquen la atención médica.

El primer año que ganamos este premio en 2020, estábamos experimentando los cambios que trajo la pandemia de COVID-19 a la industria de la salud. Teníamos que ser creativos en todo lo que hacíamos, desde brindar atención a nuestros pacientes hasta crear un entorno seguro para nuestros empleados.

Desde entonces, hemos mostrado nuestro agradecimiento a nuestro personal por todo su arduo trabajo y dedicación a nuestros pacientes y comunidades. “En 2020, obsequiamos a nuestro personal con chaquetas North Face con el logotipo en relieve ‘2020 Modern Healthcare Best Places to Work’. Y en 2021, obsequiamos al personal con una mochila Nike de CBHA y una etiqueta de equipaje personalizada, junto con una semana de café gratis”, dice Nieves.



Es importante para nosotros establecer un entorno positivo en el que nuestro personal pueda sentirse seguro, tener éxito y crecer como individuos. “El ambiente de trabajo de CBHA es muy jubiloso y profesional, los estándares WE CARE establecidos por CBHA aseguran que nosotros, como empleados, sepamos qué hacer para mantener un excelente ambiente de trabajo para todos. Aprendo algo nuevo todos los días, y mi equipo siempre me anima y me ayuda cuando lo necesito”, dijo Ameiran Gonzalez, coordinadora de recursos familiares.

Nuestro personal ama a nuestros pacientes, las comunidades a las que servimos y el trabajo que realizan todos los días. “¡Son geniales! Es un gran honor trabajar junto a ellos. Recibir este reconocimiento tres años seguidos es un verdadero testimonio del trabajo que CBHA hace por nuestros empleados y cuán importantes son para garantizar que nuestros pacientes reciban atención de la mejor calidad”, Kelly Carlson, directora administrativa.

Servimos con propósito, pasión, posición y desempeño y estamos orgullosos de ser reconocidos con este prestigioso premio.

¡Gracias Modern Healthcare por reconocernos nuevamente! Y GRACIAS a nuestros increíbles empleados por brindar siempre a nuestros pacientes la mejor atención y servicios. Este premio es para ti. ¡Felicidades!

Únase a nuestro equipo y sea parte del “Mejor lugar para trabajar en el cuidado de la salud”.



**Escanee para unirse a nuestro equipo y ser parte del "Mejor Lugar Para Trabajar"**



“Me encanta trabajar en CBHA por el trabajo con propósito que hacemos todos los días. Crecí en Othello, y cuando comencé en CBHA realmente disfruté poder ayudar a familiares y amigos a navegar sus procesos de atención médica. Fue inmensamente gratificante y siempre he mantenido ese sentimiento en cada uno de mis roles en CBHA.”

Carlos Ruiz  
Director de Operaciones Dentales

# COMUNIDAD

¡Nos encanta servir! A lo largo del año buscamos diferentes oportunidades para ayudar fuera de las paredes de nuestra clínica.

A través de nuestro Programa CBHA X 10, una de nuestras metas es llegar a 1,000 horas de trabajo voluntario.

Alentamos a nuestro personal a inscribirse en nuestra colecta de canastas de comida de Acción de Gracias o envolver regalos para nuestra colecta de juguetes de Navidad. También hay oportunidades para ayudar a otros negocios como las noches de cine al aire libre de la ciudad, los mercados de agricultores y los desfiles. También nos asociamos con nuestras escuelas y asistimos a ferias de carreras, brindamos exámenes dentales y educamos a los estudiantes en el salón de clases.

Este programa también nos alienta a recaudar \$10,000 de nuestro evento anual CBHA Carrera de Colores 5K para retribuir a las familias necesitadas (consulte la página 14) y retribuir \$100,000 a nuestras comunidades locales como equipos deportivos, colectas de alimentos, eventos de la ciudad, ferias, becas y más.

Nuestras comunidades significan mucho para nosotros y queremos seguir mostrando nuestro apoyo.



# PERSONAL

¡En 2022, agregamos 78 nuevos empleados a nuestra familia de CBHA! A nuestros empleados les apasiona servir a nuestras comunidades y brindarles a nuestros pacientes la mejor atención médica. Las personas que tienen pasión por su trabajo lo demuestran, y reconocemos ese trabajo duro y hacemos todo lo posible para recompensarlo.

CBHA ofrece diferentes eventos para que el personal pueda conocerse mejor y construir relaciones sólidas, como en nuestros almuerzos festivos y nuestros días de agradecimiento al personal, donde damos café gratis y tenemos días de jeans.

El año pasado, el personal pudo asistir a los juegos de los Mariners y Seahawks a través de nuestro descuento grupal. Y nuestra forma favorita de reunir al personal es a través de días de disfraces. ¡Mira algunos de estos increíbles disfraces!



¡Escanea para unirte a nuestro equipo y ser parte de la diversión!



# 5 PASOS PARA EL BIENESTAR MENTAL

Nuestra salud mental es tan importante como nuestra salud física. Es por eso que debemos convertirlo en una prioridad en nuestras vidas. A veces, simplemente salir a caminar, hablar con un amigo o aprender una nueva habilidad puede ayudar a su salud mental y ponerlo de mejor humor.

Echa un vistazo a estos 5 consejos para empezar a cuidar tu mente y tu cuerpo.

## CONECTE CON OTROS

Las buenas relaciones pueden ayudar a construir un sentido de pertenencia, brindándole la oportunidad de compartir experiencias positivas y brindando apoyo emocional para que también pueda apoyar a otros.

**SÍ** ✓

Tómese un tiempo todos los días para pasar tiempo de calidad con su familia

Planifique un día con amigos, ¡eso puede ser salir o quedarse en casa!

Almuerce con un colega y aléjese de la oficina

**NO** ✗

Confía en la tecnología o las redes sociales únicamente para construir relaciones

## SEA FÍSICAMENTE ACTIVO

Las investigaciones demuestran que la actividad física puede mejorar su salud mental al elevar su autoestima. Los químicos en tu cerebro cambian cuando estás activo, lo que ayuda a cambiar tu estado de ánimo de manera positiva.

**SÍ** ✓

Busque actividades en su comunidad que le ayuden a mantenerse activo

Pase de 30 a 40 minutos al aire libre con sus hijos jugando la pelota o pateando una pelota de fútbol

Ponte en forma con amigos que te ayudarán a ser responsable

**NO** ✗

Sientes que tienes que pasar horas en un gimnasio

## APRENDA NUEVAS HABILIDADES

Aprender nuevas habilidades puede aumentar su confianza en sí mismo y ayudarlo a construir un sentido de propósito. Incluso si siente que no tiene tiempo, hay muchas maneras de agregar aprendizaje a su vida.

**SÍ** ✓

Trate de aprender a cocinar una nueva comida saludable.

Intenta aprender a tocar un instrumento como una guitarra o un piano.

Intenta aprender un nuevo idioma.

**NO** ✗

Siente que tiene que aprender nuevas calificaciones si no le interesa

## DAR A LOS DEMÁS

Los actos de generosidad y bondad pueden ayudar a mejorar su salud mental al crear sentimientos positivos y una sensación de recompensa, brindándole un sentimiento de propósito y autoestima y ayudándolo a conectarse con otras personas.

Puede ser escribir una nota alentadora, hornear galletas o ser voluntario localmente.

## SÉ CONSCIENTE DEL PRESENTE

La atención plena puede ayudarte a disfrutar más de la vida y comprenderte mejor a ti mismo. Puede cambiar positivamente la forma en que te sientes acerca de la vida y cómo abor das los desafíos.

Esto incluye tus pensamientos, sentimientos, tu cuerpo y el mundo que te rodea.

## COMUNÍQUESE

Si usted o un ser querido podrían beneficiarse de un tratamiento de salud del comportamiento, CBHA puede ayudarlo.

Nuestro equipo de salud conductual altamente capacitado incluye terapeutas, consejeras y dos enfermeras practicantes registradas avanzadas en psiquiatría, Michelle Taylor y Tamara Campbell.

Su formación médica les da una perspectiva única de la salud general del paciente y cómo los problemas de salud mental afectan la salud física y el bienestar.



Escanee para conocer a nuestro equipo de salud conductual



# — EN MEMORIA AMOROSA —



## Everett Cole

1928 – 2022

### MIEMBRO DE LA JUNTA DIRECTIVA DURANTE 25 AÑOS

El reverendo Everett F. Cole nació el 24 de marzo de 1928. Asistió a la Universidad North Central después de la escuela secundaria. Allí conoció a su amada esposa Angela, con quien se casó en 1951. Después de mudarse a Othello en 1963, fue muy activo en la comunidad, ocupó cargos en el consejo de la ciudad de Othello durante 28 años, en la junta de CBHA durante 25 años y en la junta de control de mosquitos durante 28 años. 42 años, además de prestar servicio en el club booster Othello y Kiwanis. Fue nombrado granjero honorario del año de la FFA y ciudadano del año de Othello.

Everett fue un verdadero ejemplo de liderazgo sólido en nuestra comunidad y un defensor del acceso a la atención médica de alta calidad para todos. Como miembro de la junta, Everett apoyó, motivó y desafió el status quo.

En sus últimos años en la Junta Directiva de CBHA, abogó por los ancianos y se aseguró de que la experiencia del paciente fuera el centro de todas las decisiones. Todos los que tuvieron el placer de conocerlo extrañará mucho a Everett.

## Paul Anderson

1963 - 2022

### FARMACÉUTICO DE CBHA DURANTE 5 AÑOS

Paul nació el 16 de julio de 1963 en Idaho Falls, ID. Debido al empleo de su padre, la familia se mudó con frecuencia, viviendo en Idaho Falls, Rigby y Boise, ID, Longview WA, Portland OR, y finalmente se estableció en Moses Lake en 1976 cuando Paul tenía 13 años.

Después de obtener su GED, se unió a la Marina de los EE. UU. por unos años y luego regresó a Moses Lake, donde se preparó para servir en una misión para su iglesia, la Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. Fue llamado a servir en la Misión Brasil Brasilia y sirvió fielmente durante dos años. Se casó con Viki Anderson y formaron una familia de 6. Paul era divertido y amable, pero muy callado y reservado a menos que te conociera bien. Él es apodado "Mr Sunshine".

Paul bendijo a nuestros pacientes, empleados y comunidades con su amabilidad y sabio consejo. Nos afligimos y ofrecemos todo nuestro amor y apoyo a su esposa Viki Anderson, quien también es parte de nuestra familia CBHA.

