



WE LOVE WHAT WE DO

CARE CONNECTION

UNA PUBLICACIÓN PARA CLIENTES DE BAYADA Y SUS FAMILIARES



Pam Compagnola, RN, gerente clínica de BAYADA

[Haga clic aquí para leer en español](#) →

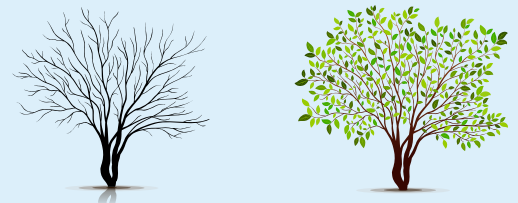
Concurso para profesionales clínicos Apoya la conexión y nuestra cultura de cuidado



Durante los últimos 25 años, BAYADA ha mantenido una rica tradición de homenajear a los cuidadores y profesionales clínicos que demuestran *compasión, excelencia y confiabilidad* en su trabajo a través de un concurso anual para toda la compañía. **El Concurso para profesionales clínicos de este año tiene que ver con la capacidad de conectarse, ya sea con nuestro propósito, nuestros valores fundamentales, nuestros clientes y nuestros colegas.**

Únase a nosotros, desde ahora hasta el 27 de noviembre, y a Connect4Good reconociendo a su personal de enfermería, asistentes, terapeutas, técnicos y todos los demás increíbles profesionales clínicos de atención directa de BAYADA por el trabajo excepcional que realizan, con una participación en el concurso y sus palabras de gratitud. Puede honrar a tantos profesionales clínicos como desee, con la frecuencia que quiera, siempre y cuando cada participación sea por una acción distinta. Cada participación representa una nueva oportunidad para que un cuidador o profesional clínico gane la experiencia de viaje, comida o compras que prefiera, por un valor de \$100 a \$500. **Envíe una participación por medio del formulario de participación en el concurso para clientes y miembros de la comunidad, visitando bhcc.co/contest o simplemente llamando a su oficina.**

Manejo del trastorno afectivo estacional



El otoño puede ser una de las estaciones más bonitas del año. Sin embargo, es posible que los días más cortos con menos luz solar puedan desencadenar el trastorno afectivo estacional (SAD, por sus siglas en inglés), una forma de depresión que afecta a millones de adultos cada año.

Las investigaciones sugieren que la falta de luz solar reduce los niveles de serotonina (la hormona del bienestar) al tiempo que aumenta los niveles de melatonina (la hormona del sueño). Las personas con SAD tienen dificultad para adaptarse a tales cambios hormonales durante los meses más oscuros de otoño e invierno, lo que lleva a cambios en el sueño, el estado de ánimo y el comportamiento.

continúa en la página 4



Campeones entre nosotros

Luchando por un reembolso más alto



Teresa M. se ha sometido a 33 operaciones de cirugía mayor desde que le diagnosticaron parálisis cerebral y linfedema poco después de nacer. Hoy, depende de una silla de ruedas motorizada para moverse y está agradecida de los asistentes de salud en el hogar (HHA) que le permiten mantenerse independiente en la comodidad del hogar.

“Sin mis HHA, tendría que vivir en un centro de atención para personas mayores”, dijo Teresa, de 67 años. “Para alguien tan activo y animado como yo, un centro de atención para personas mayores parecería un castigo, no tener la capacidad de ver a mis amigos y ayudar a los necesitados”.

Lamentablemente, Teresa perdió hace poco a uno de sus HHA, que tomó un trabajo en una actividad diferente para ganar más dinero y mantener mejor a su familia. “Después de que perdí a mi asistente, fue difícil para la agencia encontrarme un reemplazo”, dijo Teresa. “Los asistentes me dan la independencia para vivir la vida al máximo. Sin ellos, mi calidad de vida y mi movilidad disminuyen drásticamente”.



Teresa y su HHA Adrianna durante el Día de la Defensa de Carolina del Norte.

Compartiendo su historia con los legisladores

A principios de este año, Teresa se unió a más de 150 personas en el Capitolio Estatal en Raleigh para el Día de la Defensa de Carolina del Norte, donde compartió su historia con legisladores estatales.

“Quería informar a mi comunidad y a nuestros legisladores sobre la importancia de estos HHA que se sacrifican tanto para mantener seguras en casa a las personas vulnerables como yo”, dijo Teresa, quien asistió al evento con su HHA **Adrianna Odom**. “Merecen ser compensados adecuadamente por este difícil trabajo”.

Hay más de 40,000 personas en NC que reciben atención a través del programa NC Personal Care Services (PCS). Estos servicios incluyen ayuda para bañarse, arreglarse, preparar comidas y tareas domésticas livianas.

“Quería informar a mi comunidad y a nuestros legisladores sobre la importancia de estos HHA que se sacrifican tanto para mantener seguras en casa a las personas vulnerables como yo”.

Durante el Día de la Defensa, los participantes lucharon por un mayor reembolso para el programa PCS, así como para el programa de Enfermería Privada (PDN). También presionaron con éxito para hacer permanente el aumento de la tasa de reembolso por COVID, que era temporal, ya que el aumento de la tasa especial caducaba en julio de 2022.

Hablando por aquellos que no pueden hacerlo

“Recomendaría a cualquiera que haya trabajado o recibido servicios de una agencia de cuidados en el hogar que defienda la actividad, porque si no lo hacemos nosotros, ¿quién lo hará?”, dijo Teresa. “Lo hice especialmente por aquellos que no pueden hablar por sí mismos”.

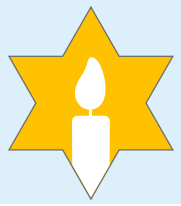


Puede involucrarse en la defensa de los cuidados en el hogar asistiendo a reuniones con legisladores, enviando correos electrónicos, participando en eventos o compartiendo su historia con los medios. Para obtener más información, visite heartsforhomecare.com o escanee el código QR.



Hearts for Home Care

A BAYADA Community Supporting Quality Care at Home



Ilse K., cliente de Bayada, tiene buenos recuerdos de haber crecido con sus dos hermanas mayores en una amorosa familia judía en Viena, Austria. Su padre se ganaba la vida haciendo sombreros y su madre ayudaba en la tienda. Le gustaba ir a la escuela y describió a sus vecinos como amables y amistosos.

Todo eso cambió en 1938 cuando las fuerzas nazis invadieron Austria, poniendo a Ilse y su familia en grave peligro. **A los 18 años, vio con horror cómo las tropas nazis entraban en su barrio.** A los judíos, incluida Ilse, se les prohibió ir a la escuela y los vecinos dejaron de hablar con la familia.

Una ola de violencia

En noviembre de 1938, su departamento fue allanado y saqueado en la "Kristallnacht", o Noche de los Cristales Rotos, cuando los nazis provocaron una ola de violencia contra hogares, sinagogas y negocios judíos. Las fuerzas nazis se apoderaron de los negocios de su padre y de otros judíos.

En abril de 1939, Ilse huyó con las manos vacías a Inglaterra, donde ella y su hermana Margit trabajaron como empleadas domésticas. Intentaron desesperadamente ayudar a sus padres a huir de Austria, pero por desgracia no tuvieron éxito. Lamentablemente, después de la guerra, Ilse se enteró de que sus padres habían muerto en un campo de exterminio en Polonia.

Establecerse en los Estados Unidos

Por fin, ella y Margit se mudaron a Filadelfia, PA, donde se reunieron con su hermana mayor, Edith. Ilse y su difunto esposo Leo tuvieron un hijo, Gary, quien falleció en 2017, dos nietos y un bisnieto.

Hoy, Ilse vive con su nuera **Wendi** y recibe apoyo de los asistentes de salud en el hogar de BAYADA los siete días de la semana, cuatro horas al día. Le gusta

caminar en su vecindario de Filadelfia, Pensilvania, así como leer y hacer ganchillo. De hecho, hasta finales de los 90, Ilse participó en un club de tejido que hacía mantas para personas con cáncer y recién nacidos en un hospital local.

El archivo de historia oral

Ilse rara vez habló sobre su experiencia como sobreviviente del Holocausto; sin embargo, cuando su familia la animó a participar en una entrevista con el Museo Conmemorativo del Holocausto de los Estados Unidos (USHMM), estuvo de acuerdo. Su entrevista de seis horas ahora forma parte del Archivo de Historia Oral del USHMM, la colección más grande y diversa de testimonios del Holocausto en el mundo.



Ilse con su nuera Wendi

El archivo incluye entrevistas con judíos, gitanos, testigos de Jehová, miembros de la comunidad LGBTQIA+, presos políticos y otros que fueron blanco de los nazis, así como testimonios de libertadores, colaboradores, testigos y salvadores.

"Ilse es una mujer encantadora", dijo **Barbara Wiseman**, Gerente de Servicios al Cliente de BAYADA. "Estoy muy contenta de que haya tenido la oportunidad de compartir su increíble historia".

Vea la entrevista de historia oral de Ilse visitando bit.ly/Ilse-k

Prevención de incendios

¿Sabía que los detectores de humo reducen las posibilidades de morir en un incendio en casi un 50 %? Asegúrese de que su hogar tenga detectores de humo en todos los niveles, dentro de cada dormitorio y fuera de cada área para dormir.

Para obtener más información, visite nfpa.org/publiceducation.





WE LOVE WHAT WE DO

BAYADA Home Health Care
4300 Haddonfield Road
Pennsauken, NJ 08109-3376

bayada.com

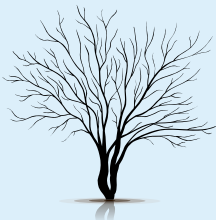


El contenido de este boletín se ofrece como información resumida general para nuestros clientes y no tiene como finalidad sustituir la orientación médica personalizada. Le recomendamos solicitar el consejo de su médico u otro profesional de atención de la salud capacitado si tiene alguna pregunta específica sobre su atención.

BAYADA ofrece servicios de enfermería especializada, de rehabilitación, terapéuticos, de hospicio, de habilitación, de salud conductual y de asistencia de salud en el hogar a personas de todas las edades. Los servicios varían según la ubicación.

50194 25885735 REV 9/22. © BAYADA Home Health Care, 2022.

Manejo del trastorno afectivo estacional *continúa de la página 1*



Síntomas del SAD

Los síntomas pueden variar de leves a graves y pueden incluir:

- Tristeza
- Pérdida de interés
- Energía baja
- Desesperanza
- Agitación
- Dificultad para concentrarse
- Dormir en exceso
- Comer en exceso
- Aumento de peso
- Retraimiento social

Consejos para manejar el SAD

- Deje entrar la mayor cantidad de luz natural posible. Abra las cortinas y persianas.
- Compre algunas plantas, dado que se ha demostrado que alivian los síntomas de depresión y ansiedad, especialmente durante un invierno largo.
- Pruebe la terapia de luz con una lámpara para SAD, una caja que emite una luz muy brillante y filtra los rayos ultravioleta perjudiciales. Por lo general, se necesitan 20 minutos o más por día, pero pregúntele a su proveedor de atención médica qué recomienda.
- Dependiendo de sus capacidades físicas, realice algún tipo de actividad diaria, preferiblemente al aire libre. Pida ayuda a su familia o a los profesionales clínicos de BAYADA.
- Mantenga un horario constante, tanto para las comidas, la actividad física como para el sueño.
- ¡Haga espacio para la alegría! La risa es un alivio bien documentado para el estrés. Mire su película cómica favorita, programa de televisión o comediante favorito, o llame a la persona más divertida que conozca.

Para obtener más información, visite bit.ly/sad-bh