



El Pulso:

boletín informativo para residentes de la BHA

Patrocinado por el Centro de Investigación sobre Prevención - Socios en Salud y Vivienda (*Partners in Health and Housing Prevention Research Center, PHH-PRC*)

Primavera de 2011

¡¡Buenas noticias para los residentes de la BHA!!

Miembros del CCHP

Eugenia Smith, Presidenta

Rukia Ali
Ruth Barkley
Loraine Brown
Marsha Chery
Greg Davis,
Remona Davis
Matilda Drayton
Maggie Drouineaud
Rachel Goodman
Mildred Hailey
Brent Henry
Robyn Keske
Stephen Laverty
Scott Mason
Mirtha Nin
Saisha Rodriguez
Peggy Santos
Madeleine Kangsen Scammell
Carrie Simon
Joan Whitaker
Gail Williams

En esta edición:

Visitas del CCHP	2
Presupuestos: ¿Tiene un presupuesto?	2
Programas: Programas disponibles para residen-	2
NCC - CCHP: Al servicio de los residentes	3
FISP: Su opinión cuenta	3
PRC : Investigación sobre prevención a su servicio	3
CCHP: Nuestra misión	4

El Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud (*The Community Committee for Health Promotion, CCHP*) se enorgullece en presentar “**El Pulso: boletín informativo para residentes**”, un boletín bianual para residentes de viviendas públicas. Los complejos de viviendas públicas de Boston son ricos en historia y vida. Muchos residentes pueden contarle sobre la época en que Boston tenía un sistema de ferrocarril elevado y cuando las películas costaban cincuenta centavos. Otros pueden contarle cómo un niño con asma significaba permanecer una noche entera en la sala de emergencias. El Pulso permitirá a los residentes compartir historias y eventos, y también conocer algunos de los programas y servicios que están disponibles para ellos.

El Pulso también informará a los residentes sobre los programas y las oportunidades disponibles para ellos a través del Centro de Investigación sobre Prevención - Socios en Salud y Vivienda (PHH-PRC). ¿Sabía usted que en este momento en muchos complejos de viviendas públicas familiares se ofrecen programas de salud? Programas tales como **exámenes dentales** para niños de entre 0 y 5 años; el programa de **Residentes Promotores de Salud (*Resident Health Advocate, RHA*)** que brinda capacitación y ayuda a los residentes con sus inquietudes de salud, como exámenes de salud, cómo encontrar un médico de atención primaria, cómo concertar una cita médica y cumplirla; y **programas de caminatas estructurados**. Estos programas son gratuitos y están disponibles para todos los residentes.

Algunas de las preguntas más comunes de los proveedores de servicios que escuchamos en el CCHP son: “¿Cómo podemos llegar a los residentes e involucrarlos?” ¿Por qué no hay una mayor cantidad de residentes que participen en eventos en sus complejos de viviendas? Esta es la oportunidad perfecta para que los residentes respondan estas preguntas. También pueden contarnos sobre los obstáculos que les impiden participar en los programas que están disponibles en sus complejos de viviendas. Cuanto más sepa el CCHP sobre los motivos por los que los residentes no participan, más oportunidades tenemos de dirigir estas inquietudes a quien corresponda para comenzar a realizar cambios.

El Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud, como defensor de los residentes de los complejos de viviendas públicas familiares de la Autoridad de Vivienda de Boston (*Boston Housing Authority, BHA*), entiende que la opinión de los residentes es muy poderosa. **Todos** los residentes tienen ideas importantes y creativas sobre cómo los residentes pueden tener una mejor salud; ¡queremos conocer las suyas!

Si desea formar parte de nuestra lista de contactos o recibir información sobre los programas y servicios del PHH-PRC disponibles en su complejo de viviendas, llame al Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud al teléfono (617) 638-5366, o envíenos un mensaje de correo electrónico a CCHPBoston@gmail.com.

¡Haga oír su voz, genere el cambio, participe!

Dentro del CCHP existen seis subcomités de acción:

Presupuesto, FISP, Membresía, NCC, Programas y Visitas.
A continuación describimos cómo actúan a favor de los residentes.

Visitas: Este subcomité visita los complejos de viviendas familiares de la BHA, informa a los residentes qué es el CCHP y les proporciona información de contacto. La Presidenta del Subcomité de Visitas es Matilda Drayton, residente de Alice Taylor.



La Sra. Drayton comparte una de sus primeras visitas con nosotros.

Una de nuestras primeras visitas fue a la Sra. Ruth Barkley, presidenta de Cathedral Tenants United, Inc. Le informamos sobre todas las cosas buenas que el PRC tiene para ofrecer.

En ese momento, Cathedral no tenía ningún representante de residentes en el comité asesor del CCHP. ¡Me complace anunciar que la Sra. Ruth Barkley es ahora miembro del CCHP!

Otro miembro comparte su primera visita: “Una de mis primeras visitas como miembro del Subcomité de Visitas fue al complejo de viviendas de Commonwealth, donde me reuní con la Asociación de Inquilinos de Commonwealth (*Commonwealth Tenants Association*) en una de sus reuniones de la Junta Directiva. Habían trabajado durante varios años con el PRC a través del programa de Residentes Promotores de Salud (RHA) y valoraron que nuestro comité se acercara a compartir información sobre el trabajo de nuestro PRC”. *Rachel Goodman*.

Pregunta: ¿Qué es un presupuesto?

Definición: Un resumen detallado de los gastos estimados o previstos para un período de tiempo determinado junto con propuestas para financiarlos.

¿Cómo es un presupuesto?

En esta dura economía, es muy importante prestar atención al presupuesto. Algunas personas piensan que si uno no tiene mucho dinero, no necesita un presupuesto. Esto no es así. Es precisamente cuando más se necesita un presupuesto. Aunque usted viva de cheque en cheque, mes a mes, debe saber para qué usa cada centavo de su dinero. Posiblemente se sorprenda cuando sepa cuánto dinero gastó en la compra de refrigerios en la tienda de la esquina o en restaurantes de comidas rápidas. Para poder realizar un seguimiento de sus gastos, debe elaborar un presupuesto. Algunas personas elaboran presupuestos mensuales y otras, anuales. Escoja el formato que funcione mejor para usted. Si necesita ayuda para elaborar un formato de presupuesto, llame al Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud para obtener algunos ejemplos. Para obtener más información sobre cómo elaborar un presupuesto que funcione para usted, comuníquese con el CCHP al teléfono 617-638-5366.

El **Subcomité de Programas** del CCHP revisa los proyectos propuestos por los socios del PHH-PRC y tiene la responsabilidad de analizar y dar nuestra opinión sobre la probabilidad de que un proyecto beneficie a los residentes de viviendas públicas. Como socio, nuestra opinión es altamente valorada por los demás socios del PHH-PRC. El Subcomité de Programas comparte todos sus resultados y conclusiones con todos los miembros del CCHP, y cualquier inquietud que surja sobre un programa o proyecto propuesto es considerada y analizada.

Hemos tenido la oportunidad de participar en el desarrollo de los siguientes proyectos que han brindado formación y/o empleo a los residentes de la BHA:

El programa de **Residentes Promotores de Salud (RHA)** es el programa del PHH-PRC que ha estado vigente por más tiempo y ha brindado formación a residentes adultos de la BHA durante nueve (9) largos años. Este programa ayuda a otros residentes de dos maneras importantes. En primer lugar, los residentes pueden dar información básica sobre los temas de salud de mayor preocupación en la comunidad; y en segundo lugar, están bien informados sobre los recursos locales relacionados con la salud y pueden ayudar a los residentes a encontrar y utilizar estos recursos.

Caminatas de salud: El programa de caminatas se implementa en cuatro complejos de viviendas familiares —Cathedral, Lenox/Camden, Faneuil y Old Colony— desde hace tres (3) años. El objetivo de este programa es promover el bienestar alentando el tipo de ejercicio más básico y natural —la caminata— para construir el sentido de comunidad entre los residentes que participan y para prevenir la obesidad que afecta a muchos de nosotros. La Comisión de Salud Pública de Boston (*Boston Public Health Commission*) ha suministrado podómetros y registros de caminatas para que los participantes puedan realizar un seguimiento de su progreso, y el sitio web del PHH-PRC ha publicado un *video* sobre el programa de Caminatas.

Saber es poder (*Knowledge is Power, KIP*) es un programa nuevo que enseña a los residentes cómo responder a propuestas e, igualmente importante, enseña los conceptos básicos de la administración de un programa y la planificación de una evaluación de un programa si una propuesta es exitosa. KIP ayuda a entender un Pedido de propuesta (*Request for Proposal, RFP*), enseña cómo responder a un RFP y a crear el presupuesto para un programa planificado. Los participantes también aprenden sobre cuestiones legales, aprenden técnicas básicas de administración y liderazgo, practican presentaciones orales y obtienen conocimientos básicos de computación. El PHH-PRC está preparando otra sesión este verano. Manténgase en contacto.

Además de los proyectos arriba mencionados, el Subcomité de Programas ha revisado y respaldado el trabajo de la Facultad de Medicina Dental (*School of Dental Medicine*), de las niñas exploradoras (*Girl's Scouts*) y programas para dejar de fumar.

Si desea recibir información y/o participar en los próximos grupos de enfoque o conocer las oportunidades laborales a corto plazo, llame al teléfono 617-638-5366 para que lo agreguemos a nuestra lista de contactos.

Subcomités del CCHP en acción

Continuación

Los Comités de Comunidades en todo el país actúan a favor de las poblaciones desatendidas

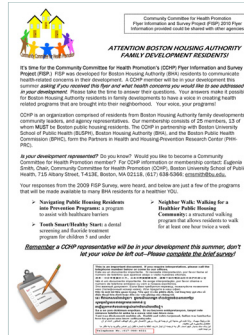
¡El Comité Nacional de Comunidades (National Community Committee, NCC) del Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud está trabajando para usted! El NCC reúne a representantes comunitarios de los 37 Centros de Investigación sobre Prevención (PRC) del país para compartir información, promover la investigación participativa en las comunidades y trabajar en iniciativas que mejoren la salud de las comunidades que representan. Los representantes del CCHP participan en llamadas en conferencia y en reuniones en persona para trabajar en coordinación con los otros 70 representantes.

El NCC proporciona una importante plataforma para que los representantes del CCHP puedan compartir experiencias locales de los residentes de la BHA con una audiencia nacional. Si desea obtener más información sobre las actividades del NCC, comuníquese con los representantes del NCC del CCHP al teléfono: (617) 638-5366.

¿Qué es el FISP?

Proyecto de folleto informativo y encuesta (FISP): Un proyecto que consta de dos partes implementado todos los años por el Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud para distribuir un folleto con información sobre el CCHP y sobre el Centro de Investigación sobre Prevención - Socios en Salud y Vivienda a los complejos de viviendas familiares de la BHA, seguido de una encuesta de salud personalizada.

Cada miembro del CCHP determina cuál es el mejor momento para distribuir los folletos. A pedido, los residentes promotores de salud (RHA), el cuerpo directivo de la BHA y otros residentes han trabajado con los miembros del CCHP en la distribución de folletos. Cada unidad ocupada del complejo de viviendas debe recibir un folleto.



La encuesta del proyecto FISP es un cuestionario sobre salud y bienestar que tiene el propósito de prestar mejores servicios a los residentes de viviendas públicas. Es una encuesta personalizada que permite a los residentes de viviendas de Boston informar a los funcionarios de salud pública, y también a los prestadores de servicios, sobre los programas y servicios que son necesarios en los complejos de viviendas públicas. Las encuestas se realizan en inglés y en español.

El proyecto FISP llegará a su complejo de viviendas este verano, ¡aproveche esta oportunidad para dar su opinión! Para obtener más información, comuníquese con la oficina del CCHP al teléfono 617-638-5366.

PHH-PRC presenta

Para tener una mejor salud

¡Hola! Le escribo para contarle sobre el **Centro de Investigación sobre Prevención - Socios en Salud y Vivienda, o PRC**. El PRC tiene cuatro socios: La Facultad de Salud Pública de la Universidad de Boston (*Boston University School of Public Health, BUSPH*), la Comisión de Salud Pública de Boston (*Boston Public Health Commission, BPHC*), la Autoridad de Vivienda de Boston (*Boston Housing Authority, BHA*) y el Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud (*Community Committee for Health Promotion, CCHP*). El PRC realiza proyectos de investigación para encontrar las mejores maneras de ayudar a los residentes de viviendas públicas a estar saludables o mantenerse saludables. En este momento, en los complejos de viviendas familiares de la BHA tenemos proyectos sobre:

- cuidado dental para niños,
- cómo dejar de fumar,
- ayuda a los residentes a encontrar un proveedor de salud en una clínica local, y
- formación de residentes promotores de salud.

Como socios del Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud, y con fondos provenientes de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), patrocinamos, respaldamos y financiamos el Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud. También ayudamos al CCHP con su proyecto FISP, un proyecto que se lleva a cabo todos los años y nos informa los programas de salud que los residentes de viviendas públicas quisieran tener a su disposición.

He conocido a algunos de ustedes y espero poder hablar con más personas sobre las mejores maneras de ayudar a las viviendas públicas de Boston a convertirse en los lugares más saludables que conocemos. Le pedimos que nos cuente sus ideas de programas o actividades para mejorar la salud de los residentes. Puede contarle sus ideas a un miembro del CCHP o llamar al teléfono 617-638-5036 y dejar un mensaje. Si usa una computadora, visite nuestro sitio web en www.bu.edu/phhprc/. Si lo desea, puede dejar un mensaje en la página "Comuníquese con nosotros" ("Contact Us") del sitio web. Esperamos que se comunique con nosotros.

¿LO SABÍA? Casi la décima parte de la población de Boston vive en viviendas públicas. En las viviendas públicas de Boston viven más de 50,000 adultos y niños. ¡Es como una ciudad dentro de otra ciudad!

--Deborah Bowen, Directora del PRC



COMITÉ DE LA COMUNIDAD PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

801 Massachusetts Avenue
CHS, 4th Floor, Suite 431, Office 453
Boston, MA 02118

Teléfono : 617-638-5366
Fax: 617-638-5091
Correo electrónico: CCHPBoston@gmail.com



“Acortando la brecha entre la salud y la vivienda”

¡Estamos en la web!

<http://www.bu.edu/phhprc/community/cchp/>

Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud (CCHP)

Quiénes somos



¡Asociaciones en acción!

El Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud es una organización compuesta por residentes de complejos de viviendas familiares de la Autoridad de Vivienda de Boston, líderes comunitarios y representantes de agencias. Nuestra junta directiva está compuesta por 25 miembros, 13 de los cuales deben ser residentes de viviendas públicas. El CCHP es socio equitativo de la Facultad de Salud Pública de la Universidad de Boston, la Comisión

de Salud Pública de Boston y la Autoridad de Vivienda de Boston. Este equipo de colaboración formado por cuatro partes es conocido como el PHH-PRC o, más formalmente, como el Centro de Investigación sobre Prevención - Socios en Salud y Vivienda.

El Comité de la Comunidad para la Promoción de la Salud fue una parte integral de la propuesta de subvención presentada por la Facultad de Salud Pública de la Universidad de Boston a los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) en Atlanta, Georgia.

Nuestra misión es participar en la conceptualización, planificación e implementación de las diversas actividades y programas del PHH-PRC y asegurar que todos los residentes de la BHA que viven en complejos de viviendas tengan acceso equitativo a los beneficios, los programas y las oportunidades laborales del PHH-PRC.

Este boletín informativo está respaldado por el Acuerdo Cooperativo N.º U48-DP001922 del Programa PRC de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). El contenido del mismo es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente el criterio oficial de CDC.

Community Committee for Health Promotion
BUSPH-Community Health Sciences
801 Massachusetts Avenue, 4th Fl, Suite 431, Office 453
Boston, MA 02118

Chiste del día

Un paciente entra en la consulta del médico.

Doctor: “¿Qué es lo que le ha traído por aquí?”

Paciente: “Una ambulancia, ¿por qué?”

¿Lo sabía?

La mayor parte de las partículas de polvo en su hogar
¡están formadas por piel muerta!

¿Qué le gustaría ver en el próximo
boletín?