

Centro médico de Nueva York da la bienvenida a residentes de CHI para cumplir la rotación

El Dr. Raul Molina nunca imaginó que estaría atendiendo pacientes en un hospital de Nueva York. Después de todo, Molina es un médico residente de Community Health of South Florida Inc. (CHI), con sede en Miami. Pero gracias a un nuevo convenio entre CHI y Arnot Ogden Medical Center, el Dr. Molina y cinco de sus compañeros residentes están pasando por esa experiencia.

Los residentes de CHI comenzaron la rotación en el Arnot Ogden Medical Center ubicado en Elmira, Nueva York en agosto de 2016. Según el convenio, cuatro residentes de medicina familiar y dos residentes de Obstetricia y Ginecología harán una rotación de un mes en el hospital de Nueva York.

"Ha sido una excelente experiencia de aprendizaje", comenta el Dr. Molina. "Adquirí mucha confianza en el manejo de un paciente hospitalizado. Me ayudó a determinar la gravedad del estado de un paciente y me permitió ofrecer con confianza una atención competente y profesional, desde la admisión del paciente hasta su alta".



Resident Patricia Nunez, DO takes a break in the pediatric section of the hospital at the Arnot Ogden Medical Center.

El Arnot Ogden Medical Center encabeza la lista de centros médicos de preferencia en la región. Es una institución sin fines de lucro fundada en 1888, que cuenta con 256 camas con servicios especiales de cuidados cardiovasculares, cuidados para el cáncer, servicios médicos para la mujer incluidos los servicios de maternidad, medicina de emergencia y cirugía.

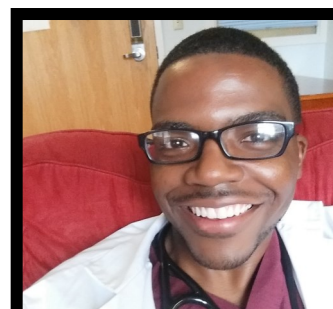
El Dr. Richard R. Terry, DO, MBA, FACOFP, Vicedecano de Educación Clínica Regional, Director Académico de LECOMT, ofreció su programa de rotación libre de cargo para los residentes. Localmente hubiese sido una carga financiera para ellos, de

modo que esta era una oportunidad que no podía dejarse pasar.

"Somos muy afortunados de poder asociarnos con este Centro que cuenta con profesionales extraordinarios para enseñar a nuestros residentes", expresa el Dr. Saint Anthony Amofah, MD, MBA, FACP, Director Médico Principal de CHI y Director Académico del Centro Médico Docente. "Son lo mejor en todos los aspectos y han proporcionado una capacitación práctica superior a nuestros residentes".

Junto con otros residentes, la rotación del Dr. Molina incluyó exámenes físicos a bebés en el momento

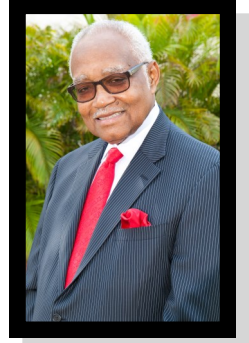
Historia continúa en la parte superior Página 3



Resident Jean Mandat, DO takes a quick selfie in Elmira, NY hospital

A Message from the President

Todo lo que hacemos en Community Health of South Florida Inc. es motivado por nuestro lema, "Lo primero es la atención al paciente". La gerencia siempre busca maneras de mejorar la experiencia del paciente. Durante los dos últimos años, hemos renovado la mayoría de nuestras instalaciones para hacerlas más modernas y atractivas. Además, hemos estado constantemente añadiendo servicios y centros médicos a los que ofrecemos. También hemos añadido un dentista pediátrico a nuestro equipo en los centros de South Miami y West Kendall.



¿Ha visto los quioscos que hemos colocado en nuestros centros médicos solicitando su opinión y comentarios? Muchos de ustedes nos han dicho que no hay suficiente estacionamiento en nuestro centro principal, Doris Ison. Miren a su alrededor. Los equipos de construcción están pavimentando el camino para la expansión de nuestro estacionamiento gracias a sus comentarios. También deben haber notado algunos de nuestros otros centros como los de West Kendall, South Miami y Coconut Grove, todos tienen valet parking gratuito para los pacientes.

Esperamos que los pacientes puedan programar más de una cita en un día para beneficiarse al máximo de nuestros centros. Por ejemplo, ¿por qué ir a dos o tres lugares diferentes y emplear 3 días diferentes, si puede ver a su médico de atención primaria, el dentista y el proveedor de servicios de salud conductual el mismo día?

Febrero es el mes del corazón en los Estados Unidos (American Heart Month). La enfermedad cardíaca es la causa principal de muerte de hombres y mujeres en los Estados Unidos. Es indispensable que tomemos decisiones sensatas para nosotros y nuestras familias: hacer ejercicio regularmente, consumir alimentos sanos y mantener nuestros cuidados preventivos para evitar tragedias.

Además, marzo es el mes de conciencia del cáncer colorrectal. El cáncer colorrectal es la segunda causa principal de muerte de cáncer. Toda persona mayor de 50 años debe hacerse el examen. Es una prueba simple que puede salvarle la vida. Hable con su proveedor de CHI hoy mismo para que le dé información sobre esta prueba.

A su salud,


Brodes H. Hartley Jr.
Presidente/Director General

Oscilación con los Profesionales en la Glen Rice Torneo de Golf de Celebridades

Viernes
7 de abril de 2017

Evento de Celebridades para
Recaudar Fondos Torneo de Golf

Recaudación de Fondos para
Community Health of South Florida, Inc.

Shula's Golf Club
7601 Miami Lakes Drive
Miami, Florida 33014

Para información de patrocinio y golf:
Llame al (305) 252-4853

Centro médico de Nueva York da la bienvenida a residentes de CHI para cumplir la rotación

Historia de portada

de nacer, y realizarles seguimiento hasta que fueron dados de alta.

Otro residente que participó en el programa es la Dra. Dr. Emelia Winston, DO, que se especializa en Obstetricia y Ginecología.

“En este programa estuve expuesta a situaciones de alto riesgo”, comenta la Dra. Winston. “Tuve la ocasión de experimentar lo que se siente trabajando en una práctica privada. Esa fue una experiencia especial”.

Según el Dr. Amofah, el programa proporciona a los residentes de CHI la experiencia crítica necesaria para avanzar en sus carreras.

“Este fantástico programa con el Arnot Ogden Medical Center permitió a los residentes una mayor exposición a alumbramientos, cesáreas y procedimientos ginecológicos específicos que no tendrían en Miami. Me complace saber que continuaremos con esta sociedad”.

El Dr. Molina y la Dra. Winston dicen que también están disfrutando sus experiencias de la residencia en los centros médicos de CHI.

“Esta experiencia en Nueva York definitivamente ha tenido un impacto en la manera en que practicaré la medicina en el futuro”, dice el Dr. Molina. “Ha sido algo realmente invaluable”.

La Expansión de los Servicios Odontológicos tiene el Propósito de aumentar la Satisfacción de los Pacientes

Muchas familias trabajadoras dicen que a menudo están en un punto difícil cuando se trata de hacer citas dentales para ellos y sus hijos. Significa perder un día de trabajo e incluso perder un día de pago. Con esto en mente, Community Health of South Florida Inc. (CHI) espera aliviar esas preocupaciones ofreciendo horas dentales extendidas, una unidad móvil y más.

Servicios odontológicos en dos de los sitios más grandes de CHI, el Doris Ison Health Center 10300 SW 216 Street, Miami, FL 33190 y en el Martin Luther King, Jr. Clínica Campesina 810 West Mowry Drive, Homestead, FL 33030 ofrecerá horas por la noche. Muchos de los otros centros de salud incluso ofrecen servicios los sábados.



La Dra. Ovalles examina a una joven paciente en el West Kendall Health Center

Además, el Dr. Fransheska Ovalles que se especializa en odontología pediátrica se ha unido al equipo.

Los dentistas de CHI ahora pueden venir a usted gracias a nuestra clínica dental móvil. Ya, los dentistas han proporcionado chequeos para los estudiantes en COPE Sur. Esperar verlo rodando por su vecindario pronto.

"CHI siempre ha sido acerca de asegurar que no hay barreras para la asistencia sanitaria. De acuerdo con esa misión, nuestra unidad dental móvil nos permitirá entrar en áreas con poblaciones difíciles de alcanzar ", dijo el Dr. Robert Johnson, Director de Servicios Dentales. "Es una experiencia gratificante y esperamos continuar creciendo el programa".

Para hacer una cita dental llame al (305) 252-4820.



La unidad odontológica móvil de CHI permite a los proveedores de servicios odontológicos llevar sus servicios a la comunidad.

Eunice Hines es Promovida a Directora de Servicios para Migrantes

Community Health of South FL, Inc. (CHI) se complace en anunciar la promoción de Eunice Hines a Directora de Servicios para migrantes. Anteriormente ella trabajó como supervisora del programa de autocontrol de enfermedades crónicas y del programa de prevención y manejo para la recuperación eficaz (PAMPER, por sus siglas en inglés) de pacientes en alto riesgo de contraer enfermedades crónicas.

Eunice ha formado parte de CHI desde 2007 y expresa que sus trabajos anteriores la han preparado para sus obligaciones actuales de administrar, desarrollar y dirigir el programa de servicios para migrantes.

“Mi deseo es reducir el déficit de atención médica de una de las mayores poblaciones del sur de la Florida, los migrantes y trabajadores agrícolas”, comenta Eunice Hines, Directora de Servicios para migrantes. “CHI tiene dos centros ubicados en las Autoridades de Viviendas del Sur de Dade y Everglades, donde viven gran parte de la población de migrantes y trabajadores agrícolas”.

Hines promoverá los servicios médicos de CHI entre la comunidad de migrantes y se asegurará de que se incorporen y reciban servicios médicos y sociales adecuados. Además, ella participará en ferias de salud, asistirá a reuniones de socios



comunitarios, y buscará formas innovadoras y eficaces de cubrir las necesidades de las comunidades de migrantes y trabajadores agrícolas.

Los Centros Médicos del Sur de Dade y Everglades (South Dade and Everglades Health Centers) celebran reuniones trimestrales de junta directiva en inglés y español; estas reuniones están abiertas para los pacientes de CHI, añade Hines.

“Eunice está excepcionalmente calificada para manejar el reto que representa esta posición”, dice Monica Mizell, Vicepresidenta y Directora de Enfermería. “Ella posee la destreza, la ambición y la pasión, no solamente para cumplir con los requisitos de esta posición vital, sino también la capacidad para ser un fuerte apoyo que puede educar y ofrecer valiosos recursos para ayudar a esos pacientes a superar las

múltiples barreras que enfrenta esta población”.

La población migratoria enfrenta retos similares a los de otras poblaciones marginadas.

“No solamente acceso a un cuidado de la salud de calidad y asequible, sino que enfrentan las barreras adicionales de movilidad, idioma, diferencias culturales falta de familiaridad con los servicios médicos locales y elegibilidad limitada para programas de servicios médicos financiados con fondos públicos y privados”, comenta Hines. “Mi estilo será de educar, apoyar, motivar el cuidado propio, e incorporarlos de inmediato a los Centros médicos de CHI del Sur de Dade y Everglades (South Dade y Everglades Health Centers), con la coordinación y la asistencia de los Trabajadores de salud comunitaria certificados. Juntos podremos lograr mucho con la población migratoria”.

Hines tendrá su sede en el Centro Médico de CHI en Everglades (Everglades Health Center).



La Exposición al Cacahuete a una edad Temprana Prevenir la Alergia a esta Nuez

La mayoría de los padres crecieron comiendo emparedados de mantequilla de cacahuete y mermelada en el almuerzo. Pero actualmente la mayoría de las escuelas han prohibido este emparedado debido al aumento de alergias al cacahuete en los niños. Ahora los expertos dicen que exponer a los niños al cacahuete a una edad temprana podría prevenir una alergia severa a esta nuez, lo cual tendría como consecuencia una disminución en la cantidad de niños alérgicos al cacahuete en el futuro.

Un niño asustado que muestre signos de anafilaxis después de consumir cacahuates puede ser algo muy preocupante. Debe inyectarse de inmediato una dosis de epinefrina con un EpiPen para aliviar los síntomas, o de lo contrario, podría haber consecuencias graves, incluso la muerte.

La anafilaxis suele ocasionar más de uno de los siguientes problemas: una erupción con comezón, hinchazón de la garganta o la lengua, dificultad para respirar, vómitos, mareos y presión arterial baja. Estos síntomas normalmente aparecen en cuestión de minutos, pero pueden tardar horas.

“Las alergias al cacahuete se han convertido en una epidemia en los años recientes. Esto es grave porque algunas etiquetas de alimentos no mencionan cacahuete

como parte de su contenido. Los cacahuates se encuentran en muchos alimentos insospechados”, dice la Dra. Tanya Roman, Directora de Pediatría de Community Health of South Florida, Inc. (CHI) “Si una persona alérgica consume este alérgeno, puede ocasionarle anafilaxis, una reacción alérgica grave que puede aparecer repentinamente y puede incluso matar a una persona, a menos que esta reciba de inmediato un medicamento como epinefrina”.

Ahora los expertos en medicina sugieren que aun los bebés que presentan el mayor riesgo de tener una alergia al cacahuete deben recibir pequeñas dosis de esta nuez ya que se cree que ello impide que la alergia se desarrolle alguna vez. De hecho, la mayoría de los niños deberían probar el cacahuete al llegar a los 6 meses y deberían continuar recibiendo pequeñas dosis incluso si no presentan una reacción alérgica.

“Los infantes con alto riesgo de desarrollar una alergia al cacahuete incluyen los que presentan una eczema grave, alergia al huevo o los que tienen un familiar alérgico al cacahuete”, dice la Dra. Mirta Shafieian, Pediatra del Centro Médico Tavernier de CHI (Tavernier Health Center).

En pruebas recientes del Instituto Nacional de Alergia y Enfermedades Infecciosas (NIAID, por sus siglas en inglés) se halló que más del 20% de los infantes con eczema en su primer año de vida ya mostraban propensión a la alergia al cacahuete. La exposición al



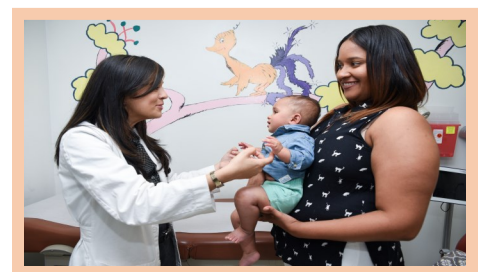
cacahuete de los niños con eczema grave entre los 4 y 11 meses de edad reduce en aproximadamente un 80% la probabilidad de desarrollar alergia al cacahuete.

Según los Centros para el Control de las Enfermedades, la tasa de alergia al cacahuete se ha triplicado en un período de 10 años. Actualmente ocurren entre 150 y 200 reacciones mortales en los Estados Unidos cada año. El noventa por ciento de las alergias a los alimentos en los niños son ocasionadas por seis de ellos: cacahuete, huevos, leche, frutos secos, soja y trigo. Pero el cacahuete es el elemento con mayor probabilidad de ocasionar anafilaxis.

*El amor de su vida merece la mejor atención médica
Experiencia y Compasión de Servicios
Pediátricos de CHI en las que puede confiar desde 1971*

Ofreciendo ahora visitas gratuitas de encuentro y bienvenida con nuestros pediatras para las futuras mamás

**Si está esperando un bebé, programe una cita gratuita hoy y conozca a nuestros pediatras para que seleccione al más adecuado para usted*



Llame al (305)252-4820, varios centros convenientemente ubicados con horario extendido de noches y fines de semana

¿Sala de emergencias o cuidados de urgencia?

Sepa cuál es la opción adecuada para usted

Si usted se golpea fuertemente el dedo pulgar con un martillo y el dedo comienza a hincharse y ponerse azul, o su dolor de cabeza ha llegado a un punto en que ya no lo puede soportar—en esos momentos es posible que cunda el pánico.

Ambos términos, “emergencia” y “urgencia” sugieren que existe una necesidad médica que requiere atención inmediata, pero hay diferencias entre los dos.

“Los centros de cuidados de urgencia ofrecen atención episódica”, explica Carmen Waite, Enfermera a cargo del Centro de cuidados de urgencia (UCC) de Community Health of South Florida, Inc. (CHI). “Pueden ayudarlo si se enferma o lesiona cuando su médico de atención primaria no esté disponible y no exista una situación que ponga en peligro la vida”. Añadió, “las salas de emergencia de los hospitales están equipadas para realizar más pruebas y para ofrecer atención médica en cualquier momento del día o de la noche. Pueden atender situaciones más complejas, incluidos los ataques cardíacos, derrames cerebrales y situaciones que amenazan la vida y las extremidades”.

Según el Centro Nacional de Estadísticas de la Salud, muchas personas usan la sala de emergencias como un lugar para recibir atención fuera de horas de trabajo para enfermedades o lesiones menores, sin percatarse de que tienen otra opción que es un centro de cuidados de urgencia.

“Los centros de cuidados de urgencia suelen ser más pequeños, tienen menos pacientes, lo cual trae como consecuencia que el tiempo de espera sea menor”, dice Waite. “También son más asequibles en

términos económicos para los pacientes que no tienen seguro médico.

Dependiendo de su enfermedad, es una buena idea acudir a un UCC cuando sea posible, en lugar de a la sala de emergencias de un hospital porque la diferencia de costo suele ser considerable. Por ejemplo, incluso teniendo seguro, el copago por la atención en la sala de emergencias puede ser de hasta \$300. Sin embargo, el copago del seguro por acudir al UCC en algunos planes es de \$75.

Además de los servicios del UCC que ofrece CHI en el Centro Médico Doris Ison (Doris Ison Health Center), también hay servicios para pacientes ambulatorios de lunes a sábado, de 8am a 3pm.

Es conveniente tener a mano la dirección y el número telefónico de la sala de emergencias y el centro de cuidados de urgencia más cercanos, y asegurarse de que cada miembro de la familia también los tenga, incluso los niños.

Community Health of South Florida, Inc. tiene centros de cuidados de urgencia en los siguientes lugares:

Doris Ison Health Center
10300 SW 216th Street
Miami, Florida 33190
(305) 252-4880
Lunes — Domingo
3:00 PM — 10:00 PM

Martin Luther King, Jr.
Clinica Campesina
810 W. Mowry Drive
Homestead, FL 33030
(305) 242-6006
Lunes — Domingo
3:00 PM — 10:00 PM

Los servicios para pacientes ambulatorios están disponibles en:

Doris Ison Health Center
(305) 252-4880
Lunes — Sábado
8:00 AM — 3:00 PM

He aquí algunos consejos para ayudarlo a determinar cuál es el más adecuado para su situación, un centro de cuidados de urgencia, o una sala de emergencias.

Cuando ir a la atención de urgencia:

- **Asma y sibilancias**
- **Diarrea**
- **Deshidratación**
- **Oído o infección de la herida**
- **Irrigación del ojo**
- **Fiebre sin erupción**
- **Laceraciones**
- **Quemadura menor**
- **Sangrado nasal**
- **Dolor al orinar**
- **Erupción sin fiebre**
- **Dolor de garganta, tos, resfriados**
- **Esguinces, tensiones, fracturas**
- **Puntadas, suturar, grapar**
- **Vómitos**

Cuando ir a urgencias:

- **Dolor en el pecho**
- **Expectoración con sangre**
- **Fiebre en los bebés**
- **Fiebre con erupción**
- **Lesiones de cabeza o del ojo**
- **Ataque al corazón o accidente cerebrovascular**
- **Unilateral debilidad o entumecimiento**
- **La ingestión del veneno**
- **Convulsiones o pérdida del conocimiento**
- **Heridas graves o severas, quemaduras o golpes**
- **Dolor abdominal intenso, hemorragia o gran herida abierta**
- **Graves fracturas o huesos rotos**
- **Sangrado con embarazo vaginal**

El sueño no es un lujo, es una necesidad.

¿Ha tenido alguna vez problemas para dormir en la noche? ¿Contar ovejas es un ejercicio inútil para usted? ¿Su mente corre tanto que no le es posible relajarla para poderse dormir? Estas situaciones son bastante comunes hoy en día.

Los Centros para el Control de Enfermedades reportan que el 35% de los adultos en toda la nación no duermen bien. Este es un problema real, para la salud física y mental de estas personas.

“El sueño debe ser una prioridad en nuestras vidas”, advierte Abida Hussain, PA-C de CHI. “El sueño no es un lujo, es una necesidad”

Sandra Omoha, una joven madre y paciente de CHI conoce muy bien los estragos que causa la falta de sueño. “Desde que tenía solo una semana de nacida mi hija Gabriela me hace saber que ella es la jefa cuando se trata de dormir”, sonríe tímidamente.

Los descubrimientos científicos sobre el insomnio han demostrado que el cerebro tiene dos sistemas de sueño. Uno nos ayuda a dormir; el otro ayuda a mantenernos despiertos.

Cuando estos dos sistemas funcionan de la manera debida, se complementan uno al otro tomando turnos, estando a cargo y enviando señales en los momentos precisos. Pero no siempre ocurre así. Si el sistema despertador permanece activo cuando es hora de dormir, se considera que está en un estado

súper activo y puede producirse el insomnio y la privación de sueño. La privación de sueño tiene consecuencias y conlleva peligros.

Algunas de las consecuencias son las siguientes:

- Problemas de memoria
- Depresión
- Debilitamiento del sistema inmunitario
- Se refuerza la percepción del dolor

Algunos de los peligros son los siguientes:

- Las personas con privación de sueño que se sometieron a prueba utilizando un simulador de manejo tuvieron resultados tan malos como, o peores que las que estaban bajo la influencia del alcohol o de drogas
- La fatiga del conductor es responsable de aproximadamente 83,000 accidentes de vehículos motorizados y alrededor de 850 muertes cada año, según la Administración Nacional de seguridad en el Tráfico de Autopistas
- Fatiga, letargo, falta de motivación y concentración
- Catarros e infecciones frecuentes; aumento de peso
- Mayor riesgo de diabetes, enfermedad cardíaca y otros problemas graves de salud



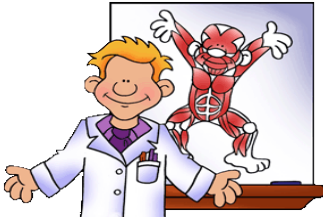
“Dormir no es meramente un tiempo en que el cuerpo “se apaga”, añade la Dra.

Hussain. “Mientras descansamos, el cerebro permanece ocupado supervisando una amplia variedad de actividades de mantenimiento biológico para que el cuerpo esté en condición óptima, y se prepare para el día siguiente. Sin el número de horas de sueño recomendadas, el trabajo, el aprendizaje, la creación y la comunicación al máximo de nuestro potencial se ven comprometidos”.

Los expertos en el tema del sueño sugieren que los adultos deben dormir de 7 a 9 horas cada noche. Dependiendo de la edad, se recomienda de 8 hasta 14 horas para los más jóvenes.

Podemos crear noches de buen dormir con algunos simples cambios:

- Elimine la cafeína. Consumir cafeína para permanecer despierto durante el día puede mantenerlo despierto durante la noche. No consuma bebidas con cafeína de 6 a 8 horas antes de irse a dormir.
- Elimine el estrés. Relájese antes de irse a dormir con un baño caliente, meditación o un vaso de vino. Olvide las preocupaciones del día dedicándose a terminar las preparaciones para el día siguiente una hora antes de acostarse.
- El ejercicio puede mejorar el sueño de varias formas, incluido el alivio de la tensión muscular. Pero no haga ejercicio justo antes de acostarse puesto que el ejercicio puede ponerlo más alerta y mantenerlo despierto.
- No se recomienda usar el espacio de la cama para pagar cuentas o escribir informes. La cama debe ser un refugio para dormir. Manténgala para ese propósito.



Hechos divertidos sobre el cuerpo humano

El cuerpo puede sanarse a sí mismo

El cuerpo humano tiene una capacidad increíble para sanarse a sí mismo. Cuando estamos en un estado de buena salud y nos lastimamos, el cuerpo tiene una tendencia natural a reparar y sanar sus heridas. Las lesiones menores como moretones, cortaduras y huesos rotos comienzan a sanar de inmediato. Las infecciones las cura el sistema inmunitario.

El proceso de sanación natural del cuerpo no puede mantenerse sin una atención y un mantenimiento adecuados. Las enfermedades suelen ocurrir cuando abusamos de nuestro cuerpo al negarle los requisitos básicos para mantenernos saludables.

Una gran parte del proceso de reparación y regeneración del cuerpo ocurre durante el sueño, cuando la energía del organismo se usa moderadamente para mantener las

funciones involuntarias como los latidos del corazón y la respiración. La energía entonces puede usarse para los procesos de restauración y sanación.

Se sabe que el sueño inadecuado debilita el sistema inmunitario. Cuando las personas consumen bebidas energéticas y cafeína para obtener energía de forma artificial, se le niega al cuerpo el descanso adecuado que hace que el proceso de sanación funcione de manera óptima.

Otra manera importante en que podemos mejorar notablemente las propiedades de auto sanación del cuerpo es observar una dieta saludable, rica en nutrientes, según Gloria Fuller, nutricionista y dietista titulada de CHI.

“Consuman alimentos saludables en las tres comidas y eliminen los alimentos con alto contenido de grasa, calorías o azúcar”, comenta Fuller. “También deben tomar de 6 a 8 vasos de agua al día”.

Si se desvían de una dieta saludable, ello puede causar estragos en el sistema inmunitario de su cuerpo.

“Eso se puede evitar consumiendo frutas, vegetales de hojas verde oscuro como col rizada, espinacas, frutos secos, granos y semillas”, añade Fuller.

Su médico y un dietista titulado pueden ayudarle a regular su cuerpo para mantenerlo en el mejor estado de salud posible. Para una cita, llame al (305) 252-4820.

Conéctese con nosotros en línea:



www.youtube.com



@CHISouthFlorida



"Patient Care Comes First"

www.chisouthfl.org



Visítenos en Facebook

www.facebook.com/

CommunityHealthOfSouthFlorida