

E1 Fronterizo

February/febrero 2025
Volume/volumen 3 | Issue/número 29

Office of Border Public Health
Texas Department of State Health Services
dshs.texas.gov/borderhealth/
OBPH@dshs.texas.gov

Rebecca Basurto-Gonzalez, BIDS Epidemiologist in West Texas (PHR 9/10), presents at the DSHS Flu and Respiratory Disease Conference on August 8 in Austin. *Rebecca Basurto-Gonzalez, epidemióloga BIDS en el Oeste de Texas (RSP 9/10), expone en la Conferencia de Influenza y Enfermedades Respiratorias de DSHS el 8 de agosto en Austin.*

INSIDE THIS ISSUE

EN ESTA EDICIÓN

American Heart Month / <i>Mes Estadounidense del Corazón</i>	1-2
Resources for CHWs / <i>Recursos para promotores de salud</i>	3-4
Monthly Highlight / <i>Lo destacado del mes</i>	5
Upcoming Free Events / <i>Próximos eventos gratuitos</i>	6

Males had twice the percentage of heart disease compared to females in the border counties.

Los hombres tuvieron el doble de porcentaje de enfermedades del corazón que las mujeres en la región fronteriza.

Source/Fuentes:

1. CDC, [About Heart Disease](#)
2. NHI, [American Heart Month](#)
3. DSHS, Texas Health Data, [Behavioral Risk Factor Surveillance System](#)
4. CDC, [Interactive Atlas of Heart Disease and Stroke](#)

American Heart Month

February is **American Heart Month**. Heart disease refers to several types of heart conditions. The most common type of heart disease in the U.S. is coronary artery disease (CAD). CAD affects the blood flow to the heart. Decreased blood flow to the heart can cause a heart attack.¹

High blood pressure, high blood cholesterol, and smoking are key risk factors for heart disease. About half of the people in the U.S. (47%) have at least one of these three risk factors.¹ Heart disease is the leading cause of death in the U.S.²

In 2022, 6.6% of adults 18 years and older in the Texas border region reported being told that they had a cardiovascular disease. In the same year, the percentage of males with heart disease living in Texas border counties was twice (7.6%) the percentage of females border residents with heart disease (3.6%).³ Among urban border counties, Maverick and Webb had the fewest cardiovascular disease physicians per capita in 2021 (see next page).⁴

Mes Estadounidense del Corazón

Febrero es el **Mes Estadounidense del Corazón**. Las enfermedades del corazón se refieren a varios tipos de condiciones cardíacas. El tipo más común de enfermedades del corazón en los EE. UU. es la enfermedad arterial coronaria, que afecta el paso de la sangre al corazón. La disminución del flujo sanguíneo puede causar un infarto o ataque al corazón¹.

Alta presión arterial, altos niveles de colesterol y fumar son factores de riesgo clave para enfermedades del corazón. Cerca de la mitad de personas en EE. UU. (47%) tiene al menos uno de estos tres factores de riesgo¹. Las enfermedades del corazón son la principal causa de muerte en los EE. UU.²

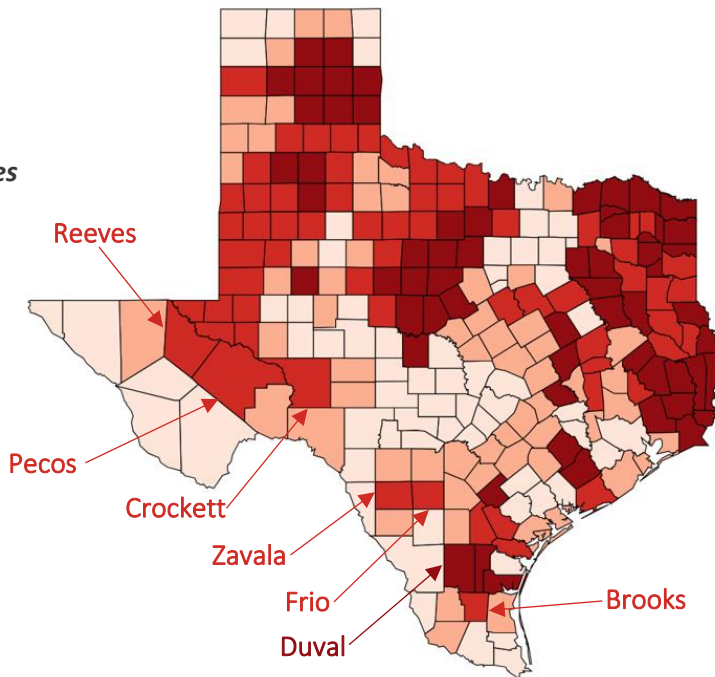
En 2022, 6.6% de personas adultas de 18 años y más en la región fronteriza de Texas reportaron ser diagnosticadas con una enfermedad cardiovascular. En el mismo año, el porcentaje de hombres con enfermedades del corazón fue el doble (7.6%) que el porcentaje de mujeres con la misma causa en los condados fronterizos³.

Entre los condados fronterizos urbanos, Maverick y Webb tuvieron el menor número de cardiólogos per cápita en 2021 (ver siguiente página)⁴.

Texas Heart Disease Age-adjusted Death Rates, Ages 35+ (2019-2021)⁵ Tasa de muertes por enfermedades del corazón a partir de los 35 años, ajustado por edad (2019-2021)⁵

Heart disease death rate
 per 100,000 residents
 Tasa de muertes por
 enfermedades del corazón
 por cada 100,000 habitantes

- 425-621
- 381-424
- 336-380
- 192-335



These are average annual
 deaths, averaged over
 three years.

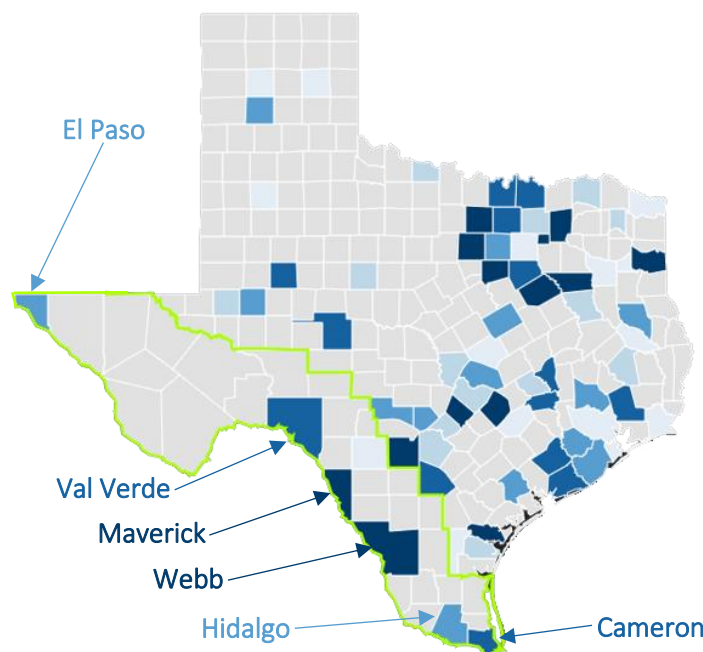
Estas son muertes anuales
 promedio, promediadas
 por tres años.

Source/Fuentes:
 5. [CDC Heart Disease
 and Stroke Map](#)

Ratio of Population to Cardiovascular Disease Physician by County (2021)⁴ Proporción de población respecto a cardiólogos por condado (2021)⁴

Estimated population
 served by every 1 (one)
 Cardiovascular Disease
 Physician
 Población estimada a ser
 atendida por cada (1)
 cardiólogo

- 51,000:1-116,000:1
- 29,000:1-50,999:1
- 20,000:1-28,999:1
- 14,000:1-19,999:1
- 9,000:1-13,999:1
- Insufficient data
 Información insuficiente



The higher the ratio,
 the fewer physicians based
 on population.

La proporción es más alta
 cuando hay menos
 cantidad de médicos
 respecto a la población.

Border region
 Región fronteriza

Resources for CHWs

As Community Health Workers (CHWs), our priority is to educate, promote, and ensure the health of our community.

CHWs can educate community members on ways to identify potential heart issues as well as how to prevent heart disease in our communities.

Warning Signs of Heart Disease

[Heart disease](#) may be silent and not diagnosed until a person experiences signs or symptoms of a [heart attack](#), heart failure, or an arrhythmia (improper beating of heart). When these events happen, symptoms may include:

- [Heart attack](#)
Chest pain or discomfort, upper back or neck pain, indigestion, heartburn, nausea or vomiting, extreme fatigue, upper body discomfort, dizziness, and shortness of breath.
- [Arrhythmia](#)
Fluttering feelings in the chest (palpitations).
- [Heart failure](#)
Shortness of breath, fatigue, or swelling of the feet, ankles, legs, abdomen, or neck veins.
- [Syncope](#)
A loss of consciousness for a short period of time. Syncope is usually called fainting or “passing out.”
- [Stroke](#)
Numbness or weakness in the face or extremities, difficulty speaking or understanding speech, vision problems, uncoordinated movements, and severe headaches with unknown cause.

[Women](#) should be strongly encouraged to learn and recognize symptoms of a heart attack and stroke as they can often be confused with other conditions like the flu or acid reflux and can lead to delays in care or lifesaving treatment.

CHWs can share information on how each person can participate in keeping their own heart healthy including sharing information on risk factors, prevention tips, and screening tools.

If you think someone is having a heart attack, **call 9-1-1 immediately.**

Recursos para promotores de salud

Como promotores de salud, nuestra prioridad es educar, promover y garantizar la salud de nuestra comunidad.

Las y los promotores de salud pueden educar a integrantes de la comunidad sobre maneras de identificar potenciales problemas del corazón, además de cómo prevenir las enfermedades del corazón en nuestras comunidades.

Signos de alarma de enfermedades del corazón

Las [enfermedades del corazón](#) pueden ser silenciosas y no diagnosticadas hasta que una persona experimenta signos o síntomas de un [ataque al corazón](#), falla cardíaca o arritmia (latidos del corazón inadecuados). Cuando eso ocurre los síntomas pueden incluir:

- [Ataque al corazón](#)
Dolor o malestar en la parte superior del cuerpo, el pecho, la parte superior de la espalda o el cuello, indigestión, acidez estomacal, náusea o vómito, fatiga extrema, mareos y dificultad para respirar.
- [Arritmia](#)
Sensación de aleteo en el pecho (palpitaciones).
- [Falla del corazón](#)
Dificultad para respirar, fatiga o hinchazón de los pies, tobillos, piernas, abdomen o venas del cuello.
- [Desvanecimiento](#)
Pérdida de conciencia por corto tiempo. Generalmente se le llama desmayo o “perder el conocimiento”.
- [Derrame cerebral](#)
Entumecimiento o debilidad en la cara o extremidades, dificultad para hablar o comprender el habla, problemas de la vista, movimientos descoordinados y dolores de cabeza fuertes por causa desconocida.

[Las mujeres](#) deben ser animadas a aprender y reconocer síntomas de un ataque cardíaco y derrame cerebral ya que pueden confundirse frecuentemente con otras condiciones como influenza o reflujo ácido, lo que puede provocar retrasos en la atención o en un tratamiento salvavidas.

Las y los promotores de salud pueden compartir información sobre cómo cada persona puede mantener saludable su corazón, incluyendo información sobre factores de riesgo, consejos de prevención y herramientas de detección.

*Si crees que alguien está teniendo un ataque al corazón, hay que **llamar de inmediato al 9-1-1.***

Resources for CHWs continued

Ways to reduce Heart Disease Risk

- Know your [blood pressure](#). Having uncontrolled blood pressure can result in heart disease. Check the [Managing My Blood Pressure](#) guide.
- Maintain a healthy diet that includes fruits, vegetables, whole grains, lean proteins, and nuts, while also limiting the consumption of processed foods, sodium, added sugars, and alcohol. Resources like [My Plate](#), or the [Healthy Eating on a Budget Cookbook](#) may help.
- Engage in [physical activity](#). For adults, two hours and 30 minutes of moderate to intense exercise per week is recommended.
- [Quit smoking](#).

A yearly physical is recommended to screen for heart disease.

For Those Already Diagnosed with Heart Disease

It is important to work closely with your healthcare team [to understand your heart health and the treatment options available](#).

Regional Resources for Heart Health

DSHS Resources and Materials for Heart Disease and Stroke

South Texas (Public Health Region 11)

- [Healthy South Texas](#) is a program of Texas A&M University that provides health education on diabetes, medication assistance, nutrition education, and physical activity.
- [South Texas Health System Heart](#) offers heart disease prevention resources.

South Central Texas (Public Health Region 8)

- The Cardiovascular Disease Prevention and Management Program focuses on teaching strategies to prevent or manage heart disease and stroke. They partners with [Maverick County Hospital District](#), [Rosa I. Perez Family Practice](#), and [United Medical Centers](#) to refer clients.

West Texas (Public Health Region 9/10)

- [The Hospitals of Providence](#) provides a list of cardiovascular doctors near El Paso, in addition to its [Center of the Heart](#).

Recursos para promotores (continuación)

Medidas para reducir el riesgo de enfermedades del corazón

- Conocer tu [presión sanguínea](#). Teniendo descontrolada la presión sanguínea puede resultar en enfermedades del corazón. Consulta la guía para [Manejar la presión arterial](#).
- Mantener una dieta saludable que incluya frutas, vegetales, granos enteros, proteínas magras, y nueces, a la vez de limitar el consumo de comida procesada, sodio, azúcares añadidos y alcohol. Recursos como [Mi Plato](#), o el [Libro de cocina sobre alimentación saludable](#) pueden ayudar.
- Realizar actividad física. Para personas adultas se recomiendan dos horas y 30 minutos de [ejercicio moderado a intenso](#) por semana.
- [Dejar de fumar](#).

Se recomienda una revisión física al año para detectar alguna enfermedad del corazón.

Para quienes han sido diagnosticados por enfermedades del corazón

Es importante trabajar de cerca con tu equipo de atención médica [para entender la salud de tu corazón y opciones de tratamiento disponibles](#).

Recursos regionales para la salud del corazón

Recursos y materiales de DSHS sobre enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares

Sur de Texas (Región de Salud Pública 11)

- [Sur de Texas Saludable](#) es un programa de la Universidad Texas A&M que provee educación de salud sobre diabetes, asistencia con medicamentos, educación nutricional y actividad física.
- [South Texas Health System Heart](#) ofrece prevención sobre enfermedades del corazón.

Centro Sur de Texas (Región de Salud Pública 8)

- El programa de Prevención y Tratamiento de Enfermedades Cardiovasculares se enfoca en educar en estrategias para prevenir o controlar enfermedades del corazón e infartos. Colabora con el [Distrito Hospitalario del Condado de Maverick](#), [Medicina Familiar Rosa I. Perez](#) y [Centros Médicos Unidos](#) para referir pacientes.

Oeste de Texas (Región de Salud Pública 9/10)

- [The Hospitals of Providence](#) provee una lista de cardiólogos cerca de El Paso, así como su [Centro del Corazón](#).

Monthly Highlight Border Surveillance Network

By/Por Rebecca Basurto-Gonzalez, BIDS Epidemiologist, OBPH West Texas (PHR 9/10)

The Border Surveillance Network (BSN) was created as a collaborative effort within the Paso del Norte Region which consists of public health entities from West Texas (Public Health Region 9/10), southern New Mexico, and northern Chihuahua.

There are currently four sentinel or surveillance sites in West Texas and two in southern New Mexico that are reporting data for the 2024-2025 influenza season. Data for our northern Chihuahua partners is extracted from the Mexican Secretary of Health General Directorate of Epidemiology's [Weekly Flu, COVID-19 and other Respiratory Viruses Epidemiological Surveillance Reports](#).

The BSN members share data on influenza and influenza-like illness activity by submitting a weekly report of cases from the sentinel sites. Cases include those meeting the clinical case definition and those indicated by any rapid antigen or PCR test conducted at the participating sites.

This information is compiled into a bi-weekly report by the West Texas Border Infectious Disease Surveillance (BIDS) epidemiologist and is distributed to border stakeholders and partners. The purpose of these reports is to inform our border stakeholders of the influenza and influenza-like illness activity in the border region which may help communicate influenza risk to Paso del Norte Region residents. Recently other respiratory conditions such as COVID-19 and respiratory syncytial virus (RSV) have been added to the report.

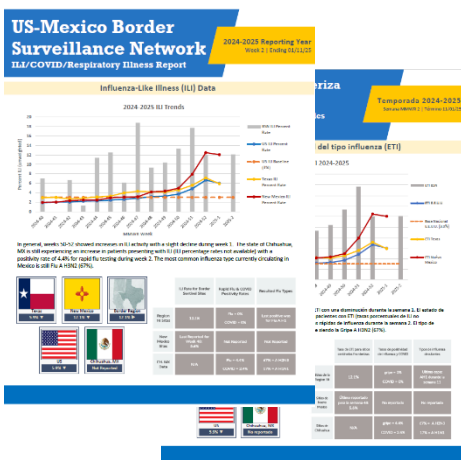
Lo destacado del mes Red de Vigilancia Fronteriza

La Red de Vigilancia Fronteriza (BSN) fue creada como un esfuerzo colaborativo dentro de la región Paso del Norte, que integran las entidades de salud pública del Oeste de Texas (Región de Salud Pública 9/10), sur de Nuevo México y el norte de Chihuahua.

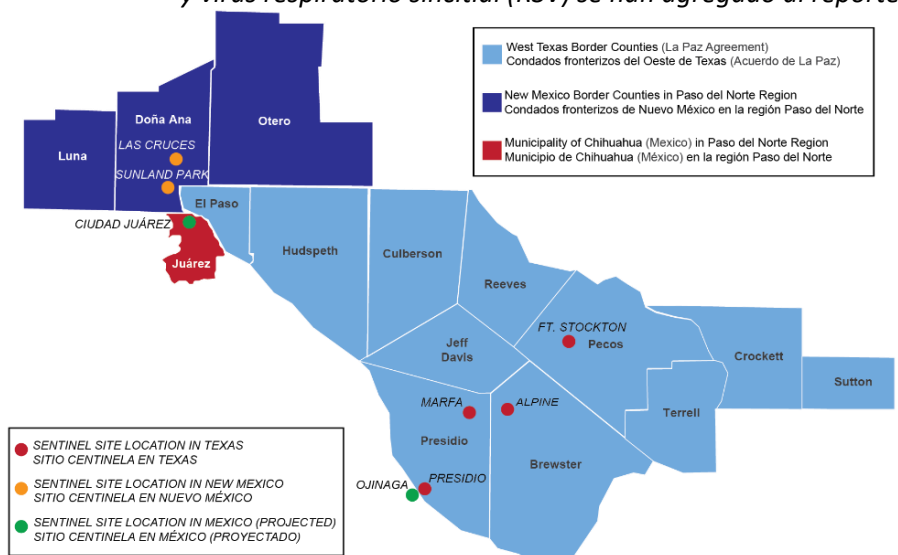
Actualmente hay cuatro sitios centinelas o de vigilancia en el Oeste de Texas y dos en el sur de Nuevo México que están reportando para la temporada de influenza 2024-2025. La información de nuestros socios del norte de Chihuahua es obtenida de los [Informes Semanales para la Vigilancia Epidemiológica de Influenza, COVID-19 y otros Virus Respiratorios](#), publicados por la Dirección General de Epidemiología de la Secretaría de Salud federal.

Los integrantes de la BSN comparten datos de actividad de influenza y enfermedades similares a través de un reporte semanal de casos de las clínicas centinelas participantes. Los casos incluidos cumplen con la definición clínica y los resultados por una prueba rápida de antígenos o PCR realizada en los sitios participantes.

Esta información luego es compilada en un boletín catorcenal por la epidemióloga de Vigilancia de Enfermedades Contagiosas en la Frontera (BIDS) del Oeste de Texas y distribuida a las partes interesadas y socios fronterizos. El propósito de esos reportes es informar a nuestros asociados fronterizos cómo está la actividad de influenza y enfermedades similares en la región fronteriza. Recientemente otras condiciones respiratorias como COVID-19 y virus respiratorio sincitial (RSV) se han agregado al reporte.



The BSN Respiratory Surveillance Reports is distributed in English and in Spanish.
Los Reportes de Vigilancia Respiratoria de la BSN se distribuyen en inglés y en español.



Map of Paso del Norte region and West Texas border counties.
Mapa de la región Paso del Norte y los condados fronterizos del Oeste de Texas.

Trinational Workgroup Meeting

The Secretary of Health of the Mexican state of Coahuila, Eliud Aguirre Vázquez, participated at the Trinational Epidemiology Workgroup meeting on January 14 in Del Rio, TX.

Participants from both sides of the border discussed recent epidemiological surveillance data trends, like the rise of dengue cases in Coahuila last year, at a meeting organized by the Office of Border Public Health in South Central Texas (Public Health Region 8).



The Secretary of Health of Coahuila speaks at a meeting with epidemiologists from the northern jurisdictions of Coahuila, South Central Texas, Saltillo, and Austin. *El secretario de Salud de Coahuila habla en la reunión con personas epidemiólogas de las jurisdicciones del norte de Coahuila, Centro Sur de Texas, Saltillo y Austin.*

Reunión del grupo de trabajo trinacional

El secretario de Salud del estado mexicano de Coahuila, Eliud Aguirre Vázquez, participó en la reunión del Grupo de Trabajo Trinacional de Epidemiología el 14 de enero en Del Rio, Texas.

Participantes de ambos lados de la frontera analizaron tendencias recientes de información de vigilancia epidemiológica, como el aumento de casos de dengue en Coahuila el año pasado, en una reunión organizada por la Oficina de Salud Pública Fronteriza en el Centro Sur de Texas (Región de Salud Pública 8).



Free Upcoming Events

FEB 7 Mental Health Awareness Virtual Seminar about Silent Struggle: The Hidden Cost of Untreated Mental Health, 1:30-2:30 p.m. CST.

FEB 12 Task Force of Border Health Officials meeting, 1:00-4:30 p.m. CST It can be followed online (select Moreton M-100 Live).

Próximos eventos gratuitos

7 FEB Seminario virtual sobre sensibilización de salud mental sobre Lucha silenciosa: el costo oculto de la salud mental no tratada, 1:30-2:30 p. m. CST.

12 FEB Reunión del Equipo Especial de Funcionarios de Salud Fronteriza, 1:00-4:30 p. m. CST. Puede seguirse en línea (seleccionar Moreton M-100 Live).



TEXAS
Health and Human
Services

Texas Department of State
Health Services

Office of
Border
Public Health

Oficina de
Salud Pública
Fronteriza

[Visit our website! / ¡Visita nuestro sitio! dshs.texas.gov/borderhealth](https://dshs.texas.gov/borderhealth)

Download the digital versión:
Descarga la versión digital:



Subscribe to our mailing list:
Suscríbete a nuestra lista de envío:

