

E1 Fronterizo

July/julio 2024

Volume/Volumen 2 | Issue/Número 22

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

Recognition given to OBPH South Texas by the Suicide Awareness & Prevention Coalition in Laredo.
Reconocimiento dado a OBPH Sur de Texas por la Coalición para la Sensibilización y Prevención

INSIDE THIS ISSUE

EN ESTA EDICIÓN

Minority Mental Health Awareness Month / Mes de sensibilización sobre la salud mental de las minorías	1-2
Resources for CHWs / Recursos para promotores de salud	3
Mexico News / Noticias de México	4-5
Monthly Highlight / Lo destacado del mes	6
Upcoming Free Events / Próximos eventos gratuitos	8

1 in 5 Texan adults have
experienced a mental illness.

1 de 5 personas adultas
en Texas han experimentado
una enfermedad mental.

Minority Mental Health Awareness Month

July is **Bebe Moore Campbell National Minority Mental Health Awareness Month**. This is an opportunity to improve access to mental health treatment and services for minority populations and promote public awareness of mental illness.¹ A mental illness is a condition that affects a person's thinking, feeling, behavior or mood. These conditions deeply impact day-to-day living and may also affect the ability to relate to others.²

In 2022, at least one in five Texan adults experienced a mental illness.³ More than 17% of the adult population in the majority of Texas border counties were living with mental distress in 2021.⁴ That same year, 3.5% of the Hispanic residents in the Texas border region ever seriously considered committing suicide. In 2021, 40.5% of Texans who identify as part of the LGBTQ+ community were diagnosed with a depressive disorder (that includes depression, minor and major depression, and dysthymia) compared to 17.9% of Texans who identify as straight.⁵

Mes de sensibilización sobre la salud mental de minorías

Julio es el **Mes Nacional de Sensibilización sobre la Salud Mental de las Minorías Bebe Moore Campbell**. Esta es una oportunidad para mejorar el acceso al tratamiento y servicios de salud mental para poblaciones minoritarias y promover sensibilización pública sobre las enfermedades mentales¹. Una enfermedad mental es una condición que afecta el pensamiento, sentimientos, comportamiento o estado de ánimo de una persona. Estas condiciones impactan profundamente la vida diaria y puede afectar también la habilidad de relacionarse con otras personas².

En 2022, al menos una de cada cinco personas adultas en Texas tuvo una enfermedad mental³. Más de 17% de la población adulta de la mayoría de los condados fronterizos de Texas vivió con angustia mental en 2021⁴. Ese mismo año, 3.5% de residentes hispanos en la región fronteriza consideraron seriamente cometer suicidio. En 2021, 40.5% de personas de Texas identificadas como parte de la comunidad LGBTQ+ fueron diagnosticadas con un desorden depresivo (que incluye depresión, depresión menor y mayor, y distimia) comparado con 17.9% de personas de Texas identificadas como heterosexuales⁵.

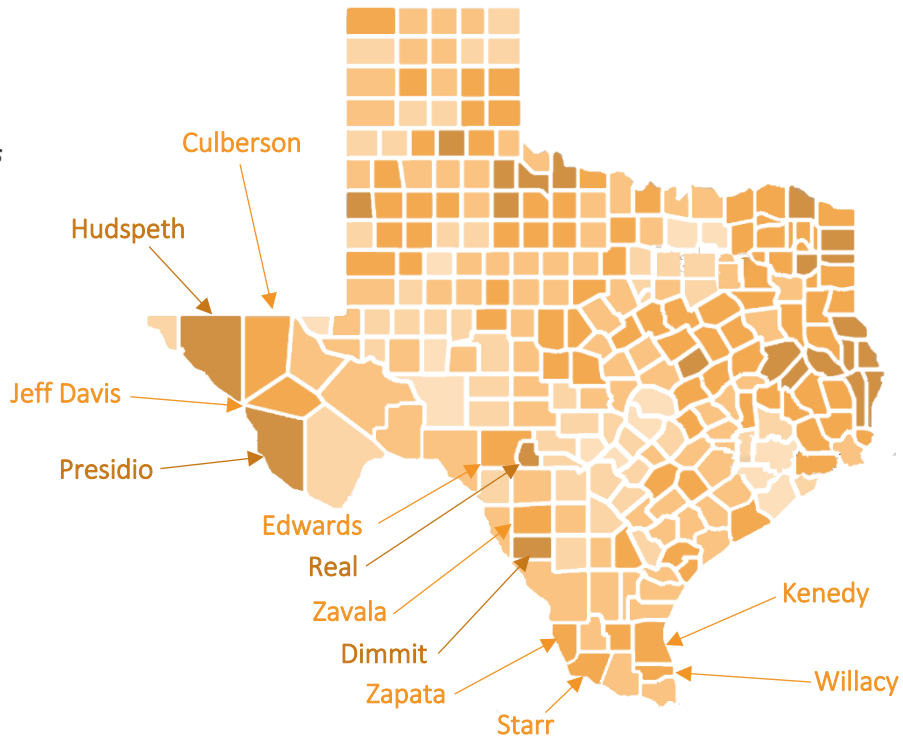
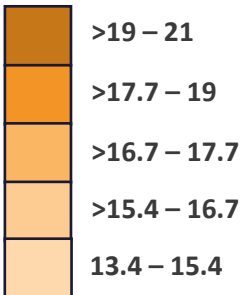
Source/Fuentes:

1. National Alliance on Mental Illness (NAMI), [Bebe Moore Campbell National Minority Mental Health Awareness Month](#)
2. NAMI, [Mental Health Conditions](#)
3. Mental Health America (2022), [The State of Mental Health in America 2023](#)
4. CDC, [PLACES: Local Data for Better Health, County Data 2023 release](#)
5. DSHS, Texas Health Data, [Behavioral Risk Factor Surveillance System](#)

Frequency of Mental Distress in Texas Adults (2021)⁴

Frecuencia de angustia mental en personas adultas de Texas (2021)⁴

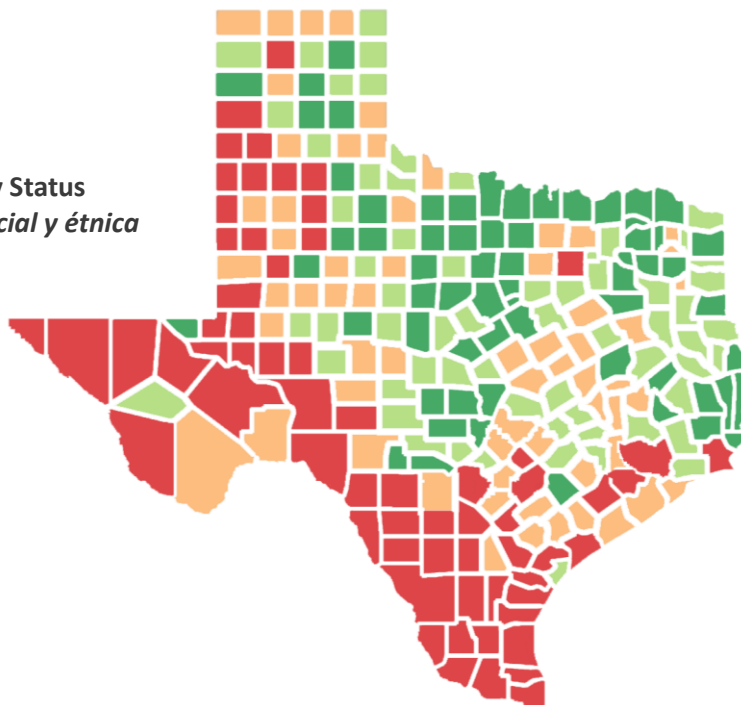
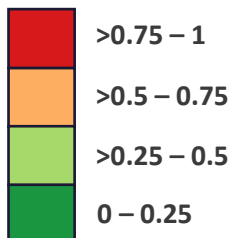
Age-adjusted Ratio
per 100,000 population
*Tasa por 100,000 habitantes
ajustada por edad*



Social Vulnerability Index Based on Racial and Ethnic Minority (2021)⁶

Índice de vulnerabilidad social basado en minoría racial y étnica (2021)⁶

Racial Ethnic Minority Status
Estatus de minoría racial y étnica



The CDC Social Vulnerability Index ranks counties using 16 social factors and groups them into four related themes (socioeconomic status, household characteristics, racial & ethnic minority status, and housing type & transportation).

The Social Vulnerability Index based on racial and ethnic minorities in almost all the border region indicates higher vulnerability among the minority groups.

El Índice de Vulnerabilidad Social mide a los condados usando 16 factores sociales y agrupándolos en cuatro grandes aspectos (estatus socioeconómico, características del hogar, estatus de minoría racial y étnica, y tipo de vivienda y transporte). El Índice de Vulnerabilidad Social basado en minorías raciales y étnicas en casi toda la región fronteriza indica alta vulnerabilidad entre grupos minoritarios.

Source/Fuente:

6. CDC/Agency for Toxic Substances and Disease Registry, [Social Vulnerability Index](#)

Resources for CHWs

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

CHWs can play a role in educating on identifying early signs and symptoms of a mental health issue.

A serious mental illness (SMI) interferes with a person's life and ability to function. Despite common misperceptions, having a SMI is not a choice, a weakness, or a character flaw. It is not something that just "passes" or can be "snapped out of" with willpower. There are also different [factors](#) (biological, life experiences, and family history) that contribute to mental health conditions.

Early Warning Signs and Symptoms

The following feelings or behaviors can be an early warning sign of a mental problem:

- Eating or sleeping too much or too little
- Pulling away from people and usual activities
- Having low or no energy
- Feeling numb or like nothing matters
- Having unexplained aches and pains
- Feeling helpless or hopeless
- Smoking, drinking, or using drugs more than usual
- Feeling unusually confused, forgetful, on edge, angry, upset, worried, or scared
- Yelling or fighting with family and friends
- Experiencing severe mood swings that cause problems in relationships
- Having persistent thoughts and memories you can't get out of your head
- Hearing voices or believing things that are not true
- Thinking of harming yourself or others
- Inability to perform daily tasks like taking care of your kids or getting to work or school

There are some [intervention strategies](#) to prevent the use and misuse of drugs and the development of substance use disorders.

With early and consistent treatment—often a combination of medication and psychotherapy—it is possible to manage mental health conditions, overcome challenges, and lead a meaningful, productive life.

Check for free prevention resource links on page 8.

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 pueden tener un papel en enseñar a identificar signos y síntomas de algún problema de salud mental.

Una enfermedad mental grave interfiere con la vida y capacidad de funcionamiento de una persona. A pesar de las percepciones erróneas comunes, tenerla no es una elección, una debilidad o defecto de carácter. No es algo que simplemente "pase" o que "se pueda eliminar" con fuerza de voluntad. Hay también diferentes [factores](#) (biológicos, experiencias de vida e historia familiar) que contribuyen a condiciones de salud mental.

Primeras señales de advertencia

Los siguientes sentimientos o comportamientos pueden ser la primera señal de advertencia sobre un problema:

- Comer o dormir mucho o poco
- Alejarse de las personas y las actividades habituales
- Tener poca energía o nada en absoluto
- Estar insensible o sentir que ya nada importa
- Tener dolores o malestares inexplicables
- Sentirse sin utilidad o sin esperanza
- Fumar, beber o consumir drogas más de lo habitual
- Sentirse inusualmente con confusión, olvido, nervios, enojo, molestia, preocupación o temor
- Gritar o pelearse con familiares y amigos
- Tener cambios de estado de ánimo significativos que causan problemas en las relaciones
- Tener pensamientos y recuerdos persistentes que no puede sacar de la cabeza
- Escuchar voces o creer cosas que no son ciertas
- Pensar en lastimarse o lastimar a otras personas
- No tener capacidad de realizar las tareas diarias, como cuidar a los hijos o ir al trabajo o la escuela

Hay algunas estrategias de intervención para prevenir el uso y abuso de drogas y el desarrollo del consumo problemático de sustancias.

Con un tratamiento temprano y consistente, a menudo una combinación de medicamentos y psicoterapia, es posible controlar estas condiciones, superar los desafíos y llevar una vida significativa y productiva.

Consulta recursos gratuitos de prevención en la página 8.

Mexico News

Importance of Implementing Mental Health Programs in the Border Region

By/Por Nadia Robles Soto, directora de Coordinación e Programas Nacionales contra las Adicciones, Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones de México

Mental health is a key element of overall health and is a basic human right. However, its attainment is limited by conditions such as inequality, poverty, exposure to violence and migration.

Health units in the Mexican border states of Chihuahua, Coahuila, Nuevo León, and Tamaulipas report that the main reasons for seeking mental health care among the general population are anxiety and depression.

Furthermore, in the context of care for the migrant population, of the 1,599 people treated for mental health issues, 10% had experienced some form of violence. This evidence suggests the importance of implementing community programs that address mental health in situations of high vulnerability and humanitarian crisis.

On the other hand, it is urgent to expand service coverage in areas where structural factors that impact the mental health of the population converge, with an emphasis on groups with greater vulnerability such as children, adolescents, women, older adults, and migrants.

Noticias de México

Importancia de implementar programas de salud mental en la frontera norte

La salud mental es un elemento clave de la salud general y es un derecho humano básico; sin embargo, su alcance se ve limitado por condiciones como la desigualdad, la pobreza, la exposición a la violencia y la migración.

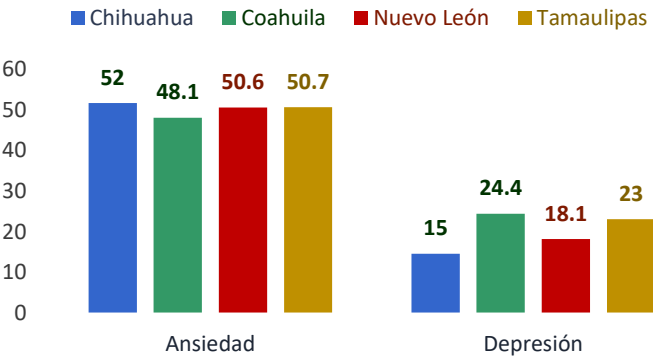
Unidades de salud en los estados fronterizos mexicanos de Chihuahua, Coahuila, Nuevo León y Tamaulipas muestran que las principales causas de atención en salud mental entre la población general son la ansiedad y la depresión.

Además, en el contexto de la atención a población migrante, de 1,599 personas atendidas por temas de salud mental, 10% habían experimentado alguna situación de violencia. Esta evidencia sugiere la importancia de implementar programas comunitarios que aborden la salud mental en situaciones de alta vulnerabilidad y de crisis humanitaria.

Por otro lado, es urgente ampliar la cobertura de servicios en zonas donde convergen factores estructurales que impactan en la salud mental de la población, haciendo énfasis en grupos con mayor vulnerabilidad como niños, niñas, adolescentes, mujeres, adultos mayores y migrantes.

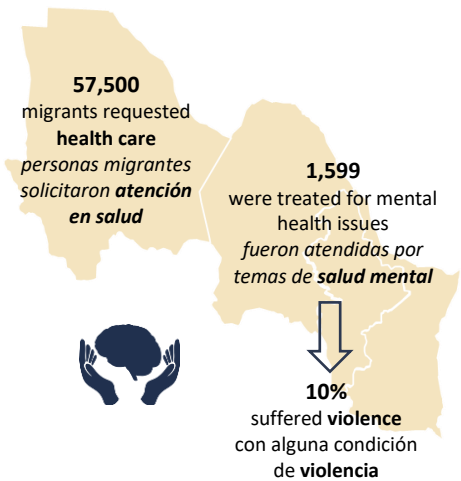
Main Mental Health Conditions Treated on Mexico’s Northern Border (2024)⁷

Principales condiciones de salud mental atendidas en la frontera norte (2024)⁷



Mental Health Care for Migrant Population (2024)⁷

Atención en salud mental a población migrante (2024)⁷



Source/Fuente:
7. [Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones](#),
Observatorio Mexicano de Salud Mental y Adicciones

Mexico News

Mental Health in Mexican minorities in the Northern Border Region

By/Por Dr. Hugo Dayran Trejo Márquez, coordinado de Proyectos en Investigación y Sistemas Tecnológicos, Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones de México

Mental health problems can present challenges for anyone, such as those related to healthcare coverage, stigma, or living with a mental health condition. However, minorities generally have less access to healthcare and confront a greater cultural stigma, which consequently worsens their mental health.

There are many types of minorities. Minority is understood as a group with national, ethnic, religious, linguistic, gender, sexuality, or other characteristics made up of a smaller number of people relative to the rest of the population whose members share the same sense of identity. The following are examples of mental health issues related to minorities from studies on the northern border of Mexico.

Sociopolitical, geographic, and cultural conditions, among others; promote migration, marginalization, and discrimination, especially in Mexico's northern border region. Whether within Mexican or U.S. territory, people with a migrant or [displaced](#) person status tend to have mental states or disorders impacted by violence, trauma, stress, post-traumatic stress, and depression.

Some [Mexican Americans who live in colonias in the Texas-Mexico border region](#) present mental health issues similar to the rest of the population. However, they have worse physical health, which is associated with worsening mental health among other factors.

Due to their sexual orientation, many people still suffer [discrimination, violence, and internalized homophobia](#) which is why their health rights are being violated in urban areas in both central and northern Mexico.

In some [prisons in the Mexican state of Tamaulipas](#) 37% of the incarcerated population have a diagnosis of mental health disorders but lack adequate and specialized care.

Finally, a study found that alcohol consumption is higher in indigenous groups with lower socioeconomic levels. It also seems that low schooling or school absenteeism increases the predisposition to higher rates of depression among [Indigenous adolescents studied](#).

Noticias de México

Salud mental en minorías mexicanas en la zona fronteriza norte

Los problemas de salud mental pueden representar un desafío para cualquier persona, como problemas de cobertura médica y estigma, o vivir con una enfermedad mental. Sin embargo, para las minorías, quienes generalmente podrían tener menor acceso a la atención y enfrentar un mayor estigma cultural, los problemas de salud mental son aún más desalentadores.

Existen muchos tipos de minorías. Se entiende por [minoría](#) cualquier grupo nacional, étnico, religioso, lingüístico, de género, identidad, sexualidad o cualquier otra característica integrado por un número de personas menor en relación con el resto de la población, cuyos integrantes comparten un sentido de identidad. Los siguientes son ejemplos de fenómenos de salud mental relacionados con minorías estudiados en la frontera norte de México.

Las condiciones sociopolíticas, geográficas y culturales, entre otras, promueven migración, marginación y discriminación en algunas personas, principalmente en la zona fronteriza del norte de México, tanto dentro del territorio nacional como en algunas zonas de los Estados Unidos. El estatus de migrante o [desplazado](#) favorece estados o trastornos mentales como violencia, trauma, estrés postraumático, estrés y depresión.

Algunos [mexicoestadounidenses que viven en colonias en la frontera Texas-México](#) presentan problemas de salud mental similares a los del resto de la población, pero presentan peor estado de salud física, lo que se han asociado a un peor estado de salud mental, además de otros factores.

Por su orientación sexual, muchas personas siguen sufriendo [tratos discriminatorios, violencia y homofobia internalizada](#) por lo que sus derechos en salud son vulnerados en regiones urbanas tanto del centro como del norte del país.

En algunas [prisiones de Tamaulipas](#) prevalecen diagnósticos de trastornos mentales de hasta un 37% de su población carcelaria, además de poca y pobre atención especializada.

Finalmente, un estudio encontró que el consumo de alcohol es mayor en grupos indígenas con menor nivel socioeconómico y parece ser que una baja escolaridad o ausentismo escolar eleva la predisposición a mayores índices de depresión entre [adolescentes indígenas estudiados](#).

Monthly Highlight

Community Champions for Suicide Awareness & Prevention

The Office of Border Public Health in South Texas (Public Health Region 11) received the Community Champion Award from the Suicide Awareness & Prevention Coalition in Laredo.

This recognition was given to OBPH as a member of the Coalition for providing ideas, being active in the community, and providing education on local resources, mental health training, and the [988 Suicide & Crisis Lifeline](#).

The Coalition had its 2nd Annual “You Are Not Alone” gathering on May 1. The purpose of the gathering was to discuss the 988 Suicide & Crisis Lifeline and other resources available for those dealing with a crisis or contemplating suicide. This year, the Coalition recognized agencies that have gone above and beyond educating and raising awareness on 988.

During the event, important data was provided by law enforcement and the City of Laredo Public Health Department. This year has been particularly concerning because suicide-related deaths in Laredo are about to double last year’s total.

Lo destacado del mes

Campeones de la Comunidad para la Sensibilización y Prevención del Suicidio

La Oficina de Salud Pública Fronteriza en el Sur de Texas (Región de Salud Pública 11) recibió el premio como Campeón de la Comunidad de la Coalición para la Sensibilización y Prevención del Suicidio en Laredo.

Este reconocimiento fue otorgado a OBPH como miembro de esa coalición por brindar ideas, estar activa entre la comunidad y por proporcionar educación sobre recursos locales, entrenamiento sobre salud mental y la [Línea de Prevención del Suicidio y Crisis 988](#).

La coalición tuvo su 2.º reunión anual “No estás solo” el 1 de mayo 2024. El propósito del encuentro fue hablar sobre la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis 988 y otros recursos disponibles para aquellas personas que enfrentan una crisis o contemplan suicidarse. Este año la coalición reconoció a organizaciones que se han destacado educando y sensibilizando sobre el 988.

Durante el evento, estadísticas importantes fueron proporcionadas por fuerzas del orden y el Departamento de Salud Pública de la Ciudad de Laredo. Este año fue particularmente preocupante porque las muertes relacionadas con suicidio en Laredo están por duplicar el total del año pasado.



In collaboration with Area Health Education Center (AHEC) of the Mid Rio Grande Border Area of Texas, OBPH South Texas hosted the 17th Annual Mental Health & Substance Use Symposium in Laredo on May 3. This symposium was a one-day educational event with a variety of professionals on mental health topics. En colaboración con el Centro de Educación Sanitaria (AHEC) de la Región Fronteriza del Centro del Río Grande de Texas, OBPH Sur de Texas organizó el 17.º Simposio Anual de Salud Mental y Uso de Sustancias en Laredo el 3 de mayo. Este evento de un solo día tuvo una variedad de profesionales en temas de salud mental.

Disparities in Cognitive Decline Along the Texas-Mexico Border

By/Por Bianca Valenzuela, Graduate Student, University of Texas at Tyler

During the Texas Public Health Association Conference on May 22 in Galveston, I presented the preliminary results of my ongoing study, titled “Disparities in Cognitive Decline Along the Texas-Mexico Border: Insights from BRFSS,” which investigates the prevalence of subjective cognitive decline (SCD) and its associated risk factors among individuals along the Texas-Mexico border.

The study highlights the significant impact of Alzheimer's Disease and the expected rise in cases among the Hispanic elderly population. Using 2021 data from the [Behavioral Risk Factor Surveillance System \(BRFSS\)](#), I examined 5,644 noninstitutionalized Texas adults, focusing on demographics, chronic conditions, health behaviors, and healthcare access.

The findings revealed a slightly higher prevalence of SCD in border counties compared to non-border counties, with significant disparities in how SCD affects daily functioning. Lower education, income, and being unmarried were linked to higher SCD prevalence, and chronic conditions like hypertension, depression, diabetes, and heart disease were significant predictors.

The study emphasizes the need for early detection, effective management of chronic conditions, improved healthcare access, and the promotion of physical activity to mitigate cognitive decline risks.

Future research should focus on larger sample sizes and longitudinal studies to confirm these trends and develop comprehensive public health strategies to address SCD disparities.

Disparidades en deterioro cognitivo a lo largo de la frontera Texas-México

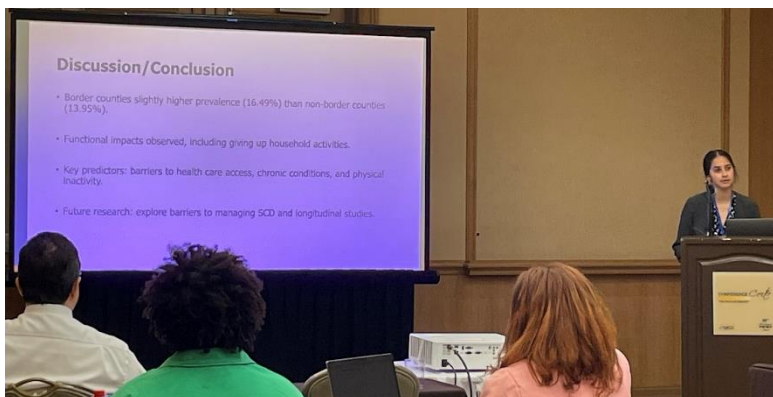
Durante la Conferencia de la Asociación de Salud Pública de Texas el pasado 22 de mayo en Galveston, presenté resultados preliminares de mi estudio titulado “Disparidades en deterioro cognitivo a lo largo de la frontera Texas-México: Lecciones desde BRFSS”, que investiga la prevalencia del deterioro cognitivo subjetivo (SCD) y sus factores de riesgo relacionados entre personas a lo largo de la frontera de Texas con México.

El estudio destaca el impacto significativo de la enfermedad de Alzheimer y el aumento esperado de casos entre la población hispana mayor. Usando los datos de 2021 del [Sistema de Vigilancia de Factores de Riesgo del Comportamiento \(BRFSS\)](#), examiné 5,644 personas adultas no institucionalizadas de Texas, enfocada en demografía, condiciones crónicas, comportamiento de salud y acceso a la atención de salud.

Los hallazgos revelaron una ligera mayor prevalencia de SCD en los condados fronterizos comparado con los no fronterizos, con desigualdades significativas en cómo SCD afecta el funcionamiento diario. Menor educación, ingreso y no estar casado estuvo ligado a mayor prevalencia de SCD, y condiciones crónicas como hipertensión, depresión, diabetes y enfermedades del corazón fueron predictores significativos.

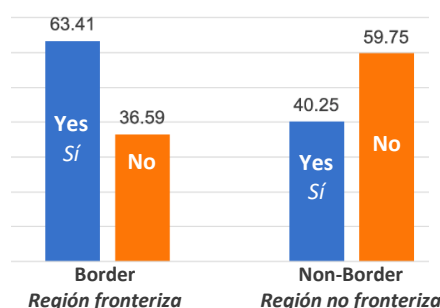
El estudio enfatiza la necesidad de detección temprana, manejo efectivo de condiciones crónicas, mejora del acceso a atención de salud y la promoción de actividad física para mitigar riesgos de deterioro cognitivo.

Futuros estudios deberán enfocarse en muestras más grandes y estudios longitudinales para confirmar estas tendencias y desarrollar estrategias comprensivas de salud pública para abordar las disparidades de SCD.



Bianca Valenzuela during her presentation.
Bianca Valenzuela durante su presentación.

Prevalence of Functional Limitation* (2021)⁵ Prevalencia de limitación funcional* (2021)⁵



*Due to confusion or memory loss in the last year.
*Debido a confusión o pérdida de memoria en el último año.

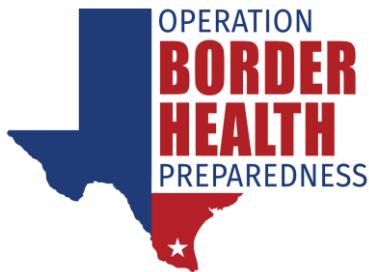
Source/Fuentes:
5. DSHS, [BRFSS](#), 2021

Free Resources and Upcoming Events

Resources for Mental Health

- [988 Suicide & Crisis Lifeline](#)
- [SAMHSA's National Helpline \(1-800-662-HELP \(4357\)\)](#)
- [Disaster Distress Helpline \(1-800-985-5990\)](#) (SAMHSA)
- [Early Serious Mental Illness Treatment Locator](#) (SAMHSA)
- [Mental Health Crisis Services](#) (HHSC)
- [Adult Mental Health](#) (HHSC)

Operation Border Health Preparedness 2024



Operation Border Health Preparedness will take place July 22 -25. DSHS and local partners offer free medical, dental, vision and other services to the community in various locations.

JUL
24

DSHS Grand Rounds, "[Innovation in Diagnostic and Programmatic Approaches for Perinatal Syphilis](#)" Webinar, 11:00 a.m. to 12:30 p.m. CST.

JUL
30

[Substance Use Disorder & Opioid Use Disorder Virtual Training](#), 10:00 a.m. to 1:00 p.m. MST. Limited to CHWs in West Texas (PHR 9/10).

Recursos gratuitos y próximos eventos

Recursos sobre salud mental

- [Línea 988 de Prevención del Suicidio y Crisis](#)
- [Línea Nacional de Ayuda de SAMHSA \(1-800-662-4357\)](#)
- [Línea de Ayuda para Afectados por Catástrofes \(1-800-985-5990\)](#) (SAMHSA)
- [Localizador para tratamiento temprano de enfermedades mentales graves](#) (SAMHSA)
- [Servicios para crisis de salud mental](#) (HHSC)
- [Salud mental del adulto](#) (HHSC)

Operación Salud en la Frontera 2024



La Operación Salud en la Frontera tendrá lugar del 22 al 25 de julio. DSHS y colaboradores locales ofrecen servicios médicos, dentales y de la vista gratuitos en diferentes ubicaciones.

24
JUL

Webinar DSHS Gran Rounds "[Innovación en diagnóstico y enfoques programáticos para sífilis perinatal](#)", 11:00 a. m. a 12:30 p. m. CST.

30
JUL

[Capacitación virtual sobre prevención del trastorno por uso de sustancias y por uso de opioides](#), 10:00 a. m. a 1:00 p. m. MST. Limitado a promotores de salud del Oeste de Texas (RSP 9/10).



TEXAS
Health and Human
Services

Texas Department of State
Health Services

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

Office of
Border
Public Health

Oficina de
Salud Pública
Fronteriza

Download the digital versión:
Descarga la versión digital:



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

