

# El Fronterizo

July/julio 2025

Volume/volumen 3 | Issue/número 34

Office of Border Public Health  
Texas Department of State Health Services  
[dshs.texas.gov/borderhealth/](https://dshs.texas.gov/borderhealth/)  
OBPH@dshs.texas.gov

Ayriana Gonzalez, from OBPH in South Central Texas, check the blood pressure of people attending the Consulate General of Mexico in Eagle Pass.

Ayriana González, de OBPH en el Centro Sur de Texas, mide la presión arterial de personas que acuden al Consulado General de México en Eagle Pass.

## INSIDE THIS ISSUE

### EN ESTA EDICIÓN

|                                                         |     |
|---------------------------------------------------------|-----|
| UV Safety Month / Mes de protección contra los rayos UV | 1-2 |
| Resources for CHWs / Recursos para promotores de salud  | 3-4 |
| Monthly Highlight / Lo destacado del mes                | 5   |
| Upcoming Free Events / Próximos eventos gratuitos       | 7   |

**Skin cancer is the most common cancer in the U.S**

***El cáncer de piel es el tipo de cáncer más común en los EE. UU.***

Source/Fuentes:

1. CDC, [Sun Safety Facts](#)

2. CDC, [Skin Cancer Basics](#)

3. The Skin Cancer Foundation, [Skin Cancer Facts & Statistics](#)

4. Texas Oncology, [Skin Cancer](#)

5. American Cancer Society, [Cancer Statistics Center](#)

6. Texas Cancer Registry, accessed via [Cancer-Rates.com](#)

## UV Safety Month

July is **National UV Safety Month**. Most skin cancers are caused by too much exposure to ultraviolet (UV) light. UV rays are an invisible kind of radiation that comes from the sun, tanning beds, and sunlamps. UV rays can damage skin cells. In the short term, this damage can cause sunburn. Over time, UV damage adds up, leading to changes in skin texture, premature skin aging, and sometimes skin cancer. UV rays have also been linked to eye conditions such as cataracts.<sup>1,2</sup>

Skin cancer is the most common cancer in the U.S.<sup>1</sup> At least one in five people in the U.S. will develop skin cancer by the age of 70.<sup>3</sup> Texas ranks third in the nation for newly diagnosed cases of melanoma. Melanoma is the deadliest form of skin cancer.<sup>4</sup> Approximately 3.8% of Texas residents reported they had received a skin cancer diagnosis in 2022.<sup>5</sup> In the same year, the proportion of new skin cancer cases was higher in the Texas non-border region (4.1%) compared to the border region (1.8%).<sup>6</sup>

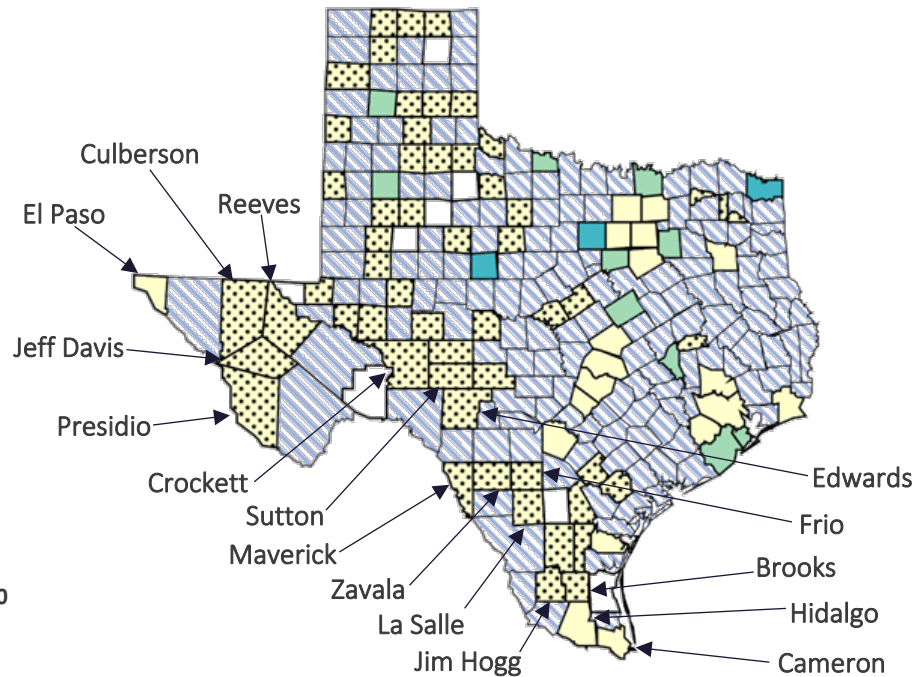
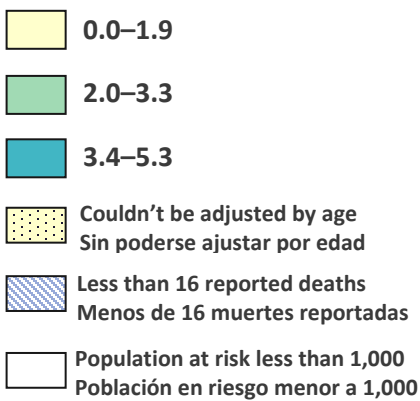
## Mes de protección contra los rayos UV

Julio es el **Mes Nacional de Protección contra los Rayos Ultravioleta (UV)**. La mayoría de los casos de cáncer de piel son provocados por exposición excesiva a los rayos UV. Los rayos UV son un tipo de radiación invisible que proviene del sol, las camas bronceadoras y las lámparas solares. Los rayos UV pueden causar daño a las células de la piel. A corto plazo, este daño puede provocar quemaduras solares. Con el tiempo, el daño de los rayos UV se acumula, causando cambios en la textura de la piel, envejecimiento prematuro de la piel y, a veces, cáncer de piel. Los rayos UV también se han vinculado a afecciones de los ojos, como cataratas.<sup>1,2</sup>

El cáncer de piel es el tipo de cáncer más común en los EE. UU.<sup>1</sup> Al menos una de cada cinco personas en EE. UU. desarrollará cáncer de piel a sus 70 años.<sup>3</sup> Texas es el tercer lugar nacional en nuevos casos diagnosticados de melanoma, que es la forma más mortal de cáncer de piel.<sup>4</sup> Aproximadamente 3.8% de residentes de Texas reportaron haber recibido un diagnóstico de cáncer de piel en 2022.<sup>5</sup> En el mismo año, la proporción de nuevos casos de cáncer fue mayor en la región no fronteriza de Texas (4.1%) comparado con la región fronteriza (1.8%).<sup>6</sup>

## Cancer Mortality Rate for Melanoma of the Skin in Texas (2018-2022)<sup>6</sup> Tasa de mortalidad por cáncer de melanoma en la piel en Texas (2018-2022)<sup>6</sup>

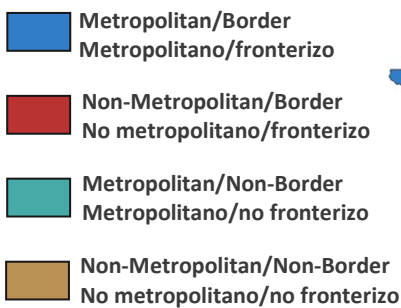
Age-Adjusted Mortality Rate  
per 100,000 Residents  
Tasa de mortalidad ajustada  
por edad por cada 100,000  
habitantes



## Dermatologist Supply in Texas by Area (2022)<sup>7</sup> Cobertura de dermatólogos en Texas por área (2022)<sup>7</sup>

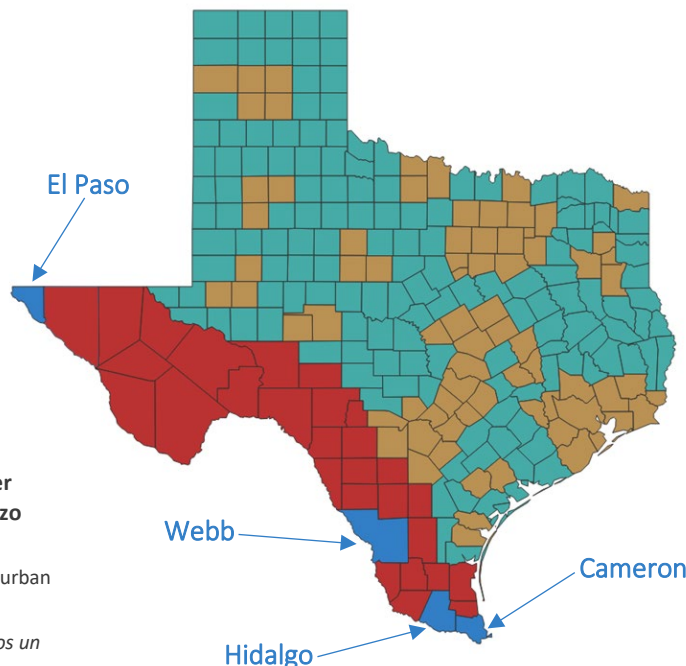
The non-metropolitan border area  
lacks dermatologists.

El área no metropolitana fronteriza  
carece de dermatólogos.



Each metropolitan county has at least one urban  
area of 50,000 or more inhabitants.

Cada condado metropolitano tiene al menos un  
área urbana de 50,000 o más habitantes.



| % Met Demand<br>% demanda cubierta                                                                                        |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: blue; border: 1px solid black;"></span>  | 60%  |
| <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: red; border: 1px solid black;"></span>   | 0%   |
| <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: teal; border: 1px solid black;"></span>  | 100% |
| <span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: brown; border: 1px solid black;"></span> | 36%  |

Source/Fuente:  
7. [DSHS Health Professions  
Resource Center](#),  
Workforce Supply &  
Demand Projections

## Resources for CHWs

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

CHWs can teach community members about types of and risk factors for skin cancer, and sun safety tips.

### Types of Skin Cancer

The skin is the body's largest organ. Skin has several layers, but the two main layers are the epidermis (upper or outer layer) and the dermis (lower or inner layer). Skin cancer begins in the epidermis, which is made up of three kinds of cells:

- Squamous: Thin, flat cells that form the top layer of the epidermis.
- Basal: Round cells under the squamous cells.
- Melanocytes: Cells that make melanin and are found in the lower part of the epidermis. Melanin is the pigment that gives skin its color. When skin is exposed to the sun, melanocytes make more pigment and cause the skin to darken.

Basal and squamous cell carcinomas are the two most common types of skin cancer. They begin in the basal and squamous layers of the skin, respectively. Both can usually be cured, but treatment is expensive and can leave scars.

Melanoma, the third most common type of skin cancer, begins in the melanocytes. Of all types of skin cancer, melanoma causes the most deaths. Melanocytes tend to spread to other parts of the body, including vital organs such as the brain and liver.

Skin cancer can occur anywhere on the body, but it is most common in areas frequently exposed to sunlight, such as the face, neck, hands, and arms.

### Risk Factors

The main risk factors for skin cancer are exposure to ultraviolet (UV) radiation and the level of skin sensitivity to UV rays.

Additional risk factors for nonmelanoma skin cancer include actinic keratosis (thick, scaly patch of skin), past treatment with radiation, a weakened immune system, and exposure to arsenic.

## 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 tipos y factores de riesgo de cáncer de piel, así medidas de protección solar.*

### Tipos de cáncer de piel

*La piel es el órgano más grande del cuerpo. La piel tiene varias capas, pero las dos principales son la epidermis (capa superior o externa) y la dermis (capa inferior o interna). El cáncer de piel comienza en la epidermis, que está compuesta de tres tipos de células:*

- *Escamosas: Células delgadas y planas que forman la capa superior de la epidermis.*
- *Basales: Células redondeadas debajo de las escamosas.*
- *Melanocitos: Células que producen melanina y que se encuentran en la parte inferior de la epidermis. La melanina es el pigmento que le da color a la piel. Cuando se expone la piel al sol, los melanocitos producen más pigmento y hacen que la piel se oscurezca.*

*Los carcinomas de células basales y de células escamosas son dos de los tipos más comunes de cáncer de piel y comienzan en las capas basales y escamosas de la piel, respectivamente. Por lo general, ambos se pueden curar, pero el tratamiento es costoso y puede dejar cicatrices.*

*El melanoma, el tercer tipo de cáncer de piel más común, comienza en los melanocitos. De todos los tipos de cáncer de piel, el melanoma causa la mayoría de las muertes, debido a su tendencia a propagarse a otras partes del cuerpo, incluidos los órganos vitales, como el cerebro y el hígado.*

*El cáncer de piel se presenta en cualquier lugar del cuerpo, pero es más común en las áreas frecuentemente expuestas a la luz solar, como la cara, el cuello, las manos y los brazos.*

### Factores de riesgo

*Los principales factores de riesgo del cáncer de piel son la exposición a radiación ultravioleta (UV) y el nivel de sensibilidad de la piel a rayos UV.*

*Factores de riesgo adicionales para cáncer de piel no melanoma incluyen queratosis actínica (placa gruesa y escamosa en la piel), tratamiento anterior con radiación, un sistema inmunitario debilitado, y exposición al arsénico.*

## Resources for CHWs continued

Additional risk factors for melanoma skin cancer include a history of multiple blistering sunburns, especially as a child or teenager, many moles, having a family history of unusual moles, and a family or personal history of melanoma.

### Sun Safety Tips

Sunburns significantly increase one's lifetime risk of developing skin cancer, especially for children. There are many ways to protect your skin from harmful UV rays:

- Avoid sun tanning and tanning beds.
- Generously apply about one ounce of [sunscreen](#) over all exposed skin 15 minutes before going outside. Reapply every two hours and after swimming or sweating, even on cloudy days.
- Wear [protective clothing](#), such as a long-sleeved shirt, pants, a wide-brimmed hat, and sunglasses, when possible.
- Seek shade when possible. The sun's UV rays are strongest between 10:00 a.m. and 4:00 p.m.
- Use extra caution near water, snow, and sand since they reflect the damaging rays of the sun.
- Check the [UV Index](#). The UV Index provides important information to help plan outdoor activities in ways that prevent sun overexposure.
- Get vitamin D safely through a diet that includes vitamin supplements and foods fortified with Vitamin D. Don't seek the sun.

### Resources

Skin cancer is one of the most preventable cancers and highly treatable when found early.

Everyone can help detect skin cancer early by performing a skin self-exam. If a spot looks different from others, itches, bleeds, or changes notably, make an appointment with a dermatologist.

- [How to perform a skin self-exam](#)
- [Skin Cancer Resources to Share](#) (CDC).

## Recursos para promotores (continuación)

*Factores de riesgo adicionales para cáncer de melanoma incluyen antecedentes de varias ampollas por quemaduras de sol, en especial durante la infancia o la adolescencia, muchos lunares, antecedentes familiares de lunares anormales, y antecedentes personales o familiares de melanoma.*

### Medidas para protección solar

*Las quemaduras solares aumentan significativamente el riesgo de desarrollar cáncer de piel, especialmente en los niños. Hay varias maneras de proteger la piel de rayos UV dañinos:*

- *Evitar broncearse al sol o en camas de bronceado.*
- *Aplicar generosamente cerca de una onza de [protector solar](#) en toda la piel expuesta 15 minutos antes de salir al aire libre. Reaplicar cada dos horas y después de nadar o sudar, aun en días nublados.*
- *Usar [ropa protectora](#), como camisa de manga larga, pantalones, sombrero de ala ancha y anteojos de sol, cuando sea posible.*
- *Buscar la sombra cuando sea posible. Los rayos UV del sol son más intensos entre las 10:00 a. m. y las 4:00 p. m.*
- *Ser bien cauteloso al estar cerca del agua, la nieve y la arena, ya que reflejan los rayos dañinos del sol.*
- *Consulte el [Índice UV](#), que ofrece información importante para ayudar a planificar actividades al aire libre y así evitar la exposición excesiva al sol.*
- *Obtenga la vitamina D de forma segura mediante una dieta que incluya suplementos vitamínicos y alimentos fortificados con vitamina D. No hay que buscarla del sol.*

### Recursos

*El cáncer de piel es uno de los cánceres más prevenibles y altamente tratables cuando se detecta a tiempo.*

*Cualquier persona puede detectar el cáncer de piel a tiempo haciendo un autoexamen de piel. Si una mancha es diferente de otras, pica, sangra o cambia notablemente, hay que hacer una cita con un dermatólogo.*

- [Autoexamen de cáncer de piel](#)
- [Recursos para compartir sobre el cáncer de piel](#) (CDC)

## Monthly Highlight Cardiovascular Disease Prevention and Management Program

By/Por Erika Torres, Cardiovascular Disease Prevention and Management Program Lead, OBPH South Central Texas (PHR 8)

The Office of Border Public Health (OBPH) in South Central Texas (Public Health Region 8) developed the Cardiovascular Disease Prevention and Management Program for Maverick County residents.

The program aims to educate border residents on strategies to prevent and manage high blood pressure or high cholesterol. Community Health Workers (CHWs) provide nine educational sessions on topics including how to read a food label and medication adherence. During these weekly educational sessions, CHWs work closely with participants to document their progress, establish goals for behavior change, and refer them to social services.

Clients receive a Healthy Start kit with tools that align with each topic covered such as a pill box for the medication adherence session, or a pedometer for the physical activity session. Upon completion of the educational sessions, CHWs also provide four quarterly follow-up sessions to monitor the client's adherence to previously established behavior change goals.

CHWs help clients establish behavior changes, overcome barriers, and make small changes one step at a time. Several tools are utilized to monitor client progress and program effectiveness. The program's client-centered interactions increase self-efficacy and ultimately help participants achieve their goals. Some of the successes include increased engagement in physical activity, successful behavior changes, and improved blood pressure.

## Lo destacado del mes Programa de Prevención y Manejo de Enfermedades Cardiovasculares

La Oficina de Salud Pública Fronteriza (OBPH) en el Centro Sur de Texas (Región de Salud Pública 8) desarrolló el Programa de Prevención y Manejo de Enfermedades Cardiovasculares para habitantes del Condado de Maverick.

El programa busca educar a residentes fronterizos en estrategias para prevenir y controlar alta presión arterial o colesterol elevado. Promotores de salud proveen nueve sesiones educativas que incluyen cómo leer una etiqueta de alimentos y cómo tomar un medicamento apropiadamente. Durante esas sesiones semanales, las y los promotores trabajan de cerca con participantes para documentar su progreso, establecer metas para cambios conductuales y referirlos a servicios sociales.

Las y los usuarios reciben un equipo Inicio Saludable con herramientas alineadas con cada aspecto visto, como una caja para pastillas para las sesiones sobre uso óptimo de medicamentos, o un podómetro para la sesión sobre actividad física. Tras completar las sesiones educativas, los promotores dan cuatro sesiones de seguimiento para monitorear si cada participante está siguiendo los cambios de comportamientos deseados.

Las y los promotores ayudan a las personas participantes a establecer cambios de conducta, superar barreras y hacer pequeños cambios un paso a la vez. La interacción centrada en la persona de este programa incrementa la autoeficacia y finalmente ayuda a participantes a lograr sus metas. Algunos de los logros incluyen aumento de compromiso con actividad física, cambio conductual exitoso y mejor presión arterial.



Erika Torres presents on the Cardiovascular Disease Prevention and Management Program at the Texas Public Health Association Conference in Brownsville, TX, on May 15. One of the program's local partners is Ventanilla de Salud at the Consulate General of Mexico in Eagle Pass.

Erika Torres presenta el Programa de Prevención y Manejo de Enfermedades Cardiovasculares en la Conferencia de la Asociación de Salud Pública de Texas en Brownsville, Texas, el 15 de mayo. Uno de los socios locales del programa es Ventanilla de Salud en el Consulado General de México en Eagle Pass.

## Implementation of a Bilingual Type 2 Diabetes Curriculum in Eagle Pass

By/Por Sanjana Ramchandran, medical student, University of Texas (UT) Health San Antonio Long School of Medicine

Eagle Pass is a South Central Texas city with a predominantly uninsured Hispanic population that has elevated rates of type 2 diabetes compared to surrounding counties. Frontera de Salud, a student organization at UT Health San Antonio, provides free blood pressure, glucose, hemoglobin A1C, and lipid screenings twice a year for the community in coordination with the Mexican Consulate in Eagle Pass.

During the Fall 2024 event, a bilingual curriculum was implemented detailing the risk factors, symptoms, and management of diabetes. This lesson included culturally relevant dietary substitutions and addressed common misconceptions with the goal of offering attendees actionable health behaviors that could prevent diabetes onset or mitigate its effects.

Curriculum delivery was associated with a significant increase in average participant scores on a 14-point diabetes knowledge survey (65% to 74%). Participants with fasting glucose higher than 100 mg/dL (i.e. prediabetes/diabetes) had a more significant improvement in scores than those with glucose levels of 100 mg/dL or lower.

These results suggest that integrating diabetes education into future health screening events in border cities may improve public knowledge and self-management of this chronic condition.

## Implementación de un plan de estudios bilingüe sobre diabetes tipo 2 en Eagle Pass

Eagle Pass es una ciudad en el centro sur de Texas que se caracteriza por una población mayormente hispana que no tiene seguro de salud. Esta comunidad también tiene tasas de diabetes tipo 2 más elevadas en comparación con los condados colindantes. Frontera de Salud, una organización liderada por estudiantes en UT Health San Antonio, trabaja con el Consulado de México en Eagle Pass para proveer exámenes gratuitos de presión, azúcar, hemoglobina A1C y lípidos dos veces por año a la comunidad.

Durante el evento en el otoño de 2024, un plan de estudios bilingüe fue implementado para hablar de los factores de riesgo, síntomas, y el manejo de diabetes. Esta lección también incluyó sustituciones dietéticas culturalmente relevantes y abordó ideas erróneas comunes con el objetivo de ofrecer a los participantes comportamientos de salud para poder prevenir o reducir los efectos de diabetes.

El plan de estudios estaba asociado con un aumento significativo en el puntaje promedio de participantes en una encuesta de conocimiento de diabetes que tenía 14 preguntas (de 65% a 74%). Participantes con una glucosa en ayunas de más de 100 mg/dl (prediabetes o diabetes) tenían una mejora más significativa en puntajes que los con niveles de azúcar de 100 mg/dl o menos.

Los resultados indican que integrar la educación de diabetes en eventos de salud en ciudades fronterizas en el futuro puede mejorar el conocimiento público y la autogestión de esta condición crónica.



Sanjana Ramchandran presents during the Texas Public Health Association Conference in Brownsville, TX, on May 15.

Sanjana Ramchandran presenta en la Conferencia de la Asociación de Salud Pública de Texas en Brownsville, Texas, el 15 de mayo.

QR code with more information about the project developed by Sanjana Ramchandran, Maharajni Perla, Sanjna Das, and William Moss; medical students, UT Health San Antonio  
Código QR con más información sobre el proyecto desarrollado por Sanjana Ramchandran, Maharajni Perla, Sanjna Das y William Moss, estudiantes de Medicina de UT Health San Antonio



## Free Resources and Upcoming Events

### Congenital Syphilis Prevention Online Training

The on-demand training module, "[Congenital Syphilis Prevention: Screening, Diagnosis, and Treatment for Pregnant Women in Texas](#)", offered on TRAIN Texas, provides essential knowledge and skills for managing syphilis in pregnant women.

This activity is approved for 1.25 accredited CEU and contact hours for various professionals.

### Operation Border Health

[Operation Border Health \(OBH\)](#) is an exercise to help the community get ready for disasters. DSHS and local partners offer free medical, dental, and vision services to the community on July 21 to 25.



## Recursos y próximos eventos gratuitos

### Capacitación en línea sobre prevención de sífilis congénita

El módulo de capacitación por demanda "[Prevención de sífilis congénita: Detección, diagnóstico y tratamiento para mujeres embarazadas en Texas](#)", ofrecido en TRAIN Texas, proporciona conocimiento básico y herramientas para atender sífilis en mujeres embarazadas.

Esta actividad otorga 1.25 créditos de educación continua certificados y horas de contacto para varias profesiones.

### Operación Salud en la Frontera

La [Operación Salud en la Frontera \(OBH\)](#) es un ejercicio para ayudar a la comunidad a estar preparada ante desastres. DSHS y sus colaboradores locales ofrecerán a la comunidad servicios médicos, dentales y de la vista gratuitos del 12 al 25 de julio.

**JUL 11** Mental Health Awareness Virtual Seminar about [Mental Health](#), 1:30–2:30 p.m. CST.

**JUL 30** DSHS Grand Rounds webinar: [Transforming HIV Prevention and Care: Updates on new medications, guidelines, and our understanding of HIV in 2025](#), 11:00 a.m.–12:30 p.m.

**AUG 13** Task Force of Border Health Officials meeting, 1:00–4:30 p.m. CST. It can be [watched online](#) (select Moreton M-100 Live).

**11 JUL** Seminario virtual sobre sensibilización de salud mental acerca de [Salud mental](#), 1:30–2:30 p. m. CST.

**30 JUL** Webinar DSHS Grand Rounds: [Transformando la prevención y tratamiento de VIH: Actualizaciones en nuevos medicamentos, guías y entendimiento sobre el VIH en 2025](#), 11:00 a. m.–12:30 p. m.

**13 AGO** Reunión del [Equipo Especial de Funcionarios de Salud Fronteriza](#), 1:00–4:30 p. m. CST. Puede [verse 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 web! 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](#):*

