

El Fronterizo

December/diciembre 2024
Volume/Volumen 3 | Issue/Número 27

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

A child receives dental examination and cleaning at the Candelaria Community Forum on October 16.
Un menor recibe revisión y limpieza dentales en el Foro Comunitario de Candelaria el 16 de octubre.

INSIDE THIS ISSUE

EN ESTA EDICIÓN

Give the Gift of Sight Month / <i>Mes de Dar el Regalo de la Vista</i>	1-2
Resources for CHWs / <i>Recursos para promotores de salud</i>	3-4
Monthly Highlight / <i>Lo destacado del mes</i>	5-6
Upcoming Free Events / <i>Próximos eventos gratuitos</i>	6

Texas border counties have less optometrist compared to non-border counties.

Los condados fronterizos de Texas tienen menos optometristas en comparación con los condados no fronterizos.

Source/Fuentes:

1. CDC, [Why Vision Loss Is a Public Health Problem](#)
2. CDC, [About Common Eye Disorders and Diseases](#)
3. DSHS, [Behavioral Risk Factor Surveillance System](#)
4. CDC, [Vision and Eye Health Surveillance System](#)
5. DSHS, [Vision](#)
6. DSHS Health Professionals Resource Center (2023). [Optometrist Trends, Distribution, and Demographics](#)

Give the Gift of Sight Month

December is **Give the Gift of Sight Month**. Vision impairment can cause a significant disability, loss of productivity, and a decrease in quality of life. This may result in substantial social and economic costs for affected individuals and their loved ones.¹

The leading causes of blindness and low vision in the U.S. are age-related eye diseases. Those diseases include age-related macular degeneration, cataract, diabetic retinopathy, and glaucoma.²

Approximately 9% of the Texas border population were blind or had serious difficulty seeing even when wearing glasses compared to 6% of the Texas non-border population in 2022. There were more females with blindness compared to males in both the border region and non-border region.^{3,4}

Optometrists are professional specialists trained in vision disorders, evaluation for visual aids, and visual habilitation.⁵ In Texas, there are fewer optometrists in border counties compared to non-border counties, and fewer in non-metropolitan counties compared to metropolitan counties.⁶

Mes sobre el regalo de la vista

Diciembre es el Mes de Dar el Regalo de la Vista. La discapacidad visual puede causar discapacidad significativa, pérdida de productividad y una menor calidad de vida. Esto puede resultar en costos sociales y económicos importantes a las personas que la padecen y a sus seres queridos¹.

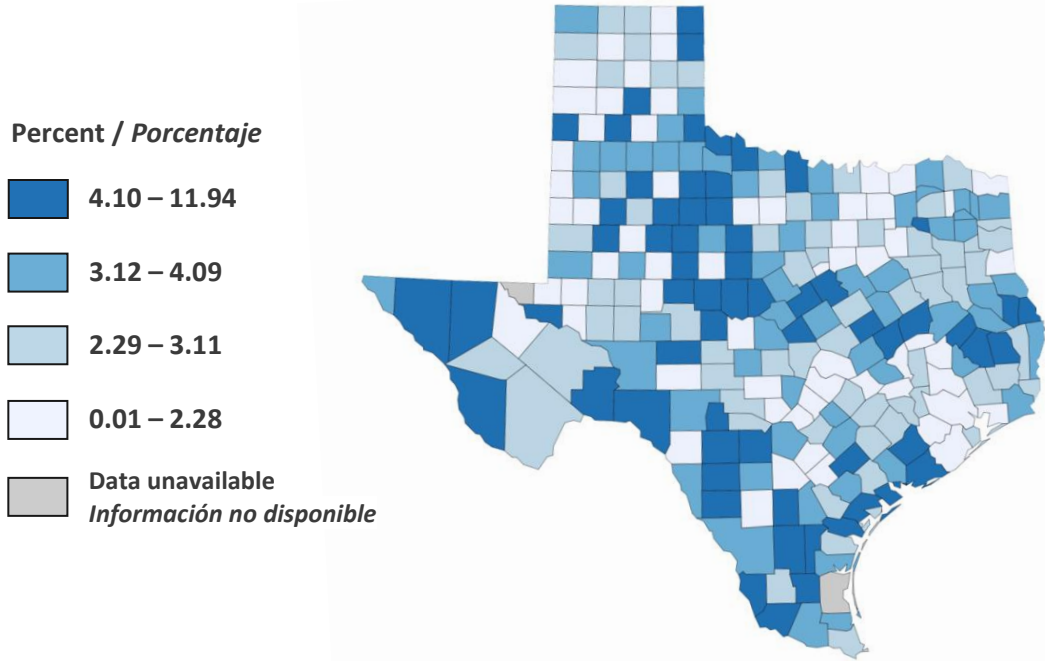
Las principales causas de ceguera y pérdida de visión en EE. UU. son enfermedades oculares provocadas por la edad, como degeneración macular relacionada con la edad, cataratas, retinopatía diabética y glaucoma².

Aproximadamente 9% de la población fronteriza de Texas tuvo ceguera o dificultades importantes para ver aun con lentes, en comparación con el 6% de la población no fronteriza de Texas en 2022. Más mujeres que hombres reportaron tener ceguera tanto en la región fronteriza como en la no fronteriza^{3,4}.

Las y los optometristas son especialistas profesionales que atienden problemas de la vista, evalúan para ayuda y habilitación visual⁵. En Texas, hay menos optometristas en condados fronterizos en comparación con los no fronterizos, y menos en condados no metropolitanos respecto a condados metropolitanos⁶.

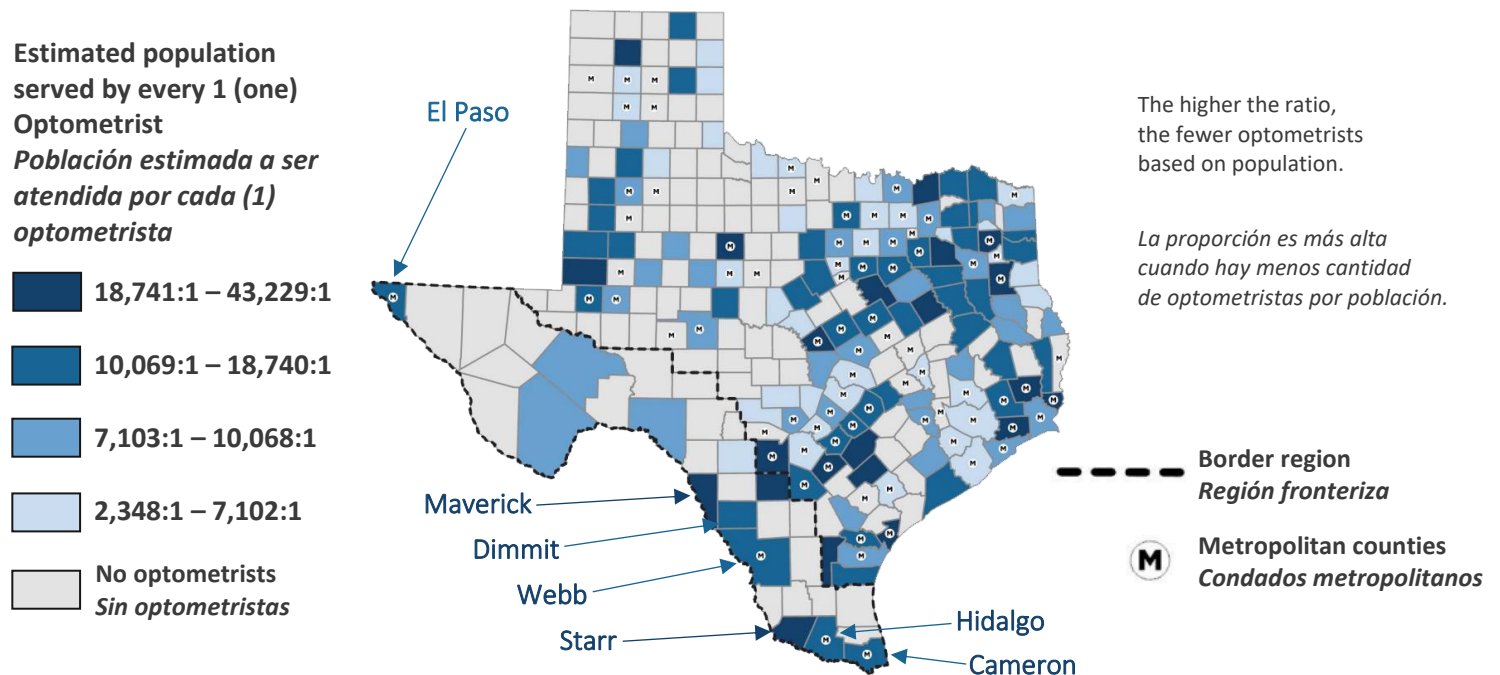
Percentage of People Who Are Blind or Have Serious Difficulty Seeing even when Wearing Glasses (2022)⁴

Porcentaje de personas que están ciegas o que tienen mucha dificultad para ver incluso si traen lentes (2022)⁴



Ratio of Population to Optometrist by County (2022)⁶

Proporción de población respecto a optometristas por condado (2022)⁶



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 about the common causes of vision loss as well as provide tools for identifying and addressing vision issues.

Risk Factors

- **Age:** Individuals who are 65 years or older are more likely to experience vision issues or vision loss. As individuals age, they have an increased risk of developing issues like:
 - **Glaucoma:** A group of eye disorders that cause damage to the optic nerve.
 - **Cataracts:** Cloudy patches in the lens of the eye that cause hazy vision.
 - **Age-related macular degeneration:** Deterioration of the macula, the central part of the retina, that leads to central vision loss.
- **Diabetes:** Blood vessels in the eye can become damaged leading to diabetic retinopathy that causes blurred vision and potentially blindness.
- **Smoking:** Individuals that smoke have a higher risk of developing vision problems.

Vision Tests

Early detection and timely treatment of eye conditions have been found to be effective in limiting disability. While vision loss can have many different causes, it is important to get regular [vision tests](#) especially if an individual exhibits any signs of potential vision issues.

Eye Appearance

- Crossed eyes
- Watering eyes
- Frequent styes in the eye
- Cloudiness near or in the pupil

Complaints

- Headaches
- Nausea or dizziness
- Blurry appearance when looking up from nearby items
- Double vision

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 miembros de la comunidad sobre las causas comunes de pérdida de visión, así como proporcionar herramientas para identificar y atender problemas de la vista.

Factores de riesgo

- **Edad:** Las personas de 65 años y más tienen más posibilidad de sufrir problemas de la vista o pérdida de la visión. Conforme se incrementa la edad, las personas tienen mayor riesgo de desarrollar problemas como:
 - **Glaucoma:** Un grupo de trastornos del ojo que causan daño al nervio óptico.
 - **Cataratas:** Parches nublados en el cristalino del ojo que provocan visión borrosa.
 - **Degeneración macular relacionada con la edad:** Deterioro de la mácula, la parte central de la retina, que lleva a la pérdida de la visión central.
- **Diabetes:** Los vasos sanguíneos en el ojo pueden dañarse y provocar retinopatía diabética, lo que causa visión borrosa y potencialmente ceguera.
- **Fumar:** Personas que fuman tienen mayor riesgo de desarrollar problemas de visión.

Exámenes de la vista

La detección temprana y el tratamiento oportuno de las condiciones de los ojos han resultado efectivos en limitar una discapacidad.

Mientras la pérdida de visión puede tener diferentes causas, es importante hacerse [exámenes de la vista](#) periódicos, especialmente si la persona muestra algún signo de posibles problemas de visión.

Apariencia del ojo

- Ojos cruzados
- Ojos llorosos
- Granos frecuentes en el ojo
- Nubosidad cerca o en la pupila

Molestias

- Dolores de cabeza
- Náuseas o mareos
- Apariencia borrosa al levantar la vista de objetos cercanos
- Visión doble

Resources for CHWs continued

Warning Signs of Visual Problems in Infants

- Unresponsiveness to visual cues.
- Frequent squinting or closing of one eye.
- Bumping into large objects.
- Holds items very close to them.
- Favoring one eye when looking at objects.

Protecting Your Vision

- Schedule regular comprehensive eye exams.
- Be aware of family history especially related to eye health since some diseases or conditions are hereditary.
- Maintain a healthy diet which includes the consumption of dark leafy greens like spinach and kale, and fish that is high in omega-3 fatty acids such as salmon, albacore tuna, and trout.
- Maintain a healthy weight.
- Wear protective eyewear when engaging in outdoor activities. Sunglasses should block at least 99% of ultraviolet A and ultraviolet B radiation.
- Avoid and quit smoking.
- Wash hands when dealing with contact eye lenses to avoid infection.
- Practice workplace eye safety.

Resources

- For qualifying Texas residents, there is free vision screening and financial assistance available through the [Blindness Education, Screening and Treatment \(BEST\) program](#).
- For parents with school-aged children, vision screening is required as part of their first-time enrollment in any school or in a Department of Family and Protective Services licensed childcare center. For specifics on the [requirements](#) visit the [DSHS Vision and Hearing Screening Program website](#).
- Texas residents also have access to the [Texas School for the Blind and Visually Impaired](#) which offers educational programs and resources for individuals with visual impairments or blindness, serving as both a specialized school district as well as a state agency to serve the needs of its population.

Recursos para promotores (continuación)

Signos de alerta de problemas visuales para niños

- Falta de respuesta a señales visuales.
- Entrecerrar o cerrar un ojo con frecuencia.
- Chocar con objetos grandes.
- Sostener objetos muy cerca de sí.
- Priorizar un ojo al mirar objetos.

Protege tu vista

- Programar exámenes de la vista completos y periódicos.
- Conocer el historial familiar especialmente en lo relacionado a salud visual, ya que algunas enfermedades o condiciones son hereditarias.
- Llevar una dieta saludable que incluya el consumo de verduras de hojas verdes oscuras como la espinaca y la col rizada, así como pescado rico con alto contenido de ácidos grasos omega 3, como el salmón, el atún blanco y la trucha.
- Mantener un peso saludable.
- Usar protección para los ojos al estar en actividades exteriores. Los lentes de sol deben bloquear al menos 99% de la radiación ultravioleta A y B.
- Evitar o dejar de fumar.
- Lavarse las manos al usar lentes de contacto para evitar infecciones.
- Seguir prácticas de seguridad para los ojos en el trabajo.

Recursos

- Para habitantes de Texas que califiquen, hay examen de la vista gratuito y asistencia financiera disponible a través del [Programa de Educación, Detección y Tratamiento de la Ceguera \(BEST\)](#).
- Para padres y madres de familia con hijos e hijas en edad escolar, el examen de la vista es requerido para inscripción por primera vez en cualquier escuela o en cualquier centro de cuidado autorizado por el Departamento de Servicios para la Familia y de Protección. Para detalles sobre los [requisitos](#), visitar el sitio web del [Programa de Examinación de la Visión y del Oído de DSHS](#).
- Quienes habitan en Texas también tiene acceso a la [Escuela para Personas Ciegas y con Discapacidad Visual de Texas](#), que ofrece programas educativos y recursos para personas con discapacidad visual o ceguera. Funciona tanto como distrito escolar especializado como una agencia estatal que sirve a las necesidades de su población.

Monthly Highlight 2024 Candelaria Community Forum

By/Por David Torres, OBPH West Texas (PHR 9/10) Program Manager

The Office of Border Public Health (OBPH) in West Texas hosted the annual Candelaria Community Forum on October 16, 2024. Since 2013, the OBPH in West Texas has provided a forum in Candelaria, TX to discuss important health topics with the community.

Candelaria is a frontier community with a population of less than 75 people and is located 49 miles northwest of Presidio, TX, bordering San Antonio del Bravo, Chihuahua, Mexico. OBPH West Texas collaborates with the Presidio School District to host the forum in the former schoolhouse in Candelaria. The 2024 forum education topics included mental health, adult protective services, autism awareness, and preparing an emergency kit. In addition to the presentations, OBPH also worked with Texas Tech University, the DSHS Oral Health Improvement program and the DSHS Family and Community Health Services program to provide dental screenings and vaccines.

This year, OBPH was honored to have DSHS Commissioner Dr. Jennifer Shuford visit the forum. Also in attendance were the Deputy Commissioner of Regional and Local Health Operations, David Gruber, and Senior Advisor Imelda Garcia. The DSHS West Texas interim regional medical director, Dr. Emilie Prot, and deputy regional director, Art Alvarado, also attended. This year, OBPH expanded the forum, partnering with DSHS West Texas Family and Community Health Services, Specialized Health and Social Services, and Epidemiology and Response Team, and PermianCare, a non-governmental organization bringing mental health services, to provide activities targeting children.



Members of the community gathered to receive education on topics like mental health.
Integrantes de la comunidad se reunieron para recibir educación en temas como salud mental.

Lo destacado del mes Foro comunitario de Candelaria 2024

La Oficina de Salud Pública Fronteriza (OBPH) en el Oeste de Texas organizó el foro anual comunitario de Candelaria el 16 de octubre 2024. Desde 2013, OBPH en el Oeste de Texas ha brindado un foro en Candelaria, Texas, para llevar temas importantes de salud a la comunidad.

Candelaria es una comunidad fronteriza con una población menor a 75 personas localizada a 49 millas al noroeste de Presidio, Texas, y colinda con San Antonio del Bravo, Chihuahua, México. OBPH Oeste de Texas colabora con el Distrito Escolar de Presidio para celebrar el foro en la antigua casa escuela en Candelaria. Los temas del foro 2024 incluyeron salud mental, servicios de protección a adultos, sensibilización sobre autismo, y un kit de preparación ante emergencias. Junto con las presentaciones, OBPH también trabajó con la Universidad Texas Tech, los programas de DSHS de Mejora de la Salud Bucal, y de Servicios Familiares y de Salud Comunitaria para ofrecer revisiones dentales y vacunas.

Este año OBPH fue honrada con tener a la comisionada de DSHS, Dra. Jennifer Shuford, visitando el foro. Junto con ella estuvieron el comisionado adjunto de Operaciones Regionales y Locales, David Gruber; la asesora senior Imelda Garcia; la directora médica regional interina de DSHS Oeste de Texas, Dra. Emilie Prot; y el director regional adjunto, Art Alvarado. Este año, OBPH amplió el foro en alianza con los programas de Servicios Familiares y de Salud Comunitaria, de Servicios Especializados de Salud y Sociales, y del equipo de Epidemiología y Respuesta de DSHS Oeste de Texas, así como PermianCare, una organización no gubernamental que brinda servicios de salud mental, para proporcionar actividades dirigidas a la niñez.



Tents included exhibitions as well as games for the children and adults.
Las carpas incluyeron exhibiciones y juegos para niños y personas adultas.

2024 Candelaria Forum continued



Foro de Candelaria 2024 (continuación)



DSHS Family & Community Health Program assisted community members with Population Based Services: Daniel Grajeda (left) provides a car seat safety demonstration; Miguel Ortega (right) help fill out vaccination forms.
 El Programa de Salud Familiar y Comunitaria de DSHS atendió a integrantes de la comunidad con servicios basados en población: Daniel Grajeda (izquierda) proporciona una demostración de asiento de seguridad; Miguel Ortega (derecha) ayuda a llenar formularios de vacunación.

Free Upcoming Events

DEC 6 Mental Health Awareness Virtual Seminar about Holiday Blues and Self-Care, 1:30 - 2:30 p.m. CST.

DEC 9 Presidio-Ojinaga Binational Health Conference, Presidio Activity Center (1200 E O'Reilly St. Presidio, TX 79845), 9:00 a.m. - 2:00 p.m. CST.

DEC 11 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

6 DIC Seminario virtual sobre sensibilización de salud mental sobre Depresión estacional y autocuidado, 1:30 - 2:30 p.m. CST.

9 DIC Conferencia Binacional de Salud Ojinaga-Presidio, Centro de Actividades de Presidio (1200 E O'Reilly St. Presidio, TX 79845), 9:00 a. m. - 2:00 p. m. CST.

11 DIC 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:

