

# El Fronterizo

September/Septiembre 2023  
Volume/Volumen 1 | Issue/Número 12

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

José Muñoz, a CHW Instructor of the Office of Border Public Health, helping during registration in Rio Grande City during Operation Border Health Preparedness last July.  
*José Muñoz, instructor de promotores de salud de la Oficina de Salud Pública Fronteriza, ayuda en el registro en Río Grande City durante la Operación Salud en la Frontera el pasado julio.*

## INSIDE THIS ISSUE

### EN ESTA EDICIÓN

National Suicide Prevention Month / <i>Mes de Prevención sobre el Suicidio</i>	1-2
Resources for CHWs / <i>Recursos para promotores de salud</i>	3-4
Monthly Highlight / <i>Lo destacado del mes</i>	5-7
New Chair and Vice-Chair of the Task Force / <i>Nuevos presidente y vicepresidente del Equipo Especial</i>	7
Mexico News / <i>Noticias de México</i>	8
Free Resources and Upcoming Events / <i>Recursos gratuitos y próximos eventos</i>	9

**Suicide is a leading cause of death in the United States.**

***El suicidio es una de las principales causas de muerte en Estados Unidos.***

Source/Fuentes:

1. 988 Suicide & Crisis Lifeline, [Promote National Suicide Prevention Month](#)
2. CDC, [Facts About Suicide](#)
3. CDC, [Suicide Prevention](#)
4. [Texas Behavioral Risk Factor Surveillance System](#) (2021)

## National Suicide Prevention Month

September is National Suicide Prevention Month, to promote suicide prevention awareness.<sup>1</sup> Suicide is death caused by injuring oneself with the intent to die. A suicide attempt is when someone harms themselves with any intent to end their life, but they do not die as a result of their actions.<sup>2</sup>

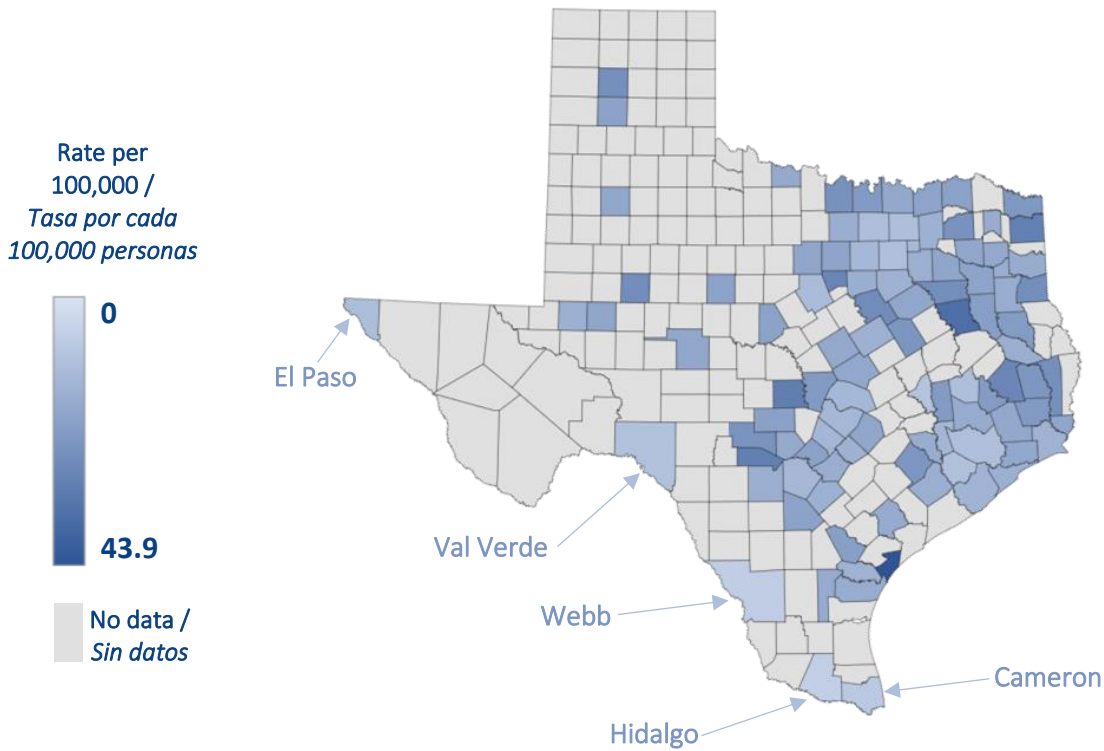
Suicide affects people of all ages. Suicide and suicide attempts cause serious emotional, physical, and economic impacts. People who attempt suicide and survive may experience serious injuries that can have long-term effects on their health. They may also experience depression and other mental health concerns.<sup>2</sup> Suicide is a leading cause of death in the United States. It was responsible for over 48,000 deaths in 2021, which is about one death every 11 minutes. The number of people who think about or attempt suicide is even higher. In 2021, 3.5 million people planned a suicide attempt, and 1.7 million attempted suicide.<sup>3</sup> In the past four years, on average, there was a relatively higher suicide death rate per 100,000 people in the Texas non-border region (17) compared to the border region (11). But there is no significant difference between border and non-border region on seriously considering suicide attempt in the past 12 months.<sup>4</sup>

### Mes de Prevención sobre el Suicidio

*Septiembre es el Mes Nacional de la Prevención sobre el Suicidio, para sensibilizar a la población sobre este tema <sup>1</sup>. Suicidio es la muerte causada por la propia persona al hacerse daño con intención de matarse. Un intento de suicidio es cuando una persona se lastima a sí misma tratando de terminar con su vida, pero no muere como consecuencia de sus acciones<sup>2</sup>.*

*El suicidio afecta a personas de todas las edades. El suicidio y su intento causan graves impactos emocionales, físicos y económicos. Las personas que intentan suicidarse pueden experimentar lesiones graves que pueden tener efectos de largo plazo en su salud. También pueden experimentar depresión y otras preocupaciones de salud mental<sup>2</sup>. El suicidio es una de las principales causas de muerte en Estados Unidos, responsable de más de 48,000 fallecimientos en 2021, lo que equivale a una muerte cada 11 minutos. El número de personas que pensó o intento suicidarse es aún mayor. En 2021, 3.5 millones de personas planearon un intento de suicidio y 1.7 lo intentaron<sup>3</sup>. En los últimos cuatro años, en promedio, ha habido una tasa de muerte por suicidio por cada 100,000 personas más alta en la región no fronteriza de Texas (17) que en la región fronteriza (11), pero no hubo diferencia significativa entre ambas regiones en considerar un intento de suicidio en los últimos 12 meses<sup>4</sup>.*

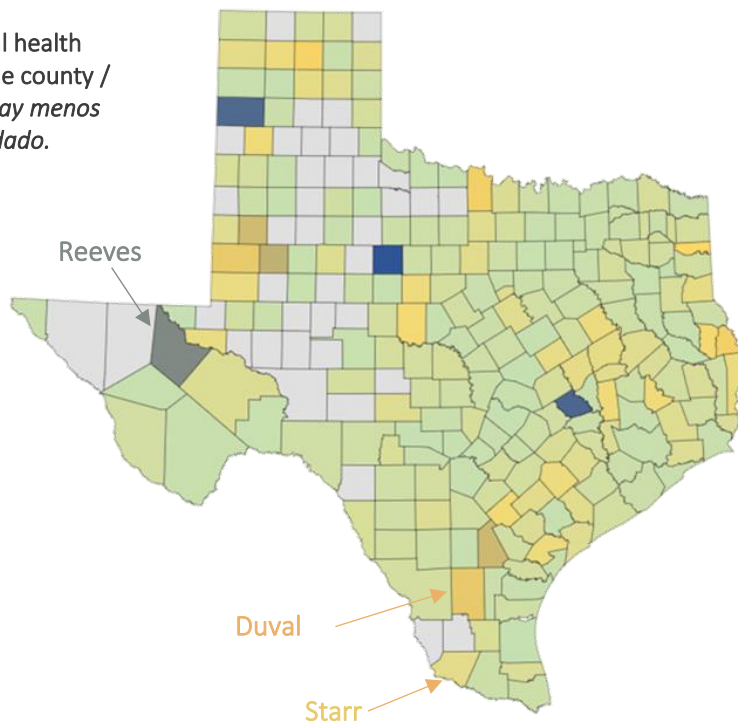
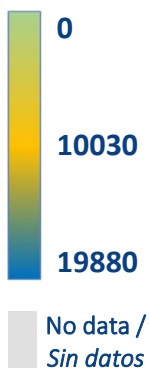
**Suicide Death Rate 4-Year Average in Texas<sup>4</sup> /  
Tasa de muertes por suicidio en cuatro años promedio en Texas<sup>4</sup>**



**Ratio of Population to Mental Health Providers (2021)<sup>5</sup> /  
Proporción de población respecto a proveedores de salud mental (2021)<sup>5</sup>**

The higher the ratio, the less mental health providers based on population in the county / La proporción es más alta cuando hay menos cantidad de salud mental en el condado.

Ratio of Population to Mental Health Providers / Proporción de población respecto a proveedores de salud mental



Source/Fuente:  
5. [County Health Rankings Model](#)

## Resources for CHWs

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

[Suicide is a serious public health problem](#) that can have lasting harmful effects on individuals, families, and communities.

There are many factors that influence a person to contemplate suicide such as previous attempts to end their lives, being diagnosed with a chronic illness that might include consistent pain, and a history of depression and other mental illnesses, among others.

Suicide is also linked to other forms of injury and violence including child abuse, bullying, or sexual violence. To prevent and decrease suicidal thoughts and behaviors it is important to be connected to family and community support and have easy access to healthcare.

CHWs can play a role in educating clients on:

- Identifying warning signs
- Assessing risk factors
- Assist clients to prevent suicide
- Provide resources on suicide prevention

### Warning signs

CHWs can educate to identify warning signs, comments, or thoughts about suicide such as: "I wish I wasn't here", or "nothing matters". These types of comments, also known as suicidal ideation, can begin small but over time they can become more explicit and dangerous.

Other [suicide warning signs and suicidal thoughts](#) include:

- Talking about committing suicide, for example, making statements such as "I'm going to kill myself", "I wish I were dead" or "I wish I hadn't been born".
- Getting the means to take your own life, such as buying a gun or stockpiling pills.
- Having mood swings, such as being emotionally high one day and deeply discouraged the next.
- Feeling trapped or hopeless about a situation.
- Increased alcohol and drug use.
- Aggressive behavior.
- Withdrawal from friends, family, and community.

## Recursos para promotores de salud

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

*[El suicidio es un problema importante de salud pública](#) que puede causar eventos permanentemente dañinos en personas, familias y comunidades.*

*Hay muchos factores que influyen a que una persona contemple suicidarse, como intentos previos de terminar sus vidas, haber sido diagnosticada con una enfermedad crónica que puede incluir dolor constante e historia de depresión y otros problemas mentales, entre otros factores.*

*El suicidio también está ligado a otras formas de lesiones y violencia que incluye abuso infantil, acoso o violencia sexual. Para prevenir y disminuir pensamientos y comportamientos suicidas es importante tener conexión a soporte familiar y comunitario, así como tener acceso a atención médica.*

*Las y los promotores de salud pueden desempeñar un rol enseñando a sus pacientes sobre:*

- *Identificar signos de alerta.*
- *Evaluar factores de riesgo.*
- *Ayudar a pacientes a prevenir el suicidio.*
- *Proveer recursos de prevención del suicidio.*

### Signos de alerta

*Las y los promotores pueden identificar signos de alerta comentarios o pensamientos sobre suicidio como "Quisiera ya no estar aquí", o "Ya nada importa". Este tipo de comentarios, conocidos como idealizaciones suicidas, pueden comenzar como comentarios sin mucha importancia, pero con el tiempo pueden volverse más explícitos y peligrosos.*

*Otros [signos de alerta sobre suicidio y pensamientos suicidas](#) incluyen:*

- *Hablar sobre cometer suicidio; por ejemplo, haciendo declaraciones como "Voy a matarme", "Quisiera morirme", o "Me gustaría no haber nacido".*
- *Adquirir los medios para quitarse la propia vida, como comprar un arma o almacenar pastillas.*
- *Tener cambios de humor repentinos, como estar muy emocional un día y con mucho desánimo al siguiente.*
- *Sentirse atrapado o sin esperanza en una situación.*
- *Incremento en el uso de alcohol y drogas.*
- *Comportarse agresivamente.*
- *Alejarse de amistades, familia y la comunidad.*

## Resources for CHWs continued

### Risk Factors

Risk factors are those characteristics associated with suicide that might not be direct causes but that may play an important role when someone contemplates this. CHWs can assess these risk factors which include, but aren't limited to:

- Family history of suicide
- Family history of child maltreatment
- Previous suicide attempts
- History of mental disorders, particularly clinical depression
- History of alcohol and substance abuse
- Feelings of hopelessness
- Impulsive or aggressive tendencies
- Living with an unsupportive family or in a hostile environment

### Suicide Prevention

Suicide prevention always begins with addressing root causes which includes treating mental illnesses and other risk factors. CHWs can help prevent suicide by helping people find relevant programs and listening to people's emotions. Thoughts of suicide can be frightening, but by reaching out for help or checking in with family and friends, we can avoid devastating outcomes.

The following strategies focus on preventing the risk of suicide before it occurs and reducing the immediate and long-term harms of suicidal behavior for individuals, families, communities, and society.

- Strengthen economic supports e.g., by providing individuals with the financial means to lessen the stress and hardship associated with a job loss or other unanticipated financial problems.
- Create protective environments e.g., ensuring the physical safety of the environment.
- Improve access and delivery of suicide care e.g., confirming that individuals with suicide risk have timely access to evidence-based treatments, suicide prevention programs.
- Promote healthy connections e.g., by connecting the client with people they trust when they are struggling to express their feelings.
- Identify and support people at risk e.g., by training individuals to identify suicide risk and screening for suicide risk.

**Check for free resource links on page 7.**

## Recursos para promotores (continuación)

### Factores de riesgo

*Los factores de riesgo son aquellas características relacionadas con el suicidio que podrían no ser causas directas, pero que pueden tener un papel importante cuando alguien lo contempla. Las y los promotores pueden evaluar estos factores de riesgo que incluyen, pero no están limitados a:*

- *Historial familiar de suicidio.*
- *Historial familiar de maltrato infantil.*
- *Intentos previos de suicidio.*
- *Historial de problemas mentales, particularmente depresión clínica.*
- *Historial de abuso de alcohol y sustancias.*
- *Sentimientos de desesperanza.*
- *Tendencias impulsivas o agresivas.*
- *Vivir con una familia que no apoya o en un ambiente hostil.*

### Prevención del suicidio

*La prevención del suicidio siempre inicia con abordar las causas que lo originan, que incluye tratamiento de enfermedades mentales y otros factores de riesgo. Las y los promotores pueden ayudar a prevenir el suicidio al ayudar a las personas a encontrar programas relevantes y escuchar las emociones de las personas. Los pensamientos suicidas pueden ser atemorizantes, pero al buscar ayuda o hablarlo con nuestra familia y amistades podemos evitar resultados devastadores. Las siguientes estrategias se enfocan en prevenir el riesgo de suicidio antes de que ocurra y reducir los daños inmediatos y de largo plazo de comportamientos suicidas para las personas, las familias, las comunidades y la sociedad.*

- *Reforzar el apoyo económico, como proveer a las personas de los medios financieros para reducir el estrés y el apuro relacionados con la pérdida de un empleo u otros problemas económicos inesperados.*
- *Crear ambientes de protección, como asegurar la seguridad física del medio ambiente donde vive la persona.*
- *Mejorar el acceso y la prevención sobre suicidio, así como confirmar que las personas con riesgo de suicidio tienen acceso oportuno a tratamientos basados en evidencia y programas de prevención del suicidio.*
- *Promover conexiones saludables, como conectar a pacientes con personas en las que confían cuando están batallando para expresar sus sentimientos.*
- *Identificar y apoyar a personas en riesgo, mediante capacitación individual para identificar y detectar el riesgo de suicidio.*

**Revisa recursos gratuitos en la página 7.**

## Monthly Highlight 2023 Operation Border Health Preparedness

By/Por Carlos Centeno, DSHS South Texas Communications Specialist

When I first heard about Operation Border Health Preparedness (OBHP), I thought how awesome that people have an opportunity to receive free health services that are much needed in my community. Working through the planning stages made me realize how much hard work, dedication, and passion it takes from hundreds of people.

Visiting each of the five sites made me aware of the need of health services in the Rio Grande Valley. OBHP is the only chance of medical and health services for a big portion of the attendees. During OBHP 2023, in the last week of July, 6,641 individuals received 27,427 health services across five medical dispensing points located in Cameron, Hidalgo, Willacy, Starr, and Webb Counties.

Of the multiple services tracked by participating OBHP, the top services provided this year were vital signs, immunizations, and medical exams. Medical clinicians performed 2,904 free medical exams, with teens receiving about 48% of these services. The value of these medical exams in the private sector would be \$482,457.

4,000 free immunizations were administered to 1,659 individuals this year. Each person received approximately two vaccines on average. The value of these immunizations amounts to \$496,451 in the private sector.



People receiving medical examination and vital signs in Brownsville.  
Personas reciben exámenes médicos y de signos vitales en Brownsville.

## Lo destacado del mes Operación Salud en la Frontera 2023: Preparación para Desastres

*Cuando escuché por primera vez sobre la Operación Salud en la Frontera: Preparación para Desastres (OBHP) pensé en lo estupendo que es que la gente tenga una oportunidad de recibir servicios médicos gratuitos que son tan necesarios en mi comunidad. Trabajando en las etapas previas me hizo darme cuenta de cuánto trabajo duro, dedicación y pasión se necesitan de parte de cientos de personas.*

*Visitando cada uno de los cinco sitios me hizo darme cuenta de la necesidad de servicios de salud en el Valle del Río Grande, donde OBHP es la única oportunidad para gran parte de sus asistentes de recibir atención médica. Este año, en la última semana de julio, 6,641 personas recibieron 27,427 servicios de salud a lo largo de los cinco puntos de atención médica en los Condados de Cameron, Hidalgo, Willacy, Starr y Webb.*

*De los múltiples servicios registrados en los sitios participantes durante OBHP, los principales este año fueron signos vitales, vacunaciones y exámenes médicos. Las y los médicos realizaron 2,904 exámenes médicos, siendo adolescentes quienes recibieron 48% de esos servicios. El valor de esos exámenes se calcula en \$482,457 en el sector privado.*

*4,000 vacunaciones gratuitas fueron administradas a 1,659 personas este año, cada una de las cuales aproximadamente recibió en promedio dos vacunas. El valor de esas vacunas suma \$496,451 en el sector privado.*



A person is receiving dental services in Laredo.  
Una persona recibe atención dental en Laredo.

## Monthly Highlight continued

Many of the staff working at OBHP are local volunteers from the community, universities, and private organizations. This year, across the five-day exercise, a slightly higher percentage of the staff were volunteers, as compared to last year.

OBHP also provided services to our furry friends. The Texas A&M University Veterinary Response Team provided a total of 4,044 services for dogs and cats.

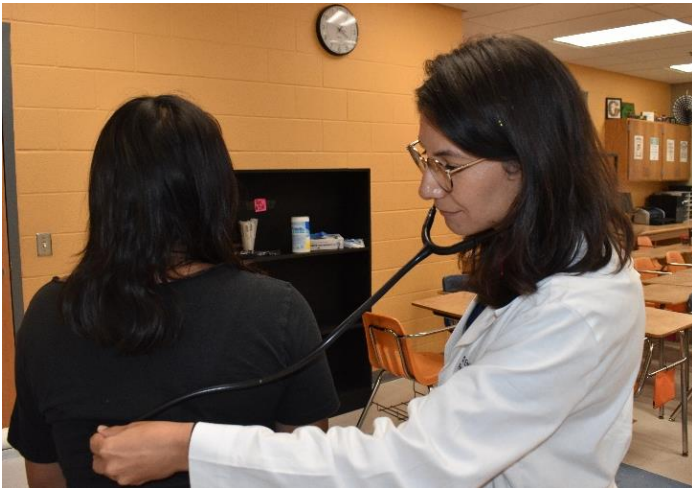
OBHP is more than an emergency preparedness exercise, it's an opportunity to provide our community with health services that are in high demand in our region. OBHP is a great effort from many health professionals and volunteers to make Texas, a healthier state.

## Lo destacado del mes (continuación)

Muchas de las personas que trabajan en OBHP son voluntarias locales de universidades y organizaciones comunitarias y privadas. Este año, a lo largo del ejercicio de cinco días, un porcentaje ligeramente mayor del equipo fueron voluntarios, comparado con el año anterior.

OBHP también brindó servicios a nuestros amigos peludos. El Equipo de Respuesta Veterinaria de la Universidad Texas A&M proveyó un total de 4,044 servicios a perros y gatos.

OBHP es más que un ejercicio de preparación para desastres, es una oportunidad para proveer a nuestra comunidad con servicios médicos con alta demanda en nuestra región. OBHP es un gran esfuerzo de muchas personas profesionales y voluntarias para hacer de Texas un estado más sano.



Emilie Pro, Regional Medical Director in DSHS South Texas, and some other clinicians and medical residents provided medical examinations in Rio Grande City.  
*Emilie Pro, directora médica regional de DSHS Sur de Texas, y otras personas médicas y residentes hicieron exámenes médicos en Rio Grande City.*



Elma Pescador, a CHW of the Office of Border Public Health, offered orientation in Starr County.  
*Elma Pescador, promotora de salud de la Oficina de Salud Pública Fronteriza, ofreció orientación en el Condado de Starr.*



The Texas A&M University Veterinary Response Team attended dogs and cats in Raymondville.  
*El Equipo de Respuesta Veterinaria de la Universidad Texas A&M atendió a perros y gatos en Raymondville.*



David Gruber, Associate Commissioner of DSHS Regional and Local Health Operations, visits clinical personnel participating in Hidalgo County. *David Gruber, comisionado asociado de Operaciones Regionales y Locales de Salud de DSHS, saluda a personal médico que participa en el Condado*



Eduardo Olivarez, Chief Administrative Officer of Hidalgo County, addresses public health officials and personnel gathered on Pharr-San Juan-Alamo High School. *Eduardo Olivarez, director administrativo de los Servicios Humanos y de Salud del Condado de Hidalgo, se dirige a personas funcionarias y personal de salud pública reunidos en la Preparatoria Pharr-San Juan-Álamo.*

### Task Force New Chair and Vice-Chair for 2023-2025 Period

The Task Force of Border Health Officials welcomed Arturo Rodriguez, Director of Public Health and Wellness of Brownsville, as its new Chair, and Hector Ocaranza, Interim Director of Public Health of El Paso, as the new Vice-Chair for the following two fiscal years.

### Nuevos presidente y vicepresidente del Equipo Especial periodo 2023-2025

*El Equipo Especial de Funcionarios de Salud Fronteriza dio la bienvenida a Arturo Rodríguez director de Salud Pública de Brownsville, como su nuevo presidente, y a Héctor Ocaranza, director interino de Salud Pública de El Paso, como el nuevo vicepresidente por los siguientes dos años fiscales*



Members of the Task Force that attended in person last meeting of Eduardo “Eddie” Olivarez, Chief Administrative Officer of Hidalgo County, as Chair, last August in Austin. *Integrantes del Equipo Especial que acudieron en persona a la última sesión de Eduardo “Eddie” Olivarez, director administrativo de los Servicios Humanos y de Salud del Condado de Hidalgo, como presidente, el pasado agosto en Austin.*



Rachel Samsel, Deputy Commissioner of DSHS Regional and Local Health Operations, gives Eduardo Olivarez a recognition for his period as Chair of the Task Force. *Rachel Samsel, comisionada adjunta de Operaciones Regionales y Locales de Salud de DSHS, entrega a Eduardo Olivarez un reconocimiento por su periodo como presidente del Equipo Especial.*

Mexico News

2022 Official Poverty Measurement

Every two years, the National Council for the Evaluation of Social Development Policy ([Coneval](#)), a Mexican autonomous public entity, releases a measurement of multidimensional poverty in Mexico.

Multidimensional Poverty is estimated considering income, educational lag, access to health services, access to social security, home quality and living spaces, basic home utilities, access to nutritional and quality food, degree of social cohesion, and degree of access to paved roads.

The [recent data of Coneval](#) shows that the country recovered from the pandemic effects that increased poverty in 2020. Of the total population of Mexico, 36.3%, or 46.8 million people, live in poverty, and 7.1% live in extreme poverty, equivalent to 9.1 million people. The Mexican border states of Chihuahua, Coahuila, Nuevo León, and Tamaulipas are among the states with lower percentage of poverty and extreme poverty, all are under the national average.

The only indicator that had worse result this time was the Lack of Access to Health Services, which grew from 28.2% in 2020 to 39.1% in 2022. The new estimate implies that 50.4 million people have no health services.

These outcomes can also be seen in the Mexican border states. Tamaulipas has the highest percentage of people with no access to health services, even higher than when the pandemic began.

Noticias de México

Medición oficial de la pobreza 2022

*El Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social ([Coneval](#)), un organismo público autónomo mexicano, publica cada dos años una medición de la pobreza multidimensional en México.*

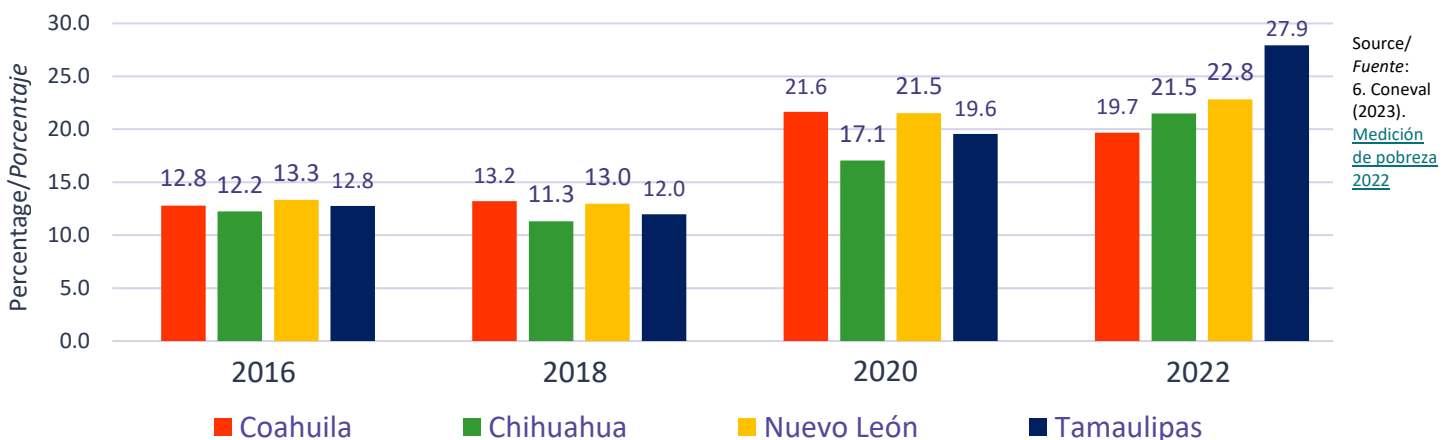
*La pobreza multidimensional se estima considerando el ingreso, rezago educativo, acceso a servicios de salud, acceso a seguridad social, calidad y espacios de vivienda, acceso a servicios básicos en la vivienda, acceso a la alimentación nutritiva y de calidad, grado de cohesión social y grado de acceso a caminos pavimentados.*

*La [estimación reciente de Coneval](#) muestra que el país se recuperó de los efectos de la pandemia que incrementaron la pobreza en 2020. Del total de la población de México, 36.3%, equivalente a 46.8 millones de personas, vive en pobreza, y 7.1% vive en pobreza extrema, equivalentes a 9.1 millones de personas. Los estados fronterizos mexicanos de Chihuahua, Coahuila, Nuevo León y Tamaulipas están entre las entidades con menores porcentajes de pobreza y de pobreza extrema, todos debajo del promedio nacional.*

*El único indicador que resultó con el peor indicador esta vez fue la Carencia de acceso a servicios de salud, que creció de 28.2% en 2020 a 39.1% en 2022. El nuevo estimado implica 50.4 millones de personas sin servicios de salud.*

*Este resultado también se puede apreciar en los estados fronterizos mexicanos. Tamaulipas es quien tiene más porcentaje sin acceso a servicios de salud, incluso más que cuando inició la pandemia.*

Lack of Access to Health Services in Mexican Border States (2022)<sup>6</sup> / Carencia de acceso a servicios de salud en estados fronterizos mexicanos (2022)<sup>6</sup>





**Free Resources and Upcoming Events**

**Resources on Suicide Prevention**

Contact the [Suicide and Crisis Lifeline](#) by dialing or texting **988** if you are experiencing mental health-related distress or are worried about a loved one who may need crisis support.

There are some other resources you can access:

- [Mental Health Crisis Services](#)
- [Suicide Prevention Resource for Action](#)
- [CDC Suicide Prevention Resource Center](#)
- [CDC Vital Signs](#)

**Recursos gratuitos y próximos eventos**

**Recursos en prevención del suicidio**

Contacta a la [Línea 988 de Prevención del Suicidio y Crisis](#) marcando o escribiendo al **988** si estás experimentando una angustia sobre salud mental o tienes preocupación sobre un ser querido que puede necesitar apoyo durante una crisis.

Esta es una lista de recursos adicionales que puedes visitar:

- [Servicios para crisis de salud mental](#)
- [Suicide Prevention Resource for Action](#) (en inglés)
- [CDC Suicide Prevention Resource Center](#) (en inglés)
- [CDC Vital Signs](#) (en inglés)

**SEP 7** [Fetal Alcohol Spectrum Disorders - Impacts, Prevention and Support Strategies Webinar](#), 10:00-11:30 a.m. CST.

**SEP 11** [Introduction to Supporting Those At Risk \(of suicide attempt\) Webinar](#), 1:00-2:00 p.m. CST.

**SEP 14** [Suicide Prevention and Self-Care Webinar](#), 1:00 to 2:00 p.m. CST.

**SEP 19** [Injury and Violence Prevention Strategies for the LGBTQ+ Community Webinar](#), 12:00 to 1:00 p.m. CST.

**7 SEP** [Webinar Trastornos del espectro alcohólico fetal: Impactos, prevención y estrategias de apoyo](#), 10:00 a 11:30 a. m. CST.

**11 SEP** [Webinar Introducción para apoyar a aquellos en riesgo \(de cometer suicidio\)](#), 1:00 a 2:00 p. m. CST.

**14 SEP** [Webinar Prevención del suicidio y autocuidado](#), 1:00 a 2:00 p. m. CST.

**19 SEP** [Webinar Estrategias de prevención de lesiones y violencia para la comunidad LGBTQ+](#), 12:00 a 1:00 p. m. CST.

Interested in gaining hands-on experience as a CHW? [Sign up](#) for fieldwork and we will notify you when we're recruiting in your area!

¿Te interesa obtener experiencia como promotor(a)? [¡Regístrate](#) para trabajo comunitario y te avisaremos cuando estemos reclutando en tu área!



**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)

Do you want to receive this newsletter? Subscribe to our [mailing list](#).  
¿Quieres recibir este boletín? Suscríbete a nuestra [lista de envíos](#).