

¡Su departamento de salud local está ahí para usted!

Por Teddi Nicolaus

En cualquier lugar de su pueblo, condado o ciudad, hay un lugar donde la gente trabaja todo el día para mantenerlo saludable y seguro. Se llama departamento de salud local. El trabajo que se lleva a cabo ahí se llama salud pública y, aunque no siempre sea visible, usted y su comunidad están más seguros y saludables debido a él.

"Los departamentos de salud locales están en la primera línea de la salud pública, trabajando con socios comunitarios para garantizar la seguridad del agua que bebemos, los alimentos que comemos y el aire que respiramos," dice Lori Tremmel Freeman, directora general de la Asociación Nacional de Funcionarios de Salud de Condados y Ciudades, una organización que trabaja para mejorar la salud de las comunidades a través de departamentos de salud locales.

En ocasiones, la gente confunde el trabajo del sector de la atención médica, como los hospitales, con el trabajo de la salud pública, pero son diferentes. Por lo general, los hospitales tratan a las personas que no se encuentran bien, mientras que la salud pública ayuda a las personas a no enfermarse o lesionarse en primer lugar.

Los departamentos de salud locales participan en todo, desde garantizar que los planificadores de la ciudad creen lugares seguros para caminar hasta asegurarse de que la vivienda esté a salvo de peligros, como la pintura con plomo.

"La salud pública está a nuestro alrededor," indica Freeman. "Con frecuencia, no nos damos cuenta de que hay cosas que ocurren tras bambalinas que nos mantienen saludables y seguros todos los días."

El departamento de salud local de su comunidad hace posible que usted

beba agua potable de sus grifos, respire aire sin humo en los espacios cerrados y nade en piscinas públicas sin enfermarse. ¿Comió en un restaurante local recientemente? Si es así, pudo hacerlo sin temor a intoxicarse con algún alimento, gracias a las inspecciones de departamento de salud local.

Los departamentos de salud locales encuentran, registran y ponen un alto a los brotes de enfermedades, que incluyen sarampión y

tuberculosis, y trabajan con otros funcionarios para planificar y responder en caso de emergencias y desastres. Los departamentos de salud también trabajan con socios comunitarios en soluciones locales de salud pública, como lugares seguros para que los niños jueguen después de la escuela, y tengan un mejor acceso a frutas y verduras frescas.

"Vive mejor, y probablemente más tiempo, debido al trabajo de los departamentos de salud locales," afirma Freeman.

Mantenerlo seguro y saludable

¿Tiene la esperanza de dejar algunos hábitos no saludables? ¿Los niños regresaron a la escuela y es momento de vacunarse? ¿Necesita ayuda con la planificación familiar y el control de la natalidad?

Su departamento de salud local ofrece una gama de servicios que pueden ayudar a mantenerlos a usted y a su familia seguros y saludables. Los departamentos de salud son un

gran lugar para chequearse la presión arterial y la diabetes, y el personal puede derivarlo a servicios de atención médica, si los necesita. Otros servicios que están normalmente disponibles incluyen la vacunación de adultos y niños, programas de dieta y ejercicio, educación nutricional, terapia en caso de abuso de drogas y alcohol, y programas para dejar de fumar.

También ofrecen una variedad de exámenes de salud, como pruebas de tuberculosis, niveles de plomo en la sangre, VIH/SIDA y enfermedades de transmisión sexual.

Muchos departamentos de salud locales también ofrecen exámenes de mama sin costo o gratuitos, mamografías, pruebas de Papanicolaou y VPH, y cualquier prueba de seguimiento necesaria. Su departamento de salud local también puede ayudarle a acceder a registros vitales, como certificados de nacimiento y defunción.

Y ya sea que esté embarazada, sea padre, madre o tutor de un niño pequeño, muchos departamentos ofrecen servicios para ayudar a sus pequeños a crecer sanos y fuertes. Programas como el Programa de Asistencia Nutricional Especial para Mujeres, Bebés y Niños, o WIC, tienen como objetivo

salvaguardar la salud de mujeres, bebés y niños de hasta 5 años de bajos recursos al proporcionarles alimentos nutritivos, información sobre una alimentación saludable y derivaciones a servicios de atención médica. De hecho, casi el 40 por ciento de los bebés nacidos en los Estados Unidos reciben beneficios del programa WIC, de acuerdo con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

¿Se le dificulta pagar un asiento de seguridad para niños? Por lo general, los departamentos de salud ofrecen un programa de asientos de automóvil gratuitos para familias de bajos ingresos. Y, con frecuencia, organizan eventos de instalación gratuitos para todos.

Muchos departamentos de salud locales también ofrecen programas de salud oral, como clínicas de aplicación de barniz de flúor, que previene la caries dental, y mejora la salud dental y la calidad de vida general de los niños.

Su departamento de salud local podría incluso proporcionar visitas domiciliarias para ayudarle a manejar los desafíos de la crianza de los hijos y aprender nuevas habilidades.

Los abuelitos también pueden beneficiarse de los departamentos de salud locales. Consulte con su departamento de salud local para ver si proporciona programas de

prevención de caídas que se centran en la actividad física, que pueden mejorar el equilibrio y reducir el riesgo de sufrir caídas a medida que envejecemos.

Y no olvidemos a nuestros bebés peludos de cuatro patas que están en riesgo de contraer enfermedades, como la rabia. Muchos departamentos de salud tienen clínicas de vacunación para ayudar a los dueños de mascotas a cumplir con las leyes locales sobre vacunas contra la rabia. Consulte con su departamento de salud local para conocer lo que ofrecen.



>>Para encontrar la ubicación de su departamento de salud local, visite bit.ly/myhealthdepartment