

Esta guía se hizo pensando en usted, su salud y la salud de sus seres queridos. La guía incluye clínicas, hospitales y organizaciones que proporcionan servicio gratuito o a un bajo costo y que además cuentan con personal que habla español. Hable por teléfono antes de ir ya que los servicios y horas de atención en las clínicas pueden cambiar. Insista amablemente en que le comuniquen con alguien que hable español.

Cuide su salud como algo muy valioso. Su familia lo necesita. Alimentase bien y cuando se sienta mal, atiendas rápidamente.

Prevenir es más fácil que curar. ¡En 2002 **el tabaco causo más de medio millón de muertes** en USA! ¡El año pasado en todo el mundo **más de tres millones de personas murieron de SIDA!** Cuídese. Evite ser una de estas estadísticas.

Esta Guía es un proyecto de DFW Internacional y del Centro Comunitario Mexicano.

Si usted encuentra algún error o sabe de alguna clínica u organización que puede incluirse en esta guía por favor háganoslo saber al teléfono 972.503.5662 o vía e-mail a jacobo@ccm-dfw.org

Jacobo Kupersztoch
Centro Comunitario Mexicano

Anne Marie Weis
DFW International

<u>INDEX</u>	<u>Página</u>
Parkland Memorial Hospital -----	2
Centros Comunitarios de Parkland (COPC)-----	3-4
Otros Centros Médicos -----	4
Clínicas de Salud -----	5
Clínicas de Salud de Bajo Costo -----	5-6
Servicios y Tratamiento Especializados -----	7-11
Alcoholismo y Drogadicción -----	7
Ancianos -----	7
Cancer -----	7
Corazón -----	8
Dental -----	8-9
Diabetes -----	9-10
HIV / SIDA -----	10-11
Mujeres y Embarazo -----	12-13
Niños -----	13-15
Inmunizaciones -----	13-15
Ojos—Cuidado de la Vista -----	15
Retraso Mental, Autismo, Parálisis Cerebral -----	15
Tuberculosis y STD -----	15-16
Las Ferias de Salud -----	16

Guía a Servicios de Salud Para Gente de Bajos Ingresos

Preparada como un servicio a la comunidad hispana por el Centro Comunitario Mexicano-DFW y DFW Internacional

EN CASO DE UNA VERDADERO EMERGENCIA MARQUE 911

Las siguientes clínicas y hospitales son los principales recursos médicos que ofrecen servicios a familias con ingresos limitados.

Estas organizaciones tienen traductores o empleados que hablan español. A veces hay que insistir cortésmente hasta hablar con quien entienda español.

Parkland Memorial Hospital

Es uno de los mejores hospitales en los Estados Unidos y con su sistema de clínicas es el principal proveedor de servicios médicos del condado de Dallas. El paciente debe ser residente del condado de Dallas. El hospital está localizado en:

5201 Harry Hines Blvd
Dallas, Texas 75235
214-590-8000

Cuando llaman a esta línea telefónica, le contestará una operadora en inglés. Puede solicitar una persona que hable español y transferirán la llamada a un intérprete. Después lo conectarán con el departamento que necesite con el intérprete en la línea.

Para ser atendido en Parkland y sus clínicas comunitarias usted tiene que presentar:

- Una tarjeta de identidad con fotografía,
- Prueba de residencia en el condado de Dallas (recibo de luz o agua),
- Los dos últimos recibos de pago de renta o el reporte de impuestos del año pasado.

Centros Comunitarios de Parkland (COPC)

Los Centros Comunitarios de Parkland son centros de salud que, en su colonia o vecindario, ofrecen consulta medica general y tratamiento para problemas crónicos y agudos, como por ejemplo presión alta, diabetes, y problemas cardíacos; exámenes físicos para el trabajo, deportes, o la escuela; servicios de salud para personas mayores de 60 años; salud mental; consejos sobre nutrición; examen médico de niños sanos (visión, oído, y vacunas); chequeo para cáncer; consejo y examen de SIDA; rayos X, servicios del laboratorio y farmacia.

Para tener una relación personal es mejor familiarizarse con la clínica mas cercana y acudir a ella cada que se presente la necesidad. Se recomienda acudir al Hospital Parkland solo en emergencias reales o si usa las clínicas del hospital.

Bluitt-Flowers Health Center

(Centro de Salud Bluitt-Flowers)
303 East Overton Road
Dallas, Texas 75216
214-266-4200

4° Miércoles: 1pm–8pm
Viernes: 7:30am–4pm
Domingo: 8am–8pm

DeHaro-Saldivar Health Center

(Centro de Salud DeHaro-Saldivar)
1400 N. Westmoreland
Dallas, TX 75211
214-266-0500

Lunes–Jueves: 7:30am–6pm
Viernes: 10am–5pm
Sábado: **8am–8pm**
(emergencias)

East Dallas Health Center

(Centro de Salud Este Dallas)
3320 Live Oak
Dallas, TX 75204
Adultos: 214-266-1020
Niños: 214-266-1080

Lunes–Jueves: 8am–5pm

Garland Health Center

(Centro de Salud Garland)
802 Hopkins
Garland, TX 75040
Cita para adultos: 214-266-0700
Cita para niños: 214-266-0861
Servicios para mujeres: 214-266-0780
Planificación familiar: 214-266-0850
Farmacia: 214-266-0662

Lunes–Jueves: 7am–6pm
Viernes: 8am–5pm
2° Viernes: 1pm–5pm

Oak West Health Center

(Centro de Salud Oak West)
4444 S. Hampton Rd.
Dallas, TX 75232
214-266-1450

Lunes y Miércoles: 7:30am–6pm
Jueves y Viernes: 8am–5pm
2° Viernes: 1pm–5pm

Southeast Dallas Health Center

(Centro de Salud Southeast Dallas)
9202 Elam Road
Dallas, TX 75217
214-266-1600

Lunes–Viernes: 7:30am–6pm
2° y 4° Viernes: 1pm–6pm

Vickery Family Health Center

(Centro de Salud Familiar Vickery)
8224 Park Lane, Suite 130
Dallas, TX 75231
214-266-0350

Lunes–Jueves: 8am–8pm
2° Miércoles del mes: 10am–5pm
Domingo: 8am–6pm

Otros Centros Médicos

La siguiente es una lista de facilidades que ofrecen servicios médicos en el condado de Dallas.

Scottish Rite Hospital para niños

Uno de los mejores centros médicos para niños en todo el país. Sus especialidades incluyen cirugía ortopédica, neurología, pediatría, psicología, desarrollo del niño. Para tener acceso a sus servicios, el niño requiere tener una necesidad médica, ser residente de Texas, ser menor de 18 años, y ser referido por un médico general o un profesional de la salud autorizado.

Servicios gratuitos

2222 Welborn St.
Dallas, TX 75219
214-559-5000

Children's Medical Center of Dallas

Es un hospital que se especializa en todas las enfermedades y tratamientos de niños.

Llame para pedir cita.

1935 Motor Street
Dallas, TX 75235
214-456-2000

Clínicas de Salud

Los Barrios Unidos Community Clinic

809 Singleton Blvd.
Dallas, TX 75212
214-651-8739

Es una clínica de cuidados primarios que ofrece servicios de consulta médica, tratamiento ambulatorio, vacunación, servicios prenatales, educación del SIDA, servicios dentales para niños y servicios de salud mental. Se paga de acuerdo a lo que gana y al número de dependientes que tenga en su familia.

Se recomienda que presente los siguientes documentos:

- " Una tarjeta de identificación con foto
- " El recibo de agua o luz
- " El contrato del departamento o casa
- " Los últimos 3 recibos de pago de renta

Martin Luther King, Jr. Family Clinic

2922 Martin Luther King, Jr. Blvd (cerca Del Fair Park).
214-426-3645
Lunes, Martes, Jueves, Viernes: 8am–5pm
Miércoles: 11am–8pm

Provee servicios médicos para adultos, adolescentes, niños y mujeres embarazadas. También ofrece servicios de laboratorio, farmacia y dentales para todas las edades. Necesita tener cita.

Clínicas de Salud de Bajo Costo

Central Dallas Ministries

Se requiere una cita. Llame para ver si usted califica para participar en sus programas. No siempre habrá alguien que hable español.

Peak Clinic

801 N. Peak Street
214-821-8644 x 100
214-823-8766 x 100 Dental

Lunes, Martes: 1–4pm
Martes y Jueves: 5–8:30pm

Roseland Homes Clinic

2021 Washington
214-821-064

Martes: 9am–2pm

Friendship House Health Ministries

Para residentes de Garland, Rowlett y Sachese.
451 West Avenue D en Garland
Edificio del Salvation Army
972-485-9292

Jueves: 5:30pm –8pm

North Dallas Shared Ministries

Vacunas, exámenes y tratamiento para bebés, clínicas para mujeres, pies, y piel, examen de senos para mujeres, quiropráctica. Llame para averiguar horario de las clínicas especiales

2530 Glenda Lane, Suite 500
Dallas, TX 75229
972-620-8696, Ext. 226

Martes y Jueves: 5:30 pm–8:pm
1° y 3° Miércoles Clínica de mujeres

Trinity Works

Se requiere cita
4536 Bryan Street at Annex
214-653-1711 x 221

Lunes–Viernes: 8–11:30am,
1:30–3:30pm

Agape Clinic

Vacunas; exámenes y tratamientos para bebés y adultos. Tratamiento dental.
4105 Junius Street
214-824-2533

Jueves: 8am–4pm
Viernes: 8am–12pm
Sabado: 8am–12pm

Plano's Day Labor Center

805 Ozark
Plano, TX 75074
972-679-0035

Jueves: 6 pm–9 pm

Plano Children's Medical Clinic

Cobran \$5
1407 14th St
Plano, TX 75074
972 801-9689

Hay que estar a las 6pm
Miércoles y Jueves

Servicios y Tratamiento Especializados

Alcoholismo y Drogadicción

Alcohólicos Anónimos

214-905-0770, 214-887-6699

Información confidencial de los lugares de ayuda

Community Health Service & Information

1-866-783-2645

Información general sobre salud y adicción.

Ancianos

La Voz del Anciano

3316 Sylvan Ave.

Dallas, TX 75212

214-741-5700

Parkland Hospital's Centro de Servicios para Gente de Mayor Edad

1936 Amelia Court, Second Floor

214-590-8369

Dallas County Health & Human Services

Older Adult Services Program

2377 N. Stemmons Frwy.

Dallas, TX

214-819-1860

Cancer

American Cancer Society

Información, servicios y referencia a doctores que tratan pacientes.

8900 Carpenter Freeway

Dallas, TX 75247

214-819-1200

Bridge Breast Center

Diagnostico y tratamiento de enfermedades del pecho y cáncer.

Tratamiento económico; mamogramas.

3600 Gaston Ave #401

Lunes–Viernes: 8:30 am–5 pm

Dallas, TX 75246

214-821-3820

Corazón

American Heart Association (Asociación Americana para el Corazón)

Solo ofrecen información sobre problemas del corazón. No ofrecen tratamiento
7272 Greenville Avenue
Dallas, TX 75231-4596
214-748-7212 (Dallas)
214-373-6300 (Nacional)

Dental

Dental Health Programs, Inc.

1440 W. Mockingbird, Suite 120
Dallas, TX 75234
214-630-7080

Lunes-Viernes: 8am–4:30pm

Bajo costo. Menores de 19 años, mujeres embarazadas, personas sin hogar o mayores de 60 años.

Centros Comunitarios de Parkland (COPC)

(vea la página 2 para las direcciones)

Bluitt Flowers	214-266-4280
de Haro Saldivar	214-266-0360
East Dallas	214-266-1170
Garland	214-266-0760

Dallas:

Ágape Clinic - vea la página 5.

Los Barrios Unidos - vea la página 4

Baylor College of Dentistry

3302 Gaston Ave.
Dallas, TX 75246
214-828-8100

Hay que hacer cita previa. Cobran el costo de materiales y dan ayuda a quien no puede pagar.

Central Dallas Ministries

Peak Clinic

801 N. Peak St.
214-823-8766
Solo adultos

Central Dallas Ministries

Peak Clinic

801 N. Peak St.
214-823-8766
Solo adultos

Kiwanis Dental Center

James & Louise Addison
5216 Monarch St.
Dallas, TX 75206
214-827-1724

Tratamiento para estudiantes de DISD de 6 a 18 años de edad. Debe ser referido por la enfermera de la escuela.

Martin Luther King Jr. Family Clinic (vea la página 4)

Stewpot

1822 Young
Dallas, TX 75201
214-746-2785 x245

Farmers Branch

13551 Dennis Lane
Farmers Branch, TX 75243
972-620-0948

McKinney

825 N. McDonald
McKinney, TX 75069
972-424-1460 x15580

Plano

Dental Clinic of Plano

900 E. Parker Blvd. #180
Plano, TX 75074
972-633-3380

Diabetes

Parkland: Programa de Diabetes

Ofrece información gratis. Tiene programas especializadas para diabetes.
5201 Harry Hines Blvd.
Dallas, TX 75235
214-648-2017 PREGUNTAS 24 horas al día: 214-590-7798

American Diabetes Association (Dallas)

No tienen a ningún empleado que hable español. Su página en el Internet tiene muy buena información. Vea: www.diabetes.org

4425 W. Airport Freeway
Irving, TX 75062
972-392-1181

City of Dallas

214-670-8054

Exámenes gratis de glucosa. Llamar para más información.

Pláticas y Grupos de Discusión de Diabetes

La Voz del Anciano

3316 Sylvan Ave.
Dallas, TX 75212
214-741-5700

Dallas Concilio

2914 Swiss Av.
Dallas, TX 75204
214-818-0481

Clínica Barrios Unidos

809 Singleton Blvd.
Dallas, TX 75212
214-651-8739

HIV - SIDA

Parkland: Programas de SIDA/HIV (Para la dirección de las clínicas ver la página 2.)

HIV/AIDS Clinic	Lunes: 12:30pm–8:30pm
214-590-5632	Miércoles y Jueves: 8am–6:30pm
	Viernes: 8am–5pm

Bluitt-Flowers Health Center

214-266-4267

Southeast Dallas Health Center

214-266-1600

Otros Centros de Asistencia para HIV/SIDA

Dallas County Health & Human Services

Consejo y examen de SIDA
2377 N. Stemmons Frwy.
Dallas, TX 75207
214-819-1980

AIDS Arms Network

Una red de 85 agencias que proveen servicios. Su proyecto ¡VIVA! sirve a los latinos en Oak Cliff
219 Sunset Ave #116^a
Dallas, TX 75208
214-521-5191

HIV/SIDA Coalition

Una red de 19 agencias que proveen servicios en español.
El Dallas Concilio los coordina.
214-818-0481

Renaissance III

2606 Martin Luther King Blvd., #218
Dallas, TX 75214
214-428-6227

South Dallas Health Clinic

1906 Peabody Ave.
Dallas, TX 75215
214-421-7848

Planned Parenthood

208 West Keaney
Mesquite, TX 75149
972-285-0271

AIDS Interfaith Network (Red interdenominational de SIDA)

501 N. Stemmons Fwy Suite 200
(entre Continental y Commerce)
Dallas, TX 75207
214-941-7696

Resource Center of Dallas (Centro de Recursos de Dallas)

2701 Reagan
Dallas, TX 75219
214-528-0144

MUJERES Y EMBARAZO

Clínicas de Parkland para Mujeres - Centros Comunitarios (COPC)

Se ofrece cuidados prenatales de rutina en varios lugares, incluyendo las Clínicas Comunitarias Orientadas a Cuidados Primarios (COPC) a través de un servicio conjunto con la Ciudad de Dallas, el Departamento de Ginecología y Obstetricia de UT Southwestern Medical Center, la Oficina de Planificación de Salud Materna de Gran Dallas, y el Hospital Parkland Memorial. Además, enfermeras profesionales, trabajadoras sociales, y trabajadores de servicios comunitarios están disponibles para ayudar a las mujeres embarazadas o que recién hayan dado a luz para que estas puedan obtener servicios médicos, servicios de nutrición, educativos y sociales, ya sea en el hogar o en visitas a las clínicas. Para información de cómo hacer una cita llame al 214-590-8000. Parkland y sus clínicas son uno de los mejores sitios en los Estados Unidos en esta área de medicina.

Women's Health Center de deHaro-Saldivar COPC

214-266-0580 Para la dirección, vea la página 2
Lunes, Miércoles, Jueves: 7:30am–6:30p

Women's Health Center de East Dallas COPC

214-823-6199 Para la dirección, vea la página 2
Lunes, Miércoles, Jueves: 7:30am–6:30pm
Martes: 7:30am–8 pm; Viernes: 7:30am–5 pm

Women's Health Center de Garland COPC

214-266-0780 Para la dirección, vea la página 2
Lunes–Jueves: 8 am–6:30 pm; Viernes: 7:30 am–5 pm

Lake June Women's Health Center COPC

6925 Lake June Rd
Dallas, TX 75217 Lunes–Viernes: 8 am–12:30 pm
214-266-1500

Lakewest Women's Health Center

3737 Goldman St. Lunes–Viernes: 7:30 am–6 pm
Dallas, TX 75212 Sábado: 7:30 am–4 pm
214-266-0900

Maple Women's Health Center COPC

6303 Harry Hines Blvd, Suite 101
Dallas, TX 75235 Martes–Viernes: 8 am–5 pm
214-266-0130

Women's Health Center Oak West COPC

214-330-1066 Para la dirección, vea la página 2
Martes - Viernes: 8 am - 5 pm

Women's Health Center Vickery COPC

214-266-0350 Para la dirección, vea la página 2

Martes: 7:30 am–8 pm

Miércoles, Jueves: 7:30am–6 pm

Viernes: 7:30am–4:30pm

Dallas County Health & Human Services

Vea la lista de sitios bajo "niños" en la página 11

Enfermeras certificadas, trabajadoras sociales y trabajadores comunitarios dan ayuda a mujeres de ingresos bajos y moderados que estén embarazadas o que recién hayan dado a luz, para que puedan obtener acceso a servicios de cuidado médico, servicios de nutrición, social y educativo, en sus hogares o en las clínicas.

Clínica Calle Routh para Mujeres

Servicio cortés y digno de doctores y enfermeras del sexo femenino, en español. Pruebas de embarazo gratuitas, anticonceptivos de emergencia, planificación de la familia, servicios confidenciales.

4321 N. Central Expressway (Highway 75)

214-748-8611

Dallas Pregnancy Resource Center

Pruebas de embarazo, consulta medica, clases, etc

12959 Jupiter Rd., Suite 140

Lunes y Jueves: 9:30 am–8 pm

Dallas, TX 75238

Martes y Miercoles: 9:30 am–5:30 pm

Mamogramas Gratis

Programa patrocinada por la oficina de salud de YWCA para mujeres; varios sitios.

214-584-2341

NIÑOS

ECI - Intervención Temprana de la Niñez

Servicio gratuito para niños menor de 3 años de edad

Ofrecen chequeos de desarrollo y de salud del bebé. Sirve especialmente a padres cuyos niños han tenido crisis médicas prolongadas y severas o que nacieron con condiciones que han requerido cuidado especializado, o para niños con algún retraso, físico o/y mental.

972-503-1709

Inmunizaciones a Bajo Costo para Los Niños

Dallas County Health & Human Services

La clínica ofrece servicios de mantenimiento de salud, incluyendo exámenes de salud, evaluación de crecimiento y desarrollo, vacunas, tratamiento de enfermedades menores, y referencias para cuidado de salud apropiado a recién nacidos hasta niños de 10 años de edad. Los cargos por dichos servicios dependen del ingreso de los padres. El valor de las vacunas es \$5.00 por cada niño. Se acepta Medicaid.

2377 N. Stemmons Frwy.
Dallas, TX 75210
214-819-1800

Se recomienda que presente los siguientes documentos:

- Una tarjeta de identificación con foto
- El recibo de agua o luz
- El contrato del departamento o casa
- El último recibo de pago de renta

Vacunas y examen de rutina del niño. No necesita cita.

En el primer piso del Departamento de Salud del condado de Dallas
2377 N. Stemmons Frwy. Lunes–Martes: 8:30 am–3:30 pm
Dallas, TX 75210 Miércoles: 8:30 am–6:00 pm
214-819-2000 Jueves-Viernes: 8:30 am–3:30 pm
Cerrado el fin de semana y días festivos.
Costo: \$ 5.00 por persona

Garland Health Department

802 Hopkins St.
Garland, TX 75040
972-205-3370
Necesita hacer cita.

Otros lugares que ofrecen inmunizaciones durante diversas temporadas del año.

Llame para preguntar fechas y horarios.

Balch Springs-----4372 Shepherd Rd., 214-819-2163
Carrollton -----1235 S. Josey Lane, #51,
214-390-8121, 214-819-2000
Este de Dallas-----3320 Live Oak, 214-266-1203
Fair Park-----2922 Martin Luther King Blvd
Garland -----802 Hopkin St., 972-205-3370
Lancaster-----3030 N. Dallas Ave., 214-819-2000

Mesquite-----300 W. Kearney, 972-329-1535
Norte de Dallas-----7995 LBJ Fwy., #118, 214-670-6554
Oeste de Dallas-----2828 Fish Trap, 214-670-7151
Oak Cliff-----300 N. Ewing, 214-670-7481
Love Field-----5000 Harry Hines Blvd., #405, 214-590-0163
Plano-----900 E. Park Blvd., #280, 972-801-9589
Pleasant Grove-----3500 Wheatland Rd., 214-947-5400
Richardson -----551 N. Plano Rd., 972-744-4076
Rowlett-----5300 Main, 214-819-2000
Seagoville-----510 Kaufman, 214-819-2000
Sur de Dallas-----209 E. Jefferson, 214-941-1050
Sur de Dallas-----6670 Military Parkway, 214-381-1050
Sureste de Dallas---4500 Spring Ave., 214-670-8995
Sureste de Dallas---5424 Elam Rd., 214-570-8995

OJOS — Cuidado de la Vista

Cuidado y atención gratuita
1-800-766-4466

RETRASO MENTAL, AUTISMO, PARÁLISIS CEREBRAL

The Arc of Dallas

Ofrece mucha información sobre retraso mental, así como una amplia lista de servicios y programas para familias.

2114 Anson Road
Dallas, Texas 75235
214-634-9810

TUBERCULOSIS y STD
(enfermedades sexualmente transmisibles)

Dallas County Health & Human Services

El departamento de salud del Condado de Dallas ofrece exámenes y tratamiento para la tuberculosis, tratamiento para enfermedades sexualmente transmisibles. Exámenes y servicios de orientación. Es preferible que haga una cita. Si se presenta sin cita lo atenderán, pero tendrá que esperar. Vea la lista bajo "Niños" para los documentos que se requieren. (página 11)

2377 N. Stemmons Frwy.
Dallas, TX 75210
214-819-1800

Garland Health Department (vea la página 11)
Diagnostico de Tuberculosis

LAS FERIAS DE SALUD

Frecuentemente en las comunidades, ya sea en las escuelas, iglesias, clínicas de Parkland u otros lugares ofrecen "Ferias de Salud." Estas dan orientación e información y examinan gratis la presión, la glucosa (el azúcar), la vista, el colesterol, etc. Cuando vea que alguien esta anunciando una Feria de Salud, participe en ella para mantener un ojo en su salud. Allí se puede obtener información a través de folletos, etc. y la mayoría de las veces ofrecen comida gratis y dan regalos.