

lista de publicaciones federales en español para el consumidor

Look inside for
200 FREE
consumer
publications in
spanish from
the federal
government



200
publicaciones
GRATIS del
gobierno
federal

Temas como
alimentación
y nutrición,
empleo, niños,
salud, dinero,
beneficios
federales,
vivienda

y muchos más...

Estimado Consumidor:

Este folleto contiene una lista de publicaciones para el consumidor que se ofrecen en español GRATIS. Se incluyen 200 publicaciones del gobierno federal abarcando una gran variedad de temas tales como alimentación y nutrición, finanzas, empleo, beneficios federales, niños, vivienda, salud, y muchos más. Puede obtener todas estas publicaciones gratis escribiendo a la agencia que las distribuyen o llamando al teléfono gratuito si está disponible. Encontrará las direcciones e instrucciones para ordenar sus copias en la página 11.

Esperamos que esta lista de publicaciones en español le resulte útil.

Para solicitar más copias de esta "Lista de publicaciones federales en español para el consumidor," envíe su nombre y dirección a: **LISTA, Pueblo, Colorado 81009** o llame al **1-888-8 PUEBLO** (que es 1-888-878-3256). Esta lista, así como otras fuentes de información en español para el consumidor, las puede encontrar en línea en: **www.pueblo.gsa.gov/spanish**.

Centro Federal de Información para Ciudadanos

Dear Consumer:

This booklet is a list of FREE consumer publications in Spanish. It includes 200 federal consumer publications on a variety of subjects such as food and nutrition, money, employment, federal benefits, children, housing, health, and much more. You may obtain all of these free publications by writing to the distributing agency or, if listed, calling its toll-free telephone number or sending an e-mail to its e-mail address. You will find that information and ordering instructions starting on page 11.

We hope this listing of Spanish publications is helpful to you.

To order more copies of this "List of Federal Consumer Publications in Spanish," send your name and address to: **LISTA, Pueblo, CO 81009**. Or you can call **1-888-8 PUEBLO** (that's 1-888-878-3256). You can also view the list online, as well as other consumer information resources in Spanish, at: **www.pueblo.gsa.gov/spanish**.

Federal Citizen Information Center

ALIMENTOS Y NUTRICION

(FOOD AND NUTRITION)

Celebre la cocina hispana (Healthy Hispanic Recipes), 44 págs. 1996. **NCI**

Coma menos grasa: Usted puede reducir su riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer (Eat Less Fat: It May Lower Your Chances of Getting Some Kinds of Cancer), 2 págs. 1995. **NCI**

Cómo Héctor se enfermó (How Hector Got Sick), 5 págs. 1989. **FSIS**

Cómo leer la nueva etiqueta de los alimentos (How to Read the New Food Label), 6 págs. 1993. **FDA**

Meriendas sanas para dientes sanos (Snack Smart for Healthy Teeth), 5 págs. 2000. **NIDCR**

Tengo diabetes: ¿Cuándo debo comer? (I Have Diabetes: When Should I Eat?), 5 págs. 2000. **NDIC**

Tengo diabetes: ¿Cuánto debo comer? (I Have Diabetes: How Much Should I Eat?), 5 págs. 1999. **NDIC**

Tengo diabetes: ¿Qué debo comer? (I Have Diabetes: What Should I Eat?), 5 págs. 1999. **NDIC**

BENEFICIOS FEDERALES

(FEDERAL BENEFITS)

Beneficios de hospicio medicare, Pub #02514-S (Medicare Hospice Benefits), 15 págs. 2001. **CMS**

Cómo el trabajo afecta sus beneficios de Seguro Social, Pub #05-10969 (How Work Affects Your Social Security Benefits), 8 págs. 2001. **SSA**

Cuando alguien usa su número indebidamente, Pub #05-10964 (When Someone Misuses Your Social Security Number), 8 págs. 2001. **SSA**

Extranjeros admitidos legamente – Cuándo necesitan un número de Seguro Social y cuándo no lo necesitan, Pub #05-10996 (Lawfully Admitted Aliens – When You Need a Number and When You Don't), 2 págs. 2001. **SSA**

Guía 2001 sobre el seguro médico para personas con Medicare, Pub #02110-S (2001 Guide to Health Insurance for People with Medicare), 108 págs. 2001. **CMS**

Lo que debe saber si recibe beneficios de Seguro Social por incapacidad, Pub #05-10903 (When You Get Social Security Benefits – What You Need to Know), 28 págs. 2000. **SSA**

Lo que necesita saber si recibe beneficios de Seguridad de Ingreso Suplementario, Pub #05-11024 (What You Need to Know When You Get SSI), 23 págs. 2001. **SSA**

Manual de Medicare y Usted 2001, Pub #10050-S (Medicare and You 2001), 69 págs. 1999. **CMS**

Medicare y el cuidado de la salud en el hogar, Pub #10969-S (Medicare and Home Health Care), 17 págs. 2000. **CMS**

Medicare y sus beneficios de salud mental, Pub #10184-S (Medicare Mental Health Benefits), 16 págs. 2001. **CMS**

¿Puede usted recibir Seguridad de Ingreso Suplementario?, Pub #05-11070 (You May Be Able to Get SSI), 2 págs. 2001. **SSA**

Se necesita un examen especial para su reclamación de incapacidad, Pub #05-10987 (You Need a Special Examination for Your Disability Claim), 2 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Beneficios de incapacidad, Pub #05-10929 (Social Security – Disability Benefits), 18 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Beneficios de jubilación, Pub #05-10935 (Social Security Retirement), 18 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Beneficios para niños con incapacidades, Pub #05-10926 (Social Security and SSI Benefits for Children with Disabilities), 20 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Cómo podemos ayudarle si trabaja mientras está incapacitado, Pub #05-10995 (Social Security – Working While Disabled – How We Can Help), 28 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Cómo gana usted créditos, Pub #05-10972 (Social Security – How You Earn Credits), 10 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Comprendiendo los beneficios, Pub #05-10924 (Social Security – Understanding the Benefits), 37 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Guía para representantes de beneficiario, Pub #05-10976 (Social Security – A Guide for Representative Payees), 16 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Lo que necesita saber si recibe beneficios de jubilación o sobrevivientes, Pub #05-10977 (Social Security – What You Need to Know When You Get Retirement or Survivors Benefits), 28 págs. 2001. **SSA**

Seguro Social – Sus pagos mientras esté fuera de los Estados Unidos, Pub #05-10138 (Your Social Security Payments While You Are Outside the United States), 52 págs. 2001. **SSA**

Si usted es un trabajador agrícola, Libro de registro de salario y guía de Seguro Social, Pub #05-10074 (If You Are a Farm Worker – Your Wage Record Book and Guide to Social Security), 36 págs. 2001. **SSA**

Sobrevivientes – Información general, Pub #05-10984 (Survivors – General Information), 12 págs. 2001. **SSA**

Una instantánea de Seguro Social, Pub #05-10906 (A Snapshot of Social Security), 2 págs. 2000. **SSA**

COCHES

(CARS)

Bolsas de aire y los interruptores de “encendido/apagado” (Air Bags and On-Off Switches), 10 págs. 1998. **NHTSA**

Consejos para arrendar un vehículo: Guía del consumidor (Keys to Vehicle Leasing: A Consumer Guide), 4 págs. 1999. **FRB**

El cinturón de seguridad y los hispanos (Seat Belts and Hispanics), 3 págs. 2000. **NHTSA**

DINERO

(MONEY)

Asistencia al consumidor (Consumer Assistance), 8 págs. 2000. **FDIC**

Buscar la pensión perdida (Finding a Lost Pension), 34 págs. 2001. **PBGC**

Cobranza imparcial de deudas (Fair Debt Collection), 4 págs. 1999. **FTC**

Cómo preparar la declaración de impuesto federal, Pub #579SP (How to Prepare Your Federal Income Tax Return), 66 págs. 2000. **IRS**

Cómo puede un consumidor presentar una queja acerca de un banco (How to File a Consumer Complaint About a Bank), 2001. **FRB**

Comprar Bonos de Ahorro ahora es más fácil para mucha gente (Buying Savings Bonds is Now Easier for Lots of People), 2 págs. 2000. **SB**

Crédito por ingreso del trabajo, Pub #596SP (Earned Income Credit), 47 págs. 2000. **IRS**

Derechos del contribuyente, Pub #1SP (Your Rights as a Taxpayer), 2 págs. 2000. **IRS**

El crédito y sus derechos como consumidor (Credit and Your Consumer Rights), 4 págs. 2002. **FTC**

Endudado hasta el cuello (Knee Deep in Debt), 4 págs. 2002. **FTC**

Glosario en inglés y español de términos y frases que se usan en las publicaciones del IRS, Pub #850 (English-Spanish Glossary of Words and Phrases Used in Publications Issued by the IRS), 25 págs. 1999. **IRS**

Información general de pensiones para la mujer (Women and Pensions: What Women Need to Know and Do), 2 págs. 1997. **PWBA**

Las 10 mejores maneras de comenzar ahora mismo a prepararse para el retiro (Top 10 Ways to Beat the Clock and Prepare for Retirement), 2 págs. 1997. **PWBA**

No tiene porqué arriesgarlo todo para conseguir lo que quiere (You Don't Have to Risk Everything Just to Get What you Want), 2 págs. 2000. **SB**

¡Pregunte! Preguntas que usted debe hacer de sus inversiones, y qué haer si encuentra problemas. (Ask Questions! Questions You Should Ask About Your Investments, and What to Do if You Run into Problems), 4 págs. 2000. **SEC**

Robo de identidad (Identity Theft), 26 págs. 2001. **FTC**

Su información privada: Lo que usted sabe lo puede proteger (Privacy: What You Do Know Can Protect You), 1 pág. 2002. **FTC**

Sus depósitos asegurados (Your Insured Deposit), 26 págs. 1999. **FDIC**

EMPLEO Y DERECHOS IGUALES

EMPLOYMENT AND EQUAL RIGHTS)

Cobertura de pensión y servicios de salud...Preguntas y respuestas para trabajadores desvinculados (Pension & Health Care Coverage...Questions & Answers for Dislocated Workers), 30 págs. 2001. **PWBA**

Derechos de empleo de los inmigrantes bajo las leyes federales contra la discriminación (Employment Rights of Immigrants Under Federal Anti-Discrimination Laws), 2 págs. 2000. **EEOC**

Fraudes de trabajo en casa (Work at Home Schemes), 4 págs. 2002. **FTC**

Información sobre discriminación por razón de embarazo (Facts About Pregnancy Discrimination), 2 págs. 1992. **EEOC**

Información sobre discriminación religiosa (Facts About Religious Discrimination), 2 págs. 1992. **EEOC**

Información sobre el hostigamiento sexual (Facts About Sexual Harassment), 2 págs. 1992. **EEOC**

La igualdad de oportunidades de empleo es la ley (Equal Employment Opportunity is the Law), Poster. 1992. **EEOC**

La ley para personas con discapacidades: Guía de la ADA para pequeñas empresas (Americans with Disabilities Act: ADA Guide for Small Business), 15 págs. 2001. **DOJ**

La ley para personas con discapacidades: Preguntas y respuestas (The Americans with Disabilities Act: Questions and Answers), 36 págs. 2001. **DOJ**

La ley para personas con impedimentos: Sus responsabilidades como empleador (The Americans with Disabilities Act: Your Responsibilities as an Employer), 19 págs. 1991. **EEOC**

Leyes Federales que prohíben el discrimin en el empleo: Preguntas y respuestas (Federal Laws Prohibiting Job Discrimination: Questions and Answers), 23 págs. 1998. **EEOC**

Los cambios de condición laboral requieren hacer elecciones médicas. Proteja sus derechos (Work Changes Require Health Choices. Protect Your Rights), 2 págs. **PWBA**

Mitos y realidades sobre la ley para personas con discapacidades (Myths and Facts about the Americans with Disabilities Act), 4 págs. 2001. **DOJ**

OSHA: Derechos del empleado en el lugar de trabajo, Pub #3049 (OSHA: Employee Workplace Rights), 15 págs. 1988. **OSHA**

Su gobierno celebra una elección para usted en el trabajo (Your Government Conducts an Election for You on the Job), 5 págs. 1999. **NLRB**

Una guía para las leyes de los derechos de las personas con discapacidades (A Guide to Disability Rights Laws), 21 págs. 2001. **DOJ**

NIÑOS

(CHILDREN)

¡Bienvenidos a Safetyville! Libro para colorear (Welcome to Safetyville Coloring Book), 10 págs. **NHTSA**

Consejos de seguridad para su bebé (Tips for Your Baby's Safety), 2 págs. **CPSC**

¿De qué manera afecta el alcohol el mundo de un niño? (How Does Alcohol Affect the World of a Child?), 7 págs. 1999. **NIAAA**

Diez medidas para proteger a sus niños de los pesticidas y envenenamiento debido al plomo, Pub #735F97001 (Ten Tips to Protect Children from Pesticide and Lead Poisonings Around the Home), 2 págs. 1997. **EPA**

¡Escuche con sabiduría! Para toda la vida (Prevent Noise-Induced Hearing Loss! Have WISE EARS! for Life), 4 págs. 2000. **NIDCD**

Guía de salud infantil (Child Health Guide), 41 págs. 2000. **AHRQ**

Guía para obtener los servicios de Child Support Enforcement (Guide to Using the Services of Child Support Enforcement), 52 págs. 1997. **OCSE**

Haga la diferencia: Hable con sus hijos sobre el uso de alcohol (Make a Difference: Talk to Your Child About Alcohol), 24 págs. 2000. **NIAAA**

Información sobre el síndrome de down (Facts About Down's Syndrome), 20 págs. 1998. **NICHD**

La leche para la salud de sus hijos (Milk Matters: For Your Child's Health), 12 págs. 2000. **NICHD**

La Marihuana: Informaciones para los jóvenes (Marijuana: Facts for Teens), 18 págs. 1999. **NIDA**

La Marihuana: Lo que los padres deben saber (Marijuana: What Parents Should Know), 31 págs. 1999. **NIDA**

La ropa de cama puede ser peligrosa para los bebés (Soft Bedding May Be Hazardous to Babies), 1 pág. 2000. **CPSC**

Lista comprobatoria de seguridad para los padres y proveedores de atención infantil (Childcare Safety Checklist), 2 págs. 1999. **CPSC**

Los niños y los estándares del agua potable, Pub #815K0001 (Children and Drinking Water Standards), 11 págs. 2000. **EPA**

Medidas de seguridad para proteger a su bebé (Baby Safety Checklist), págs. 1996. **CPSC**

Por el bien de los niños (For Kids Sake: Think Toy Safety), 2 págs. 1995. **CPSC**

Por el bien de los niños piense en juguetes seguros: Libro de colorear (For Kids' Sake Think Toy Safety: Coloring Book), 12 págs. 1999. **CPSC**

Prevención del abuso sexual de los niños (Child Sexual Abuse Prevention: Tips to Parents), 2 págs. 1987. **NCCANCH**

Previendo el uso de drogas entre niños y adolescentes (Preventing Drug Use Among Children and Adolescents), 38 págs. 2000. **NIDA**

Proteja a su bebe del síndrome de muerte infantil súbita (SMIS) (Protect Your Baby from Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)), 6 págs. 1996. **NICHD**

¿Qué es el maltrato de menores? (What is Child Maltreatment?), 2 págs. 2000. **NCCANCH**

Safetyville: Cómo evitar que sus hijos tengan accidentes (Safetyville: How to Make Your Child's World A Safer Place), 2 págs. 1995. **NHTSA**

Servicios para el sustento de menores para familias en programas Head Start (Child Support Services for Families in Head Start Programs), 4 págs. 2000. **OCSE**

Una boca saludable para su bebé (A Healthy Mouth for Your Baby), 8 págs. 1999. **NIDCR**

SALUD

(HEALTH)

Alcohol: Lo que usted no sabe, puede perjudicarlo (Alcohol: What You Don't Know Can Harm You), 8 págs. 1999. **NIAAA**

Aprenda a reconocer un corazón sano (Check Your Healthy Heart IQ), 2 págs. 1992. **NHLBI**

¡Buenas noches! (A Good Night's Sleep), 4 págs. 2000. **NIA**

Como disminuir su hábito de ingerir alcohol (How to Cut Down on Your Drinking), 6 págs. 1996. **NIAAA**

Consiguiendo una segunda opinión antes de la cirugía, Pub #02173-S (Getting a Second Opinion Before Surgery), 4 págs. 2000. **CMS**

El agua potable y la salud: Lo que usted debe saber, Pub #816K00001 (Drinking Water and Health: What You Need to Know), 11 págs. 2000. **EPA**

El cuidado de los pies de personas mayores (Foot Care for Older People), 4 págs. 2000. **NIA**

El ejercicio y su salud: Su guía personal para mantenerse sano y fuerte (Exercise and Your Health: A Personal Guide to Health and Fitness), 107 págs. 2002. **NIA**

Escoger tratamientos, Pub #10182-S (Choosing Treatments), 32 págs. 2001. **CMS**

Escoger un hospital, Pub #10181-S (Choosing a Hospital), 28 págs. 2001. **CMS**

Escoger un médico, Pub #10180-S (Choosing a Doctor), 40 págs. 2000. **CMS**

Guía de salud personal (Personal Health Guide), 34 págs. 1999. **AHRQ**

Guía para elegir un asilo de ancianos, Pub #02174-S (Guide to Choosing a Nursing Home), 6 págs. 2001. **CMS**

Hagase la prueba Pap: Hagalo hoy por su salud y su familia (Have a Pap test: Do it today for your health and for your family), 6 págs. 1999. **NCI**

Humo de segunda mano, Pub #402F93004A (Secondhand Smoke), 3 págs. 1995. **EPA**

La bebida y su embarazo (Drinking and Your Pregnancy), 5 págs. 1997. **NIAAA**

Las 10 mejores maneras de hacer que sus beneficios médicos funcionen para usted (Top 10 Ways to Make Your Health Benefits Work for You), 2 págs. **PWBA**

Lo que debe preguntar antes de una cirugía (Questions to Ask Your Doctor Before You Have Surgery), 16 págs. 1995. **AHRQ**

Los cambios de vida requieren tomar decisiones médicas. Conozca sus opciones de beneficios. (Life Changes Require Health Choices. Know your Benefit Options), 2 págs. **PWBA**

Los Mamogramas. No solamente una vez, sino por toda la vida (Mammograms – Not just once, but for a lifetime), 4 págs. 1997. **NCI**

Manteniendo la salud más allá de los 50 (Staying Healthy at 50+), 69 págs. 2000. **AHRQ**

No sea víctima pasiva del humo de segundo mano (It's Time to Stop Being a Passive Victim), 13 págs. 1993. **OSH**

Tome nota (Walkability Checklist), 6 págs. 1998. **NHTSA**

Usted puede dejar de fumar: Guía del consumidor (You Can Quit Smoking: Consumer Guide), 12 págs. 2000. **OSH**

Drogas y remedios de salud
(Drugs and Health Aids)

Datos sobre el tratamiento de quimioterapia contra el cáncer (Chemotherapy and You: A Guide to Self-Help During Treatment), 12 págs. 1991. **NCI**

El paciente y los medicamentos de receta (Prescription Medicines and You), 17 págs. 1997. **AHRQ**

El tratamiento de radioterapia: Guía para el paciente durante el tratamiento (Radiation Therapy and You: A Guide to Self-Help During Treatment), 48 págs. 1992. **NCI**

La recuperación de los problemas cardíacos a través de la rehabilitación (Recovering from Heart Problems through Cardiac Rehabilitation), 16 págs. 1996. **AHRQ**

Medicamentos para usted (Medicines for You), 6 págs. 2000. **NIGMS**

Medicamentos: Úselos con cautela (Medicines, Use Them Safely), 4 págs. 2000. **NIA**

Problemas médicos
(Medical Problems)

Alcoholismo: Aprenda la realidad (Alcoholism: Getting the Facts), 12 págs. 1997. **NIAAA**

Control de la presión arterial alta: Guía para la mujer de edad mayor (Controlling High Blood Pressure: A Guide for Older Women), 16 págs. **NHLBI**

Control de la vejiga en las mujeres (Bladder Control for Women), 25 págs. 1999. **NKUDIC**

Datos sobre la anemia falciforme (Facts about Sickle Cell Anemia), 6 págs. 1998. **NHLBI**

Diálisis mantiene vivas a las personas con fallas renales. ¿Está recibiendo tratamientos de diálisis adecuados? Pub #10933 (Dialysis Keeps People with Kidney Failure Alive. Are You Getting Adequate Hemodialysis?), 4 págs. 2001. **CMS**

El asma: Cómo controlar esta enfermedad (Facts About Controlling Your Asthma), 16 págs. 1997. **NHLBI**

H. pylori y úlcera péptica (H. Pylori and Peptic Ulcer), 6 págs. 1998. **NDDIC**

Hablandole a su equipo de atención de salud el control de la vejiga (Talking to Your Health Care Team about Bladder Control), 9 págs. 1998. **NKUDIC**

Impotencia (Impotence), 6 págs. 1998. **NKUDIC**

La angina de pecho inestable (Managing Unstable Angina), 25 págs. 1994. **AHRQ**

La enfermedad de Alzheimer (Alzheimer's Disease), 34 págs. 1997. **NIMH**

La prevención de las llagas por contacto (Preventing Pressure Ulcers), 13 págs. 1993. **AHRQ**

Lo que necesito saber sobre la hepatitis A (What I need to know about Hepatitis A), 11 págs. 1999. **NDDIC**

Lo que necesito saber sobre la hepatitis B (What I need to know about Hepatitis B), 11 págs. 1999. **NDDIC**

Lo que necesito saber sobre la hepatitis C (What I need to know about Hepatitis C), 11 págs. 1999. **NDDIC**

Los accidentes cerebro vasculares: Prevención y tratamiento (Stroke: Prevention & Treatment), 4 págs. 1999. **NIA**

Medicamentos para las personas con diabetes (Medicines for People with Diabetes), 9 págs. 2000. **NDIC**

No siempre el silencio es oro (Silence Isn't Always Golden), 4 págs. 1995. **NIDCD**

¡Ojo con su visión!: Sepa qué hacer si tien baja visión (Watch Out for Your Vision!: What You Should Know About Low Vision), 22 págs. 2001. **NEI**

Prevención del VIH: Ahora más que nunca (HIV Prevention: Now More than Ever), 2 págs. 2001. **CDC**

¿Tengo artritis? (Do I Have Arthritis?), 26 págs. 2000. **NIAMS**

¿Tiene sus huesos sanos? (Are Your Bones Healthy?), 4 págs. 1999. **ORBDNRC**

Tratamientos para las llagas por contacto (Treating Pressure Sores), 25 págs. 1995. **AHRQ**

VIH y SIDA: ¿Está usted en peligro? (HIV Infection and AIDS: Are You At Risk?), 8 págs. 2000. **CDC**

Ya que preguntó acerca de la enfermedad de Ménière (Because You Asked About Ménière's Disease), 7 págs. 1997. **NIDCD**

Salud mental (Mental Health)

Datos útiles sobre enfermedades depresivas (Helpful Facts About Depressive Illness), 7 págs. 1994. **NIMH**

El trastorno de panico. Existe. Puede ser tratado. (Panic Disorder. It Exists. It Can Be Treated). A fotonovella. 11 págs. 1996. **NIMH**

Trastorno de pánico (Panic Disorder), 4 págs. 1996. **NIMH**

Trastorno hiperactivo de déficit de atención (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), 42 págs. 1997. **NIMH**

Una enfermedad real: Fobia social (A Real Illness: Social Phobia), 8 págs. 2000. **NIMH**

Una enfermedad real: Trastorno de ansiedad generalizada, GAD (A Real Illness: Generalized Anxiety Disorder, GAD), 8 págs. 2000. **NIMH**

Una enfermedad real: Trastorno de comportamiento obsesivo compulsivo, OCD (A Real Disorder: Obsessive Compulsive Disorder, OCD), 8 págs. 2000. **NIMH**

Una enfermedad real: Trastorno de estrés posttraumático, PTSD (A Real Illness: Post Traumatic Stress Disorder, PTSD), 8 págs. 2000. **NIMH**

Una enfermedad real: Trastorno de pánico (A Real Illness: Panic Disorder), 8 págs. 2000. **NIMH**

SEGURIDAD

(SAFETY)

Caminado a través de los años – Seguridad peatones de tercera edad (65+) (Walking Through the Years – Pedestrian Safety for Older Adults (65+)), 14 págs. 1998. **NHTSA**

Exposición a patógenos transmisibles por la sangre en el trabajo, Pub #3134 (Occupational Exposure to Bloodborne Pathogens), 31 págs. 1992. **OSHA**

Información sobre los riesgos de los productos químicos, Pub #3117 (Chemical Hazard Communication), 26 págs. 1989. **OSHA**

Información sobre riesgos normas de cumplimiento, Pub #3116 (Hazard Communication Guidelines for Compliance), 27 págs. 1989. **OSHA**

Lista de verificación contra el envenenamiento (Poison Lookout Checklist), 2 págs. 1989. **CPSC**

Lista para comprobar la seguridad de productos que se venden en “Tiendas de Segunda” (Thrift Store Safety Checklist), 5 págs. 1999. **CPSC**

Lo que usted necesita saber acerca de los detectores de gas natural (What You Need to Know about Natural Gas Detectors), 4 págs. 2001. **NIDCD**

Los detectores de humo pueden salvarle la vida (Smoke Detectors Can Save Your Life), 2 págs. 1991. **CPSC**

Manejo seguro de repelentes de insectos, Pub #735F96002 (Using Insect Repellents Safely), 1 pág. 1996. **EPA**

Peatón, camine con precaución (Pedestrian, Walk Safely), 2 págs. 1994. **NHTSA**

Prácticas saludables de pintura interior (Healthy Indoor Painting Practices), 6 págs. 2000. **EPA**

Proteja su vida y la de su familia: Evite el envenenamiento con monóxido de carbono, Pub #402F97004 (Protect Your Family and Yourself from Carbon Monoxide Poisoning), 1997. **EPA**

Protejase de los pesticidas, Pub #735F94001 (Protect Yourself from Pesticides), 4 págs. 1996. **EPA**

Seguridad eléctrica del hogar – Lista de verificación habitación por habitación (Home Electrical Safety Audit – Room by Room Checklist), 11 págs. 1995. **CPSC**

Seguridad en el trabajo y protección de la salud, Pub #2200 (Job Safety and Health Protection), Póster. 1993. **OSHA**

Seguridad para los consumidores de edad avanzada – Lista de verificación para la seguridad del hogar (Home Safety Checklist for Older Consumers), 22 págs. 1995. **CPSC**

Su manual para la prevención de incendios en el hogar (Your Home Fire Safety Checklist), 9 págs. 1993. **CPSC**

Una casa a prueba de riesgos infantiles (Childproofing Your Home), 4 págs. 1999. **CPSC**

VIAJES Y PASATIEMPOS

(TRAVEL AND HOBBIES)

Bienvenido a los Estados Unidos (Welcome to the United States), 2 págs. 2000. **CBP**

Búsqueda de personal: Qué esperar (Personal Search: What to Expect), 2 págs. 2000. **CBP**

Consejos para los visitantes (Tips for Foreign Visitors), 2 págs. 1997. **CBP**

Descripción resumida del Servicio de Aduanas (U.S. Customs in Brief), 2 págs. 2000. **CBP**

Frontera Mexicana: Información acerca de la cuarentena agrícola de los Estados Unidos (Mexican Border: US Agricultural Quarantine Information), 1 pág. 1995. **APHIS**

Hechos y personas hispanas en los sellos postales de los Estados Unidos, Pub #295-S (Hispanic People and Events on United States Postal Stamps), 32 págs. 1998. **USPS**

VIVIENDA

(HOUSING)

Buscando la hipoteca más favorable: Compare, verifique, negocie (Looking for the Best Mortgage: Shop, Compare, Negotiate), 8 págs. 2001. **FRB**

Creando sueños: El Programa de Vivienda con Ayuda Propia Mutua (Building Dreams: The Mutual Self-Help Housing Program), 7 págs. 1997. **USDA**

El ahorro de energía: Sugerencias para ahorrar energía y dinero en el hogar (Energy Savers: Tips on Saving Energy and Money at Home), 41 págs. 2001. **EREE**

El radón: Guía para su protección y la de su familia, Pub #402K93005 (A Guide to Radon: How to Protect Yourself and Your Family), 35 págs. 1993. **EPA**

Reconocimiento y manejo de los envenenamiento por pesticidas, Pub #735R98004 (Recognition and Management of Pesticide Poisonings), 245 págs. 1999. **EPA**

Un lugar donde vivir – Cómo comprar o reparar casas con ayuda de los programas del USDA de préstamos directos para viviendas (A Place to Live – Buying or Repairing a Home with Help from USDA's Single Family Housing Direct Loan Program), 8 págs. 2000. **USDA**

MISCELÁNEO

(MISCELLANEOUS)

El manual del consumidor para reducir los desechos sólidos, 530K92003S (The Consumer's Handbook for Reducing Solid Waste), 36 págs. 1994. **EPA**

Guía del consumidor y comercial para la prevención del fraude postal, Pub #300A-S (Consumer and Business Guide to Preventing Mail Fraud), 25 págs. 1999. **USPS**

Guía para el consumidor de servicios y productos postales, Pub #201-S (A Consumer's Guide to Postal Services and Products), 45 págs. 2000. **USPS**

Hechos: Máquinas de reproducción sonora y accesorios disponibles mediante préstamo gratuito para individuos e instituciones elegibles (Facts: Playback Machines and Accessories Provided on Free Loan to Eligible Individuals and Institutions), 4 págs. 1989. **LOC**

Importación a los Estados Unidos (Importing into the United States), 120 págs. 1998. **CBP**

La lectura es para todos – Libros para los ciegos y físicamente impedidos (Reading is for Everyone – Books for Blind and Physically Handicapped Individuals), 2 págs. 1997. **LOC**

Libros parlantes para la tercera edad (Talking Books for Senior Adults), 2 págs. 1997. **LOC**

Llamadas de larga distancia internacionales: ¡Hola! (International Long Distance Calling: Hello!), 9 págs. 2001. **FCC**

¿Quién ha dormido en su colchón? (More than Once Upon a Mattress), 1 pág. 2000. **FTC**

Solicitud de servicios bibliotecarios gratuitos: Individuos (Application for Free Library Service: Individuals), 5 págs. 1997. **LOC**

ADICIONES RECIENTES

(RECENT ADDITIONS)

Como pagar tu educación 2003-2004 (Funding Your Education 2003-2004), 14 págs. 2003. **ED**

Guía para estudiantes 2003-2004 (The Student Guide 2003-2004), 44 págs. 2003. **ED**

Una guía para la naturalización, Pub #M-476 (A Guide to Naturalization), 66 págs. 2000. **BCIS**

COMO SOLICITAR LOS FOLLETOS

Todos los folletos en esta lista son **gratis**. Para solicitarlos, simplemente proceda de la siguiente manera:

Escriba su nombre, dirección completa y nombre del folleto(s) que usted desee en un papel o postal.

Observe las iniciales al final de la descripción de cada publicación y encuentre las correspondientes iniciales en la lista que aparece en las páginas, "Dónde pedir las publicaciones." Estas iniciales representan la agencia federal que distribuye el folleto.

Envíe su solicitud a la agencia a la dirección indicada o llame al número gratuito, si está disponible. **NOTA:** Algunas agencias no tendrán personal de habla española. No envíe sus solicitudes al Centro Federal de Información para Ciudadanos en Pueblo, Colorado. Si usted quiere folletos de más de una agencia, tendrá que enviar una solicitud separada para cada agencia.

HOW TO ORDER

All booklets listed are **free**. To order, simply:

Write down your name, complete address, and name of the booklet(s) you want on a piece of paper or postcard.

Note the initials at the end of each publication description and find the corresponding initials in the following list, "Where to Order Publications." These initials tell which federal agency distributes that booklet.

Send your request to the agency at the address given or call the toll-free number, if listed. **NOTE:** Some agencies may not have Spanish-speaking staff. Do not send your orders to the Federal Citizen Information Center in Pueblo, Colorado.

If you want booklets from more than one agency, you will need to send a separate request to each agency.

DONDE PEDIR LAS PUBLICACIONES

WHERE TO ORDER PUBLICATIONS

AHRQ

Agency for Healthcare Research &
Quality
AHRQ Publications Clearinghouse
PO Box 8547
Silver Spring, MD 20907-8547
Telephone toll-free: 1-800-358-9295

APHIS

Animal & Plant Health Inspection
Service
4700 River Rd., Unit 51
Riverdale, MD 20737-1232

BCIS

Bureau of Citizenship & Immigration
Services
U.S. Dept. of Homeland Security
Telephone toll-free: 1-800-870-3676

CBP

Bureau of Customs & Border
Protection
U.S. Dept. of Homeland Security
Customs Service Center
1300 Pennsylvania Ave. NW, Rm 3.4A
Washington, DC 20229

CDC

Centers for Disease Control &
Prevention
CDC National Prevention Information
Network
PO Box 6003
Rockville, MD 20849-6003
Telephone toll-free: 1-800-458-5231

CMS

Centers for Medicare & Medicaid
Services
Telephone toll-free: 1-800-633-4227

CPSC

U.S. Consumer Product Safety
Commission
Office of Information & Public Affairs
Publication Request
Washington, DC 20207
Telephone toll-free: 1-800-638-2772

DOJ

U.S. Dept. of Justice
Civil Rights Division
Disability Rights Section
PO Box 66738
Washington, DC 20035-6738
Telephone toll-free: 1-800-514-0301

ED

U.S. Dept. of Education
Telephone toll-free:
1-800-4-FED-AID (1-800-433-3243)

EEOC

Equal Employment Opportunity
Commission
Publications Distributions Center
PO Box 12549
Cincinnati, OH 45212
Telephone toll-free: 1-800-669-3362

EPA

U.S. Environmental Protection Agency
U.S. EPA/NSCEP
PO Box 42419
Cincinnati, OH 45242-0419
Telephone toll-free: 1-800-490-9198
e-mail: ncepimal@one.net

EREE

Energy Efficiency & Renewable Energy
Clearinghouse
U.S. Dept. of Energy
PO Box 3048
Merrifield, VA 22116
Telephone toll-free: 1-800-363-3732

FCC

Federal Communications Commission
445 12th St. SW
Washington, DC 20554
Telephone toll-free:
1-888-CALL-FCC (1-888-225-5322)
e-mail: fccinfo@fcc.gov

FDA

Food & Drug Administration
U.S. Dept. of Health & Human Services
HFI- 40, Room 15A29
5600 Fishers Ln.
Rockville, MD 20857

FDIC

Federal Deposit Insurance Corporation
Public Information Center
801 17th St. NW, #100
Washington, DC 20434
Telephone toll-free: 1-800-276-6003

FRB

Federal Reserve Board
Publications, Mail Stop 127
Federal Reserve Board
Washington, DC 20551

FSIS

Food Safety & Inspection Service
U.S. Dept. of Agriculture
Room 2944 - South Building
1400 Independence Ave. SW
Washington, DC 20250-3700

FTC

Federal Trade Commission
Telephone toll-free:
1-877-FTC-HELP (1-877-382-4357)

IRS

Internal Revenue Service
Telephone toll-free:
1-800-TAX-FORM (1-800-829-3676)

LOC

Library of Congress
National Library Service for the Blind
& Physically Handicapped
Reference Section
Washington, DC 20542

NCCANCH

National Clearinghouse on Child
Abuse & Neglect Information
330 C St. SW
Washington, DC 20447
Telephone toll-free:
1-800-FYI-3366 (1-800-394-3366)

NCI

National Cancer Institute
U.S. Dept. of Health & Human Services
Building 31, 10A03
Bethesda, MD 20892
Telephone toll-free: 1-800-422-6237

NDDIC

National Digestive Diseases
Information Clearinghouse
U.S. Dept. of Health & Human Services
2 Information Way
Bethesda, MD 20892
Telephone toll-free: 1-800-891-5390
e-mail: nddic@info.niddk.nih.gov

NDIC

National Diabetes Information
Clearinghouse
U.S. Dept. of Health & Human Services
1 Information Way
Bethesda, MD 20892-3560
Telephone toll-free: 1-800-860-8747
e-mail: ndic@info.niddk.nih.gov

NEI

National Eye Institute
U.S. Dept. of Health & Human Services
2020 Vision Place
Bethesda, MD 20892-3655

NHLBI

National Heart, Lung & Blood Institute
U.S. Dept. of Health & Human Services
PO Box 30105
Bethesda, MD 20824
e-mail: NHLBInfo@rover.nhlbi.nih.gov

NHTSA

National Highway Traffic Safety
Administration
U.S. Dept. of Transportation
400 Seventh St., SW, NTS-21
Washington, DC 20590

NIA

National Institute on Aging
U.S. Dept. of Health & Human Services
PO Box 8057
Gaithersburg, MD 20898-8057
Telephone toll-free: 1-800-222-2225
e-mail: niaic@jbs1.com

NIAAA

National Institute on Alcohol Abuse &
Alcoholism
NIAAA Publications Distributions
Center
U.S. Dept. of Health & Human Services
PO Box 10686
Rockville, MD 20849-0886

NIAMS

National Institute of Arthritis &
Musculoskeletal & Skin Diseases
Information Clearinghouse
National Institutes of Health
U.S. Dept. of Health & Human Services
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675
Telephone toll-free:
1-877-22-NIAMS (1-877-226-4267)

NICHD

National Institute of Child Health & Human Development
National Institutes of Health
U.S. Dept. of Health & Human Services
PO Box 3006
Rockville, MD 20847
Telephone toll-free: 1-800-370-2943
e-mail:
NICHDclearinghouse@mail.nih.gov

NIDA

National Institute on Drug Abuse
National Center for Alcohol & Drug Abuse Information
U.S. Dept. of Health & Human Services
PO Box 2345
Rockville, MD 20847-2345
Telephone toll-free: 1-800-729-6686
e-mail: info@health.org

NIDCD

National Institute on Deafness & Other Communication Disorders
U.S. Dept. of Health & Human Services
1 Communication Ave.
Bethesda, MD 20892-3456
Telephone toll-free: 1-800-241-1044
e-mail: nidcd@aerie.com

NIDCR

National Institute of Dental & Craniofacial Research
U.S. Dept. of Health & Human Services
Public Information & Liaison Branch
Building 45, Room 4AS19
45 Center Dr.
Bethesda, MD 20892-6400
Telephone: 301-496-4261

NIGMS

National Institute of General Medical Sciences
U.S. Dept. of Health & Human Services
Office of Communication & Public Liaison
45 Center Dr., MSC 6200
Bethesda, MD 20892

NIMH

National Institute of Mental Health
U.S. Dept. of Health & Human Services
Public Inquiries
6001 Executive Blvd., Room 8184,
MSC 9663
Bethesda, MD 20892

NKUDIC

National Kidney & Urologic Diseases Information Clearinghouse
U.S. Dept. of Health & Human Services
3 Information Way
Bethesda, MD 20892-3580

NLRB

U.S. National Labor Relations Board
1099 14th St. NW, Suite 9400
Washington, DC 20570

OCSE

Office of Child Support Enforcement
U.S. Dept. of Health & Human Services
Division of Consumer Services
National Reference Center
Mail Stop: OCSE/DCS
370 L'Enfant Promenade, SW
Washington, DC 20447

ORBDNRC

Osteoporosis & Related Bone Diseases National Resource Center
National Institutes of Health
National Osteoporosis Foundation
1232 22nd St. NW
Washington, DC 20037-1292

OSH

Office on Smoking & Health
Centers for Disease Control & Prevention
Publications Catalog, Mail Stop K-50
4770 Buford Hwy. NE
Atlanta, GA 30341-3717
Telephone toll-free:
1-800-CDC-1311 (1-800-232-1311)
e-mail: tobaccoinfo@cdc.gov

OSHA

Occupational Safety & Health Administration
U.S. Dept. of Labor
Publications Office, N-3101
200 Constitution Ave. NW
Washington, DC 20210

PBGC

Pension Benefit Guaranty Corporation
Communications & Public Affairs Dept.
1200 K St. NW, Suite 240
Washington, DC 20005-4026
Telephone toll-free: 1-800-400-7242

PWBA

Pension & Welfare Benefits
Administration
U.S. Dept. of Labor
200 Constitution Ave. NW, Room N5656
Washington, DC 20210
Telephone toll-free: 1-800-998-7542

SB

Savings Bonds Marketing Office
U.S. Dept. of Treasury
Washington, DC 20226
e-mail: sbmarket@bpd.treas.gov

SEC

Securities & Exchange Commission
Office of Investor Education &
Assistance
450 5th St., NW
Washington, DC 20549-0213

SSA

Social Security Administration
6401 Security Blvd.
Baltimore, MD 21235
Telephone toll-free: 1-800-772-1213

USDA

U.S. Dept. of Agriculture
USDA Rural Development
Attn: John Hall
1400 Independence Ave. SW, Stop 0705
Washington, DC 20250

USPS

U.S. Postal Service
475 L'Enfant Plaza West SW, Room 5821
Washington, DC 20260-2200

Para solicitar más copias de esta "**Lista de publicaciones federales en español para el consumidor**" y el **Catálogo de información al consumidor** gratuito que lista las publicaciones en inglés gratuitas y de bajo costo, envíe su nombre y dirección a : **LISTA, Pueblo, CO 81009**. También puede hacer su pedido llamando al **1-888-8 PUEBLO** (que es 1-888-878-3256).

De la misma manera, puede ver esta lista, así como otros recursos de información en español para el consumidor, en línea en **www.pueblo.gsa.gov/spanish**

To order more copies of this "**List of Federal Consumer Publications in Spanish,**" and also the free **Consumer Information Catalog** listing free and low-cost publications in English, send your name and address to: **LISTA, Pueblo, CO 81009**. Or you can order by calling **1-888- 8 PUEBLO** (that's 1-888-878-3256).

You can also view the list online, as well as other consumer information resources in Spanish, at **www.pueblo.gsa.gov/spanish**

Reprinted April 2003

**GSA Office of Citizen Services and Communications
Federal Citizen Information Center**

U.S. General Services Administration

1800 F Street, NW

Washington DC 20405

www.pueblo.gsa.gov