



Cuidados de Salud Mental Culturalmente Sensibles e Informados en Trauma para Comunidades Hispanas/Latinas en Ohio

[El trauma étnico-racial](#) describe la angustia psicológica y el miedo que experimentan las personas de poblaciones minoritarias como resultado de la discriminación, la violencia, y la intimidación que va dirigida hacia ciertos grupos étnico-raciales.

Las comunidades latinas experimentan una alta prevalencia de trauma étnico-racial, debido a la discriminación y marginación de los refugiados o por el estatus migratorio. Además, el impacto de políticas y prácticas como la deportación y la separación familiar continúa afectando desproporcionadamente a las poblaciones latinas en los Estados Unidos. Los enfoques basados en evidencia recomendados para tratar el trauma étnico-racial incluyen los [cuidados informados en trauma](#) (TIC, por sus siglas en inglés) y la [atención culturalmente sensible](#).

¿Qué son los cuidados culturalmente sensibles e informados en trauma?

Los cuidados de salud mental culturalmente sensibles e informados en trauma, son dos enfoques que se reconocen cada vez más como necesarios para brindar servicios de forma eficaz y equitativa. [Ohio](#) ha experimentado un aumento en las comunidades hispanas y latinas, con una población de 505,000, o el 4.2% de la población total del estado.

Población Hispana/Latina Desagregada en Ohio	
Mexicanas	42%
Puertorriqueñas	18%
Dominicanas	3%
Guatemaltecas	3%
Salvadoreñas	3%
Españolas	3%

Desafíos que Enfrentan las Comunidades Latinas en Ohio

Las comunidades latinas en Ohio enfrentan varios desafíos, incluyendo la accesibilidad limitada a los servicios de salud primarios, en particular los servicios de salud mental, y la falta de clínicos multiculturales y multilingües. Conectar a las familias con los servicios locales también es un desafío, ya que la mayoría de las personas latinas residen en regiones rurales, mientras que la mayoría de los profesionales con licencia se encuentran en zonas metropolitanas del estado. [La cantidad de profesionales de la salud que se identifican como hispanos en Ohio son:](#)

Total de Proveedores Hispanos por Profesión en Ohio	
Consejeros y Trabajadores Sociales	835
Médicos	546
Profesionales de la Dependencia en Sustancias	220
Psicólogos	78
Profesionales de Apoyo entre Pares	12

Consideraciones para la Atención Culturalmente Sensible y Cuidados Informados en Trauma

El enfoque culturalmente sensible requiere que profesionales de la salud:

- Comprendan cómo las diferencias culturales pueden influir en la salud mental.
- Reconozcan y respeten las normas, valores y tradiciones culturales.
- Brinden servicios que tengan en cuenta la diversidad étnica de los clientes.
- Provean servicios personalizados para satisfacer las necesidades culturales de las personas.

Los cuidados informados en trauma reconocen cómo el trauma afecta al individuo a nivel psicológico, emocional, físico, y relacional. Los cuidados informados en trauma también:

- Evitan la re-traumatización de las personas.
- Consideran la seguridad tanto de los sobrevivientes como de los proveedores de servicios.
- Utilizan el lente de trauma para comprender y responder a las experiencias de los individuos.

Identificar las Disparidades y Promover la Sanidad en las Poblaciones Hispanas y Latinas

El [enfoque de Sanando el Trauma Étnico y Racial](#) (HEART, por sus siglas en inglés) tiene como objetivo reconectar a las comunidades latinas con las fortalezas y valores presentes en su cultura. Profesionales de la salud mental pueden seguir este marco conceptual para apoyar a personas latinas a nivel comunitario, familiar e individual.

Fase 1: Establecer Espacios como Santuario

- Por medio de pláticas pueden proporcionar psicoeducación sobre trauma, identificación de emociones y otros síntomas de salud mental en su lengua materna.
- Desarrollar planes de seguridad en caso de deportación.
- Conectar a las familias con recursos comunitarios gratuitos.
- Conectar con el individuo mediante la identificación de tradiciones y los desafíos de la asimilación.

Fase 2: Reconocer, Reprocesar y Afrontar los Síntomas del Trauma Étnico-racial

- Ofrecer afirmación, validación y apoyo.
- Ser consciente de las dificultades de las personas al compartir sus experiencias traumáticas.
- Proveer información utilizando hojas informativas en varios idiomas.
- Crear espacios diseñados para reprocesar eventos adversos relacionadas con la inmigración y el estigma acerca de la salud mental.
- Proporcionar destrezas socioemocionales y habilidades de afrontamiento culturalmente congruentes (ej., guías espirituales, y curanderos).

Fase 3: Fortalecer y Conectar a Individuos, Familias y Comunidades con Estrategias de Supervivencia y Tradiciones Culturales que Promueven la Sanidad

- Organizar eventos para conocer experiencias de trauma étnico-racial a través de:
 - Documentales y películas (ej., *Zoot Suit*, *The Head of Joaquín Murrieta*)
 - Leer libros (ej., *La breve y maravillosa vida de Oscar Wao* de Junot Díaz, *Dying to Cross* de Jorge Ramos)
- Evaluar cómo el sistema familiar afronta el estrés.
- Promover tradiciones culturales (ej., quinceañeras, carnavales, Día de los Reyes, Día de los Muertos).
- Auscultar la etapa/estado de identidad racial y étnica del cliente.

Fase 4: Liberación y Resistencia

- Participar en la justicia social al:
- Identificar formas de participar y contribuir al cambio sistémico,
- Voluntariado en agencias sociales que defiendan los derechos de los inmigrantes,
- Estar activo en las redes sociales para crear conciencia, y–
- Postularse para diferentes puestos de liderazgo en donde puedan utilizar su voz para el cambio.

La implementación de enfoques culturalmente sensibles y basados en el trauma puede ayudar de manera efectiva a los profesionales de la salud mental a abordar las necesidades de las poblaciones hispanas y latinas en Ohio. Al brindar atención accesible, sensible y personalizada, los profesionales pueden promover la búsqueda de ayuda, sanación, resiliencia y de bienestar dentro de estas comunidades.

Recursos

Exhortamos a los profesionales de la salud a conocer más acerca del enfoque de [Sanando el Trauma Étnico y Racial](#) y sobre cómo pueden implementarlo en su práctica.

¡No se pierda el podcast [Checking In de Great Lakes MHTTC](#), donde podrá escuchar y aprender sobre temas importantes relacionados con la prestación de servicios culturalmente sensibles para las comunidades hispanas/latinas!

- [Checking In Podcast: PTSD Treatment Providers Series - A Conversation with Marco Torrez-Miranda](#)
- [Checking In Podcast: PTSD Treatment Providers Series - A Conversation with Gabriela Zapata-Alma](#)
- [Checking In Podcast: Celebrating Hispanic Heritage Month & Discussing Culturally Appropriate Services for Hispanic/Latinx Communities \(PART 2, Adriana Alejandre - English\)](#)
- [Checking In Podcast: Celebrating Hispanic Heritage Month & Discussing Culturally Appropriate Services for Hispanic/Latinx Communities \(PART 2, Adriana Alejandre - Español\)](#)

Referencias

Bucay-Harari, L., Page, K.R., Krawczyk, N., Robles, Y., Castillo-Salgado, C. (2020). Mental Health Needs of an Emerging Latino Community. *Journal of Behavioral Health Services and Research*, 47, 388–398. <https://doi.org/10.1007/s11414-020-09688-3>

Center for Substance Abuse Treatment (US). Improving Cultural Competence. Rockville (MD): Substance Abuse and Mental Health Services Administration (US); 2014. (Treatment Improvement Protocol (TIP) Series, No. 59.) Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK248428/>

Chavez-Dueñas, N. Y., Adames, H. Y., Perez-Chavez, J. G., & Salas, S. P. (2019). Healing ethno-racial trauma in Latinx immigrant communities: Cultivating hope, resistance, and action. *American Psychologist*, 74(1), 49-62. <https://doi.org/10.1037/amp0000289>

Comas-Díaz, L., Hall, G. N., & Neville, H. A. (2019). Racial trauma: Theory, research, and healing: Introduction to the special issue. *American Psychologist*, 74(1), 1–5. <https://doi.org/10.1037/amp0000442>

Harris, M., & Fallot, R. (2001). Using trauma theory to design service systems. (eds). *New direction for mental health services*, no. 89. John Wiley and Sons Inc.

Multiethnic Advocates for Cultural Competency (MACC). (March 2023). Behavioral Health in Ohio. Improving Data, Moving Toward Racial & Ethnic Equity. Report 2 https://www.maccinc.net/files/ugd/9dabfb_72ce9c2d04c54e33a697f7a480d79790.pdf

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2023). *Practical Guide for Implementing a Trauma-Informed Approach* SAMHSA Publication No. PEP23-06-05-005. Rockville, MD: <https://store.samhsa.gov/sites/default/files/pep23-06-05-005.pdf>