

Proyectos Piloto de Ejecución (IPP) Latino/Latinx Hub

**Práctica de Evidencia Definida por la Comunidad (CDEP)**

Las prácticas de evidencia definidas por la comunidad incluyen programas e intervenciones que son aceptadas y utilizadas por un grupo o cultura, pero que a menudo no son aceptadas, financiadas o utilizadas en el sistema principal de salud mental. Dentro de los Proyectos de Reducción de Disparidades de California, se trata de programas cultural y lingüísticamente apropiados, así como de programas informados por el trauma. Su objetivo es mejorar la salud mental de las comunidades afroamericana/identificada como negras; latina/x; asiáticas y de las islas del Pacífico; nativa americana; y LGBTQ+. Estas prácticas han sido pasadas por alto, borradas y poco financiadas por las modalidades occidentales de tratamiento de la salud mental, lo que ha provocado daños y estigma en estas poblaciones

**Servicios de Terapia y Educación de la Humanidad —Condado Sonoma**

*Servicios de Terapia y Educación de la Humanidad*

Servicios de Terapia y Educación de la Humanidad (HTES) es una agencia de salud mental comunitaria multicultural y un programa de formación de terapeutas matrimoniales y familiares. HTES ofrece servicios psicológicos de bajo costo y afiliados a la corte en el Condado de Sonoma. Como programa de tutoría de terapeutas, se centra en la formación y el fomento de terapeutas culturalmente conscientes y cualificados para servir a diversas poblaciones. HTES ofrece asesoramiento y clases para individuos, parejas, familias, adolescentes y niños. Además, HTES imparte conferencias y talleres educativos sobre temas psicológicos a vecindarios, escuelas, organizaciones sin ánimo de lucro y la industria privada. HTES utiliza métodos clínicos e interculturales para apoyar el bienestar individual y familiar. El CDEP aborda una modalidad que también hace que los servicios de asesoramiento de grupo sean únicos y reflejen a los clientes. Utiliza la práctica de la "Convivencia", una reunión abierta y acogedora para compartir experiencias personales y colectivas, con comprensión y respeto mutuos, sabiendo que todos desempeñan un papel importante. Estas contribuciones permiten la seguridad, el autoconocimiento, el crecimiento personal y familiar, la curación y el cambio

*Datos de resultados de Servicios de Terapia y Educación de la Humanidad*

* Poblaciones atendidas: Hemos atendido a entre 260 y 300 adultos latinos de escasos recursos que viven en el condado de Sonoma.
* Horas de servicio: Hemos proporcionado alrededor de 600 horas de servicio.
* Datos de Resultados:
* 90% de los participantes se sienten completamente seguros y bienvenidos cuando participan en una Convivencia
* 10% de los participantes se sienten seguros y bienvenidos cuando participan en una Convivencia
* Soluciones programáticas: Las "Convivencias" abordan el estigma asociado con la búsqueda de servicios de salud mental, y crean un espacio para la familia, el respeto y las relaciones donde los miembros de la comunidad se sienten seguros para participar en la narración de historias y compartir experiencias de vida mientras aprenden de los demás para aumentar el sentido de pertenencia, la autoestima y la calidad de vida
* Adaptación al COVID 19: Tuvimos que reinventar "Convivencias" para crear una sala de reuniones virtual que permitiera que los valores culturales y las interacciones humanas se produjeran con autenticidad y en beneficio de todos por igual. Diseñamos una presentación virtual versátil que incluye vídeos y música popular, imágenes y enlaces digitales. Además, creamos diferentes actividades para romper el hielo y permitir un poco de diversión entre los participantes: sorteos, carroñeros virtuales y karaoke.
* ¿Otros resultados? Hemos adoptado los tiempos del "refugio en el lugar" aprovechando las oportunidades que brinda el no tener distancias, ni fronteras, ni calles que cruzar, ni fronteras que nos dividan. Aceptamos el reto de crear una accesibilidad equitativa para nuestros participantes desde sus propios hogares y refugios, basándonos en nuestros valores culturales. También rompimos el estigma de las dificultades técnicas …

Contacto: Ana Maria Martinez| 707 525-1515 |amartinez@humanidadtherapy.org| [WEBSITE](http://www.humanidadtherapy.org)

**Instituto de Soluciones Comunitarias Integrales-Condado de Fresno**

*Atención Plena y Pláticas*

El Instituto de Soluciones Comunitarias Integrales (ICSI) fue fundado para asegurar la salud de la comunidad a través de la defensa y el cambio de sistemas que promueven el bienestar del cuerpo, la mente, el espíritu y el alma. ICSI proporciona servicios clínicos de salud mental y bienestar en asociación con otras agencias del Valle Central a través de prácticas que reflejan la competencia cultural, la capacidad de respuesta, la humildad y el desarrollo utilizando enfoques tradicionales, así como las últimas innovaciones en la psicoterapia integral para hacer frente a las necesidades de las víctimas de la trata de personas, la violencia doméstica, el abuso sexual, los que tienen preocupaciones críticas de la vida, y las familias en conflicto debido a los conflictos intergeneracionales, problemas de aculturación, y la adaptación cultural. Los terapeutas de ICSI utilizan una variedad de técnicas innovadoras como la terapia de Hip Hop y se asocian con otras agencias para proporcionar tutoría y asesoramiento con intervenciones de atención y "pláticas" en cada uno de los programas. ICSI trabaja principalmente con la población latina, mujeres y niños, víctimas de la violencia doméstica, el tráfico de personas y las víctimas de la delincuencia. La población latina es predominantemente de origen mexicano, inmigrantes recientes que se enfrentan al estrés aculturativo, al conflicto intergeneracional, así como al distanciamiento y la pérdida, y a la adaptación a un "mundo de confusión."

Contacto: Fausto G. Novelo |951-970-1145| [NoveloFG@gmail.com|](mailto:NoveloFG@gmail.com|) [WEBSITE](https://icsi.solutions/)

**Proveedores de Servicios Latinos** **-Condado de Sonoma**

*Testimonios*

Proveedores de Servicios Satinos (LSP) se fundó en 1989 por líderes latinos de los sectores de educación, gobierno y servicios sociales. Actualmente está compuesta por más de 1300 miembros de múltiples sectores como, grupos vecinales, escuelas, salud pública y privada, organizaciones de salud conductual, servicio social, agencias de inmigración y naturalización, etc. La misión de LSP es servir y fortalecer a las familias y niños latinos construyendo comunidades saludables y abordando el estigma y las disparidades en la salud mental dentro del Condado de Sonoma. Testimonios se basa en el modelo de divulgación y educación sanitaria de la comunidad, reclutando y formando hasta 20 jóvenes "Promotores" al año de las escuelas locales que tienen programas de itinerarios de salud con la previsión de retener al menos a 12 de ellos. Estos estudiantes bilingües y biculturales que expresan su interés en la atención sanitaria tendrán la oportunidad de adquirir formación y experiencia en la vida real para concienciar sobre la salud mental con mensajes que reduzcan el estigma y promuevan la información y los recursos sobre la identificación e intervención tempranas de una manera que sea apropiada y aceptable para la comunidad latina.

*Datos de Resultados de Testimonios*

* Poblaciones atendidas: 120 jóvenes latinos bilingües y biculturales de entre 16 y 25 años.
* Horas de servicio: más de 14.400 horas
* Datos de resultados: Más del 90% informó que buscaría servicios para sí mismo si alguna vez surgiera la necesidad. Un promotor juvenil dijo: "Empecé a ir a terapia gracias a los Proveedores de Servicios Latinos y a toda esta experiencia, sólo para ayudarme a sobrellevar mi vida diaria".”
* Soluciones programáticas: El Proyecto Testimonios está diseñado para capacitar a los jóvenes latinos, de 16 a 25 años, para ser "Promotores Juveniles" de salud mental a través de un programa de capacitación estructurado y les da un amplio apoyo y oportunidades para presentar la educación y los recursos de salud mental a la comunidad latina.
* Adaptación al COVID-19: El personal cumplió con este desafío al tener más oportunidades de participar en línea con los Promotores Juveniles. La cohorte #4 tuvo más oportunidades de capacitación pagada en forma de seminarios web que los mantuvo comprometidos e interesados en el curso obligatorio de trabajador de salud comunitaria. El personal del PSL también se aseguró de enviar a los promotores juveniles cualquier recurso del que pudieran beneficiarse sus familias e incluyó a algunos promotores juveniles en el programa de ayuda en caso de catástrofe para inmigrantes que el PSL estaba dirigiendo.
* ¿Otros resultados? Casi todos los promotores juveniles informaron de un aumento de la confianza gracias al programa. Un joven promotor dijo: "No soy la persona más segura de sí misma, pero definitivamente tengo más confianza en mi posición en mi comunidad y en que tengo una voz y que puedo cambiar algo".

Contacto: Stephanie Manieri | 707-837-9577| [smanieri@latinoserviceproviders.org](mailto:smanieri@latinoserviceproviders.org) | [WEBSITE](https://latinoserviceproviders.org/)

**Consejo de Educación para la Salud - Condados de Sacramento, San Joaquín, Stanislaus y Yolo**

*Mente Sana, Vida Sana*

Desde 2009, el Consejo de Educación para la Salud (HEC) se ha asociado con el Consulado General de México en Sacramento para desarrollar y administrar el programa Ventanilla de Salud (VDS) o " Ventana de Salud" (identificado como una práctica de evidencia definida por la comunidad) en el Consulado Mexicano de Sacramento y ha coordinado servicios gratuitos relacionados con la salud. El programa Ventanilla de Salud Mental (VDSM) o " Ventana de Salud Mental" operará en VDS y sus actividades móviles en toda la región de 24 condados que atiende, pero se centrará en cuatro condados principales: Sacramento, San Joaquín, Stanislaus y Yolo. Estos cuatro condados tienen una gran población latina y albergan un gran número de personas de origen mexicano que buscan servicios en el Consulado General de México en Sacramento. La Ventana de Salud ha sido identificada por la comunidad como un sitio prometedor para que los programas de salud mental lleguen a la comunidad latina. Al ser una de las 50 Ventanas de Salud en todo el país, la VDS de Sacramento tiene el potencial de servir como modelo para ser replicado en otros consulados mexicanos en los Estados Unidos. El programa de Salud Mental de la Ventanilla de Salud utilizará estrategias para abordar la prevención, la detección temprana y el tratamiento de los trastornos mentales y también trabajará para reducir las enfermedades crónicas en los latinos que corren el riesgo de padecer enfermedades mentales o que las padecen.

Contacto: Nicamer Tolentino| 916-556-3344| [Ntolentino@healthedcouncil.org](mailto:Ntolentino@healthedcouncil.org) | [WEBSITE](https://healthedcouncil.org/)

**La Clínica de la Raza —Condado de Alameda**

*Cultura y Bienestar*

Cultura y Bienestar (CyB) aborda dos áreas de necesidad de la comunidad. En primer lugar, los latinos tienen cuatro veces menos probabilidades que los afroamericanos y más de dos veces menos probabilidades que los caucásicos de ser atendidos en el sistema de salud mental (Plan de Servicios y Apoyos Comunitarios (CSS) del Condado de Alameda, 2006). En segundo lugar, los latinos que viven en los Estados Unidos tienen un estado de salud mental más pobre que sus homólogos en su país de origen (CRDP Latino Report; Alderete, 2000). CyB es un programa de prevención e intervención temprana dirigido a los latinos con alto riesgo de experimentar problemas de salud mental en el condado de Alameda cuyo propósito es alcanzar los siguientes objetivos 1) involucrar con éxito a los latinos desatendidos y sub-atendidos, 2) mejorar el conocimiento de los latinos sobre los problemas de salud mental y disminuir el estigma de la salud mental, 3) disminuir el estrés de la aculturación y los síntomas tempranos de salud mental, y 4) aumentar el uso de los servicios de salud mental. Los resultados deseados por CyB son: disminuir los problemas de salud mental y reducir las disparidades en el cuidado de la salud mental entre los latinos de bajos ingresos en el Condado de Alameda. CyB utiliza cinco de las seis estrategias principales del informe sobre la población latina del CRDP, que incluyen 1) enfoques entre pares, 2) currículo psico-educativo familiar para aumentar la participación de la familia y la familia extendida y promover la salud y el bienestar, 3) promueve el bienestar culturalmente relevante y el manejo de la enfermedad, 4) aumenta la capacidad de la comunidad mediante la construcción de las fortalezas de la comunidad para mejorar los resultados de la salud conductual de los latinos, y 5) reduce el estigma a través de los medios de comunicación y la educación.

*Entorno y población atendida*

Promover y entregar la salud mental y el bienestar a las comunidades latinas en todo el condado de Alameda

*Resultados Claves*

* A corto plazo
  + Alcanzar e involucrar a las personas latinas no atendidas
  + Desarrollar la capacidad de otras agencias y líderes de la comunidad para proporcionar una atención cultural y lingüísticamente apropiada
* A medio plazo
  + Aumento de la detección temprana y el autocuidado de los trastornos de salud mental
  + Reducción del estigma de la salud mental entre las comunidades atendidas
  + Aumento de la resiliencia de la comunidad y la familia
* A largo plazo
  + Mejora del acceso a los servicios y al tratamiento en el condado
  + Aumento y fortalecimiento de las estrategias y soluciones arraigadas y basadas en la comunidad a la que se atiende
  + Reducción de las disparidades en materia de salud mental que afectan a las comunidades de color y a otras poblaciones desatendidas

*Grupos de discusión*

La evaluación de los grupos de discusión se llevó a cabo del 4 al 5 de noviembre de 2019. El propósito de los grupos de discusión del programa CyB fue proporcionar datos que ayudarán a mejorar los servicios de los clientes del programa CyB. Los clientes fueron reclutados de cada uno de los cuatro sitios de servicio de La Clínica, incluyendo: La Clínica, La Clínica East Bay, La Familia Hayward y Tiburcio Vasquez. El coordinador del sitio CyB reclutó un total de 10 participantes en los grupos de discusión en cada sitio. Los grupos de discusión se llevaron a cabo en cada uno de los cuatro sitios de servicio de La Clínica. La duración de cada grupo de discusión fue de aproximadamente una hora a una hora y media. Se incluyeron participantes de habla hispana e inglesa. Se entrevistó a veintitrés participantes de grupos de discusión. El noventa por ciento (90%) de los participantes eran mujeres y el (9%) eran hombres. La mayoría de los participantes (30%) tenía entre 36 y 45 años.

*Resumen de los Grupos de Discusión:*

A partir de las entrevistas grabadas surgieron varios temas importantes.

Todos los participantes del grupo de discusión que fueron entrevistados tenían percepciones positivas sobre el personal de CyB.

"El ambiente es positivo, la sala es más espaciosa que la de otros servicios y está equipada con juegos. Pero realmente no importa dónde se celebran aunque sea en el estacionamiento, es lo que la gente aporta y los servicios que se prestan." Otro participante mencionó: "Con todos los problemas que podemos tener, venimos aquí y nos sentimos muy bien" y otro dijo: "Trabajé con Mónica durante varias sesiones, me sentí relajado, fue muy privado, me sentí cómodo para hablar. Me gustaría que hubiera más sesiones de las que hice, pero estuvo muy bien". - *Participante del programa*

Los participantes se sintieron acogidos, importantes, y sintieron que sus problemas y preocupaciones se tomaban en serio de forma profesional.

"Me sentí muy bien acogido aquí -en mi primera sesión salí con ganas de volver-; las sesiones han sido para mi hijo... Estoy muy contento y mi hijo siente que puede confiar en ellos, y tiene amigos con los que hablar sin sentirse avergonzado o juzgado. He visto el cambio en él y veo que ahora es mucho más feliz". - *Participante en el programa*

Cuando se les preguntó por los conocimientos adquiridos con CyB, específicamente en lo que respecta a la salud mental, los participantes se mostraron muy satisfechos con los conocimientos adquiridos sobre el estigma y mencionaron repetidamente cómo los servicios de CyB les ayudaron a identificar y comunicar las fuentes de estrés personal y familiar, los conflictos y los síntomas depresivos.

"Aprendí que la salud mental y la salud física van de la mano: nos preocupamos sobre todo por nuestra salud física y nos olvidamos de nuestra salud mental". - *Participante en el programa*

Además, los participantes adquirieron conocimientos sobre la importancia de la comunicación en la familia, la conexión entre la salud física y la salud mental.

"Creo que la salud mental es básica e importante para todos porque así nos ayudamos unos a otros". - *Participante en el programa*

La promoción de la resiliencia cultural se observó en todo momento. Se destacaron los conceptos de "familismo" y de "confianza".

"La confianza que te inculcan genera confianza y los juegos y actividades que hacen con los niños ayudan a construir la comunicación y la confianza." - *Participante en el programa*

Numerosos participantes mencionaron las prácticas curativas tradicionales como una atención de salud mental bien aceptada y culturalmente apropiada que hace hincapié en el "cariño", una forma de respeto cultural e interacción interpersonal que se observa en los entornos tradicionales. - *Participante en el programa*

"La terapia es como un altar a los muertos para ayudar a curarnos. Es algo muy reconfortante que el programa hace por nosotros, no perdemos nuestras tradiciones." - *Participante del programa*

Cuando se les preguntó si el programa CyB ayudó a sus familias, los participantes expresaron que se sentían felices, relajados y notaron un cambio para bien. Algunos indicaron que tenían una mejor actitud, y algunos sintieron más unidad familiar.

"Cuando estoy relajado ayuda a los demás miembros de la familia a relajarse también... ayuda a la comunicación familiar, mi hijo pudo ver cambios positivos y se involucró (en buscar ayuda)." - *Participante del programa*

Otros servicios de CyB que recibieron los participantes fueron la terapia de tambores, que ayudó con la ansiedad y las clases de ejercicio de Zumba. También se observaron programas escolares para jóvenes ("Joven Noble").

"Inscribí a mi hija en un programa en la escuela llamado "Team Together"; les ayudan con los deberes y también tienen muchas otras actividades. Tienen su propio tiempo y su propio espacio y es importante para ellos. También utilizo la terapia del tambor con mis hijas cuando se vuelven locas, ayuda mucho a los niños cuando tienen ansiedad." - *Participante en el programa*

**Historias individuales de éxito**

*Caso# 1*

Durante el otoño de 2019 uno de nuestros educadores estuvo presentando la "Serie de concienciación sobre la salud mental" donde algunos de los temas incluían la promoción de la salud mental, el estrés, la ansiedad, la depresión, el trauma emocional y psicológico y el trastorno de estrés postraumático.

La participante era siempre puntual, atenta y tranquila. Parecía triste, cansada, y alrededor de los ojos tenía unas ojeras bastante marcadas. No faltó a ninguno de los talleres. En la última reunión, tuvimos una celebración, así que comimos juntos y hablamos de lo cómodo que se sentían los participantes compartiendo en relación con su experiencia con los talleres. Esta participante comentó que estaba muy agradecida porque sentía que lo que había aprendido la había movido a tomar medidas que le habían salvado la vida. Afirmó que cuando empezó a asistir a los talleres, estaba tan angustiada que pensaba en quitarse la vida para poner fin a su sufrimiento. Sin embargo, desde el primer taller aprendió que los problemas de salud mental son muy comunes y que es normal y válido buscar ayuda profesional. En el tercer taller, se animó a concertar una cita y hablar de sus sentimientos con su médico de cabecera. La remitieron a un psiquiatra. Acudió a sus citas y empezó a tomar medicamentos. Se sentía esperanzada y enseñaba a sus hijos de 13 y 2 años las técnicas de autoayuda que había aprendido, como respirar profundamente y escuchar música relajante.

*Caso #2*

AL es una mujer de unos 50 años que sufrió un terrible accidente de atención que la dejó dolorida y que a menudo revive recuerdos vívidos relacionados con ese suceso. No podía permitirse una terapia convencional y prácticamente había renunciado a buscar servicios. Un amigo le recomendó CyB y al principio AL se mostró escéptica en cuanto a lo que los servicios podían proporcionarle. El clínico evaluó el trauma y decidió utilizar algunos ejercicios de conexión a tierra y otras intervenciones informadas sobre el trauma para ayudar a la clienta. Al cabo de un tiempo, AL empezó a recordar los detalles de su accidente y, cuando terminaron las sesiones de prevención, volvía a conducir y decía sentirse en paz.

*Caso #3*

J. es una mujer de unos 30 años que había sido agredida en su trabajo dos semanas antes de decidir pedir ayuda. J. informó que había llamado a numerosas agencias y no había recibido respuesta de ninguna de ellas antes de recibir una llamada de La Familia Counseling. Después de esa primera sesión, J. dijo sentirse muy agradecida por el servicio. La clienta continuó educándose sobre los efectos fisiológicos/psicológicos de su trauma y al final de las seis sesiones informó que ya no experimentaba ese miedo inicial.

*Caso #4*

Una madre soltera hondureña llamó preocupada buscando ayuda para su hija de 13 años que había mostrado un comportamiento desafiante. Después de consultar con la madre y la hija, pudo ver que esta familia tenía muchas necesidades. La madre tenía dos trabajos para mantener a sus dos hijas ella sola. Viven en un apartamento de 2 habitaciones junto con otros miembros de la familia. La niña de 13 años estaba realmente estresada y preocupada por las dificultades económicas de su madre y al mismo tiempo lidiando con su trabajo académico, que parecía ser un proceso muy frustrante, especialmente con el nuevo contexto de aprendizaje en línea. Tras un debate sobre el caso de CyB, el equipo acordó que la intervención debía incluir la ayuda a la usuaria para controlar su estrés y crear estrategias para gestionar mejor su nueva escolarización en línea y también conectar a su familia con los recursos de la comunidad para ayudar a aliviar los problemas financieros que estaban teniendo en ese momento. Se conectó a la madre con los bancos de alimentos y con el Centro de Salud Tiburcio Vásquez para que pudiera obtener asistencia del seguro médico. Después de cerrar el caso, la educadora hizo un seguimiento de la clienta y su madre para ver cómo estaban. Fue gratificante escuchar que esta clienta estaba mucho mejor y que era capaz de aprobar todas sus clases. Además, su madre expresó que se sentía menos estresada después de ponerla en contacto con los recursos de la comunidad.

*Caso #5*

A finales de junio de 2020, 2 de nuestros clientes que habían estado viviendo en refugios DV con sus hijos entraron en la vivienda de transición, sin embargo, debido a COVID-19 y otras limitaciones que no tenían una manera de llevar a su nuevo hogar cosas como platos, ollas y sartenes, ropa de cama, cubiertos, utensilios de cocina. Nos pusimos en contacto con el Tri-Valley Women's Action Group y Livermore Indivisible e inmediatamente ayudaron a proporcionar todos los artículos que los 2 clientes necesitaban, junto con tarjetas de regalo y comestibles. Un equipo de Lawrence Livermore Lab escuchó lo que estaba pasando y preguntó cómo podían ayudar. La mayoría de los artículos que necesitaban los clientes se habían recibido, sin embargo, los niños de los clientes no tenían ropa de verano y las tiendas de segunda mano aún no habían abierto. ¡El equipo de LLL preguntó las tallas y el género y compró a los niños ropa de verano!

**Historias de Éxito del Programa**

*Caso #1*

CyB organizó y ayudó a facilitar la Serie de Entrenamiento para el Empoderamiento de las Mujeres Latinas, implementada en colaboración con el Departamento de Recreación y Servicios Comunitarios de la Ciudad de Newark. La serie de formaciones se centró en el autocuidado, la resiliencia y la promoción de la salud mental entre las mujeres latinas. Con una media de 20 participantes, cada sesión se centró no sólo en la educación y la promoción de la salud mental, sino también en la detención temprana de casos y la intervención entre los participantes de la familia. Las mujeres latinas tienen un papel fundamental dentro de sus familias y son una población vulnerable debido no sólo a la histórica discriminación de género sino también a su condición de inmigrantes. Por lo tanto, las mujeres latinas son una pieza fundamental del programa de prevención/intervención de CyB.

Caso #2

En octubre de 2019, CyB (Tri-Valley) recibió una subvención de $10, 000.00 del Pleasanton Latina Giving Circle por nuestro arduo trabajo y dedicación a la comunidad latina de la región Tri-Valley. Con esta subvención pudimos invitar a conocidos curanderos tradicionales para ofrecer más talleres a nuestra comunidad, proporcionar paquetes semanales de atención a nuestra población de edad avanzada; que consistía en botellas sensoriales, almohadas de lavanda y organizar un concierto del Día de la Madre para "Abuelas y Madres" a través de Zoom, sólo para nombrar unos pocos. También pudimos comprar suministros y comestibles para nuestra comunidad para ayudarles a disminuir su estrés y ansiedad debido a la pérdida de empleos, el refugio en el lugar y las incertidumbres que todos estamos enfrentando..

Caso #3

CyB Tri-Valley también ha proporcionado apoyo continuo a nuestros mayores antes y durante la pandemia. Hemos proporcionado (antes de la COVID-19) reuniones semanales los viernes ofreciendo talleres de prevención, creando un sistema de apoyo entre los participantes; la pandemia no nos ha impedido proporcionar servicios a nuestros mayores, los hemos mantenido ocupados dejando hilos y agujas de ganchillo para mantenerlos ocupados, inscribiéndolos en Meals on Wheels, comprando y entregando comestibles; todo esto para evitar que se estresen porque podrían haberse quedado sin leche, tortillas u otros suministros.

Contacto: Alberto Perez-Rendon| 510-535-8406| [aperez-rendon@laclinica.org|](mailto:aperez-rendon@laclinica.org|) [WEBSITE](http://www.laclinica.org)

**La Familia Counseling Center- Sacramento**

*Cultura de Salud*

Cultura de Salud (CdS) es un modelo de prestación de servicios que utiliza 8 principios culturalmente sensibles a través de servicios de salud mental a corto plazo que tienen como objetivo prevenir y/o reducir los signos de enfermedad mental, incluyendo la depresión, el trauma y la ansiedad para los latinos en el condado de Sacramento, aumentando el acceso / utilización de los servicios de salud mental cultural y lingüísticamente apropiados para mejorar y fortalecer la estabilidad familiar, la resistencia, la cohesión de la comunidad y el bienestar individual. Los servicios de salud mental se ofrecen a los adultos latinos a través de un programa llamado Centro de Apoyo Latino (CAL) que está diseñado para aumentar el conocimiento y la conciencia sobre las enfermedades mentales y disminuye los factores que conducen a las enfermedades mentales graves. Este CDEP aborda la siguiente estrategia de población prioritaria de la primera fase: Tratamiento cultural y lingüísticamente apropiado para mejorar el bienestar y la resistencia de las familias latinas y reducir los factores de riesgo que, cuando no se cumplen, conducen a la reducción de las tasas de penetración y retención y a costosos servicios de nivel superior.

*Datos de resultados de Cultura de Salud*

* Poblaciones atendidas: 278 adultos indocumentados, principalmente latinos de habla hispana
* Horas de servicio: Hemos proporcionado aproximadamente 300 horas de terapia de grupo.
* Datos de resultados: Los participantes informan de la normalización de su salud mental después de experimentar los servicios a través del CDEP de La Familia. Para muchos de nuestros participantes es la primera vez que asisten a terapia en sus vidas. Los participantes aprenden mecanismos y herramientas positivas de afrontamiento a través de la terapia de corta duración.
* Soluciones programáticas: CAL proporciona terapia individual a corto plazo, grupos de apoyo terapéutico y entregas cálidas. Los CMHW proporcionan servicios cultural y lingüísticamente competentes, crean confianza con los clientes, evalúan el tipo de recursos necesarios y los acompañan a recibir el servicio la primera vez.
* Adaptación al COVID-19: Debido al COVID-19, nuestra población tuvo dificultades para adaptarse a los nuevos métodos tecnológicos de comunicación. Hubo una barrera para que nuestros clientes accedieran a los dispositivos tecnológicos y a la conexión a Internet debido a la falta de recursos económicos. El personal de LFCC también tuvo que adaptarse para prestar servicios a través de medios virtuales. La agencia mantuvo sus puertas abiertas al público, con algunas restricciones y tomando precauciones para garantizar la seguridad de los miembros del personal y de los clientes. Los servicios eran híbridos, y algunos clientes recibían servicios a través de la telesalud y otros acudían a la oficina. Además, creamos una línea de apoyo entre pares con la intención de apoyar a los miembros de la comunidad a navegar por los recursos de COVID-19. Por último, el LFCC se convirtió en un centro de pruebas comunitarias gratuitas de COVID-19.
* ¿Otros resultados? Nuestro evaluador local del CDEP llevó a cabo entrevistas cualitativas con los participantes de nuestro IPP para captar el impacto de COVID-19 en ellos.

Contacto: Christian Rojas | (916) 407-6487| [christianr@lafcc.org](mailto:christianr@lafcc.org) | [WEBSITE](https://lafcc.org/)

**Proyecto de Organización de la Comunidad Indígena de Mixteco-Condado de Ventura**

*Vivir con Amor*

Las promotoras indígenas latinas del Proyecto de Organización Comunitaria Mixteco/Indígena (MICOP), una organización sin fines de lucro, desarrollaron Vivir con Amor en 2010 como respuesta directa a la depresión y la violencia doméstica que presenciaron entre las inmigrantes latinas indígenas. Vivir con Amor (LwL) aborda múltiples factores de riesgo: a) Violencia doméstica (VD): LwL enseña la teoría del ciclo de la violencia, el impacto negativo de la VD en la salud mental de los niños y cómo desarrollar un plan de seguridad. b) Aislamiento social, cultural y lingüístico: La LwL se enseña desde la perspectiva del colectivismo indígena, en lenguas indígenas, y enfatiza el respeto por la cultura y las tradiciones indígenas. La clase crea lazos sociales y fomenta el compromiso. c) Estresores diarios significativos: LwL enseña habilidades de meditación y atención plena para reducir el estrés, fomenta las prácticas de autocuidado e instruye a los participantes sobre cómo aplicar técnicas cognitivo-conductuales informadas por la evidencia para superar los patrones de pensamiento negativos. d) Mejora de la accesibilidad a los servicios de salud mental: La clase presenta a los participantes los servicios de salud mental que tienen a su disposición, y MICOP proporciona asistencia para acceder a la atención.

*Datos de los Resultados de Vivir con Amor*

* Poblaciones atendidas: Vivir con Amor ha servido a aproximadamente 454 personas durante su período de entrega, incluyendo a los participantes, la gestión de casos y los miembros de la Junta Consultiva de la Comunidad. En septiembre de 2020, 181 miembros de la comunidad participaron en las actividades de evaluación local. Las edades de los participantes oscilan entre los 17 y los 75 años, con una edad media de 38,3 años.
* Horas de servicio: Vivir con Amor ha proporcionado un estimado de 1,393 horas de servicio a la comunidad a través de las diferentes actividades del Proyecto, incluyendo la impartición de clases, el alcance, la administración de casos y las actividades de la Junta Consultiva Comunitaria.
* Datos de resultados: Las percepciones de los participantes sobre el apoyo social, la fuerza de las relaciones familiares y la capacidad de utilizar las herramientas de afrontamiento enseñadas a través de Vivir con Amor fueron significativamente mayores después del programa. Los conocimientos de los participantes sobre la depresión y la violencia doméstica fueron significativamente mayores. Los participantes informaron de menos síntomas depresivos después del programa.
* Soluciones programáticas: Dirigido por promotoras indígenas migrantes capacitadas, en español/mixteco, creando espacios seguros para que los participantes se abran a personas que se relacionan con sus experiencias. LwL promueve el valor de la familia como símbolo de fortaleza mientras educa utilizando la adecuación cultural y lingüística. LwL logra el bienestar a través del fomento del amor propio y el empoderamiento.
* Adaptación al COVID 19: El proyecto cambió sus clases grupales en persona por sesiones virtuales de apoyo entre pares. LwL reforzó su gestión de casos para convertirse en el puente entre las familias y las agencias para acceder a los servicios y defender las necesidades de los participantes. LwL comenzó a observar, a través de la gestión de casos, un aumento de los problemas de salud mental y de los casos de violencia doméstica, lo que suscitó la preocupación dada la falta de servicios cultural y lingüísticamente disponibles para derivar a estas familias, especialmente en el marco de la emergencia sanitaria.
* ¿Otros resultados? Una de nuestras participantes compartió: "Cuando llegué a LwL, sentí paz en mí misma... Sentí ese calor humano de saber que no estaba sola..... Aprendí a reforzar la confianza y la comunicación con mis hijos, a encontrarme, aceptarme y quererme por lo que soy sin miedo a las creencias que arrastramos de nuestras comunidades."

Contacto: Irisela Contreras|805-302-1503| [irisela.contreras@mixteco.org](mailto:irisela.contreras@mixteco.org) | [WEBSITE](https://mixteco.org/)

**Acerca del Proyecto de Reducción de Disparidades de California (CRDP)**

El Proyecto de Reducción de Disparidades de California (CRDP), en virtud de la Proposición 63 (Ley de Servicios de Salud Mental), financia 35 Proyectos Piloto de Implementación (IPP) innovadores y culturalmente receptivos en todo el estado de California que trabajan en los cinco grupos de población: Afroamericanos/ identificados como negros; latinos/x; asiáticos e isleños del Pacífico; nativos americanos; y LGBTQ+. El objetivo del CRDP es demostrar simultáneamente que las prácticas de salud mental derivadas de la comunidad reducen las disparidades de salud mental en los cinco grupos de población no atendidos, sub-atendidos e inadecuadamente atendidos, a diferencia de los servicios de salud mental financiados tradicionalmente y basados en modelos clínicos occidentales.