

CULTIVANDO EL BIENESTAR

UN BOLETIN DE NOTICIAS
CELEBRANDO LA SALUD MENTAL

Boletín: Trimestral 7 / Edición 8 / Septiembre 2023

CIMENTANDO LAS BASES PARA
UN AÑO SALUDABLE Y DE BUENA
COSECHA

NUESTRA MISION

La misión de los Centros Nacionales Hispanos y Latinos de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción y Prevención es proporcionar capacitación y asistencia técnica de alta calidad para mejorar la capacidad de la fuerza laboral que atiende a las comunidades Hispánicas y Latinas en la prevención, el tratamiento y la recuperación de la salud mental.

Difundimos y apoyamos la aplicación de prácticas prometedoras basadas en evidencia para mejorar la prestación de servicios, promover el crecimiento de una fuerza laboral diversa y culturalmente competente y facilitar el acceso a servicios de salud mental de calidad. Nos comprometemos a aumentar la equidad en la salud y el acceso a planteamientos culturales y lingüísticos eficazmente fundamentados.

Declaración de Inclusividad

Los Centros Nacionales Hispano y Latino ATTC y PTTC son conscientes de que hay mucho debate importante centrado en la terminología que los individuos deciden utilizar para la identificación racial, étnica, patrimonial y cultural. Existen diferentes términos como Latinos, Hispánicos, Latinx, Latine, Chicano y otros, todos igual de valiosos. Abogamos por la autoidentificación de cada persona. Para los propósitos de este boletín y de otros usos, nuestros Centros utilizan el término Latino e Hispano.

EN ESTA EDICION

- 01 El "Dicho" del Trimestre
- 02 Una Reflexión de la Dra. Susie Villalobos
- 05 Destacando a los Expertos: American Foundation for Suicide Prevention
- 07 Puntos Destacados del Trimestre y Celebraciones
- 08 Rincón de los Medios
- 09 Información de Contacto del Personal

PROVERBIO "DICHOS" DEL TRIMESTRE

ESP – "Del dicho al hecho, hay mucho trecho."

ING – "From saying to fact, there is a stretch."

Nuestra interpretación: En esta frase se nos advierte que decir o prometer algo no es lo mismo que hacerlo. A menudo, la diferencia entre "el dicho" y "el hecho" se puede encontrar en lo difícil que es cumplir lo prometido. (Visit [Source](#))

UNA REFLEXION DE LA DRA. SUSIE VILLALOBOS



¡Saludos!

Estimados socios, colegas y amigos,

Esperamos que este boletín lo encuentre con buena salud y buen humor mientras nos adentramos en una época emocionante e importante del año. Septiembre es un mes de profunda importancia para nuestra comunidad, ya que marca tanto el Mes de la **Salud Mental y la Prevención del Suicidio como el Mes de la Herencia Hispana**. Es un momento para honrar nuestras diversas raíces culturales y, lo que es más importante, para fomentar una comprensión compartida de los desafíos y fortalezas únicos que nos hacen quienes somos.

El Centro Nacional Hispano/Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción (**ATTC**, *por sus siglas en Inglés*) y el Centro de Capacitación y Asistencia Técnica en Prevención (**PTTC**, *por sus siglas en Inglés*) tienen el honor y el privilegio de servir a nuestras comunidades promoviendo "**Saber es Salud**". Nuestra misión es difundir prácticas basadas en evidencia, brindar capacitación y asistencia técnica, y desarrollar la capacidad de profesionales y organizaciones en los campos del tratamiento y la prevención de adicciones.



Dra. Susie Villalobos
Boletín NHL de Septiembre, 2023

Mes de la Salud Mental y la Prevención del Suicidio: Rompiendo el Estigma, Salvando Vidas

Septiembre es un momento para centrar nuestra atención colectiva en la salud mental y la prevención del suicidio. Estos asuntos son de suma importancia mientras nos esforzamos por crear entornos compasivos y de apoyo que prioricen el bienestar mental. Las estadísticas nos recuerdan la urgencia: las tasas de suicidio continúan aumentando y afectan a personas de todos los caminos de la vida, independientemente de su edad, raza u origen. Es vital que estemos juntos, unidos en nuestros esfuerzos para prevenir estas tragedias.

UNA REFLEXION DE LA DRA. SUSIE VILLALOBOS



A lo largo de este mes, los equipos NHL-ATTC y NHL-PTTC han estado trabajando para crear conciencia y aumentar el conocimiento sobre la salud mental. Hemos colaborado con expertos, investigadores y líderes comunitarios para desarrollar sesiones de capacitación, seminarios web y recursos que equipen a los profesionales y organizaciones con las herramientas que necesitan para abordar los problemas de salud mental de manera efectiva.

Además, nuestro compromiso se extiende más allá del ámbito profesional. Alentamos a todos a participar en conversaciones abiertas y sin prejuicios. Al romper el estigma que rodea a las enfermedades mentales, podemos crear un espacio seguro para quienes tienen dificultades para buscar ayuda y apoyo.

Mes de la Herencia Hispana: Celebrando la Diversidad, Promoviendo el Entendimiento, Prosperidad, Poder y Progreso



Septiembre también marca el comienzo del Mes de la Herencia Hispana, un momento para celebrar la rica historia, cultura y contribuciones de las comunidades Hispana y Latina en los Estados Unidos.

Este período nos brinda una maravillosa oportunidad para profundizar nuestra comprensión de las diversas perspectivas y tradiciones que enriquecen nuestra sociedad.

Los equipos NHL-ATTC y NHL-PTTC están encantados de adoptar esta celebración de la diversidad cultural. Nuestro enfoque para construir una mejor comprensión implica escuchar activamente y aprender de las experiencias y conocimientos de las comunidades Hispana y Latina. A través de capacitación, asistencia técnica y colaboración culturalmente competentes, nuestro objetivo es garantizar que los esfuerzos de prevención y tratamiento de adicciones sean culturalmente relevantes y receptivos.

Saber es Salud: Un Compromiso continuo

Mientras reflexionamos sobre la importancia de la Salud Mental, el Mes de la Prevención del Suicidio y el Mes de la Herencia Hispana, el tema "Saber es Salud" resuena profundamente en nuestros corazones. Nuestro compromiso de promover una mejor salud mediante el intercambio de conocimientos, compasión y aprecio cultural sigue siendo firme

UNA REFLEXION DE LA DRA. SUSIE VILLALOBOS



Le invitamos a unirse a nosotros en este viaje hacia una mejor salud y comprensión.

Juntos, podemos promover un ambiente inclusivo que reconozca las necesidades y fortalezas únicas de todas las personas, independientemente de sus antecedentes. Sigamos aprendiendo, apoyándonos y animándonos unos a otros, mientras nos esforzamos por construir una comunidad más saludable y resiliente.

Próximos Eventos e Iniciativas

A medida que avanzamos, nos complace anunciar varios eventos e iniciativas próximos:

Competencia Cultural en el Tratamiento y la Prevención de Adicción: Unase a nosotros para una serie de seminarios web centrados en la integración de la competencia cultural en las prácticas de prevención y tratamiento de adicciones.

Enfoque en las Comunidades Hispanas y Latinas: Destacaremos historias de éxito y enfoques innovadores dentro de las **Comunidades Hispanas y Latinas para Encarar el Uso de Sustancias y los Problemas Relacionados.**

Conversaciones Comunitarias Sobre la Salud Mental: Participe en nuestras discusiones impulsadas por la comunidad para tratar las preocupaciones de salud mental, romper el estigma y promover conductas de búsqueda de ayuda.



Haga [clic aquí](#) para acceder a nuestro ¡Latinos con Voz! Podcast

Agradecemos su continuo apoyo y colaboración. Juntos, podemos construir una sociedad más saludable y compasiva que valore la diversidad y priorice el bienestar mental. Abracemos el espíritu de "**Saber es Salud**" mientras nos embarcamos juntos en este viaje.

Con mis mejores deseos,

**Dra. Susie Villalobos, Ex-Directora de
Proyectos Nacional Hispano/Latino
ATTC-PTTC**

DESTACANDO A LOS EXPERTOS: FUNDACION AMERICANA PARA LA PREVENCION DEL SUICIDIO



La [Fundación Americana para la Prevención del Suicidio](#) (AFSP, *por sus siglas en Inglés*) se dedica a salvar vidas y brindar esperanza a todas las personas afectadas por el suicidio, incluidas aquellas que han experimentado una pérdida. La organización crea una cultura de defensa de la salud mental a través de educación pública y programas comunitarios que promueven la conversación sobre la prevención del suicidio.

El suicidio no discrimina y afecta a todos los sectores de nuestra sociedad. En los Estados Unidos, casi el 22% de los Hispanos y Latinos informan tener una enfermedad mental. Sin embargo, sólo el 36% de los Latinos reciben servicios de salud mental, en comparación con el 52% de los blancos ([SAMHSA](#)). Reducir las barreras socioeconómicas y culturales de larga historia dentro de la comunidad Latina es fundamental para combatir la equidad en la salud mental y salvar vidas.

También los esfuerzos de prevención son necesarios para brindar atención eficaz y culturalmente apropiada a estas personas que a menudo se encuentran en áreas rurales o áreas que experimentan escasez de profesionales médicos, especialmente aquellos que son bilingües. El año pasado, AFSP se asoció con

NLBHA para crear y lanzar [Talk Saves Lives™ \(TSL\)](#), [Una Introducción a la Prevención del Suicidio para Comunidades Latinas e Hispanas](#), una presentación comunitaria bilingüe centrada en la concientización sobre la salud mental y la prevención del suicidio a través del lente de las comunidades Latinas. La presentación es un reflejo de AFSP, Talk Saves Lives™, que cubre el alcance general del suicidio, la investigación sobre la prevención y lo que las personas pueden hacer para combatir el suicidio. Sin embargo, el módulo Latino se centra en el contexto específico de las comunidades Latinas e Hispanas y aborda algunos de los factores culturales, raciales, sistémicos y socioeconómicos que contribuyen a las barreras para buscar ayuda y acceso a cuidados.

El objetivo de esta colaboración era fomentar más conversaciones dentro de las comunidades Latinas y reducir el estigma cultural en torno a la salud mental y el suicidio. NLBHA ha posicionado a AFSP para proporcionar materiales culturalmente relevantes y ha reforzado su alcance en la comunidad Hispana. Desde el lanzamiento de la presentación en 2022, AFSP ha capacitado a 47 presentadores en 22 divisiones y ha alcanzado a más de 300 personas.

DESTACANDO A LOS EXPERTOS: FUNDACION AMERICANA PARA LA PREVENCION DEL SUICIDIO



Además, se puede acceder al sitio web de la organización en español y también tiene varios recursos en español disponibles, que incluyen:

- [#RealConvo](#) *en español* - guía sobre cómo iniciar y continuar una conversación auténtica sobre la salud mental y el suicidio con las personas en su vida y cómo pedir ayuda si tiene dificultades.
- [Más que Triste: Educación para Padres](#) *en español* - programa de 90 minutos que enseña a padres y tutores cómo reconocer signos de depresión y otros problemas de salud mental en sus hijos, iniciar una conversación con ellos sobre la salud mental y obtener ayuda.
- [Sobreviviendo una Pérdida por Suicidio](#) *en español* - guía de recursos y curación que brinda información sobre cómo afrontar la pérdida, la comunidad de sobrevivientes de pérdidas y recursos para ayudar en esta ruta.
- [Niños, Adolescentes y Pérdidas por Suicidio](#) *en español* - proporciona orientación sobre cómo brindar apoyo a los jóvenes sobrevivientes de pérdidas.

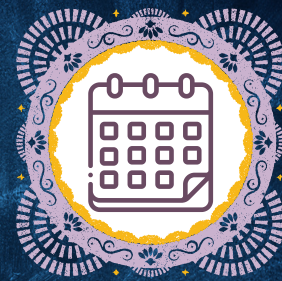
Muestra el impacto que tiene para salvar vidas un simple diálogo directo sobre el suicidio y cómo iniciar esas conversaciones. En el centro de la campaña hay un anuncio de servicio público en [inglés](#) también subtítulo en [español](#) y recursos en ambos idiomas en la página de la campaña. Como el mayor financiador privado de investigaciones sobre la prevención del suicidio en los EE. UU. y a nivel mundial,

AFSP está evolucionando continuamente su investigación no sólo para tener una mejor idea de cómo los diferentes grupos raciales se ven afectados por el suicidio, sino también para comprender los factores de riesgo que son exclusivos de estas comunidades. En los últimos años, las investigaciones han demostrado las formas en que el racismo estructural, los determinantes sociales de la salud y las desigualdades en salud afectan la salud mental y el riesgo de suicidio de las poblaciones multiculturales.

Como organización de salud, AFSP se dedica a promover la equidad y aumentar el acceso a los recursos de prevención del suicidio necesarios en las poblaciones desatendidas. Este Mes de la Herencia Hispana, AFSP lo invita a correr la voz sobre su información, recursos y programas educativos que pueden ayudar a nuestras comunidades a romper el estigma que rodea la salud mental, conocer las señales de advertencia del suicidio, buscar ayuda y brindar apoyo. Obtenga más información en [afsp.org](#) y [afsp.org/talkawaythedark](#).

AFSP continuará defendiendo la educación y la concientización para todas las comunidades y grupos marginados, sabiendo que se necesitan esfuerzos sostenidos y a largo plazo para mejorar el acceso a una atención de salud mental de calidad basada en evidencia y culturalmente informada.

PUNTOS DESTACADOS DEL TRIMESTRE Y CELEBRACIONES



¿Qué hicimos el trimestre pasado?

Por favor, visite nuestra página web para acceder a estos recursos:

 [La Población Hispana/Latina y el Sistema de Justicia Penal](#)

 [Comprender y Prevenir el Abuso Infantil](#)

 [Jóvenes en Edad de Transición](#)

 [Enfermedades Mentales Graves \(EMG\) y Trastornos Por Uso de Sustancias \(SUD\) Entre las Comunidades Hispana y Latina](#)

 [Experiencias Adversas en la Infancia \(ACEs, por sus siglas en inglés\) Trauma](#)

 [Discapacidad y Trastorno por Uso de Sustancias \(TUS\)](#)

 [Estigma y Trastorno por Uso de Sustancias \(TUS\)](#)

 [¡Latinos con Voz! Podcast - Avanzando Juntos - Maria Aponte](#)

¡CELEBRE CON NOSOTROS!

Septiembre	Octubre	Noviembre
<u>Mes de la Herencia Hispana</u>	<u>Mes Nacional de Concientización Sobre la Violencia Doméstica</u>	<u>Mes Nacional de la Herencia Nativa Americana</u>
<u>Mes Nacional de Prevención del Suicidio</u>	<u>Mes de Hablar Sobre las Prescripciones Médicas</u>	<u>Mes Nacional de Concientización Sobre el PPSI SIDA</u>

RINCON DE LOS MEDIOS



Serie de Podcast

Por favor visite [nuestra página](#) para escuchar nuestra serie de podcasts. Tenemos episodios en inglés, español y portugués sobre temas como SUD y estigma, La Ley de Estadounidenses con Discapacidades y SUD, ¡y mucho más!



eCompendio

Para acceder a los recursos y solicitar asistencia técnica, por favor visite:

[Guía y eCompendio de Programas Basados en la Evidencia](#)



Recursos Externos y de Asociados

La Red Nacional ADA ha publicado cuatro hojas informativas en nuestra Serie ADA, Recuperación de Adicciones.



Obtenga más información sobre cómo se aplica las leyes sobre Estadounidenses Con Discapacidades (ADA, *por sus siglas en Inglés*) a las personas con adicción al alcohol y a las personas en recuperación de opioides y otras drogas.

Estos se pueden encontrar en el sitio web del [Centro ADA de Nueva Inglaterra](#).

1. [La ADA, Adicción y Recuperación](#)
2. [La ADA, Adicción, Recuperación y Empleo](#)
3. [La ADA, Adicción, Recuperación y Gobiernos Estatales y Locales](#)
4. [La ADA, Adicción, Recuperación para Empresas Privadas y Organizaciones Sin Fines de Lucro](#)

En el Horizonte: Qué se Avecina?

Esté pendiente de los nuevos productos, entre los que se incluyen:

Nuevos Episodios
¡Latinos con Voz! Podcast Series

Nuevos Lanzamientos
Videos y Fichas Técnicas

Nuevos
Recursos

NHL ATTC Información de Contacto

Ana L. Chavez-Mancillas, MSW
NHL ATTC Directora de Proyecto Interina
(720) 607-7897
ACHavezM@nlbha.org

NHL PTTC Información de Contacto

Ana L. Chavez-Mancillas, MSW
NHL PTTC Directora de Proyecto Interina
(720) 607-7897
ACHavezM@nlbha.org

Elizabeth Rodriguez Diaz, BA
NHL PTTC Becaria de Prevención
Elizabeth@nlbha.org

 nlbha.org

 [Página Web NHL ATTC](http://nlbha.org)

 [/nhlattc](https://www.facebook.com/nhlattc)

 [/nhlattc](https://twitter.com/nhlattc)

 [/nhlattc](https://www.linkedin.com/company/nhlattc)

 [Catálogo de Productos y Recursos](#)

 nlbha.org

 [Página Web NHL PTTC](http://nlbha.org)

 [/nhlpttc](https://www.facebook.com/nhlpttc)

 [/nhlpttc](https://twitter.com/nhlpttc)

 [/nhlpttc](https://www.linkedin.com/company/nhlpttc)

 [Catálogo de Productos y Recursos](#)

Este trabajo cuenta con el apoyo de las subvenciones 5H79TI081174-04 y 1U79SP023012 del Departamento de Salud y Servicios Humanos, y la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias.

Las opiniones aquí expresadas son proporcionadas por el autor. En consecuencia, no reflejan oficialmente los puntos de vista, opiniones o posiciones oficiales de la Asociación Nacional Latina de Salud Mental (NLBHA, por sus siglas en inglés), el ATTC Nacional Hispano y Latino o el PTTC, ni tampoco la posición oficial del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS, por sus siglas en inglés), y/o la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés). No se pretende ni debe inferirse ningún apoyo o respaldo oficial del DHHS, SAMHSA, a las opiniones descritas en este documento.

Declaración de Inclusión

El ATTC Nacional Hispano y Latino y el PTTC son conscientes de que existe un importante debate centrado en la terminología que los individuos deciden utilizar para la identificación racial, étnica, patrimonial y cultural. Existen diferentes términos como Latinos, Hispanos, Latinx, Latine, Chicano y otros, todos igualmente valiosos. Abogamos por la autoidentificación de cada persona. Para los propósitos de este boletín y usos adicionales, nuestros Centros están utilizando el término Latino e Hispano.