

# PERSONAS LASTIMADAS, LASTIMAN PERSONAS

**El enfoque estratégico para server eficazmente a nuestra comunidad.**

Susana Medina, Supervisor-Best Start Wilmington  
Lirian Rodriguez, Project Coordinator- Best Start Wilmington  
Providence Little Company of Mary- Community Health

# Objetivos

---

Identificar 3 barreras para el bienestar de la comunidad.

---

Identificar los traumas más prevalentes dentro de nuestra comunidad.

---

Identificar 3 estrategias para integrar en el trabajo de promotoras y para poder ayudar mejor a la comunidad.



---

# TRABAJO COMUNITARIO



# ROMPE HIELO

Conociendo mi cuerpo y mis emociones



# Comprendiendo Nuestra Comunidad

En el condado de Los Angeles,

- 48.4% de la raza es Latino.
- 21.5% de adultos reportaron su salud ser regular o mala.
- 64% de adultos que reciben el apoyo social y emocional que necesitan.
- 11.8% de adultos están en riesgo de una depresión mayor.
- 8.6% de adultos están actualmente en depresión.

Los Angeles County Department of Public Health, Office of Health Assessment and Epidemiology. *Key Indicators of Health by Service Planning Area*; January 2017



*Nuestra Cultura. Nuestra Salud*

# ¿Que afecta nuestra salud?



L. Rodriguez

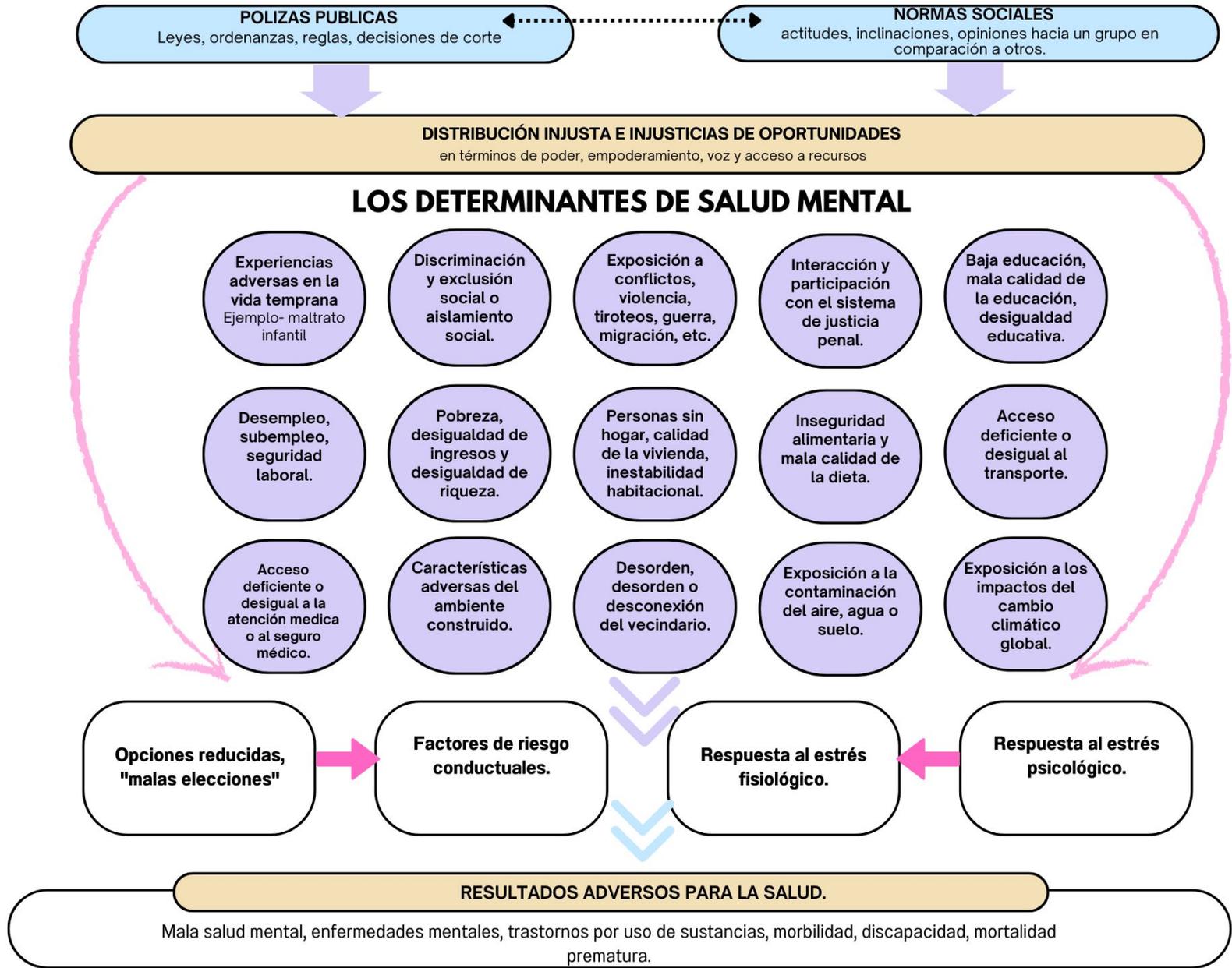


Diagrama traducido y adoptado de:  
Compton, M. T., & Shim, R. S. (2020). Why employers must focus on the social determinants of mental health. *American Journal of Health Promotion*, 34(2), 215-219. <https://doi.org/10.1177/0890117119896122c>

J. Rodriguez



# ESTRUCTURA SOCIAL Y FAMILIAR

# PIRÁMIDE DE MASLOW





# EMPODERAMIENTO CULTURAL

- ¿Qué países están presentes?



# Navegando a través de las barreras



Inequidad

Barreras  
debidas al  
idioma

Estigma

Diagnóstico  
erróneo

Preocupaciones  
sobre la privacidad

Seguro  
medico

Estatus  
migratorio

Remedios  
caseros

Fe y  
espiritualidad

# Trauma

*El trauma es una respuesta emocional a un evento terrible como un accidente, un crimen, un desastre natural, abuso físico o emocional, negligencia, experimentar o presenciar violencia, la muerte de un ser querido, la guerra y más. Inmediatamente después del evento, el shock y la negación son típicos. Las reacciones a largo plazo incluyen emociones impredecibles, flashbacks, relaciones tensas e incluso síntomas físicos como dolores de cabeza o náuseas.*

*Si bien estos sentimientos son normales, algunas personas tienen dificultades para seguir adelante con sus vidas. Los psicólogos pueden ayudarles a encontrar formas constructivas de manejar sus emociones.*

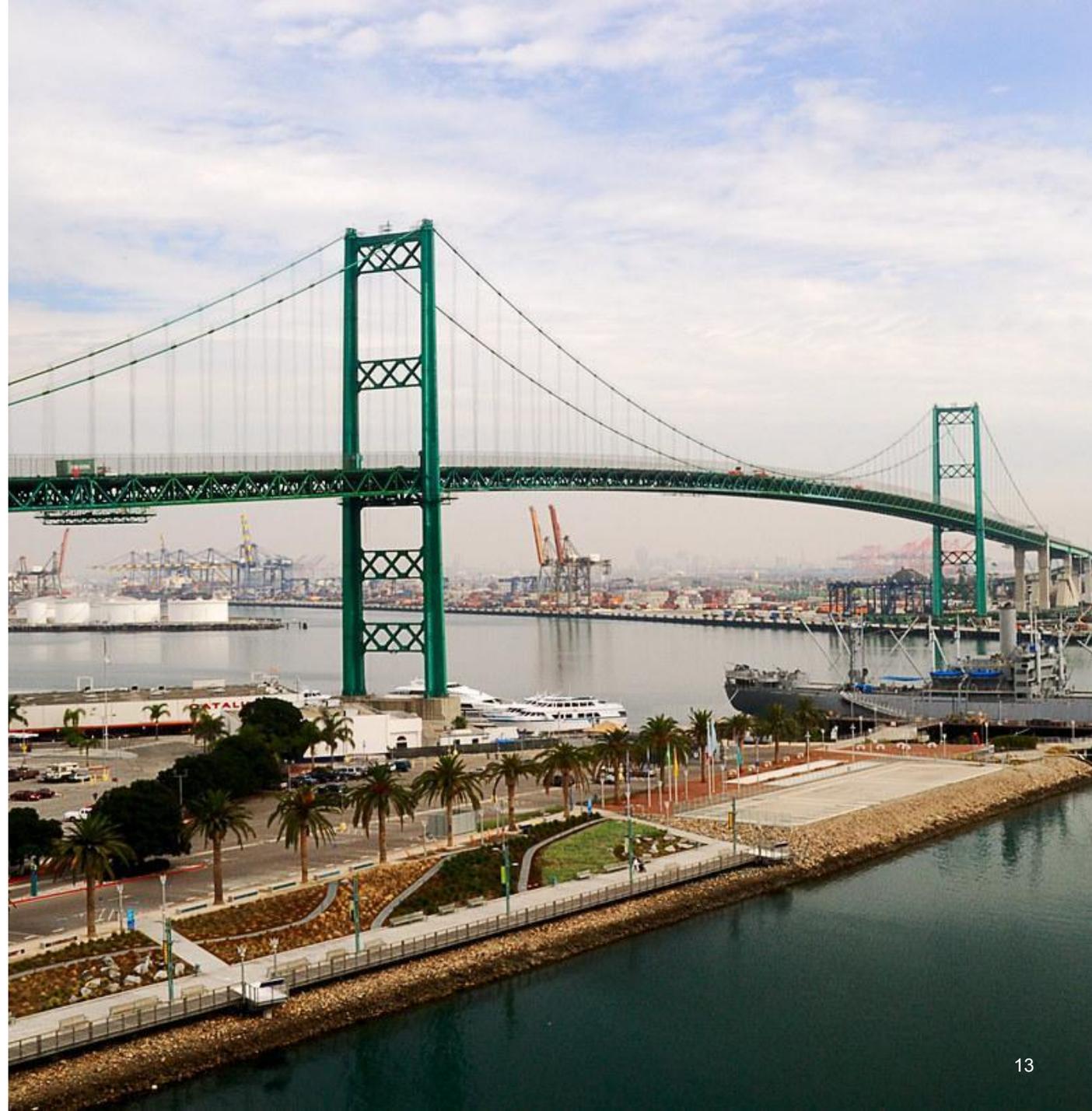
American Psychological Association. (2024 September 6). *Trauma*. <https://www.apa.org/topics/trauma/>

# Trauma en nuestra comunidad

*Las condiciones de salud mental comunes entre los latinos son trastorno de ansiedad generalizada, depresión mayor, trastorno de estrés postraumático (TEPT) y uso excesivo de alcohol y drogas. Además, el suicidio es una preocupación para los jóvenes latinos. Se estima que el 33% de los adultos latinos con enfermedades mentales reciben tratamiento cada año, en comparación con el promedio de los EE. UU. del 43%.*

National Alliance on Mental Illness. (2024 September 6). Mental Health Challenges and Support: Latinx Communities.

<https://namica.org/mental-health-challenges-in-latino-communities/#section-facts-about-mental-health-and-latino-communities>



# Pronóstico

*Prognóstico negativo*

# Entrevista motivacional

- La Entrevista Motivacional (MI) es una intervención basada en la evidencia para trabajar con personas que están considerando un cambio de comportamiento.



# — 4 Pasos Sencillos

*1. **Preguntas abiertas.** Evite hacer preguntas que puedan responderse con un "sí" o un "no". Las preguntas abiertas permiten la máxima libertad para responder sin temor a una respuesta correcta o incorrecta. Puede ser tan simple como: "¿Qué ha estado pasando contigo desde la última vez que nos vimos?" Otra pregunta, apropiada para casi cualquier persona, sería: "Si tuvieras un hábito que quisieras cambiar para mejorar tu salud, ¿cuál sería?"*

*2. **Afirmaciones.** Nunca subestime el poder de expresar empatía durante los momentos difíciles o para celebrar los logros de los pacientes. Cuando revise las metas de los pacientes, alégrese de su éxito y muestre tu alegría.*

AAFP. (2024 September 6). Encouraging Patients to Change Unhealthy Behaviors With Motivational Interviewing

<https://www.aafp.org/pubs/fpm/issues/2011/0500/p21.html>

# — 4 Pasos Sencillos

**3. Escucha reflexiva.** Su papel es ayudar a guiarlos. La escucha reflexiva consiste en dejar que expresen sus pensamientos y luego, en lugar de decirles qué hacer, capturar la esencia de lo que han dicho, con el propósito de provocar una conversación y ayudarlos a llegar a una idea de cambio. He aquí un ejemplo:

*Cliente: "Ojalá no comiera tanta comida rápida".*

*Promotora: "Usted come comida rápida con bastante frecuencia".*

*Cliente : "Prácticamente todos los días. Sé que no debería, pero es más fácil".*

*Promotora : "Es más fácil porque no tienes que planificar y cocinar las comidas".*

*Cliente : "Y puedo pasar por la ventanilla; ¡super rápido!".*

*Promotora : "Así que no quieres renunciar a la comodidad de la comida rápida, pero te gustaría comer más sano".*

*Cliente : "Correcto. ... Supongo que hay algunos elementos saludables en el menú".*

AAFP. (2024 September 6). Encouraging Patients to Change Unhealthy Behaviors With Motivational Interviewing

<https://www.aafp.org/pubs/fpm/issues/2011/0500/p21.html>

# — 4 Pasos Sencillos

*4. **Resúmenes.** Resumir implica recapitular lo que el paciente ha dicho, llamar la atención sobre los elementos más destacados de la discusión y permitir que la promotora corrija cualquier malentendido y agregue cualquier cosa que se haya perdido. Los resúmenes pueden ocurrir a lo largo de la visita, pero son particularmente útiles para cerrar la visita. Es eficaz terminar un resumen con una declaración abierta como "Me pregunto qué estás sintiendo en este momento" o "Me pregunto cuál crees que debería ser tu próximo paso".*

*Con estas técnicas, puede ayudar al cliente a identificar un objetivo específico y alcanzable. El cliente debe afirmar que realmente logrará el objetivo, no solo lo intentará. Pídale al cliente que indique la meta (esto ayuda a confirmar el acuerdo) y luego escríbala en la historia, haciéndole saber al cliente que la revisarán juntos en la próxima visita, o tal vez por teléfono o correo electrónico entre visitas.*

AAFP. (2024 September 6). Encouraging Patients to Change Unhealthy Behaviors With Motivational Interviewing

<https://www.aafp.org/pubs/fpm/issues/2011/0500/p21.html>

A photograph of two women in athletic wear standing outdoors. The woman on the left is wearing a bright pink long-sleeved shirt and a matching headband, with her hair in a ponytail. The woman on the right is wearing a light blue long-sleeved athletic top. They are both looking at each other and appear to be in conversation. The background is a blurred outdoor setting with trees and a building.

**¡VAMOS A PRACTICAR!**

# Enfoque estratégico



Entrevista Motivacional



Modelos de entrenamiento interactivos



El seguimiento y el compromiso equivalen a la retención



Atención digna a través de la logística

# Facilitadoras

SUSANA MEDINA, MS

SUSANA.MEDINA@PROVIDENCE.ORG



LIRIAN RODRIGUEZ, CHES®

LIRIAN.RODRIGUEZ@PROVIDENCE.ORG

