

Mes Nacional

de Salud Mental de las Minorías

JULIO 2013

Mes Nacional de Concientización de Salud Mental de Minorías *Guía de Actividades y Recursos*

Proyecciones recientes de la Oficina del Censo de Estados Unidos indican que las minorías serán la mayoría en el año 2042 y que más de una de cada dos personas agregada a la población nacional entre el 1 de julio de 2007 y el 1 de julio de 2008 fue hispana/latina. Ya que los latinos, y otras minorías, también están afectados por los trastornos mentales y necesitan información, ayuda, tratamiento y apoyo, es muy importante que aprovechemos recursos y celebraciones existentes para educar a la comunidad. Una de estas celebraciones tiene lugar en el mes de julio, que en el año 2008 fue proclamado por la Cámara de Diputados del Congreso de EE.UU. como Mes Nacional Bebe Moore Campbell de Concientización de Salud Mental de Minorías.

Durante este mes, los líderes de NAMI y de otras organizaciones hermanas pueden crear concientización sobre trastornos mentales, tratamientos y recuperación organizando eventos actividades especiales. La verdad hay muchas opciones y muchos tipos de eventos que se pueden realizar para ayudar a la comunidad latina a conocer y entender mejor a estas enfermedades. ¡No importa que tipo de evento organice, sino que lo organice!

Recursos Disponibles

El Centro de Acción Multicultural de NAMI ha creado una variedad de recursos que usted puede utilizar para ayudarle a celebrar este mes:

- **Logotipo** –en inglés y español
- **Carteles** publicitarios
- **Comunicado de prensa**

Estos recursos están disponibles en el sitio web de NAMI: www.nami.org/minoritymentalhealthmonth.

Sugerencias de eventos que puede organizar

- Una presentación de En Nuestra Propia Voz u otro tipo de testimonio de la experiencia vivida por una persona que tiene uno de estos trastornos. Esto puede hacerse en un local comunitario específico –un centro comunitario, una iglesia, etc.



- Una sesión de “Pregúntele al Doctor” concentrándose en salud mental en la comunidad latina o concentrándose en temas tales como desigualdades o competencia cultural en el tratamiento.
- Un festival de salud que incluya evaluación gratuita de salud mental en un local multicultural y asegurarse de tener materiales e instrumentos disponibles en inglés y español.
- Donación de libros sobre salud mental de minorías a su biblioteca local tales como:
 - *Las Siete Creencias: Guía para Ayudar a las Latinas a Reconocer y Sobreponerse a la Depresión* por Belisa Lozano-Vranich y Jorge R. Petit (en inglés y español)
 - *No Estoy Enfermo; No Necesito Ayuda* por Xavier Amador (en inglés y español)

Tome una foto del líder de NAMI y el/la bibliotecario/a recibiendo la donación y envíela con una síntesis al periódico local.

- Ponga afiches del Mes Nacional de Salud Mental de Minorías en bibliotecas, salas de espera, cafeterías, iglesias, etc.
- Use medios de comunicación latinos para propagar su mensaje. Los medios pueden ser la mejor forma de comunicar sus mensajes al público. Contacte a un canal de televisión local, publique un comunicado de prensa (en inglés y español), escriba una carta al editor del periódico local, etc.

Creación del Mes de Salud Mental de las Minorías

En mayo del año 2008, la Cámara de Diputados de Estados Unidos proclamó a julio como el Mes Nacional Bebe Moore Campbell de Concientización de Salud Mental de Minorías. La resolución, auspiciada por el Diputado Albert Wynn [D-MD] y co-auspiciada por un grupo bi-partidario grande, fue aprobada en reconocimiento de que:

- mejor acceso a tratamientos y servicios de salud mental y concientización pública sobre trastornos mentales son de fundamental importancia; y
- un mes apropiado debe ser reconocido como Mes Nacional Bebe Moore Campbell de Concientización de Salud Mental de Minorías para aumentar la concientización pública de trastornos mentales entre minorías.