Rompiendo el Silencio: Una inmersión profunda en los determinantes sociales de los problemas de salud mental en las comunidades Latinas de los Estados Unidos a través de una revisión de la literatura y con un enfoque socio ecológico

Sierra Rosado

SPAN 4190

Dra. Moore

11 de diciembre de 2023

**Resumen**

Este artículo científico investiga los determinantes sociales (DSS) de la salud mental dentro de las comunidades Latinas en los Estados Unidos (EE. UU.) a través de un enfoque socio-ecológico basado en una revisión exhaustiva de la literatura. La metodología incluye un análisis de revisión de artículos revisados por pares, estudios descriptivos basados en revisión de literatura y datos estadísticos. Este artículo incluye hallazgos clave que destacan el impacto sobre de las creencias culturales, el nivel educativo, el estatus socioeconómico, el estigma cultural y las barreras sistémicas en los niveles de salud mental. La investigación en sí misma reflexiona aún más sobre los comportamientos positivos y negativos de salud mental que están asociados con los trastornos de salud mental y su correlación con los desafíos únicos que enfrentan los Latinos en los Estados Unidos. En el artículo se examinan los beneficios de los programas y estrategias basados en la evidencia que ilustran el éxito en la reducción de los problemas de salud mental, ya que se centran en intervenciones comunitarias culturalmente sensibles y la capacitación profesional de la salud. El artículo más adelante proporciona un énfasis en las recomendaciones para proveedores de atención médica culturalmente competentes, políticas de apoyo para aumentar la disponibilidad de servicios de salud mental, y el papel de los programas de educación y divulgación para promover la conciencia de salud mental en las comunidades Latinas.

**Introducción**

Existe un valor reconocido en promover prácticas de bienestar mental para reducir condiciones de salud mental en la comunidad Latina de los Estados Unidos (EE. UU.) (Alegría, 2018). Los desafíos de salud mental son afecciones que persisten un año o más y requieren apoyo psicológico (Henderson, 2013). Ciertos comportamientos de salud mental (CSM) pueden adoptarse en cualquier etapa de la vida, impactando la salud emocional y psicológica. Estos CSM pueden definir como factores que afectan componentes emocionales, psicológicos, sociales, físicos, o espirituales del ser humano (Alegría, 2016). Estos CSM moldean la salud mental y el equilibrio emocional tanto de individuos como de comunidades; estos comportamientos están notablemente influenciados por los Determinantes Sociales de la Salud (DSS). Los DSS se refieren a las condiciones sociales ambientales, como la desigualdad de ingresos, la discriminación y el acceso a la educación y la atención médica, que influyen en el bienestar de un individuo (Deferio, 2019). Los CSM pueden influenciar el deterioro o el mejoramiento del bienestar mental. Por ejemplo, el estrés crónico y la negligencia del autocuidado son comportamientos negativos que afectan el bienestar emocional (Bucay-Harai, 2020). En contraste, los comportamientos positivos incluyen buscar apoyo social o practicar técnicas de reducción del estrés. Los hábitos de salud mental negativos aumentan la probabilidad de desarrollar trastornos de salud mental; sin embargo, el mantenimiento de hábitos positivos se relaciona con una menor probabilidad de enfrentar estos desafíos de salud mental (Bucay-Harai, 2020)

Al adentrarnos profundamente en el vasto panorama de la salud mental entre las poblaciones en los EE. UU, se revelan desafíos únicos dentro de la comunidad latina. La comunidad Latina en EE. UU., que representa el 18,5% de la población total, enfrenta desafíos únicos en salud mental (Brown, 2021. Hay una tendencia preocupante en los EE. UU. de que los Latinos representen el 15,7% de las tasas de pobreza, a pesar de que aproximadamente el 68,3% de los Latinos nacieron originalmente en los EE. UU. Esta es una situación directamente vinculada a niveles elevados de estrés, ansiedad, y trastornos depresivos (Brown, 2021). También, los Latinos son el grupo con el nivel más bajo de educación en los EE. UU. Solo 23% de los Latinos han tenido un bachillerato mientras 26% de los Afroamericanos y 45% de la gente blanca tiene el bachillerato (Mora, 2022).

Entre las enfermedades más comunes en las poblaciones Latinas de EE. UU., destacan la obesidad, la diabetes tipo dos, enfermedades hepáticas y el cáncer, siendo la obesidad la enfermedad más prevalente, con un 42.9% de afectación en esta comunidad (Fernandez, 2021). Además, las principales causas de muerte incluyen principalmente enfermedades cardíacas, seguidas por el cáncer y luego lesiones no intencionales (Bilal, 2021). Un factor crítico que afecta el acceso a la salud mental es la falta de seguro médico, particularmente entre los Latinos (Pabayo, 2022).También, se informó que las mujeres Latinas tienen tasas más altas de episodios depresivos en comparación con sus contrapartes blancas no Latinas. Por tanto, es urgente y esencial comprender y abordar los desafíos únicos de salud mental que enfrenta la comunidad Latina.

Numerosos DSS y factores culturales tienen un impacto considerable en la salud mental de las comunidades Latinas. Estos determinantes incluyen la estabilidad económica, las oportunidades educativas, la accesibilidad y calidad de la atención de salud mental dentro de la comunidad. Estos factores multifacéticos influyen de manera conjunta en el bienestar mental de las personas Latinas, resaltando la necesidad de estrategias integrales que aborden y mitiguen estos determinantes para fomentar mejores resultados en la salud mental (McSorley, 2023).El Modelo Socio-Ecológico (MSE) (Figura 1), descrito por el Instituto Nacional de Salud (NIH), considera que los comportamientos individuales se originan de la interacción entre creencias personales y estructuras sociales. Abarcando varios niveles – intrapersonal, interpersonal, organizacional, comunitario, política pública – este modelo proporciona una perspectiva integral para comprender los DSS (Rivera, 2023). En este artículo, se explorarán los DSS en cada nivel para entender cómo afectan la salud mental de las poblaciones Latinas. Además, el NIH subraya el papel de los DSS – condiciones arraigadas en el entorno de uno que influyen significativamente en los resultados de salud y calidad de vida. Mediante el MSE, se logra una comprensión detallada de estas influencias en la salud proporcionando pautas para mejorar los resultados de salud en comunidades como las Latinas en EE. UU. (Rivera, 2023).

Figura 1: Modelo Socio Ecológico de la Salud (Research Gate, 2015)



En este artículo científico se discutieron algunos de los DSS que influyen en los problemas de la salud mental en las comunidades Latinas en los EE. UU., utilizando un enfoque socio-ecológico y basado en una revisión de la literatura científica. Además, se describieron programas y estrategias basados en evidencia que han demostrado éxito en mejorar los problemas de salud mental en esta población. Este artículo científico pretende ser una guía para promover una mejor conciencia y promoción de mejores resultados de salud dentro de estas comunidades. La metodología está basada en una revisión de la literatura que incluyó artículos científicos revisados por colegas, estudios descriptivos con un base a una revisión de la literatura científica sobre el tema, y recursos del sitio web sobre estadísticas recientes. Además se examinan soluciones innovadoras, destacando intervenciones comunitarias, campañas de concienciación, terapias culturalmente adaptadas y programas de formación para profesionales de la salud, con el fin de proporcionar un abanico de opciones efectivas para mejorar la salud mental en estas comunidades (Cabassa, 2006). Se concluye este artículo científico con recomendaciones y próximos pasos para profesionales, activistas y líderes comunitarios interesados en trabajar diligentemente para mejorar la salud mental en comunidades Latinas. La intención es que este artículo científico sirva no solo como un análisis informativo, sino también como un llamado a la acción y una herramienta práctica para impulsar el cambio y promover el bienestar en estas comunidades.

**Revisión de la Literatura**

**Determinantes Sociales de la Salud a Nivel Intrapersonal**

Los problemas de salud mental en las comunidades Latinas a nivel intrapersonal son una preocupación compleja y apremiante. A este nivel de análisis las actitudes, creencias, y percepciones desempeñan un papel fundamental en la forma en que las personas dentro perciben y gestionan su bienestar mental (Cordova, 2014). El estigma y las actitudes culturales a menudo contribuyen a la reticencia en buscar apoyo en salud mental, ya que las creencias negativas sobre la efectividad de dichos servicios pueden actuar como barreras significativas. Además, los estresores únicos y los desafíos socioeconómicos a los que se enfrentan muchos Latinos en los EE. UU. pueden aumentar el riesgo de problemas de salud mental (Deferio, 2019). Por lo tanto, abordar las preocupaciones de salud mental dentro de la comunidad Latina requiere no solo no estigmatizar la salud mental, sino también fomentar actitudes y creencias positivas sobre la búsqueda de ayuda. Los DSS de este nivel de MSE que se discutirá son el limitado dominio del inglés y el estigma cultural.

***El limitado dominio del inglés***

En un estudio (Zhang, 2012) se llevaron a cabo encuestas a 415 inmigrantes hispanos en California para investigar el nivel de proficiencia en inglés y las barreras percibidas en relación con la salud mental. Los resultados indicaron que el 71,1% de los encuestados con habilidades limitadas en inglés experimentaron niveles elevados de estrés y ansiedad relacionados con las barreras lingüísticas (Zhang, 2012). También se identificó que aquellos con competencia limitada en inglés tienden a tener menos acceso a servicios de salud mental de calidad. Sin embargo, aquellos que poseían un nivel adecuado de inglés se sentían más confiados y cómodos al buscar servicios de salud mental y consideraban el acceso a estos servicios como una parte esencial de su bienestar (Zhang, 2012).Esta investigación en California destaca la importancia de la proficiencia en el idioma como un determinante de la salud mental. Aquellas personas que reconocieron la importancia del dominio del inglés para su bienestar mental buscaron activamente recursos y apoyo, mientras que aquellos que no lo hicieron enfrentan desafíos significativos en su bienestar emocional y psicológico (Salihu, 2015).

***El estigma cultural***

En un estudio (Alegría, 2018) se llevaron a cabo encuestas con 398 individuos hispanos en dos comunidades distintas en Texas para profundizar en los efectos intrínsecos de los estigmas culturales y cómo se relacionan con los resultados de salud. Los datos revelaron que el 67,6% de los participantes creían que su salud se veía afectada negativamente por los estigmas culturales predominantes (Alegría, 2018). Aquellos que trabajaron conscientemente contra estos estigmas mostraron un enfoque más resiliente hacia su bienestar, identificando la conciencia sobre la salud como un aspecto crítico de su vida cotidiana (Rivera, 2023). Además, esta investigación explica cómo las personas entre la comunidad Latina tienen miedo a ser etiquetados como enfermos mentales porque tienen la vergüenza de buscar ayuda. Se encontró que es común para algunas personas el ser percibidos como débiles al buscar ayuda, ya que hay un fuerte énfasis en la independencia y moderación emocional dentro de la comunidad Latina también. Esta investigación en Texas subraya las profundas batallas internas enfrentadas por individuos debido a puntos de vista culturales arraigados, destacando la importancia de las percepciones culturales como tanto una barrera como un motivador en las búsquedas de salud (Rivera, 2023).

**Determinantes Sociales de la Salud a Nivel Interpersonal**

 Los problemas de salud mental en el nivel interpersonal presentan una preocupación más amplia por la comunidad Latina. En el nivel interpersonal, interacciones sociales, relaciones, and apoyo comunitario son componentes integrales de como individuos dentro de comunidades Latinas reciben y dirigen su la salud mental (Morales-Brown, 2021). Fuertes relaciones de apoyo social, que incluyen la familia y los lazos comunitarios, pueden actuar como factores protectores al proporcionar apoyo emocional a las personas que enfrentan desafíos de salud mental. Además, el énfasis en el “familismo”, el valor y lealtad hacia la familia, a menudo ejerce una presión sobre los individuos para que prioricen las necesidades familiares antes del bienestar personal. La norma cultural de “simpatía” también puede disuadir las conversaciones abiertas sobre salud mental, ya que los individuos pueden no querer cargar a otros, especialmente miembros de su familia, con sus problemas (Morales-Brown, 2021). Los DSS de este nivel de MSE que se discutirá son el estrés de la aculturación y el apoyo social relaciones.

***El estrés de la aculturación***

 Dentro de un estudio específico (Rivera, 2023) que involucró a 432 inmigrantes Latinos en Nueva York, el enfoque se centró en comprender el impacto del estrés de aculturación en la salud mental. Los resultados revelaron que el 65,4% de los participantes que enfrentaban niveles elevados de estrés de aculturación informaron experimentar síntomas de depresión y ansiedad (Rivera, 2023). El estrés de aculturación aparece a medida que los individuos se adaptan a una nueva cultura mientras intentan preservar su identidad cultural original. El estrés de la aculturación puede crear barreras para acceder a los servicios de salud debido a limitado dominado del inglés y el miedo a la discriminación. También se encontró que la falta de competencia cultural puede disminuir el tratamiento efectivo basado en normas y valores culturales (Deferio, 2019). Esta investigación subraya la influencia sustancial del estrés de aculturación como un determinante social que afecta la salud mental dentro de la comunidad Latina. También el estudio muestra la importancia de las personas que reconocen los desafíos asociados con el estrés de la aculturación, y como los hace más propensos a buscar apoyo, interactuar con sus comunidades y desarrollar mecanismos efectivos de afrontamiento. En resumen, la investigación explica la importancia de proporcionar recursos y apoyo comunitario para abordar el estrés de aculturación y promover resultados positivos en la salud mental de los individuos Latinos (Rivera, 2023).

***Relaciones sociales de apoyo en las comunidades***

Uno de los DSS que ha ganado un reconocimiento creciente por su papel crucial son las relaciones sociales de apoyo. En una investigación científica (Salihu, 2015) el objetivo era comprender la intrincada interacción entre las relaciones sociales de apoyo y la salud mental entre los Latinos que residen en Arizona. Se encuestó a una muestra diversa de aproximadamente 450 individuos de diversos orígenes Latinos. Los participantes proporcionaron perspectivas sobre la presencia de las conexiones sociales de apoyo en sus vidas. También, los participantes indicaron sus niveles de salud mental, como los niveles de estrés y depresión (Salihu, 2015). Los resultados de esta investigación demostraron que las personas que informaron tener relaciones sociales de apoyo sólidas mostraron una reducción del 32,3% en los niveles de estrés y depresión en comparación con sus contrapartes que tenían relaciones limitadas. Además, este estudio expone que las relaciones sociales de apoyo tienen un papel crítico para el impacto negativo de otros DSS que pueden afectar la salud mental dentro de la comunidad Latina. Por ejemplo, las relaciones pueden proporcionar fortaleza emocional para el estigma cultural o pueden ayudar las barreras del idioma, ya que las relaciones sociales de apoyo pueden asistir individuos acceder a los recursos que necesitan. En resumen, este estudio demuestra la importancia de tener relaciones sociales de apoyo dentro de la comunidad Latina (Salihu, 2015).

**Determinantes Sociales de la Salud a Nivel Organizacional**

 A nivel organizacional, abordar la salud mental dentro de la comunidad Latina implica el involucrar las organizaciones que desempeñan un papel vital en la prestación de servicios de salud mental y apoyo (Alegría, 2018). Estas organizaciones son diversas y pueden incluir centros de salud comunitaria, instituciones educativas, y grupos de apoyo comunitario. Además, estas organizaciones desempeñan un papel crucial en la formación de la percepción de los problemas de salud mental dentro de la comunidad Latina. Este nivel ayuda a establecer la base para políticas, programas, y actitudes que impactan en la accesibilidad y eficacia de los servicios de salud mental también. Sin embargo, las barreras dentro de este nivel pueden incluir estigmas culturales y disparidades socioeconómicas. El nivel organizacional dentro de la comunidad Latina nos ayuda a entender también que es importante desestigmatizar la salud mental y adoptar actitudes y políticas positivas que apoyen la búsqueda de ayuda para la salud mental también (Morales-Brown, 2021). Los DSS de este nivel de MSE que se discutirá son la competencia cultural y la educación.

***La competencia cultural en el sistema de salud***

Dentro de un estudio detallado (Gopalkrishnan, 2018) se encuentra una exploración del efecto de la competencia cultural a nivel organizativo, específicamente en lo que respecta a sus implicaciones en la salud mental y el bienestar de los Latinos que residen en los EE. UU. Esta extensa investigación involucró a una cohorte diversa de más de 600 participantes de diferentes vidas. Estos individuos luego proporcionaron información sobre sus interacciones con organizaciones dentro de su propio sistema y apoyo comunitario (Gopalkrishnan, 2018). La investigación también analizó si organizaciones que tienen servicios de competencia cultural se correlacionan con mejoras en los resultados de salud mental. Los participantes que informaron tener servicios disponibles de organizaciones culturalmente competentes tuvieron mejoras significativas en sus resultados de salud mental. Experimentaron una reducción sustancial del 25,7% en el estrés y los síntomas depresivos, en comparación con aquellos que tienen ausencia de competencia cultural en sus servicios de salud **(**Gopalkrishnan, 2018). Uno de los resultados más importantes de este estudio es el potencial de la competencia cultural, ya que no es solo un concepto, sino un enfoque que las organizaciones deben adoptar para mejorar la salud mental de la población Latina. En general, el estudio destaca la idea de que las organizaciones inviertan más dinero y tiempo en capacitación y recursos de competencia cultural, ya que promueve una atención médica equitativa (Gopalkrishnan, 2018).

***El nivel educativo alcanzado***

Acceso a servicios educativos de calidad es un determinante social fundamental que influye significativamente en los resultados de salud mental. En la comunidad Latina, las disparidades educacionales pueden aumentar los desafíos de salud mental, llevando estrés, ansiedad, y depresión (Pérez-Flores, 2021). Al nivel organizacional, las instituciones de educación tienen el poder para hacer un gran impacto, especialmente proveyendo escuelas que son culturalmente sensibles y la igualdad de oportunidades para estudiantes Latinos. Un estudio realizado por la Organización de Salud Latino (Pérez-Flores, 2021) para ver la relación entre educación y salud mental dentro de la comunidad Latina también, tomó registros académicos y valoró las tasas de deserción escolar, asistencia, y rendimiento académico de diferentes escuelas en consideración para seguir la tendencia de salud mental en estudiantes Latinos. El estudio encontró que la tasa de deserción escolar de los estudiantes Latinos era un 20% más alta que la de los estudiantes no Latinos. Sin embargo, el estudio también encontró que en otras escuelas que ofrecían acceso educativo de calidad a programas de apoyo entre pares, clases de inglés para estudiantes Latinos, y la transición de competencias culturales tuvieron una disminución del 25% en el estrés y la ansiedad (Pérez-Flores, 2021). En resumen, el acceso a los servicios educativos de calidad influye en la salud mental y puede ayudar a mejorar los resultados psicológicos en la comunidad Latina.

**Determinantes Sociales de la Salud a Nivel Comunitario**

La salud mental a nivel comunitario es importante, ya que ayuda a moldear el estado de salud mental en la comunidad Latina. Un factor clave en este nivel es la promoción de la conciencia sobre la salud mental en la comunidad Latina, ya que ayuda a reducir los estigmas y a aumentar el conocimiento sobre los problemas de salud mental. Otro factor crucial en este nivel es la accesibilidad de los servicios de salud mental, ya que existen brechas entre la comunidad Latina y la atención de la salud mental porque hay clínicas comunitarias y centros de salud limitados que ofrecen servicios de salud mental culturalmente sensibles (Braveman, 2014). Este nivel incluye también a líderes comunitarios, organizaciones, y proveedores de atención médica. El nivel comunitario debe priorizar la disminución de los estigmas de los problemas de salud mental, enfatizando la importancia de buscar ayuda y proporcionar recursos para ayudar a los desafíos de salud mental que enfrenta la comunidad Latina. Los DSS de la salud que se discutirán en este nivel serán el transporte para los servicios de salud y las oportunidades de trabajo.

***El transporte limitado para los servicios de salud***

 El transporte es un determinante social crucial de la salud a nivel comunitario dentro de las comunidades Latinas. En muchas comunidades Latinas, el transporte público es escaso o inexistente, lo que dificulta las citas médicas regulares y agrava los problemas de salud mental (Johnson, 2021). Un estudio en particular (Syed, 2013) estudió las tasas de asistencia a citas de salud mental en vecindarios Latinos, comparando áreas con transporte deficiente con aquellas con mejores opciones. Se observó que en barrios con transporte público limitado, las citas de salud mental no asistidas eran un 48% más altas, y los residentes experimentaban un 30% más síntomas graves de salud mental, incluyendo depresión y ansiedad (Syed, 2013). Esta situación se agrava por el estrés de perder citas o tener que reprogramarlas, a menudo llevando a brechas en el tratamiento y aumentando los problemas de salud mental. Este estudio demuestra que el acceso limitado al transporte puede empeorar la salud mental debido al aumento del estrés y la ansiedad correlacionados con este determinante social de la salud (Syed, 2013).

***Las oportunidades de trabajo***

 Las oportunidades de trabajo son un DSS vital a nivel comunitario y para la salud mental en las comunidades Latinas, proporcionando estabilidad financiera y bienestar psicológico. La calidad y disponibilidad de estas oportunidades están directamente relacionadas con niveles de estrés, ansiedad y depresión. Muchas veces, los trabajos disponibles para la comunidad Latina ofrecen bajos salarios y pocos beneficios, incluyendo acceso limitado a atención médica, y se ven afectados por barreras como el dominio limitado del inglés y la discriminación laboral (Leibert, 2020). Un estudio particular (Furman, 2009) con 500 Latinos evaluó la relación entre la percepción de oportunidades de trabajo limitadas y la salud mental. Los resultados indicaron que el 42% de los encuestados reportaron baja satisfacción laboral por salarios insuficientes y malas condiciones de trabajo, lo que llevó al 64% a experimentar síntomas de estrés crónico y ansiedad. Estos resultados confirman una conexión significativa entre las oportunidades laborales y la salud mental en la comunidad Latina (Furman, 2009).

**Determinantes Sociales de la Salud a Nivel de Políticas**

A nivel de políticas, varios determinantes impactan significativamente la salud mental de la comunidad Latina en los EE. UU. Las decisiones y marcos de políticas juegan un papel clave en la disponibilidad y accesibilidad de los servicios de salud mental para los Latinos, lo que influye en su estado de salud general (Morales, 2020).Las políticas que buscan ampliar la cobertura, como la Ley de Atención Médica Asequible, son cruciales para mejorar la salud mental, aunque deben considerarse otros factores. Los Latinos a menudo tienen dificultades para acceder a servicios de salud mental debido a varios factores, desde políticas de salud hasta leyes de inmigración. Es esencial que los encargados de las políticas reconozcan los desafíos que enfrentan los Latinos en EE. UU. y trabajen en leyes y regulaciones que fomentan la equidad en la salud mental (Morales, 2020). Los DSS de la salud que se discutirán en este nivel son el acceso al seguro de salud y el estado de la documentación dentro de la comunidad Latina.

***El acceso al seguro de salud***

 El acceso al seguro de salud es un DSS significativo que impacta el resultado de la salud mental en la comunidad Latina. La ausencia de seguro médico limita el acceso a servicios de salud mental, convirtiéndolos en una carga económica para muchos Latinos en EE. UU. Un estudio de caso (Perreira, 2021)incluyó 500 Latinos, divididos entre asegurados y no asegurados, y examinó esta relación. Los hallazgos revelaron que los Latinos sin seguro experimentaban tasas más altas de trastornos mentales no tratados, con un 45% mostrando un incremento en el trastorno depresivo mayor y un 40% en el trastorno de ansiedad, debido a la falta de acceso y los altos costos. En contraste, los participantes asegurados tenían una tasa de utilización de servicios de salud mental 33% mayor. Estos resultados indican una correlación significativa entre la falta de seguro médico y el aumento de problemas de salud mental en la comunidad Latina (Perreira, 2021).

***El estado de la documentación***

 El estado de la documentación es un DSS influenciado por políticas de inmigración en EE. UU., y es un determinante social clave para la salud mental en la comunidad Latina (Cross, 2023).Un estudio (Bucay-Harari, 2020) que comparó a 250 Latinos documentados e indocumentados encontró que la indocumentación lleva a un temor constante a la deportación y un acceso limitado a la atención médica, afectando negativamente la salud mental. Los participantes respondieron una serie de encuestas sobre su salud mental, su experiencia con la inmigración y cómo su estatus documental afecta su acceso a la atención médica (Bucay-Harari, 2020). Entre los indocumentados, un 70% evitaba lugares públicos por miedo a ser detectados, y cerca del 63% sentía aislamiento social. Este grupo presentó niveles de depresión y ansiedad significativamente más altos que sus pares documentados. Por otro lado, los participantes documentados mostraron una tasa de ansiedad y depresión un 41% menor, destacando el impacto del acceso a servicios de salud mental. En resumen, se puede afirmar que el estado de la documentación es un DSS fundamental de la salud mental en la comunidad Latina, debido a los desafíos y restricciones causados por esta condición (Bucay-Harari, 2020).

**Programas y estrategias basadas en evidencia que aumentarán el nivel de apoyo y acceso a una buena salud mental para las comunidades Latinas en la EE. UU.**

 “El Proyecto Dulce” (Gilmer, 2005)en San Diego, California demuestra un enfoque eficaz en el tratamiento de problemas de salud mental en la comunidad Latina. Inicialmente enfocado en enfermedades crónicas como la diabetes, el programa expandió su alance para incluir la gestión de estrés, ansiedad, y depresión. Su éxito radica en su sensibilidad cultural, ofreciendo servicios bilingües y considerando los valores culturales y sociales Latinos. Este enfoque se ve reforzado por la inclusión de promotores de salud con antecedentes culturales similares, mejorando la comunicación y la confianza con los participantes (Fortmann, 2017). El Proyecto Dulce amplió su enfoque para educar a los participantes sobre el manejo psicológico de enfermedades crónicas. Ofreció sesiones bilingües sobre estrés y bienestar emocional, resaltando la conexión entre salud mental y física (Fortmann, 2017). Este método educativo resultó efectivo, con un 56% de participantes reportando reducciones en ansiedad y sentimientos de impotencia. Estos resultados enfatizan la importancia de intervenciones culturalmente, como El Proyecto Dulce, adaptadas para la comunidad Latina, mejorando no solo la salud mental sino también estableciendo un modelo para futuras iniciativas médicas (Gilmer, 2005).

El programa “Tomando Control de su Salud” (Melchior, 2013) fue otra iniciativa destacada dirigida a mejorar la salud física y mental de la comunidad Latina. Durante seis semanas, se abordaron temas como actividad física, nutrición, relaciones personales y conciencia de salud mental, con un enfoque culturalmente sensible a las necesidades Latinas. Características innovadoras del programa incluyeron el uso de narración de historias y juegos de rol para facilitar la compresión de la salud mental desde una perspectiva cultural, y la incorporación de promotores de salud que mejoraron la comunicación y la comodidad entre los participantes (Aguayo-Mazzucato, 2019). A pesar de abarcar diversos temas de salud “Tomando Control de su Salud” puso un énfasis particular en la salud mental, educando a los participantes sobre su importancia y su interacción con la salud física. Las evaluaciones revelaron que el 67% de los participantes experimentaron mejoras notables tanto en la salud física como mental, destacándose en el manejo de mecanismos de afrontamiento y atención plena (Aguayo-Mazzucato, 2019). Este programa subraya el impacto positivo de los servicios de salud mental culturalmente adaptados en la comunidad Latina, contribuyendo a un entorno más inclusivo para la salud mental (Melchior, 2013).

**Análisis**

La salud mental en las comunidades Latinas es influenciada por la interacción de los DSS. El análisis de estos DSS es importante para entender los desafíos únicos que enfrentan los Latinos con afecciones de salud mental. Los DSS más significativos son el dominio limitado del inglés, la sigma cultural, el nivel educativo, el transporte limitado, el acceso al seguro de salud, el estado de documentación, ya que interactúan en varios niveles de MSE y refuerzan los obstáculos a los servicios de salud mental (Alegría, 2018). Por ejemplo, el dominio limitado del inglés no es solo una barrera a nivel individual, ya que también presenta fallas sistémicas a nivel organizacional. Esto se debe a la falta de promoción de los servicios de salud tengan inclusividad lingüística para los individuos Latinos, lo que indica una falta de aptitud cultural. El estigma cultural es similar en que no solo afecta a los individuos interpersonalmente, sino que a menudo crea barreras en las relaciones personales que pueden conducir a una disminución en el uso de los servicios de salud también (Zhang, 2012).

 El nivel educativo en la comunidad Latina está intrínsecamente ligado a las oportunidades económicas, afectando el acceso a transporte y servicios de salud mental. La correlación entre estos dos DSS aumenta los sentimientos de aislamiento e impotencia, lo que también reduce la probabilidad de buscar atención médica (Pérez-Flores, 2021). Por último, el estado de la documentación está asociado con el nivel de educación que recibe una persona, lo que puede afectar la conciencia de la utilización de los servicios de salud mental. Además, el estado de la documentación influye en la accesibilidad del seguro de salud, lo que se convierte en una barrera importante para la salud mental de las personas indocumentadas (Cross, 2023).

 Para hacer frente a estos DSS entrelazados, programas basados en la evidencia como “El Proyecto Dulce” y “Tomando Control de su Salud” han implementado mecanismos culturalmente sensibles para reconocer los valores culturales y sociales Latinos. Ambos programas han garantizado el papel de los educadores comunitarios de salud, la educación sanitaria integrada, el cumplimiento de la accesibilidad y han creado entornos inclusivos en un esfuerzo por reducir el riesgo general de problemas de salud mental (Salihu, 2015). En conclusión, estos DSS son esenciales para comprender las necesidades de salud mental de la comunidad Latina.

**Conclusiones**

La revisión integral de los factores socio-ecológicos que impactan los niveles de salud mental de las comunidades Latinas en los EE. UU. destaca varios DSS que influyen en el bienestar de los individuos. Los niveles de salud mental de las personas Latinas son tan importantes para reconocer como la salud física y aprender sobre los factores que influyen en ella, es crucial para disminuir las condiciones. Los desafíos de las barreras del idioma, estigmas culturales, el estatus socioeconómico y barreras sistémicas requieren un enfoque de la atención médica que sea cultural sensible a las necesidades únicas de los individuos Latinos también (Fernandez, 2021). La investigación dentro de este artículo indica que existe una necesidad urgente de prácticas de salud culturalmente más competentes para garantizar que la atención médica se corresponda con las necesidades de todos los pacientes. Los resultados de esta revisión literaria sugieren que el verdadero progreso en salud mental proviene de implementar servicios de competencia cultural en salud y asegurar que los servicios se correlacionen con las necesidades de la comunidad latina también (Henderson, 2013). La síntesis de la investigación de este artículo llama la atención sobre la necesidad urgente de políticas y programas que reconozcan la influencia que las intervenciones culturalmente sensibles tienen en los resultados de salud mental.

**Recomendaciones**

El marco de la salud mental dentro de las comunidades latinas en los EE. UU. ha presentado desafíos únicos que requieren intervenciones específicas e investigaciones enfocadas. Iniciativas recientes han mejorado la conciencia y accesibilidad en salud mental para Latinos en EE. UU. (Gilmer, 2005). Sin embargo, todavía existe la necesidad de hacer recomendaciones para futuras intervenciones e investigaciones con el fin de ejemplificar los resultados de salud mental y avanzar en la comprensión dentro de la comunidad Latina. Además, la diversidad dentro de la propia comunidad Latina, como los orígenes, los antecedentes culturales, los valores y los estatus migratorios, aumenta la necesidad de abordar eficazmente los problemas de salud mental en la comunidad Latina (Gilmer, 2005).

 Para futuras intervenciones e investigaciones que tengan como objetivo mejorar la comprensión y el tratamiento de la salud mental en las comunidades Latinas, es crítico capacitar a los profesionales de la salud en competencia cultural para mejorar la salud mental en comunidades Latinas (Alegría, 2016). Es esencial impulsar políticas de salud que atiendan directamente las necesidades de salud mental de los Latinos. Por último, los programas educativos y de alcance que se adaptan específicamente a la comunidad Latina son vitales para una investigación adecuada y pueden aumentar la conciencia asociada con la salud mental en estas comunidades también (Cabassa, 2006). Si estas recomendaciones se incluyen en las políticas de salud y estrategias de investigación del futuro, puede mejorar los resultados de salud mental para los Latinos en los EE. UU.

**Bibliografía**

Aguayo-Mazzucato, C., Diaque, P., Hernandez, S., Rosas, S., Kostic, A., & Caballero, A. E. (2019). Understanding the growing epidemic of type 2 diabetes in the Hispanic population living in the United States. *Diabetes Metabolism Research and Reviews*, *35*(2), e3097. https://doi.org/10.1002/dmrr.3097

Aguilera, A. (2008). Community Determinants of Latinos’ Use of Mental Health Services*,* *Psychiatry Services 59* (4), 408-412. https://ps.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/ps.2008.59.4.408

Alegría, M., Alvarez, K., Ishikawa, R., McPeck, S. (2016). Removing Obstacles to Eliminating Racial and Ethnic Disparities in Behavioral Health Care. *Health Affairs. 35* (6), 991-999. https://www.healthaffairs.org/doi/full/10.1377/hlthaff.2016.0029

Alegría, M., Nemoyer, A., Falgàs Bagué, I., Wang, Y., & Alvarez, K. (2018). Social Determinants of Mental Health: Where We Are and Where We Need to Go. *Current psychiatry reports, 20* (11), 95. https://doi.org/10.1007/s11920-018-0969-9

Bilal, U., Hessel, P., Perez-Ferrer, C. *et al.* (2021)Life Expectancy and Mortality in 363 Cities of Latin America. *Nat Med, 27* (4), 463-470. https://doi.org/10.1038/s41591-020-01214-4

Braveman, P., & Gottlieb, L. (2014). The social determinants of health: it's time to consider the causes of the causes. *Public health reports (Washington, D.C.: 1974)*, *129 Suppl 2*(Suppl 2), 19–31. https://doi.org/10.1177/00333549141291S206

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

Cabassa, L. J., Zayas, L. H., & Hansen, M.C. (2006). Latino adults’ access to Mental Health Care: Review of Epidemiological Studies. *Administration and Policy in Mental Health, 33*(3), 316-330. https://doi.org/10.1007/s10488-006-0040-8

Cordova, D., Ciofu, A., Park, K., Parra-Cardona, J.R., Holtrop, K., & Cervantes, R. (2014). The Role of Intrapersonal and Ecodevelopmental Factors in the Lives of Latino Alternative High School Youth. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work, 23*(2), 148-167. https://doi.org/10.1080/15313204.2013.809510

Cross, F.L., Marchand, A.D., Diaz, M. *et al.* The Role of Documentation Status Concerns, Perceived Discrimination, and Social Support on Latinx Adults’ Physical and Mental Health. *J. Racial and Ethnic Health Disparities* (2023). https://doi.org/10.1007/s40615-023-01575-9

Deferio, J. J., Breitinger, S., Khullar, D., Sheth, A., & Pathak, J. (2019). Social Determinants of Health in Mental Health Care and Research: A Case for Greater Inclusion. *Journal of the American Medical Informatics Association, 26* (8-9), 895-899. https://doi.org/10.1093/jamia/ocz049

Fernandez M. L. (2021). Lifestyle Factors and Genetic Variants Associated to Health Disparities in the Hispanic Population. *Nutrients, 13*(7), 2189. https://doi.org/10.3390/nu13072189

Fortmann, A. L., Gallo, L. C., Garcia, M. I., Taleb, M., Euyoque, J. A., Clark, T., Skidmore, J., Ruiz, M., Dharkar-Surber, S., Schultz, J., & Philis-Tsimikas, A. (2017). Dulce Digital: An mHealth SMS-Based Intervention Improves Glycemic Control in Hispanics With Type 2 Diabetes. *Diabetes Care*, *40*(10), 1349–1355. https://doi.org/10.2337/dc17-0230

Furman, R., Negi, N. J., Iwamoto, D. K., Rowan, D., Shukraft, A., & Gragg, J. (2009). Social work practice with Latinos: key issues for social workers. *Social Work*, *54*(2), 167–174. https://doi.org/10.1093/sw/54.2.167

Gilmer, T. P., Philis-Tsimikas, A., & Walker, C. (2005). Outcomes of Project Dulce: A Culturally Specific Diabetes Management Program. *The Annals of Pharmacotherapy*, *39*(5), 817–822. https://doi.org/10.1345/aph.1E583

Gopalkrishnan N. (2018). Cultural Diversity and Mental Health: Considerations for Policy and Practice. *Frontiers in Public Health*, *6*, 179. https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00179

Henderson, C., Evans-Lacko, S., & Thornicroft, G. (2013). Mental Illness Stigma, Help Seeking, and Public Health Programs. *American Journal of Public Health, 103* (5), 777-780. https://doi.org/10.2105/AJPH.2012.301056

Johnson, A. (2021). Lack of Health Services and Transportation Impede Access to Vaccine in Communities of Color. *The Washington Post*. https://www.washingtonpost.com/health/2021/02/13/covid-racial-ethnic-disparities/

Leibert, A. (2020). The Experience of Latinos in Higher Education and in the Workforce. *Employment and Economic Development*. https://mn.gov/deed/newscenter/publications/trends/september-2020/latino-outcomes.jsp

McSorley, A. M., & Bacong, A. M. (2023). Associations between Socioeconomic Status and Psychological Distress: An Analysis of Disaggregated Latinx Subgroups Using Data from the National Health Interview Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20* (6), 4751. https://doi.org/10.3390/ijerph20064751

Melchior, M. A., Seff, L. R., Bastida, E., Albatineh, A. N., Page, T. F., & Palmer, R. C. (2013). Intermediate outcomes of a chronic disease self-management program for Spanish-speaking older adults in South Florida, 2008-2010. *Preventing chronic disease*, *10*, e146. https://doi.org/10.5888/pcd10.130016

Morales, A., Rodriguez, C. L., & Schaller, T. F. (2020). Latino Political Attitudes: Myths and Misconceptions. *Society*, *57*(6), 693–697. https://doi.org/10.1007/s12115-020-00546-8

Morales-Brown, L. (2021). What to Know about Mental Health Conditions and the Latinx Community. *Medical News Today.* https://www.medicalnewstoday.com/articles/latino-mental-health

Mora, L. (2022). Hispanic Enrollment Reaches New High at Four-Year Colleges in the U.S, but affordability remains an obstacle. *Pew Research Center.* https://www.pewresearch.org/short-reads/2022/10/07/hispanic-enrollment-reaches-new-high-at-four-year-colleges-in-the-u-s-but-affordability-remains-an-obstacle/#:~:text=In%202021%2C%20about%20a%20quarter,to%2029%20had%20done%20so.

Pabayo, R., Benny, C., Liu, S. Y., Grinshteyn, E., & Muenning, P. (2022). Financial Barriers to Mental Healthcare Services and Depressive Symptoms among Residents of Washington Heights, New York City. *Hispanic Health Care International: The Official Journal of the National Association of Hispanic Nurses, 20*(3), 184-194. https://doi.org/10.1177/15404153211057563

Pérez-Flores, N. J., & Cabassa, L. J. (2021). Effectiveness of Mental Health Literacy and Stigma Interventions for Latino/a Adults in the United States: A Systematic Review. *Stigma and health*, *6*(4), 430–439. https://doi.org/10.1037/sah0000343

Perreira, K. M., Allen, C. D., & Oberlander, J. (2021). Access to Health Insurance and Health Care for Hispanic Children in the United States. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, *696*(1), 223-244. https://doi.org/10.1177/00027162211050007

Rivera, T. (2023). A Social Ecological Approach to Latino Immigrant Trauma and Intervention: An Integrative Review. *Journal of Immigrant and Minority Health, 25* (4), 916-924. https://doi.org/10.1007/s10903-023-01474-5

Salihu, H. M., Wilson, R. E., King, L. M., Marty, P. J., & Whiteman, V. E. (2015). Socio-ecological Model as a Framework for Overcoming Barriers and Challenges in Randomized Control Trials in Minority and Underserved Communities. *International journal of MCH and AIDS*, *3*(1), 85-95. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4948176/

Syed, S. T., Gerber, B. S., & Sharp, L. K. (2013). Traveling towards disease: transportation barriers to health care access. *Journal of community health*, *38*(5), 976–993. https://doi.org/10.1007/s10900-013-9681-1

Zhang, W., Hong, S., Takeuchi, D.T., & Mossakowski, K.N. (2012). Limited English Proficiency and Psychological Distress Among Latinos and Asian Americans. *Social science & medicine (1982), 75*(6), 1006-1014. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.05.012