



Brillando Una Luz

Cómo las soluciones lideradas por padres pueden sanar a nuestras comunidades y abordar el trauma



COFI
Community
Organizing and
Family Issues







Estimados amigos,

Creemos que todas las familias tienen derecho a recibir apoyo, servicios e información sobre la salud mental. Al igual que muchas otras familias, las familias afroamericanas y latinas de Illinois después del COVID, enfrentan estrés adicional causado por pobreza, racismo, sentimiento anti-inmigrante, dificultades en satisfacer sus necesidades básicas, y violencia comunitaria.

Al navegar el sistema de salud mental para nosotros y para nuestros hijos, hemos sentido **frustración, tristeza, enojo y muchas otras emociones.** Hemos estado en listas de espera durante meses sin que nos devuelvan la llamada. Hemos tenido que lidiar con formularios e información que no está disponible en nuestro idioma. Hemos visto a nuestros seres queridos decaer y hacerse daño a sí mismos.

¡Pero somos COFI y estamos en movimiento! Hemos tenido más de **1,000 conversaciones con padres, vecinos y miembros comunitarios del estado de Illinois.** La mitad de las personas con quienes hablamos dijeron que en su comunidad no había ningún servicio para atender las necesidades de salud mental de sus familias. Casi la mitad comentaron estar 'batallando, pasando por momentos difíciles o sintiéndose en un lugar oscuro, y más de una tercera parte tenía un hijo o nieto en la misma situación.

Estas historias y datos son alarmantes, **pero sabemos que es posible crear un mejor sistema de atención de salud mental.**

Estamos modelando y probando proyectos de padres a padres con colaboradores como el **Centro Médico de la Universidad Rush, el Departamento de Salud del Condado de Kane y otros** para mejorar el acceso para las familias que buscan ayuda. Estos programas ya están haciendo una diferencia, y pueden crecer.

Los padres podemos desempeñar un papel fundamental en crear un mejor sistema de cuidado. Nosotros podemos asegurar que todos, especialmente los proveedores, las familias, las escuelas y otros miembros de la comunidad, tengan un enfoque centrado en la sanación y estén capacitados para ayudar a fortalecer resiliencia en nuestros hogares y comunidades.

Queremos que Illinois adopte una postura donde 'no existen puertas equivocadas' para navegar el sistema de salud mental. En lugar de enfrentar obstáculos y barreras, podríamos crear un sistema de atención completamente nuevo que conecte a las personas con una variedad de servicios. **Imaginen... un colaborador que pueda ayudar a las familias a obtener información clara y concisa sobre los recursos y servicios de salud mental disponibles.**

Por favor, únanse a nuestra visión de familias y comunidades construyendo fortaleza y bienestar. Para nosotros ya es una prioridad, y esperamos que también lo sea para ustedes.

Gracias por su interés, y esperamos escuchar de ustedes. ¡Pongamos manos a la obra!

En colaboración,

Donna Carpenter y Susana Salgado

Copresidentas de POWER-PAC IL

Brillando Una Luz Sobre Lo Que Hemos Aprendido

Resultados de la Investigación de Padres a Padres

Tuvimos más de 1,000 conversaciones con padres y miembros comunitarios de Illinois, y dos cosas quedaron claras: las familias afroamericanas y latinas están lidiando con el trauma y sienten que hay poco o cero acceso a servicios de salud mental.



El Efecto de la Pandemia

El 82% dijeron que la pandemia tuvo un efecto negativo en el bienestar emocional de su familia

- 49%** enfrentaron desafíos con el aprendizaje remoto para sus hijos.
- 44%** tuvieron dificultades financieras y problemas en satisfacer sus necesidades básicas.
- 43%** sintieron estrés causado por violencia en la comunidad.
- 36%** padecieron la muerte de un ser querido.



Salud Emocional

El 50% no cuentan con algún servicio para atender las necesidades de salud emocional de sus familias

- 37%** mencionaron el costo como una barrera para obtener servicios.
- 29%** enfrentaron largas listas de espera y citas limitadas.
- 23%** mencionaron barreras de transporte y tener que viajar lejos para obtener servicios.
- 19%** dijeron que hay una falta de información sobre los recursos disponibles y cómo encontrarlos.



Servicios de Salud Mental

Solo el **5%** de los padres dijeron que participan en terapia o 'consejería,' mientras que el **30%** dijeron que les gustaría recibir servicios de salud mental pero que no han podido acceder a ellos.



Lo que escuchamos, aunque es alarmante y devastador, también nos mostró lo que está funcionando para las familias.



Los padres enfatizaron la importancia de tener el apoyo de familiares y amigos para afrontar el trauma y los desafíos de salud mental. Muchas personas nos dijeron que querían lugares seguros donde pudieran reunirse para hablar sobre problemas de salud mental y así superar el estigma. Los padres buscan talleres que les ayuden a lidiar con su propia salud mental y la de sus hijos.

Los padres también nos dijeron que ayudan a sus hijos a lidiar con el estrés y el trauma escuchándolos, incluyéndolos en actividades familiares, llevándolos al parque e involucrándolos en arte, deportes y ejercicio.

Ampliar el financiamiento y la infraestructura para programas como estos es esencial para construir un sistema de servicios de salud mental que cumpla con las necesidades de las familias afroamericanas y latinas.

Brillando Una Luz Sobre Lo Que Sabemos

“Como padres líderes, hemos sido capacitados para comprender los *Tres Ámbitos de EAI*. Nos parece lógico porque reconoce las cosas que afectan el estrés y las estrategias de afrontamiento de una persona. Al entender y compartir esta gráfica, estamos ayudando a más familias y comunidades a sanar y prosperar”.

Los *Tres Ámbitos de EAI* (experiencias adversas en la Infancia y la comunidad) vinculan factores comunitarios, en el hogar y ambientales que están interconectados y producen trauma y aflicción. Esta herramienta ofrece una manera más holística de reconocer y abordar el trauma. Los viejos modelos de salud podrían sugerir que un niño en la escuela está teniendo dificultades debido solo a una situación personal en el hogar, pero este modelo reconoce que existen fuerzas mayores como la pobreza, el racismo y los vecindarios inseguros que debemos entender para desarrollar soluciones y respuestas al trauma y sus comportamientos relacionados.

Los padres reconocen que el estrés y el trauma no se pueden ir al vacío; el racismo y las inequidades que la sociedad ha ignorado durante mucho tiempo impactan a nuestras familias. Este modelo nos permite diseñar estrategias para abordar problemas reales.

Por ejemplo, el aprendizaje remoto fue un gran factor de estrés durante la pandemia, y cuando investigamos más a fondo, vimos que fue muy complicado para nuestras familias. Los trabajadores esenciales estaban estresados por la falta de tiempo y, a menudo, no estaban disponibles para ayudar a sus estudiantes. Muchas familias no recibieron recursos en su idioma natal. Las escuelas no tenían suficientes computadoras para los niños que las necesitaban. Claramente, culpar a los padres o incluso a las escuelas no es la respuesta correcta. Necesitamos trabajar juntos para desaparecer el estrés tóxico que perjudica a las familias, organizaciones y sistemas.

Los motivamos a que dediquen tiempo para entender este modelo. Es una herramienta que puede informar a los padres, proveedores, personal escolar, funcionarios de gobierno y otros a crear un mejor sistema de cuidado.

LOS 3 Ámbitos de EAI

Las experiencias Adversas en la Infancia y en la comunidad (ACE, por sus siglas en inglés) pueden darse en el hogar, la comunidad o en el entorno y causar estrés tóxico. Si no se aborda, el estrés tóxico causado por las EAI perjudica a los niños y familias, a las organizaciones, a los sistemas y comunidades, y reduce la capacidad de las personas y entidades para responder a eventos estresantes con resiliencia. Los trabajos de investigación han demostrado que existen muchas formas de reducir y sanar el estrés tóxico y crear comunidades saludables y solidarias.



Brillando Una Luz Sobre Lo Que Debe Cambiar

Sabemos lo que debe cambiar porque lo estamos viviendo.

Enfrentamos en la comunidad los mismos traumas que nuestros hijos:

Los traumas de deportación y encarcelación; pobreza, racismo y retórica de políticas anti-inmigrantes; armas de fuego y violencia doméstica; y por supuesto el trauma de la pérdida y desconexión debido a la pandemia de COVID-19. En los últimos años, hemos encontrado el valor para enfrentar nuestros traumas, apoyarnos mutuamente y llevar nuestras experiencias a nuestras comunidades.

Hemos llevado a cabo investigaciones de padres a padres sobre la salud mental y el trauma.

También hemos colaborado con una variedad de proveedores de salud y defensores para probar nuevas ideas y profundizar sobre cuáles cambios aún son necesarios.

Lo que estamos haciendo:

En Aurora tuvimos un piloto para un **centro de apoyo de padre a padre**, que en sus primeros meses ya ha involucrado a más de 100 madres, mayormente inmigrantes. Hemos visto que las familias quieren entender mejor su salud emocional y estar allí para sus hijos.

Probamos el modelo de **coaching de madre a madre** enfocado en trauma con mujeres embarazadas y madres primerizas en el lado Oeste de Chicago para detener el trauma generacional.

En Elgin, encontramos un colaborador comunitario dispuesto a unirse al poder de los padres. Colaboramos en la visión de un **programa de artes culturalmente relevante para toda la familia**, para ayudar a los niños a fortalecer sus habilidades socioemocionales después del COVID y también tener un espacio de artes sanadoras para los padres.

Abogamos con éxito para retirar a la policía de las Escuelas Públicas de Chicago y trasladar esos recursos a un **"modelo de Seguridad Comprensiva Escolar"** donde los fondos se utilizan para apoyar la seguridad física, social y emocional de todos los estudiantes.

Nos estamos convirtiendo en **sanadores comunitarios** a través de capacitaciones brindadas por la Alianza Nacional para la Salud Mental (NAMI, por sus siglas en inglés) en Primeros Auxilios en Salud Mental. Estamos comprometidos a compartir estas habilidades con los miembros de la comunidad en Chicago e Illinois.

Estamos llevando nuestras voces y recomendaciones a mesas de **políticas estatales** formando parte del grupo de trabajo estatal del ACEs Response Collaborative, informando la publicación del Plan de Acción 2021 para Abordar el Trauma Infantil en Illinois, y moldeando el Plan Estatal de Transformación: Mejorando la Salud de Comportamiento para Niños de Illinois en el 2023, y ahora formando parte del Grupo de Trabajo de Illinois Centrado en la Sanación de la Vicegobernadora Juliana Stratton para alinear los servicios de sanación en todo el estado.

Es a través de la experiencia, la organización y el liderazgo comunitario que hemos identificado y dado prioridad a soluciones reales para abordar el trauma.



Los programas de apoyo de padre a padre deben ser parte de la infraestructura de salud mental.

Ya estamos demostrando el poder de los programas de apoyo de padre a padre que, con los recursos adecuados, pueden y están cerrando las brechas de acceso en comunidades desatendidas.

“Estos espacios para padres son espacios que me permiten llorar. Tener conversaciones y tiempo para hacer el uno a uno hace una gran diferencia”.

–Sandy Vazquez, Aurora



Necesitamos reformas sensatas en el sistema de Medicaid.

Uno de los mayores obstáculos para obtener servicios de la salud mental es el costo, y muchas familias no califican para Medicaid debido a su estatus migratorio. Las reformas de Medicaid pueden apoyar el bienestar emocional de los residentes que más lo necesitan.

“Cuando uno llama, dicen que no aceptan Medicaid. Nosotros no podemos pagar los costos de bolsillo”.

–Susana Salgado, Chicago



Ampliar los programas deportivos y artísticos en las comunidades que más los necesitan.

En nuestra investigación de padres a padres, preguntamos a los padres qué hacen para ayudar a sus hijos a enfrentar el estrés y el trauma, y como la mayoría de las familias saben que el deporte, las artes y otras actividades son una de las mejores formas de mantener a los niños saludables.

“En nuestra área, es difícil encontrar un programa extracurricular o de verano que sea de buena calidad y a un precio razonable o gratuito para mi hija”.

–Chanelle Brown, Evanston



Apoyar e invertir en servicios comunitarios de salud mental.

Las comunidades situadas en el Oeste y Sur de Chicago y en East St. Louis carecen de servicios adecuados de salud mental. Estas comunidades tienen la mayor necesidad y desesperadamente ocupan más profesionistas de salud mental.

“La mayoría de los servicios de apoyo no permanecen en la comunidad el tiempo suficiente para ayudar. Necesitamos servicios accesibles que permanezcan en nuestra comunidad a largo plazo”.

–Mamie Cosey, East St. Louis



Todos dentro del sistema de educación, gobierno y salud necesitan seguir un modelo centrado en la sanación.

Es mucha la gente que tiene algún historial de trauma. Para abordar el trauma de manera efectiva, es preciso que todos conozcan las señales y las mejores respuestas, no solo los profesionistas de salud.

“En una escuela puede marcar una gran diferencia que todo el personal, incluyendo el personal de limpieza y comedor o los encargados del recreo, entiendan el trauma y la salud mental.”

–Rosalía Salgado, Chicago



Programas de Apoyo entre Compañeros y de Padres a Padres

Los proyectos plenamente financiados ayudan a llenar las graves carencias que enfrentan las comunidades desatendidas.

Las comunidades afroamericanas y latinas tienen una rica tradición de ofrecer apoyo mutuo a través de redes informales dentro de las familias, vecindarios y organizaciones comunitarias. Los programas de padres a padres de COFI se basan en esta historia y experiencia.

¿Qué debe suceder?

Elaborar programas de capacitación y certificación que funcionen para los padres.

Los programas deben ser diseñados para respetarnos y atraernos. Eso significa ofrecer programas en español y otros idiomas, y promover permisos de trabajo independientemente del estado migratorio. También se necesitan sistemas de capacitación y certificación que ayuden a los supervisores a guiar a los padres trabajando en estas áreas. Los programas de capacitación y certificación deben reconocer el poder de las relaciones de padre a padre.

Compensar a los trabajadores de salud mental de padre a padre.

Nuestro trabajo es real. Necesitamos financiamiento dedicado para programas de trabajadores de salud mental liderados por padres y estándares para generar escalas de salarios para los trabajadores en programas de padre a padre. También debemos eliminar barreras administrativas y facilitar el proceso de facturar a Medicaid los servicios de apoyo de padre a padre.

Ir a donde están los padres.

Tiene sentido invertir en integrar programas dirigidos por padres en los espacios donde ya pasamos tiempo: clínicas, escuelas, centros comunitarios, bibliotecas y otros entornos. Estos son los mejores lugares para alcanzar a los padres que quizás no saben qué servicios y recursos están disponibles.



Proyectos Piloto

Hemos probado varios modelos de apoyo de padre a padre. Estos son algunos proyectos que están dando fruto:

Terapia de Exposición Narrativa

Con el Centro Médico Rush, nos capacitamos con terapeutas para ayudar a los padres a comprender y compartir sus historias de vida, incluyendo experiencias traumáticas. Utilizando técnicas de la Terapia de Exposición Narrativa (NET, por sus siglas en inglés), enseñamos a los padres sobre el trauma y el trastorno de estrés postraumático (PTSD, por sus siglas en inglés) y les damos espacio para reflexionar sobre sus mejores momentos y los más difíciles. El objetivo es establecer un sentido de identidad personal fuerte y positivo.

Cafés para Padres

Con el Departamento de Salud del Condado de Kane, estamos creando espacios emocionalmente seguros para que los padres y cuidadores puedan hablar sobre los altibajos de ser padres. Son gratuitos, en español y contamos con cuidado infantil.

Sanadores Comunitarios

Estamos capacitados para entender el trauma y los problemas de salud mental, y otros padres confían en nosotros. Hablamos con las personas que buscan apoyo y respondemos al cabo de días en lugar de meses. Utilizamos nuestras habilidades para construir relaciones y podemos ayudar a superar los obstáculos que enfrentan los padres, como las barreras de idioma e identificar lugares donde pueden encontrar ayuda.

Ampliar el financiamiento y la infraestructura para programas como estos es esencial y efectivo en términos de costo. Es una forma comprobada de ayudar a satisfacer las necesidades de nuestras familias afroamericanas y latinas.





Brillando Una Luz sobre el trabajo de Padre a Padre en Aurora

La primera experiencia que Sendy Vázquez tuvo navegando el sistema de salud mental fue durante la pandemia. Ella recibió una llamada de la escuela sobre algunos incidentes con su hija. A petición de Sendy, la escuela le dió una lista de recursos de salud mental, pero las listas de espera eran de al menos seis semanas, y ella sabía que su hija necesitaba ayuda inmediata.

Se dirigió a Liliana Olayo, otra madre líder, quien instó y apoyó a Sendy para que abogara por una reunión urgente con la directora de su hija. La directora logró apoyar para que la hija de Sendy empezara terapia en una semana.

“Si no hubiera hablado con Liliana, mi hija se hubiera perdido del apoyo que necesitaba”, dice Sendy.

Sendy se unió a Liliana y a otros padres en un proyecto para encuestar a los miembros de la comunidad y determinar sus problemas más importantes. Después de hablar con cientos de padres y otras personas en el Condado de Kane, la respuesta fue clara: **la salud mental era la mayor preocupación.**

Los padres se movilizaron rápidamente y comenzaron a reunirse con sus legisladores, grupos comunitarios y de salud para compartir estos hallazgos. Sus esfuerzos valieron la pena—abrieron el Centro de Padres con Poder de Aurora para ofrecer a la comunidad programas gratuitos de salud mental de padre a padre.

“Los grupos de pares son una forma de apoyar a los padres y fortalecer a las familias”, dijo ella.

Sendy también se convirtió en una de las 19 madres de Aurora y Elgin capacitadas por NAMI (Alianza Nacional para la Salud Mental) para facilitar apoyos de salud mental de padre a padre en una colaboración entre COFI y el Condado de Kane.

Con largas listas de espera y servicios que no siempre son culturalmente relevantes, el apoyo de padre a padre está ayudando a llenar la falta de servicios en Aurora. Como hispanohablante, Sendy se enorgullece de ofrecer apoyo en español en una comunidad que está creciendo en diversidad (más del 40% latina/o).

“Escuchar y hablar con alguien - esa es mi terapia”, comentó. “Escuchar a alguien más y que me escuchen me ayuda a desahogarme y a sacar cosas que tenía enterradas”. Puede que necesite más apoyo para superar mi trauma, pero sé que aquí tengo un grupo de personas que están para apoyarme”.

***“Es tan importante romper el estigma que existe en torno a la salud mental”.
—Sendy Vazquez***





Reformas Sensatas de Medicaid

¡Pequeños cambios causan un gran impacto!

Muchas familias no califican para Medicaid debido a su situación migratoria, y para muchas familias que sí tienen Medicaid es difícil encontrar proveedores de salud mental que lo acepten. Los proveedores médicos enfrentan reembolsos bajos, retrasos en los pagos, desafíos en el proceso de facturación y otros obstáculos costosos que limitan su participación en Medicaid. Pagar por terapia del propio bolsillo puede costar \$600 al mes, lo cual está fuera del alcance de las familias de bajos ingresos.

Así como en el 2022 jugamos un papel crucial en la expansión de Medicaid en Illinois para inmigrantes indocumentados de 42 años o más, ahora estamos al frente de un movimiento similar. Estamos colaborando con la Campaña Healthy Illinois para abogar por la cobertura médica para todos y la expansión de cobertura de Medicaid para todos los adultos de 19 a 41 años. Illinois ya estableció un antecedente con el programa de Beneficios de Salud para Personas Inmigrantes de la Tercera Edad, el primero en la nación. Sin embargo, para que Illinois mantenga su posición como líder en equidad y acceso a la salud, es crucial garantizar que todos los habitantes de Illinois, sin importar su estado migratorio, tengan acceso a servicios de salud mental.

¿Qué debe suceder?

Expandir el acceso a la cobertura médica.

El Gobernador debería apoyar la Campaña Healthy Illinois para expandir la cobertura de seguro médico a todos los adultos de 19 a 41 años, sin importar su estado migratorio, Illinois también podría ampliar la elegibilidad para la 'Cobertura All Kids' de 18 a 26 años para ayudar a los jóvenes a mantenerse asegurados. El estado debería aumentar el límite de ingresos de Medicaid para las familias y crear opciones de seguro con descuento para las familias que por poco sobrepasan el límite de ingresos de Medicaid.

Ayudar a que más proveedores acepten Medicaid.

Eliminar las barreras administrativas que dificultan que los proveedores médicos acepten Medicaid. Deberíamos aumentar las tasas de reembolso, ampliar el reembolso para incluir el trabajo fuera de la atención directa al paciente, simplificar la facturación de seguros y agilizar los procesos de pago.

Expandir la cobertura de Medicaid para incluir mayor diversidad de servicios de salud mental holísticos.

Facilitar la facturación y reembolsos de Medicaid para los apoyos de padre a padre tras incluir los servicios de salud mental proporcionados por padres dentro del nuevo programa de certificación y capacitación para Trabajadores Comunitarios de Salud de Illinois.

Proporcionar una red más amplia de atención en salud mental.

Illinois necesita evaluar el impacto del reciente aumento en las tasas de reembolso de Medicaid y si esto ha ayudado a aumentar el número de proveedores. El estado debe garantizar que las aseguranzas (incluyendo a Medicaid) brinden acceso oportuno al tratamiento de salud mental y mantengan una red adecuada de proveedores.

Brillando Una Luz sobre los Desafíos con Medicaid en Chicago

Cuando el esposo de Susana Salgado falleció, ella supo que sus hijos menores necesitaban apoyo adicional. Ella empezó a buscar terapeutas, pero no fue fácil encontrar uno que aceptara Medicaid.

Pidió ayuda en la escuela de sus hijos. Le recomendaron cuatro clínicas, y Susana las llamó. Algunas le dijeron que habría una espera de entre seis y ocho meses, y otras ya no estaban aceptando pacientes nuevos. Tuvo cuatro reuniones con el consejero escolar, quien intentó ayudar, pero aún así no encontraron forma de conectar con un terapeuta. También pidió ayuda en la clínica de salud de sus hijos, y le dijeron que se comunicarían con ella.

"Después de un año, todavía sigo esperando la llamada", dijo ella.

¿La barrera más significativa para Susana? Encontrar apoyo en salud mental que aceptara Medicaid. Muchos proveedores de servicios de salud mental le seguían preguntando si tenía seguro. Los servicios privados, le dijeron que no aceptaban Medicaid y que le cobrarían \$300 por sesión. El costo de las sesiones semanales para dos niños sería más de lo que paga de renta.

"Veía a mi hijo frustrado, y yo me sentía decepcionada con el sistema", dijo.

Eventualmente encontró un muy buen terapeuta para sus dos hijos, pero sabe que no es la única que enfrenta dificultades para encontrar apoyo en salud mental.

"No creo que sea la única en mi comunidad que haya pasado por eso. Necesitamos atención médica para todos para que otros padres no pasen por lo que yo pasé".





Programas Comunitarios de Deportes y Artes

Expandir los programas en las comunidades que más lo necesitan.

Los programas comunitarios de deportes y artes tienen un gran potencial para ayudar a las familias a sanar del trauma, reducir los síntomas de depresión y generar resiliencia frente al estrés. Un estudio¹ sugiere que los niños que comienzan a practicar deportes a una edad temprana tienen una mejor salud mental a largo plazo. Otras investigaciones² han demostrado la efectividad que tiene la terapia artística en el tratamiento del trauma.

En nuestra encuesta a padres, más de la mitad de los encuestados señalaron la actividad física como una forma de apoyar la salud mental y el bienestar tanto propio como de sus hijos.

Además, a parte de tener terapias y otros apoyos formales de salud mental, los encuestados comentaron que les gustaría tener un mayor acceso a clases de ejercicio, arte, danza o música para el bienestar emocional de sus hijos.

¿Qué debe suceder?

Aumentar el financiamiento estatal, municipal y de los distritos escolares para programas de arte y deportes.

Con un financiamiento adecuado, el estado, la ciudad y los distritos escolares pueden ofrecer programas en comunidades de bajos ingresos de forma gratuita o con costos reducidos según el ingreso de la familia.

Asegurar que los distritos escolares cumplan con los requisitos estatales de educación física y recreo, y aumentar el tiempo de descanso para los adolescentes.

En 2021, ayudamos a lograr una importante victoria legislativa en Illinois que exigió a todas las escuelas primarias del estado dar a los estudiantes un recreo de 30 minutos. Necesitamos monitorear a los distritos escolares para asegurar el cumplimiento de las regulaciones estatales y brindar capacitación y recursos para garantizar que todos los niños tengan oportunidades para hacer actividades físicas durante el día escolar. También necesitamos aumentar el tiempo de almuerzo y garantizar descansos para los estudiantes en los niveles de secundaria y preparatoria.

Aumentar el financiamiento para escuelas comunitarias.

Otorgar financiamiento para programas de artes y deportes dentro de las escuelas utilizando el modelo de escuelas comunitarias, que los padres ayudaron a crear. Este modelo promueve colaboraciones entre las escuelas, las organizaciones comunitarias y las familias.

Colaborar con los padres para ampliar los programas.

Brindar financiamiento público, asistencia administrativa y capacitación para apoyar el desarrollo de programas de artes y deportes dirigidos por padres en parques, centros comunitarios y programas extracurriculares. Este modelo funciona (vean la historia de Elgin a la derecha).

Brillando Una Luz sobre los Programas de Arte en Elgin

Padres de Elgin como Silvia Martínez estaban cada vez más preocupados por el impacto de la pandemia en sus familias. Ella nos dijo que los niños perdieron a familiares y necesitaban una manera de sanar y expresar sus emociones.

Los padres se conectaron con la Dra. Rise' Jones de Hamilton Wings, quien les habló sobre la importancia del arte y cómo los distritos escolares financian programas después de escuela. Los padres de Elgin aprovecharon esta conversación, propusieron una colaboración con Hamilton Wings y comenzaron a trabajar en una visión para un programa de arte fuera del horario escolar.

Se reunieron con los directores de sus escuelas para obtener apoyo para el programa. ¡En 2022, los padres de Elgin y Hamilton Wings recibieron fondos para lanzar su programa "¡CREATE!" para beneficio de toda la ciudad y enriquecer a todas las familias con artes sanadoras. Hamilton Wings también consiguió financiamiento para dar una compensación a los padres que la organización capacitó para co-facilitar el programa.

En febrero de 2023, organizaron su primer taller comunitario, al cual asistieron más de 80 personas. Los padres líderes y Hamilton Wings continúan organizando los talleres ¡CREATE! en Elgin y creen que pueden expandirse.

"Me encanta ver la unidad entre los padres y sus niños. El año pasado, mi esposo participó y realizó actividades con mi hija menor. Se reían tanto juntos y continuaban haciéndolo después de llegar a casa".
—Silvia Martínez

"Realmente fue impulsado por la visión de los padres sobre lo que querían para nuestros jóvenes, y me encantó ver que se convirtió en una visión compartida para servir juntos a nuestra comunidad".
—Dra. Rise' Jones



¹ [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(23\)00376-2/fulltext](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(23)00376-2/fulltext)

² <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25403446/>



Servicios Comunitarios de Salud Mental

Apoyar e invertir en servicios comunitarios de salud mental.

Todas las personas merecen tener recursos de salud mental en su comunidad. Los servicios comunitarios de salud mental son una parte importante en esta visión.

Illinois tiene escasez de profesionistas y servicios de salud mental, y la situación es especialmente grave en sus comunidades afroamericanas y latinas económicamente marginadas. Nuestra investigación demuestra que muchas personas no pueden acceder a servicios en su comunidad, entre las cuales casi la mitad (50%) nos informaron que en su comunidad no hay servicios que cumplan con las necesidades de salud emocional de sus familias.

¿Qué debe suceder?

Necesitamos volver a abrir todas las clínicas públicas de salud mental que están cerradas en el Oeste y Sur de Chicago y abrir un hospital en East St. Louis.

Aplaudimos a la Ciudad de Chicago por comprometerse a volver a abrir una clínica de salud mental administrada por la ciudad en Roseland; sin embargo, en el 2016 se cerraron otras cinco clínicas. En East St. Louis, el hospital principal cerró en el 2011. Estas comunidades han sufrido enormemente a causa de la desinversión, y esto ha sido especialmente difícil para las familias afroamericanas y latinas.

Las escuelas pueden ayudar a llenar vacíos dando a los estudiantes apoyos comprensivos para la salud mental y el comportamiento.

- **Todos en el edificio escolar se benefician de tener un enfoque centrado en la sanación.** La proporción entre estudiantes y consejeros a nivel estatal es de 501:1 (en promedio). Los consejeros no tienen la capacidad para establecer relaciones con cada estudiante. Hay un impacto positivo para nuestros hijos cuando las escuelas tienen personal de comedor y encargados de recreo capacitados para comprender el trauma y la salud mental. Recomendamos el Modelo de Seguridad Comprensiva Escolar de las Escuelas Públicas de Chicago (vean el cuadro a la derecha) para lograr un plantamiento centrado en la sanación dentro de las escuelas.
- **Implementar formas de facturar a Medicaid por los servicios de salud mental dentro de las escuelas.** Bajo la nueva enmienda al plan Medicaid de Illinois, los distritos escolares y las organizaciones que brindan servicios de salud mental pueden facturar a Medicaid. Pocos lo han hecho, pero siguiendo las perspectivas de los padres, recomendamos que las escuelas utilicen esta reforma.

Hacer que el transporte público sea confiable, seguro y asequible.

Muchos de nosotros debemos viajar fuera de nuestras comunidades para recibir servicios de salud mental. Otorgar reembolsos de transporte y tarjetas de autobús a personas de bajos ingresos eliminaría estos costos, y trabajar para que el transporte público sea más confiable eliminaría otra barrera para conseguir apoyo.

Brillando Una Luz sobre la Seguridad Comprensiva Escolar en Chicago

En el 2005, las Escuelas Públicas de Chicago (CPS) funcionaban con una política de cero tolerancia, lo que dio lugar a estadísticas alarmantes de suspensiones y expulsiones de estudiantes afroamericanos y latinos.

Los padres líderes cuestionaron al distrito escolar sobre las estadísticas compartiendo sus historias sobre la suspensión de sus hijos. Estaban preocupados por el camino que tomarían sus hijos. ¿Acabarían expulsados o en la cárcel?

Los padres sabían que la prevención e intervención temprana en el caso de los niños pequeños es indispensable para deshacer el camino de la escuela a la prisión. Llevaron adelante propuestas para asegurar que las políticas se enfocaran en la seguridad comprensiva de los estudiantes, tal como reemplazar la política de "cero tolerancia" y poner en su lugar la "justicia restaurativa" en el código de conducta estudiantil.

Ahora, los padres están ayudando a implementar uno de los mayores cambios en la historia de CPS: expandir la Seguridad Comprensiva Escolar a todas las escuelas del distrito. Los padres están colaborando con la Directora de Seguridad de CPS, Jadine Chou (al centro en la foto de abajo), y otros colaboradores comunitarios para crear un modelo en el que cada escuela primaria y secundaria pueda crear su propia visión de seguridad comprensiva escolar, que incluya la seguridad física, emocional y social. Los padres ven esto como un cambio importante que dará a cada niño acceso temprano a recursos socioemocionales para abordar las causas del estrés o trauma desde la raíz.

*"Cuando llegué [a CPS], éramos un distrito de cero tolerancia, pero eso no es seguridad. La seguridad es nuestros jóvenes pueden venir a la escuela y sentirse bienvenidos y seguros. No podríamos haber ampliado el modelo de Seguridad Comprensiva Escolar sin los padres organizados de COFI/POWER-PAC IL.
—Jadine Chou*





Brillando Una Luz sobre *East St. Louis*

Madre, abuela y bisabuela, Mamie Cosey ha luchado incansablemente con diversos problemas familiares y se ha convertido en una voz de confianza para los funcionarios electos.

East St. Louis ha sido su hogar toda su vida, pero en el 2011, el único hospital con servicios de trauma cerró, y no hay nada que lo reemplace. Las familias a menudo tienen que viajar al otro lado del río, hasta Missouri, para recibir atención médica. Abrieron algunas clínicas de atención urgente, pero con una población cercana a 20,000 habitantes, se necesita más para apoyar a esta comunidad que está compuesta principalmente por residentes afroamericanos y de bajos ingresos.

"Estamos poniendo un parche sobre algo que es enorme", indicó ella. "Si bien hay algunas instalaciones de salud y una clínica de urgencias que se construyeron recientemente, el número de personas que pueden atender en estos centros es solo una gota en el océano".

La Sra. Cosey dice que su distrito escolar cuenta con centros para las familias y que allí brindan algunos servicios, pero debería haber más.

"Solo tenemos tres psicólogos en nuestro sistema escolar y considero que es muy injusto", expresó. "¿Cómo es posible para ellos abordar los problemas y cuestiones de los niños?"

No se puede abordar el trauma si la carga de trabajo es demasiado alta, dice la Sra. Cosey. Ella señala a su propio nieto, que es un estudiante con necesidades especiales y luchó por obtener el apoyo emocional y académico que necesitaba debido a los recursos limitados que existen en su área. Pero la Sra. Cosey dice que es posible romper este ciclo, siempre y cuando estemos dispuestos a luchar para romperlo.

En Chicago, por ejemplo, Padres líderes de COFI han estado al frente de la lucha para garantizar que CPS incremente el acceso al aprendizaje socioemocional y la salud mental a través de aumentar la disponibilidad de profesionistas de salud mental. El Comité Directivo de Seguridad Comprensiva Escolar en el que participa COFI promueve que los estudiantes necesitan apoyos comprensivos en la escuela, y esto es lo que también necesitan los niños en su distrito escolar.



***"Puede ser solo un niño en esa familia, pero tiene un impacto para toda la familia y la comunidad".
–Mamie Cosey***



Enfoque Centrado en la Sanación

Todos los involucrados en los sistemas de educación, gobierno y salud pueden utilizar un enfoque centrado en la sanación.

Todos los sistemas—como el gobierno, la educación, salud— y las personas dentro de esos sistemas tienen un papel a desempeñar en reconocer y abordar el trauma. Los funcionarios públicos toman decisiones sobre la salud que nos afectan; los maestros interactúan con niños que han experimentado trauma; y los profesionales de salud deben profundizar sobre cómo el trauma afecta la salud física y mental. Como dicen nuestros colaboradores, es necesario que estas personas en posiciones importantes dejen de preguntar, “¿Cuál es tu problema?” y a su vez pregunten “¿Qué te pasó y cómo podemos ayudarte?”

¿Qué debe suceder?

Conocer los Tres Ámbitos de EAI (Experiencias Infantiles y Comunitarias Adversas).

Hemos aprendido a usar esta herramienta (p.3) para abordar problemas interconectados de la comunidad, el hogar y el entorno. El modelo brinda una forma holística para reconocer el trauma. Los maestros, por ejemplo, podrían pensar que un niño está teniendo dificultades porque es un “mal niño”, pero este modelo reconoce la existencia de impactos más grandes, tal como la pobreza, el racismo y los vecindarios inseguros, que dañan a nuestros niños. Podemos desarrollar soluciones y respuestas a estos problemas.

Casi la mitad de nuestros encuestados nos informaron que el estrés financiero, las dificultades para satisfacer necesidades básicas o la pérdida de empleo fueron las principales causas de estrés. Como señala el modelo, la pobreza puede ser traumática si la comunidad carece de tiendas de comestibles y opciones suficientes de vivienda. (En la portada trasera puede informarse más sobre cómo las campañas de POWER-PAC IL están vinculadas y abordan las causas raíz del trauma).

Adoptar una postura donde “no existen puertas equivocadas” en cuanto a la salud mental.

Las familias se están quedando fuera y enfrentan rechazo cuando no hay servicios disponibles en diferentes idiomas o cuando se les dice que no se acepta Medicaid. Imaginen si todos los que interactúan con las familias supieran cómo guiarnos hacia un servicio bilingüe o pudieran encontrar fácilmente lugares que acepten Medicaid. Nuestro estado y nuestras comunidades necesitan navegadores que puedan dirigirnos hacia los servicios. Las personas que trabajan en agencias gubernamentales, escuelas, clínicas y otros espacios comunitarios pueden apoyar nuestra salud mental guiándonos hacia los servicios, pero necesitan conocer las rutas adecuadas.





Reconocimientos

A los padres

Gracias a los padres líderes de POWER-PAC IL | COFI que realizaron esta investigación, elaboraron las soluciones y compartieron valientemente sus historias sobre el trauma y el cuidado para la salud mental. Su trabajo y experiencias son fundamentales para hacer posible un mejor sistema de cuidado. Queremos agradecer especialmente a Katrina Falkner, Lettie Hicks, Esmeralda Martínez y Liliana Olayo, quienes fueron las co-presidentas de la Campaña Salud, Comida y Recreo durante este proceso.

A nuestros colaboradores, empleados y consultores

Gracias al Consejo Directivo de COFI, empleados y consultores que apoyan este trabajo y están comprometidos con los padres líderes. Queremos reconocer y agradecer especialmente a Emily Cole, Dra. Kris Smock, Kate Peyton y ODA Creative Partners por hacer posible esta publicación.

Aclaremos que este reporte no es solo el trabajo de POWER-PAC IL y COFI. Está informado por la colaboración con defensores, funcionarios públicos, agencias de servicios sociales y organizaciones comunitarias. Estamos agradecidos con todos nuestros colaboradores y legisladores que creen en los padres líderes y han dedicado tiempo para forjar alianzas con ellos para abordar los desafíos del trauma y la atención de la salud mental en nuestras comunidades. Queremos expresar un especial agradecimiento a Kate McCormack y Mayra Díaz del Health & Medicine Policy Research Group; al Departamento de Salud del Condado de Kane; a Amanda Seanior y Eve Escalante, quienes capacitaron a los padres en técnicas para realizar encuestas con sensibilidad al trauma; a la senadora estatal Karina Villa y la diputada Barbara Hernandez, quienes ayudaron a lanzar el Centro de Padres con Poder de Aurora; A Jadine Chou; A la Dra. Rise' Jones y Hamilton Wings; y Gina Lowell, Avelina Padin y Karen Reyes-Rodríguez del Centro Médico Rush.

A los que generosamente nos financian

Agradecemos a nuestros numerosos financiadores, quienes están comprometidos a fortalecer el poder y la voz de los padres líderes. Queremos agradecer especialmente a los que financian nuestro trabajo de equidad en salud y salud mental, incluyendo a la Fundación de Atención Infantil de Illinois, el Michael Reese Health Trust, la Alianza Nacional para la Salud Mental (NAMI, por sus siglas en inglés)—Illinois, y el Estado de Illinois. Su apoyo nos ayuda a luchar por un sistema de atención para la salud mental más fuerte para todas las familias.



La misión de Community Organizing and Family Issues (COFI) es dar poder y voz a los padres, principalmente madres y abuelas de comunidades afroamericanas y latinas, para influir en las decisiones públicas que afectan sus vidas y las de sus familias.

Fundada en 1995, COFI está impulsada por un profundo compromiso con la justicia social y se basa en los principios, estrategias, logros y enfoques comprobados a funcionar a lo largo de años de trabajo para organizar comunidades. El innovador modelo de organización centrado en la familia de COFI, *The COFI Way*, proporciona desarrollo intensivo y sistemático de liderazgo y experiencias continuas para organizar.

Organizamos a padres de grupos minoritarios y de bajos ingresos que luchan por el cambio en temas que afectan a todas las familias. Después de esto, los padres continúan la labor de mejorar sus comunidades y implementar cambios en políticas y sistemas a nivel local, estatal y federal.

Parents Organized to Win, Educate, and Renew—Policy Action Council (POWER-PAC IL) es una organización estatal multicultural de membresía compuesta por padres entrenados por COFI. Nuestra misión es fortalecer las voces de las familias de bajos ingresos, inmigrantes y trabajadoras uniendo a padres de diferentes razas y comunidades en torno a temas importantes para los niños y las familias.

Los padres líderes organizan en torno a cuatro temas: la *Campaña de Aprendizaje Temprano*, la *Campaña de Justicia Elemental*, la *Campaña de Salud, Comida y Recreo* y la *Campaña Saliendo de la Pobreza*. Aunque cada una es diferente, todas tienen como objetivo abordar las causas de raíz de las inequidades raciales y económicas y mejorar las oportunidades de vida para las comunidades afroamericanas y latinas.

Por eso, abordar el trauma y mejorar la salud mental es parte de todas nuestras campañas: El bienestar mental no existe en un vacío. La *Campaña de Aprendizaje Temprano* aboga por servicios de intervención temprana de calidad que ayuden a los niños a prosperar emocionalmente y físicamente. La *Campaña de Justicia Elemental* ha trabajado para eliminar las políticas de disciplina punitiva que afectan el bienestar de nuestros niños. Y la *Campaña Saliendo de la Pobreza* acaba de ganar un crédito tributario para niños en el estado que reduce las preocupaciones de los padres sobre el aumento de los costos de las rentas, alimentos y más.

Comuníquense con nosotros:

COFI Community Organizing and Family Issues
2245 S Michigan Ave, Suite 200
Chicago, IL 60616
(312) 226-5141
COFI@cofionline.org
COFionline.org