

LA SALUD MENTAL IMPORTA:  
EMPODERAR A NUESTRA COMUNIDAD

National Latino Behavioral Health Association **NLBHA**

**SUBSTANCE MISUSE PREVENTION MONTH AND  
YOUTH SUBSTANCE USE PREVENTION MONTH**

*Partners in Prevention!*

**SAMHSA**  
Substance Abuse and Mental Health  
Services Administration

BOLETIN INFORMATIVO  
OCTUBRE 2023



National Latino Behavioral Health Association **NLBHA**

# TABLA DE CONTENIDO

MENSAJE DE SAMHSA  
PROGRAMA DE CAPACITACIÓN EN CONCIENTIZACIÓN  
SOBRE LA SALUD MENTAL  
PRÓXIMOS EVENTOS  
MANTÉNGASE CONECTADO, SUSCRÍBASE Y SÍGANOS.



Nos complace presentar la última edición del boletín informativo de la NLBHA, que le brinda información actualizada sobre nuestro Proyecto de capacitación en concientización sobre la salud mental.

Mensaje de SAMHSA (Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias):

Durante todo el mes de octubre, nos reunimos para conmemorar el potencial ilimitado que ofrecen las iniciativas de prevención. Es un momento en el que reconocemos que, trabajando al unísono, nos convertimos en verdaderos socios en la noble causa de la prevención. Queremos tomarnos un momento para extender nuestro más sincero agradecimiento a las personas y organizaciones de todo el mundo que participan activamente en salvar vidas a través de su dedicación a los esfuerzos de prevención.

La prevención es una herramienta poderosa que empodera a las comunidades, fomenta una vida más saludable y salvaguarda el bienestar. Ya sea promoviendo conciencia sobre la salud mental, abogando por estilos de vida saludables o defendiendo medidas de seguridad, cada acción tomada con espíritu de prevención es un paso hacia un futuro más brillante y seguro para todos nosotros.

Al celebrar este mes, reconozcamos que nuestro compromiso colectivo con la prevención puede conducir a un cambio transformador. Juntos, somos realmente socios en la prevención, y es a través de nuestros esfuerzos colaborativos que podemos crear un mundo donde el valor de la prevención sea realmente apreciado y su potencial se realice plenamente.

El programa de Conciencia y Entrenamiento en Salud Mental desempeña un papel crucial en la promoción de la educación en salud mental, la reducción del estigma y la conexión de individuos a recursos vitales dentro de la región de Paso del Norte. Este programa es fundamental para abordar la creciente necesidad de un apoyo integral en salud mental y la conciencia en nuestras comunidades. A continuación, ampliaremos sobre la importancia de cada aspecto de este programa:

### 1. Promoción de la Educación en Salud Mental:

La educación en salud mental es esencial porque equipa a las personas con el conocimiento y la comprensión necesarios para reconocer, manejar y apoyar los desafíos de la salud mental. Al ofrecer talleres, seminarios y materiales educativos, el programa capacita a las personas para identificar signos de problemas de salud mental en sí mismos y en otros. Este conocimiento es el primer paso hacia la intervención temprana y la búsqueda de ayuda cuando sea necesario.

### 2. Reducción del Estigma en la Búsqueda y Necesidad de Ayuda:

El estigma en torno a los problemas de salud mental puede ser una barrera significativa para buscar ayuda. El programa de Conciencia y Entrenamiento en Salud Mental trabaja activamente para combatir este estigma, fomentando un entorno en el que se fomentan y aceptan las conversaciones abiertas sobre la salud mental. Cuando las personas se sienten seguras para hablar sobre sus desafíos de salud mental, es más probable que busquen ayuda sin temor al juicio. Superar estas barreras puede salvar vidas al fomentar un acceso oportuno al apoyo.

### 3. Conexión de Personas a Recursos:

El acceso a recursos de salud mental es crucial para cualquier persona que enfrente desafíos de salud mental. El programa sirve como un puente entre las personas que necesitan ayuda y los recursos disponibles en la región de Paso del Norte. Esto puede incluir la conexión de individuos con terapeutas, grupos de apoyo, líneas de crisis u organizaciones comunitarias. Al facilitar estas conexiones, el programa asegura que las personas puedan acceder a la atención y el apoyo apropiados que requieren.



Helping the Paso del Norte Region!

# ¡Feliz Mes Nacional de la Herencia Latina!

15 de septiembre al 15 de octubre

El Mes de la Herencia Hispana, celebrado del 15 de septiembre al 15 de octubre, es un momento para honrar las ricas contribuciones culturales de las comunidades hispana y latina y al mismo tiempo resaltar temas importantes, incluida la concientización sobre la salud mental.

Dentro de la diversa población hispana y latina, existen desafíos y oportunidades únicos en lo que respecta a la salud mental. Es fundamental reconocer que los factores culturales, como los valores familiares, el apoyo comunitario y la resiliencia, desempeñan un papel importante en el bienestar mental de las personas de estos orígenes.

Durante el Mes de la Herencia Hispana, no solo celebramos las vibrantes tradiciones y logros de esta comunidad, sino que también fomentamos un diálogo sobre la salud mental. Es un momento de reconocer que buscar ayuda para problemas de salud mental es un signo de fortaleza, no de debilidad. Al acabar con el estigma y aumentar el acceso a servicios de salud mental culturalmente competentes, podemos garantizar que todas las personas, independientemente de sus orígenes, reciban el apoyo y la atención que merecen.

Aprovechemos este mes como una oportunidad para promover la comprensión, la empatía y la inclusión dentro de las comunidades hispana y latina, enfatizando que la salud mental es una parte vital del bienestar general y merece atención, cuidado y apoyo.



# ¡Próximos Eventos!

events

"Romper el estigma: una revisión de las barreras y los enfoques culturalmente fundamentados para atender a las poblaciones hispanas/latinas".

martes, 24 de octubre de 2023

9 am-10:30 am Virtual-Zoom, inglés

Regístrese aquí: <https://bit.ly/NLBHA-MHAT3>

JOIN

US!

events

Rompiendo el Estigma

viernes, 27 de octubre de 2023

9am-10:30am Virtual-Zoom, español

Regístrate aquí: <https://bit.ly/3svAkSW>

REGISTER  
NOW

## MANTÉNGASE CONECTADO: SUSCRÍBASE Y SÍGANOS

SUSCRÍBETE A NUESTRA NEWSLETTER Y SÍGUENOS EN LAS REDES SOCIALES. AL UNIRSE A NUESTRA COMUNIDAD, RECIBIRÁ ACTUALIZACIONES PERIÓDICAS, NOTIFICACIONES DE EVENTOS Y RECURSOS VALIOSOS PARA RESPALDAR SU VIAJE HACIA LA SALUD MENTAL.

RED LATINA JUNTOS DE SALUD CONDUCTUAL (NLBHA.ORG)

SI TIENE PREGUNTAS O COMENTARIOS, COMUNÍQUESE CON EL DIRECTOR DEL PROGRAMA:

ROSE NAVA, LMSW, MPH ROSE@NLHBA.ORG  
505-699-3683 (LLAMADA O MENSAJE DE TEXTO)



SCAN ME

VISITENOS: [MHAT (NLBHA.ORG)]

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/NLBHAORG/](https://www.facebook.com/nlbhaorg/)

X: CAPACITACIÓN EN CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA SALUD MENTAL  
(@NLBHAMHAT) / TWITTER

ESTE PROYECTO ESTÁ PATROCINADO POR SAMSHA, NÚMERO DE CONCESIÓN 6U79SP023012-05M001, NÚMERO ÚNICO DE IDENTIFICACIÓN DE CONCESIÓN FEDERAL (FAIN) U79SP023012, LEY DE SERVICIOS DE SALUD PÚBLICA DE LA AUTORIDAD ESTATUTARIA, TÍTULO V, SEC 509;42 USC 290 BB-2, NÚMERO DE LISTADO DE ASISTENCIA 93.243, LISTADO DE ASISTENCIA TÍTULO DEL PROGRAMA PROYECTOS DE SERVICIOS DE SALUD MENTAL Y ABUSO DE SUSTANCIAS DE IMPORTANCIA REGIONAL Y NACIONAL.