

Salud Mental Importa

Mental Health Matters



Creado y presentado por:
Angie Jimenez, ASW &
Celeste Avilez, MFT



MONTEREY COUNTY
BEHAVIORAL HEALTH

Avanzando Juntos Forward Together

¡Hola y Bienvenidos!

- Este es un lugar seguro y de aceptación diseñado para brindar información a las miembros de la comunidad que deseen aprender y explorar más sobre la comunidad LGBTQ +
- Nos esforzamos por crear un lugar seguro para todos.
- No se usan majaderias aqui, solo palabras usadas por la comunidad y terapistas
- Hoy nos reunimos para educar a los padres, cuidadores y familiares sobre cómo apoyar la salud mental de su ser querido LGBTQ +.



Quiénes somos y por que estamos aquí?

Celeste Avilez: (Ella)

Trabajadora social psiquiátrica

Proveendo servicios con el equipo educativo

Colaboradora con varias agencias comunitarias para
avansar el alcance de los servicios de salud mental locales

Quiénes somos y por que estamos aquí?

Angelica Jimenez (Ella)

Trabajadora social psiquiatrica

Proveendo servicios con el equipo educativo y haciendo asesorias de salud mental y entrevistas forensicas

trabajado con el condado desde el 2007



Factores de riesgo de salud mental LGBTQ +

Saliendo del armario/“closet”

Rechazo

Uso de sustancias

Convertirse en person sin hogar

Acoso y agresion

Atención médica inadecuada

Atención de salud mental inadecuada

Falta de apoyo familiar o de amistades

Pensamientos, sentimientos y comportamientos relacionados a el suicidio

SUICIDALIDAD Y SALUD MENTAL

- 39% de los encuestados LGBT+ consideró seriamente intentar suicidarse en los últimos doce meses.
- Más de la mitad de personas los jóvenes transgénero y no binarias han considerado seriamente el suicidio.
- 71% de los encuestados informó sentirse triste o desesperanzado por al menos dos semanas en el último año

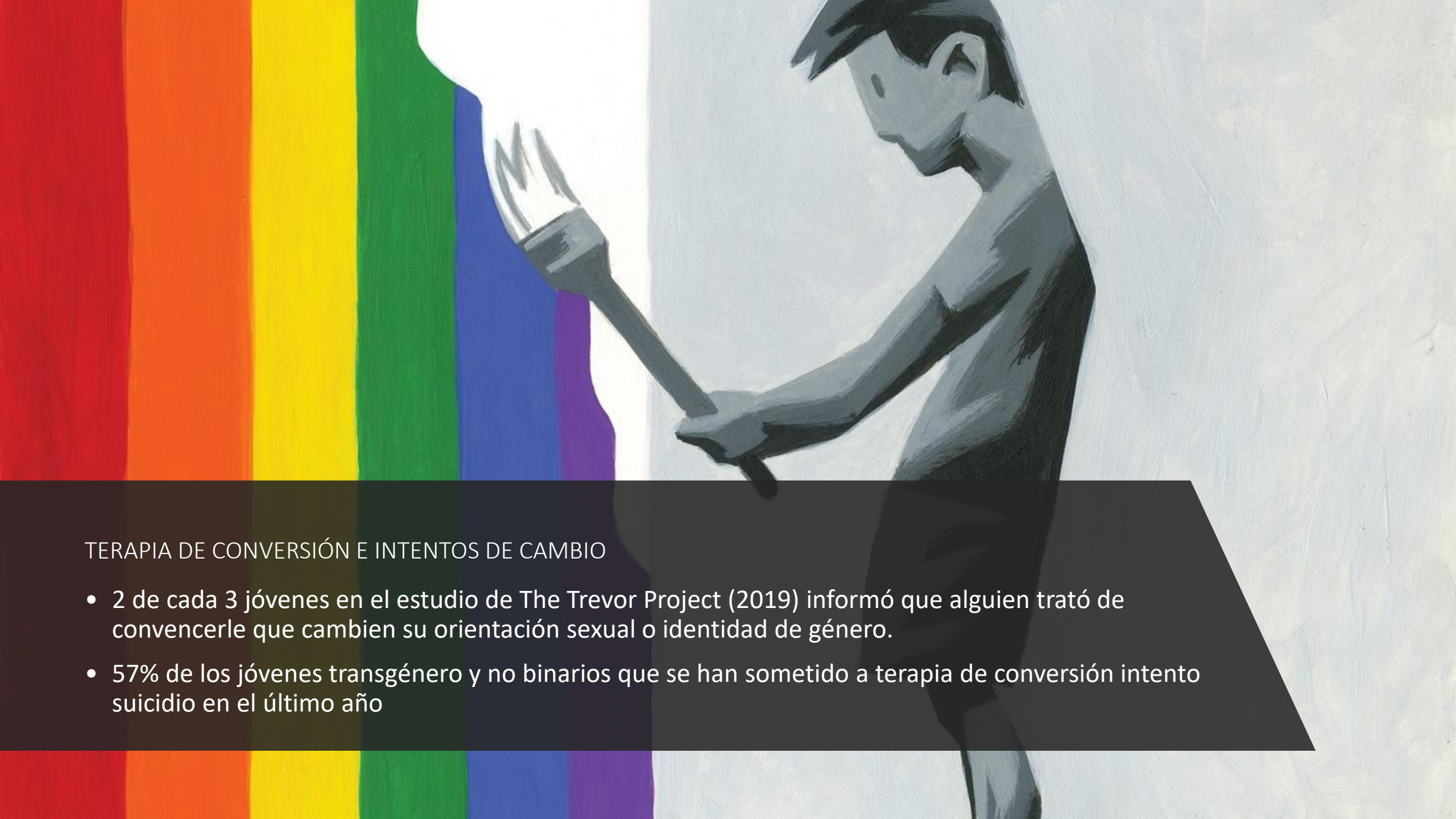


Segun el Proyecto en Familia, SFSU...

- *Hay grave impacto de los altos niveles de rechazo familiar en los jóvenes gay o transgénero cuyos padres intentaron cambiarlos. También en las familias que trataron de impedirles que fueran homosexuales o transgénero. También en familias que demostraron de otras maneras su vergüenza sobre su familiar.*

Intentos de suicidio de jóvenes LGBT





TERAPIA DE CONVERSIÓN E INTENTOS DE CAMBIO

- 2 de cada 3 jóvenes en el estudio de The Trevor Project (2019) informó que alguien trató de convencerle que cambien su orientación sexual o identidad de género.
- 57% de los jóvenes transgénero y no binarios que se han sometido a terapia de conversión intentó suicidio en el último año



DISCRIMINACIÓN Y DAÑO FÍSICO

- 78% de Jóvenes transgénero y los jóvenes no binarios reportaron ser el tema de la discriminación por su identidad de género
- 70% de los jóvenes LGBT+ reportados discriminación debido a su orientación sexual.



LGBTQ+ Y noviasgos

- El 23% de los estudiantes que habían salido con alguien durante los 12 meses anteriores a la encuesta habían vivido violencia sexual en el noviazgo el año anterior.
- -El 18% de los estudiantes habían sido expuestos violencia física en el noviazgo.
- El 18% de los estudiantes se habían visto obligados a tener relaciones sexuales en algún momento de sus vidas.

A Riesgo de Quedarse sin Hogar

- Se estima que los jóvenes y adultos jóvenes LGBT + tienen un 120% más de riesgo de quedarse sin hogar, a menudo como resultado del rechazo familiar o la discriminación basada en la identidad de género u orientación sexual.





Experiencias con la violencia

- Según los Centros de Control de Enfermedades: En comparación con otros estudiantes, las actitudes negativas hacia las personas LGBT+ pueden aumentar el riesgo de que estos jóvenes experimenten violencia (comportamientos como intimidación, burlas, acoso y agresión física).



¿Y en la escuela?

- El 10% fue amenazado o herido con un arma en la escuela.
- -34% fueron intimidados en la escuela
- -28% fueron intimidados electrónicamente



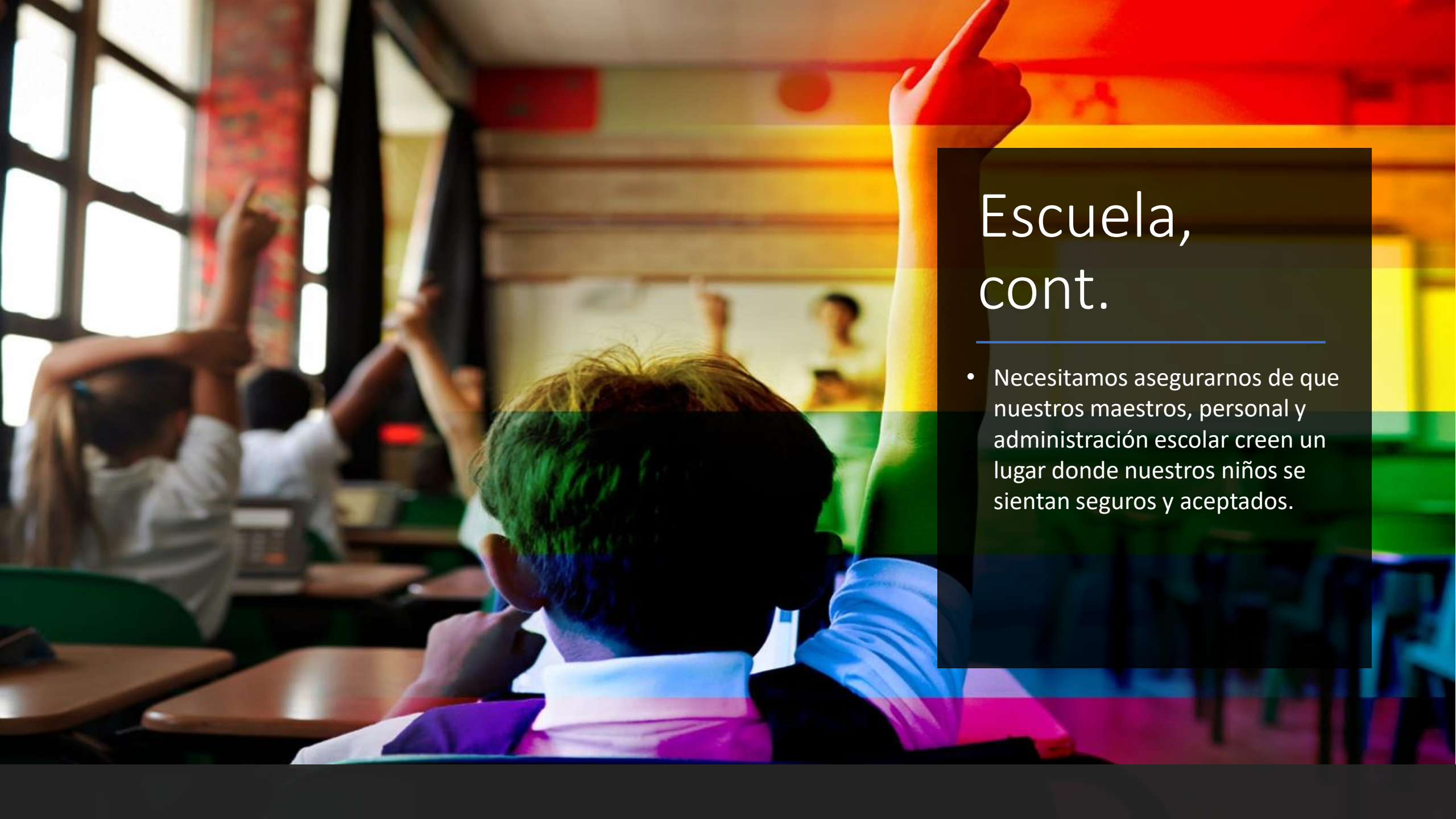
- NO HAY UNA MANERA “CORRECTA” DE CONVERTIRSE EN UN(A) AMIGO(A), COLEGA O SER QUERIDO MÁS COMPRENSIVO, PERO HAY UN PROCESO DE APRENDIZAJE POR EL QUE TODOS ATRAVIESAN PARA SER MÁS SOLIDARIOS.

¿Qué puedo hacer yo?

Defender a los estudiantes LGBT + en la escuela

- Aunque hay algunos estados, como California, que están agregando Historia LGBT + al plan de estudios, hay muy pocas escuelas que enseñan sobre educación sexual / reproductiva con esta población en mente.



A photograph of a classroom with students raising their hands. The image is overlaid with a semi-transparent dark rectangle containing text. The background shows a classroom with large windows on the left, students at desks, and a teacher in the background. The lighting is warm, and the colors are slightly desaturated.

Escuela, cont.

- Necesitamos asegurarnos de que nuestros maestros, personal y administración escolar creen un lugar donde nuestros niños se sientan seguros y aceptados.



Recuerde...

- La aceptación no significa una comprensión total de lo que está pasando su hijo, pero es un paso en la dirección correcta.

**Apoyar la
expresión de
género de su
hijo(a)**

**Dar la bienvenida en
su hogar a las amis-
tades LGBTQ de su
hijo(a)**

**Hablar con su
hijo(a) sobre su
identidad LGBTQ
y escuchar
respetuosamente,
aun si usted se
siente incómo-
do(a)**

**Llevar a su
hijo(a) a eventos
y grupos para
personas LGBTQ**

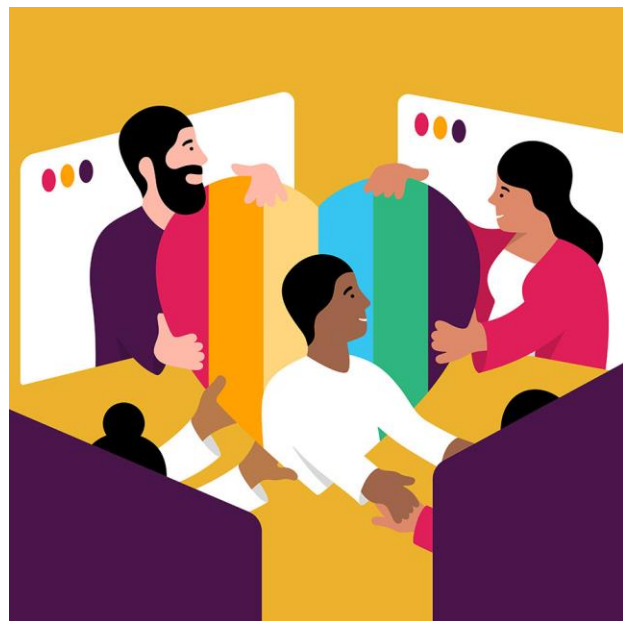
**Decirle a su hijo(a)
LGBTQ que están
orgullosos de él o ella**

**Obtener
información
certera sobre
la orientación
sexual y la
identidad de
género de su
hijo(a)**

**Interacciones familiares que ayudan a la
salud y el bienestar de su hijo(a) LGBTQ**

**Hablar abiertamente
sobre la identidad
LGBTQ de su hijo(a)**

**Creer firmemente que
su hijo(a) puede ser un
adulto LGBTQ feliz – y de-
cirle que tendrá una
buena vida**



**Pedir a sus líderes
religiosos que su
congregación sea un
lugar de apoyo para
personas LGBTQ**

**Protestar con enojo
cuando personas LGBTQ
son discriminadas**

**Defender a su
hijo(a) LGBTQ
cuando otras
personas le
maltratan, ya sea
en su casa, la
escuela, su iglesia
o congregación y en
la comunidad**

**Encontrar una iglesia
o congregación que
acoya a su familia junto
con su hijo(a) LGBTQ**

**Decirle a su hijo(a)
LGBTQ que usted está
ahí para apoyarle aún
si usted no entiende
del todo**

**Participar en grupos
de apoyo familiar y
actividades para
familias con hijos
LGBTQ para recibir la
orientación que su fa-
milia necesite y la
guía para apoyarlos**

CÓMO SER UN ALIADO LGBT+



Según la Campaña de
Derechos Humanos...

- Afrontar la novedad y sorpresa de que un ser querido, conocido o amigo(a) es lesbiana, gay, bisexual, transgénero o queer puede ser incómodo y desafiante cuando empieza su proceso de entendimiento.

An illustration of a family of four walking away from the viewer on a path that transitions from red to yellow to a full rainbow. The family consists of a man in a grey vest, a woman in a light blue shirt, another woman in a pink shirt, and a child in a red shirt with a blue backpack. They are holding hands. In the background, there are green hills and a blue sky. Two rainbow flags are visible: one on the left and one on the right. The overall style is flat and colorful.

Aceptando que son la misma persona

- Asimilar que su pariente, amigo(a) o conocido es LGBT+ y que la orientación sexual y expresión e identidad de género son partes básicas de quienes son, como el color de sus ojos, cabello o piel.



- Darse cuenta de que para tener una conexión genuina y abierta con amigos(as) o parientes LGBTQ, tendrá que buscar una manera de apoyarlos tal y como son.

Cont.

DEJE QUE SU APOYO GENERE DECISIONES INFORMADAS

- Se trata de trabajar para desarrollar un verdadero entendimiento de lo que significa ser una persona LGBTQ en Estados Unidos y poner de su parte para ayudar a derribar las barreras de discriminación y prejuicio que aún existen.





Bromas

- NO COMPARTE EL “HUMOR” QUE ATACA A LAS PERSONAS LGBTQ+ CUANDO ALGUIEN DICE UNA BROMA DE MAL GUSTO.

Todo es posible
si lo hacemos
con amor

- Los movimientos de derechos civiles han tenido éxito debido a que la gente de cada parte de la sociedad los apoyó en la lucha contra el prejuicio.



Si Votan..

- Informarse sobre la postura de candidatos políticos en temas que impactan a la comunidad LGBT+.





Es toda una vida de aprendizaje

- Parte de ser más solidario(a) con su ser querido, conocido o amigo(a) LGBTQ+ significa desarrollar un verdadero entendimiento de cómo el mundo los ve y trata.

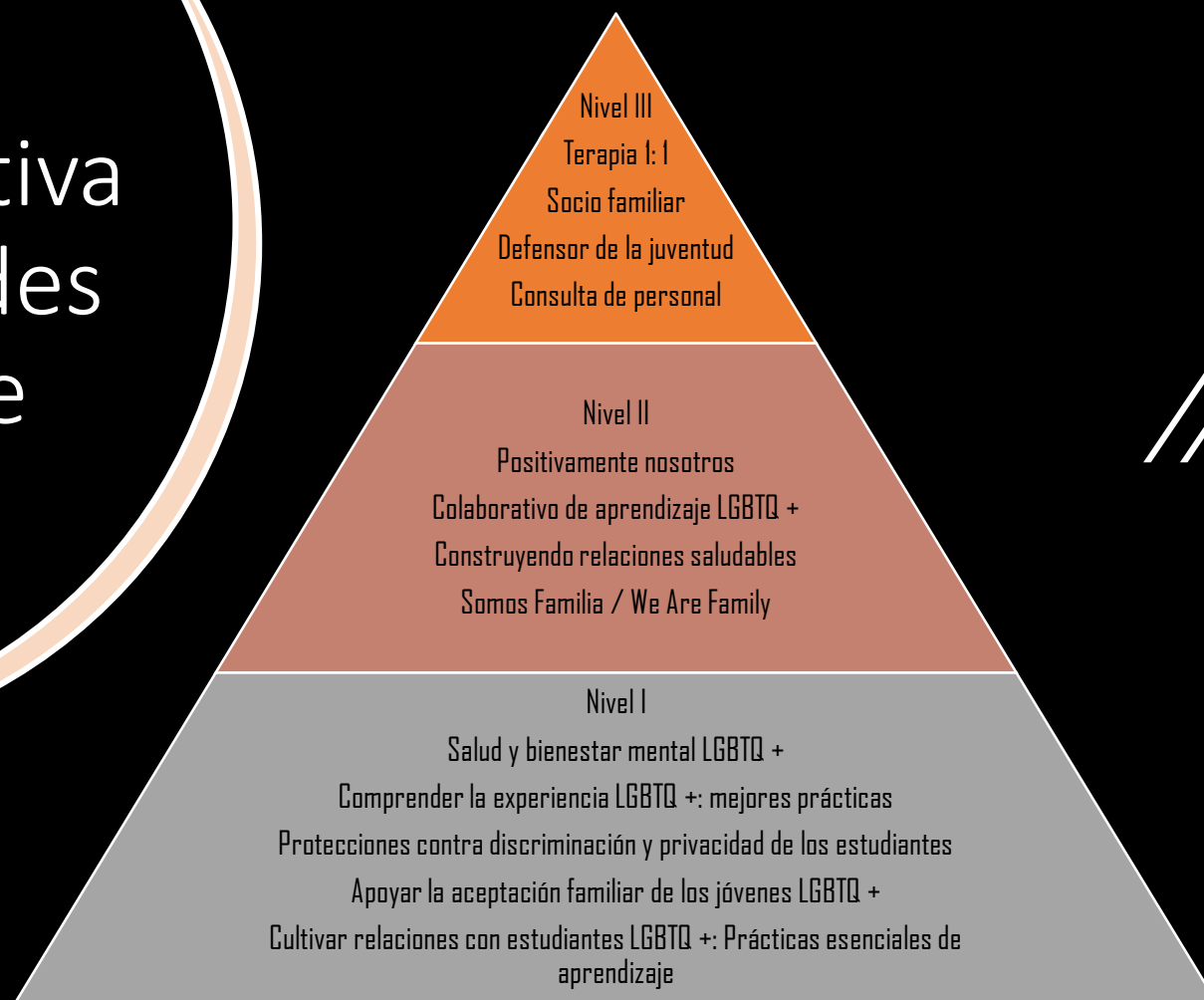
Somos Familia - Grupo

- En Somos Familia, Provenimos un grupo de apoyo en donde los padres, guardianes y cualquier miembro de la familia explore sus sentimientos a cerca a la sexualidad y la expresión de género de su ser querido que se identifica como LGBTQ + en el condado de Monterey.





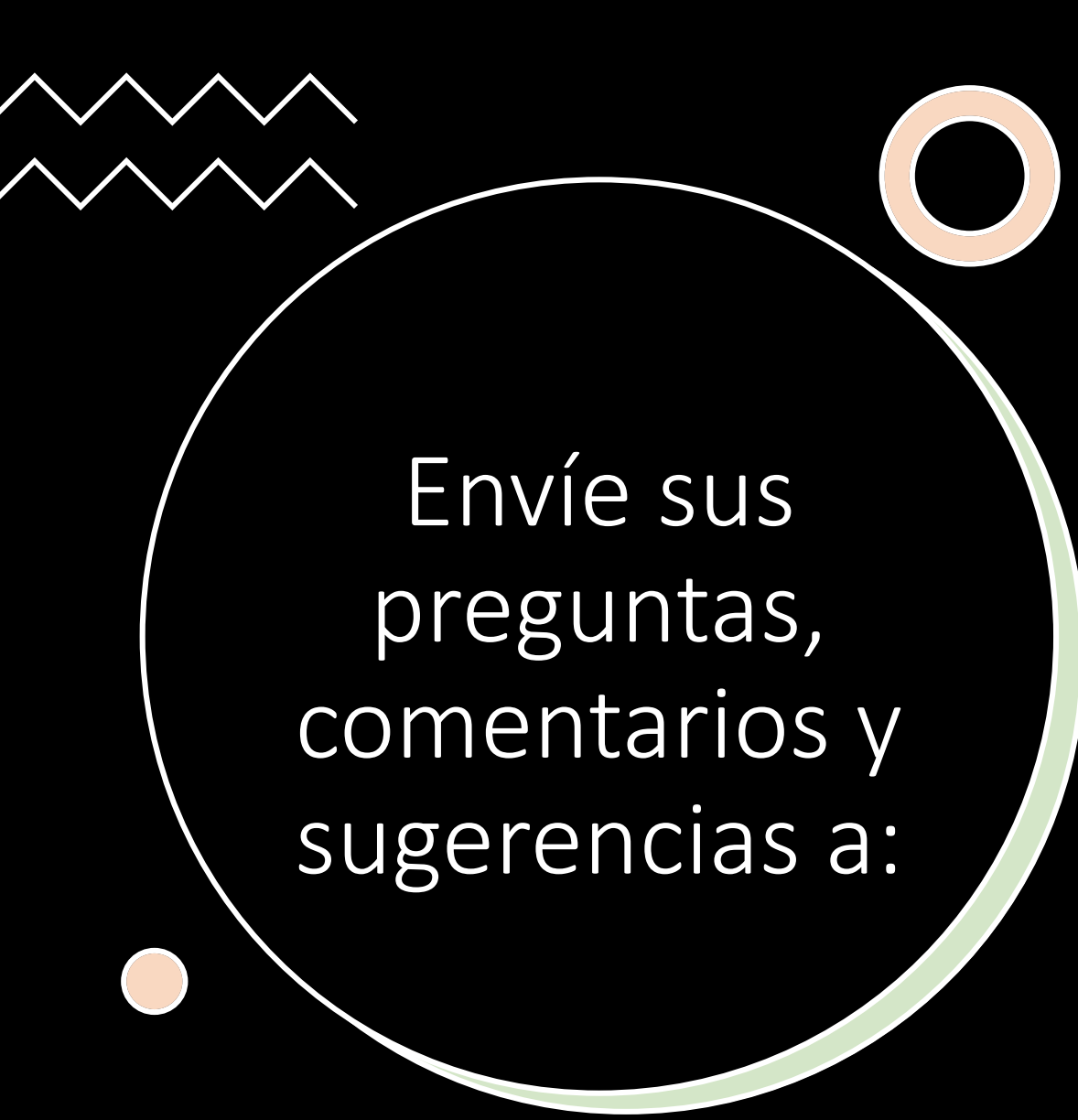
Continuidad LGBTQ+ de Atención Afirmativa Para Comunidades de Aprendizaje





Somos Familia

- Este curso de 8 semanas se realiza a través de Zoom. No es necesario que asista a todas las sesiones. Todo es confidencial y gratuito.
- <https://zoom.us/j/8648697263>



Envíe sus
preguntas,
comentarios y
sugerencias a:

- Kacey Rodenbush, gerente de servicios de MCBH, equipo de educación
- RodenbushKM@co.monterey.ca.us

