



Recursos en Salud Mental para Migrantes

Iniciativa de Salud de las Américas

Mayo, 2017

Qué es Salud Mental?

La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Organización Mundial de la Salud

Antecedentes y Objetivo

- Los inmigrantes en los Estados Unidos están viviendo una época de incertidumbre, estrés y temor que puede afectar su salud mental.
- Grupo interinstitucional dedicado a identificar y desarrollar recursos en salud mental orientados a las necesidades de los migrantes y a las personas que trabajan con migrantes.

Entidades colaboradoras

- Iniciativa de Salud de las Américas (ISA) de la Universidad de California en Berkeley
- Secretaría de Salud de México
- Instituto de los Mexicanos en el Exterior
- Instituto Nacional de Psiquiatría
- Universidad Autónoma de México
- Iniciativa Ciudadana para la Promoción de la Cultura del Diálogo
- Fundación Carlos Slim
- Centros de Integración Juvenil
- Universidad de Barcelona

Números de asistencia psicológica para migrantes

1-877-223-7725

- Línea gratuita de atención psicológica para migrantes
- Operada por la Secretaría de Salud de Guanajuato
- Funciona en EEUU y México
- Atendida 24/7 por psicólogos
- Atención en crisis y orientación de servicios

Números de asistencia psicológica para migrantes

011-52-55-52-12-12

Líneas por WhatsApp para enviar mensajes:

+52-1-55-4555-1212

+52-1-55-7518-5547

+52-1-55-4544-9743

+52-1-55-4391-6190

- De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas
- Operados por especialistas en salud mental de los Centros de Integración Juvenil (CIJ)

Servicios en los Estados Unidos

2-1-1

- Número nacional, gratuito, 24/7
- Servicio en todos los idiomas.
- Tipos de información local que ofrecen:
 - Recursos de salud física y mental
 - Emergencia para prevención de suicidios
 - Recursos para necesidades básicas
 - Apoyo laboral
 - Apoyo para personas de edad avanzada y personas discapacitadas
 - Apoyo para menores, jóvenes y familias

Servicios en los Estados Unidos

Ventanillas de Salud (VDS)

- Programa del Gobierno de México desarrollado por la Secretaría de Salud y la Secretaría de Relaciones Exteriores
- Funcionan en los 50 Consulados de México en los Estados Unidos
- Ofrecen información de salud, asesorías y referencias a servicios de salud disponibles en la comunidad.
- Para buscar el contacto de la VDS en su región ir a

www.ventanillas.org



Centro de Información y Asistencia a Mexicanos (CIAM)

www.gob.mx/ciam

USA: 1-855-463-6395

México: 001-520-623-7874

- Secretaría de Relaciones Exteriores de México
- 24/7
- Información sobre servicios consulares, actualidad migratoria, prevención y protección consular



Plataforma de información para migrantes

Acceso Latino, www.accesolatino.org

- Fundación Carlos Slim
- Información diversa dirigida a la población migrante en los EEUU
 - ✓ Orientación psicológica
 - ✓ Ayuda legal
 - ✓ Conoce tus derechos
 - ✓ Educación
 - ✓ Empleo
 - ✓ Licencias de conducir

Asistencia Psicológica en México

Centros de Integración Juvenil

- Unidades de consejería psicológica gratuita en albergues de migrantes en 5 ciudades fronterizas: Tijuana, Mexicali, Nogales, Reynosa y Ciudad Juárez
- Atención psicológica a los migrantes que retornan, en todos sus 117 centros en México.
- Ubicación de los Centros:
<http://www.cij.gob.mx/Redatencion/redatencionmapa.html>

Recursos de Capacitación – Salud Mental

- Curso en línea “Acompañamiento y Autocuidado Emocional”
- http://programas.cuaed.unam.mx/autocuidado_emocional/index.html
- Desarrollado por la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia y la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)
- Dirigido a las personas que trabajan con población migrante y repatriada.
- Ofrece bases teóricas metodológicas para una relación de ayuda que les permita dar un acompañamiento y apoyo sano tanto para los migrantes como para ellos mismos
- Duración 20 horas. Gratuito. En español.
- Para registrarse: enviar a la Dra. Araceli Jiménez, ajimenez55070@gmail.com nombre, institución y correo electrónico. Antes del 26 Mayo.

Recursos de Capacitación – Salud Mental

- Cursos en línea gratuitos de autoayuda para población general, sobre temas de salud mental y adicciones.
- Desarrollados por el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (INPRFM)
- www.ayudaparadepresion.org.mx
- www.bebermenos.mx
- www.saberdealcohol.mx/bebermenos
- www.familiyadicciones.org.mx

Recursos de Capacitación – Salud Mental

Diplomado en Primeros Auxilios Psicológicos para Personas Migrantes

- Ofrecido por la Iniciativa Ciudadana para la Promoción de la Cultura del Diálogo y el Instituto Mora.
- Público en general interesado en el tema de atención a personas migrantes.
- En línea y semi-presencial. Duración de 4 meses. Tiene costo.
- Fecha próximo curso: 2 de agosto – 6 de diciembre 2017
- <http://www.primerosauxiliospsicologicos.org/>
- Más información con Elio Villaseñor,
eliovillasenor@iniciativaciudadana.org.mx

Recursos de Capacitación – Salud Mental

Curso de postgrado “Salud mental, procesos culturales e intervenciones psicológicas con inmigrantes, minorías y excluidos sociales.”

- Ofrecido por la Universidad de Barcelona
- En línea y opción presencial
- Con costo
- Cada año
- Comienza en Noviembre
- Más información con Dr. Joseba Achotegui, jachoteguil@gmail.com
- <http://postgradoubсалutmental-migracion.com/programa.html>.



Iniciativa de Salud de las Américas

<https://hia.berkeley.edu>

- Esta presentación (bajo Recursos de Salud Mental para Migrantes)
- Manual para Promotores de Salud “Historias del Ir y Venir y la Salud Mental” (bajo Materials & Resources/ Promotoras Manuals)
- Nuevos recursos



GRACIAS

<http://hia.berkeley.edu>

/

Liliana Osorio

losorio@berkeley.edu