



# Comprender los determinantes sociales de la salud y la equidad en salud mental

En las últimas décadas, se ha prestado mayor atención a cómo la vivienda, el medio ambiente, el transporte, la educación y la pobreza impactan nuestra salud. Se ha demostrado que estos determinantes sociales de la salud (SDoH, por sus siglas en inglés) tienen una mayor influencia en el bienestar físico y mental que la genética y pueden causar brechas en la atención entre grupos raciales, étnicos y socioeconómicos.

## Impacto de los SDoH en los grupos desfavorecidos

Los determinantes sociales de la salud tienden a tener un mayor impacto para los grupos desfavorecidos, lo que genera diferencias significativas en los resultados de salud física y mental. Por ejemplo, la carga de morbilidad y la esperanza de vida de las personas con bajos ingresos y residentes en zonas rurales son considerablemente mayores que las de las personas con mayores ingresos, de raza blanca y residentes en zonas urbanas. Se ha demostrado que las poblaciones LGBTQ (especialmente las personas transgénero), las personas negras, indígenas y de color (BIPOC) y las personas con discapacidades experimentan mayores problemas de salud mental que las comunidades no marginadas.

Al comprender las causas detrás de estas disparidades, podemos trabajar para lograr un mayor acceso y calidad de la atención médica.

## Efectos de los SDoH en la salud mental

Los bajos ingresos familiares, el bajo nivel educativo, las desventajas materiales, el desempleo y el aislamiento social son algunos de los principales factores asociados a una mala salud mental. Los proveedores deben estar dispuestos a abordar activamente estos factores en su tratamiento. Es crucial encontrar un terapeuta que no sólo reconozca la influencia de los determinantes sociales en la salud mental, sino que sea sensible a ella.

[Más información en la página 2](#)

Los determinantes sociales de la salud (SDoH) tienen mayor influencia en el bienestar que la genética y provocan brechas en la atención entre las minorías.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

LCT00132-20240701





Aquí hay algunos términos que pueden ayudarlo a comprender el tratamiento culturalmente apropiado:

**Competencia cultural:** Integrar factores culturales, sociales y lingüísticos en la atención para mejorar el progreso.

**Accesibilidad:** Ofrecer servicios que sean física y financieramente accesibles para quienes los necesitan, incluidas opciones de telesalud.

**Participación de la comunidad:** Trabajar con organizaciones comunitarias para llegar y apoyar poblaciones desatendidas.

Los determinantes sociales de la salud nos afectan a todos de manera diferente y sólo pueden entenderse a través del lente de la experiencia cultural de un individuo. Al integrar una comprensión de los SDoH en la atención de salud mental, podemos abordar mejor las brechas en salud mental en diferentes poblaciones y promover la equidad en salud para todos.

Para obtener más información, visite la página de Recursos de Equidad en Salud de los CDC en [cdc.gov/dnpao-state-local-programs/php/data-research/health-equity-resources.html](https://cdc.gov/dnpao-state-local-programs/php/data-research/health-equity-resources.html)

## #MinorityMentalHealthMatters #NotaCharacterFlaw

Si usted o alguien que conoce está luchando con un problema de salud mental, hay ayuda disponible.

Comuníquese con la línea de mensajes de texto de crisis de Mental Health America, disponible las 24 horas, los 7 días de la semana (envíe un mensaje de texto con MHA al 741-741).



*Kit de herramientas de sensibilización sobre la salud mental de las minorías*

Visite [LucetHealth.com](https://LucetHealth.com) para obtener más recursos.