

Comprender los determinantes sociales médicos y la equidad en la salud mental

Nuestra salud está determinada por muchos aspectos de la vida diaria. Estos incluyen dónde vivimos, cómo nos desplazamos, nuestros ingresos y las escuelas en nuestra comunidad. Estos factores se llaman determinantes sociales médicos. A menudo afectan nuestra salud física y mental más que nuestros genes (CDC). También crean brechas en la atención para personas de diferentes razas, orígenes y niveles de ingresos.

Impacto en grupos desfavorecidos

Los determinantes sociales médicos pueden perjudicar a algunos grupos más que a otros. Esto puede llevar a problemas médicos graves y vidas más cortas. Las personas con bajos ingresos y las personas en áreas rurales a menudo enfrentan más enfermedades que las personas con ingresos más altos o las que viven en ciudades. Las personas LGBTQ, las comunidades BIPOC y las personas con discapacidades también enfrentan tasas más altas de problemas de salud mental. Estas diferencias muestran por qué el acceso equitativo a la atención es importante.

Efectos en la salud mental

Algunas condiciones de vida hacen que los desafíos de salud mental sean más probables. Estos incluyen bajos ingresos, educación limitada, falta de trabajo y estar solo o sin apoyo. No tener las necesidades básicas satisfechas también puede empeorar el estrés. Los proveedores de atención médica deben hablar sobre estos temas con sus pacientes. Ayuda encontrar un terapeuta que entienda cómo estos factores influyen en la salud mental.

Términos clave que debe conocer

Competencia cultural: Atención que respeta la cultura, el origen y el idioma de una persona.

Accesibilidad: Atención que es fácil de obtener y costear. Esto puede incluir telesalud.

Participación de la comunidad: Trabajando con grupos locales para apoyar a las personas que enfrentan barreras en su atención.

Los determinantes sociales médicos afectan a cada persona de diferentes maneras. Tienen más sentido cuando consideramos la cultura y la experiencia de vida de cada persona. Cuando la atención de salud mental incluye estos factores, podemos reducir las brechas en la atención y acercarnos a la equidad en salud para todos.

Para más información, visite los **Recursos de equidad en salud de los CDC**.

#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 para casos de crisis de Mental Health America, disponible 24/7 (envíe un mensaje con la palabra MHA al 741-741).

Revisado por el director médico, MD y el asesor jurídico principal, JD.



Factores sociales como la vivienda, los ingresos y el acceso a la atención médica afectan la salud incluso más que la genética y pueden tener un mayor impacto en las personas de color.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

LCT-303-20260519