

Fe, Comunidad, y Salud Mental

El papel de la Iglesia que promueve la salud mental



Image from: <https://www.codigotlaxcala.com/salud-mental-un-mal-que-nos-aqueja-a-todos/>

Rev. Héctor J. Hernández Marcial M.Div., MAMTF

Connect Coordinator / *Coordinador de Enlaces*
Peer Group Convener, Prison and Jail Ministries;
Hispanic Outreach Coordinator, Mental Health Initiative

Rev. Bere Gil Soto M.Div, MAMFT
Iglesia Hermandad Cristiana

Sarah Serrano, LCSW
Bienestar Counseling & Education



National
Benevolent
Association
CALLED TOGETHER | CALLED TO CARE



Un saludo cordial de parte de la Asociación Nacional de Benevolencia (NBA)

La Asociación Nacional de Benevolencia es el ministerio general de servicios sociales y de salud de la Iglesia Cristiana (Discípulos de Cristo). La Asociación Nacional de Benevolencia se asocia con congregaciones, regiones, ministerios generales, y una variedad de proveedores de salud y servicios sociales para crear comunidades de compasión y cuidado.

<https://www.nbacares.org>

**Estamos llamados a juntos y juntas cuidar
los unos por los otros(a) a crear
comunidades de compasión y cuidado.**



National
Benevolent
Association
CALLED TOGETHER | CALLED TO CARE

Fe, Comunidad, y Salud Mental

El papel de la Iglesia que promueve la salud mental



Image from: <https://www.codigotlaxcala.com/salud-mental-un-mal-que-nos-aqueja-a-todos/>

Rev. Héctor J. Hernández Marcial M.Div., MAMTF

Connect Coordinator / Coordinador de Enlaces

Peer Group Convener, Prison and Jail Ministries;
Hispanic Outreach Coordinator, Mental Health Initiative

Sarah Serrano, LCSW

Bienestar Counseling & Education

Rev. Bere Gil Soto M.Div, MAMFT

Iglesia Hermandad Cristiana



National
Benevolent
Association
CALLED TOGETHER | CALLED TO CARE

¿Qué es la Salud Mental?



¿Qué es la Salud Mental?

Solamente salud

**Habilidad para lidiar
con el cambio y estrés**

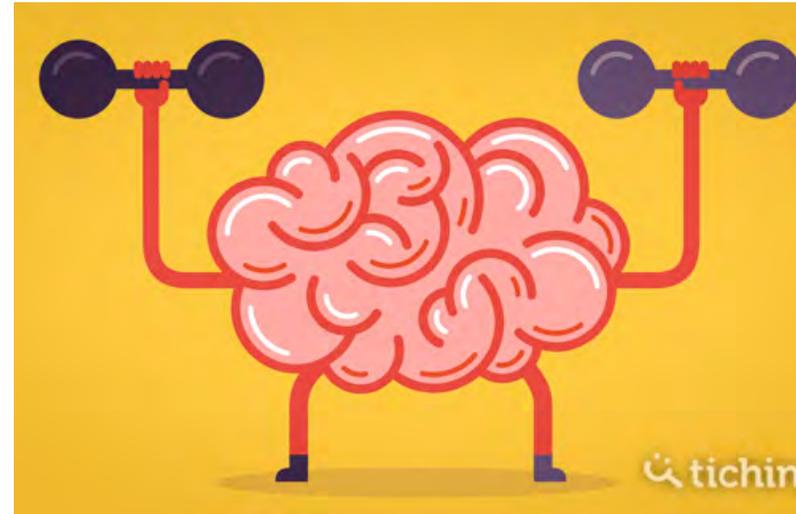


Imagen: <http://blog.tichin.com/consejos-salud-mental-aula/>

*** La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la adultez.**

Definición: <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html>

¿Qué es la Salud Mental?



https://3.bp.blogspot.com/-Fw1zdhnZ1DQ/WlNfGvABu3/AAAAAAAAAR0/3x5ujN5RNmvrzUeVvY4o_6vP7pcolwClcBGAs/s1600/springs.jpg

Nuestra capacidad de recuperarnos durante y después de dificultades y adversidad.

¿Qué es una Enfermedad Mental?

- **La enfermedad mental, por otro lado, es una condición (o condiciones) que dificulta(n) el funcionamiento en nuestra vida diaria. Puede afectar nuestras relaciones, nuestro trabajo, impedir el alcance de metas y objetivo que se pueden ser alcanzables.**

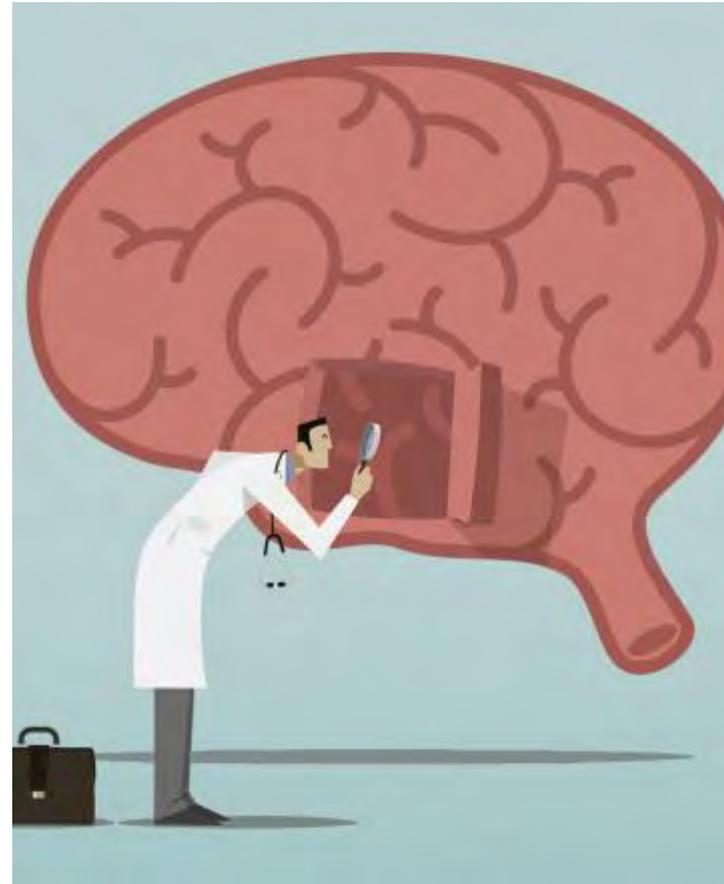


Imagen: <https://www.elpais.com.co/familia/enfermedades-mentales-en-ninos-males-dificiles-de-diagnosticar.html>

Factores de Protección

- Los factores de protección, también conocidos como factores de **resiliencia reducen el** impacto de los factores de riesgo al ofrecer apoyo natural o ambiental para ayudar a enfrentar el estrés.
- Ejemplos de estos son el sistema de apoyo familiar saludable y sólido, o las relaciones sociales, las congregaciones de apoyo, la seguridad financiera y los medios para acceder al servicio y al apoyo, la nutrición adecuada, la paz y la seguridad.
- Es importante tener en cuenta que la protección introducida en años anteriores puede ayudar a crear habilidades de afrontamiento para toda la vida. Nuestras experiencias en la infancia pueden afectar significativamente nuestra capacidad para mantener el bienestar mental.



Factores de Riesgo

- Los factores de riesgo son circunstancias que nos ponen en riesgo de enfrentar el estrés de una manera poco saludable u obstaculizar nuestra capacidad para lidiar con él mismo.
- Ejemplos de riesgo: enfermedades crónicas, desnutrición, violencia en la comunidad, discriminación, redes sociales sin apoyo o relaciones rotas, pobreza, estrés financiero, falta de



Las estadísticas

- **1 de cada 5 adultos estadounidenses experimentan enfermedades mentales cada año**
- **1 de cada 25 adultos estadounidenses experimentan enfermedades mentales graves**
- **1 de cada 6 jóvenes estadounidenses de entre 6 y 17 años experimentan un trastorno de salud mental cada año**
- **El suicidio es la segunda causa de muerte entre las personas de 10 a 34 años**

Statistics: <https://www.nami.org/learn-more/mental-health-by-the-numbers>

Hispanos y la Salud Mental

- La prevalencia anual de enfermedades mentales entre hispanos o latinos es de 16.9.
- Los latinos representan alrededor del 17% de la población estadounidense.
- Solo el 33% de las personas hispanas o latinas con una enfermedad mental reciben tratamiento, esto se traduce a 2 millones de hispanoamericanos que no reciben la atención que necesitan.
- -SoftwarePundit



Photo by Joe from Pexels- man fueling his car

La Salud Mental y la Iglesia



Photo by Polina Sirotina from Pexels-woman sitting on bench

Es un hecho que muchas personas con enfermedades mentales a menudo acuden primero a la iglesia en busca de ayuda.

Estrategias Prácticas

1. Desarrollar CONCIENTIZACIÓN:

- **¿Cuál es la teología sobre la salud mental en esta iglesia?**
- **¿Que situaciones sociales, generacionales, culturales, etc contribuyen a los retos de los feligreses?**

2. Educar a su liderazgo sobre cómo responder:

- **Los primeros auxilios psicológicos son un gran comienzo en entrenamiento**

3. Desarrollar un plan sobre cómo apoyar a las familias enfrentando enfermedades mentales.

- **Desarrollar alianzas y recursos comunitarios.**
- **Educar a los miembros de la iglesia en temas de salud mental.**
- **Conviértase en un defensor (abogacía) parte interesada en iniciativas comunitarias de salud mental.**

Él Componente Pastoral en la Salud y bienestar Mental



Copyright © 2016. All Rights Reserved. diseño web & Hosting: tuempresaenlared.NET

Lo que la Biblia dice:

A través de la Escritura encontramos varios ejemplos de personas lidiando con problemas de salud mental:

- **Ana (1 Samuel 1:1-8)**
- **Elías (1 Reyes 19:1-18)**
- **Noemi (Ruth 1:1-13)**
- **David (Salmo 38)**
- **Job (Job 3)**
- **Jeremías (20:14-18)**
- **Jonás (cap. 4)**
- **Jesús (Lucas 22:39-46)**

El apóstol Pablo invita a la iglesia a cuidar de su vida integralmente: espíritu, alma, y cuerpo (1 Tesalonicenses 5:23).



El rol pastoral y de la iglesia:



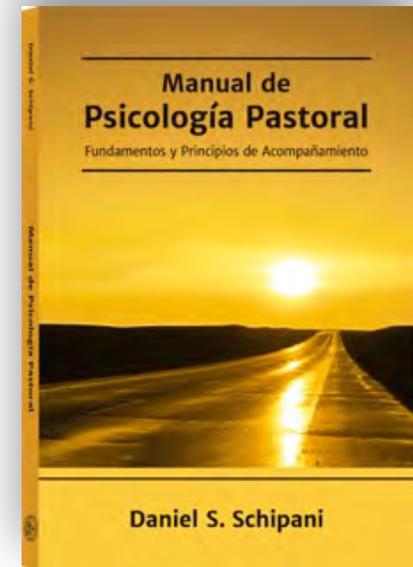
- **Reconozca su rol pastoral**
- **Conéctese en la comunidad y tenga recursos a la mano**
- **Infórmese y edúquese constantemente**
- **Hable de la importancia de salud mental en su iglesia**
- **Si usted NO SABE, busque a alguien que sepa**
- **Cree espacios seguros en sus ministerios**
- **Como pastor/a y líder, cuide de usted misma/o**

Recursos:

- ***Manual de Psicología Pastoral: Fundamentos y principios de Acompañamiento*** por Daniel S. Schipani

<https://www.menonitas.org/n3/mpp/index.html>

- ***Cuidado Pastoral: Ministerio con Inmigrantes*** por Rebeca Radillo
(Disponible en Amazon)



Recursos Adicionales: Directas & Recursos de Fe

Lista locales de profesionales de salud mental en

[psychologytoday.com](https://www.psychologytoday.com)

Español

The screenshot shows the Psychology Today website interface. At the top, there is a search bar with "Therapists" selected and a search icon. Below the search bar, the location is set to "District of Columbia > 20005 (Widened to: 3 miles)". The main heading is "Spanish Therapists in 20005". There are filters for "Cities" and "Counties". A sidebar on the left lists various insurance providers and issues. The main content area displays three therapist profiles:

- Claudia I Salazar**, Psychologist, PsyD, (202) 559-4208. Bio: "If you are passionate about serving others, chances are, you are the last in your list of PRIORITIES. However, continuing working and living this way is NOT SUSTAINABLE for you! If you are ready..."
- Angela Fowler-Hurtado**, Clinical Social Work/Therapist, LICSW, LCSW, (202) 760-4452. Bio: "I am a relationally focused and trauma informed therapist with a passion for helping clients feel more connected, grounded and safe in their lives and relationships. I believe every person has..."
- Maria Belen Pereira**, Licensed Professional Counselor, MA, LPC, (202) 688-5530. Bio: "I provide individual psychotherapy to adults in English and Spanish. I have experience in issues including: depression & anxiety, self-esteem issues, difficulties in relationships, traumatic events..."

Español y Christiano(a)

The screenshot shows the Psychology Today website interface with filters for "Spanish" and "Christian". The main content area displays four therapist profiles:

- Elizabeth Henrich**, Clinical Social Work/Therapist, LCSW-C, (240) 258-2791. Bio: "I am a psychotherapist who is empathetic, encouraging, and passionate about working alongside clients to overcome obstacles. I would love to work with you in truly heal from trauma, improve..."
- Maria (Mela) Del Carmen Puig-Casauranc**, Psychologist, PhD, (202) 265-5522. Bio: "Everything comes down to RELATIONSHIPS! I am interested in working with you if you have had a difficult and painful childhood that continues to interfere with you finding happiness, love and..."
- Halle M Wendel**, Licensed Professional Counselor, LPC, (706) 550-9567. Bio: "Compassionate, Bilingual Therapist uniquely trained to treat the sensitive needs of the whole person, integrating Spirituality with Psychology in helping you overcome personal obstacles to living..."

Líneas Directas & Recursos de Fe Nacionales

United Church of Christ Mental Health Network: www.mhn-ucc.blogspot.com

NAMI Faithnet: www.nami.org/FaithNet

Latinos NAMI: <https://www.nami.org/Find-Support/Diverse-Communities/Latino-Mental-Health/La-salud-mental-en-la-comunidad-latina>

Al-Anon en Español: <https://al-anon.org/es/>
familiares y amigos de los alcohólicos

MentalHealth.org en Español <http://espanol.mentalhealth.org/hablar/servicios>

Organizaciones expertas en salud mental

Pruebas de Salud Mental en español de ansiedad y depresión <https://www.mentalhealthamerica.net/pruebas-de-salud-mental-en-espanol>

Líneas Directas & Recursos de Fe

Pathways to Promise: www.pathways2promise.org

Mental Health Ministries:
www.mentalhealthministries.net

Interfaith Network on Mental Illness: www.inmi.us

24/7 Línea de Ayuda Nacional de Salud Mental
1-800-662-HELP (4357)

Línea National de Prevención de Suicidio
1-800-273- TALK (8255)

Pronto anunciaremos más weminarios y recursos en español. Comuníquese conmigo si necesita más información.

(314) 993-9000 ext. 9681

hhernandez@nbacares.org

<https://www.nbacares.org/staff/rev-hector-j-hernandez>



Rev. Héctor J. Hernández Marcial M.Div., MAMTF

Connect Coordinator / *Coordinador de Enlaces*
Peer Group Convener, Prison and Jail Ministries;
Hispanic Outreach Coordinator, Mental Health Initiative



**National
Benevolent
Association**
CALLED TOGETHER | CALLED TO CARE