

Materiales educativos para redes sociales

1. Mes nacional de la salud de las minorías

Abril se destaca por ser el mes de en pro de la salud de las minorías, nos unimos a la Oficina de Salud de las Minorías (OMH, por sus siglas en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU bajo el tema: Saber Es Salud. ¿Sabías Qué? El tema de este año aborda cómo podemos mejorar la alfabetización en salud y apoyar las necesidades culturales y lingüísticas de nuestras comunidades.

Imagen 1 Mes nacional de la salud de las minorías

ABRIL 2023

MES NACIONAL DE LA SALUD DE LAS MINORÍAS

"Mejor salud a través de una mejor comprensión"

Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:
Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

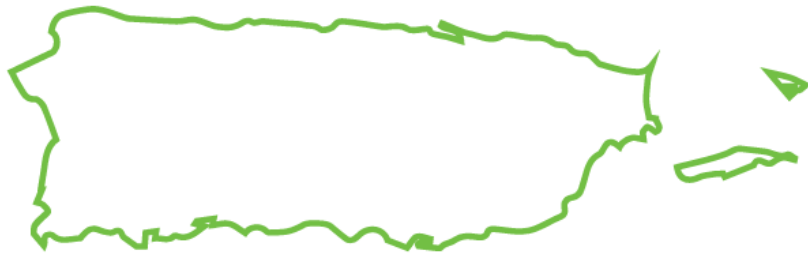
Fuente: Healthy People 2030

National Institute on Minority Health and Health Disparities

NATIONAL MINORITY HEALTH MONTH

Este proyecto ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención Nº 6 NU380T000303-04-02.

Minorías en Puerto Rico



Las Naciones Unidas señalan que en todos los países del mundo, incluyendo en Puerto Rico, hay personas pertenecientes a minorías nacionales o étnicas, religiosas y lingüísticas, que enriquecen la diversidad de sus sociedades.

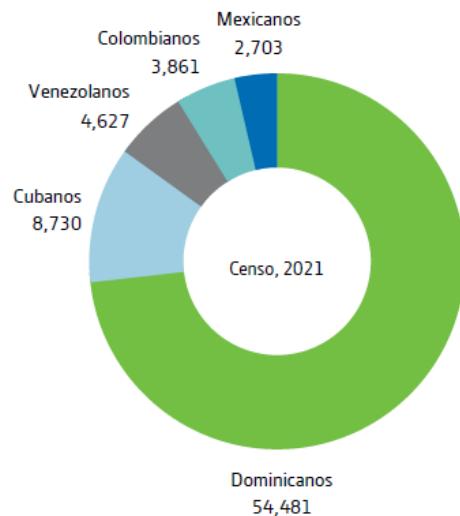
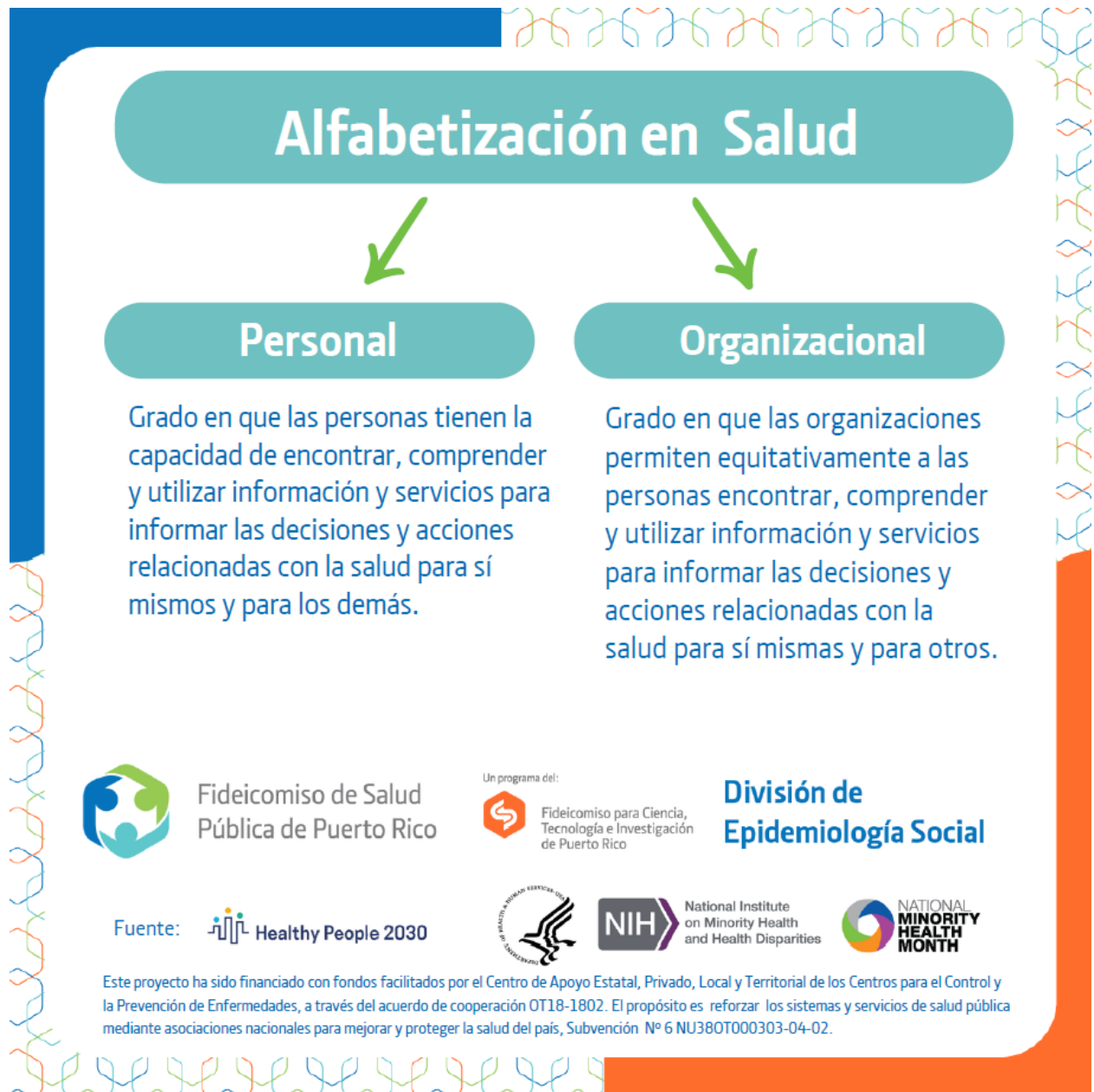


Imagen 3 Mes nacional de la salud de las minorías



2. Los Determinantes Sociales de la Salud

LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD| Son una herramienta para mejorar la salud de las poblaciones más vulnerables. Fomentar la equidad y el desarrollo de nuevas estrategias de acción que tengan en cuenta factores sociales que influyen en la salud y bienestar de todos.

Imagen 1 Los Determinantes Sociales de la Salud




¿CONOCES LAS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD?

Son las condiciones en los entornos donde las personas nacen, viven, aprenden, trabajan, juegan, y envejecen que afectan una amplia gama de resultados y riesgos de salud, funcionamiento y calidad de vida.

Fuente:  Healthy People 2030

This flyer was supported by funds made available from the Centers for Disease Control and Prevention, Center for State, Tribal, Local and Territorial Support, through cooperative agreement OT18-1802, Strengthening Public Health Systems and Services Through National Partnerships to Improve and Protect the Nation's Health award #6 NU380T000303-04-02

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Imagen 2 Los Determinantes Sociales de la Salud



3. Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud

Conoce los cinco (5) dominios sobre los Determinantes Sociales de la Salud por Healthy People 2030 y su influencia en nuestras comunidades.

Imagen 1 Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud

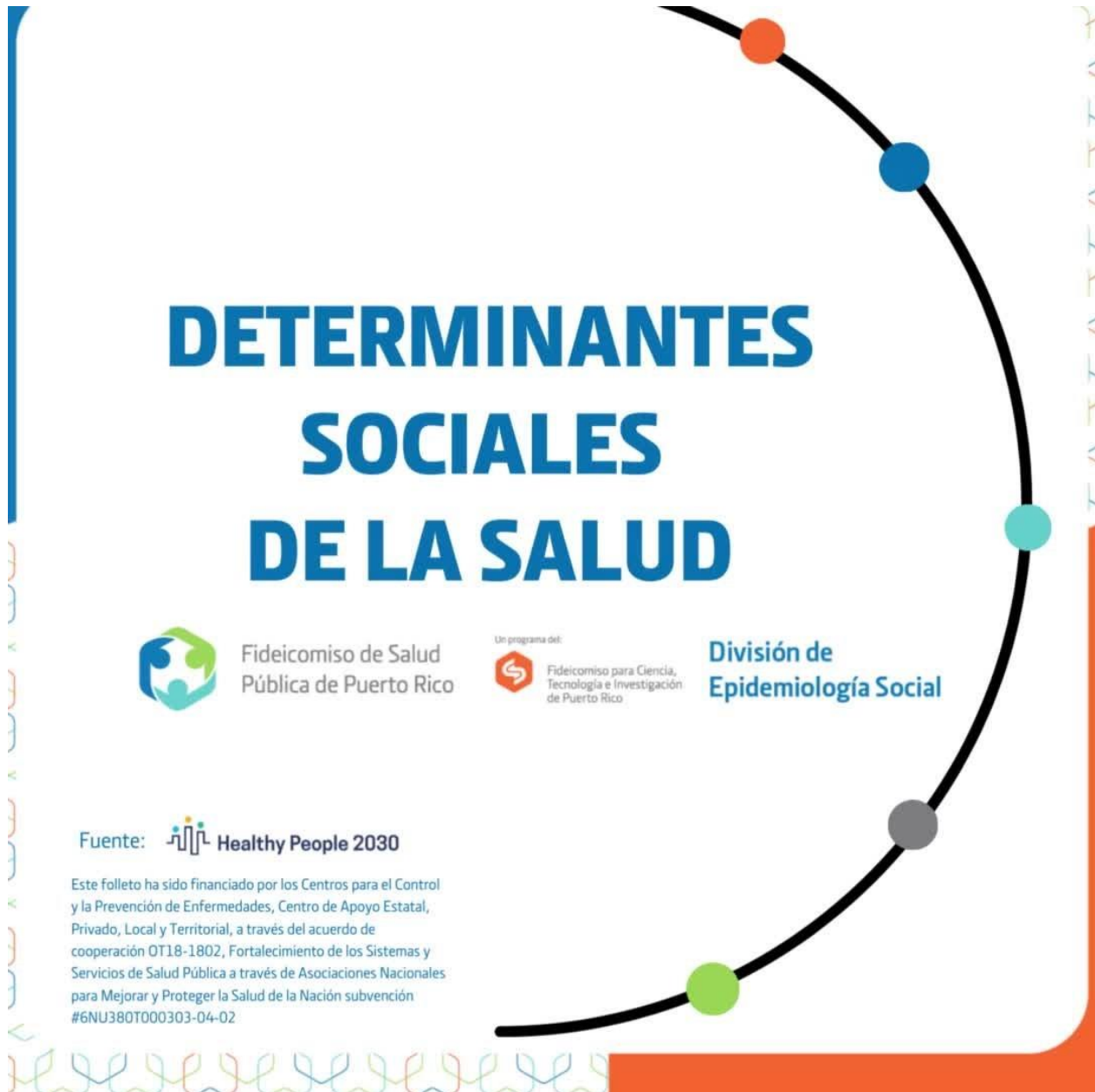


Imagen 2 Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud

DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

Estabilidad económica

Las personas con un empleo estable tienen menos probabilidades de vivir en niveles bajos de pobreza y están más propensas a estar saludables.

Fuente:  Healthy People 2030

This flyer was supported by funds made available from the Centers for Disease Control and Prevention, Center for State, Tribal, Local and Territorial Support, through cooperative agreement OT18-1802, Strengthening Public Health Systems and Services Through National Partnerships to Improve and Protect the Nation's Health award #6 NU380T000303-04-02

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Imagen 3 Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud


DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

Acceso a educación de calidad

Los niños de familias de bajos recursos económicos, los niños con discapacidades funcionales y los niños que experimentan discriminación social, como la intimidación, tienen más probabilidades de tener dificultades con las matemáticas y la lectura.

Fuente:  Healthy People 2030

This flyer was supported by funds made available from the Centers for Disease Control and Prevention, Center for State, Tribal, Local and Territorial Support, through cooperative agreement OT18-1802, Strengthening Public Health Systems and Services Through National Partnerships to Improve and Protect the Nation's Health award #6 NU380T000303-04-02

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social




Imagen 4 Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud



DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

Acceso a atención médica de calidad

Las personas sin seguro médico tienen mayor dificultad en tener proveedor de atención primaria, y es posible que no puedan pagar los servicios de atención médica y los medicamentos que necesitan.

Fuente:  Healthy People 2030

This flyer was supported by funds made available from the Centers for Disease Control and Prevention, Center for State, Tribal, Local and Territorial Support, through cooperative agreement OT18-1802, Strengthening Public Health Systems and Services Through National Partnerships to Improve and Protect the Nation's Health award #6 NU380T000303-04-02

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Imagen 5 Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud



DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

Vecindario y entorno

Las minorías raciales, étnicas y las personas con bajos recursos económicos tienen más probabilidades de vivir en lugares que experimentan violencia, poca calidad de aire o agua potable y otros riesgos significativos para la salud.

Fuente:  Healthy People 2030

This flyer was supported by funds made available from the Centers for Disease Control and Prevention, Center for State, Tribal, Local and Territorial Support, through cooperative agreement OT18-1802, Strengthening Public Health Systems and Services Through National Partnerships to Improve and Protect the Nation's Health award #6 NU380T000303-04-02

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Imagen 6 Los 5 Dominios de los Determinantes Sociales de la Salud

DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

Contexto social y comunitario

Para fomentar el bienestar de la salud en nuestras comunidades se deben fortalecer las relaciones interpersonales y crear intervenciones para ayudar a las personas a obtener el apoyo social y comunitario.



Fuente:  Healthy People 2030

Este folleto ha sido financiado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802, Fortalecimiento de los Sistemas y Servicios de Salud Pública a través de Asociaciones Nacionales para Mejorar y Proteger la Salud de la Nación subvención #6NU380T000303-04-02

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico


Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

4. Equidad en Salud


La equidad en salud se logra cuando todos tienen la oportunidad de alcanzar su pleno potencial de salud y no se está en desventaja por su posición u otras circunstancias sociales.


Imagen 1 Equidad en Salud




Equidad en Salud

Es el estado en el que todos/as tienen una oportunidad justa y equitativa de alcanzar su nivel más alto de salud sin importar donde viven o sus historias personales.

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Fuente: 

Este proyecto ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

5. ¿Cómo se logra la Equidad en Salud?

La equidad en salud se enfatiza en la integración e implementación de medidas para que vivir en salud y sea accesible para cada persona.

Imagen 1 ¿Cómo se logra la Equidad en Salud?

¿Cómo se logra la Equidad en Salud?

- 1** Esfuerzos continuos que aborden las injusticias sociales.
- 2** Superando los obstáculos económicos, sociales y de atención médica.
- 3** Eliminando disparidades de salud prevenibles.

Fuente: CDC

Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Este proyecto ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

6. Las Disparidades en Salud

Las disparidades en la salud se enfocan en aquellas diferencias en la atención y el estado de salud de diferentes grupos de personas. Algunos grupos tienen tasas más altas de ciertas enfermedades, más muertes y sufrimiento por ellas, en comparación con otras personas.

Imagen 1 Las Disparidades en Salud



LAS DISPARIDADES EN SALUD

Son diferencias prevenibles en la enfermedad, lesiones, violencia u oportunidades para lograr una salud óptima que experimentan las poblaciones socialmente desfavorecidas.

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

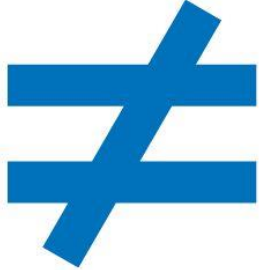
Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Fuente: CDC, 2023

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

LAS DISPARIDADES EN SALUD SON EL RESULTADO DE MÚLTIPLES FACTORES

- 1 Pobreza
 - 2 Amenazas ambientales
 - 3 Acceso inadecuado a la atención de salud
 - 4 Factores individuales y conductuales
 - 5 Desigualdades educativas
- 



Fideicomiso de Salud
Pública de Puerto Rico

Un programa del:



Fideicomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico

**División de
Epidemiología Social**

7. Intersectorialidad


¿Qué es la intersectorialidad? Es parte de la identidad que moldea a las personas, lo que determina sus gustos, necesidades, prioridades y acciones.


Imagen 1 Intersectorialidad

¿QUÉ ES LA INTERSECTORIALIDAD?

La intersectorialidad es cuando diferentes aspectos de nuestra identidad conectan. Cada uno de nosotros tenemos una identidad única y contamos con diferentes elementos que se pueden categorizar en diferentes grupos como la edad, género, raza o cultura.

Fuente: CDC, 2023

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del:  Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención Nº 6 NU38OT000303-04-02.


INTERSECTORIALIDAD


La intersectorialidad es cuando diferentes aspectos de nuestra identidad conectan. Cada uno de nosotros tenemos una identidad única y contamos con diferentes elementos que se pueden categorizar en diferentes grupos como la edad, género, raza o cultura.

Género **Discapacidad**

Raza Etnia **Orientación Sexual**

Fuente: CDC, 2023

 **Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico**

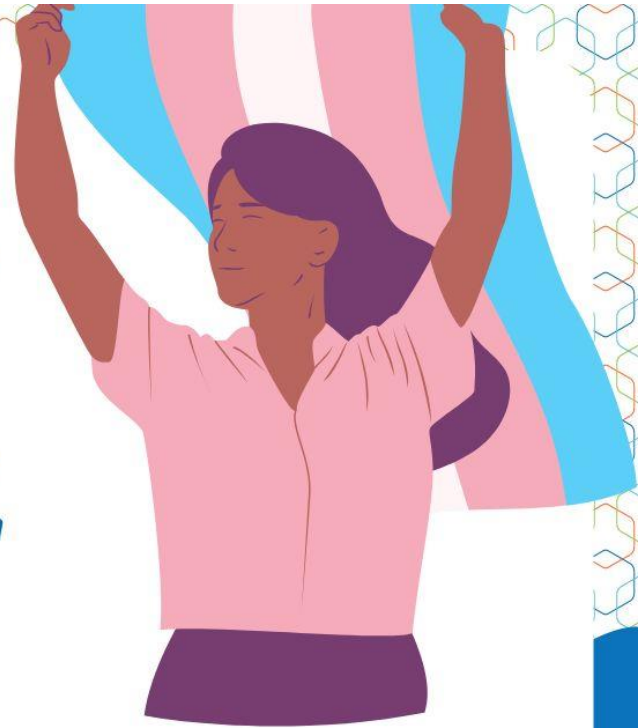
Un programa del:  **Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico**

División de Epidemiología Social

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención Nº 6 NU380T000303-04-02.

Imagen 3 Intersectorialidad

Un ejemplo de intersectorialidad en la población hispana de Estados Unidos se refleja en que las mujeres transgéneros hispanas son más víctimas de homicidios en comparación con mujeres identificadas como blancas, negras o hispanas cisgénero.



Una persona cisgénero es aquella cuya identidad de género está alineada con el sexo que le asignaron al nacer.

Fuente: CDC, 2023



Fideicomiso de Salud
Pública de Puerto Rico

Un programa del:



Fideicomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico

División de
Epidemiología Social

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU38OT000303-04-02.

8. Bienestar Mental

Cuando se trata de tu salud mental, el autocuidado puede ayudarte a controlar el estrés, disminuir el riesgo de contraer enfermedades y aumentar tu nivel de energía.

Imagen 1 Bienestar Mental



Estrategias para promover el bienestar emocional

- 1** *Ejercicio físico*
- 2** *Descanso*
- 3** *Tener metas*
- 4** *Buscar ayuda profesional*

Fuente: NIH, 2021

 Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

 Un programa del:
Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

Ejercicio físico



Salga a caminar o tome clases de ejercicio al aire libre. El ejercicio ayuda a liberar endorfinas, mejora el estado de ánimo, y le permite interactuar de forma segura con los demás.

Fuente: NIH, 2021

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

Descanso



Duerma lo suficiente. Busque un pasatiempo nuevo o haga algo creativo para darle un descanso a su mente del trabajo y otros factores de estrés.

Fuente: NIH, 2021

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

Tener metas



Propóngase metas alcanzables que le ayuden a mantenerse motivado/a, por ejemplo, leer un libro al mes o salir a caminar dos veces por semana.

Fuente: NIH, 2021

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

Busque ayuda profesional



Si tiene problemas de salud mental que interfieren con su vida diaria, comuníquese con un profesional de la salud mental.

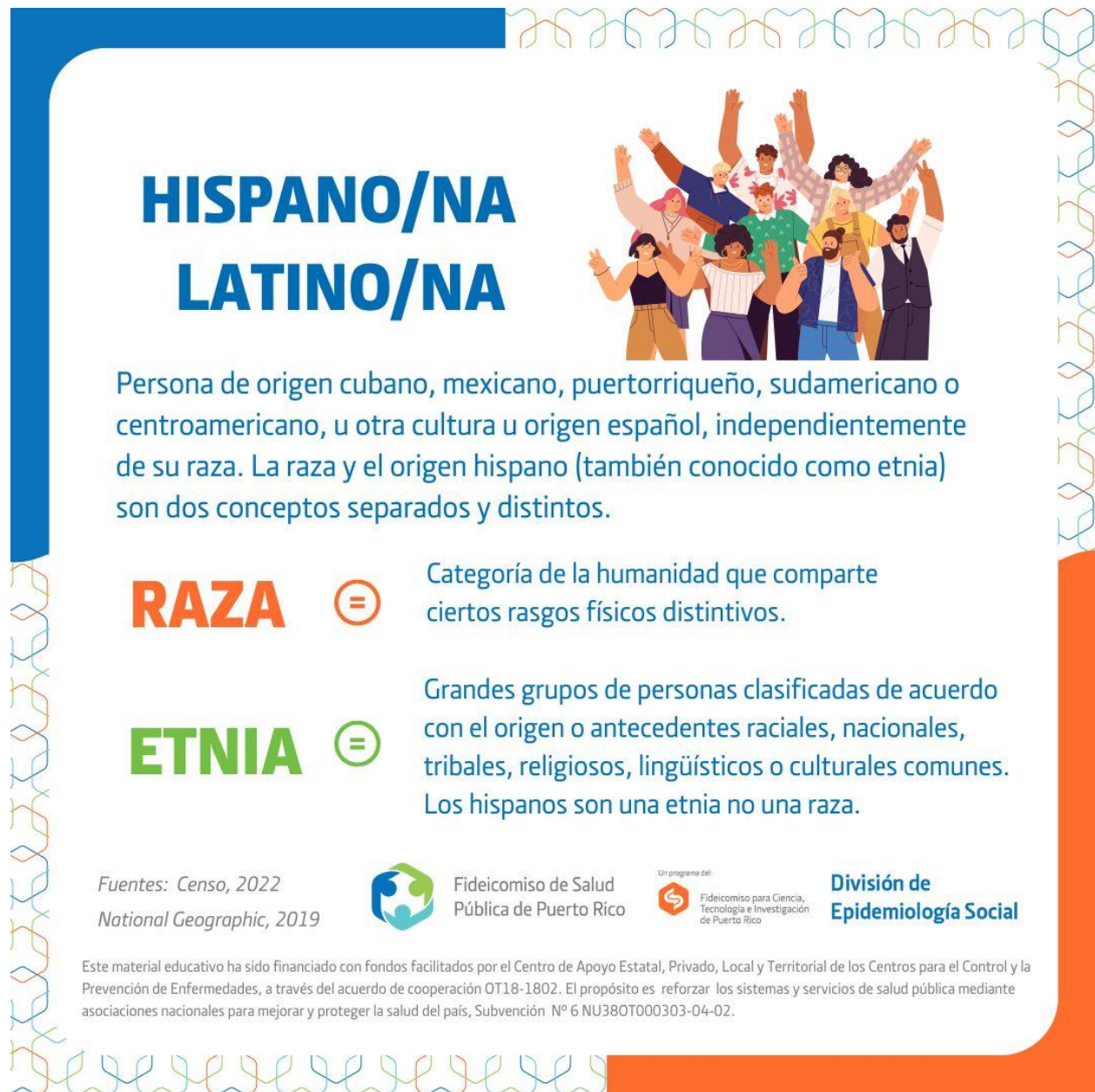
Fuente: NIH, 2021

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

9. Población de hispanos

¿Qué es raza y grupo étnico? Etnia es una identidad social común donde se comparte herencia cultural, se habla una misma lengua y comparten costumbres. La raza se refiere al grupo de personas que comparten características físicas, como el color de la piel o los rasgos faciales. La raza y la etnia pueden coincidir, pero tienen dimensiones diferentes.

Imagen 1 Población de hispanos



HISPANO/NA LATINO/NA

Persona de origen cubano, mexicano, puertorriqueño, sudamericano o centroamericano, u otra cultura u origen español, independientemente de su raza. La raza y el origen hispano (también conocido como etnia) son dos conceptos separados y distintos.

RAZA = Categoría de la humanidad que comparte ciertos rasgos físicos distintivos.

ETNIA = Grandes grupos de personas clasificadas de acuerdo con el origen o antecedentes raciales, nacionales, tribales, religiosos, lingüísticos o culturales comunes. Los hispanos son una etnia no una raza.

Fuentes: Censo, 2022
National Geographic, 2019

Fideicomiso de Salud Pública de Puerto Rico

Un programa del Fideicomiso para Ciencia, Tecnología e Investigación de Puerto Rico

División de Epidemiología Social

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

10. Salud LGBTTIQ+

EQUIDAD EN SALUD | Para desarrollar un ambiente de empoderamiento y afirmación para todas las comunidades es clave integrar estrategias que promuevan servicios de salud de alta calidad, compasiva e inclusiva para las personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, transexual, intersexual, queer (LGBTTIQ+).

Imagen 1 Salud LGBTTIQ+



Las personas LGBTTIQ+ son miembros/as de todas las comunidades. Son diversos/as, provienen de todos los ámbitos de la vida e incluyen personas de todas las razas y etnias, todas las edades, todos los niveles socioeconómicos y de todas partes del mundo. Las perspectivas y necesidades de la comunidad deben considerarse rutinariamente en los esfuerzos de salud pública para mejorar la salud general de cada persona y eliminar las disparidades de salud.

Fuente: CDC, 2022



Fideicomiso de Salud
Pública de Puerto Rico

Un programa del:



Fideicomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico

**División de
Epidemiología Social**

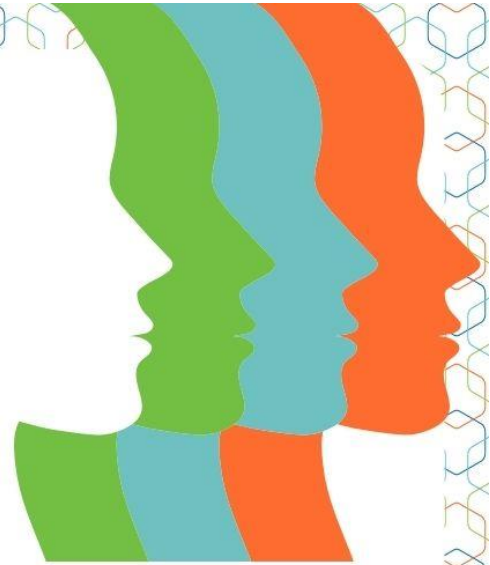
Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.

11. Racismo

RACISMO | El racismo es un detonante de disparidades en salud.

Imagen 1 Racismo

El **Racismo** afecta las condiciones físicas, sociales y económicas del lugar donde una persona vive, estudia, trabaja y juega, incluso el acceso a los servicios de salud.



Son estructuras, políticas, prácticas, creencias y comportamientos en una sociedad que generan situaciones injustas donde se benefician algunas personas o se perjudica a otras según su raza o etnia.

Fuente: NIH, s.f.



Fideicomiso de Salud
Pública de Puerto Rico

Un programa del:



Fideicomiso para Ciencia,
Tecnología e Investigación
de Puerto Rico

División de
Epidemiología Social

Este material educativo ha sido financiado con fondos facilitados por el Centro de Apoyo Estatal, Privado, Local y Territorial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, a través del acuerdo de cooperación OT18-1802. El propósito es reforzar los sistemas y servicios de salud pública mediante asociaciones nacionales para mejorar y proteger la salud del país, Subvención N° 6 NU380T000303-04-02.