

# La Crisis Silenciosa

---

## Cómo hacer un trabajo de alcance en un clima anti inmigrante

Este folleto sirve de información y de apoyo tanto para usted como al programa o agencia donde trabaje con inmigrantes.

# Reconocimientos

---

Este folleto se produjo como respuesta a las siguientes necesidades:

- En la Evaluación Nacional de Necesidades en el Trabajo de Alcance de Salud con Trabajadores Agrícolas, realizada por los Asociados en Alcance de Salud (*Health Outreach Partners*) en el 2010.
- En el Foro Anual de Salud para los Migrantes y la Comunidad (*Western Forum for Migrant & Community Health*), del 2011 y 2012.
- En la Conferencia Nacional Telefónica dado entre trabajadores de alcance y otro personal sobre “Cómo llegar a los inmigrantes en un ambiente anti inmigrante”, realizado en el 2015.

El personal de centros de salud y organizaciones comunitarias expresaron la necesidad de contar con un recurso que les ayudara en su trabajo de alcance con inmigrantes en un clima anti inmigrante. Esto condujo a la publicación de *La Crisis Silenciosa* en el 2012.

El clima anti inmigrante ha aumentado en gran manera en todo el país. Esta situación nos llevó a revisar y actualizar este folleto en el 2017 y principios del 2018. Para ello, organizamos cuatro convocatorias para trabajadores comunitarios de salud y otro personal de primera línea en todo el estado de California y el Noroeste del Pacífico. En estos cuatro eventos, platicamos sobre los actuales desafíos y soluciones identificadas cuando trabajamos con comunidades inmigrantes. Usamos la información de estos dedicados trabajadores para actualizar este recurso.

Este folleto fue creado gracias a la colaboración de:

- Asociados en Alcance de Salud (Health Outreach Partners, HOP por sus siglas en inglés) ([www.outreach-partners.org](http://www.outreach-partners.org))
- Lorena Sprager y Asociados, LLC (Lorena Sprager and Associates, LLC) ([www.clearlanguagegroup.com](http://www.clearlanguagegroup.com))
- Nuestra Comunidad Sana del Next Door, Inc. ([www.nextdoorinc.org/nuestra-comunidad-sana](http://www.nextdoorinc.org/nuestra-comunidad-sana))
- Mary Jo Ybarra-Vega, M.S. del Centro de Salud Comunitario de Quincy/Moses Lake (Quincy/Moses Lake Community Health Center) ([www.mlhc.org](http://www.mlhc.org))
- Roger Rosenthal, Programa de Acción Legal Migrante (Migrant Legal Action Program) ([www.mlacp.org](http://www.mlacp.org))

Quisiéramos reconocer a todos los contribuyentes originales quienes también participaron en las actualizaciones de este recurso en el 2017-2018.

Agradecemos a las siguientes personas por sus comentarios y contribuciones al folleto original:

- Elizabeth Charles del Programa de Salud Migrante del Estado de Maine (*Maine Migrant Health Program*)
- Seth Doyle de la Asociación de Atención Primaria Regional del Noroeste (*Northwest Regional Primary Care Association*)
- Priscilla Garcia del Centro de Salud Comunitario de Quincy (*Quincy Community Health Center*)
- Jennifer Meeks de los Centros Comunitarios de Salud de la Costa Central (*Community Health Centers of the Central Coast*)
- Clinton Weckerly del Centro de Salud Comunitario Sea Mar (*Sea Mar Community Health Centers*)

Quisiéramos agradecer también a Katherine Hirschel por la traducción de este folleto al español. La traducción en español fue patrocinada por Donny Guerrero de Molina Health Care.

Agradecemos a los participantes que asistieron a los foros del *Western Migrant Stream Forum* en el 2011 y 2012. Ellos participaron en una lluvia de ideas sobre los efectos que pueden sufrir los inmigrantes por las políticas y ambientes anti inmigrantes. También, expresaron lo que los programas de alcance pueden hacer, dando sugerencias de edición en un borrador inicial.

Agradecemos también a los que participaron en la serie de convocatorias de salud, acceso a la atención e inmigración de *HOP* ofrecidas en Oakland y Fresno (California), Hillsborough (Oregon) y Sunnyside (Washington). Los participantes ofrecieron información sobre los actuales desafíos y barreras que enfrentan las comunidades inmigrantes, participando en una lluvia de ideas sobre las soluciones que pueden hacer los programas para apoyar a estas comunidades.

Algunas barreras y soluciones en este folleto fueron identificadas en “Rompiendo Barreras: Una evaluación nacional de necesidades en el trabajo de alcance de salud con trabajadores agrícolas” (Asociados en Alcance de Salud, *Health Outreach Partners*, 2010) y “Conectando familias inmigrantes elegibles para una cobertura médica y atención de salud: Lecciones claves en el trabajo de alcance e inscripción de trabajadores” (Fundación Familia Kaiser, *Kaiser Family Foundation*, 2011).

# Índice

---

## INTRODUCCIÓN

El clima anti inmigrante .....	6
La “Crisis silenciosa” .....	7
Efectos que enfrentan muchos inmigrantes.....	7
¿Para quién es este folleto? .....	8
¿Cómo puede ayudarle este folleto, si trabaja con miembros de comunidades inmigrantes?.....	9

## BARRERAS Y SOLUCIONES EN UN CLIMA ANTI INMIGRANTE

Acciones contra los inmigrantes .....	10
Cuando los inmigrantes son maltratados y discriminados .....	15
Impacto en la salud física y mental .....	22
Impacto en los niños y familias.....	27
Miedo a conseguir atención de salud y otros servicios .....	31
Desinformación y falta de confianza en los sistemas .....	35
Trabajadores comunitarios de salud, promotores y otro personal de primera línea experimentan agotamiento, fatiga por compasión y traumas secundarios.....	39

<b>ACERCA DE NOSOTROS</b> .....	43
---------------------------------	----

# El clima anti inmigrante

---

Somos una nación de inmigrantes. Nuestro país es fuerte en gran manera debido a todo lo que han aportado los inmigrantes.

Hoy en día, existe un clima anti inmigrante en los Estados Unidos que está afectando a individuos, familias y comunidades. Algunos ejemplos de este clima anti inmigrante son:

- Incremento en la aplicación de la ley de inmigración y el trabajo en conjunto entre policías locales con el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (*ICE* por sus siglas en inglés)
- Incremento en los arrestos y deportaciones que se dan no solo a personas con antecedentes criminales
- Trato diferente y hostil basado en el estatus migratorio de la persona
- Limitación y negación de licencias de conducir
- Redadas y controles de carretera

Algunos empleadores y propietarios maltratan y discriminan a los inmigrantes. Incluso, algunas agencias de servicios sociales y de salud también lo hacen.

El clima anti inmigrante existe en todo nuestro país, dando como resultado un gran temor y estrés para los inmigrantes y sus seres queridos. Esto incluye a los que son ciudadanos de los Estados Unidos. A menudo, esto tiene un efecto severo en la salud física y emocional de millones de personas.

# La “Crisis silenciosa”

Muchos inmigrantes sienten miedo y desconfianza como resultado del clima anti inmigrante. A menudo, se sienten débiles o sin poder, sobre todo si no tienen un estatus legal en los Estados Unidos. Tienen miedo a perder sus empleos, ser separados de sus familias y ser deportados. Esto da como resultado a que se cometan abusos contra ellos.

Muchos inmigrantes viven bajo las sombras. Viven aislados y fuera de la vista de la gente, sufriendo en silencio junto con sus familias bajo el efecto dañino de este clima. El miedo es tan grande que muchos inmigrantes hablan de estos temas solamente con algunos miembros de su familia y rara vez en el trabajo. Algunos niños que son ciudadanos de los Estados Unidos llevan sus papeles de tutela y certificados de nacimiento en sus mochilas en caso de que sus padres sean detenidos y deportados mientras se encuentran en la escuela. Muchos de estos niños no hablan de este tema con sus compañeros ni maestros. Es por esta razón que le llamamos la “crisis silenciosa”.

Uno de los resultados de esta crisis silenciosa es que los inmigrantes sienten miedo a salir y buscar servicios. A menudo, ellos no reciben atención de salud física, conductual, ni mental. A veces, la verdadera razón de sus problemas de salud no está clara incluso para sus proveedores de salud.

El constante miedo, la falta de confianza y la falta de control pueden ser dañinos para las siguientes áreas de sus vidas:

- Salud física (al cuerpo)
- Salud mental (comportamiento y pensamientos)
- Salud emocional (cómo las personas se sienten acerca de sí mismas o de otros)
- Buen desempeño en la escuela o en el trabajo
- Buen desempeño en todas las áreas de la vida, como la familiar, social, espiritual y física, así como también en la salud emocional
- Sentimiento de aceptación y de importancia dentro de un grupo, como la familia, las amistades, la comunidad, el trabajo y comunidades religiosas

En la imagen a la derecha, enumeramos algunos de los efectos que enfrentan muchos inmigrantes, incluyendo los efectos en adultos, niños, individuos y familias.



# ¿Para quién es este folleto?

---

Este folleto es para el personal y gerentes de programas. Este personal es llamado por muchos nombres, como:

- Administradores de casos médicos
- Trabajadores comunitarios de salud (*CHWs*, por sus siglas en inglés)
- Educadores de salud
- Visitadores a domicilio
- Trabajadores comunitarios no profesionales
- Trabajadores de alcance
- Navegadores de pacientes
- Educadores de salud
- Trabajadores comunitarios de salud
- Promotores de salud

Este folleto puede ser usado por otros tipos de personal, como el médico y dental, así como también para maestros, consejeros, trabajadores sociales, personal de recepción y administradores.

Use este folleto según su función laboral y las necesidades que se presenten en su centro de trabajo. Puede que cada sección en este folleto no aplique para todos. Sin embargo, úselo en la manera que más le convenga a usted y a las personas a quienes sirve.

# ¿Cómo puede ayudarle este folleto, si trabaja con miembros de comunidades inmigrantes?

---

## EL DESAFÍO

Usted puede usar este folleto como ayuda en su trabajo con inmigrantes.

El clima anti inmigrante crea un serio desafío para los centros de salud, así como para los programas de servicios sociales y educación. De acuerdo a los aportes que recopilamos del personal que participaron en las conferencias, Conferencia Nacional Telefónica y convocatorias, sabemos que algunos inmigrantes no están buscando atención médica ni otros servicios. Algunos buscan ayuda una vez que su condición médica es extrema o demasiado tarde para tratarlo. Otros, optan por no inscribirse o renovar estos servicios, incluso algunos piden que su información personal sea eliminada de la base de datos de servicios.

A muchos trabajadores se les pide ayuda relacionada con la crisis migratoria. Para muchos de ellos, es un tema que afecta a las personas con las que trabajan todos los días. Sin embargo, apoyar a su comunidad en estos temas a menudo está fuera de su alcance normal de trabajo.

Aun así, hay muchas maneras en las que los centros de salud, los servicios sociales y programas de educación pueden ayudar. Su programa de alcance está en una posición especial para:

- Trabajar de forma directa con comunidades inmigrantes
- Ofrecer enlaces a la atención de salud y otros servicios
- Ofrecer capacitación a proveedores y personal de servicios

## EL FOLLETO

En este folleto, le damos ideas y recursos para realizar su trabajo en un clima anti inmigrante. Estos recursos provienen de trabajadores de programas de todo el país.

Aquí, encontrará algunas secciones de las barreras a la salud y el bienestar, así como también las soluciones. Al final de cada sección, encontrará la página “Mis notas”, donde puede anotar las barreras, soluciones y personas o grupos que puedan ayudar en su propia comunidad. Le animamos a que haga suyo este folleto.

### NOTA ESPECIAL SOBRE LEYES Y POLÍTICAS DE INMIGRACIÓN:

La ley de inmigración es muy compleja y la situación de cada inmigrante es distinta. Lo mejor es referir a las personas a expertos que sean bien conocidos y de total confianza.

Si usted va a compartir información sobre las leyes y políticas de inmigración, asegúrese de que sea correcta y que venga de recursos de confianza. Si usted tiene alguna duda sobre este tipo de política o información legal, es importante que refiera a las personas a abogados que tengan una sólida experiencia en leyes de inmigración.

## ¿CÓMO USAR ESTE FOLLETO?

Algunas de las maneras en las que puede usar este folleto son para:

- Revisar y hablar sobre el tema con personal que trabajen con inmigrantes.
- Completar la sección de recursos locales y referirse a ella cuando alguien en su comunidad le pida ayuda fuera de su ámbito de trabajo normal.
- Usarlo como herramienta para orientar mejor a los proveedores de salud, trabajadores sociales, maestros, administradores y personal de recepción, en cuanto a los tiempos difíciles actuales que enfrentan los inmigrantes.

### BARRERA

# Acciones contra los inmigrantes

Algunos ejemplos de las acciones y políticas contra los inmigrantes son:

- Trabajo en conjunto de la policía local con el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (*ICE* por sus siglas en inglés), para detener y deportar inmigrantes.
- Limitación de servicios sociales y de salud a los inmigrantes indocumentados.
- Racismo y discriminación institucional basado en la raza o etnicidad.
- Leyes y políticas que hacen más difícil conseguir licencias de conducir o documentos de identificación.
- Redadas y controles de carretera.

## SOLUCIONES

1. Forme o sea parte de una coalición de inmigrantes. Si lo hace, usted estará apoyando a los inmigrantes y colaborará como un defensor de ellos. Incluya temas de inmigración en las agendas de otros grupos o coaliciones. Tenga cuidado con los mensajes que comparta y cómo lo comparta para evitar respuestas negativas en la comunidad.
2. Haga público los temas de inmigración y actividades anti inmigrantes, a través de su periódico local, radio, televisión y medios sociales como Twitter, Instagram y Facebook. Usted puede:
  - Escribir cartas a editores y funcionarios públicos del gobierno
  - Hacer una reunión pública donde las personas puedan platicar de la crisis anti inmigrante
3. Siga las tendencias locales, regionales y nacionales de los derechos de los inmigrantes en las redes sociales para mantenerse al día sobre los problemas y las posibilidades de trabajar juntos.
4. Invite a policías y alguaciles de confianza para que le expliquen de qué forma ellos están o no trabajando junto con el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (*ICE* por sus siglas en inglés). Pídales que le expliquen cuál es su posición frente a estos temas y las leyes que afectan a los inmigrantes. Si es posible, lleve un abogado local que esté familiarizado con asuntos de inmigración. Si se les pide, muchos departamentos policiales pueden compartir información libremente si *ICE* se encuentra en su área.
5. Organice un taller de información sobre inmigración con trabajadores comunitarios de salud (*CHWs*)/promotores de salud, profesionales médicos, grupos religiosos locales y otras agencias humanitarias. Cuando invite a promotores de salud, hable de los beneficios y riesgos de ser un defensor de inmigrantes.
6. Coloque carteles o letreros en la entrada y otros lugares de su centro laboral indicando que todos son bienvenidos en su agencia.

7. Asegúrese de tener un plan de seguridad, en caso de que agentes de *ICE* llegaran a su centro o agencia. Asegúrese también de que el personal esté bien capacitado en lo que debe hacer. Informe a sus clientes cuál es el plan de seguridad de su agencia.
8. Asegúrese de que su agencia o centro haya pensado a fondo:
  - Qué partes de la propiedad son públicas.
  - Dónde se requiere pedir información personal (incluso si las personas que se encuentran en las áreas de espera pueden escuchar las preguntas y respuestas durante el proceso de admisión).

## RECURSOS

### Reports, News, and Updates

- **Unión Americana en Libertades Civiles:** Aboga por los derechos a través de acciones legales, legislación y educación pública. Actualizaciones en temas claves y de campañas.  
**Enlace:** [www.aclu.org/](http://www.aclu.org/)  
**Teléfono:** (212) 549-2500
- **Centro Nacional de Leyes de Inmigración:** Ofrece las más recientes noticias y recursos de inmigración.  
**Enlace:** [www.nilc.org/](http://www.nilc.org/)  
**Teléfono:** (213) 639-3900
- **Red Nacional de Derechos para Inmigrantes y Refugiados:** Educa a las comunidades y al público en desarrollar y coordinar planes de acción sobre inmigrantes y refugiados.  
**Enlace:** [www.nnirr.org/drupal/](http://www.nnirr.org/drupal/)  
**Teléfono:** (510) 465-1885
- **Comisionados Estatales de Minorías Étnicas:** Hispano, Asiático y otros: Algunos estados cuentan con este programa. Ellos pueden ser grandes socios, ofrecen recursos e incluso influenciar en la política.
- **Consulados:** Los consulados son un recurso muy importante que podrían ofrecer apoyo o recomendaciones en cuanto a temas relacionados con inmigración. Muchos consulados tienen un Departamento de Protección que ayuda a tratar la problemática de inmigración, detención y deportación. La página web del Departamento de Estado de los Estados Unidos tiene una lista de oficinas consulares extranjeras en el país.  
**Enlace:** <https://www.state.gov/s/cpr/fco/c71392.htm>
- **Todos son bienvenidos a compartir este recurso:** Dé la bienvenida a cualquier persona de cualquier antecedente u origen al mostrar este póster en su hogar u organización. Los pósters están disponibles como archivo de descarga instantánea o para ser enviados por correo postal a empresas locales o centros comunitarios.  
**Enlace:** <http://wewelcome.us/>

### Guías de “Cómo”

- **Cómo organizar una campaña de escritura de cartas:** Guía de cómo realizar una campaña de escritura de cartas.  
**Enlace:** [https://www.grandcanyontrust.org/sites/default/files/vp\\_Letter\\_Writing\\_Party.pdf](https://www.grandcanyontrust.org/sites/default/files/vp_Letter_Writing_Party.pdf)
- **Manual de abogacía usando medios de comunicación:** Guía de cómo promocionar ciertos temas usando los medios de comunicación.  
**Enlace:** [http://dcpartners.iel.org/sites/default/files/%2811%29APHA\\_Media\\_Advocacy\\_Manual.pdf](http://dcpartners.iel.org/sites/default/files/%2811%29APHA_Media_Advocacy_Manual.pdf)

### Prácticas creativas para su programa de alcance

- **Política, abogacía y concientización:** Ofrece ejemplos de prácticas innovadoras en el trabajo de alcance. Seleccione “*Policy, Advocacy, and Awareness*” en la base de datos del programa.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2012/07/01/innovative-outreach-practices-report/>  
**Teléfono:** (510) 268-0091

### Colaboración comunitaria y creación de coaliciones

- **Asociados en Alcance de Salud (HOP por sus siglas en inglés):** HOP ha desarrollado este recurso para ofrecer al usuario, orientación y herramientas prácticas para participar en colaboraciones para aumentar su impacto colectivo.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2016/02/19/a-collaboration-toolkit-for-community-health-organizations/>  
**Teléfono:** (510) 268-0091
- **Programas basados en la fe:** Tenga en mente que estos programas también apoyan a los inmigrantes y sus derechos. Póngase en contacto con ellos para saber si cuentan con un grupo que apoye a los inmigrantes.

# Mis notas

## BARRERAS LOCALES

---

---

---

---

---

---

---

---

## SOLUCIONES LOCALES

---

---

---

---

---

---

---

---

## RECURSOS LOCALES

---

---

---

---

---

---

---

---

### BARRERA

# Cuando los inmigrantes son maltratados y discriminados

---

Algunos inmigrantes son maltratados y discriminados por otros. Esto puede incluir a los empleadores y la comunidad en general. Algunos ejemplos de maltratos y discriminación son amenazas de deportación, acoso sexual, no ser pagados o ser despedidos. También, puede incluir la venganza por una acusación de un trato injusto, inseguridad en el trabajo o las malas condiciones de sus viviendas. Los inmigrantes pueden vivir sufriendo abusos y malos tratos porque sienten que no tienen otra opción.

#### **Trato desigual por parte de los proveedores de salud y otros servicios:**

Muchos inmigrantes sienten temor al no ser bien tratados como los demás por parte de los trabajadores de salud y otros servicios. Algunos, reportan haber sido discriminados al intentar obtener atención médica y otros servicios. Esto podría incluir:

- Trato desigual debido a no hablar, leer o escribir bien en inglés
- Discriminación por raza, color u origen étnico

#### **Discursos de odio e intimidación:**

El actual clima anti inmigrante puede incitar al uso de discursos de odio contra grupos de inmigrantes. El uso abierto de insultos raciales es común y se escucha incluso entre los niños que van a la escuela. La intimidación dirigida a los hijos de inmigrantes es una preocupación creciente en muchas comunidades de todo el país. Este discurso de odio e intimidación pueden llevar a:

- Sentir vergüenza de su identidad cultural
- Sentirse inseguro e inoportuno en la comunidad donde viven
- Posibilidad para encuentros violentos contra inmigrantes
- Abandonar la escuela, mostrar pensamientos y tendencias suicidas

Los inmigrantes pueden terminar retirándose de su comunidad y también modificar su identidad cultural, logrando protegerse contra la discriminación y el racismo.

## SOLUTIONS

### Apoye a los inmigrantes dentro de tu centro o agencia:

1. Decida qué debe hacer su centro o programa para ofrecer un espacio seguro y así los inmigrantes puedan acceder a una atención médica y otros servicios. Estas son algunas de las estrategias para crear un espacio seguro:
  - Pida comentarios de clientes inmigrantes sobre cómo sería de su centro un espacio seguro. Actúe en función de esos comentarios.
  - Revise sus políticas y modifíquelas según sea necesario.
  - Asegúrese de que todo el personal ofrezca un servicio respetuoso a los clientes inmigrantes.
  - Mejore los materiales que use en su centro laboral. Asegúrese de que sean inclusivos tanto de forma cultural como lingüística.
  - Asegúrese de que las personas sepan que pueden obtener servicios en su centro sin importar cuál sea su estado migratorio.
  - Coloque letreros o carteles de que todos son bienvenidos en su centro o agencia.
2. Entregue tarjetas que digan “Necesito intérprete” a las familias para que puedan mostrarlas cuando necesiten de este servicio. Asegúrese de que los clientes puedan recibir servicios en su lengua preferida a través de los varios servicios que ofrece su centro.
3. Entregue tarjetas y folletos de “Conozca sus derechos” y otros materiales educativos sobre derechos legales. Remita a las familias inmigrantes a recursos que les ayuden con la preparación de un Plan de Emergencia en caso de detención o deportación.
4. Agregue preguntas a las evaluaciones de necesidades y encuestas de satisfacción al cliente sobre el clima hacia los inmigrantes y cómo les está afectando. Ofrezca encuestas

en el idioma preferido de sus clientes. Haga que el personal se ofrezca a leer las preguntas en voz alta y escribir las respuestas de los clientes si así lo prefieren. De esta manera, usted estaría capturando la voz de los clientes que cuentan con un bajo nivel de alfabetización.

5. Refiera a los inmigrantes al Departamento de Justicia de los Estados Unidos, División de los Derechos Civiles, Oficina de Consejería Especial para Prácticas Injustas de Empleos relacionados con Inmigración (OCS por sus siglas en inglés) para ayudarles a que reciban su salario. Según la OCS, los empleadores deben pagar a los inmigrantes por su trabajo realizado, sin importar su estatus legal.
6. Practique la humildad y sensibilidad cultural. Forme relaciones respetuosas con personas y comunidades diversas. Sea usted el modelo que quisiera que sigan los trabajadores de su agencia.

### Amplíe las relaciones con asociaciones y de colaboración en la comunidad en general:

1. Infórmese sobre los programas de servicios legales, grupos de defensoría, consultorios legales universitarios y abogados que ayuden a las personas de bajos ingresos en su área. Remita a los inmigrantes a los servicios según lo requieran y construya buenas relaciones con estos proveedores de servicios. Esto puede ayudarle a brindar un mejor servicio a sus clientes. También, considere trabajar con abogados de inmigración para ayudar a las víctimas a solicitar las Visas U, si es apropiado. Las Visas U otorgan un estatus legal migratorio temporal a algunas víctimas de ciertos tipos de delitos.
2. Asíciase con otras agencias, como programas de servicios sociales, programas de asistencia de salud, refugios y programas de violencia doméstica para referir de forma correcta a las personas. Trabaje con ellos para ayudar a las víctimas.

3. Construya buenas relaciones con los empleadores, trabajando con ellos para asegurarse que sus trabajadores estén recibiendo atención médica y otros servicios que necesiten. Demuestre que usted está allí para ayudarlos a tener una buena salud.
4. Asóciase con otras personas o agencias para ayudar a organizar eventos comunitarios, que promuevan y celebren la diversidad cultural como el Año Nuevo Chino, el Mes de la Herencia Hispana, el Mes Afroamericano y eventos PRIDE (que celebran la cultura y el orgullo de lesbianas, gays, bisexuales, transgéneros e intersexuales).
5. Hable y capacite al personal de otros programas sobre el clima anti inmigrante. Agregue este tema en las agendas de reuniones o simplemente organice un almuerzo donde miren un video y luego platiquen sobre este tema.

## RECURSOS

### Para inmigrantes

- **Red de Apoyo Familiar y Línea Directa:** Esta es una línea telefónica de apoyo para familias que enfrentan la separación debido a la deportación. Esta línea directa ofrece información básica acerca de los derechos de los detenidos, procesos de corte y fianza. También ofrece referencias relacionadas a la deportación. Esta no es una línea para ofrecer consejo legal.  
**Teléfono:** 1(855) Help-My-Family.
- **Sepa sus derechos si es cuestionado por policías, agentes del FBI o inmigración:** Ofrece datos sobre sus derechos, responsabilidades y pautas a seguir.  
**Enlaces:**
  - **Inglés:** <https://www.aclu.org/files/kyr/MKG17-KYR-PolicImmigrationFBI-OnePager-English-v01.pdf>
  - **Español:** <https://www.aclu.org/files/kyr/MKG17-KYR-PolicImmigrationFBI-OnePager-Spanish-v01.pdf>
- **Tarjetas rojas:** Estas tarjetas informan a las personas cómo hacer valer sus derechos. Esto incluye una declaración por escrito para mostrarlo a los Agentes de Inmigración y Control de Aduanas (*ICE* por sus siglas en inglés).  
**Enlace:** <https://www.ilrc.org/red-cards>
- **Tarjeta de identificación de idioma:** Estas tarjetas ayudan a identificar el idioma preferido de los pacientes. Estas pueden imprimirse e incluirse en los formularios de admisión del paciente o publicarse cerca del área de recepción para que los pacientes señalen su idioma preferido.  
**Enlace:** <https://www.lep.gov/ISpeakCards2004.pdf>
- **Qué hacer en caso de una redada de inmigración:** Esta es una guía completa de qué hacer antes, durante y después de una redada. Este recurso incluye referencias regionales e información de contacto dentro de Virginia y Washington DC. Sin embargo, su

información es útil para todas las personas en todo el país.

#### Enlaces:

- **Inglés:** [http://www.cj-network.org/cjimmrights/docs\\_2008/Whattodoinaeventofaraid-english.pdf](http://www.cj-network.org/cjimmrights/docs_2008/Whattodoinaeventofaraid-english.pdf)
- **Español:** [http://www.cj-network.org/cjimmrights/docs\\_2008/QueHaceAntelasRedadas-VersionEspanol.pdf](http://www.cj-network.org/cjimmrights/docs_2008/QueHaceAntelasRedadas-VersionEspanol.pdf)

### Para centros de salud y agencias de servicios comunitarios

- **Justicia para Trabajadores Agrícolas:** Ofrece información sobre los derechos laborales de los inmigrantes y defensoría para mejorar las condiciones de vida y trabajo, así como también la seguridad laboral para trabajadores agrícolas.  
**Enlace:** [www.fwjjustice.org/](http://www.fwjjustice.org/)  
**Teléfono:** (202) 293-5420
- **Plan de Estudio de los Derechos Laborales de Inmigrantes:** Ofrece un plan de estudio basado en el contenido de personas que hablan inglés de otros idiomas (*ESOL* por sus siglas en inglés), sobre los derechos nacionales laborales de inmigración. Esto incluye notas para maestros, esquemas de clase y hojas de trabajo para los estudiantes. Este plan de estudio fue elaborado por la Comisión de los Derechos Humanos de Nueva York y fue revisado por el Departamento de Justicia de los Estados Unidos y la Coalición de Inmigración de Nueva York.  
**Enlace:** [http://www.nyc.gov/html/records/pdf/govpub/6751right2work\\_advlorenz\\_teacherfinal.pdf](http://www.nyc.gov/html/records/pdf/govpub/6751right2work_advlorenz_teacherfinal.pdf)
- **Centro de Recursos Legales para Inmigrantes:** Ofrece entrenamientos legales, materiales educativos y defensoría por los derechos de los inmigrantes.  
**Enlace:** [www.ilrc.org/](http://www.ilrc.org/)  
**Teléfono:** (415) 255-9499

- **Grupo de correo electrónico para la promoción de salud del migrante:** Ofrece un grupo de correo electrónico para ser usado por coordinadores de programas de salud y trabajadores de programas de alcance para compartir información, consejos y recursos de varios temas relacionados con la inmigración.  
**Enlace:** <https://mhpsalud.org/get-involved/join-our-email-groups/>
- **Programa de Acción Legal Migrante:** Es un programa que funciona para hacer cumplir los derechos y mejorar las políticas públicas que afectan a los trabajadores agrícolas en sus centros laborales, vivienda, educación, salud, nutrición y bienestar.  
**Enlace:** [www.mlap.org/](http://www.mlap.org/)  
**Teléfono:** (202) 775-7780
- **Centro Nacional de Justicia para Inmigrantes:** Ofrece servicios legales directos y defensoría por los inmigrantes, a través de la reforma de las políticas, casos en corte y educación pública.  
**Enlace:** [www.immigrantjustice.org](http://www.immigrantjustice.org)
- **Proyecto Nacional de Inmigración:** Ofrece asistencia y ayuda técnica a comunidades inmigrantes, oficinas de abogados, y grupos de defensoría que trabajan por los derechos de las personas que no son ciudadanas.  
**Enlace:** [www.nationalimmigrationproject.org/](http://www.nationalimmigrationproject.org/)  
**Teléfono:** (617) 227-9727
- **Womenslaw.org:** Ofrece información y ayuda legal relacionada a la violencia doméstica.  
**Enlace:** [www.womenslaw.org](http://www.womenslaw.org)
- **Línea Directa Nacional de Violencia Doméstica:** 1-800-799-SAFE (7233)  
Defensores de la salud de California  
- Recursos para inmigrantes: Incluye seminarios web, cartas para compartir con los inmigrantes sobre sus derechos, así como información sobre las políticas de inmigración de los centros de salud.  
**Enlace:** [http://capca.nationbuilder.com/immigrant\\_resources](http://capca.nationbuilder.com/immigrant_resources)
- **Todos son bienvenidos:** Cualquier persona de cualquier fondo u origen es bienvenido a mostrar este póster en su hogar u organización. Los pósters están disponibles

como archivo de descarga instantánea o para ser enviados por correo postal a empresas locales o centros comunitarios.

**Enlace:** <http://wewelcome.us/>

### Videos que crean conciencia y promueven el diálogo

- **Confianza rota:** Video que muestra cómo el clima anti inmigrante y los vínculos entre la aplicación de la ley y las agencias de inmigración, están creando barreras para las víctimas que sufren violencia doméstica.  
**Enlace:** <https://vimeo.com/21601688>
- **Abuso sexual en los campos:** Es un informe de investigación periodística en colaboración de Frontline y Univisión sobre el abuso sexual que muchas mujeres enfrentan en la industria agrícola.  
**Enlace (inglés):** [http://www.pbs.org/wgbh/frontline/film/rape-in-the-fields/?utm\\_source=email&utm\\_medium=social&utm\\_campaign=share\\_button](http://www.pbs.org/wgbh/frontline/film/rape-in-the-fields/?utm_source=email&utm_medium=social&utm_campaign=share_button)
- **Masas amontonadas:** Video donde se pide una reforma migratoria. Destaca la intolerancia racial en el área del valle del Río Hudson.  
**Enlace:** [www.youtube.com/watch?v=w2BN6g6eiAI](http://www.youtube.com/watch?v=w2BN6g6eiAI)
- **El otro lado de la inmigración:** Basado en las circunstancias en México donde llevan a las personas a salir y encontrar trabajo en los Estados Unidos.  
**Enlace:** [www.theothersideofimmigration.com/](http://www.theothersideofimmigration.com/)

### Prácticas creativas de alcance

- **Comunicación organizacional:** Aquí puede encontrar ejemplos de prácticas innovadoras de alcance, seleccionando “*Organizational Communication*” en la base de datos del programa.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2012/07/01/innovative-outreach-practices-report/>  
**Teléfono:** (510) 268-0091

## Sensibilidad cultural

- **Red de Salud de Trabajadores Agrícolas:** Esta es una red de organizaciones que brindan servicios y asistencia técnica. Muchos socios en esta red, incluidos los socios de salud, brindan capacitación e información sobre la capacidad de respuesta cultural.  
**Enlace:** <http://www.ncfh.org/>
- **Centro de Leyes de Pobreza del Sur:** En el proyecto “Enseñanza para la Tolerancia”, ellos combaten el prejuicio que hay entre los jóvenes de la nación, mientras promueven la igualdad, la inclusión y los entornos de aprendizaje equitativos en el salón de clase.

Este centro ofrece muchos recursos gratuitos, como revistas y planes de lecciones para educadores.

**Enlace:** <https://www.splcenter.org/teaching-tolerance>

- **Humildad Cultural:** Video Humildad Cultural: Personas, Principios y Prácticas. Este es un documental de 30 minutos de Vivian Chávez, profesora del estado de San Francisco, quien mezcla poesía con música, entrevistas, material de archivo, imágenes de la comunidad, naturaleza y danza para explicar qué es la “humildad cultural” y por qué la necesitamos.  
**Enlace:** [https://www.youtube.com/watch?v=\\_Mbu8bvKb\\_U](https://www.youtube.com/watch?v=_Mbu8bvKb_U)

**BARRERA:** CUANDO LOS INMIGRANTES SON MALTRATADOS Y DISCRIMINADOS

# Mis notas

## BARRERAS LOCALES

---

---

---

---

---

---

---

---

## SOLUCIONES LOCALES

---

---

---

---

---

---

---

---

## RECURSOS LOCALES

---

---

---

---

---

---

---

---

### BARRERA

# Impacto en la salud física y mental

El clima anti inmigrante puede afectar fuertemente la salud física y mental de los inmigrantes. El trauma que viven muchos de ellos puede causarles estrés, ansiedad y depresión. Este trauma puede provenir del viaje de su país de origen, la separación de sus familias por largo tiempo y los cambios culturales. Además, la posibilidad continua de que se hagan cambios en la política de inmigración, hace que muchos inmigrantes se sientan inseguros sobre su futuro. Ellos temen por su seguridad y se preocupan por una posible deportación repentina. Esto puede resultar en que terminen retirándose de sus hogares y se aíslan de su comunidad, empeorando así sus problemas de salud mental, como la depresión y la ansiedad.

Los problemas de salud mental pueden revelarse en el cuerpo, como los dolores corporales, problemas para dormir, cambios de humor y problemas para controlar enfermedades crónicas como la diabetes. Para aliviar estos síntomas, algunas personas se automedican y recurren a las drogas o al alcohol. En algunos casos, puede haber violencia doméstica dentro de la familia.

El miedo y el no confiar en los demás también son comunes. Muchos inmigrantes sienten vergüenza cuando buscan servicios de salud mental. Si deciden buscar ayuda, muchos encuentran proveedores de salud que no se comunican en su idioma y son insensibles al nivel cultural.

#### Los factores sociales que determinan la salud:

Los factores sociales que determinan la salud son las condiciones en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen. Comer sano y mantenerse activo en sí, no garantiza una buena salud. En gran parte, la salud se determina por el nivel de ingresos de una persona, el apoyo social que tiene, la calidad de su educación y qué tan limpio sean sus alimentos, agua y aire, por nombrar algunos.

Las personas tienen mayor riesgo de tener problemas de salud física y mental si:

- Sus ingresos son bajos
- Hay poco o ningún apoyo social
- Su nivel educativo es de baja calidad
- El agua, los alimentos o el aire no están limpios

Tener apoyo social es esencial en este clima actual. El aislamiento social afecta de manera negativa, tanto a la salud mental como a la salud física. Muchos de los inmigrantes y sus hijos se aíslan a sí mismos de sus comunidades, para mantenerse seguros. Esto incluye, servicios de apoyo esenciales, como la atención médica, la escuela y las guarderías. Muchos también, se limitan a buscar necesidades básicas, como ir al supermercado para conseguir alimentos saludables. Esto, a su vez, hace que empeore la salud física, mental, y el bienestar general de los inmigrantes.

## IMPACTO EN LA SALUD FÍSICA Y MENTAL DE LOS NIÑOS

En especial, la salud mental de los niños de familias inmigrantes está en riesgo. Esto se debe a que ellos viven en constante temor, estrés y ansiedad por ser deportado o presenciar la deportación de sus padres y otros miembros de la familia. Los problemas de comportamiento, como el desafío, la ira y la hostilidad son muy comunes. Estas conductas a menudo impiden que los niños aprendan en la escuela, lo cual afecta su éxito y bienestar en general. Las experiencias traumáticas que tienen a temprana edad terminan siendo un impacto a largo plazo en la salud física y mental de un niño hasta la edad adulta.

## SOLUCIONES

1. Establezca confianza con los inmigrantes para que se sientan seguros de hablar sobre sus vidas, miedos y ansiedades. Una forma de generar confianza es ayudar a las familias a satisfacer sus necesidades básicas, mientras usted y su programa les brinda apoyo en el tema que le toca compartir por el trabajo. Estas necesidades básicas incluyen alimentos, agua, refugio, ropa y atención médica. Es importante saber que este vínculo de confianza ayudará a las personas a enfrentar la crisis silenciosa. Si alguien le comparte más de lo que usted puede manejar, comuníquese con su supervisor o un profesional de confianza para obtener ayuda.
2. Conozca los servicios de salud física y mental en su área que sean sensibles al nivel cultural de los inmigrantes. Establezca, buenas relaciones con los proveedores de salud. Agregue esta información de contacto en la página “Mis notas” en “Soluciones locales”. Si su centro tiene un programa de salud mental o médica, refiéralos a estos servicios.
3. Lleve y presente a la persona que usted está refiriendo al proveedor de salud. Si es posible, hágalo en persona. La segunda mejor opción es hacerlo por teléfono con el cliente a su lado y la otra persona de contacto en el teléfono en altavoz. Una presentación personal de usted puede aumentar la confianza y reducir sus miedos.
4. Desarrolle prácticas de alcance que promuevan la buena salud mental. Invite a un experto para hablar sobre este tema en reuniones, eventos escolares o ferias de salud. Comparta esta información con sus clientes y proveedores de servicios sobre cómo manejar la ansiedad y el estrés de una manera saludable. Publique información útil sobre el cuidado personal en lugares clave en la comunidad. Busque y ofrezca más oportunidades de capacitación y entrenamientos informativos a su personal y proveedores en cuanto al cuidado del trauma y humildad cultural.
5. Establezca y fomente la cultura comunitaria en torno a la salud y el bienestar, como el ejercicio, grupos de caminata y clases de baile. Preste especial atención a las actividades que promuevan la salud mental y el alivio del estrés como el yoga, la jardinería y la meditación.
6. Ofrezca clases de educación sobre salud mental a los inmigrantes, que sean en su idioma y culturalmente apropiados. Esto ayudará a romper el estigma que existe en torno al acceso a los servicios de la salud mental.

## RECURSOS

### Proveedores médicos:

- **Cuidado médico santuario:** Este recurso es una ayuda informativa para los proveedores de salud que deseen obtener las garantías y los recursos adecuados con respecto a la capacidad de confianza, promoviendo así el mejor interés para sus pacientes. Este recurso contiene un video y folleto.

**Enlace:** [https://media.luc.edu/media/Sanctuary+Doctoring/1\\_k719aatr](https://media.luc.edu/media/Sanctuary+Doctoring/1_k719aatr)

### Centros de salud comunitarios y servicios de programas para el migrante:

- **Directorio de los centros de salud para los migrantes:** Esta lista incluye nombres, direcciones y números de teléfono de los Centros de Salud de Migrantes de los 50 estados de los Estados Unidos y Puerto Rico. Cuando seleccione un estado, se le dará una lista de todos los centros de salud en ese estado.

**Enlace:** <http://www.ncfh.org/uploads/3/8/6/8/38685499/pocket-directory-web.pdf>

- **Asociación Nacional de Centros de Salud Comunitarios (NACHC por sus siglas en inglés):** Esta asociación funciona como la Organización Nacional de Defensa de la Atención de la Salud para los desatendidos y no asegurados de los Estados Unidos y los centros de salud comunitarios que los atienden. El NACHC aboga y realiza investigaciones en nombre de los centros de salud. Además, brinda entrenamiento y asistencia técnica al personal de salud y a los miembros directivos de los centros de salud en diversas áreas temáticas, como el área operativa, financiera, clínica y gubernamental.

**Enlace:** <http://www.nachc.org/about-our-health-centers/>

- **Oficina de Salud para las Minorías:** Los Consejos Regionales de Equidad en Salud (RHEC, por sus siglas en inglés), tienen planes regionales para la acción, tarjetas de reportes o completan análisis ambientales en toda la nación. Ellos comparten datos

regionales sobre las desigualdades y los determinantes sociales de la salud. Use este recurso para compartir esta información dentro de su agencia o con los encargados de tomar decisiones y profesionales en su área para crear conciencia sobre temas clave.

**Enlace:** <http://www.npa-rhec.org/rhec-regions>

- **Niños Inmigrantes y Refugiados – Una guía para educadores y personal de apoyo escolar:** Esta guía fue creada para educadores, personal de apoyo escolar y proveedores de servicios quienes enseñan, asesoran y ayudan a abrir las puertas a jóvenes indocumentados, niños separados y refugiados que viven en los Estados Unidos.

**Enlace:** <https://www.nwirp.org/wp-content/uploads/2016/12/Guide-for-Educations-of-Immigrant-Children.pdf>

- **Red de Médicos para Migrantes:** Este grupo ofrece procesos de gestión de casos, asistencia técnica, y desarrollo profesional a los médicos en los centros de salud calificados al nivel federal (FQHC por sus siglas en inglés) y otros sitios que prestan servicios médicos con el fin de brindar atención médica de calidad que aumente el acceso y reduzca las desigualdades para los trabajadores agrícolas migrantes y otras poblaciones ambulantes.

**Teléfono:** (512) 327-2017

**Enlace:** <http://www.migrantclinician.org/>

### Asistencia de cuidado a la salud:

- **Programa de asistencia en medicamentos:** Muchos centros de salud tienen programas que ayudan a cubrir los gastos de los medicamentos para personas de bajos ingresos.
- **Programas de caridad:** Muchos hospitales tienen un programa que ofrece ayuda a cubrir parte o todos los costos del hospital, para aquellos que no puedan pagar una factura por servicios médicos.
- **Servicios de asistencia Medicaid:** En cada estado del país se ha implementado algún

tipo de Programa de Asistencia *Medicaid* para brindar cobertura de servicios médicos de emergencia a personas con un estado de inmigración incierto. Consulte con su departamento de servicios sociales o de salud local para obtener detalles de la cobertura, requisitos de elegibilidad y procesos de solicitud.

### Prácticas creativas de alcance

- **Salud conductual y mental:** Ofrece ejemplos de prácticas innovadoras en el trabajo de alcance. Seleccione “*Behavioral/Mental Health*” en la base de datos del programa.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2012/07/01/innovative-outreach-practices-report/>  
**Teléfono:** (510) 268-0091
- **Iniciativas de salud de las Américas:** Este es un manual para promotores de salud y otro personal de alcance sobre los efectos de la inmigración y salud mental. Hoy en, el manual solo está disponible en español.  
**Enlace:** <https://hiaucb.files.wordpress.com/2014/05/manual-salud-mental-2011.pdf>

### Educación de salud mental

- **Manual del Programa Salud Para Todos** (*MHP* por sus siglas en inglés)  
Este manual se ha desarrollado

para trabajadores comunitarios o promotores de salud, para fortalecer su conocimiento sobre temas de salud mental, mecanismos de afrontamiento y utilización de recursos para ayudar a las personas que padecen problemas de salud mental para acceder a los servicios disponibles en su comunidad.

- **Enlace (Inglés):** <https://mhpsalud.org/portfolio/premium-content-salud-para-todos-program-manual-english/>
- **Enlace (Español):** <https://mhpsalud.org/portfolio/premium-content-salud-para-todos-program-manual-spanish>

# Mis notas

**BARRERAS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**SOLUCIONES LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**RECURSOS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

### BARRERA

# Impacto en los niños y familias

---

Los niños inmigrantes e hijos de inmigrantes nacidos en los Estados Unidos sufren los impactos del clima anti inmigrante. Ellos viven en constante temor de que sus padres sean deportados. Ellos pueden sufrir discriminación en la escuela o vivir aislados.

La intimidación y acoso hacia estos niños, es una preocupación que crece día a día. Hay un gran número creciente de incidentes en los que los niños usan un lenguaje de odio e insultos raciales hacia sus compañeros inmigrantes. Hoy en día, estos efectos se pueden ver claramente porque muchos niños y familias inmigrantes prefieren dejar de hablar su idioma nativo y participar en actividades culturales. En lugar de abrazar su identidad cultural, muchas familias y niños sienten vergüenza por sus raíces culturales. Muchos de estos niños también muestran poco desempeño en la escuela, cuando se sienten incómodos o no deseados.

El sentimiento de rechazo de toda la comunidad y no sentirse bienvenidos, se convierte en un impacto grave en su salud mental. No es raro ver a los niños, jóvenes y adultos padecer de depresión, ansiedad, estrés y tener pensamientos suicidas.

Para algunas familias se les resulta difícil hablar de sus emociones. Muchos padres pueden sentirse como perdidos para hacer frente a los comportamientos de sus hijos. Con el tiempo, el impacto de este clima también puede llevar a problemas con el aprendizaje y afectar el crecimiento de su desarrollo. La delincuencia juvenil y los comportamientos poco saludables también pueden resultar de un clima negativo.

En respuesta al temor, muchos padres limitan a sus hijos al acceso a servicios útiles de apoyo, manteniendo a sus hijos en casa y en guarderías por temor a ser deportados.

En otros casos, los padres ya no solicitan beneficios públicos donde sus hijos califiquen, como asistencia alimentaria, WIC y atención médica. Temen exponer a los miembros de su familia, por tener un estado migratorio incierto.

## FAMILIAS CON ESTATUS MIGRATORIO MIXTO

Muchas familias inmigrantes tienen un estatus migratorio mixto. Esto quiere decir diferentes estatus de documentación. Es importante reconocer que incluso cuando un miembro de la familia no es documentado, la situación causa un profundo estrés y preocupación en toda la familia, incluyendo a los niños.

## SOLUCIONES

1. Apoye a las familias haciendo su propio plan de preparación familiar. Designe responsabilidades, incluso un plan de ahorro familiar (si es posible), así como un plan de tutela de sus niños en caso de detención o deportación.
2. Asóciese con las escuelas, más que nada con los programas educativos para migrantes como las escuelas preescolares (*Head Start*) y K-12 Parte C Título 1. Asóciese también, con el personal de otros servicios que trabajen con niños, adolescentes y familias. Trabaje junto con ellos para encontrar aquellos niños que necesitan acceso al cuidado de salud y aquellos que están pasando dificultades en casa por problemas de inmigración. Asegúrese que las escuelas, los programas y el personal de salud sepan cómo referir a los niños y sus familias a los centros o programas que les puedan ayudar.
3. Informe a los niños y adolescentes inmigrantes acerca de sus derechos a través de clubs, programas de “después de la escuela”, deportes y eventos religiosos.
4. Trabaje con el Programa WIC (Mujeres, Infantes y Niños), escuelas preescolares (*Head Start*), u otros programas de ayuda para los padres, incluyendo temas de inmigración como parte educativa.
5. Ayude a los estudiantes a encontrar becas locales y nacionales para ingresar a la universidad sin importar su estatus legal. Busque y comparta esta base de datos con clientes, consejeros, escuelas, universidades y escuelas técnicas. Si esta base de datos no existe en su comunidad, empiece una.
6. Organice eventos sociales para las familias, como carnavales y ferias de salud, para promover el autocuidado y compartir los recursos disponibles. Esto también ofrece una forma divertida para que las familias se unan y se conecten con su comunidad.

## RECURSOS

### Recursos para niños y jóvenes

- **Liga de Justicia para Jóvenes Inmigrantes:** Ofrece educación, desarrollo de liderazgo, políticas de defensoría, recursos compartidos y movilización para inmigrantes. Esta liga está dirigida por un grupo de jóvenes indocumentados que trabajan a favor del reconocimiento de los derechos y las contribuciones de todos los inmigrantes.  
**Enlace:** [www.iyjl.org/](http://www.iyjl.org/)
- **Viviendo en los Estados Unidos:** Es una guía para jóvenes inmigrantes.  
**Enlace:** [www.ilrc.org/files/youth\\_handbook\\_english\\_0.pdf](http://www.ilrc.org/files/youth_handbook_english_0.pdf)
- **Alianza Nacional de Jóvenes Inmigrantes:** Este grupo trabaja para alcanzar la igualdad de todos los jóvenes inmigrantes, sin importar su estatus legal. Este grupo es dirigido por una red de jóvenes indocumentados.  
**Enlace:** <http://theniya.org/>

- **El Fondo Educativo y de Defensa Legal Mexicano-Americano (MALDEF por sus siglas en inglés):** Recopila una lista de becas para todos los estudiantes sin importar su estatus migratorio. Esta es una lista extensa de becas que no preguntan sobre el estado migratorio ni requieren de un número de seguro social para recibir la beca.  
**Enlace:** [www.maldef.org/leadership/scholarships/index.html](http://www.maldef.org/leadership/scholarships/index.html)

### Recursos para padres

- **WIC (Programa Especial Suplemental de Nutrición para Mujeres, Infantes y Niños):** Ofrece fondos federales para ofrecer alimentos suplementarios, referencia a centros de salud y educación en nutrición. Este programa es para mujeres de bajos recursos que están embarazadas, dando pecho y madres de bebés que no dan pecho

y bebés a niños hasta los cinco años de edad.

**Enlace:** [www.fns.usda.gov/wic/](http://www.fns.usda.gov/wic/)

- **Centro de Conocimiento y Aprendizaje Temprano en la Infancia “Head Start”:** Es un programa federal que promueve el aprendizaje para que los niños de 0 a 5 años de familias de bajos ingresos estén listos para ir a la escuela. Este programa les ayuda en el desarrollo social, cognitivo y de aprendizaje.  
**Enlace:** <http://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/hslc>

### Videos que crean conciencia y promueven el diálogo

- **Después de recoger la fruta:** En este video se hace seguimiento de la vida de cinco mujeres trabajadoras agrícolas inmigrantes por un periodo de diez años. Se muestra cómo trabajan en el campo, crían a sus familias y tratan de esconderse de las redadas.  
**Enlace:** [www.afteripickthefruit.com/](http://www.afteripickthefruit.com/)
- **Papeles:** Es la historia de jóvenes indocumentados y de los desafíos que tienen que afrontar hasta la edad de 18 años por no tener un estatus legal.  
**Enlace:** <https://www.grahamstreetproductions.com/papers-stories-of-undocumented-youth/>
- **Foto Voz:** Es la historia de viviendas precarias en la que muchos inmigrantes viven. En este video los promotores de salud junto con los trabajadores comunitarios de alcance comparten las historias de algunos trabajadores migrantes que viven en viviendas inadecuadas y deficientes. Los promotores abogan para que estos trabajadores tengan mejores viviendas.  
**Enlace:** <https://www.youtube.com/watch?v=tC7lydSBmol>

### Cómo proteger a su familia en caso de ser deportado

- **Proteja a su familia, prepare un plan de emergencia:** La Fundación de Asistencia Legal Rural de California ofrece este recurso (solo en inglés) sobre cómo preparar un Plan de Emergencia en caso de deportación

o detención. Este plan incluye, listas de verificación y una hoja de trabajo de contactos que las familias puedan completar. Incluye referencias regionales e información de contacto dentro del área de la Bahía de California. Sin embargo, esta información central es útil para todas las personas en todo el país.

**Enlace:** [http://calnonprofits.org/images/en\\_2pg\\_brochure\\_protect\\_your\\_family.pdf](http://calnonprofits.org/images/en_2pg_brochure_protect_your_family.pdf)

- **Plan de emergencia familiar en caso de deportación:** El Centro de Recursos Legales de Inmigración ofrece un plan de emergencia para familias inmigrantes en el caso de deportación o detención. Este documento consta de una lista simple de acciones que puede tomar la familia, en caso de que un miembro de la familia sea deportado o detenido. El documento lo puede encontrar tanto en inglés como en español.  
**Enlace:** [https://www.ilrc.org/sites/default/files/resources/family\\_preparedness\\_plan\\_v3-20170323.pdf](https://www.ilrc.org/sites/default/files/resources/family_preparedness_plan_v3-20170323.pdf)

### Prácticas creativas de alcance

- **Desarrollo y Salud Juvenil:** Ofrece ejemplos de Prácticas Innovadoras de Alcance. Seleccione “*Youth Health and Youth Development*” en la base de datos del programa.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2012/07/01/innovative-outreach-practices-report/>
- **Personas saludables 2020:** Ofrece información y herramientas para jóvenes adultos en la Iniciativa Nacional de Personas Saludables 2020.  
**Enlace:** [www.healthypeople.gov](http://www.healthypeople.gov)

**BARRERA: IMPACTO EN LOS NIÑOS Y JÓVENES**

# Mis notas

**BARRERAS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**SOLUCIONES LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**RECURSOS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

### BARRERA

# Miedo a conseguir atención de salud y otros servicios

---

Muchos de los inmigrantes no conocen por completo el sistema del cuidado de la salud en los Estados Unidos. Incluso, pueden intentar evitar recibir servicios, dejar de recibirlos o pedir que sus registros sean eliminados por los siguientes motivos:

- No tener transporte
- No confiar en los trabajadores de los centros de salud o sentir miedo a que ellos no hablen su idioma
- Tener miedo de que los servicios cuesten más de lo que pueden pagar
- Tener miedo de que tengan que presentar papeles de inmigración que no tienen
- Tener miedo de perder su trabajo si intentan tomar tiempo libre en sus trabajos
- Tener miedo de que su información personal sea compartida con el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (*ICE* por sus siglas en inglés) o con el gobierno
- Tener miedo a recibir beneficios que les afecte de forma negativa si tratan de legalizarse en el futuro

Estos temores tienen que ver con el acceso a los servicios de salud y otros servicios. Muchos de los inmigrantes evitan buscar atención médica y otros servicios sociales, como ayuda alimentaria, vivienda y programas de cuidado infantil. Las familias que tienen un estatus legal mixto se ven incluso hasta más afectadas, ya que a menudo los niños quedan fuera de los programas para los que califican.

Para estas comunidades inmigrantes, su salud, bienestar y seguridad están en riesgo porque su miedo les impide pedir ayuda a la policía. La violencia doméstica y otros delitos a menudo no son denunciados.

## SOLUCIONES

1. Infórmese y comparta los recursos de transporte en su área. Abogue por los servicios de transporte si fuera necesario. Ofrezca apoyo de transporte, como subsidiar el pasaje de autobús u ofrecer servicio de traslados.
2. Coloque carteles o letreros en la entrada y otros lugares de su centro laboral indicando que todos son bienvenidos en su centro o agencia.
3. Comparta con el personal de recepción sobre los derechos de todas las personas que deseen recibir atención sin importar su estatus legal. Asegúrese que el personal sepa que, es posible que inmigrantes puedan o no tener un número de seguro social que sea incluido en los formularios de inscripción o registro.
4. Establezca relaciones de confianza con los líderes y grupos de inmigrantes. Asegúrese de que ellos conozcan su centro o agencia y los servicios que ofrecen. Asegúrese de que los inmigrantes sepan en qué idiomas se ofrecen los servicios, así como también información sobre los costos. Pídales su apoyo para que le refieran más inmigrantes a su centro o programa. Siga y cumpla cada uno de los compromisos que haga.
5. Ofrezca y reparta tarjetas de bolsillo “Conozca sus derechos” a los clientes inmigrantes de su centro de salud o agencia. En caso de que usted haga las tarjetas, asegúrese de que las revise un experto legal.
6. Pida a los programas locales del condado que ofrezcan información más clara sobre los diferentes programas que ofrecen y brindan asistencia a cómo inscribirse.
7. Informe a las familias sobre sus derechos relacionados a la atención médica y otros servicios en sus centros de salud comunitarios. Puede que algunos califiquen o no, para obtener beneficios públicos. Infórmeles sobre cómo pueden recibir atención sin importar su estatus migratorio y de los programas de tarifas de bajo costo, planes de pagos, servicios gratuitos, tarifa variable y horario extendido.
8. Trabaje con colegas comunitarios para hacer una guía de recursos locales para los inmigrantes que no tienen documentos. Haga una investigación para asegurarse que los recursos sean confiables y sensibles a estos inmigrantes.
9. Lleve los servicios a donde los inmigrantes vivan, trabajen y se reúnan.
  - Asíciense con programas de alimentación para ofrecer eventos de salud y de derechos legales durante el tiempo que se reparta la comida. Estos programas pueden ser bancos de comida o comedores comunitarios.
  - Organice eventos educativos y de alcance en eventos deportivos. Asegúrese de llevar materiales y recursos educativos para compartir con las familias.
  - Trabaje con grupos religiosos locales para ofrecer información de servicios, cuidado de salud y derechos legales a los miembros de esas iglesias.
  - Tenga en cuenta que, si un evento está dirigido solo a la comunidad de inmigrantes, muchas personas puedan tener miedo a asistir o sentirse preocupados que los agentes de ICE o la Patrulla Fronteriza estén presentes.

## RECURSOS

### Prácticas creativas de alcance

- **Conectando a familias inmigrantes elegibles a la cobertura del cuidado y la salud:** Lecciones claves de los trabajadores de registración y de alcance.  
**Enlace:** <https://www.kff.org/disparities-policy/issue-brief/connecting-eligible-immigrant-families-to-health-coverage/>
- **Uso de las clínicas móviles y programas clínicos de alcance:** Encuentre ejemplos de esta práctica creativa de alcance, seleccionando “*Using Mobile Clinics and Clinical Outreach*” en la base de datos del programa.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2012/07/01/innovative-outreach-practices-report/>  
**Teléfono:** (510) 268-0091
- **Tarjetas rojas:** Estas tarjetas informan a las personas cómo hacer valer sus derechos. Esto incluye una declaración por escrito para mostrarlo a los Agentes de Inmigración y Control de Aduanas (*ICE* por sus siglas en inglés).  
**Enlace:** <https://www.ilrc.org/red-cards>
- **Todos son bienvenidos a compartir este recurso:** Dé la bienvenida a cualquier persona de cualquier antecedente u origen al mostrar este póster en su hogar u organización. Los pósteres están disponibles como archivo de descarga instantánea o para ser enviados por correo postal a empresas locales o centros comunitarios.  
**Enlace:** <http://wewelcome.us/>

**BARRERA: MIEDO A CONSEGUIR ATENCIÓN DE SALUD Y OTROS SERVICIOS**

# Mis notas

**BARRERAS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**SOLUCIONES LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**RECURSOS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

### BARRERA

# Desinformación y falta de confianza en los sistemas

---

La difusión de información inexacta es una razón por la que muchos inmigrantes eligen no recibir atención médica y otro tipo de servicios de apoyo. Las redes sociales han sido una herramienta valiosa para mantener a muchos inmigrantes informados sobre los eventos actuales y conectarlos con sus familias en su país de origen. Sin embargo, las redes sociales también han ayudado a difundir información errónea sobre las redadas de ICE, deportaciones, derechos de los inmigrantes y la elegibilidad de los beneficios. Esto infunde un temor más profundo dentro de la comunidad.

Los altos niveles de temor les dejan muchos sentimientos de inseguridad, creando desconfianza en los servicios de salud, servicios de apoyo y otras agencias comunitarias.

Muchos empleadores han trabajado con ganas para crear confianza con los inmigrantes en su comunidad. Aun así, la creciente desconfianza de los programas y sistemas ha llevado a los inmigrantes a:

- No solicitar servicios
- No renovar servicios
- No continuar con los servicios sociales, asistencia pública, cuidado de salud, ni tratamientos médicos para los que califican
- Pedir que su información sea eliminada de los registros de servicios y sistemas

Si bien los inmigrantes pueden confiar en el personal de un programa, a menudo hay una profunda y creciente desconfianza de los programas para los que trabajan, anulando la confianza en el personal. Existe el temor de que su información personal sea usada en contra de ellos u otros miembros de su familia.

También existe el temor de que el uso de un programa del gobierno pueda crear una carga pública (*public charge* en inglés) y evitar que obtengan un estatus legal en el futuro o incluso pueda conducir a la deportación. Esto no es cierto.

El concepto de “carga pública” es un tema muy antiguo en la ley de inmigración. Esto significa que una persona depende en gran medida de obtener asistencia pública en efectivo para sobrevivir o necesita atención a largo plazo a expensas del gobierno debido a una condición de salud. En la mayoría de los casos, aquellos sin estatus migratorio ni siquiera son elegibles para los pocos programas que podrían llegar a ser una “carga pública”. Obtener servicios de una comunidad o de una clínica de salud para migrantes no llevará a la persona a tener un estado de carga pública.

Los inmigrantes tienen la difícil tarea de buscar y encontrar entre una información errónea y otra de fuentes confiables. Aun así, muchos no confían en que su información personal no sea usada en su contra.

## SOLUCIONES

1. Pregunte a sus clientes o pacientes qué les ayudaría a sentirse más seguros en su centro o agencia. Haga esas preguntas mientras sus clientes se encuentren en su agencia o en un programa de radio donde las personas puedan llamar. Tan solo escuche y responda.
2. Muestre su compromiso institucional de respaldar la privacidad del cliente o paciente, al realizar cambios organizativos en su agencia. Por ejemplo, cree un protocolo y un plan en caso que ICE entrara a su centro laboral. Asegúrese de que su personal sepa qué hacer.
3. Piense en cuán privada es realmente el área en la que el personal recibe información del paciente y quién puede escuchar la información que se comparte. Considere la posibilidad de trasladar las entrevistas dentro del consultorio médico u otro espacio privado.
4. Piense en qué áreas de su centro laboral están abiertas al público y los resultados de ese acceso público. Por ejemplo, si la sala de espera es pública, entonces un agente de ICE puede sentarse allí legalmente. Esto significaría que todas las personas, incluidos los agentes de ICE, pueden escuchar la información personal que se comparte. Para garantizar la privacidad y seguridad del paciente, tenga en cuenta qué información le está pidiendo a las personas y en dónde se les está pidiendo. Tener una sala de admisión privada para compartir información confidencial es altamente recomendable.
5. Muestre un mensaje en la que su liderazgo haga hincapié en HIPAA u otras políticas de confidencialidad del cliente. El hecho de hacer esta declaración pública, ayuda a tranquilizar a los clientes sobre su seguridad y privacidad mientras se encuentran en su agencia o centro laboral.
6. Ofrezca información sobre los derechos de privacidad, en áreas donde los clientes o pacientes puedan acceder a ella. Esta información debe estar escrita en sus idiomas y en un nivel de lectura que sean apropiados para sus clientes.

## PREGUNTAS LEGALES SOBRE INMIGRACIÓN

Muchos inmigrantes tienen preguntas sobre asuntos legales. Muchas de estas preguntas requieren un experto legal en inmigración para responderlas. Siempre es mejor referirlos a un experto legal. Si usted u otro trabajador del servicio brinda información sobre leyes de inmigración, es muy importante que la información sea 100% correcta.

Algunos de los temas que las personas pueden preguntar son:

- Estado migratorio
- Legalización
- Acceso a beneficios públicos relacionados con el estatus migratorio de la persona

7. Ofrezca más educación al personal de primera línea sobre los requisitos básicos de elegibilidad del cliente. Por ejemplo, el personal debe saber qué documentos legales se necesita o no pedir a los clientes para recibir servicios.
8. Use medios públicos como la radio y el periódico para mantener informadas a las personas:
  - Comparta mensajes positivos sobre las comunidades de inmigrantes.
  - Revise y aprenda los derechos de los inmigrantes y temas de confidencialidad.
  - Conéctelos con fuentes confiables de la comunidad, como servicios de inmigración gratuitos o de menor costo.
9. Forme asociaciones con otros grupos comunitarios y agencias en las redes sociales, para monitorear y rastrear información falsa, como redadas de ICE y otras estafas dirigidas a los inmigrantes. Use una página de medios sociales o mensajes de texto para comunicar información correcta y oportuna.
10. Establezca relaciones y desarrolle recursos

continuos con servicios legales gratuitos o de menor costo para que usted pueda referir a las personas. Es mejor que los trabajadores de primera línea no den información legal.

- Para empezar, identifique los servicios civiles y legales gratuitos o de bajo costo que funcionan en su área, estado o región.
- Hable con ellos sobre cómo establecer un sistema de referencia para las personas que soliciten ayuda. Estos programas de servicios legales tienen listas de abogados responsables a los que se pueden referir. Estos programas también ayudan a encontrar y conocer los servicios legales y abogados de inmigración que sean confiables.
- Algunos servicios legales no pueden trabajar en asuntos de inmigración o

representar a inmigrantes que no están documentados. Sin embargo, ellos pueden referirlo a abogados y servicios de inmigración de confianza en el estado.

11. Asegúrese de recomendar los recursos adecuados a las personas.
12. Forme asociaciones con otros grupos comunitarios para producir y compartir en conjunto un boletín con actualizaciones e información importante. Esto puede reducir la cantidad de información que recibe la comunidad y evitar que se comparta información repetitiva o conflictiva.
13. Consulte con sus contactos para ver si hay un grupo confiable de respuesta rápida en su área donde se pueda verificar las detenciones o redadas de *ICE*.

## NOTA ESPECIAL SOBRE LOS NOTARIOS PÚBLICOS

Algunos notarios públicos tienen letreros en español que dicen ser Notarios. Muchos de ellos pueden ofrecer servicios de inmigración. Advierta a las personas que muchos de estos notarios pueden no tener la experiencia legal adecuada en temas de inmigración u otros asuntos legales. En México, los notarios son abogados, así que la gente puede asumir que también lo son en los Estados Unidos. Explique a las personas que la mayoría de los notarios públicos (*Notary Publics* en inglés) no son abogados en los Estados Unidos.

## RECURSOS

- **Corporación de Servicios Legales:** Es un recurso para encontrar programas de servicios legales civiles gratuitos en su estado.  
**Enlace:** [www.lsc.gov/local-programs/program-profiles](http://www.lsc.gov/local-programs/program-profiles)
- **Red Católica Legal de Inmigración:** En algunas áreas del país, la Red Católica Legal de Inmigración (*CLINIC*, por sus siglas en inglés) ofrece representación legal en asuntos de inmigración. Para saber si hay una de éstas oficinas *CLINIC* en su área, visite el siguiente enlace.  
**Enlace:** <http://cliniclegal.org/about-us/affiliate-directory>

**BARRERA:** DESINFORMACIÓN Y FALTA DE CONFIANZA EN LOS SISTEMAS

# Mis notas

**BARRERAS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**SOLUCIONES LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

**RECURSOS LOCALES**

---

---

---

---

---

---

---

---

### BARRERA

# Trabajadores comunitarios de salud, promotores y otro personal de primera línea experimentan agotamiento, fatiga por compasión y traumas secundarios

Apoyar a las poblaciones inmigrantes puede ser muy difícil y estresante. Esto se debe a que a menudo se requiere abordar problemas complejos y dolorosos sobre:

- Miedo
- Trauma
- Barreras culturales
- Barreras del idioma
- Racismo
- Discriminación
- Estatus de bajos ingresos
- El duro clima anti inmigrante

Muchas de las funciones que a menudo el personal asume en situaciones difíciles que enfrentan, puede significar que tengan un alto nivel de estrés por largas horas de trabajo. Con frecuencia, estos generan agotamiento, fatiga por compasión y traumas secundarios.

- **El agotamiento** es un estado de cansancio emocional, mental y físico causado por el estrés excesivo y prolongado.
- **La fatiga por compasión** es una condición caracterizada por la disminución gradual de la compasión con el tiempo, debido al estrés continuo del trabajo realizado de forma regular.
- **El trauma secundario** es la presión emocional que se produce cuando una persona escucha las experiencias traumáticas de primera mano de otra persona.

## SOLUCIONES

La solución es cuidarse uno mismo para poder servir y de esa manera poder cuidar a los demás. Si usted es supervisor, asegúrese de ayudar a su personal en tener buenas prácticas de autocuidado. Esto puede ayudar a afianzar y fortalecer al personal para cuidarse a sí mismos, de modo que puedan estar motivados y listos para servir a sus comunidades.

### ¿QUÉ ES EL AUTOCUIDADO?

El cuidado personal es cualquier actividad que realicemos por nuestra propia voluntad para ayudar a mantener la salud física, mental, emocional o espiritual. Practicar el autocuidado puede ser simple, pero con el tiempo, puede tener un profundo impacto positivo en la salud y el bienestar en general.

## DESARROLLE SU PROPIA PRÁCTICA DE AUTOCUIDADO

El autocuidado no tiene que ser una tarea costosa. Se trata de encontrar la actividad adecuada que le funcione a usted, para luego tratar de adoptarla como su propio hábito de autocuidado. Algunos ejemplos son:

- Tomar un descanso
- Dormir lo suficiente
- Leer un buen libro
- Orar
- Meditar
- Aprender técnicas de respiración
- Comer saludable
- Hacer ejercicios regularmente
- Ir de caminata, encender la música y ponerse a bailar
- Tener a alguien de confianza con quien conversar
- Aprender a manejar el estrés de una manera saludable
- Tener chequeos físicos y dentales regularmente

## CONOCER Y PRACTICAR EL AUTOCUIDADO ORGANIZACIONAL

Este es un enfoque amplio para apoyar una cultura de trabajo saludable y de apoyo para todo el personal. La formación de una cultura de autocuidado en su organización puede ayudar a:

- Reducir y prevenir el agotamiento y la fatiga por compasión
- Mejorar la satisfacción laboral
- Disminuir la rotación de personal
- Fomentar el desarrollo del personal y de la organización

Para muchos empleados de primera línea, es difícil separar el trabajo y la vida personal. Esto es porque muchas de las personas a las que sirven, son miembros de su propia comunidad o familiares. La práctica del autocuidado organizacional es otro nivel de apoyo para promover una vida plena y saludable, tanto dentro como fuera del lugar de trabajo. En general, practicar el autocuidado es clave para apoyar y defender a quienes sufren la crisis silenciosa.

### 40 | La Crisis Silenciosa: Cómo hacer un trabajo de alcance en un clima anti inmigrante

Una publicación de los Asociados en Alcance de Salud (*Health Outreach Partners*)

## RECURSOS

- 1. Recurso de autocuidado de *Health Outreach Partners*:** HOP ha desarrollado este recurso para compartir prácticas de autocuidado, sus beneficios y estrategias para desarrollar una cultura de autocuidado que respalde la salud y el bienestar del personal. Este recurso se realizó con la voz de los trabajadores de alcance en todo el país.  
**Enlace:** <https://outreach-partners.org/2017/04/03/self-care-taking-resource/>
- 2. De la motivación al agotamiento: Siete consejos para ayudarle a mantener una vida comprometida con la justicia social:** Esta publicación ofrece una exploración sobre la importancia de fortalecer y mantener a las personas comprometidas con la transformación y la justicia. También, encontrará consejos sobre cómo mejorar y dedicar tiempo al cuidado personal en su vida.  
**Enlace:** <http://rockwoodleadership.org/burnout-7-tips-to-help-you-sustain-a-life-committed-to-social-justice/>
- 3. Kit básico de autocuidado:** La Escuela de Trabajo Social de la Universidad de Buffalo elaboró un *kit* básico de autocuidado. Este *kit* ofrece una introducción al autocuidado, ejercicios de ejemplo y actividades para ayudarlo a comenzar su propio plan de autocuidado.  
**Enlace:** <https://socialwork.buffalo.edu/resources/self-care-starter-kit.html>

# Mis notas

## LA FORMA EN QUE PRACTICO EL AUTOCUIDADO AHORA

---

---

---

---

---

---

---

---

## PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO QUE ME GUSTARÍAN INTENTAR

---

---

---

---

---

---

---

---

## MIS RECURSOS LOCALES PARA EL AUTOCUIDADO

---

---

---

---

---

---

---

---

# Acerca de nosotros

---

Aprenda más acerca de las agencias que crearon este folleto, haciendo clic sobre los logotipos.

