

Consejo sobre Desigualdades de la Salud Resumen de Participación del Verano de 2025

Este verano, el personal de participación del Consejo invirtió su tiempo con las comunidades en ferias de salud, otros eventos locales y reuniones de grupos pequeños. Escuchamos las historias de las personas, hicimos preguntas sobre salud y bienestar, aprendimos sobre el acceso y las barreras a los recursos, y compartimos espacios de maneras que respetaban la confianza y la confidencialidad. Nuestro enfoque fue conectarnos con miembros de la comunidad, líderes y organizaciones, levantando las voces de las personas que a menudo son excluidas.

En este reporte, el personal describe nuestras actividades, algunos temas que recopilamos de las interacciones con las comunidades, declaraciones directas de personas que nos permitieron escuchar, nuestros aprendizajes y reflexiones, y cómo nos gustaría continuar con los esfuerzos de participación.

1. Entrevistas Cortas

- Completadas en total: 82
- Ubicaciones/eventos donde las encuestas fueron recolectadas:
 - Feria de Salud BIPOC en Tacoma
 - Sunnyside y en el área del Valle de Yakima
 - Evento deportivo de la comunidad marshalesa en Tacoma
- Preguntas Claves de la Entrevista
 - a) ¿Qué significa para ti la salud y el bienestar?
 - b) ¿Qué tipos de barreras te afectan diariamente?
 - c) ¿Qué recursos te gustaría que fueran más accesibles? ¿Hay algún recurso al que no tuviste problemas para acceder?

En las 82 entrevistas, los temas y preocupaciones recurrentes fueron:

- Barreras:
 - Limitaciones de tiempo, especialmente para las personas que cuidan a familiares (padres, cuidadores)
 - Dificultades económicas: costos de alimentos, renta, transporte, etcétera.
 - Falta de acceso a alimentos saludables, opciones para una dieta saludable y comestibles económicos
 - Miedo y ansiedad relaciones con el estatus migratorio y la deportación
 - Falta de acceso de lenguaje para personas que no hablan inglés
 - Barreras de salud física: conocimientos de salud, dieta
 - Falta de apoyo en salud y bienestar mentales
- Recursos que las personas desean:
 - Recursos de trabajo, especialmente para personas que no hablan inglés
 - Alimentos saludables más económicos

- Atención médica económica
- Guardería gratuita o más económica
- Ferias de salud, eventos de exámenes, cuidados preventivos
- Servicios de salud mental
- Definiciones de salud y bienestar
 - Fuerza/energía para cuidar de uno mismo y de la familia
 - Bienestar mental y emocional, estar “en armonía” con su propio cuerpo
 - Equilibrio: físico, espiritual y salud social
- Problemas sistémicos:
 - El miedo a la deportación afecta el acceso al cuidado de la salud y a los servicios sociales
 - Falta de confianza de estar seguro en público o con instituciones
 - El estatus migratorio hace que algunos recursos sean inaccesibles
 - Derechos financieros
 - Derechos de lenguaje

A continuación, hay algunas **citas directas** que recolectamos-editadas únicamente por motivos de claridad y ortografía. Se incluye información demográfica como género, edad y raza/etnia.

"Salud y bienestar significa tener la fuerza y la energía para cuidar de mí y de mi familia." - Hombre, 29, de las Islas del Pacífico

"Una barrera que enfrento es cuidar a los demás. Necesito tiempo para mí." - Hombre, 41 años, de las Islas del Pacífico

"Las barreras que me están afectando es cambiar mi dieta ya que crecí con una dieta poco saludable." - Mujer, 50, de las Islas del Pacífico

"Un recurso que desearía que fuera más accesible son los recursos de trabajo, especialmente para los isleños del Pacífico que no hablan inglés." - Mujer, 33, de las Islas del Pacífico

"Desearía que la comida sana fuera más barata. Todo lo que es de alta calidad es muy caro." - Mujer, 38, de las Islas del Pacífico

"Siendo madre, miembro activo de la iglesia, trabajando turnos de 12 horas, 4 días a la semana y horneando pasteles como un trabajo extra... ¿Cuándo puedo hacer ejercicio?" – Mujer, 27, de las Islas del Pacífico

"Para mí, la salud y el bienestar consiste en estar bien mental y emocionalmente, en estar en armonía con tu cuerpo y asegurar que todo funcione en conjunto. La salud mental es fundamental." - Mujer, 49, Africana/Negra

“Las deportaciones y el miedo que siente mi comunidad ahora mismo es una barrera que nos mantiene muy estresados, no solo a mí, sino también a mi comunidad. Además, todo está muy caro: la comida, la renta, el transporte. Pensar en todo esto no me deja dormir” – Mujer, 32, Hispana

“Tengo mucho miedo de que me deporten. Mi familia depende de mí. Tengo que ir a trabajar con el miedo de no volver nunca y abrazar a mis nietos. Tengo miedo de ir al médico y que me pregunten por mi estatus migratorio.” Hombre, 52, Mexicano

“¿Barreras? Ser un inmigrante en este país.” - Mujer, 45, Hispana

“Ya no hay trabajo. Trabajo haciendo lo que puedo. Cada año hace más calor, el cambio climático es un gran problema.” -Hombre, 47, Mexicano

“Las barreras que me afectan diariamente son las dificultades económicas y la falta de regulación del agua potable aquí en Sunnyside.” -Mujer, 26, Hispana

“Desearía que la guardería fuera gratuita para todos y la atención medica fuera económica; tienes que decidir entre quedarte en casa o cuidar a tus hijos, pero luego no puedes pagar la renta.” - Hombre, 42, Hispano

“Desearía que hubiera más bancos de alimentos y ferias de salud como esta. Gracias a esta feria de salud descubrí que soy prediabético. Ahora sé que tengo que hacer algunos cambios en mi dieta y ejercicio.” -Hombre, 52, Hispano.

2. Reuniones con Líderes Comunitarios

Tuvimos reuniones con líderes de varios condados para comprender mejor las preocupaciones de la comunidad.

- Condado de Mason: Reunión con dos lideres, uno de la comunidad Q'anjob'al y otro de la comunidad Mam. Algunos de los temas claves incluyeron: salud indígena, prácticas culturales para la salud y problemas de acceso a la salud en zonas rurales.
- Condado de Lewis: Reunión con un líder de la comunidad inmigrante. Algunos de los temas claves incluyeron: la necesidad de acceso al lenguaje, el impacto de los problemas migratorios y la falta de confianza en los sistemas.
- Condado de Thurston: Reunión con un líder del sector de las organizaciones sin fines de lucro. Algunos de los temas claves incluyeron: los ataques a la comunidad inmigrante, la necesidad de recursos compartidos y la separación familiar debido a las medidas de control migratorio.

3. Conexiones con Organizaciones

Participamos en una Feria de Adultos Mayores organizada por la Asociación Comunitaria de Isleños del Pacífico de Washington (PICA-WA por sus siglas en inglés). Fue un evento gratuito e inclusivo en honor a los adultos mayores de las Islas del Pacífico, con celebraciones culturales, intercambios de recursos y comida. Esta fue una oportunidad muy significativa para conectar directamente con los miembros de la comunidad y las docenas de organizaciones comunitarias y negocios que prestan servicios a las comunidades AANHPI.

Reflexiones del Personal

Este verano nos recordó que nuestras comunidades están llenas de sabiduría, incluso al enfrentar barreras pesadas y constantes. Las personas tienen claro lo que significa para ellas la salud y el bienestar: contar con los recursos para cuidar de su familia, tener tiempo para si mismas, estar mental y emocionalmente equilibrados, y tener la capacidad financiera para obtener comida, vivienda, transporte y cuidado de la salud. Lo que muchos comparten es que las verdaderas barreras no tienen que ver con el esfuerzo personal, sino con los sistemas que hacen las cosas más difíciles, como los precios altos, la falta de acceso al lenguaje, el miedo a la deportación y la falta de recursos cerca de sus hogares.

A medida que continuamos con este trabajo, el personal seguirá:

- Asistiendo en ferias de salud, eventos culturales y otras reuniones locales para que las personas nos vean no solamente una vez, sino en varias ocasiones, construyendo confianza con el tiempo.
- Elevando las voces de la comunidad llevando las palabras que escuchamos este verano a los miembros y socios del Consejo sobre Desigualdades de la Salud.
- Fortaleciendo las alianzas con organizaciones que ya prestan servicios a los adultos mayores, jóvenes y comunidades inmigrantes, para que los recursos se puedan ser compartidos y lleguen a más personas de la comunidad.
- Creando más espacios seguros para el diálogo, especialmente para las comunidades que están temerosas y aisladas debido a la situación actual de la aplicación de las leyes de inmigración.