Mga Boses Mula Sa Mga Latino:

Mga Kwento Mula Sa Komunidad Tungkol Sa Kalusugan Ng Pag-lisip Sa Solano County

UCDAVIS HEALTH
Center for Reducing Health Disparities

Panimula

Ang University of California, Davis, Center for Reducing Health Disparities (UC Davis CRHD) ay nagbibigay ng mga serbisyo sa konsultasyon, pagsasanay, pagsusuri, at teknikal na tulong sa Solano County Behavioral Health Division (SCBHD) at mga provider sa komunidad sa pamamagitan ng Mental Health Interdisciplinary Collaboration and Cultural Transformation Model (Cultural Transformation Project). Layunin ng pagtutulungang ito na mapahusay ang pag-access sa, at ang paggamit ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip ng mga indibidwal na miyembro ng mga komunidad na Filipino American, Latino, at LGBTQ (Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, and Queer) na may mga malubhang kundisyon sa kalusugan ng pag-iisip.

Kabilang sa ulat na ito ang mga karanasang ibinahagi ng Latinong komunidad sa paglalarawan ng kanilang pag-access at paggamit ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Bukod pa rito, ang mga kwentong ito ay nagbibigay ng mga pananaw sa mga potensyal na solusyong tinukoy ng Latinong komunidad upang mapahusay ang mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Ayon sa Department of Finance (DOF), simula 2015, 39.1 milyong tao ang nakatira sa California, kabilang ang 15.2 milyong Latino (39 na porsyento). Sa Solano County, binubuo ng mga Latino ang tinatayang 111,695 (26%),[1] kung saan ang mga Mexican ang pinakamalaking subgroup ng Latino, na bumubuo sa 83,288 o 75%. May malalaking kaibahan sa panggagamot sa pagitan ng mga Latinong nangangailangan ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip at sa mga nakakatanggap ng panggagamot sa sistema ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip o pangkalahatang kalusugan mula sa isang sanay na indibidwal. Ang mga Latino ay isa sa mga populasyong pinakakulang ang natatanggap na serbisyo, at kabilang sa pinakamadaling naaapektuhan ng mga salik ng panganib na nauugnay sa karamdaman sa pag-iisip. Ayon sa data mula sa Solano County Health & Social Services, Behavioral Health Division, kinakatawan ng mga Latino ang 796 o 14% ng mga consumer ng Medi-Cal na gumagamit ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-uugali, kahit pa binubuo nila ang mahigit sa 25% ng kabuuang populasyon noong 2015.

Sa unang bahagi ng proyekto, nakakalap ang UC Davis CRHD ng daan-daang kwento gamit ang mga qualitative na paraan ng pananaliksik. Nakipag-usap ang aming team sa ilang Latinong indibidwal tungkol sa kasalukuyang katayuan ng pangangalaga at access sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Sinimulan namin ito sa pamamagitan ng pakikipagpanayam sa kawani mula sa SCBHD na regular na nakikipagtulungan sa mga Latino community-based organization at sa ilan sa mga kliyente ng mga ito, at nagbahagi ng mahahalagang pananaw sa mas malawak na konteksto ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Susunod, nakipag-usap kami sa mga "on the ground" na pangunahing informant (hal., mga consumer, volunteer, advocate, at direktor ng mga community-based organization [CBO]) na may mga pangunahing tungkulin sa Latinong komunidad at may kinalaman sa pagtataguyod ng kalusugan ng pag-iisip ng komunidad. Panghuli, ipiniresenta ng CRHD team ang mga paunang resulta ng mga panayam na ito sa mga pangunahing informant at kawani ng county sa mga miyembro ng komunidad sa forum ng Latinong komunidad noong Marso 2017, na isinagawa sa Fairfield. Nagbigay ng feedback ang mga kalahok sa forum tungkol sa mga resultang ito, at tinukoy nila ang mga karagdagang priyoridad, limitasyon, diskarte, at solusyon sa dagdagan ang access at paggamit sa mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa Latinong komunidad.

1 Taunang Ulat ng 2017 ng Solano County. Kinuha mula sa https://www.solanocounty.com/civicax/filebank/blobdload.aspx?BlobID=27869

Mga Boses Mula Sa Mga Latino:

Mga Kwento Mula Sa Komunidad Tungkol Sa Kalusugan Ng Pag-lisip Sa Solano County

Mga Latino Sa Solano County 4

Ano Ang Mga Priyoridad Sa Kalusugan Ng Pag-lisip Ng Latinong Komunidad Sa Solano County? 6

Mga Hadlang Sa Paggamit At Pagtanggap Ng Mga De-Kalidad Na Serbisyo 8

Mga Kalakasan At Asset Ng Latino Komunidad 15

Mga Solusyong Tinukoy Ng Latinong Komunidad Sa Pagpapabuti Ng Kalusugan Ng Pag-lisip 16

Mga Susunod Na Hakbang 19

Mga Pasasalamat 19

Mga Latino Sa Solano County

Sa Solano County, ang mga lungsod tulad ng Vallejo, Fairfield, at Vacaville ang may mga pinakamalaking bilang ng mga Latinong residente, na mula 20,304 hanggang 30,089.

Ayon sa isang ulat noong 2015, ang Spanish ang isa sa mga pinakamadalas na ginagamit na wika sa Solano County. Hindi bababa sa 23,060 (20%) ng mga tagatanggap na kwalipikado sa Medi-Cal sa Solano County ang nag-ulat na Spanish ang kanilang pangunahing wika.[2]

Sa Solano County, ang Rio Vista C.A.R.E, isang community-based organization, ay nagbibigay ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa mga Latinong pamilya na pinakamahirap abutin sa karamihan ng mga rural na lugar ng Solano County.

Nakikipagtulungan ang Solano County Behavioral Health Hispanic Outreach and Latino Access (HOLA) program sa mga Latino upang magbigay ng kaalaman tungkol sa kalusugan ng pag-iisip.

Ang, Voces Unidas, isang pangkat ng mga pinuno sa komunidad, ay nakikipagtulungan din sa Consulate General ng Mexico upang makatulong na bigyan ng boses ang mga Latino at imigranteng nagsasalita ng Spanish.

Pagdiriwang ng Hispanic Heritage Month sa Solano County ng Solano Hispanic Chamber of Commerce.

Pagdiriwang ng Día de los Muertos (Araw ng Mga Patay) sa Vallejo.

Marami ang mga Latinong imigranteng magsasaka sa Solano County.

2 Research and Analytic Studies Division. September 2016. Frequency of Threshold Language Speakers in the Medi-Cal Population by County for January 2015. Medi-Cal Statistical Brief. California Department of Health Care Services.

Ano Ang Mga Priyoridad Sa Kalusugan Ng Pag-Iisip Ng Latinong Komunidad Sa Solano County?

Kinuha ang impormasyon at mga sipi sa ulat na ito mula sa Latinong komunidad sa Solano County, kabilang ang mga miyembro ng kawani ng county, provider ng pangangalaga sa kalusugan, pinuno ng mga community-based organization, consumer, miyembro at advocate ng pamilya, tagapayo at guro sa paaralan, kasama ang marami pang iba. Na-highlight ng mga kalahok na ito ang mga pangunahing priyoridad na may kaugnayan sa Latinong komunidad na nakatira sa Solano County. Halimbawa, nagkomento ang mga kalahok sa kahalagahan ng paggalang sa pangunahin at gustong wika ng komunidad kapag nakikipag-ugnayan at namamahagi ng impormasyon sa mga Latinong komunidad. Binigyang-diin din ng mga kalahok ang kahalagahan ng pagkilala sa pagkakaiba-iba sa bawat Latinong komunidad, na tinutukoy ayon sa kanilang pinagmulang rehiyon. Ang pag-unawa sa kanilang kasaysayan, mga karanasan sa pamumuhay at buhay, kultura, wika, at mga pananaw sa kalusugan ng pag-iisip ay mahahalagang salik upang mas maunawaan ang mga hadlang sa panggagamot, mga pangkulturang kalakasan, at solusyong tinukoy ng komunidad. Mahalagang tandaang bagama't may posibilidad na pagsamahin ang "mga Latino" o "mga Hispanic" sa isang kategorya, hindi homogenous na pangkat ng populasyon ang mga Latino. Sa halip, sila ay ganap na heterogenous ayon sa pagkakaiba-iba, iba't ibang karanasan sa buhay, likas na kasaysayan, panganib ng mga psychiatric na karamdaman, at pagkakaiba-iba ng mga kulturang kinakatawan mula sa North, Central at South America. Para sa mga layunin ng ulat na ito, gagamitin namin ang terminong "Mga Latino."

> Naiiba ang wika...mahirap ito dahil hindi sila [mga provider] maunawain... Kailangan mong maghintay nang halos apat na oras doon, kahit na mayroon kang appointment...pagkatapos ay magpapatingin ka sa isang therapist, ngunit 15 minuto o 20 minuto lang iyon.
>
> —CONSUMER

Binigyang-diin ng mga kalahok ang kahalagahan ng pagtugon sa karahasan at takot na naranasan ng mga Latino. Kapansin-pansin ang mga nakakatakot na karanasan sa komunidad ng Latinong imigrante at itinuring itong priyoridad ng mga kalahok. Nakakaranas ang mga Latinong imigrante ng karahasan at mga nakakatakot na karanasan, sa kanilang mga bansang pinagmulan at sa United States. Ang mga Latinong walang pansuportang dokumento at ang kanilang mga miyembro ng pamilya ay patuloy na namumuhay sa takot na ma-deport kung hihiling sila ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip para sa kanilang mga sarili at/o miyembro ng pamilya. Karaniwan ang mga hindi magandang karanasang nauugnay sa hindi maayos na pabahay, hindi sapat na kalagayan ng pamumuhay, pagkakalantad sa pang-aabuso at takot, at diskriminasyon sa maraming komunidad na mababa ang antas. Nagpahayag ang mga kalahok ng mga alalahanin na ang mga karanasang ito ay pinakanapansin sa mga Latinong imigrante, na nakaranas ng iba't ibang hindi magandang karanasan, (hal., hindi maayos na pabahay, hindi sapat na kalagayan ng pamumuhay, pang-aabuso, takot, stigma, at diskriminasyon), ngunit isinaad na matatag sila.

Na-highlight din ang transportasyon bilang mahalagang priyoridad. Ang mga indibidwal na nangangailangan ng mga serbisyo sa pangangalaga ng kalusugan ay maaaring hindi nakatira sa ilang mas malaking lungsod kung saan makikita ang karamihan sa mga serbisyo. Dahil dito, mahirap ang pagkuha ng mga de-kalidad na serbisyo sa pangangalaga ng kalusugan para sa mga taong walang access sa transportasyon.

Pakiramdam ng mga kalahok na kulang ang talakayan tungkol sa mga karamdaman sa pag-iisip, kundisyon ng kalusugan, at iba pang isyung kasabay ng karamdaman sa pag-iisip, gaya ng paggamit ng bawal na gamot, pagpapakulong, at ang "school to prison" pipeline.

> Marami sa amin ang nakaranas ng post-traumatic stress disorder at alam na natin ito ngayon... Lumaki ako sa Vallejo – ang karahasan, ang krimen...Mayroon kaming kawani sa klinikang ito na namatayan ng mga anak dahil sa karahasan sa kalye... Binalewala [namin] ito [at] ipinagpatuloy ang buhay...
>
> —PINUNO NG CBO/KOMUNIDAD

> Ang mga consumer na hindi legal o walang pansuportang dokumento...hindi talaga [sila] nagtitiwala sa sistema dahil...mali ang pakikitungo ng sistema sa [kanilang] mga miyembro ng pamilya at kinakatawan natin [mga provider] ang sistema.

> Hindi natin maaaring kalimutan kung saan nagmula ang mga Latino at kung anong mga prinsipyo at paniniwala ang mayroon sila... [gayundin] kung bakit sila umalis at ano ang mga takot sa kanilang bansang pinagmulan na dahilan ng kanilang pagpunta... may mga bahagi ng kanilang mga karanasan sa buhay... sa labas ng paunang inihayag na problema, kaya ang pagtuon ay hindi lang sa [isang] ipinahayag na problema, ngunit dapat tumingin sa pangkalahatang [pangkulturang] sitwasyon.
>
> — KAWANI SA SOLANO COUNTY

> El problema [es] cultural o nuestra cultura que traemos arrastrando nunca se habla de salud mental...es un término relativamente nuevo...antes estaba como, pues, que los nervios...o la tristeza... o una locura...es difícil para la gente, primero entenderlo y luego aceptarlo [isa itong problema sa kultura o kultura nating huwag kailanman pag-usapan ang tungkol sa kalusugan ng pag-iisip...medyo bago ang termino...dati ay ipinagpalagay itong mga nerve...o kalungkutan...o kabaliwan...para sa mga tao, mahirap itong unawain sa una at pagkatapos ay tanggapin ito].
>
> — MIYEMBRO NG PAMILYA

Mga Hadlang Sa Pag-Access At Pagtanggap Ng Mga De-Kalidad Na Serbisyo

Ang Kahalagahan ng Kasalukuyang Katayuan sa Pulitika, Stigma, at Mga Social Determinant ng Kalusugan

Dahil sa kasalukuyang katayuan ng pulitika, lumala ang takot at kawalan ng tiwala sa mga Latinong komunidad na lubos na hindi nakatanggap ng serbisyo. Ang takot na ma-deport ay hindi gaanong pinag-usapan ng mga provider, kawani, at consumer. May negatibong epekto ang mga pananaw sa imigrasyon ng bagong pampanguluhang administrasyon sa mga Latinong pamilya na iba-iba ang katayuan (mga Latinong ipinanganak sa U.S. na may isa o dalawang magulang na walang pansuportang dokumento), na nagdudulot ng mga psychological na problema at takot na mahiwalay ang mga miyembro ng pamilya. Inilarawan ng mga kalahok kung paano nagsusulong ng diskriminasyon (hal., racism, hindi makatarungang paghuhusga, atbp.) ang sitwasyong ito na hindi pabor sa imigrante, lalo na para sa mga imigranteng Latinong pamilya, at kung paano nito napapalala ang karahasan at krimen laban sa mga pamilya at batang ito. Halimbawa, sa mga paaralan, nalalantad ang mga Latinong tinedyer at kabataan sa pananakot at nakakapanakit na komento, gaya ng "hindi ka nababagay dito!" Madalas na matindi ang takot at diskriminasyon, at nakakaapekto ito sa pagpasok sa paaralan para sa mga tinedyer at kabataang ito.

Napansin din ng mga kalahok ang mas malaking epekto ng takot at diskriminasyong ito sa pamamagitan ng paglala ng pagkakalantad ng mga imigranteng Latinong pamilya sa mga nakakatakot at nakaka-stress na kundisyong napakadalas na nagdudulot ng mga limitadong oportunidad at higit pang karahasan sa tahanan, komunidad, at mga paaralan. Napansin din ng mga kalahok na nagdudulot ang takot na ma-deport ng lumalang stigma na nauugnay sa paghiling ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip. Inilarawan

> Hay gente que están asustados porque no saben si van a experienciar un acto de violencia, un crimen...Mucha de la gente que todavía no estaba consciente de lo malo que es el racismo...porque este señor(Trump) les dio esa (libertad) opción, de que está bien que lo hagan, que lo ejerzan el racismo [May mga taong takot dahil hindi nila alam kung makakaranas sila ng karahasan o krimen... Hindi alam ng karamihan sa mga tao ang problemang racism...dahil nagbigay ang taong ito (Trump) ng (pahintulot) opsyong okay lang na maging racist, na magsulong ng racism].
>
> — EDUCATOR

ng mga kalahok ang mga nakakapinsalang epekto ng stigma na may kaugnayan sa pag-uusap tungkol sa mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip at paghiling ng ganito. Inilarawan ang stigma na may pagbubukod bilang malaking hadlang na nakakakompromiso sa kahandaan ng mga Latinong indibidwal at pamilya na humiling at gumamit ng mga serbisyo. Ang pag-iwan sa kanilang bansang pinagmulan at pamilya, at pag-angkop at pagsailalim sa isang bagong kultura ay nagdudulot ng stress at, sa kalaunan, ay depression at kahinaan sa paggamit ng bawal na gamot at iba pang gawing nakakasama sa kalusugan na maaaring humantong sa mas malalalang problema sa kalusugan ng pag-iisip.

Itinuring din ng mga kalahok ang mga social determinant ng kalusugan gaya ng mga kundisyon ng lipunan (hal., kahirapan, kawalan ng insurance, hindi sapat na transportasyon, atbp.) kung saan nakatira, nagtatrabaho, at nagkakaedad ang mga tao, bilang malalakas na tagatukoy ng mga pagkakaiba sa kalusugan ng pag-iisip at pangkalahatang kahihinatnan ng hindi mabuting kalusugan. Halimbawa, kapag kulang ng malakas na panlipunan at pang-ekonomiyang pundasyon ang mga Latino, bababa ang kanilang kakayahang magkaroon ng makabuluhang tungkulin sa panlipunan, pang-ekonomiya, at pang-kulturang buhay ng kanilang mga komunidad. Dahil kailangang tumuon ang karamihan sa mga Latinong pamilya sa mga pangunahing pangangailangan ng buhay (hal., pagkain at pabahay), madalas silang nagtatrabaho nang matagal, at walang panahon at mapagkukunan upang humiling at kumuha ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip.

> Pakiramdam ko ay may kaunting pagtitiwala ngayon kaugnay ng pagkuha ng pagpapayo... Mukhang nagdadalawang-isip ang mga magulang na payagan ang kanilang mga anak na pag-usapan kung ano ang nangyayari... Madalas, may mga bagay na nangyayari sa tahanan. Pakiramdam ko ay mahirap para sa mga bata na magsabi ng saloobin dahil walang pagtitiwala... Nararamdaman nilang kung may sasabihin sila, ide-deport sila.
>
> — TAGAPAYO/GURO

> May kultura ng kahirapan sa lahat ng pangkat ng etnisidad at lahi... pagkamakatarungan sa lahat... para sa populasyong walang pansuportang dokumento... ang pinakamalaking hadlang ay kahirapan at hindi pagkakaroon ng insurance.
>
> — KAWANI SA SOLANO COUNTY

> May mga isyu sa stigma sa pag-access ng kalusugan ng pag-iisip. Hindi lahat ng tao ay may gustong pumunta rito dahil may takot na ang kalusugan ng pag-iisip ay para sa mga baliw na tao, para sa gente loca. Maraming pamilyang nagsasalita ng Spanish... Ayaw nilang pumunta roon [dahil sa takot]...kailangan din nating ipaalam sa kanila ang mga bagay na iyon.
>
> — PROVIDER

Mga Hadlang Sa Paggamit At Pagtanggap Ng Mga De-Kalidad Na Serbisyo *patuloy*

[Sa Rio Vista]... Aalis sa kanilang mga lugar, Mexico man o Central America, upang pumunta rito... Pagkatapos ay susubok na aangkop sa lubos na naiibang kultura, at depression at pagbubukod ng mga rural [pagsasaka] na lugar... ang kawalan ng access sa mga serbisyo at sa mga pondo, sa pera...hindi sila kumikita nang malaki... Nagkakaroon [sila] ng krisis...nangangailangan ng tulong, ngunit may stigma sa paghingi ng tulong.

— PINUNO NG CBO/KOMUNIDAD

Gugustuhin kong magkaroon ng therapist na malapit sa Fairfield upang hindi ko na kailangang mag-commute papunta sa Vacaville.

— CONSUMER

Ang mga taong nakakaranas ng malalang depression, mga uri ng schizophrenia, ang uri ng mga karamdaman sa pag-iisip na madalas [mong] nakikita sa populasyon ng nasa hustong gulang, ngunit hindi ito pinag-uusapan ng mga mismong mas matatanda dahil sinabihan silang magtiis...hindi magreklamo tungkol sa epekto ng mga ito [mga karamdaman]...nagiging mas nakabukod sila.

— PANRELIHIYONG PINUNO

Ang pagiging nasa isang sitwasyon kung saan ikaw ay malungkot, nag-iisa, gustong umuwi, ito lahat ang resulta ng [social] marginalization...paggamit ng bawal na gamot, alak man o mga droga... Iyon ang mga bagay na gumagawa ng mga isyu sa kalusugan ng pag-iisip.

— PANRELIHIYONG PINUNO

Esa es otra barrera [no tener seguro de salud] bien grandísima...yo tuve un problema con mi esposo... Él estuvo deprimido... Lo canalizaron con una psicóloga que nada más hablaba español...y luego le tenían que cobrar como $70 por consulta... Dice [mi esposo] 'Si no alcanzo' [iyon ay isa pang napakalaking hadlang [hindi pagkakaroon ng insurance sa kalusugan]...Nagkaroon ako ng problema sa aking asawa... Na-depress siya... Iniugnay nila siya sa isang psychologist na nagsasalita lang ng Spanish...ngunit siningil nila siya ng humigit-kumulang $70 bawat session... sinabi ng [aking asawa] na 'Hindi ko ito kayang bayaran'].

— MIYEMBRO NG PAMILYA

Wika at Iba't ibang Workforce

Iniulat ng mga kalahok na limitado o walang suporta sa wika (hal., mga Spanish na interpreter) ang malaking hadlang sa pagtanggap ng mga de-kalidad na serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip. Sa ibang salita, ang mga karanasan ng mga Latinong consumer sa pagkuha ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa Spanish, ang kanilang gustong wika, ay mas mababa sa karaniwan dahil sa kakulangan ng work-force na nagsasalita ng Spanish. Sa pangkalahatan, sumang-ayon ang karamihan ng mga kalahok na mahalaga ang pagkakaroon ng mga sapat na provider at kawaning nagsasalita ng gustong wika ng mga consumer para sa pagtugon sa mga isyu sa kalusugan ng pag-iisip ng Latinong komunidad.

Ang mga provider na maraming ginagawa at nagsasalita ng Spanish na may maraming caseload ay lubos ding makakaapekto sa kahusayan ng kanilang trabaho, kanilang motibasyon sa trabaho, at kanilang kahusayan sa pagbibigay ng de-kalidad na pangangalagang naaangkop sa kultura at wika. Inilarawan ng isang kalahok ang isyung ito ng pagpapadala ng lahat ng consumer at pamilyang nagsasalita Spanish sa isang provider na nagsasalita ng Spanish bilang "dumping ground na kultura," at ang pagkabigong baguhin ang kulturang ito ay hahan-tong sa pagdami ng mga provider at kawaning nagsasalita ng Spanish sa county na napagod at nawalan ng motibasyon.

Isang Latinang propesyonal sa kalusugan ng pag-iisip sa county ang binanggit ng karamihan ng mga kalahok bilang mahusay at pinagka-katiwalaang advocate ng komunidad para sa mga isyu sa kalusugan ng pag-iisip ng Latino. Sa pangkalahatan, inilarawan siya ng karamihan sa mga kalahok bilang isang taong palaging nasa mga Latinong komunidad sa Solano County, at isang modelo para sa workforce na naaangkop sa kultura at wika sa hinaharap. Iniulat din

> El condado quisiera ayudarnos a todos los que tenemos familiares o los que sufrimos de enfermedades mentales, es de que tuvieran acceso...de que buscaran la mejor manera de encontrar psiquiatras que hablaran nuestro idioma [Gustong tumulong ng County sa ating lahat na may miyembro ng pamilya na may karamdaman sa pag-iisip, upang magkaroon ng access... makaalam ng mas mabuting paraan upang makahanap ng mga psychiatrist na nagsasalita ng ating wika].
>
> — ADVOCATE NG PAMILYA

Mga Hadlang Sa Paggamit At Pagtanggap Ng Mga De-Kalidad Na Serbisyo *patuloy*

ng mga kalahok ang pangangailangan ng higit pang pang-edukasyong programa (iyon ay, mga workshop at pagsasanay) tulad ng binuo para sa komunidad (kabilang ang mga komunidad ng migranteng magsasaka) ng Latinang propesyonal sa kalusugan ng pag-iisip. Makakatulong ang mga naturang programa na mabawasan ang stigma at madagdagan ang access sa mga serbisyo.

Kaalaman sa Kalusugan

Nagpahayag din ang mga kalahok ng mga hamon sa kaunting kaalaman sa kalusugan. Binigyang-diin ng mga kalahok ang kahalagahan ng pagkuha ng mga provider at kawani ng kaalaman sa kultura at wika na kinakailangan upang mahusay na makipag-ugnayan at mailarawan ang mahihirap na medikal na konsepto sa antas ng edukasyon ng consumer. Ang pagkakaroon ng kaalamang ito ay magbibigay-daan sa mga provider at kawani na magbahagi ng kaalaman sa mga consumer upang makatulong na madagdagan ang kanilang kaalaman sa kalusugan at malaman ang sistema ng kalusugan ng pag-iisip ng county.

> [Narinig ng mga provider] 'Ayaw kong matagal na naman manatili at magsulat ng ibang Spanish na plano sa panggagamot, ipadala na lang sila sa bagong kawaning nagsasalita ng Spanish.'
>
> — KAWANI SA SOLANO COUNTY

Simbahan at Espiritwalidad

Ibinunyag ng mga kalahok na ang simbahan minsan ay isang pinagmulan ng kalakasan at suporta para sa mga Latinong indibidwal at pamilyang may karamdaman sa pag-iisip. Bagama't naniwala ang ilang kalahok na nasa mas magandang posisyon ang simbahan upang mahusay na maipaalam ang impormasyon sa kalusugan ng pag-iisip at isulong ang kaalaman sa kalusugan sa mga Latinong komunidad, nagpahayag ang iba ng alalahaning itinuturing ng simbahan ang kalusugan sa pag-iisip bilang kagustuhan ng Panginoon, at isinaad na nangangailangan ng pagsasanay ang mga pinuno ng simbahan sa mga paraan ng pagpapayo. Mahalaga ang maagang pagtukoy ng mga senyales at/o sintomas ng mga problema sa kalusugan ng pag-iisip at pagkalulong, at kung saan i-refer ang mga tao para sa tulong na naaangkop sa kultura at wika. Halimbawa, nag-ulat ang isang panrelihiyong pinuno ng paggamit ng oras ng Pangungumpisal ng simbahan upang magsagawa ng therapy upang mas maunawaan ang mga dahilan ng depresyon, at upang tulungan ang mga taong makilala na wala silang kasalanan sa kanilang mga isyu sa kalusugan ng pag-iisip.

Mga Kabataan

Nagsulong ang mga kalahok ng mga programa sa kalusugan ng pag-iisip batay sa paaralan upang suportahan ang Latinong kabataan at kanilang mga pamilyang nahihirapang maka-access ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip. Nagkomento ang mga kalahok na kulang sa mga sapat na programa at provider ng kalusugan sa pag-iisip ang mga sistema ng paaralan. Nagpahayag ang mga kalahok ng interes sa pagbuo ng mga ugnayan sa mga sistema ng paaralan at pagbuo ng mga diskarte para sa maagang pagtulong sa mga Latinong kabataang may mga problema sa kalusugan ng pag-iisip na hindi natukoy o hindi na-diagnose nang tama.

> Bibigyan dapat ng kaalaman ang mga provider sa pamamagitan ng pagsasabi sa kanila na ito ang wikang maaari mong marinig, ganito ang maaaring tunog nito, at ganito mo sila maaaring iugnay sa mga [naaangkop sa wikang] serbisyo.
>
> — PINUNO NG CBO/KOMUNIDAD

> Takot na tanggihan, takot sa iba... Nagsisimula silang magsalita tungkol sa mga sintomas ng depression na sa tingin nila ay mga kasalanan... Hindi iyon kasalanan. Hindi mo iyon pagkakamali. Dinadala ng tao ang pagsisising ito, ang lahat ng sugat na ito, ang lahat ng pag-iisip na pagkakamali ito...isang trauma ang makaranas ng ganoong uri ng mga karanasan...madalas sa pangungumpisal, humahantong ako sa pagsasagawa ng therapy.
>
> — PANRELIHIYONG PINUNO

> El idioma sí tiene mucho que ver... Valdría la pena que...el psicólogo o la psicóloga, bueno, el profesional en eso, hable el idioma, que habla la persona a la que está atendiendo...[tambien] de tener un poquito más de conocimiento de lo que vive esa persona... O sea, conocer un poquito más la cultura de donde se desarrolló [Malaki ang nagagawa ng wika rito... kapaki-pakinabang kung... ang psychologist o ang propesyonal sa sitwasyong ito ay nakakapagsalita ng wika ng taong pinaglilingkuran niya...[gayundin] na magkaroon ng kaunting kaalaman sa mga karanasan sa buhay ng mga tao... Sa ibang salita, mas marami ang alam tungkol sa kinalakihang kultura ng isang tao].
>
> — MIYEMBRO NG PAMILYA

Ang ilang [kawani] ay nagbibigay lang sa consumer ng isang piraso ng papel, at nagsasalita ng Spanish ang consumer at sinasabi niyang 'nagsasalita lang ako ng Spanish'... at [tumutugon ang kawani ng] 'dalhin ito sa bahay at pasagutan ito sa ibang tao para sa iyo, at ibalik ito'... [ngunit] nangangailangan ang consumer ng mga [agarang] serbisyo sa araw na iyon.

— KAWANI SA SOLANO COUNTY

Isinaalang-alang ng aking lola [isang curandera (albularyo)] ang espiritwal na kalusugan ng taong pinaglilingkuran niya...kapag nagrerekomenda ng mga remedyong batay sa kung paano nararanasan ng mga tao ang kanilang espiritwalidad, Panginoon, at buhay-pamilya... Kung hindi tinitingnan ng mga practitioner ng kalusugan ng pag-iisip ang espiritwal na epekto ng [anumang] karamdaman... hindi talaga nila ginagamot ang karamdaman.

— PINUNO NG CBO/KOMUNIDAD

El condado quisiera ayudarnos a todos los que tenemos familiares o los que sufrimos de enfermedades mentales, es de que tuvieran acceso...de que buscaran la mejor manera de encontrar psiquiatras que hablaran nuestro idioma [Gustong tumulong ng County sa ating lahat na may miyembro ng pamilya na may karamdaman sa pag-iisip, upang magkaroon ng access... makaalam ng mas mabuting paraan upang makahanap ng mga psychiatrist na nagsasalita ng ating wika].

— ADVOCATE NG PAMILYA

Iniisip ko ang pakikipagtulungan sa mga paaralang sumusubok na maagang matukoy iyon upang malutas iyon. Hindi lahat ay malakas ang pag-iisip. Makakapagbigay ako sa iyo ng listahan ng mga bagay na napagdaanan ko na ngunit malakas ang pag-iisip ko. Nagkaroon ako ng mga breakdown, ngunit natukoy ko ang mali at naayos ko ito. Hindi lahat ay makakagawa noon. Kaya, sa tingin ko ay hindi lang dapat tayo nakatuon sa kalusugan ng pag-iisip sa mga klinika ngunit mas agaran sa mga paaralan upang makapag-alok tayo ng mga kasanayan sa buhay kung paano ito malulutas.

— PINUNO NG KOMUNIDAD

Mga Kalakasan at Asset ng Latinong Komunidad

Tinukoy ng mga kalahok ang mga kalakasan at asset ng komunidad na makakatulong sa pagsulong ng paggaling at kabutihan ng mga Latinong populasyon. Maisusulong ang mga kalakasan at asset ng Latinong komunidad sa pamamagitan ng mga pangkultura at pangkomunidad na aktibidad, gaya ng Hispanic Heritage Month at Dia de los Muertos (Araw ng Mga Patay) ng Solano County. Makakatulong ang mga paraang ito upang dagdagan ang pagkakalantad sa mahalagang impormasyon tungkol sa mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip. Naniniwala ang mga kalahok na mabisang paraan ang mga pangkulturang kaganapang ito upang ipaalam ang impormasyon at bigyan ng kaalaman ang mga Latino tungkol sa mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip ng county.

Naniniwala ang mga Latinong kalahok na ang pagtatag ng mga nagtutulungang pangkat sa iba pang komunidad, gaya ng mga Filipino American at LGBTQ na komunidad, ay nagdudulot ng mga kalakasan at asset ng mga komunidad sa pamamagitan ng paggamit at pagbabahagi ng mga mapagkukunan. Binibigyan ng diskarteng ito ang mga consumer at ang kanilang mga pamilya ng boses sa kanilang paggaling, at pagsulong ng pagkilala ng komunidad sa mga tao.

> Magkakasama tayo sa [laban sa pagkakapantay-pantay] na ito, at marami ang kampeon sa mga komunidad... tungkol ito sa pagsuporta sa isa't isa at pakikipagtulungan...
>
> — KAWANI SA SOLANO COUNTY

> El puro hecho de platicar con amigos de los problemas que uno tiene, ya es, de mi punto de vista, un tratamiento de salud mental [Sa aking pananaw, isa nang panggagamot sa kalusugan ng pag-iisip ang simpleng bagay na pakikipag-usap sa mga kaibigan tungkol sa mga problema ng isang tao].
>
> — MIYEMBRO NG PAMILYA

> Kung mas hihimukin mo ang Latinong komunidad na lumahok sa mga ganitong uri ng mga plática ng komunidad (mga pag-uusap ng komunidad), na pinamunuan ng isang pinagkakatiwalaang miyembro ng komunidad, makikita mong magsasabi sila ng saloobin at ibabahagi ang kwento ng kanilang buhay.
>
> — CONSUMER

> [Pangkulturang] tradisyon sa kanilang mga tahanan, sa kanilang mga bansang pinagmulan, na nakakapagpasaya sa kanila, na pinagsasama-sama ang pamilya, na ginagawang mas malusog ang pamilya, ang ganoong mga uri ng mga bagay [ay mahalaga], dahil nagpapahayag sila tungkol sa mga bagay na nagdudulot ng problema sa kanila, [nakikipag-ugnayan] sa malaking bahagi ng ating kultura, ang mga [pangkulturang] bagay na nakakapagpasaya sa kanila.
>
> — PINUNO NG KOMUNIDAD

> Tutukuyin mo ang malalalim na detalye at sasabihin mong ito ang aking kasaysayan. Ganito ako. Ganito ako namuhay. Ito ang aking pinagdaanan. Ganito ang tingin ko sa aking sarili. Ganito ang tingin ng ibang tao sa akin. Ito ang [aking kwento], ang aking buong background.
>
> — PANRELIHIYONG PINUNO

Binigyang-diin din ng mga kalahok na ang pagkilala sa maraming antas ng pagkakakilanlan ng kultura ng isang tao, kasama ng mga karanasan sa pamumuhay, ay dapat na ituring na kalakasan at asset. Halimbawa, ang mga kwento ay maaaring paraan ng pagpapahayag ng mga karanasan sa pamumuhay at katatagan ng isang tao, habang pinapatibay ang mga ugnayan sa iba sa pamamagitan ng mga Plática (mga pag-uusap ng komunidad), o pagsasabi ng kwento, bilang isang paraan upang magbigay ng pag-asang posible ang paggaling ng kalusugan sa pag-iisip.

Mga Solusyong Tinukoy ng Latinong Komunidad sa Pagpapabuti ng Kalusugan ng Pag-Iisip

Ang makabuluhang pakikipag-ugnayan sa komunidad, partikular sa mga Latinong pangkat na pinakamahirap abutin, ay mapapataas sa pamamagitan ng pagbibigay ng mga ligtas at nakakawiling kapaligirang gumagalang sa mga karanasan sa pamumuhay/buhay, kultura, at wika ng mga Latinong komunidad. Tulad ng binanggit sa unang bahagi ng dokumentong ito, mahalaga ang pagpapahusay ng kaalaman sa kalusugan ng mga provider at miyembro ng Latinong komunidad sa pamamagitan ng mga pagsososyo at pag-uusap ng provider at komunidad. Halimbawa, pagtitiyak na may access ang mga Latinong komunidad sa literatura at pangkalahatang impormasyon tungkol sa kalusugan ng pag-iisip at mga serbisyo sa pag-iisip sa Spanish, at pagsasanay sa mga provider gamit ang mga diskarteng tinukoy ng komunidad na naaangkop sa kultura at wika. Binigyang-diin ng mga kalahok ang mga diskarteng nagbibigay ng kaalaman at nagbibigay ng kakayahan sa Latinong komunidad alinsunod sa kanilang mga pangkulturang pangangailangan at priyoridad.

> May rebulto dati ng Virgen de Guadalupe... noong una, mukhang hindi ito naaangkop sa lugar... Para sa akin, ipinakita nito sa aking naunawaan nila ang kahalagahan ng espiritwal na bahaging iyon... pinaganda nito ang pakiramdam ko, dahil kinilala ng klinika ang isang bahagi ng aking buhay.
>
> — PINUNO NG CBO/KOMUNIDAD

Ang mga solusyong tinukoy ng komunidad ay nangangahulugan ng mas malakas na paraan ng pagsososyo ng komunidad at county na kinabibilangan ng bi-directional na pag-uusap sa pagitan ng mga provider at kawani ng county at ng mga Latinong komunidad upang bumuo ng mga solusyon sa mga isyu sa kalusugan ng pag-iisip na pinakamahalaga sa mga Latinong komunidad. Halimbawa, pagtitiyak ng kapaligirang walang stigma at nakakawili na nagsusulong ng mga positibong imahe kung saan maginhawa at ligtas ang pakiramdam ng mga tao.

Ang makabuluhang pakikipag-ugnayan sa mga kaganapan sa komunidad ay positibong makakahimok ng mga social network na nagsasama-sama ng mga tao at pinapalakas ang mga ugnayan ng komunidad. Halimbawa, ang mga pang-edukasyong programang Familia-a-Familia (Family-to-Family) ng National Alliance on Mental Illness (NAMI), na idinisenyo para sa mga pamilya na may mga karanasan sa pamumuhay upang magsilbing sistema ng suporta para sa iba pang pamilyang may mga problema sa kalusugan ng pag-iisip. Bukod pa rito, maaari ding maging isang solusyong tinukoy ng komunidad ang pagpapanatili ng mga ugnayan sa mga kampeon ng Latinong komunidad (hal., mga cultural broker, panrelihiyong pinuno, advocate, at promotora), na kapansin-pansin, iginagalang, at matagumpay sa pag-uugnay ng mga Latinong komunidad na mahirap abutin.

> Dapat ay mas isipin natin kung sino ang nasa harap natin... [ang mga provider ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip ay dapat na] magpakita ng pagpapakumbaba at [makaramdam] na may pribilehiyo upang makapaglingkod sa mga consumer at pamilya na nagtitiwala sa atin... igalang iyon...
>
> — KAWANI SA SOLANO COUNTY

> Ya me tocó ir al programa de familia-a-familia por medio de NAMI, y mañana, precisamente, van a tener el mismo programa de familia-a-familia en el idioma inglés... aquí en Río Vista... Hay en español, pero cuando yo lo tomé en español...[fue] en Woodland...el condado de Solano no tiene nada de eso. Tuvo que ser en el condado de Yolo, que es Woodland [Nagkaroon ako ng pagkakataong pumunta sa programang family-to-family ng NAMI, at bukas, magkakaroon sila ng parehong programang family to family sa English...dito sa Rio Vista... Spanish ang gagamitin dito, ngunit noong kinuha ko ito sa Spanish, nasa Woodland ito...wala noon ang county ng Solano Gaganapin ito sa Yolo County na nasa Woodland].
>
> — MIYEMBRO NG PAMILYA

Mga Solusyong Tinukoy Ng Latino Komunidad Sa Pagpapabuti Ng Kalusugan Ng Pag-Iisip *patuloy*

Mahalaga sa pagtugon sa mga posibleng isyu sa kalusugan ng pag-iisip ang mga programa sa kalusugan ng pag-iisip na nakatuon sa pamilya at nagagamit agad sa mga paaralan at isinasama ang kabataan sa mga pag-uusap tungkol sa pinakamahalaga sa kanila. Naniniwala ang mga kalahok na mahalaga ang pakikipagtulungan sa mga paaralan sa pag-iwas at maagang pagtugon sa kalusugan ng pag-iisip. Sa katunayan, maraming kalahok ang nagpahayag ng alalahaning ang pagkabigong makipagtulungan sa mga paaralan ay isang malaking nakaligtaang pagkakataon upang mas maagang makipag-ugnayan sa mga kabataan, at upang pahusayin ang kaalaman ng guro at curriculum ng silid-aralan. Ipinahayag din ng ilang kalahok ang kahalagahan ng pakikipagtulungan sa mga paaralan upang himukin ang mga Latinong kabataan na pag-isipang kumuha ng mga propesyon sa kalusugan ng pag-iisip.

Kaugnay ng kakayahang maitaguyod, iminungkahi ng mga kalahok na tuparin ng county ang ipinapangako nito. Nakadepende sa pondo ang pagpapatuloy ng pangangalaga, na karaniwang kulang, at humahantong ito sa paghinto ng panggagamot. Panghuli, iminungkahi ng mga kalahok na mas tumuon sa pagpapatupad ng patakaran sa wika, at sa pang-organisasyong kultura ng county.

> Nangangailangan din ang [mga Latino] ng kapaligirang may mga taong katulad nilla... nararamdaman nilang tanggap sila... at hindi sila huhusgahan.
>
> — PANRELIHIYONG PINUNO

> Hindi namin iniisip ang [pag-access at paggamit] sa loob ng limang taon mula ngayon... maging tapat sa mga tao, huwag silang lubos na paasahin kung bibiguin lang sila... magsaad ng mga tunay na aasahan.
>
> — PINUNO NG CBO/KOMUNIDAD

> Iniisip ko ang pakikipagtulungan sa mga paaralang sumusubok na maagang [matukoy ang mga isyu]... Nagkaroon ako ng mga breakdown, ngunit natukoy ko ang mali at nalutas ko ito... Hindi lahat ay makakagawa noon... Sa tingin ko kung tayo ay... hindi lang kalusugan ng pag-iisip sa mga klinika... ngunit kasama ng mga paaralan ay magagawa nating [maagang matukoy] at makapag-alok ng mga kasanayan sa buhay kung paano ito lutasin.
>
> — PINUNO NG KOMUNIDAD

Mga Susunod na Hakbang

Ang layunin namin sa pagtatanong ng mga eksperto sa kalusugan ng pag-uugali, miyembro ng komunidad, at consumer na Filipino American hinggil sa kanilang mga opinyon sa kasalukuyang estado ng pangangalaga at pag-access sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County ay upang magkaroon ng kaalaman at maipatupad ang pagbabago ng iba't ibang sistema na naatasang maghatid ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip. Ang susunod na hakbang ay ang pakikipagtulungan sa mga miyembro ng mga komunidad na ito upang makatukoy ng malikhaing solusyon, batay sa mga idinulog na isyu at rekomendasyon para sa pagpapahusay na nagsimula sa unang yugto ng proyekto. Ang pangalawang yugtong ito ay matatapos sa pamamagitan ng Transformational Leadership Program ng UC Davis Culturally and Linguistically Appropriate Services (CLAS). Ang framework ng programang ito ay nakabatay sa Mga Pamantayan ng National CLAS, na binubuo ng 15 pamantayan sa apat na pangunahing kategorya:

- Pamamahala, Pamunuan at Workforce;
- Tulong sa Komunikasyon at Wika;
- Pag-uugnay sa Mga Kabataan, LGBTQ, at Faith Leader;
- Patuloy ng Pagpapahusay at Accountability.

Sa pamamagitan ng CLAS program, patuloy kaming makikipagtulungan sa aming mga katuwang mula sa sektor ng county sa critical health, social service, edukasyon, pamahalaan, at istraktura upang mapahusay ang kalusugan ng pag-iisip ng mga Filipino American na hindi nakatanggap ng serbisyo dati. Bukas kami sa pagtanggap ng feedback mula sa Filipino American na komunidad tungkol sa mga pagsisikap na ito, at para sa mga karagdagang isinagawang hakbang upang matiyak na nadirinig ang lahat ng tinig.

Mga Pasasalamat

Nais pasalamatan ng UC Davis Center for Reducing Health Disparities at Solano County Behavioral Health Division (SCBHD) ang mga nagbigay ng kontribusyon sa ulat na ito, kabilang ang mga lider ng mga community-based organization, community-based organization, mga consumer advocate ng kalusugan ng pag-iisip, at staff ng SCBHD. Lubos ang pasasalamat ng naming pangkat sa ipinaabot na tiwala ng aming mga katuwang sa komunidad sa pamamagitan ng pagbabahagi ng kanilang mga saloobin, karanasan, alalahanin, at suhestyon na pinagsama-sama at ipinapakita sa ulat na ito. Kinikilala naming ang pagpapahusay ng pangangalaga at pag-access sa kalusugan ng pag-iisip ay hindi magiging posible nang wala ang kanilang tulong, at walang-pagod na trabaho at pagsisikap na kanilang ibinuhos sa bawat araw sa mga komunidad ng Solano County.

Kredito sa Larawan

https://www.dailyrepublic.com/all-dr-news/solano-news/solano-county/day-of-the-dead-celebration-takes-over-georgia-street/attachment/catrinas-gather-in-a-circle-during-a-dia-de-los-muertos-celebrat/

UC DAVIS HEALTH | Center for Reducing Health Disparities

2921 Stockton Blvd, Suite 1408
Sacramento, CA 95817

Email: hs-crhd@ucdavis.edu
http://www.ucdmc.ucdavis.edu/crhd
2019