

Para el lanzamiento público inmediato  
Contacto: Dra. Jenna LeComte-Hinely  
760.404.1945  
Jlecomte-hinely@HARCdata.org



**Aproximadamente el 28.6% de los adultos locales han sido diagnosticados con uno o más trastornos de salud mental**

*Mayo es el Mes Nacional de Concientización sobre la Salud Mental. Este mes está dedicado a romper el estigma asociado con trastornos de salud mental. La salud mental es un estado de bienestar emocional, psicológico y social en el que un individuo puede disfrutar de la vida y enfrentar situaciones cotidianas y estresantes. La presencia de un estado de salud mental saludable o positivo se puede determinar por lo bien que las personas ven su propio potencial, trabajan productivamente, enfrentan las tensiones diarias de la vida, socializan, y manejan sus emociones. Con un estrés añadido debido a la incertidumbre en la actual pandemia mundial, al igual que los cambios en el trabajo y los aspectos sociales de la vida, puede llegar a ser difícil mantener una salud mental positiva. **En este comunicado de prensa, presentamos estadísticas al nivel del Valle de Coachella, necesidades de salud y recomendaciones para apoyar la calidad de vida en el Valle de Coachella con respecto a la salud mental.***

**Palm Desert, CA (14 de mayo de 2020)** – Los Estados Unidos ha estado observando el Mes de Concientización sobre la Salud Mental desde 1949. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), más del 50% de los estadounidenses serán diagnosticados con un trastorno de salud mental en algún momento de su vida. Los trastornos de salud mental son una de las enfermedades más comunes; **de hecho, el 28.6% de los adultos del Valle de Coachella (97,340 personas) han sido diagnosticados con uno o más trastornos de salud mental.** Los diagnósticos de trastornos de salud mental más comunes para adultos locales son la depresión (48,402 personas) y la ansiedad (42,061 personas).

Los niños del Valle de Coachella también experimentan problemas de salud mental: el 19% de niños de tres años en adelante han sido diagnosticados con un trastorno de salud mental, y el 25% tienen dificultades con las emociones, la concentración, el comportamiento y/o llevarse bien con los demás. El diagnóstico más común para los niños locales es el trastorno por déficit de atención/déficit de atención/trastorno por hiperactividad (TDAH).

Es importante mencionar que no hay una sola causa para los trastornos de salud mental. Más bien, hay varios factores de riesgo que contribuyen que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar un trastorno de salud mental como: experiencias adversas en la infancia, condiciones médicas crónicas, consumo de sustancias, y soledad, entre otros. A nivel local, más de 36,500 niños han experimentado uno o más de las siguientes cuatro experiencias adversas: los padres del niño están divorciados o separados; cualquier persona en el hogar ha estado deprimido, mentalmente enfermo o intento de suicidio durante la vida del niño; cualquier persona en el hogar ha estado en la cárcel o prisión durante la vida del niño; cualquier persona en el hogar ha sido un bebedor problemático, alcohólico o uso drogas en la vida del niño.

### ***Necesidades de salud del Valle de Coachella***

También es importante considerar los posibles obstáculos que impiden que los adultos y los niños accedan a recursos para sus trastornos de salud mental. En el Valle de Coachella, sólo la mitad (50,5%) de adultos con un trastorno de salud mental y/o preocupación recibieron tratamiento en forma de visitar a un profesional de salud mental, un médico de atención primaria y/o tomar medicamentos. **Además, hay un 57.9% de niños de tres años o más con un trastorno de salud mental y/o dificultades de salud conductual que no recibieron ningún tratamiento en el último año**, lo que equivale a 13,759 niños.

El tratamiento de salud mental más común utilizado por los niños del Valle de Coachella diagnosticados con trastornos de salud mental y/o dificultades de comportamiento es visitar a un profesional de salud mental (30.8%). Una cantidad menor de niños visitaron a un médico o pediatra (21.8%) o han tomado medicamentos (18.2%). Es importante que los niños no solo tengan una atención adecuada, sino también servicios de salud mental asequibles y disponibles en nuestra comunidad.

### ***Recomendaciones para la salud mental positiva***

En la época de la "nueva normalidad", nuestra salud mental es más vulnerable que nunca. Debido a la pandemia COVID-19, el gobernador Newsom ha ordenado a todos los residentes de California que se mantengan en casa y practiquen el distanciamiento físico. La pérdida de la conexión social y el ajuste al trabajo de casa tienen un impacto en nuestra salud mental. Sin embargo, eso no significa que no podamos mantener una salud mental saludable. Todavía hay maneras de conectar con los demás y ajustar nuestra vida diaria a una nueva normalidad.

Antes de que la pandemia llegara, el 8.6% de los adultos locales (o 30,000 personas) informaron que se sentían solos o aislados "a menudo" o "siempre". Imaginamos que esta cifra debe haber aumentado por efecto del coronavirus. Sin embargo, todavía hay formas seguras de conectarse con amigos y familiares, tales como comunicarse a través de llamadas telefónicas, chat de video, cartas, etc. Sin mencionar, también hay maneras de recibir tratamiento regular con su médico con citas de telemedicina a través de celulares y computadoras. La pandemia ha impuesto barreras a una salud mental saludable y positiva, pero todavía podemos superar esas dificultades.

Depende de nosotros ser proactivos con nuestra salud mental y salud en general. Los recursos en línea, como los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, proporcionan un número telefónico nacional de suicidio (1-800-273-8255) disponible para cualquier persona que tenga problemas con su salud mental. Además, el Condado de Riverside ofrece una línea de Acceso a la Comunidad, Referencia, Evaluación y Apoyo (1-800-706-7500) para cualquier persona que necesite estar conectada con servicios de salud mental. Nuestra comunidad está aquí para apoyarlo durante este momento difícil.

Para ver más estadísticas sobre información de salud en el Valle de Coachella, por favor visite:

<https://harcddata.org/coachella-valley-community-health-survey/executive-report/>

Para más recursos, por favor visite:

<https://harcddata.org/covid-19/>

<https://up2riverside.org/>

<https://www.cdc.gov/mentalhealth/index.htm>

**Para programar una entrevista con la Dra. Jenna LeComte-Hinely llame al 760.404.1945 o envíe un correo electrónico [Jlecomte-hinely@HARCdata.org](mailto:Jlecomte-hinely@HARCdata.org).**

### **Sobre HARC**

HARC, Inc. (Health Assessment and Research for Communities) es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) que proporciona servicios de investigación y evaluación relacionados con la salud y el bienestar. HARC se financia en parte con subvenciones, donaciones y los servicios de consultoría que ofrecen. Puede obtener más información llamando a HARC al 760.404.1945, o visitando el sitio web de la organización en [www.HARCdata.org](http://www.HARCdata.org)

# # #