

FAST FACTS: LATINO/HISPANIC MENTAL HEALTH

All people value good health, and there's lots of evidence that physical health is strongly tied to emotional health and stress levels. Because of this, maintaining good mental health doesn't just feel better; it can help your whole body, even for chronic conditions like diabetes or heart disease.

The need to address access to mental health services within the Latino/Hispanic community is growing. Recent research tells us that 1 in 7 Latinos experience mental health challenges but fewer than 1 in 11 contact mental health care specialists and fewer than 1 in 5 contact general health care providers (*source: [Latino Community Mental Health Fact Sheet, NAMI](#)*). It is vital that we find ways to provide the nation's largest minority with a pathway to overall health and wellbeing. Peer Support by others who've dealt with mental health challenges is one of the most effective pathways.

Mental Health Challenges:

Latinos are identified as a high-risk group for depression, anxiety and substance abuse.

Source: [National Latino Behavioral Health Association \(NLBHA\)](#)

Prevalence of depression is higher in Latino women (46%) than Latino men (19.6%).

Source: [Latino Community Mental Health Fact Sheet, NAMI](#)

U.S.-born Hispanics report higher rates for most psychiatric disorders than Hispanic immigrants.

Source: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

Rates of mental disorders for Hispanics or Latinos in 2014 include:

- About 3.5% of adult Hispanics or Latinos had a serious mental illness.
- About 3.3% of this population had a co-occurring mental health and substance use disorder.

Source: [SAMHSA](#)

Poverty level affects mental health status. Hispanics living below the poverty level, as compared to Hispanics over twice the poverty level, are over twice as likely to report psychological distress.

Source: [U.S. Department of Health and Human Services, Office of Minority Health](#)

Barriers to Mental Health Services

The language barrier, lack of insurance, and a lack of cultural competence prevents Latinos from accessing mental health services.

Source: [“Lack of Culturally Competent Care Keeps Hispanics From Seeking Help,” Psychiatric News](#)

Hispanics are more likely to report poor communication with their health provider. Several studies have found that bilingual patients are evaluated differently when interviewed in English as opposed to Spanish and that Hispanics are more frequently undertreated.

Source: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

Studies have shown that older Hispanic adults and Hispanic youth are especially vulnerable to psychological stresses associated with immigration and acculturation.

Source: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

Latinos are twice as likely to seek treatment for mental disorders in other settings, such as general health care or the clergy, than in mental health specialty settings.

Source: [Latino Community Mental Health Fact Sheet, NAMI](#)

Latinos/Hispanics in the U.S.

About 1 in 6 people living in the U.S. are Hispanic (almost 57 million). By 2035, this could be nearly 1 in 4.

Source: [Centers for Disease Control \(CDC\)](#)

39.4% of those living in Texas are Latino/Hispanic.

Source: [U.S. Census Bureau](#)

More than 17.6% of the U.S. population (56.6 million) self-identify as Hispanic or Latino, making people of Hispanic origin the nation’s largest racial/ethnic minority.

Source: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

HOJA DE DATOS: LA SALUD MENTAL EN LA COMUNIDAD LATINA/HISPANA

Todos valoramos la buena salud, y existe mucha evidencia que la salud física está íntimamente ligada a la salud emocional y los niveles de estrés. Por esta razón, mantener buena salud mental no solo nos ayuda a sentirnos bien, sino que también puede tener un impacto en todo el cuerpo, incluso con respecto a condiciones crónicas como la diabetes o la enfermedad cardíaca.

La necesidad de abordar el acceso a los servicios de salud mental dentro de la comunidad latina/hispana está aumentando. Según estudios recientes, 1 en 7 latinos tienen experiencia con desafíos de salud mental pero menos de 1 en 11 contactan a especialistas en salud mental y menos de 1 en 5 se comunican con proveedores de salud general (*fuentes:* [Latino Community Mental Health Fact Sheet, NAMI](#)). Encontrar maneras de proveer una trayectoria a la salud general y al bienestar a la minoría más grande de la nación norteamericana es vital. El apoyo a pares por personas que tienen experiencia con desafíos de salud mental es una de las trayectorias más eficaces.

Desafíos de salud mental en la comunidad latina/hispana:

Los latinos han sido identificados como un grupo de alto riesgo para depresión, ansiedad y abuso de sustancias.

Fuente: [National Latino Behavioral Health Association \(NLBHA\)](#)

La prevalencia de depresión es más alta en mujeres latinas (46%) que en hombres latinos (19.6%).

Fuente: [Latino Community Mental Health Fact Sheet, NAMI](#)

Hispanos nacidos en Estados Unidos reportan tasas más altas para la mayoría de los trastornos psiquiátricos comparados con los inmigrantes hispanos.

Fuente: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

Las tasas de trastornos mentales para los hispanos o latinos en el 2014 incluyen:

- Alrededor de un 3.5% de adultos hispanos o latinos tuvieron una enfermedad mental seria.
- Alrededor de un 3.3% de esta población tuvo trastornos de salud mental y abuso de sustancias simultáneamente.

Fuente: [SAMHSA](#)

El nivel de pobreza afecta el estado de salud mental. Los hispanos que viven por debajo del nivel de pobreza, comparados con hispanos que viven por encima del doble de nivel de pobreza, son el doble de propensos a reportar angustia psicológica.

Fuente: [U.S. Department of Health and Human Services, Office of Minority Health](#)

Las barreras de acceso a servicios de salud mental:

La barrera lingüística, la ausencia de seguro médico y la falta de competencia cultural impiden que los latinos tengan acceso a servicios de salud mental.

Fuente: [“Lack of Culturally Competent Care Keeps Hispanics From Seeking Help,” Psychiatric News](#)

Los hispanos son más propensos a reportar poca comunicación con su proveedor de salud. Algunos estudios han notado que los pacientes bilingües son evaluados de manera distinta cuando son entrevistados en inglés, comparado con cuando la entrevista es en español, y que el tratamiento que reciben los hispanos es inadecuado.

Fuente: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

Los estudios han demostrado que los adultos hispanos de edad avanzada y los jóvenes hispanos son más vulnerables al estrés psicológico relacionado a la inmigración y la aculturación.

Fuente: [Mental Health Disparities: Hispanics and Latinos, American Psychiatric Association](#)

Es dos veces más probable que los latinos busquen tratamiento para trastornos mentales en otros entornos, a través de la salud general o con el clero, en vez de en entornos que se especializan en salud mental.

Fuente: [Latino Community Mental Health Fact Sheet, NAMI](#)

Los latinos/hispanos en los Estados Unidos:

Alrededor de 1 en 6 personas viviendo en los Estados Unidos son hispanos (casi 57 millones). Para el año 2035, puede acercarse más a 1 en 4.

Fuente: [Centers for Disease Control \(CDC\)](#)

El 39.4% de las personas que viven en Texas son latinos/hispanos.

Fuente: [U.S. Census Bureau](#)

Más del 17.6% de la población estadounidense (56.6 millones) se identifica como hispano o latino, lo que significa que las personas de origen hispano son la minoría racial/étnica más grande de la nación.

Fuente: [U.S. Census Bureau](#)