

COMENTARIO SOBRE EQUIDAD, RACISMO Y SALUD MENTAL EN LATINOAMÉRICA Y EL CARIBE

COMMENTARY ON EQUITY, RACISM AND MENTAL HEALTH IN LATIN AMERICA AND THE CARIBBEAN

DOI: <https://doi.org/10.55611/rep.3502.12>

Yanellys **Román-Díaz** ¹

¹ Práctica Privada, San Juan, Puerto Rico

La relación entre racismo, equidad y salud mental es un tópico que requiere más visibilidad en el campo de la psicología, especialmente en contextos donde la diversidad racial y étnica presenta retos únicos. En Puerto Rico, al igual que en el resto del Caribe y Latinoamérica, la historia colonial y la complejidad de las identidades raciales generan un entorno en el que el racismo puede manifestarse de maneras sutiles, pero profundamente dañinas para la salud mental. Si bien es poderoso reconocer y celebrar la diversidad en todas sus formas, esta llamada unificadora puede terminar por invalidar las luchas y consecuencias históricas que el discrimen tiene en las personas racializadas. La negación de la existencia del racismo invisibiliza. Por esto, es imperante identificar y atender aquellos factores estructurales que operan como barreras a la equidad.

El racismo es un determinante social de la salud física y mental (Paradies et al., 2015) que tiene un profundo impacto en el estado de salud de la niñez, adolescentes, personas adultas y sus familias (Paradies et al., 2015). Contextualizar el sufrimiento humano y evitar

la patologización de las experiencias de discrimen pueden hacer la diferencia. Estas experiencias, más allá de ser traumáticas, son actos de opresión que marcan la vida de cientos de personas diariamente. La salud mental no puede ser entendida como un fenómeno aislado, sino que está intrínsecamente relacionada con las condiciones sociales, económicas, políticas. El racismo está enraizado en estas estructuras. Por ello, este número especial de la revista se dedica a explorar cómo el racismo y la exclusión, en sus diversas manifestaciones, afectan la salud mental y cómo trabajar hacia una mayor equidad en todos los espacios y roles que asumimos como profesionales de la psicología.

La raza, como constructo social, juega un papel crucial en la forma en que las personas son percibidas y tratadas en la sociedad. En Puerto Rico, la complejidad de la identidad racial es palpable. A menudo escuchamos el discurso de “todos somos iguales”, acompañado de la imagen de una sociedad homogénea y multicultural. Sin embargo, esta narrativa oculta las realidades individuales de

¹ La correspondencia de este comentario debe ser dirigida a Yanellys Román-Díaz. E-mail: yanellys.roman@gmail.com.

quienes, por ejemplo, enfrentan discriminación en su comunidad, escuela o en el ámbito laboral, siendo este último uno de los principales espacios donde se produce el racismo (Lloréns et al., 2017).

Como psicóloga, considero que no podemos atender aquello que no reconocemos y que tampoco somos capaces de nombrar. La inequidad sigue presente, aun cuando no afecta diariamente las vidas de todas las personas de manera directa. Es palpable en el día a día, solo con ver la falta de representación de personas negras como estudiantes y docentes en las aulas universitarias. ¿Qué pasa con estudiantes que no han podido ingresar a los principales centros educativos del país? Al responder a esta pregunta, pueden surgir muchas variables mediadoras que van desde lo económico hasta el apoyo social. Por lo tanto, no todas las personas tienen el mismo acceso a la educación y la salud, no solo por su color de piel, sino también por las comunidades a las que pertenecen. La negación de esta realidad continuará presente mientras comparemos nuestra experiencia en Puerto Rico con referentes de otras naciones que no comparten una historia colonial.

Algunas definiciones clásicas sobre el racismo pueden considerarse ambiguas y pueden estar basadas en el prejuicio racial de ciertas personas en la sociedad, lo que reproduce discursos que individualizan la problemática (Bonilla-Silva, 1997). El racismo sistémico se refiere a las políticas y prácticas (explícitas o no) institucionales que perpetúan la desigualdad racial. En Puerto Rico, las personas racializadas a menudo enfrentan barreras que limitan el acceso a educación, empleo y atención médica. Incluso cuando obtienen acceso a servicios médicos o terapéuticos, pueden enfrentar discriminación dentro del propio sistema de salud. En efecto, la falta de comprensión cultural o los sesgos profesionales pueden resultar en diagnósticos erróneos o en un tratamiento inadecuado. Esto se suma a uno de los retos principales a nivel sistémico: la falta de datos estadísticos

específicos sobre el impacto del racismo en la salud mental. Lo anterior dificulta la comprensión completa de estos efectos. Otro ejemplo de racismo sistémico es la segregación residencial de comunidades racializadas. A menudo, esta va acompañada de desventajas económicas y oportunidades limitadas de transporte. Esto incrementa las barreras para acceder a servicios de salud, mejores opciones de empleo, educación y otras actividades recreativas que se traducen en mejor calidad de vida.

No todo el rechazo es externo y sistémico. El autorechazo puede ser otra manifestación del racismo. Este se define como el rechazo de la tipología física de un grupo inducido por el proceso de conciencia y colonización (Pineda, 2017). Las personas pueden evidenciarlo mediante creencias y conductas que reflejan sentimientos de inferioridad y vergüenza ligados a pertenecer a una comunidad racializada. También pueden manifestarlo a través del deseo de cambiar o la vergüenza asociada a ciertas características físicas, como el color de piel o el cabello. Este rechazo internalizado se refleja en nuestra identidad como país y fue confirmado penosamente en el Censo de 2010, donde el 80% de quienes participaron se identificó como personas blancas. Aunque las categorías tampoco resultaron muy claras, asumirse como una persona negra aún puede confrontar como se perciben algunas personas a sí mismas. Podríamos hablar año tras año sobre los resultados de ese censo como una situación que quedó en el pasado. Pero solo basta escuchar nuestras conversaciones cotidianas para describir nuestro color de piel y la incomodidad que genera a muchas personas nombrar apropiadamente a otra persona como “negra”. Y en ese proceso de evitar incomodar, queda al descubierto la problemática que nos toca asumir.

Para fomentar la equidad, es importante comprender cómo las condiciones históricas y actuales fomentan la desigualdad. No basta con un curso de multiculturalidad en el currículo; es necesario pausar y revisar los

ofrecimientos académicos que forman a las personas profesionales en Puerto Rico. Muchos programas educativos no incorporan una perspectiva racial crítica amplia. De este modo, perpetúan el desconocimiento sobre el alcance del discrimen racial. Es fundamental que los programas académicos incluyan cursos que exploren las dinámicas raciales y proporcionen herramientas para abordar el racismo en la práctica. Profesionales de la salud mental que no comprenden los patrones y tendencias de ciertos grupos culturales no podrán facilitar el apoyo adecuado.

Es difícil atender un problema que no se nombra y que, al no ser reconocido propiamente, no es documentado y cuantificado estadísticamente. Las implicaciones del racismo han sido estudiadas ampliamente en Estados Unidos de América. Sin embargo, en nuestra isla no contamos con investigaciones y estadísticas confiables que permitan profundizar en el alcance de estas consecuencias. Existe la necesidad de generar conocimiento en este ámbito. Las pocas investigaciones existentes a menudo se centran en contextos diferentes al nuestro o no logran captar la singularidad de la experiencia de Puerto Rico y Latinoamérica.

A modo de conclusión, es esencial reconocer que cerrar la brecha de la equidad en la salud mental es un objetivo alcanzable, pero requiere un esfuerzo colectivo en nuestra disciplina. Profesionales de la psicología y de la salud mental tenemos un papel fundamental que desempeñar en la lucha contra el racismo y sus consecuencias en nuestras comunidades. Debemos comprometernos a investigar, educar y abogar por políticas que promuevan la equidad racial.

Este número especial de la revista busca ser un punto de partida para discutir y abordar la intersección del racismo, la equidad y la salud mental en Puerto Rico y Latinoamérica. Que este sea una invitación a reflexionar sobre nuestras prácticas y a considerar cómo podemos contribuir a un cambio significativo en este ámbito. La transformación es posible,

pero solo a través de un compromiso sincero y de la acción informada podremos avanzar hacia una sociedad más justa.

Como disciplina, tenemos alcance en diversos contextos y poblaciones. En nuestro quehacer, podemos marcar la diferencia a través de la concientización, el reconocimiento, la educación e intervenciones efectivas. Sin embargo, el cambio requiere que, comenzando por cada persona, reconozcamos nuestra historia y las luchas de las personas racializadas, con todas sus implicaciones. Deseo que la curiosidad y los cuestionamientos se hagan presentes para que continuemos trabajando por un país que reconoce y honra la diversidad desde la teoría hasta la práctica.

REFERENCIAS

- Bonilla-Silva, E. (1997). Rethinking racism: Toward a structural interpretation. *American Sociological Review*, 62(3), 465-480.
<https://doi.org/10.2307/2657316>
- Lloréns, H., García-Quijano, C., & Godreau, I. (2017). Racism and work: The experiences of racial minorities in Puerto Rico. *Journal of Labor and Society*, 20(3), 321-340.
- Paradies, Y., Ben, J., Denson, N., Elias, A., Priest, N., Pieterse, A., ... & Gee, G. (2015). Racism as a determinant of health: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 10(9), e0138511.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0138511>
- Paradies, Y., Harris, R., & Anderson, I. (2015). The impact of racism on the health of Indigenous Australians. *Australian & New Zealand Journal of Public Health*, 39(3), 205-210.
- Pineda, E. (2017). *Racismo, endorracismo y resistencia*. Editorial el Perro y la Rana.