

Child & Adolescent Minority Mental Health

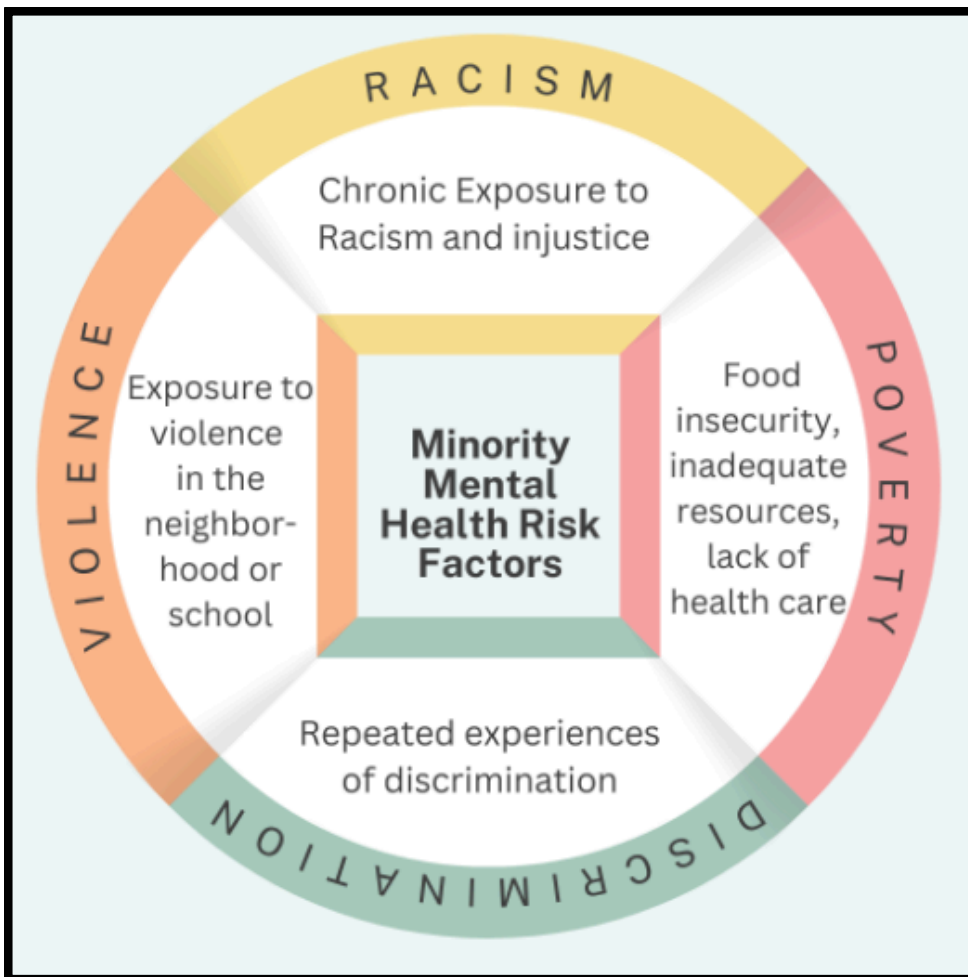
There are many factors that can impact mental health and well-being later in life start during childhood and adolescence. Certain social and economic circumstances can leave minority children and adolescents at increased risk for many preventable mental health problems.



Risk Factors

There are many barriers and risk factors that can impact racial/ethnic minorities including:

- Racism
- Poverty
- Discrimination
- Violence



Protective Factors



There are also protective factors in minority communities that can support and help with adversity such as:

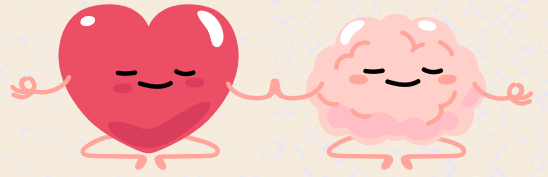
- **Supportive families**- Having a good relationship with a parent includes open communication so youth can open up about mental health struggles
- **Strong communities**- strong cultural/ethnic connectedness can aid in support
- **Spirituality**- tied to family relationships, social support and better lifestyle choices
- **Religion**- religious practice, affiliation, and belief have been shown to be beneficial for mental health



Visit our Website:



How do we support our Youth?



Talk Openly- Adolescents who have an adult to confide in are less likely to take part in high risk behaviors like substance use which can also increase mental health issues.

Empower Youth- This includes building strong relationships with peers and supportive adults, practicing techniques to manage emotions, taking care of body and mind, being attentive to use of social media and technology, and seeking help when needed.

Local Resources

Wright Directions
Counseling and
mental health
services (Services
offered in Spanish)



PASOs
Connects Latino
Families to health,
early childhood
development and
other resources in SC.



Lowcountry Alliance
for Healthy Youth
(LCAHY)
provides various
resources on child &
adolescent mental
health and wellness.



Visit our
Website:



Salud mental de minorías infantiles y adolescentes

Existen muchos factores que pueden afectar la salud mental y el bienestar en etapas posteriores de la vida, comenzando durante la niñez y la adolescencia. Ciertas circunstancias sociales y económicas pueden dejar a los niños y adolescentes pertenecientes a minorías en mayor riesgo de sufrir muchos problemas de salud mental prevenibles.

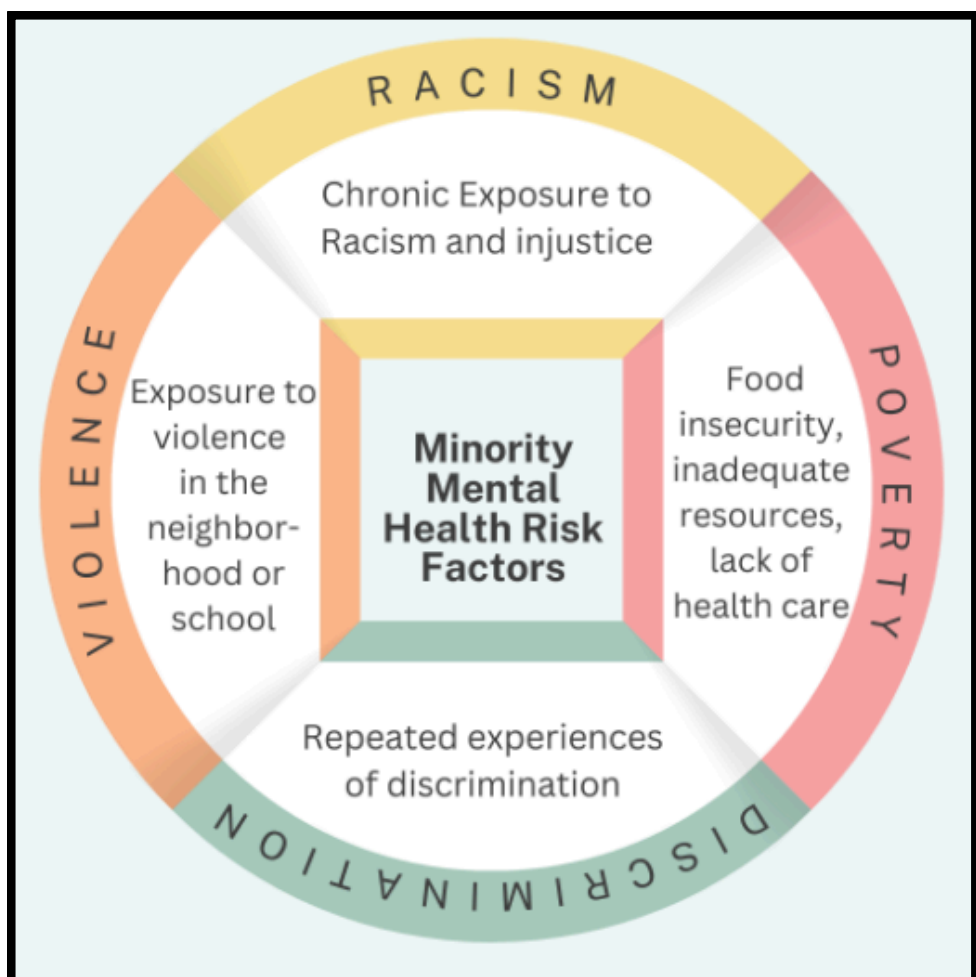


Factores de riesgo

Existen muchas barreras y factores de riesgo que pueden afectar a las minorías raciales y étnicas, entre ellos:

Racismo

- Pobreza
- Discriminación
- Violencia

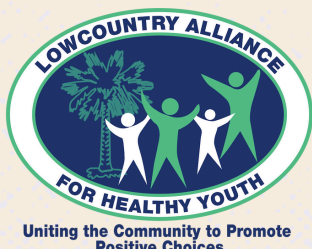


Factores protectores



También existen factores protectores en las comunidades minoritarias que pueden apoyar y ayudar ante la adversidad, como:

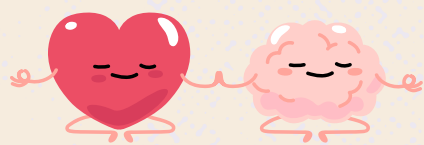
- **Familias que apoyan:** tener una buena relación con un padre incluye una comunicación abierta para que los jóvenes puedan hablar abiertamente sobre sus problemas de salud mental.
- **Comunidades fuertes:** una fuerte conexión cultural y étnica puede ayudar a brindar apoyo.
- **Espiritualidad:** vinculada a las relaciones familiares, el apoyo social y mejores opciones de estilo de vida.
- **Religión:** se ha demostrado que la práctica, la afiliación y la creencia religiosa son beneficiosas para la salud mental.



Visita nuestro sitio web:



¿Cómo apoyamos a nuestra juventud?



Hable abiertamente: los adolescentes que tienen un adulto en quien confiar tienen menos probabilidades de participar en conductas de alto riesgo, como el consumo de sustancias, que también puede aumentar los problemas de salud mental.

Empoderar a los jóvenes: esto incluye construir relaciones sólidas con compañeros y adultos que brinden apoyo, practicar técnicas para controlar las emociones, cuidar el cuerpo y la mente, estar atento al uso de las redes sociales y la tecnología, y buscar ayuda cuando sea necesario.

Recursos locales

Wright Directions

Servicios de asesoramiento y salud mental (Servicios ofrecidos en español)



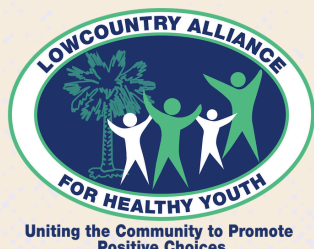
PASOs

Conecta a las familias latinas con la salud, el desarrollo de la primera infancia y otros recursos en Carolina del Sur.



Alianza de Lowcountry para una Juventud Saludable (LCAHY)

Proporciona varios recursos sobre la salud mental y el bienestar de niños y adolescentes.



Visita nuestro sitio web:

