

Guía de recursos comunitarios y clínicos

Apoyo a comunidades de inmigrantes, personas indocumentadas y familias de estatus mixto

Compilada por

Dra. Muriel Casamayor, DSW, LMFT

Acerca de esta guía

Esta Guía de recursos comunitarios y clínicos fue elaborada para brindar apoyo a personas, familias, estudiantes, profesionales clínicos y líderes comunitarios —inmigrantes, indocumentados y de estatus mixto— que deben lidiar con el estrés relacionado con la inmigración, las acciones de control migratorio y las barreras sistémicas para acceder a la atención.

Las medidas de control migratorio y las inequidades estructurales afectan no solo a las personas directamente involucradas, sino a sistemas familiares y comunidades enteras. Las consecuencias emocionales suelen incluir estrés crónico, duelo anticipatorio, respuestas traumáticas, inestabilidad financiera, inversión de roles dentro de la familia y disrupciones en las trayectorias educativas y profesionales.

Como terapeuta inmigrante afroperuana y defensora con profundas raíces comunitarias, mi labor se centra en una atención de salud mental informada sobre el trauma, culturalmente sensible y basada en la dignidad. Esta guía presenta organizaciones confiables, marcos clínicos y recursos de defensa de derechos comprometidos con la equidad, el acceso y la sanación colectiva.

Descargo de responsabilidad

Esta guía tiene fines exclusivamente educativos y no constituye asesoramiento legal. Por favor, consulte a un abogado de inmigración con licencia para recibir orientación específica sobre su caso.

SECCIÓN 1

RECURSOS SOBRE ICE E INMIGRACIÓN

Conozca Sus Derechos

Comprender los derechos constitucionales es fundamental durante los encuentros con las autoridades de control migratorio.

- National Immigration Law Center (NILC)
  https://www.nilc.org
- Immigrant Legal Resource Center (ILRC)
  https://www.ilrc.org
- ACLU – Know Your Rights
  https://www.aclu.org/know-your-rights

Redes de Respuesta Rápida

Las redes de respuesta rápida brindan apoyo inmediato durante las actividades del ICE, incluyendo la presencia de observadores legales, atención a través de líneas directas y coordinación comunitaria.

- California Rapid Response Network
  https://www.rapidresponsenetwork.org
- Inland Coalition for Immigrant Justice (Inland Empire Region)
  https://ic4ij.org

SECCIÓN 2

APOYO A FAMILIAS DE ESTATUS MIXTO

Las familias de estatus mixto a menudo experimentan incertidumbre crónica, duelo silencioso, cambios en los roles familiares y vulnerabilidad económica. Las siguientes organizaciones ofrecen recursos educativos, financieros y relacionados con políticas públicas.

- United We Dream – https://unitedwedream.org
- Immigrants Rising – https://immigrantsrising.org
- Higher Ed Immigration Portal – https://www.higheredimmigrationportal.org

SECCIÓN 3

Recursos de salud mental y crisis

El estrés relacionado con la inmigración puede contribuir a la ansiedad, la depresión, los síntomas de trauma y la ideación suicida. Hay apoyo inmediato disponible.

- 988 Suicide & Crisis Lifeline
  Llame o envíe un mensaje de texto al 988 (disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en inglés y español)
- SAMHSA Treatment Locator
  https://findtreatment.gov
- Latinx Therapy Directory
  https://latinxtherapy.com

SECCIÓN 4
TRABAJO Y PUBLICACIONES DE LA DRA. MURIEL CASAMAYOR

La Dra. Muriel Casamayor es Doctora en Trabajo Social y Terapeuta de Matrimonio y Familia con licencia, especializada en:

- Evaluaciones psicológicas para casos de inmigración
- Terapia informada sobre el trauma para familias inmigrantes y de estatus mixto
- EMDR para el trauma relacionado con la migración
- Círculos de sanación comunitaria
- Supervisión clínica y desarrollo de la fuerza laboral
- Educación sobre la aplicación de las leyes de inmigración y el trauma colectivo

Sitio web: https://murielcasamayor.com

Linktree: https://linktr.ee/murielclmft

Trabajo y publicaciones

- ¿Cómo es la salud mental de los niños migrantes deportados? | CNN con la Dra. Muriel Casamayor

CNN
- Terapeutas trabajan con inmigrantes para aliviar la ansiedad tras la victoria de Trump | KPBS Public Media
  KPBS
- Sanando juntos: Abogando por la salud mental comunitaria a través de círculos restaurativos en comunidades inmigrantes latinas de bajos ingresos e indígenas precolombinas
  Article
- ACCESO Y USO DE LA ATENCIÓN MÉDICA ENTRE INDIVIDUOS LATINX INDOCUMENTADOS QUE VIVEN CON HIV
  DSW FinalProject

Publicaciones adicionales, talleres y presentaciones disponibles a solicitud.

SECCIÓN 5

Organizaciones profesionales de defensa y políticas

La defensa de la salud mental y los estándares éticos se fortalecen a través de la participación profesional.

- NASW-California Chapter
  https://www.naswca.org
- CAMFT (California Association of Marriage and Family Therapists)
  https://www.camft.org
- IE-CAMFT (Inland Empire Chapter)

Estas organizaciones promueven la práctica ética, la defensa de políticas y el desarrollo profesional dentro de California.

NOTA FINAL

La aplicación de las leyes de inmigración impacta no solo a los individuos, sino a comunidades enteras. Las consecuencias psicológicas se extienden a través de generaciones, instituciones y redes sociales.

La sanación debe ser colectiva.

El cuidado debe tener un fundamento cultural.

La dignidad debe permanecer en el centro.

Que esta guía sirva como recurso, como punto de partida y como recordatorio de que el cuidado comunitario es una labor tanto clínica como política.