



KIT DE HERRAMIENTAS
Uso y distribución de los resultados de
la segunda fase de la encuesta Pulse
Salud y bienestar

***LA INFORMACIÓN CONTENIDA EN ESTE KIT DE HERRAMIENTAS ESTÁ PROHIBIDA
HASTA EL MARTES 7 DE JUNIO DE 2022***

Acerca de Pulse:

En The Colorado Health Foundation, creemos en la importancia de escuchar, es por eso que cada año escuchamos a los habitantes de todo el estado a través de nuestra encuesta anual. Desde el costo de vida cada vez mayor y la carencia de viviendas asequibles, hasta la atención médica y bienestar mental, nuestra encuesta toma el pulso de los habitantes de Colorado en relación con una serie de temas importantes este y todos los años con el fin de orientar las políticas que impulsan la equidad de la salud.

Acerca de nuestra publicación por fases:

Este año, vamos a publicar los resultados de Pulse, nuestra encuesta estatal, en tres fases, asimismo, estamos proporcionando una variedad de opciones para que se involucre con los datos que más le interesan. Esta fase abarca los resultados relacionados con la salud y bienestar, lo que incluye salud mental y consumo de drogas y alcohol. Anteriormente compartimos los resultados relacionados con el costo de vida y de la vivienda, asimismo, más adelante este mes, proporcionaremos un análisis profundo sobre todos los desafíos que más afectan a los habitantes de Colorado junto con las soluciones que quieren que se prioricen.

Cómo usar los resultados:

Los resultados de la encuesta Pulse se proporcionan al público con el fin de comprender más a fondo los desafíos más urgentes en Colorado, los impactos personales de esos desafíos y las soluciones que se esperan. Nuestra esperanza es que las organizaciones sin fines de lucro y los defensores de todo el estado usen los resultados para sus propios propósitos. Por favor comparta los resultados lo más que pueda y considere la posibilidad de incorporarlos a sus propios materiales en su esfuerzo por armar el caso de un Colorado mejor y con más equidad.

Este documento proporciona información y ejemplos personalizables para compartir fácilmente los resultados con sus redes. Lo alentamos a hacer suyas estas sugerencias.

Podrá acceder a los resultados en www.COPulsePoll.org. También proporcionamos algunos de los temas principales al final de este documento.

Contenido sugerido para redes sociales

Hashtags:

@COPulsePoll, @COHealthFdn, #COHealth, #COPulsePoll, #COLeg

Spanish suggestions: #SaludCO #EncuestaPulseCO

Publicaciones sugeridas

Facebook/LinkedIn

- Los habitantes de Colorado evalúan la salud y el bienestar como una de sus principales preocupaciones, posicionándolas en segundo lugar después del costo de vida y de la vivienda, de acuerdo con los resultados de 2022 de Pulse: la encuesta de The Colorado Health Foundation. ¿Qué más les preocupa? Obtenga más información: COPulsePoll.org/results.
- La encuesta Pulse de The Colorado Health Foundation revela que aproximadamente dos tercios de los habitantes de Colorado dicen que el costo de la atención médica es un problema, sin embargo, el costo no es el único desafío que enfrentan los encuestados. Obtenga más información sobre sus otras preocupaciones visitando COPulsePoll.org/results.
- El último año ha sido difícil para la salud de los habitantes de Colorado, ya que casi la mitad de ellos pospuso su atención médica o dental y seis de cada diez habitantes han experimentado tensiones de salud mental, como ansiedad, depresión, soledad o estrés. Obtenga más información sobre estas tendencias y otros desafíos de salud que enfrentan las personas en COPulsePoll.org/results.
- A pesar de que las escuelas y negocios están abiertos, de que existe una amplia disponibilidad de vacunas y la economía está en crecimiento, las tensiones de salud mental están en aumento: un 61% de los habitantes de Colorado dicen haber experimentado ansiedad, depresión, soledad o estrés durante el último año. Obtenga más información en [at COPulsePoll.org/results](https://COPulsePoll.org/results).
- Las personas de Colorado están tomando decisiones difíciles para poder pagar por sus hogares, incluyendo trabajar más, saltarse comidas o posponer su atención médica y dental, asimismo, muchos citan la falta de cobertura de seguro médico e inestabilidad financiera como las razones.
- Obtenga más información sobre cómo sus vecinos están manejando los problemas relacionados con la atención médica y salud mental en COPulsePoll.org/results.

Twitter

- La encuesta de @COPulsePoll descubrió que las personas de Colorado evalúan la atención médica y la salud mental como las principales preocupaciones. Obtenga más información sobre sus preocupaciones y cómo afectan sus vidas en COPulsePoll.org/results #COHealth.
- Dos tercios de los habitantes de Colorado dicen que el costo de la atención médica es un problema, pero ese no es el único desafío que enfrenta nuestro estado. ¿Quiere saber más sobre cómo se sienten sus vecinos en relación con su salud y bienestar? Visite COPulsePoll.org/results.
- La preocupación por el consumo de drogas y alcohol está aumentando: esta cantidad de

personas en CO lo consideró un problema grave en los últimos tres años, de acuerdo con @COPulsePoll:

- o 2020: 45%
- o 2021: 50%
- o 2022: 58%

Más información sobre @COPulsePoll en COPulsePoll.org/results

- Las personas de todo el estado que necesitan apoyo de salud mental tienen problemas de acceso y costo. Un 66% de todos los habitantes y un 77% de las personas sin seguro dicen que los costos de atención fueron un desafío. Más información en COPulsePoll.org/results

Imágenes para redes sociales

<p>Majorities of Coloradans think the cost of health care, mental health and alcohol and drug use are extremely or very serious problems.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Issue</th> <th>Extremely Serious</th> <th>Very Serious</th> <th>Somewhat Serious</th> <th>Not Too Serious</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Cost of health care</td> <td>67%</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Mental health</td> <td>63%</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Alcohol and drug use</td> <td>58%</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>copulsepoll.org</p>	Issue	Extremely Serious	Very Serious	Somewhat Serious	Not Too Serious	Cost of health care	67%				Mental health	63%				Alcohol and drug use	58%				<p>La mayoría de los habitantes de Colorado considera que el costo de la atención médica, salud mental y el consumo de drogas y alcohol son problemas graves o extremadamente graves.</p> <p>Costo de la atención médica 67%</p> <p>Salud mental 63%</p> <p>Consumo de drogas y alcohol 58%</p> <p>Extremadamente grave Muy grave Más bien grave No demasiado grave</p>
Issue	Extremely Serious	Very Serious	Somewhat Serious	Not Too Serious																	
Cost of health care	67%																				
Mental health	63%																				
Alcohol and drug use	58%																				
<p>DELAYING CARE impacts those without health insurance</p> <p>65% of uninsured Coloradans postponed medical or dental care in the last year, compared to almost half of all Coloradans (45%).</p> <p>copulsepoll.org</p>	<p>Retrasar la atención afecta a las personas sin seguro médico</p> <p>Un 65% de los habitantes de Colorado sin seguro médico pospusieron su atención médica o dental durante el último año, en comparación con cerca de la mitad de todos los habitantes de Colorado (45%).</p>																				
<p>Many Coloradans of color say they - or someone they know - have been treated unfairly because of race or ethnicity when seeking health care services</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Race/Ethnicity</th> <th>Percentage</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>All Coloradans</td> <td>21%</td> </tr> <tr> <td>African American/Black</td> <td>32%</td> </tr> <tr> <td>Asian American/Pacific Islander</td> <td>19%</td> </tr> <tr> <td>Hispanic/Latino</td> <td>27%</td> </tr> <tr> <td>Multiracial</td> <td>31%</td> </tr> <tr> <td>Native American</td> <td>52%</td> </tr> <tr> <td>White</td> <td>18%</td> </tr> </tbody> </table> <p>copulsepoll.org</p>	Race/Ethnicity	Percentage	All Coloradans	21%	African American/Black	32%	Asian American/Pacific Islander	19%	Hispanic/Latino	27%	Multiracial	31%	Native American	52%	White	18%	<p>Muchos habitantes de Colorado de color dicen que ellos, o una persona que conocen, recibieron un trato injusto debido a su raza o etnia al buscar servicios de atención médica</p> <p>21% Todos los habitantes de Colorado 32% Afroamericanos/raza negra 19% Asiáticos americanos/isleños del Pacífico 27% Hispanos/latinos 31% Multirracial 52% Nativos americanos 18% Personas blancas</p>				
Race/Ethnicity	Percentage																				
All Coloradans	21%																				
African American/Black	32%																				
Asian American/Pacific Islander	19%																				
Hispanic/Latino	27%																				
Multiracial	31%																				
Native American	52%																				
White	18%																				

Contenido sugerido para correos electrónicos, blogs o boletines informativos

Asunto: Los resultados de la encuesta muestran las crecientes preocupaciones sobre la salud y bienestar

Recientemente, The Colorado Health Foundation completó su encuesta anual para personas en todo el estado. A través de la encuesta Pulse, se entrevistó a cerca de 3,000 habitantes de Colorado para comprender más a fondo los desafíos más urgentes de Colorado, los impactos personales de esos desafíos y las soluciones esperadas. Los resultados continúan demostrando la crucial importancia de nuestro trabajo.

Además de compartir que la mayoría de los habitantes de Colorado se sienten cada vez más abrumados debido a las presiones económicas, la mayoría también está expresando mayores preocupaciones por su salud y bienestar. La principal preocupación es que, durante el último año, cerca de la mitad de los habitantes de Colorado ha pospuesto su atención médica o dental, mientras que seis de cada diez habitantes han experimentado tensiones de salud mental, tales como ansiedad, depresión, soledad o estrés. Además de expresar una necesidad de atención médica o apoyo de salud mental, un porcentaje significativo de personas informa enfrentar desafíos para acceder a esa atención, lo que incluye preocupaciones por el costo de los servicios, disponibilidad de citas médicas e incertidumbre en relación con dónde encontrar proveedores. Estas dificultades son aún mayores para las personas de color, la comunidad LGBTQ, los encuestados más jóvenes y las personas discapacitadas.

El consumo de alcohol y drogas también ha aumentado para un 13% de los habitantes de Colorado. Ese número es aún mayor para las personas de 18 a 29 años (20%), de la comunidad LGBT (24%) y para las personas que les preocupa perder su seguro de salud (17%).

Los aspectos destacados de los datos sobre salud y bienestar de este año incluyen:

- **El costo de la atención médica ha sido una preocupación constante para los habitantes de Colorado, con alrededor de dos tercios que lo nombran como un problema en 2021 y 2022. Sin embargo, el costo no es el único desafío que enfrentan los habitantes.**
 - A cerca de cuatro de cada diez (37%) habitantes de Colorado les preocupa que ellos o una persona de su hogar se quede sin seguro médico, en comparación con un 27% en 2021.
 - Adicionalmente, alrededor de uno de cada cinco (21%) de los encuestados declara que ellos, o una persona que conocen, recibieron un trato injusto debido a su raza o etnia al buscar atención médica.
- **Cerca de la mitad (45%) de los habitantes de Colorado declaran que han pospuesto su atención médica o dental en los últimos 12 meses, en comparación con un 38% en el año 2021.**
- **Seis de cada diez habitantes de Colorado han experimentado tensiones de salud mental, como ansiedad, depresión, soledad o estrés, en comparación**

con un 53% en el año 2020.

- Incluso cuando los habitantes de Colorado intentan encontrar ayuda, existen muchos desafíos para acceder a servicios de atención de salud mental, de acuerdo con los encuestados que experimentan tensiones emocionales, como ansiedad y depresión. Los desafíos incluyen: costosos gastos de bolsillo (66%), incapacidad de encontrar citas médicas (57%), dificultad para encontrar un proveedor de salud mental (50%) y carencia de proveedores que comprendan sus antecedentes y experiencias (50%), entre otros.
- **Las preocupaciones por el consumo de drogas y alcohol también están aumentando; en el año 2020, un 45% lo consideró un problema grave; en 2021, esa cifra aumentó a un 50% y ahora, en 2022, la mayoría de los encuestados (58%) declaran estar preocupados.**

Si le interesa examinar estos resultados por su cuenta, visite www.COPulsePoll.org.

Mensajes clave relacionados con los resultados: PROHIBIDOS HASTA EL 7 DE JUNIO

El conjunto completo de resultados de esta fase de la encuesta se publicará el 7 de junio en www.COPulsePoll.org. Después de esa fecha, recomendamos obtener resultados más detallados en el sitio web. Los resultados de la primera fase de la encuesta relacionados con el costo de vida y la vivienda también se pueden encontrar en www.COPulsePoll.org.

A medida que las presiones económicas de los habitantes de Colorado han aumentado, las preocupaciones relacionadas con el COVID-19 han pasado a un segundo plano. Sin embargo, a pesar de estar entrando a una nueva fase de la pandemia, los desafíos para la salud y bienestar de los habitantes de Colorado no han desaparecido.

Además de compartir que la mayoría de los habitantes de Colorado se sienten cada vez más abrumados debido a las presiones económicas, la mayoría también está expresando mayores preocupaciones por su salud y bienestar, de acuerdo con Pulse, la encuesta de The Colorado Health Foundation para cerca de 3,000 habitantes de Colorado. La principal preocupación es que, durante el último año, cerca de la mitad de los habitantes de Colorado han pospuesto su atención médica o dental, mientras que seis de cada diez habitantes han experimentado tensiones de salud mental, tales como ansiedad, depresión, soledad o estrés. Además de expresar una necesidad de atención médica o apoyo de salud mental, un porcentaje significativo de personas informa enfrentar desafíos para acceder a esa atención, lo que incluye preocupaciones por el costo de los servicios, disponibilidad de citas médicas e incertidumbre en relación con dónde encontrar proveedores. Estas dificultades son aún mayores para las personas de color, la comunidad LGBTQ, los encuestados más jóvenes y las personas discapacitadas.

El consumo de alcohol y drogas también ha aumentado para un 13% de los habitantes de Colorado. Ese número es aún mayor para las personas de 18 a 29 años (20%), de la comunidad LGBT (24%) y para las personas que les preocupa perder su seguro de salud (17%).

La profundidad del problema

Cuando se les pidió que clasificaran una serie de problemas que enfrentan los habitantes de Colorado, los encuestados colocaron las preocupaciones relacionadas con la salud y bienestar

en segundo lugar, después del aumento del costo de vida y la vivienda. El costo de la atención de salud, la salud mental y el consumo de drogas y alcohol son considerados como problemas extremadamente o muy graves por un 67%, 63% y 58% de los encuestados, respectivamente.

- El costo de la atención de salud y la salud mental han sido preocupaciones constantes para los habitantes de Colorado, con cerca de dos tercios que los nombran como un problema en 2021 y 2022.
- Las preocupaciones por el consumo de drogas y alcohol están aumentando; en el año 2020, un 45% de los habitantes de Colorado lo consideraba un problema grave; en 2021, un 50%, y en 2022, la mayoría de los encuestados (58%) lo considera un problema.

Atención médica: a quién afecta más

Alrededor de dos tercios de los habitantes de Colorado dicen que el costo de la atención médica es un problema, sin embargo, el costo no es el único desafío: a cerca de cuatro de cada 10 (37%) habitantes de Colorado les preocupa que ellos o una persona de su hogar se quede sin seguro de salud, en comparación con un 27% en el año 2021.

- A la mayoría (56%) de las personas con cobertura de Medicaid les preocupa perder su seguro médico, mientras que a más de tres de cada cuatro (76%) habitantes de Colorado sin cobertura médica les preocupa seguir en esa situación.
- Aproximadamente a la mitad de las personas lesbianas, gay, bisexuales, transgénero y queer (LGBTQ) de Colorado (49%) y personas con discapacidades (45%) les preocupa quedarse sin seguro médico durante el próximo año.
- Las personas inmigrantes y quienes hablan un idioma distinto al inglés en sus hogares tienen mayores probabilidades de tener preocupaciones relacionadas con perder su seguro médico, con un 49% y un 45% respectivamente.

A cerca de la mitad (48%) de las personas de color les preocupa no tener seguro, pero esa no es la única preocupación que sienten. Muchos habitantes de Colorado de color dicen que ellos, o una persona que conocen, han sido tratados injustamente debido a su raza o etnia al buscar servicios de atención médica: un 52% de los nativos americanos, un 32% de los afroamericanos encuestados, un 31% de los habitantes de Colorado multirraciales, un 27% de los latinos y un 19% de los asiáticos americanos e isleños del Pacífico (en comparación con un 18% de las personas blancas). Alrededor de uno de cada cinco habitantes (21%) entre todos los encuestados dice que ellos, o una persona que conocen, fueron tratados injustamente debido a su raza o etnia al buscar atención médica.

En el año 2022, un 45% de los habitantes de Colorado dicen que han pospuesto su atención médica o dental durante los últimos 12 meses, en comparación con un 38% en el año 2021.

Existen muchas razones por las que las personas podrían posponer su atención:

- Carencia de seguro médico: un 65% de los habitantes de Colorado sin seguro médico y un 64% de los que están preocupados por no tener seguro pospusieron su atención médica.
- Temor a los prejuicios raciales: un 65% de los habitantes que experimentaron o que conocen a alguien que experimentó un trato injusto al buscar atención de salud pospuso su atención médica o dental.
- Inestabilidad financiera: un 78% de las personas que se saltaron comidas por el hecho de no poder pagarlas también pospusieron su atención médica o dental.

Salud mental: a quién afecta más

En el año 2022, un 61% de los habitantes de Colorado dice haber experimentado tensiones de salud mental, como ansiedad, depresión, soledad o estrés en el último año.

Las tensiones de salud mental no están afectando a todos los habitantes de Colorado de manera igualitaria:

- La inseguridad financiera con frecuencia existe en conjunto con las tensiones de salud mental: un 72% de los habitantes que viven con bajos ingresos están experimentando estas tensiones.
- El trato injusto debido a la raza y etnia de una persona provoca impactos duraderos: un 74% de los habitantes que fueron tratados injustamente en los entornos de atención de salud dicen que están experimentando tensiones en su salud mental.
- Trabajar y cuidar niños puede ser estresante: un 66% de las personas que trabajan a tiempo completo y un 65% de los padres experimentan tensiones en su salud mental.

Incluso cuando los habitantes de Colorado intentan encontrar ayuda, existen muchos desafíos para acceder a servicios de atención de salud mental, de acuerdo con los encuestados que están experimentando tensiones emocionales como ansiedad y depresión.

Los desafíos incluyen:

- Costosos gastos de bolsillo: un 66% de todos los habitantes de Colorado y un 77% de las personas que no tienen seguro médico dicen que los costos fueron un desafío.
- Incapacidad de encontrar citas de atención médica: un 57% de todos los habitantes de Colorado y un 66% de los jóvenes de 18 a 29 años dicen que no había disponibilidad de citas o que la espera era demasiado larga.
- Dificultad para encontrar un proveedor de salud mental: un 50% de todos los habitantes de Colorado y un 68% de los asiáticos americanos e isleños del Pacífico dicen que no sabían cómo encontrar un proveedor.
- Falta de proveedores con una experiencia adecuada: un 50% de todos los habitantes de Colorado, un 59% de las personas con discapacidades y un 62% de las personas de la comunidad LGBTQ dicen que fue un desafío encontrar un proveedor de salud mental que fuera comprensivo en relación con sus antecedentes o experiencias.
- Preocupaciones de privacidad: un 42% de todos los habitantes de Colorado, un 51% de las personas que hablan un idioma distinto al inglés en su hogar y un 63% de los habitantes de las llanuras orientales dicen que fue un desafío tener que revelar información personal.
- Temor a ser juzgado: un 38% de todos los habitantes de Colorado, un 52% de los asiáticos americanos, un 50% de los encuestados de raza negra, un 50% de las personas multirraciales y un 49% de los latinos dicen que tuvieron preocupaciones de ser juzgados por sus familiares, amigos o compañeros de trabajo.

Los habitantes de Colorado con mayores probabilidades de experimentar tensiones de salud mental y de informar dificultades para acceder a los servicios de atención de salud mental incluyen los miembros de la comunidad LGBTQ de Colorado y las personas jóvenes (18 a 29 años).

Consumo de drogas y alcohol: a quién afecta más

Los habitantes de Colorado están cada vez más preocupados por el consumo de drogas y alcohol en el estado; desde el año 2020, se ha producido un aumento de un 13% en el número de personas que dicen que este es un problema extremadamente grave o muy grave. Más de 1 de cada 10 (13%)

encuestados dicen que la cantidad de alcohol o drogas que consumen ha aumentado en el último año, mientras que un 13% también dice que han sentido preocupaciones por la cantidad de alcohol o drogas que consumen. Entre los encuestados que han aumentado su consumo, un 44% siente preocupaciones por este motivo.

- Aproximadamente una cuarta parte de las personas lesbianas, gay, bisexuales, transexuales y queer (LGBTQ) de Colorado han aumentado su consumo (24%) y sienten preocupaciones por la cantidad que consumen (25%).
- Uno de cada cinco jóvenes (20%) ha aumentado la cantidad de drogas y alcohol que consume y siente preocupaciones por la cantidad que consume.
- Las tensiones de salud mental pueden coexistir con el consumo de drogas y alcohol: un 17% de las personas con tensiones de salud mental dicen haber aumentado la cantidad de alcohol o drogas que consumen.

Soluciones para comenzar a abordar el problema

Casi todos los encuestados están de acuerdo en que los costos y la accesibilidad de los servicios de atención médica y apoyo de salud mental se encuentran entre los problemas más urgentes que enfrenta el estado. Asimismo, un número cada vez mayor de personas también está de acuerdo en que el consumo de drogas y alcohol es una preocupación en aumento. La mayoría de los encuestados demócratas, independientes y republicanos creen que las siguientes medidas ofrecerían soluciones eficaces para mejorar la salud mental en Colorado:

- Crear más opciones para que las personas accedan a servicios de atención de salud mental en el lugar donde viven (85%)
 - Demócratas 92%, independientes 87%, republicanos 79% eficaz
- Requerir que las compañías de seguros médicos cubran más servicios de salud mental sin requerir copagos (80%)
 - Demócratas 92%, independientes 81%, republicanos 73% eficaz
- Hacer que los profesionales de la salud mental trabajen con las fuerzas del orden para responder a las llamadas de emergencia de salud mental
 - Demócratas 92%, independientes 79%, republicanos 62% eficaz

Cuando se trata de las medidas más eficaces que podrían abordar las crecientes tasas de consumo de drogas y alcohol, los habitantes de Colorado demuestran entusiasmo por:

- Hacer que los tratamientos para la adicción sean más asequibles y ampliamente disponibles (81%)
 - Demócratas 89%, independientes 84%, republicanos 75% eficaz
- Conectar a las personas que intentan recuperarse de la adicción con apoyo de otras personas como ellas (81%)
 - Demócratas 86%, independientes 82%, republicanos 77% eficaz
- Invertir en programas para evitar el abuso de alcohol y drogas (68%)
 - Demócratas 74%, independientes 71%, republicanos 59% eficaz
- Enviar a las personas a tratamientos, no cárceles o prisiones, si han cometido un delito relacionado con el consumo de alcohol o drogas (67%)
 - Demócratas 85%, independientes 70%, republicanos 46% eficaz