



Herramienta de participación comunitaria para comunidades y colaboradores

Prácticas de humildad cultural



El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Carolina del Norte (NCDHHS) administra la prestación de servicios de salud y servicios humanos para todos los habitantes de Carolina del Norte, especialmente nuestros ciudadanos más vulnerables: niños, ancianos, discapacitados y familias de bajos ingresos. Nuestra misión es trabajar en colaboración con colaboradores para mejorar la salud, la seguridad y el bienestar de todos los habitantes de Carolina del Norte.

Mejorar los resultados de salud requiere comunidad, colaboración, compromiso, alianzas y otros factores. Un componente clave para los compromisos y asociaciones exitosos de la comunidad incluye a personas que son culturalmente competentes y muestran humildad cultural.

Definiciones fundamentales:

1. **Competencia cultural:** La competencia cultural se puede definir como la capacidad de un individuo para comprender y respetar los valores, actitudes y creencias de diferentes culturas y comprender cómo abordar las diferencias de manera adecuada en las políticas, programas, prácticas y calidad de los servicios. La competencia cultural incluye adquirir las habilidades que permiten servicios efectivos y equitativos para diversas poblaciones.¹ La competencia cultural es un proceso continuo de curiosidad intelectual, aprendizaje intencional y pensamiento crítico.²
2. **Participación de la comunidad y los colaboradores:** La participación de la comunidad y los colaboradores se puede definir como un intercambio mutuo y útil de experiencias vividas, habilidades adquiridas y confianza genuina entre los socios y las comunidades que trabajan juntos para lograr un objetivo común ([Guía de participación de la comunidad y los socios de NCDHHS](#), página 5).

¹ <https://nccc.georgetown.edu/curricula/culturalcompetence.html>

² <https://www.cvims.org/community/cultural-competency/>

3. **Humildad cultural:** La humildad cultural es la participación activa en un proceso continuo de autorreflexión, en el que las personas buscan examinar sus antecedentes personales, reflexionar sobre cómo las relaciones interpersonales se ven afectadas por los prejuicios y obtener una comprensión y conocimiento más profundos y respetar las diferencias culturales a través de la investigación activa, la reflexión y la receptividad.³

Propósito: Este documento presenta a las organizaciones comunitarias una lista recomendada de cómo practicar la humildad cultural. La humildad cultural es el compromiso de por vida con la autorreflexión y el mantenimiento de relaciones basadas en la confianza y el respeto mutuo.⁴ Comprender y practicar la humildad cultural te ayudará a crear y mantener asociaciones significativas y de confianza con comunidades, grupos y organizaciones.

Tiempo: Revisa estas prácticas recomendadas cada tres meses.

Objetivo: Proporcionar ejemplos de cómo las personas pueden practicar la humildad cultural.

Lista de Verificación

Prácticas de autorreflexión y monitoreo	
<input type="checkbox"/>	Mostrar un compromiso con el aprendizaje continuo de la competencia cultural y la humildad cultural.
<input type="checkbox"/>	Reflexionar sobre tu propia identidad, normas culturales, actitudes, creencias y comportamientos.
<input type="checkbox"/>	Examinar tus propios sesgos, ⁵ estereotipos y prejuicios personales.
<input type="checkbox"/>	Practicar el autocontrol reconociendo tus sesgos, admitiendo errores y asumiendo la responsabilidad de mejorar.
<input type="checkbox"/>	Reflexionar sobre cómo interactúas con los demás (por ejemplo, tu lenguaje corporal, tu tono, las palabras que usas, la frecuencia con la que escuchas antes de hablar, cómo impactas en el entorno y la cultura que te rodea, cómo haces sentir a otras personas, etc.).
<input type="checkbox"/>	Evaluar cómo se toman las decisiones con la comunidad ⁶ con la que estás trabajando. ¿Todos participan en la toma de decisiones?
<input type="checkbox"/>	Pregúntarte si tus acciones coinciden con tus creencias y valores.
<input type="checkbox"/>	Establecer un compromiso de por vida para evaluar tu comportamiento y pensamientos.

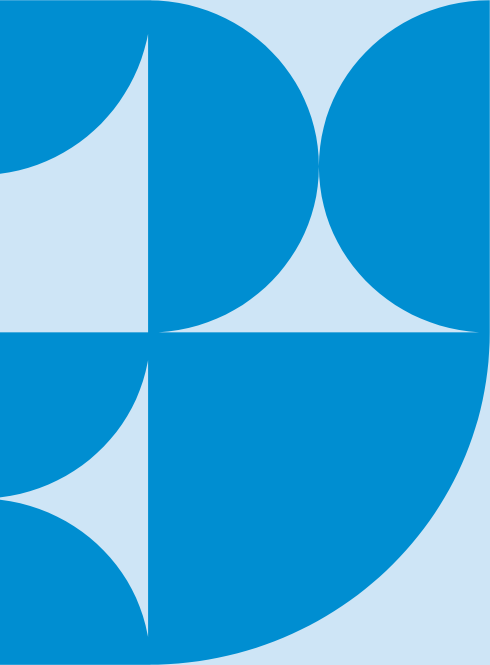
³ Principio 1: Adoptar la humildad cultural y la participación de la comunidad. ([cdc.gov](https://www.cdc.gov))

⁴ Guía de participación de la comunidad y los socios de NCDHHS, página 13.

⁵ "El sesgo es un rasgo humano que resulta de nuestra tendencia y necesidad de clasificar a las personas en categorías a medida que nos esforzamos por procesar rápidamente la información y dar sentido al mundo". (Comprender el sesgo: una guía de recursos ([justice.gov](https://www.justice.gov)))

⁶ Una comunidad se define como un grupo de personas que tienen intereses autoidentificados y/o alineados. Las comunidades a menudo comparten geografías, características, valores, creencias, cultura y/o un sentido de pertenencia, (Guía de participación de la comunidad y los socios de NCDHHS o NCDHHS Community and Partner Engagement Guide)





Recursos de competencia cultural:

1. [¿Estás practicando la humildad cultural? – La clave del éxito en la competencia cultural](#)
[¿Qué es la humildad cultural? Competencia cultural](#)
2. [Qué es Humildad Cultural: Los Fundamentos](#)
3. [CLAS, Competencia Cultural y Humildad Cultural \(hhs.gov\)](#)
4. [Comprender el sesgo: una guía de recursos \(justice.gov\)](#)

Más información:

1. [NCDHHS Oficina de Equidad en Salud](#)
2. Participación de la comunidad y los colaboradores de [NCDHHS](#)

Lista de verificación continuada

Aumentar tus prácticas culturales de humildad	
<input type="checkbox"/>	Escuchar más que hablar: Las personas saben más que tú sobre su experiencia y sus necesidades.
<input type="checkbox"/>	Trabajar activamente para desarrollar actitudes positivas hacia las diferencias culturales.
<input type="checkbox"/>	Comprometerse a adquirir conocimiento de las diferentes prácticas culturales y perspectivas.
<input type="checkbox"/>	Hablar si notas que todas las personas no tienen la misma voz. Hablar y defender a los demás es una parte importante comunitaria.
<input type="checkbox"/>	Desarrollar colaboraciones y relaciones con individuos y grupos que hablen y defiendan a los demás.
<input type="checkbox"/>	Estar "orientado al otro" poniendo los pensamientos, necesidades y sentimientos de los demás en primer lugar, sin olvidar tus propias necesidades.
<input type="checkbox"/>	Prestar atención a los antecedentes culturales de la persona mientras piensas en tus propios prejuicios y privilegios.
<input type="checkbox"/>	Desarrollar relaciones positivas alentando a las personas a compartir sus perspectivas culturales.

Riesgos o puntos comunes para tener en cuenta:

1. Pensar que practicar activamente en la humildad cultural es solo cuando se interactúa con los demás, cuando, de hecho, la mayoría de las prácticas de humildad cultural son internas y continuas.
2. Combatir el impulso de juzgar cuando otros describen su experiencia vivida.
3. Al reflexionar sobre lo que escuchas de los demás, evita calificativos como "pero..." o "no todo el mundo es o actúa de esa manera".
4. Pensar que porque eres culturalmente competente, tienes humildad cultural, cuando en realidad, la competencia cultural y la humildad cultural son diferentes.

