

Celebrando Juneteenth: Consejos para ser un aliado



Es posible que haya oído hablar de Juneteenth y se pregunte de qué se trata. Juneteenth se celebra el 19 de junio. Señala el día en que las tropas del Norte llegaron a Galveston, Texas en 1865 e informaron a los afroamericanos esclavizados que eran libres. Más de dos años antes, Abraham Lincoln había firmado la Proclamación de Emancipación que puso fin a la esclavitud. Pero los dueños de esclavos ocultaron la noticia porque querían que la opresión continuara¹.

La primera celebración oficial de Juneteenth tuvo lugar en Galveston un año después. Desde entonces, se convirtió en una celebración en todo el país, que conmemora el momento en que todos los afroamericanos de Estados Unidos conocieron su libertad².

¿Juneteenth genera emociones negativas (o confusas)?

Recuerde que el apoyo está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Consulte sus Soluciones para el bienestar emocional en cualquier momento para ponerse en contacto con alguien que le pueda escuchar. Si es necesario, le pueden conectar con un terapeuta.



Muchas comunidades afroamericanas celebran Juneteenth. Así que mire lo que hay disponible cerca de usted y considere la posibilidad de participar. Si no es parte de la comunidad afroamericana, tenga en cuenta estos consejos. Pueden ayudarle a equilibrar la diversión del momento con la reflexión.

Aprenda. Disfrute de las celebraciones, pero también úselas como inspiración para aprender. Conozca los logros, líderes y creadores de la comunidad afroamericana. Y no dude en aprender sobre la historia del racismo en este país, desde la esclavitud hasta la era de Jim Crow y la actualidad. El racismo sistémico no terminó con la era de los derechos civiles.

Escuche. Si quiere ayudar, haga de la escucha su máxima prioridad. ¿Qué dicen las personas que han experimentado el racismo? ¿Y cómo quieren que los apoyen los aliados? Busque formas de ayudar. No intente tomar protagonismo y resolver problemas.

Descubra. No se limite a Juneteenth. Continúe celebrando la cultura afroamericana durante todo el año. Asista a eventos comunitarios. Pruebe nuevos restaurantes. Apoye a las empresas con propietarios afroamericanos. Visite exhibiciones de arte. Salga de su zona de confort y observe la belleza y diversidad que existe a su alrededor.

Desafío. Analice con honestidad las formas en que puedes estar permitiendo que persista el racismo. Conozca las microagresiones y cómo evitar cometerlas. ¿Mantiene estereotipos implícitos? ¿Deja que los comentarios racistas pasen desapercibidos?

1. National Park Service. Juneteenth: A celebration of freedom. nps.gov/articles/juneteenth-origins.htm. Última actualización el 17 de junio de 2020. Consultado el 17 de mayo de 2021.

2. Britannica. Juneteenth. [britannica.com/topic/Juneteenth](https://www.britannica.com/topic/Juneteenth). Última actualización el 25 de mayo de 2021. Consultado el 28 de mayo de 2021.

Este programa no debe utilizarse para necesidades de atención urgente o de emergencia. En caso de emergencia, llame al 911 si te encuentras en los Estados Unidos o al número de teléfono de los servicios de emergencia locales si se encuentra fuera de los Estados Unidos, o diríjase al servicio de urgencias más cercano. Este programa no sustituye la atención de un médico o profesional. Debido a la posibilidad de un conflicto de intereses, no se proporcionará asesoramiento jurídico sobre cuestiones que puedan implicar acciones legales contra Optum o sus afiliados, o cualquier entidad a través de la cual la persona que llama recibe estos servicios de forma directa o indirecta (por ejemplo, empleador o plan de salud). Este programa y todos sus componentes, en particular los servicios para familiares menores de 16 años, pueden no estar disponibles en todas las ubicaciones y están sujetos a cambios sin previo aviso. La experiencia y/o los niveles educativos de los recursos del Programa de Asistencia al Empleado pueden variar según los requisitos del contrato o los requisitos reglamentarios del país. Pueden aplicarse exclusiones y limitaciones de cobertura.

Optum® es una marca registrada de Optum, Inc. en los Estados Unidos y otras jurisdicciones. Todas las demás marcas o nombres de productos son marcas comerciales, marcas registradas o propiedad de sus respectivos dueños. Optum es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

© 2023 Optum, Inc. Todos los derechos reservados. WF4045877