



EL ESTIGMA EN SALUD MENTAL

Autores: Elena Lorenzo Conde, Elena Márquez Medina y Andrea González Castillo

INTRODUCCIÓN

Se define el **estigma** como una marca o atributo que se vincula a una persona con características indeseables. El estigma en personas con alguna enfermedad mental proviene de la percepción errónea hacia estas personas como extrañas, peligrosas, impredecibles, agresivas y sin autocontrol, así como el desconocimiento acerca de la recuperación.

OBJETIVOS

Describir la situación actual del estigma acerca de los problemas de salud mental, tanto en profesionales de la salud como en población general.

DESARROLLO

Existen estudios que demuestran la presencia de comportamientos estigmatizadores hacia las personas con problemas de salud mental por parte de los profesionales sanitarios. Son descritas como ayuda, coacción, piedad y evitación hacia estas personas. También señalan más actitudes estigmatizadoras en profesionales con menor formación (y profesionales no especialistas en salud mental) y actitudes más negativas en estudiantes de medicina y enfermería que en estudiantes de psicología y terapia ocupacional. Esto viene derivado de la comprensión biomédica de los trastornos mentales y de la falta de intervenciones fuera del entorno hospitalario (interacción en entornos comunitarios fuera de la institución) por parte de enfermería y medicina, sí realizado de la mano de los profesionales de terapia ocupacional, quienes mantienen un contacto directo durante el desarrollo de actividades de la vida diaria, favoreciendo un trato más cercano y normalizado.

METODOLOGÍA

Se ha llevado a cabo una búsqueda bibliográfica en la base de datos Pubmed, con los descriptores "stigma" AND "psiquiatría" y "stigma" AND "salud mental", seleccionando los artículos más adecuados de los últimos 10 años.

CONCLUSIONES

Persiste el problema del estigma hacia las enfermedades mentales en 2024. Por ello, se han estudiado como herramienta para luchar contra éste: la información (para desarticular creencias sesgadas), el contacto (con personas con alguna enfermedad mental) y la protesta (por parte de las personas con estos problemas de salud mental, para que nieguen los estereotipos asignados y luchen por sus derechos). En cuanto a la información para reducir el estigma, se han demostrado eficaces los programas educativos a maestros de escuela y realizar los programas universitarios de manera psicossocial (holística), así como proporcionar un contacto más temprano con las rotaciones de salud mental en los programas de ciencias de la salud de las universidades. Todo ello, llevado a cabo de una manera **humanizada**, entendiendo humanizar como hacer algo "**más humano, menos cruel y menos duro para la humanidad**".

BIBLIOGRAFÍA

