



EL ESTIGMA EN LA SALUD MENTAL

Pamela Villarreal Valverde¹

Hoy en día, a pesar de que las enfermedades mentales y el comportamiento humano ha dado un salto del oscuro mundo de la ignorancia, gracias a la aplicación de novedosos métodos de estudio, los problemas de salud mental; desde el punto de vista del paciente, todavía viven y se viven en silencio, generalmente provocado por el miedo, la vergüenza o la incompreensión.

Esto es el estigma social que los rodea y que ha estado latente desde siempre. Este silencio, es lo que en la mayoría de los casos, ha impedido que aquéllas personas afectadas busquen ayuda médica y superen este proceso. La mayoría de las enfermedades mentales se pueden tratar, consiguiéndose la curación o el desarrollo de una vida plena para el paciente.

El error más común es pensar que aquéllas personas que padecen una enfermedad mental, están sometidas a una vida de encierro, de aislamiento, en cuyo caso son personas que ya no “calzan” en la sociedad. Se identifica a la persona con la patología y recaen sobre ella todos los prejuicios y mitos que esta enfermedad ha adquirido.

Es esta misma sociedad la que sigue manteniendo estereotipos heredados, que producen discriminación hacia las personas que padecen problemas de salud mental. Además de alentar actitudes de marginación y desprecio.

La persona ya no sólo debe luchar con su enfermedad, sino con el estigma social, en ocasiones gran parte del sufrimiento es por el rechazo y la marginación que tienen que soportar y no tanto por su enfermedad.

“La estigmatización es casi siempre inconsciente, basada en erróneas concepciones sociales, arraigadas en la percepción colectiva. Por ejemplo, que una persona con esquizofrenia es violenta e impredecible y no podrá nunca trabajar o vivir fuera de una institución, ni tener una vida social.

¹ Pamela Villarreal Valverde, Estudiante de Medicina, Universidad de Costa Rica. Trabajo Comunal 505 de la Universidad de Costa Rica, 2012. San José, Costa Rica. Correo electrónico: pamela.villarreal@ucr.ac.cr



Que una persona con depresión, es débil de carácter, que no puede casarse ni tener hijos e hijas. Que la enfermedad mental no tiene esperanza de curación. Que es imposible ayudarlo.”

El origen de la estigmatización proviene de múltiples fuentes, desde las personas que les rodean, como los familiares que sienten vergüenza de la persona y de la enfermedad que padece, que creen que estas personas ya no pueden adaptarse a las reglas del hogar y la sociedad. Los empleadores, que creen que su condición no le permitirá cumplir con sus responsabilidades, o que constantemente se ausentarán de sus trabajos. Los periodistas, que crean una imagen de personas agresivas y peligrosas de las personas que padecen de enfermedades mentales y las reflejan en sus presentaciones de noticias.

Desgraciadamente el estigma de la enfermedad mental fue heredado desde hace siglos, cuando degeneró en burla y menosprecio por todo aquello que se apartara de lo normal, en cuyo caso, la finalidad era encerrar e incluso amarrar al “loco,” en lugar de ayudarlo desde una perspectiva de salud e integración a la sociedad.

Ha existido un avance, los psiquiátricos han sufrido un cambio, se han incorporado métodos de terapia y el “loco” pasó a ser un ciudadano. Pero cambiar la conciencia colectiva, es una tarea lenta y difícil. Aún persisten cadenas invisibles de desprecio y abandono que impiden la total recuperación de los pacientes. Hará falta años de trabajo y educación para que estas cadenas se rompan.

El problema de la discapacidad, en las enfermedades mentales no está limitado únicamente a la persona, involucra también a la familia, a la comunidad, a la sociedad y a la cultura en general.

