

Modelo Afectivo Efectivo
El estigma de la salud
mental y los medios
de comunicación

UIC
barcelona
Instituto Universitario
de Pacientes

lesiu

Estigma
desinformació
devaluador
Salut Mental
exclusió social

Diciembre de 2021

Con la colaboración de:

janssen
PHARMACEUTICAL COMPANIES
OF **Johnson & Johnson**

Índice

Introducción	5
Participantes	7
Jornada sobre el tratamiento informativo de la salud mental en los medios de comunicación a través de diferentes profesionales sanitarios y de la comunicación	9
PRIMERA MESA: ¿Cómo tratamos la información en salud mental?	11
SEGUNDA MESA: “¿El tratamiento de la información ayuda al tratamiento de las personas afectadas?”	14
Bibliografía	16

Introducción

El estigma, como manera de incluir en un grupo social un individuo para considerarlo como un inferior o de protegerse, tiene en las personas con problemas de salud mental uno de sus paradigmas. En este caso, el estigma es un atributo altamente devaluador y lesivo por la dignidad de la persona.

La génesis de la estigmatización se multifactorial sigue un proceso que pasa por la creación del estereotipo, la reacción de prejuicio y el comportamiento social de discriminación.

El Instituto Universitario de Pacientes y el Aula de Innovación y Política Sanitaria de la UIC Barcelona vienen estudiando en los últimos años la estigmatización en diferentes ámbitos y desde diferentes perspectivas. Este estudio se refuerza con la realización de Foros y Jornadas.

Uno de los ámbitos considerados ampliamente influyente es el de los medios de comunicación, objeto de esta jornada. El tratamiento de la información sobre la salud mental y las personas que presentan trastorno también es altamente influyente en el tratamiento sanitario social que recibirán.

Para tratar la cuestión, la Jornada “Estigma, Salud Mental y Medios de Comunicación” quiere tratarlo con dos mesas redondas, la visión de profesionales de la comunicación sobre el tratamiento informativo que hacen de la salud mental y su contribución a contrarrestar el estigma, y la visión de profesionales de la salud mental sobre como un buen tratamiento informativo contribuye a facilitar un mejor tratamiento de las personas afectadas.

Participantes

- Sílvia Cópulo** Licenciada en Psicología. Doctora en Comunicación. Profesora de la UIC.
- Boi Ruiz** Director del Instituto Universitario de Pacientes.
- Gemma Altell** Columnista de “El Periódico” y Psicóloga social.
- Ricardo Aparicio.** Periodista especializada en divulgación de la salud. Director del programa radiofónico Salud y Calidad de Vida, Cooltura FM
- Francesc Cano** Periodista. Director de los Servicios Informativos de Catalunya Radio. Director de Catalunya Información.
- Susanna Quadrado** Periodista de “la Vanguardia”, especializada en Salud.
- Mònica Gasol** Responsable de los contenidos del CAC
- Connie Capdevila.** Consejo de Colegios de Psicólogos.
- Carlos Mur de Viu** Psiquiatre. Servei Andorrà de Salut
- Víctor Pérez** Psiquiatre, Parc de Salut Mar
- Montse Dol** Psiquiatra. Pla director Salut Mental
- Rebeca Pardo** Decana Facultat Ciencias de la Comunicación UIC

lesiu

Estigma

esinformació

devaluador

Salut Mental

**Jornada sobre el
tratamiento informativo
de la salud mental en los
medios de comunicación
a través de diferentes
profesionales sanitarios
y de la comunicación**

lesiu

Estigma

desinformació

devaluador

Salut Mental

exclusió social

Para las personas con problemas de salud mental, el estigma es un atributo altamente devaluador y lesivo para su dignidad, puesto que es un proceso que pasa por la creación del estereotipo, la reacción de prejuicio y el comportamiento social de discriminación. Los medios de comunicación juegan un papel clave en este ámbito, puesto que con el tratamiento de la información sobre la salud mental influyen en el tratamiento sanitario y social de las personas afectadas.

Es importante concienciar, informar, orientar y proporcionar recursos a los profesionales de los medios de comunicación para que puedan elaborar informaciones sobre la salud mental y su colectivo, que sean un reflejo real de lo que es la enfermedad mental, y no tenga una carga importante sensacionalista. El objetivo es que las personas afectadas por una enfermedad mental reciban un tratamiento mediático justo, digno y adecuado. Los medios de comunicación puede contribuir de manera eficaz a la sensibilización y concienciación de la enfermedad mental en la sociedad.

Con este objetivo, la jornada **“Estigma, salud mental y medios de comunicación”** ha reunido a profesionales sanitarios y del mundo de la comunicación para analizar el tratamiento informativo de la salud mental y reflexionar si los medios de comunicación pueden contrarrestar el estigma y contribuir a mejor el tratamiento de las personas afectadas.

La jornada se articuló en dos mesas redondas: en la primera participaron profesionales del mundo de la comunicación con una larga experiencia en el sector de la información de la salud, mientras que la segunda mesa estuvo formada por profesionales de la salud mental.

PRIMERA MESA: ¿Cómo tratamos la información en salud mental?

Por su influencia en la opinión pública, los medios de comunicación pueden ser una herramienta muy útil en la normalización de los trastornos mentales ayudando a combatir estereotipos. Si bien, el tratamiento de los problemas de salud mental tiende a ser cuidadoso y sensible, a veces se exagera el riesgo de la agresividad, y se favorecen el miedo y la desconfianza, esto hace que se amplíe la brecha del desconocimiento sobre las patologías mentales.

En esta mesa se evidenció que hace falta más formación sobre salud mental en los profesionales de la información para que puedan tratar correctamente el tema. El periodista especializado en divulgación de la salud, Ricard Aparicio, incidió en el cambio de paradigma, en el cual la información sobre salud mental cada vez está más presente y expuso que “el estigma se combate con información”. Los medios han de centrarse en poner cuidado en las generalizaciones y en evitar los estereotipos. El proporcionar información contrastada y verosímil sobre la enfermedad mental y el impacto de esta en la forma de actuar del individuo, ayuda a ampliar el conocimiento en la población y a romper estigmas que generan rechazo y falsas creencias que afectan fuertemente a este colectivo de pacientes.

Por otro lado, el director de los servicios informativos de Catalunya Ràdio y profesor de la Facultad de Ciencias de la Comunicación de UIC Barcelona, Francesc Cano, habló de los dos grandes objetivos que tiene la Corporación de Medios Audiovisuales: no estigmatizar y normalizar. “El primero lo ganaremos haciendo buena información, y el segundo, haciendo buen entretenimiento y buenas ficciones”.

La importancia de normalizar la enfermedad mental y convertirla en una patología habitual es una tarea de gran importancia. El periodista ha de documentarse, ha de recurrir a fuentes de información como seguramente haría con cualquier otra temática, para normalizar y no estigmatizar este tipo de patologías.

La periodista de La Vanguardia especializada en salud, Susanna Quadrado, afirmó que hace falta un “periodismo comprometido y proactivo en la solución” y concluyó que “hay que dejar hablar a las personas afectadas en primera persona y revisar nuestros prejuicios como periodistas”.

La importancia de escuchar a los pacientes, sus experiencias y vivencias es fundamental para poder dar información veraz y de calidad. Sin olvidar, el aporte que puede complementar los profesionales sanitarios especialistas en este tipo de patologías.

La responsable de contenidos del Consejo del Audiovisual de Cataluña (CAC), Mònica Gasol, explicó las recomendaciones que proponen para normalizar y evitar la estigmatización, mientras que la psicóloga y colaboradora en diferentes medios, Gemma Altell, remarcó que los profesionales que trabajan en salud mental tienen que tener una relación mucho más fluida con los medios de comunicación.

Se ha de remarcar que los problemas de salud mental son:

Habituales: una de cada cuatro personas tiene o tendrá un problema de salud mental a lo largo de su vida, según la Organización Mundial de la Salud. Estos problemas pueden aparecer en cualquier momento desde la infancia hasta la vejez.

De interés general: todo el mundo conoce a alguien en su entorno más próximo que ha experimentado alguno y todos estamos expuestos a sufrirlos a lo largo de nuestra vida.

Estigmatizados: muchas personas con un trastorno mental han sido víctimas del estigma y la discriminación y también muchas personas esconden que han sido diagnosticadas de ello por miedo al rechazo; el estigma dificulta la recuperación y agrava el padecimiento tanto como los síntomas del trastorno o incluso más que los síntomas.

Debido a esto, y tal como comentaba Gemma Altell, es conveniente dirigirse a entidades relacionadas con las personas con problemas de salud mental para información que se quiere publicar.

- Es positivo obtener la mayor cantidad posible de voces diferentes, dado que cada persona vive los problemas de salud mental de forma distinta.
- Las entidades de salud mental pueden asesorar en relación con el tratamiento de los contenidos o la revisión de guiones, así como ofrecer datos e información relevante para el artículo o entrevista.
- Las personas expertas en los diferentes ámbitos del conocimiento relacionados con la salud mental contribuyen a ofrecer una visión fundamentada en la ciencia.

SEGUNDA MESA: “¿El tratamiento de la información ayuda al tratamiento de las personas afectadas?”

En esta mesa se remarcó el papel clave que juegan los medios en la necesidad de combatir el estigma. También se reflexionó sobre la dificultad de encontrar el equilibrio entre asustar y banalizar.

Con respecto a banalizar, el tratar los temas de salud mental como infrecuentes o aislados cuando están afectando al 25% de la población mundial, es un error importante. Al igual que hablar de la persona con diagnóstico de enfermedad como alguien violento, peligroso o imprevisible.

Las personas con un trastorno mental no son más violentas que el resto de las que integran la sociedad. Por lo que utilizar generalizaciones como “los enfermos mentales son...” o “los esquizofrénicos se comportan...” así como utilizar una etiqueta o diagnóstico como nombre propio es injusto y aumenta el estigma en este grupo de población.

La miembro de la Junta del Colegio Oficial de Psicología de Cataluña, Connie Capdevila, remarcó el grande poder que tienen los medios y defendió que hay que evitar utilizar expresiones de manera negativa para los afectados, además de hacer diagnósticos fuera de un entorno clínico.

Se ha de consulta con profesionales de la enfermedad mental antes de asignar etiquetas, debemos ser responsables del impacto que puede producir una etiqueta de enfermedad mental tras un evento de agresión.

La psiquiatra infantil y juvenil Montse Dolz aseguró que la manera de relacionarse con los medios de comunicación está condicionada por el miedo y subrayó que “hay que enfatizar actitudes de atención, así como la potenciación de capacidades saludables y la investigación”. Se defendió que hay que “continuar avanzando en el conocimiento y ayudar al paciente en su recuperación”, a la vez que explicó que la intervención humanística se está conciliando con la intervención médica.

Por su parte, la psiquiatra Gemma Parramon habló de como el autoestigma empeora el tratamiento médico de la persona y remarcó que la mejor manera para romper con el estigma es que la persona afectada pueda explicar su experiencia de superación en primera persona.

En la información sobre los problemas de salud mental, puede ser positivo incluir el testimonio de alguna persona que los haya sufrido. Mostrar una historia real puede derribar falsas creencias y estereotipos y hacer que el resultado sea más interesante.

En las comunicaciones sobre personas con un problemas de salud mental, se pueden considerar los siguientes puntos:

- Es necesario escuchar y respetar el alcance y la profundidad que la persona quiera dar a sus declaraciones. A menudo las experiencias que comparten dolorosas.
- Los detalles sobre cómo alguien se ha recuperado pueden ayudar a muchas personas con respecto a su propia situación.
- Hay que evitar el sensacionalismo en la información, igual que los titulares.
- Hay que animar a la audiencia a pedir ayuda si creen que pueden tener un problema de salud mental.

Bibliografía

Lara Herrera, A. M., Quevedo Arias, D. V., & Sampedro Posada, S. J. Periodismo y salud mental: Una guía multimedia para cubrir reportajes de salud mental (Bachelor's thesis, Universidad de La Sabana).

Fernández, J. L. (2012). Guía de estilo sobre discapacidad para profesionales de los medios de comunicación.

López Pérez, A. (2018). Salud mental e información de sucesos en prensa. Análisis de la relación estigmatizante entre enfermedad mental y violencia en los medios de comunicación.

Fábregas, M., Tafur, A., Bolaños, L., Méndez, J. L., & Fernández de Sevilla, P. (2019). Las palabras sí importan. Guía de estilo sobre salud mental para medios de comunicación.

lesiu

Estigma

desinformació

devaluador

Salut Mental

exclusió social

Campus Sant Cugat
Josep Trueta, s/n
08195 Sant Cugat del Vallès
Tel. +34 935 042 000
a/e iupacientes@uic.es
www.uic.es/es/instituto-universitario-pacientes

UIC
barcelona
**Instituto Universitario
de Pacientes**

UIC
barcelona
**Cátedra de Gestión Sanitaria
y Políticas de Salud**