

**1º Encuentro Nacional de Organizaciones de  
Familiares, Usuarios y Amigos de Personas con  
Afecciones de Salud Mental.  
Santiago, 8 y 9 de febrero de 2012**

# **Salud Mental y Estigma**

**Por Eduardo Toro L  
CORFAUSAM**

La Persona: el punto de partida y el punto de llegada

- Es un Ser único, Indivisible
- Es un complejo bio-psico-social
- Con necesidades fundamentales

# La persona como complejidad bio-psico-social

La comprensión bio-psico-social del ser humano implica:

- Aceptar que una persona, como totalidad orgánica, es un ser único, diferente del resto de las personas. Esta individualidad hace que sea necesario contemplar a la persona como una unidad en relación consigo misma (relación intrapersonal).
- Pero también que es un ser social, que vive dentro de ciertas condiciones ambientales, económicas, sociales, políticas y culturales que le llevan a establecer determinadas relaciones con los demás seres humanos (relaciones sociales o relaciones interpersonales).
- Ambas relaciones (intra e interpersonal) están íntimamente vinculadas, de manera que en las formas de relacionarse con los otros se refleja la forma en que cada uno se relaciona consigo mismo y, a su vez, ésta recibe una fuerte influencia del medio social.

# Las Necesidades Humanas (Propuesta de Max Neef)

Las necesidades fundamentales son finitas, pocas y clasificables.

Son las mismas en todas las culturas, lo que cambia son los satisfactores.

Cuadro 1 Matriz de necesidades y satisfactores\*

Necesidades Según categorías existenciales  Necesidades según categorías ecológicas	Ser	Tener	Hacer	Estar
<b>SUBSISTENCIA</b>	1/ Salud física, salud mental, equilibrio, solidaridad, humor, adaptabilidad	2/ Alimentación, abrigo, trabajo	3/ Alimentar, procrear, descansar, trabajar	4/ Entorno vital, entorno social
<b>PROTECCION</b>	5/ Cuidado, adaptabilidad, autonomía, equilibrio, solidaridad	6/ Sistemas de seguros, ahorro, seguridad social, sistemas de salud, legislaciones, derechos, familia, trabajo	7/ Cooperar, prevenir, planificar, cuidar, curar, defender	8/ Contexto vital, contexto social, morale
<b>AFECTO</b>	9/ Autoestima, solidaridad, respeto, tolerancia, generosidad, receptividad, pasión, voluntad, sensualidad, humor	10/ Amistades, parejas, familia, animales domésticos, plantas, jardines	11/ Hacer el amor, aceptar, expresar emociones, compartir, cuidar, cultivar, apreciar	12/ Privacidad, intimidad, hogar, espacios de encuentro
<b>ENTENDIMIENTO</b>	13/ Conciencia crítica, receptividad, curiosidad, asombro, disciplina, intuición, racionalidad	14/ Literatura, maestros, método, políticas educacionales, políticas comunicacionales	15/ Investigar, estudiar, experimentar, educar, analizar, meditar, interpretar	16/ Ámbitos de interacción formativa: escuelas, universidades, academias, agrupaciones, comunidades, familia
<b>PARTICIPACION</b>	17/ Adaptabilidad, receptividad, solidaridad, disposición, convicción, entrega, respeto, pasión, humor	18/ Derechos, responsabilidades, obligaciones, atribuciones, trabajo	19/ Aliarse, cooperar, proponer, compartir, discernir, aceptar, dialogar, acordar, opinar	20/ Ámbitos de interacción participativa: cooperativas, asociaciones, iglesias, comunidades, vecindarios, familia

Necesidades Según categorías existenciales  Necesidades según categorías ecológicas	Ser	Tener	Hacer	Estar
<b>OCIO</b>	21/ Curiosidad, receptividad, imaginación, despreocupación, humor, tranquilidad, sensualidad	22/ Juegos, espectáculos, fiestas, calma	23/ Divagar, abstracción, sonar, anotar, fantasear, evocar, relajarse, divertirse, lugar	24/ Privacidad, intimidad, espacios de encuentro, tiempo libre, ambientes, paisajes
<b>CREACION</b>	25/ Pasión, voluntad, intuición, imaginación, audacia, racionalidad, autonomía, inventiva, curiosidad	26/ Habilidades, Destrezas, método, trabajo	27/ Trabajar, inventar, construir, idear, componer, diseñar, interpretar	28/ Ámbitos de producción y retroalimentación, talleres, ateneos, agrupaciones, audiencia, espacios de expresión, libertad temporal
<b>IDENTIDAD</b>	29/ Pertenencia, coherencia, diferencia, autoestima, asertividad	30/ Símbolos, lenguaje, hábitos, costumbres, grupos de referencia, sexualidad, valores, normas, roles, memoria histórica, trabajo	31/ Comprometirse, integrarse, confundirse, definirse, conocerse, reconocerse, actualizarse, crear	32/ Sociotipos, entornos de la solidaridad, ámbitos de pertenencia, etapas madurativas
<b>LIBERTAD</b>	33/ Autonomía, autoestima, voluntad, pasión, asertividad, apertura, determinación, audacia, rebeldía, tolerancia	34/ Igualdad de derechos	35/ Discrepar, optar, diferenciarse, emitir, conocerse, asumirse, desobedecer, meditar	36/ Flexibilidad espacio-temporal

\* La columna del SER registra *atributos*, personales o colectivos, que se expresan como sustantivos. La columna del TENER, registra *instituciones, normas, mecanismos, herramientas (no en sentido material), leyes, etc.*, que pueden ser expresados en una o más palabras. La columna del HACER registra *acciones*, personales o colectivas que pueden ser expresadas como verbos. La columna del ESTAR registra *espacios y ambientes*.

# Las necesidades humanas fundamentales son nueve:

Subsistencia

Protección

Afecto

Entendimiento

Participación

- Ocio

- Creación

- Identidad

- Libertad

# Todas las necesidades tienen igual nivel de importancia

- No hay unas más importantes que otras
- Las necesidades se satisfacen socialmente, en relación con los otros seres humanos
- Si alguna necesidad no se satisface, el ser humano se desequilibra, se enferma.

# La Salud Mental del Ser Humano (Concepción bio-psico-social)

La OMS define la salud mental como:

“Un estado de bienestar en el cual el individuo es

- (1) consciente de sus propias capacidades,
- (2) puede afrontar las tensiones normales de la vida,
- (3) puede trabajar de forma productiva y fructífera y
- (4) es capaz de hacer una contribución a su comunidad”.

De acuerdo a esta definición, la salud mental es mucho más que la ausencia de trastornos mentales: incluye tanto la vivencia intrapersonal como la experiencia interpersonal, familiar y comunitaria; es la capacidad de la persona y del grupo para interactuar efectivamente con su ambiente natural y social.

En el individuo la salud mental significa felicidad, aptitud positiva, sensación de manejar su propia vida, sentimientos positivos de autoestima y capacidad de amar, trabajar y recrear.



# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

Pero la salud mental es sólo una dimensión de la salud humana.

Si miramos a la persona en su integridad -con su cuerpo, con su mente, con sus relaciones con los otros y con la comunidad organizada-, para conocer si está sana no basta con saber si está sana mentalmente.

La salud mental es uno de los pilares fundamentales del bienestar general de las personas y de las sociedades, pero es uno más de los componentes del estado de bienestar integral de una persona.

# La Salud del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

Para que una persona esté sana se  
requiere que posea

“un estado de completo bienestar físico,  
mental y social y no solamente la  
ausencia de afecciones o enfermedades”  
(OMS).

# La Salud del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

## Conclusiones:

- La salud física, mental y social están estrechamente interrelacionadas y en conjunto determinan el estado de salud del ser humano;
- Estas tres dimensiones contribuyen con el mismo nivel de importancia al logro de un estado de completo bienestar humano, es decir, estar sano.
- Cualquier desequilibrio en una o varias de las dimensiones de la salud (mental, física, social) o una alteración entre una o varias de sus relaciones, provocará, dependiendo de su intensidad y duración, un deterioro del estado de salud (enfermedad) de la persona en distintos grados, con sus consiguientes consecuencias individuales, para la familia y para la comunidad.

# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

## Ejemplo:

Efectos negativos sobre la salud mental de una persona o de un determinado grupo producto de situaciones de vida adversas:

- Desempleo
- Violencia intrafamiliar y social
- Hacinamiento
- Pobreza
- Abandono, etc.

En otras palabras, la salud mental de una persona, o de cierto sector social de la población, dependerá estrechamente de las condiciones económicas, sociales, políticas y culturales en que debe desarrollar su vida.

Mayor riesgo de sufrir problemas de salud mental en aquellas personas o grupos que viven en condiciones sociales desfavorables: los pobres, los sin techo, los desempleados, las personas con bajo nivel de escolaridad, las víctimas de la violencia, los migrantes y los refugiados, las poblaciones indígenas, las mujeres maltratadas, el anciano abandonado (OMS).

# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

- El propósito de toda política en salud mental debiera ser integrar la salud mental como parte indivisible de la salud general, para promover el desarrollo de las potencialidades del individuo y de la comunidad, en busca de su bienestar a partir de la construcción de buenas relaciones consigo mismo, con el otro y con su medio ambiente.
- En una sociedad como la chilena, el abordar y resolver los problemas de salud mental de su población implica, además de entregar prestaciones terapéuticas, psicoterapéuticas y rehabilitadoras oportunas y de calidad a aquella parte de la población afectada por algún tipo de trastorno mental, trabajar también en mejorar sus condiciones generales de existencia, es decir, elevar su nivel de desarrollo humano.

# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

- La salud mental y el desarrollo están tan íntimamente conectados que las condiciones de la salud mental en un país constituyen uno de los indicadores más significativos de su grado de desarrollo. Y, a la inversa, las características que presenta su proceso de desarrollo determinan el nivel de salud mental que posee su población.
- Aunque nuestro país se ubica en el lugar 44 dentro del Índice de Desarrollo Humano mundial, los índices conocidos en Salud Mental indicarían que las condiciones económicas, sociales, políticas y culturales en que vivimos no son las más favorables y, por lo tanto, habría mucho trabajo que realizar para mejorarlas.

# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

En un estudio realizado entre los años 1990 y 1995 para estimar las tasas de trastornos mentales en la población mayor de 15 años con residencia urbana, mostró que la prevalencia global de enfermedades mentales fluctuaba entre 34 a 42% para alguna vez en la vida y entre 23 y 28% para los últimos seis meses. Estas frecuencias se hallaban en el rango más alto de lo encontrado en otros países utilizando metodologías similares.

# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

En la actualidad, el Minsal estima que una de cada tres personas, niños y adultos, lo que equivale aproximadamente a 5.8 millones de personas en este año 2012, experimentará algún problema de salud mental durante su vida, de distinta intensidad y duración. Esta cifra, 33% de la población chilena, es mucho más alta que la señalada por la OMS a nivel mundial, y que alcanza al 25% de la población.



# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

- Otro indicador señala el mismo hecho: los trastornos neuropsiquiátricos contribuyen con el 31% de los años de vida saludables perdidos en todos los grupos de edad, cifra que es más del doble de lo que ha estimado la OMS a nivel mundial (14%), y, por tanto, la convierte en uno de los índices más altos en el mundo. (Minsal 2011).

# La Salud Mental del Ser Humano (concepción bio-psico-social)

- Aunque es claro que la salud mental, y dentro de ella las afecciones mentales, debiera ser un motivo de preocupación e interés de todos como sociedad, a nivel de Estado y de sus políticas de salud no se le asigna la misma importancia que a la salud física, así como tampoco se abordan decidida e integralmente sus determinantes sociales;
- Por el contrario, la salud mental ha sido y es objeto de minimización y desatención<sup>(1)</sup>. Una muestra de ello es el bajo porcentaje de recursos que dentro del presupuesto de salud, menos del 3%, se le asigna actualmente a la salud mental, situación que se torna más preocupante si consideramos, además, que los pronósticos señalan que aumentará la carga de las enfermedades mentales en los próximos años.

1) Una propuesta orientada a revertir en gran medida esta situación se encuentra en la "Estrategia Nacional de Salud Mental: Un salto adelante", (Documento de Trabajo. Minsal, Mayo de 2011) actualmente en discusión. Dicha propuesta está diseñada para abarcar el período 2011-2020.

# Digresión: El tema de los recursos

Cierto que dar una respuesta efectiva y de calidad a los problemas de salud mental requiere de recursos, tanto materiales como humanos.

Pero, de ellos, los más importantes son los equipos multiprofesionales, cuyos atributos debieran ser el compromiso, la receptividad y la disposición para involucrarse en los procesos terapéuticos y de rehabilitación.

El objetivo es acercarse lo más posible hacia la sanación (recuperación) y no el tratar solamente los síntomas.

## Digresión: El tema de los recursos

Los equipos profesionales y los dispositivos asistenciales debieran tener la capacidad para desarrollar efectivos procesos de adecuación de la respuesta terapéutica a las necesidades del paciente y su familia. De poco sirve tener muchos profesionales y dispositivos institucionales si el paciente y su familia no encuentran, a lo largo del doloroso camino que la enfermedad les impone por la red asistencial, lo que buscan y necesitan en términos de salud y posibilidades de cambio.

## Digresión: El tema de los recursos

De nada sirve lo que se quiera hacer o lo que se dice que se quiere hacer (Estrategias, planes, programas, etc.), si el usuario de los servicios de salud mental (y su familia) no se siente acogido, escuchado, comprendido, acompañado, sostenido, contenido y bien tratado en los dos sentidos del término: bien tratado en la relación que se establece y bien tratado en términos del tratamiento que se le entrega.

## Digresión: El tema de los recursos

Es importante contar en un territorio (comuna) con un número adecuado de dispositivos sociales y sanitarios (hospitales, centros de salud, residencias, etc.) pero esto, si bien es una condición necesaria, no es suficiente para prestar una atención integral al usuario. Tiene mucho mayor importancia el contenido y el tipo de atención que se va a dar, el sentido que tendrán las intervenciones terapéuticas y, en definitiva, el trabajo que se va a hacer en estos dispositivos con los usuarios y familiares.

# EL ESTIGMA

Si a la desatención y falta de apoyo al cuidado de la salud mental de parte de la sociedad se le agrega la visión y las actitudes negativas que tienen amplios sectores de la población hacia las personas que sufren alguna forma de afección mental, para estas personas y sus familias el problema es doble:

1. Deben enfrentar los problemas derivados directamente de la enfermedad o trastorno, que suelen ser, pese a la gravedad que pueden tener, episódicos o intermitentes y susceptibles de tratamientos muy efectivos si éstos se entregan en forma oportuna, integral, continua y con calidad, y
2. Los problemas relacionados con el estigma, que, paradójicamente, suelen ser muy resistentes al cambio.

# EL ESTIGMA: DEFINICIÓN

“Conjunto de actitudes, habitualmente negativas, que un grupo social mantiene con otros grupos minoritarios en virtud de que éstos presentan algún tipo de rasgo diferencial o “marca” que permite diferenciarlos”.



# EL ESTIGMA: DEFINICIÓN

“Característica que ocasiona en quién la posee un amplio descrédito o desvalorización como resultado que dicha característica o rasgo se relaciona en la conciencia social con un estereotipo negativo hacia la persona que lo posee”

# EL ESTIGMA

Detrás de un proceso de estigmatización hay procesos de establecimiento de categorías sociales, con bases biológicas, psicológicas y sociales, que resumen y simplifican de manera eficiente información muy diversa y compleja, con una función defensiva para la sociedad y/o grupos sociales mayoritarios; además de fomentar la cohesión de la mayoría social, ayuda a identificar rápidamente amigos y enemigos probables.

# EL ESTIGMA

El Estigma se asocia a rasgos simples, fácilmente identificables (físicos, de conducta, socioculturales, etc.) que son relacionados con tipos de personas que pueden considerarse potencialmente peligrosas (extranjeros, delincuentes, jóvenes, enfermos mentales, etc.) y que pueden darse simultáneamente:

Ejemplo: mujer inmigrante, de orientación homosexual, con enfermedad mental, obesa...

# COMPONENTES DEL ESTIGMA: COGNITIVOS, AFECTIVOS y CONDUCTUALES.

## 1. **Componente cognitivo:**

son los “estereotipos” o conjunto de creencias, en gran parte erróneas, que la mayoría de la población mantiene en relación con un determinado grupo social y que condicionan su percepción, recuerdo y valorización de muchas de las características y conductas de los miembros de ese grupo.

# COMPONENTES DEL ESTIGMA: COGNITIVOS, **AFFECTIVOS** y CONDUCTUALES.

## 2. **Componente afectivo:**

son los “prejuicios” o predisposiciones emocionales, usualmente negativas, que la mayoría experimenta con respecto a los miembros del grupo cuyas características están sujetas a creencias “estereotipadas”

# COMPONENTES DEL ESTIGMA: **COGNITIVOS**, AFECTIVOS y **CONDUCTUALES**.

## **3. Componente conductual:**

es la “discriminación” o propensión a desarrollar acciones positivas o negativas, habitualmente medidas en términos de distancia social deseada, hacia los miembros del grupo en cuestión.

# EL ESTIGMA Y LA DISCRIMINACIÓN

En síntesis, la Discriminación se apoya en los “prejuicios” (predisposiciones emocionales) y en los estereotipos (conjunto de creencias en gran parte erróneas).

Existe también la Discriminación Estructural, que se refleja en las políticas públicas, leyes y otras disposiciones prácticas de la vida social, y que se basa en actitudes predominantes y juega un papel muy importante, tanto por sus efectos sobre las personas estigmatizadas, como por su refuerzo general al proceso de estigmatización.

# EL PROCESO DE ESTIGMATIZACIÓN

## ETAPAS:

- La distinción, etiquetado e identificación de una determinada diferencia o “marca” que afecta a un grupo de personas (“enfermedad mental”)
- La asociación a las personas etiquetadas de características negativas, en función de creencias culturales prevalentes (enfermo mental= peligro, violencia, crimen)
- Su consideración como un grupo aparte: “ellos” frente a “nosotros” (“locos” versus “cuerdos”)



# EL PROCESO DE ESTIGMATIZACIÓN

4. Las repercusiones emocionales en quién estigmatiza (miedo, ansiedad, irritación, compasión) y en quién resulta estigmatizado (miedo, ansiedad, vergüenza), de gran importancia en el refuerzo del proceso y en sus consecuencias sobre la conducta.
5. La pérdida de estatus y la discriminación que afecta a las personas o grupo estigmatizado.
6. La generación de asimetrías de poder, sin las cuales el proceso no funcionaría.

# EL ESTIGMA Y SUS CONSECUENCIAS

La estigmatización tiene graves consecuencias para las personas objeto de estigmatización, incluyendo (1) las ya "desacreditadas" y (2) las potencialmente "desacreditables".

(1) En las primeras, promoviendo abiertamente el rechazo: no las aceptamos como amigos(as); vecinos(as); empleados(as); esposos(as); no nos gustaría que fueran a la escuela con nuestros hijos(as), etc. Y funcionando como barreras al acceso a la vida social plena y a los servicios de ayuda que necesitan.

(2) En las segundas, generando conductas de evitación.

En ambos casos, se producen negativas repercusiones sobre la autoestima y la conducta personal y social.

# ¿CÓMO LUCHAR CONTRA EL ESTIGMA Y LA DISCRIMINACIÓN?

La sociología señala tres estrategias generales:

- **La Protesta.**

Con efectos iniciales pierde importancia en el largo plazo;

- 2. **La Educación.**

Los componentes cognitivos pueden cambiarse con información pero sus repercusiones en las conductas suelen ser escasas y de corta duración, dado el peso de los componentes emocionales y conductuales, así como las disposiciones sociales (estigma estructural);

- 3. **El Contacto social**

El establecimiento de relaciones interpersonales entre “ellos” y “nosotros”, el conocimiento personal, el poner énfasis en la relación entre personas y no entre cosas con ciertos atributos diferentes, es decir, la descosificación de las relaciones sociales, puede ser un camino prometedor y de más largos efectos.

# ESTIGMA Y SALUD MENTAL

En relación a los problemas de salud mental, las actitudes estigmatizadoras, aunque tienen una base negativa común de rechazo, son variables respecto de las distintas afecciones, los contextos sociales y culturales en que se desarrollan y algunas características individuales de las personas que las expresan.

Las actitudes sociales hacia las personas con trastornos más graves (Ej. EQZ) no son las mismas que las relativas a otros trastornos como la ansiedad o la depresión unipolar.

Hay un cierto gradiente que va desde problemas de SM que “pueden afectarnos a todos” hasta los problemas más cercanos a la imagen tradicional de la “locura”.