

## MITOS Y HECHOS: El estigma asociado a la enfermedad mental y la discriminación resultante

MITOS	HECHOS
<p><b>La enfermedad mental es algo que sólo le pasa a “otra gente.”</b></p>	<p>Uno de cada cuatro adultos Americanos sufre de una enfermedad mental diagnosticable durante cualquier año.<sup>i</sup></p> <p>Aproximadamente 9 millones de niños en los EE.UU. tienen problemas emocionales serios, pero sólo 1 de 5 de esos niños está recibiendo tratamiento apropiado.<sup>ii</sup></p> <p>Niños y adultos por igual experimentan una variedad de enfermedades mentales, desde el desorden de hiperactividad y déficit de atención, a la depresión de post-parto, al desorden bipolar.</p>
<p><b>Una enfermedad mental no puede ser tratada, es para toda la vida.</b></p>	<p>No sólo hay tratamientos disponibles, sino que la recuperación total es posible. Hoy en día estamos aprendiendo a prevenir las enfermedades mentales y a promover el bienestar mental.</p> <p>Con apoyo y tratamiento, entre 70 y 90 por ciento de los individuos ven una reducción significativa de los síntomas y una mejor calidad de vida.<sup>iii</sup></p>
<p><b>Mi hijo/hija está fingiendo, pero eso es simplemente parte de ser niño.</b></p>	<p>Las investigaciones muestran que la mitad de todos los trastornos mentales comienzan a los 14 años y tres cuartas partes comienzan a los 24 años.<sup>iv</sup></p> <p>Pero, un promedio de 6 a 8 años pasan desde el comienzo de los síntomas de un trastorno del estado de ánimo – de 9 a 23 años para los síntomas de ansiedad – antes de que los jóvenes busquen ayuda.<sup>v</sup></p>
<p><b>La gente que ha sido diagnosticada con enfermedades mentales es peligrosa y debe ser evitada.</b></p>	<p>Las enfermedades mentales dan cuenta de, a lo más, 3 por ciento de toda la violencia cometida en los EE.UU.<sup>vi</sup></p> <p>Las personas con disfunciones de salud mental serias son más usualmente víctimas de violencia que perpetradores. Más de 25 por ciento de las personas con enfermedades mentales severas reportan ser víctimas de un crimen violento en un año dado, una tasa casi 12 veces mayor que la de la población general.<sup>vii</sup></p>
<p><b>No discrimino a la gente diagnosticada con enfermedades mentales, pero no quiero trabajar o vivir cerca de ellos.</b></p>	<p>Además de ser injusto y éticamente inaceptable, también es ilegal negarle a alguien cualquier derecho debido a una enfermedad mental real o percibida.</p> <p>La Ley para estadounidenses con discapacidades de 1990 volvió ilegal que los empleadores o los servicios públicos discriminaran a alguien que vive con una enfermedad mental.</p> <p>La Ley para la vivienda justa (Título VIII de la Ley de derechos civiles de 1968) volvió ilegal que los arrendadores u otras entidades de bienes raíces discriminaran a alguien que vive con una enfermedad mental.</p>
<p><b>No soy psiquiatra, no puedo hacer nada para ayudar a alguien con una enfermedad mental.</b></p>	<p>Mucha gente dice que el estigma y la discriminación pueden ser un desafío mayor para su calidad de vida, que sus afecciones de salud mental.</p> <p>Usted puede ayudar a dar fin al estigma al aceptar abiertamente a las personas diagnosticadas con enfermedades mentales en su trabajo y su comunidad.</p> <p>Usted está en una posición única para dar a quienes viven con una afección de salud mental lo que, como cualquier otra persona, merecen realmente –un trabajo, una renta, un servicio público o sencillamente una conversación respetuosa-, eso les ayuda a vivir una vida plena y productiva.</p>

- <sup>i</sup> Kessler RC, Chiu WT, Demler O, Walters EE. Prevalence, severity, and comorbidity of twelve-month DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). *Archives of General Psychiatry*, June 2005.
- <sup>ii</sup> SAMHSA, *Developing a Stigma Reduction Initiative resource kit*, 2006.
- <sup>iii</sup> National Alliance on Mental Illness (NAMI).
- <sup>iv</sup> Kessler, Berglund, Demler, Jin, Walters, Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication, *General Psychiatry*, July 2005.
- <sup>v</sup> Wang, P., Berglund, P., et al. Failure and delay in initial treatment contact after first onset of mental disorders in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R), *General Psychiatry*, June 2005.
- <sup>vi</sup> H. Harwood, A. Ameen, G. Denmead et al., *The Economic Costs of Mental Illness*, 1992, Rockville, Md.: NIMH, 2000.
- <sup>vii</sup> Linda Teplin et al., *Crime Victimization in Adults with Severe Mental Illness: Comparison with the National Crime Victimization Survey*, *General Psychiatry*, August 2005.