

EL TRATO DE LA SALUD MENTAL EN LOS MEDIOS DE COMUNICACION

La percepción social de la enfermedad mental está teñida de una serie de estereotipos negativos y prejuicios que conducen a la discriminación y aumentan el sufrimiento de las personas que padecen un trastorno mental. En repetidas ocasiones se ha señalado el papel de los medios de comunicación como agentes estigmatizadores de gran repercusión y difusión social. Las personas que tienen una enfermedad mental se enfrentan a muchas formas de discriminación, desprecio y rechazo social. Rechazo que genera un gran sufrimiento, en ocasiones mayor que el derivado de los propios síntomas de la enfermedad.

La visión de la sociedad está influida por una serie de mitos, estereotipos y creencias erróneas que se transmiten desde hace siglos y configuran la imagen social de este colectivo, limitada a algunas características concretas y negativas que se asocian a todas las personas que lo forman. Es lo que se denominamos el estigma de la enfermedad mental. El estigma es un fenómeno complejo con múltiples factores que lo determinan. Combatirlo resulta complejo, es responsabilidad de muchos, y los medios de comunicación pueden jugar un gran papel. En general, se estima que la población recibe el 90% de la información sobre salud mental a través de los medios de comunicación.

Según un estudio realizado en (2011), "La Enfermedad Mental en los Medios de Comunicación: Un Estudio Empírico en Prensa Escrita, Radio y Televisión", analiza las posibles tendencias estigmatizantes en los principales medios de comunicación españoles. Los resultados muestran una utilización abusiva e incorrecta de terminología relacionada con los trastornos mentales en los contenidos informativos de prensa, radio y televisión, mientras que el seguimiento real del tema es escaso y se aleja de un tratamiento formativo óptimo. De hecho, una cuarta parte de las noticias analizadas incluían contenidos estigmatizadores, siendo los estereotipos con mayor frecuencia de aparición el de peligrosidad e impredecibilidad. Todo ello hace necesaria la puesta en marcha de iniciativas de sensibilización social y erradicación del estigma, con el fin de favorecer la integración y el bienestar de las personas que sufren algún trastorno mental.

Los esfuerzos destinados a sensibilizar a los medios de comunicación sobre su papel son una prioridad en la lucha antiestigma, puesto que pueden reforzar aún más el estigma existente o contribuir a eliminarlo, cambiando las percepciones de la población sobre la enfermedad mental. Es necesario disponer de información más detallada de los matices del tratamiento que se hace en los medios de comunicación (qué información se ofrece sobre la enfermedad mental, con qué frecuencia, a qué patologías afecta, en qué tipo de medios, en qué soportes, qué estereotipos se refuerzan, etc.), de cara a priorizar segmentos profesionales a los que destinar las acciones, así como a diseñarlas enfatizando los aspectos clave que influyan en que los medios den un tratamiento u otro de las personas con enfermedad mental.

En el artículo "Reflexiones en torno a la sensibilización de medios de comunicación sobre el estigma de la enfermedad mental" (2010) señala que hay que ser conscientes de las limitaciones a las que nos enfrentamos cuando se diseñan acciones destinadas a los medios de comunicación: los profesionales de los medios están sometidos a determinados horarios y urgencias que merman la calidad de la información que ofrecen, son expertos en comunicar, y no en cada uno de los temas de los que informan y especialmente son personas que forman parte de la sociedad y como tales, comparten los mismos estereotipos y desconocen el pernicioso efecto social que tiene una visión amarillista de la enfermedad mental. Acusarles sólo puede provocar actitudes defensivas eliminando las oportunidades de hacerles sensibles del papel positivo que pueden desempeñar.

Es clave que se aporten y se publiquen historias en positivo, de recuperación social, superación, integración y vida en la comunidad. Que exista presencia de personas con enfermedad mental en los medios de forma positiva. La formación u otras acciones de sensibilización antiestigma destinadas a los medios (guías para periodistas o acciones divulgativas) deben fomentar este aspecto además de tratar de disminuir las visiones injustas de las personas con enfermedad

mental.

Las personas con enfermedad mental y sus familias tienen un importante papel que desempeñar, especialmente a través del movimiento asociativo.

Hay que llevar a cabo acciones destinadas a la industria del entretenimiento audiovisual (series de ficción, magazines, películas de ficción, etc.) ya que su creciente protagonismo social y la escasa existencia de mecanismos para promover su responsabilidad o sus normas de autorregulación a veces inoperantes, pueden causar más daño que los soportes o programas meramente informativos.

Crear vínculos de confianza con los periodistas, ofrecerse como fuentes solventes de información, y establecer alianzas basadas en el periodismo ético con los medios de comunicación pueden ser medidas efectivas, y atractivas para los medios. Como hemos señalado antes, estos medios de comunicación favorecen el estigma de las enfermedades mentales al vincularlas a crímenes y violencia, según un estudio que publica la revista científica "Journal of Health Communication" (2013). Este estudio pone de manifiesto que más de la mitad de las noticias que se refieren a la enfermedad mental, la vinculan a crímenes o delitos violentos, pese a que los datos epidemiológicos señalan que las personas con enfermedad mental son más frecuentemente víctimas. Muy raras veces la enfermedad mental se muestra como una circunstancia más de la persona.

Los medios de comunicación y los profesionales deben asumir su parte de responsabilidad. Como principios básicos destacamos:

- 1.- Se debe informar con exactitud de conceptos y términos. Documentarse e informarse adecuadamente antes de transmitir información inexacta o errónea.
- 2.- Mostrar una visión positiva de la enfermedad mental y de las personas con enfermedad mental. Prestar más atención a las soluciones y menos a los límites.
- 3.- Mostrar a las personas con enfermedad mental de forma integral.
- 4.- Facilitar información normalizadora. La enfermedad mental debe recibir el mismo trato que cualquier otra enfermedad.
- 5.- Luchar por los derechos y los recursos. No despertar compasión. No mostrar la enfermedad mental de forma dramática no sensacionalista.
- 6.- Potenciar la información individualizada y vivencial que puedan aportar las propias personas afectadas, como herramienta para crear una imagen positiva.
- 7.- Desmontar falsas creencias, mitos o prejuicios.
- 8.- Alejar la enfermedad mental de la crónica de sucesos, rompiendo el falso vínculo violencia-enfermedad mental.
- 9.- Cuidar el lenguaje, no etiquetar. No estigmatizar a las personas con enfermedad mental con usos incorrectos de las palabras que las definen.
- 10.- Presentar una imagen real y positiva de las personas con enfermedad mental
- 11.- Cuidar especialmente los contenidos en temas de salud mental en niños y jóvenes.

Hemos avanzado poco en la imagen social positiva de las personas con enfermedad mental. Sigue siendo necesario un mayor compromiso de toda la sociedad y en este caso de los medios de comunicación hacia este colectivo. Los profesionales de la comunicación deben conocer la realidad de este colectivo, para contribuir con mayor exactitud a la normalización e integración social de las personas con enfermedad mental

En el 2011, Menos del 3% de las personas afectadas por esquizofrenia y otras psicosis en el mundo han actuado violentamente. De ese porcentaje, la mayoría ha sido abandonada clínicamente o se ha descuidado su medicación, según datos de la Confederación Española de Familiares y personas con Enfermedad Mental (FEAFES). Sin embargo, en la sociedad está generalizado el estigma hacia los enfermos mentales. José María Sánchez Monje, presidente de FEAFES, subraya que los colectivos más vulnerables en los medios son las mujeres, los niños, los inmigrantes y los presos. Afirma,

además, que cuando un enfermo mental se ve reflejado negativamente en la prensa, contrae un sentimiento de angustia y dolor porque ni la sociedad ni él mismo comprenden su problema. Por ello, "el enfermo efectúa un retraimiento ante la sociedad pensando que no le van a entender", explica.

En el periódico EL Mundo (2011): "Enfermos mentales graves que triunfan en la vida", Vicente Rubio cuenta su experiencia en el documental 'Solo' y de otras personas que también han pasado por circunstancias parecidas. Vicente Rubio, cineasta y afectado por una esquizofrenia paranoide diagnosticada en 2003, señala que "los periodistas, además de documentarse, deberían priorizar la empatía hacia las personas que estamos sufriendo una enfermedad antes que el miedo y el morbo para ganar audiencia". En la actualidad lleva una vida "normal": ha estudiado arte dramático y tiene familia, hijos y trabajo.

Otra publicación de EL PAIS (2015): "Hay que hacerle ver a la sociedad que los enfermos somos capaces de todo" Afectado por un trastorno bipolar, es el primer aspirante a liderar las asociaciones de pacientes psiquiátricos. Manuel Movilla cree que es hora de dar a los pacientes el papel que les corresponde. Entiende que su elección sería, en sí misma, un mensaje. "La recuperación, cada uno a un nivel, es posible. Con alguien como yo de presidente nos van a mirar de otra manera. A las personas con enfermedad mental hay que darles una oportunidad para estar dentro de la sociedad. Por eso doy un paso adelante", dice. Le parece que es su hora porque, incluso dentro de las asociaciones, "se cae en paternalismo". Por ejemplo, en la junta actual de Feafes dice que no hay ninguna persona con una enfermedad mental—declarada, añade—. "Y eso hay que cambiarlo". Sin embargo, otra publicación de EL PAIS de este mismo año ha tenido algunas críticas: La mitad de los esquizofrénicos se resiste a admitir la enfermedad (2015). La crítica básicamente viene a decir que hay otras formas de decir lo mismo sin hacer tanto daño y que hay datos que no son correctos.

También los resultados de una investigación elaborada por la Universidad Complutense de Madrid sobre Estigma y Enfermedad Mental (2009), después de haber analizado una muestra de 254 noticias (TV, radio y prensa) que hacían referencia al trastorno mental crónico, concluyen que 1/3 de las noticias hacen referencia directa a actos violentos o delictivos y que el tono general de los medios de comunicación alimenta los estereotipos vinculados a la peligrosidad (24 %) y la impredecibilidad (16 %). Oscar Martínez Azumendi, en el estudio Periodistas y reporteros gráficos como agentes de cambio en psiquiatría. imágenes-denuncia para el recuerdo (2005). Se presenta el importante papel que la prensa y reporteros gráficos han tenido en muchos lugares y circunstancias históricas, tanto en la sensibilización de la población frente a la enfermedad mental como en la denuncia de situaciones de claro abuso o descuido de los derechos de los enfermos. Para ello haremos un recorrido a través de diferentes ejemplos significativos. Primando la referencia a trabajos de contenido gráfico que nos permitan hacernos una idea visual de las condiciones asistenciales en las que se ha desenvuelto y se desenvuelve el enfermo mental, se ha intentado citar el mayor número de obras disponibles en Internet para facilitar la consulta de las imágenes. Ilustraciones que aunque generalmente se presentan como denuncia de las condiciones de vida del enfermo mental, ocasionalmente también se divulgan con el ánimo de presentar los logros obtenidos y mejoras realizadas tras diferentes procesos de cambio.

Reflexiones en torno a la sensibilización de medios de comunicación sobre el estigma de la enfermedad mental (2010). Existe la evidencia de que si la sociedad percibe a las personas con enfermedad mental como peligrosas y/o incapaces de cuidar de sí mismas, las políticas y la legislación derivadas de esas creencias tienden hacia el control y la contención en vez de hacerlo hacia la recuperación y la vida en la comunidad.

Un análisis de 20.000 diálogos de 1.371 programas de televisión en Estados Unidos concluyó que la descripción que aparecía de las personas con enfermedad mental era de "temidos, rehuidos, causantes de vergüenza y castigados". El 70% de los personajes con enfermedad mental era violento. La violencia y el castigo se mostraban como inherentes a la enfermedad en sí e ineludibles.

En la Guía de estilo Cómo abordar la Salud Mental en los medios de comunicación (2012) de FEDEAFES nos muestra una tabla sobre las falsas creencias y la realidad sobre la enfermedad mental.

FALSA CREENCIA	REALIDAD
Las personas con enfermedad mental son violentas, peligrosas e imprevisibles	Las personas con enfermedad mental, en su conjunto, no son más peligrosas que el resto de las personas. Solo el 3% de las personas con enfermedad mental cometen actos violentos, cuando no reciben el tratamiento adecuado.
La enfermedad mental es algo infrecuente o aislado	Al contrario, las enfermedades mentales son universales y representan el 12,5% de todas las patologías, más que el cáncer o los trastornos cardiovasculares. Cinco de las diez primeras causas de discapacidad son debidas a problemas de salud mental. Estudios de la OMS desvelan que una de cada cuatro personas sufrirá algún tipo de enfermedad mental a lo largo de su vida.
Las personas con enfermedad mental no son capaces de cuidar de sí mismas	Las personas con enfermedad mental pueden cuidar de sí mismas y llevar una vida normalizada, con el tratamiento médico y los apoyos psicosociales adecuados.
Las personas con enfermedad mental no pueden convivir con el resto	El 88% de las personas con enfermedad mental viven con sus familias. Estos trastornos no tienen por qué impedir una vida normalizada y deben atenderse dentro del entorno habitual de la persona.
La enfermedad mental es incurable	La enfermedad mental puede superarse. En la actualidad existen tratamientos eficaces y expectativas razonables de mejoría. La mayoría de personas con enfermedad mental grave pueden recuperarse.
Las personas con enfermedad mental no pueden llevar una vida normalizada	Una persona con enfermedad mental puede vivir como los demás, tener pareja, casarse o tener descendencia y trabajar. Es beneficioso para su evolución disfrutar de relaciones afectivas significativas. Y desde luego, pueden desarrollarse en el trabajo como cualquier otra persona, siempre atendiendo a las particularidades de cada caso.

Además esta guía también nos señala algunos datos de interés como por ejemplo que:

- Un 1% de la población mundial desarrollará alguna forma de esquizofrenia a lo largo de su vida.
- Menos del 3% de las personas diagnosticadas con esquizofrenia y otras psicosis comenten actos de violencia.
- Un 83% de la población española desconoce qué es la esquizofrenia.
- El 56% de la población confunde la enfermedad mental con la discapacidad intelectual.
- El 47% de las personas con enfermedad mental han sido increpadas en público y un 83% identifica el estigma y la discriminación social como uno de los principales obstáculos para su recuperación.
- El estigma social afecta directamente a la persona, que asume como ciertas muchas de esas ideas falsas, lo que disminuye su autoestima, favorece el aislamiento y dificulta la petición de ayuda.
- Solo el 14% de las personas con enfermedad mental crónica tiene pareja estable y un 18% afirma no tener ninguna amistad.
- Las personas afectadas han de participar por sí mismas y tener oportunidades de acercamiento a los medios, sin intermediarios ni manipulación.
- Las familias asumen la mayor parte de los cuidados de las personas con enfermedad mental.
- El 88% de los servicios de atención los realizan cuidadores informales.
- El empleo es uno de los principales ámbitos de estigmatización: sólo el 5% de las personas con

enfermedad mental tiene un empleo regular, y el 44% asegura haber sufrido algún tipo de discriminación laboral.

De todos es conocido el gran poder que ejercen los medios de comunicación para influir en la percepción de la realidad de toda la sociedad, en su forma de ver e interpretar el mundo que nos rodea. Por esto es importante analizar la imagen que los medios transmiten de la salud mental y en particular de las personas afectadas por un trastorno mental. Aunque la mejora en el trato recibido por la salud mental en los últimos años es reconocida, se sigue transmitiendo de forma sutil y algunas veces explícita, una imagen errónea y negativa de la enfermedad mental, que sin duda no es un buen reflejo de la realidad, ayuda a perpetuar estereotipos, prejuicios y falsas creencias, y que perjudica de manera directa a los derechos de las personas con problemas de salud mental y a su entorno.

BIBLIOGRAFIA

- ARAGONÈS, ENRIC, JUDIT LÓPEZ-MUNTANER, SANTIAGO CERUELO y JOSEP BASORA (2014). "Reinforcing Stigmatization: Coverage of Mental Illness in Spanish newspapers", *Journal of Health Communication*, 19, 11, pp. 1248-58
- FEDEAFES (2012). Guía de estilo Cómo abordar la Salud Mental en los medios de comunicación.
- GOFFMAN, ERVING (1963), "Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity", Englewood Cliffs, Nueva Jersey.
- MANUEL MUÑOZ, ELOÍSA PÉREZ SANTOS, MARÍA CRESPO Y ANA ISABEL G. (2009). "Estigma y enfermedad mental: análisis del rechazo social que sufren las personas con enfermedad mental". Universidad Complutense de Madrid.
- MARTÍNEZ AZUMENDI, ÓSCAR (2005). "Periodistas y reporteros gráficos como agentes de cambio en psiquiatría. Imágenes-denuncia para el recuerdo", *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, vol. xxv, núm. 96, pp. 9-28.
- MENA AL, BONO A, LÓPEZ A, DÍAZ D. (2010). Reflexiones en torno a la sensibilización de medios de comunicación sobre el estigma de la enfermedad mental. *Asociación Española de Neuropsiquiatría* 597-611.
- MORA-RÍOS J, NATERA G, BAUTISTA-AGUILAR N, ORTEGA-ORTEGA M. (2013). "Estigma público y enfermedad mental. Una aproximación desde la teoría de las representaciones sociales" En: Flores F (Coord.). *Representaciones sociales y contextos de investigación con perspectiva de género*. México: CRIM-UNAM.
- PEDERSEN, DUNCAN (2009), "Estigma y exclusión social en la enfermedad mental: apuntes para el análisis y diseños de intervenciones", *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, vol. 55, núm. 1, pp. 39-50.
- PRENTICE HALL, MUÑOZ M, PÉREZ-SANTOS E, CRESPO M, GUILLÉN AI, IZQUIERDO S. (2011). "La enfermedad mental y en los medios de comunicación: un estudio empírico en prensa escrita, radio y televisión", *Revista de Psicología Clínica y Salud*. 22(2):157-73.