



¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?

WHAT KNOWLEDGE SOCIETY HAS ABOUT MENTAL HEALTH?

Rafael Ávila Garrido, Carmen Martínez Orihuela, Matilde Lozano Luzón

rrafa85@hotmail.com

Salud Mental. Terapia Electroconvulsiva. Trastorno Depresivo. Alcoholismo. Hospital Psiquiátrico. Mental Health. Electroconvulsive Therapy. Depressive Disorder. Alcoholism. Psychiatric Hospital.

RESUMEN

Introducción: El concepto de salud mental ha cambiado a lo largo de la historia, se han producido avances en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales, al igual que los cuidados y el trato con los pacientes psiquiátricos, pero ¿Ha cambiado el concepto de la sociedad respecto a los mitos relacionados con la salud mental?

Objetivo: Conocer los conocimientos que tiene la sociedad acerca de la salud mental.

Método: Estudio descriptivo, transversal. Realizado durante el período comprendido entre Julio y Septiembre de 2014, a 100 personas, a los que se le aplicó una encuesta de 15 preguntas, con dos alternativas posibles de respuesta, si o no.

Resultados:

Un 68% de los encuestados creen que las enfermedades mentales no tienen cura, un 73% creen que todos los enfermos mentales son agresivos, un 65% creen que la terapia electroconvulsiva es el tratamiento habitual de los trastornos mentales, un 35% opinan que las personas que tienen depresión son unos vagos, y un 83% piensan que el consumo de alcohol no puede causar un trastorno mental.

Conclusiones: Según los resultados de la encuesta aun existen mitos sobre salud mental, en cuanto a etiología, epidemiología, tratamiento y a las personas con trastornos mentales. Estos mitos van a influir a la hora de cuidar al paciente, capacitarlo para que pueda cuidar de sí mismo, educarlo, favorecer su desarrollo y sobre todo en la lucha contra la marginación e integración del enfermo mental en la comunidad. Por eso pensamos que es importante combatir estos mitos para reducirlos e incluso eliminarlos.

¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?

INTRODUCCIÓN

El concepto de salud mental ha cambiado a lo largo de la historia (1), se han producido avances en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales, al igual que los cuidados y el trato con los pacientes psiquiátricos.

En cuanto a la salud mental no se puede ostentar un nivel óptimo de salud y un deficitario estado mental. Por tanto, el concepto de salud mental va implícito en el concepto de salud y además como algo indisociable.

El concepto de salud hay que entenderlo siempre en un sentido amplio e integral. Además, no podemos concebir la salud como un valor absoluto sino relativo, y sujeto a múltiples contingencias. Asimismo, hay que entender la salud como un derecho que tiene el ciudadano, derecho a su protección (2). Este derecho significa que el ciudadano está en posición legítima de exigirnos una responsabilidad a los profesionales sanitarios.

Según la OMS la salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Si echamos un vistazo un al diagnóstico, tratamiento y trato de los enfermos mentales, hemos pasado de tratar a los pacientes con enfermedad mental de personas marginales (3), delincuentes e incluso poseídas por demonios a intentar tratarlas como lo que son, personas con una patología.

Para llegar a la situación actual, se ha tenido que pasar por la Reforma Psiquiátrica (4) en los años 50-60, con la que se perseguía la desinstitucionalización de los enfermos mentales, después el interés se pasó a ocupar por el tema de la rehabilitación, que a partir de los años 80 se ha venido entendiendo como el intento de conseguir el mayor nivel de adaptación del paciente a la comunidad en que vive, buscando el modo de que su funcionamiento social sea lo más parecido a la normalidad.

El concepto de "fomento de la salud mental" se ha desarrollado para promover los derechos humanos de las personas con trastornos mentales y para reducir el estigma y la discriminación. El fomento consiste en varias actuaciones orientadas a lograr un cambio profundo de las barreras estructurales y de actitud para así alcanzar unos resultados positivos en la salud mental de la población.

Ahora cabe preguntarse: ¿Ha cambiado el concepto de la sociedad respecto a los mitos relacionados con la salud mental?

Se suele tener ideas erróneas acerca de las personas con trastornos mentales:

- Son vagas y no son capaces de trabajar.
- Son poco inteligentes y no son de fiar.
- No tienen valía y son irresponsables.
- Son idiotas y son intratables.
- Generan inseguridad y no tienen conciencia.

¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?

- Son violentas y no son capaces de casarse y criar niños.
- Están fuera de control y Siempre necesitan que alguien les supervise.
- Se van poniendo peor al pasar el tiempo y necesitan estar hospitalizadas.
- Están poseídas por demonios. Han sido castigadas por poderes divinos.

Estas ideas erróneas suelen tener los siguientes efectos en las personas con trastornos mentales:

- Las personas con trastornos mentales no están dispuestas a buscar ayuda.
- Aislamiento y dificultad para hacer amigos.
- Daño a la autoestima y a la autoconfianza.
- Negación de una vivienda adecuada, de préstamos, de seguros sanitarios o de trabajos por el mero hecho de padecer un trastorno mental.
- Efecto adverso en la evolución de los trastornos mentales y de la discapacidad.
- Las familias presentan un mayor aislamiento social y niveles superiores de estrés.
- Se asignan menos recursos a la salud mental que a otras áreas de la salud.

OBJETIVO

Conocer los conocimientos que tiene la sociedad acerca de la salud mental.

MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo, transversal, y se utilizó una muestra de 100 personas de ambos sexos, seleccionados de forma aleatoria. En la provincia de Granada y Jaén, durante el período comprendido entre Julio y Septiembre de 2014.

Para la selección de la muestra se tuvieron en cuenta los criterios de ser mayor de 18 años y estar de acuerdo en participar en el estudio. Los criterios de selección no han sido muy exigentes, esto ha facilitado la selección de la muestra, ya que todos tenemos conocimiento y opinión sobre aspectos relacionados con salud mental.

Los criterios de exclusión han sido no ser mayor de 18 años, o no aceptar la participación en el estudio.

Para la recogida de datos hemos usado una encuesta de 15 preguntas, con dos alternativas posibles de respuesta, sí o no. Con esta encuesta queremos valorar el conocimiento que tienen las personas acerca de la salud mental. Las preguntas a contestar con sí o no, son:

- 1.- ¿Piensas que las enfermedades mentales solo se dan en adultos, no en niños?
- 2.- ¿Crees que las enfermedades mentales no tienen cura?

¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?

- 3.- ¿Piensas que las enfermedades mentales no se pueden prevenir?
- 4.- ¿Crees que todos los enfermos mentales son agresivos?
- 5.- ¿Piensas que a todos los enfermos mentales se les pone camisa de fuerza?
- 6.- ¿Crees que la terapia electroconvulsiva es el tratamiento habitual de los trastornos mentales?
- 7.- ¿Crees que a todos los enfermos mentales se les aísla en habitaciones individuales y acolchadas?
- 8.- ¿Piensas que el único lugar donde reciben tratamiento los enfermos mentales son los psiquiátricos?
- 9.- ¿Piensas que a todos los enfermos mentales se les interna en psiquiátricos?
- 10.- ¿Crees que los psiquiátricos son lugares fríos y tenebrosos?
- 11.- Opinas que las personas que tienen depresión son unos vagos?
- 12.- ¿Piensas que el insomnio no es un trastorno mental?
- 13.- ¿Piensas que un niño nervioso e inquieto podría ser por un trastorno mental?
- 14.- ¿Opinas que los drogodependientes son delincuentes?
- 15.- ¿Piensas que el consumo de alcohol no puede causar un trastorno mental?

Se informó a los individuos sobre el estudio, se les pidió su colaboración, y a aquellos que aceptaron se les aplicó el cuestionario. El tiempo aplicado en ello fue aproximadamente de 15 minutos. Se aprovechó nuestra presencia para aclarar las dudas que surgieron.

Una vez recogidos los datos por medio del cuestionario, se procedió al análisis estadístico.

RESULTADOS

La encuesta que se paso a los individuos nos apporto los siguientes datos:

- Un 76% piensa que las enfermedades mentales solo se dan en adultos, no en niños.
- Un 68% cree que las enfermedades mentales no tienen cura.
- Un 74% piensa que las enfermedades mentales no se pueden prevenir.
- Un 73% cree que todos los enfermos mentales son agresivos.
- Un 61% piensas que a todos los enfermos mentales se les pone camisa de fuerza.
- Un 65% cree que la terapia electroconvulsiva es el tratamiento habitual de los trastornos mentales.
- Un 62% cree que a todos los enfermos mentales se les aísla en habitaciones individuales y acolchadas.
- Un 73% piensa que el único lugar donde reciben tratamiento los enfermos mentales son los psiquiátricos.

¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?

- Un 75% piensa que a todos los enfermos mentales se les interna en psiquiátricos.
- Un 77% cree que los psiquiátricos son lugares fríos y tenebrosos.
- Un 35% opina que las personas que tienen depresión son vagas.
- Un 84% piensa que el insomnio no es un trastorno mental.
- Un 37% piensa que un niño nervioso e inquieto podría padecer un trastorno mental.
- Un 89% opina que los drogodependientes son delincuentes.
- Un 83% piensa que el consumo de alcohol no puede causar un trastorno mental.

DISCUSIÓN, LIMITACIONES Y CONCLUSIONES

Esta encuesta aporta datos sobre el conocimiento que tiene la población acerca de la salud mental.

Al preguntar sobre las enfermedades mentales, la mayoría piensa que solo se dan en adultos, no en niños, que no tienen cura, o que no se pueden prevenir. La mayoría cree también que todos los enfermos mentales son agresivos.

En cuanto a los tratamientos que reciben los enfermos mentales más de la mitad piensa que a todos se les pone camisa de fuerza, que la terapia electroconvulsiva es el tratamiento habitual de los trastornos mentales, y que a todos los se les aísla en habitaciones individuales y acolchadas.

Si preguntamos por el lugar donde reciben tratamiento los enfermos mentales la mayoría piensa que el único lugar donde reciben tratamiento son los psiquiátricos, que a todos se les interna en psiquiátricos, y que los psiquiátricos son lugares fríos y tenebrosos.

También hemos preguntado por aspectos de salud mental que son más comunes en la vida cotidiana, menos de la mitad opina que las personas con depresión son vagas, o que un niño nervioso e inquieto podría padecer un trastorno mental. Sin embargo la mayoría piensa que el insomnio no es un trastorno mental, que los drogodependientes son delincuentes, y que el consumo de alcohol no puede causar un trastorno mental.

Hay numerosos estudios (5) sobre salud mental, (patologías, tratamientos, conocimientos de salud mental en profesionales sanitarios, en la sociedad,...).

Al comparar los resultados de nuestro estudio con el de otros estudios, como por ejemplo: "Actitudes del personal sanitario de atención primaria hacia el enfermo mental, la psiquiatría y el equipo de salud mental." (6), vemos que al contrario que en la sociedad en general, los profesionales sanitarios tiene mas conocimientos sobre salud mental, menos falsas creencias y una actitud más positiva y comprensiva hacia los enfermos mentales.

Todas estas falsas creencias que tiene en general la sociedad (7) sobre enfermedad mental, enfermos mentales, sus tratamientos, centros sanitarios, etc., repercuten de forma negativa en los enfermos mentales, aumentando el estigma y la marginación social.

¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?

Estos mitos van a influir a la hora de cuidar al paciente, capacitarlo para que pueda cuidar de sí mismo, educarlo, favorecer su desarrollo y sobre todo en la lucha contra la marginación e integración del enfermo mental en la comunidad (8). Por eso es importante combatir estos mitos para reducirlos e incluso eliminarlos.

La población se verá beneficiada en diversos aspectos. Las necesidades de las personas con trastornos mentales se comprenderán mejor y sus derechos estarán más protegidos. Dispondrán de servicios de una mejor calidad y participarán activamente en la planificación, desarrollo, seguimiento y evaluación de los servicios. Se apoyará a las familias en su papel de cuidadores, y la población general tendrá una mejor comprensión de la salud mental y sus trastornos asociados. Los beneficios a largo plazo incluyen una promoción más amplia de la salud mental y el desarrollo de factores que la protejan.

BIBLIOGRAFÍA

- 1.- GARCÍA MAYORGA, A., VILLASEÑOR ROA, L., GARCÍA-CARPINTERO BLAS, E., "Aspectos fundamentales de la atención integral de enfermería", Madrid, Enfo Ediciones, 2011.
- 2.- San Martín, H. (1985). Crisis mundial de la salud. ¿Salud para nadie en el año 2000? Editorial Ciencia 3. Madrid.
- 3.- FUCAULT, Michel: Vigilar y castigar; nacimiento de la prisión, 1ª, ed.- Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina, 2002.
- 4.- Szasz, T. (1998). El mito de la enfermedad mental. Círculo de Lectores.
- 5.- Rocca, A. V. (2011). Antipsiquiatría: Deconstrucción del concepto de enfermedad mental y crítica de la "razón psiquiátrica". *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 31(3), 321-338.
- 6.- Arrillaga Arizaga, M., Sarasqueta Eizaguirre, C., Ruiz Feliu, M., & Sánchez Etxeberria, A. (2004). Actitudes del personal sanitario de atención primaria hacia el enfermo mental, la psiquiatría y el equipo de salud mental. *Atención primaria*, 33(9), 491-496.
- 7.- DESVIAT M.; Crítica a la razón psiquiátrica. *Subjetividad y cultura*, 2005; 23: 74-80.
- 8.- Sánchez, AE. (1992). Consideraciones en torno a la rehabilitación. *Psiquiatría Pública*.

¿QUÉ CONOCIMIENTOS TIENE LA SOCIEDAD A CERCA DE LA SALUD MENTAL?