



Contra el estigma

POR FRANCESC TORRALBA

VICEPRESIDENTE DE ALDEAS INFANTILES SOS CATALUNYA

El día 10 de octubre celebramos el día de la salud mental. Desgraciadamente aún tenemos que luchar mucho para vencer el estigma que pesa sobre las personas que sufren alguna enfermedad mental.

Observamos que en nuestra Aldea Infantil SOS y en otros dispositivos gestionamos la presencia de niños, de adolescentes y de jóvenes con problemas de salud mental, trastornos de conducta, adicciones y también discapacidad intelectual.

Todavía queda mucho por investigar en este tipo de patologías y para ver cuál es el mejor tratamiento para cada tipología. Muy a menudo en el perfil de la persona que tratamos se mezclan otros problemas derivados de su biografía, de su entorno familiar, de su contexto social y cultural.

La etiqueta negativa no ayuda a normalizar la situación, ni a entrever las soluciones. Necesitamos reconocer, de entrada, lo que nos une y también el potencial escondido que hay en esta comunidad de personas. No podemos limitarnos a ver las carencias, las necesidades, extrañezas, manías, fobias, tics o trastornos. La persona es mucho más que todo esto, no se puede

Necesitamos reconocer lo que nos une y también el potencial escondido que hay en esta comunidad de personas.

reducir a un simple cuadro clínico, psiquiátrico o psicológico.

Antes que nada, para combatir el estigma, hay que dar visibilidad al colectivo y no esconderlo en las instituciones. Solo si lo hacemos visible, se convertirá en habitual en nuestro paisaje humano.

En segundo lugar, hay que escucharlos atentamente: sus necesidades, reivindicaciones, deseos y preocupaciones. No podemos caer en el paternalismo, en un trato de superioridad. Hay que escucharlos para entender qué es lo que reivindican como ciudadanos.

En tercer lugar, hace falta que se integren con normalidad en las organizaciones de la sociedad, en el mundo deportivo, del ocio, de la empresa, de la escuela y de los centros culturales. Nadie tiene que quedar al

***Todavía hay demasiada vergüenza
y demasiado miedo
a la hora de afrontar
el tema de la salud mental.***

margen de todo este mundo y hay que facilitar el acceso y adaptarlo a sus necesidades.

Todavía hay demasiada vergüenza y demasiado miedo a la hora de afrontar el tema. Muchos esconden sus patologías de orden mental, porque saben que no serán muy valorados o, incluso, discriminados. Tendríamos que ser capaces de reconocer todo el que nos une, antes de empeñarnos con las diferencias.

