

*La comunicación
pública sobre
la salud mental*

Informe Quiral 2016

Medicina,
comunicación
y sociedad

FUNDACIÓ
VILA CASAS



Universitat
Pompeu Fabra
Barcelona

CCS
Centro de Estudios de Ciencia,
Comunicación y Sociedad

Sumario

Presentación

Autores

1. Introducción

- 1.1. El Proyecto Quiral
- 1.2. Datos básicos sobre salud mental

2. Objetivos y metodología

3 La *salud mental* en los medios de comunicación a lo largo de 2016

- 3.1. Introducción
- 3.2. La salud mental en los medios generalistas
 - 3.2.1 Principales temas de interés
 - Las consecuencias de la crisis económica sobre la salud mental
 - La depresión, entre las enfermedades mentales más frecuentes
 - Adolescencia y salud mental: un frágil equilibrio
 - Necesidad de una comunicación responsable para la supresión de estigmas
 - 3.2.2 Agentes motivadores de noticias sobre salud mental
 - Personajes populares con trastornos mentales
 - Los avances de la investigación científica como fuente de noticias sobre salud mental
 - 3.2.3 La producción de noticias propias sobre salud mental en los medios generalistas
- 3.3 Los trastornos y enfermedades mentales en los medios especializados en salud
- 3.4 Fotoperiodismo: salud mental en imágenes

4. Salud mental y búsquedas en Google

5. Conclusiones y recomendaciones

6. Bibliografía

Con motivo de la vigésima edición del Proyecto Quiral, hemos analizado la comunicación pública sobre la salud mental,

ya que la incidencia de los trastornos mentales se ha visto incrementada de forma significativa. En efecto, uno de cada cuatro hogares tiene al menos un miembro afectado por un trastorno mental, y son sus familiares quienes frecuentemente asumen el cuidado de estas personas, con el consecuente impacto en la calidad de vida familiar.

Dado el incremento de personas diagnosticadas con depresión en los últimos años, la OMS decidió dedicar su Día Mundial de la Salud de 2017, celebrado el 7 de abril, a esta enfermedad mental. Para ello, la Organización inició el pasado 10 de octubre de 2016 una campaña de comunicación titulada “Hablemos de la depresión”, con el objetivo de que “un número cada vez mayor de personas con depresión, en todos los países, pida y obtenga ayuda”.

Por todo ello, consideramos que es una ocasión excelente para analizar cómo los medios de comunicación abordan la comunicación en salud mental. La responsabilidad en la comunicación sobre salud mental es un tema en constante debate, en especial en lo relativo a la necesidad de normalización y de supresión de los estigmas asociados a los trastornos y enfermedades mentales.

Los medios de comunicación constituyen una fuente primaria de información y contribuyen con sus mensajes a la conformación del imaginario colectivo de la sociedad, en concreto, de la percepción que la población tiene de los colectivos afectados por algún problema de salud mental. La propia OMS, en el Informe sobre la Salud en el Mundo de 2001, dedicado a la salud mental, advirtió a este respecto que las barreras más importantes que hay que salvar en la comunidad son la estigmatización y la discriminación, y subrayó la función de los medios de comunicación en la consecución de este objetivo.

Este informe, elaborado por el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad de la Universidad Pompeu Fabra, igual que en ediciones pasadas, no solo se centra en medios convencionales (prensa, radio y televisión, fundamentalmente), sino que también estudia qué impacto ha tenido la información en los patrones de búsquedas en Google por parte de los ciudadanos. Tomando como punto de partida los resultados de esta investigación, al final de este informe se presentan unas recomendaciones que pretenden contribuir a la reflexión general y el fomento de una información pública de mayor calidad.

Antoni Vila Casas
Presidente de la *Fundació Vila Casas*

Autores

Gema Revuelta

Directora del Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad, de la Universidad Pompeu Fabra (UPF), y profesora del Departamento de Ciencias Experimentales y de la Salud en dicha universidad. Codirectora del Máster en Comunicación Científica, Médica y Ambiental BSM-UPF. Subdirectora del Observatorio de la Comunicación Científica (1998-2014). Ha sido asesora de distintas entidades en cuestiones de comunicación de la ciencia y la salud, entre ellas la OMS, la Comisión Europea, el Ministerio de Economía y Competitividad, la FECYT y el Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya.

Vladimir de Semir

Director del Máster en Comunicación Científica, Médica y Ambiental de BSM-UPF Universidad Pompeu Fabra. Presidente del consejo social y asesor del Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad, UPF. Director y fundador del Observatorio de la Comunicación Científica (1994-2014). Impulsor y responsable de la asignatura de periodismo científico en los estudios de periodismo de la UPF hasta el curso 2013-2014. Creador y editor de los suplementos Ciencia y Medicina de La Vanguardia (1982-1997). Presidente-fundador de la Asociación Catalana de Comunicación Científica.

Clara Armengou

Investigadora del Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad (UPF), desde 2015. Investigadora del Observatorio de la Comunicación Científica (2009-2014). Profesora del Máster en Comunicación Científica, Médica y Ambiental de IDEC-UPF. Ha coordinado varias ediciones del Informe Quiral, el proyecto europeo E-Knownet, la Jornada Salud 2.0 y el blog del congreso internacional Media for Science Forum. Coordinó el programa de Acceso Abierto en Cambridge University Press en el Reino Unido y actualmente es consultora en el Directory of Open Access Journals (DOAJ).

Clara Suárez Álvarez

Graduada en Periodismo y en Comunicación Audiovisual por la Universidad Carlos III de Madrid (UC3M). Es alumna del máster en Comunicación Científica, Médica y Ambiental de la Universitat Pompeu Fabra-Barcelona School of Management (UPF-BSM). Anteriormente, ha trabajado en el diario asturiano La Nueva España (Editorial Prensa Ibérica), donde ha publicado artículos sobre salud, sociedad y cultura, entre otras temáticas.

Guillermo Muñoz

Es alumno del Máster en Comunicación Científica, Médica y Ambiental de la Barcelona School of Management-UPF. Graduado en Farmacia por la Universidad de Salamanca.

Júlia Esteban Bonavia

Es alumna del Máster en Comunicación Científica, Médica y Ambiental de la Barcelona School of Management-UPF. Licenciada en Bioquímica por la Universitat de Barcelona (UB) y Máster en Gestión Sanitaria por la Universitat Internacional de Catalunya (UIC). Ha trabajado en Investigación Clínica en Oncología, en el Vall d'Hebron Institut de Recerca (VHIR) de 2007 a 2015.

Autores

Carlos Gonzalo

Doctor en Comunicación Social por la Universidad Pompeu Fabra y colaborador del Grupo de Investigación en Comunicación Digital y Comunicación Interactiva (DIGIDOC). Es profesor de comunicación online especializado en optimización web para motores de búsqueda. Es director del curso de posgrado 'SEO y Social Media para comunicadores BSM-UPF.

Con la colaboración de:

Sandra Barroso, graduada en Psicología con mención en clínica y psicología de la salud. Especialista en trauma emocional, niveles I y II EMDR, y en técnicas e integración cerebral. Posgrado en Terapia Breve Estratégica para tratamiento de la ansiedad, depresión y problemas emocionales. Terapeuta Gestalt para terapia individual y grupal.

1. Introducción

1.1. El Proyecto Quiral

Contribuir a la mejora de la información pública sobre temas relacionados con la salud y la medicina es el objetivo principal del Proyecto Quiral, una iniciativa que nació en 1996 de la mano de la Fundación Vila Casas y la Universidad Pompeu Fabra (ahora a través de su Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad, CCS-UPF).

Para alcanzar dicho objetivo, el proyecto incluye dos tipos de acciones: El **Informe Quiral**, que recoge los resultados anuales de la investigación realizada con este fin en la Universidad Pompeu Fabra (actualmente desde el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad, centro adscrito al Departamento de Ciencias Experimentales y de la Salud).

- Entre 1996 y 2009, el informe monitorizaba las noticias de salud en la prensa escrita española de forma genérica.
- A partir de 2010, el informe se centra monográficamente en un tema. La investigación incluye no solo el análisis de medios españoles sino también medios de referencia internacional. Además, desde 2010 se analiza también el papel de internet, tanto en el comportamiento de búsquedas de los ciudadanos como en la información disponible en redes sociales y otros recursos. En concreto, se han analizado hasta ahora:
 - Alzheimer (2010)
 - Cáncer (2011)
 - Sida/VIH (2012)
 - Medicina regenerativa (2013)
 - Ébola (2014)
 - Vacunas (2015)
 - Salud Mental (2016)

La **Opinión Quiral**, encuentros cuyo objetivo es conocer a fondo el estado de la cuestión de algunos aspectos detectados en el informe anual –tanto desde una perspectiva científica y sanitaria como comunicativa– para elaborar, siempre que resulta posible, unas conclusiones que se difunden posteriormente de forma amplia entre profesionales del sector sanitario y de investigación, periodistas y comunicadores, personas con capacidad de decisión política, etc.

El tema seleccionado para la investigación de 2016 ha sido la comunicación pública sobre la salud mental dado que se trata de un tema con una intensa cobertura por parte de los medios, tanto los convencionales –prensa, radio y televisión– como los nuevos formatos y canales digitales (redes sociales, blogs, etc.).

A continuación, se presenta la versión completa de este informe. Existe también una versión más reducida, a modo de resumen. Ambos documentos, así como los informes de años anteriores y el resto de publicaciones que integran el Proyecto Quiral, se pueden descargar en formato PDF desde los sitios web de las entidades responsables del proyecto: la Fundación Vila Casas (www.fundaciovilacasas.com) y el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicación y Sociedad, de la Universidad Pompeu Fabra (<http://ccs.upf.edu>).

1. Introducción

1.2. Datos básicos sobre salud mental

La psiquiatría moderna nace a finales del siglo XVIII. Desde esa época, “el loco” pasa a ser considerado un enfermo y, por tanto, responsabilidad de la medicina.

Philippe Pinel (1745-1826) es uno de los primeros médicos dedicados al estudio y tratamiento de las enfermedades mentales. Muy influenciado por la Ilustración Francesa, propugnaba la humanización en el trato que se daba por entonces a todos aquellos que se encontraban hacinados y encadenados en asilos. Empezó a clasificar a los enfermos por diagnóstico y por gravedad, proporcionando una mirada más humana y social a estas personas. Fue visionario al comprobar que buena parte de ellos mejoraban tan solo manteniendo con ellos una escucha activa y un trato humano, sin más intervención médica. Las ideas de Pinel originaron la legislación psiquiátrica francesa de 1838, que permaneció vigente en ese país hasta 1990, algo que nos da idea de la gran influencia que ha tenido este personaje hasta nuestros días.

Concepto

La salud mental se puede definir como el estado de equilibrio o estabilidad de una persona con su contexto socio-cultural. Implica un bienestar emocional, psíquico y social relacionado directamente con la forma en la que pensamos, sentimos y tomamos decisiones. La perturbación de este estado de salud puede derivar en un trastorno mental, caracterizado por una alteración afectiva, cognitiva o de comportamiento que afecta a los procesos biológicos básicos (motivación, conciencia, conducta, percepción, aprendizaje, lenguaje), dificultando la adaptación al entorno socio-cultural y creando una forma de malestar subjetivo y persistente.

No existe un límite claro entre salud y enfermedad mental, puesto que los criterios para clasificar a una persona como sana o enferma han variado a lo largo del tiempo. Cabe considerar el estado de salud no como dicotómico (sano o enfermo), sino

como un continuo en el que el estado de salud de una persona sea más bien dinámico. Se considera que la salud o enfermedad no son condiciones que permitan definir a la una como la ausencia de otra, sino que existen diferentes grados de bienestar entre los que una persona puede desplazarse en función del apoyo y tratamiento que reciba.

Los expertos hablan también de salud mental en positivo, es decir, qué podemos hacer para disfrutar de una vida plena, poniendo el foco de atención en la prevención a partir de la educación. Esto se traduce en hacer pedagogía para una correcta gestión del estrés y las adversidades, potenciando hábitos y estilos de vida saludables (haciendo especial hincapié en el abuso de sustancias), y fomentando el autocuidado y las relaciones interpersonales sanas. Según las evidencias clínicas, estas pautas minimizarían la predisposición biológica de una persona a desencadenar una patología o trastorno mental.

Según datos de la OMS, 450 millones de personas están afectadas por algún tipo de trastorno mental, de tal forma que se estima que el 25% de la población se verá afectada en algún momento a lo largo de su vida. Los trastornos mentales abarcan el 12,5% de todas las patologías a nivel global, por encima del cáncer y las enfermedades cardiovasculares. Por ello, es necesario normalizar y contribuir de forma integral a favorecer la situación del colectivo.

Según las previsiones, en 2020, los trastornos mentales estarán entre las primeras causas de discapacidad de la ciudadanía. Se han convertido, pues, en una de las pandemias del siglo XXI, considerándose ya un problema de salud pública.

En España se calcula que el 3% de la ciudadanía padece una enfermedad mental grave. A pesar de las diferentes posibilidades de tratamiento existentes (principalmente tratamiento psicoterapéutico,

1. Introducción

farmacológico y rehabilitación socio-laboral), la OMS estima que, en los países de ingresos bajos y medios, entre un 76% y un 85% de las personas con trastornos mentales graves no recibe tratamiento, una cifra que también es elevada en los países de ingresos altos, donde el porcentaje oscila entre un 35% y un 50% (OMS, 2017).

Causas

Los trastornos mentales son un conjunto muy heterogéneo de patologías con una etiología múltiple y muchas veces desconocida. Los mecanismos que intervienen son variados. Se sabe que las alteraciones químicas en los transmisores y receptores neuronales, la predisposición genética, los factores ambientales y culturales, las lesiones cerebrales y el consumo de sustancias pueden tener un peso importante en la aparición del trastorno. Sin embargo no se sabe con exactitud en qué grado influye cada uno de estos factores ni cómo afectan al funcionamiento neurológico. Este hecho hace de la prevención uno de los pilares en los que se debe sustentar el abordaje terapéutico.

Clasificación

Con el objetivo de facilitar el diagnóstico médico, las diferentes sintomatologías se agrupan en diversos tipos de enfermedades mentales. Sin embargo, cada una de ellas tiene unas características singulares que la hacen diferente a las demás. La complejidad de este variado grupo de trastornos hace de la comunicación de Salud Mental un tema de difícil abordaje. El siguiente esquema tiene como objetivo visibilizar la heterogeneidad de este sector médico y poner en evidencia el grave error que se comete en los medios cuando una característica individual específica se generaliza a todo el colectivo.

De forma resumida, la clasificación de las Enfermedades Mentales según la última actualización el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM-V) agrupa estas en:

Trastornos del neurodesarrollo	<ul style="list-style-type: none">• Discapacidad intelectual• Trastornos de la comunicación• Trastorno del espectro autista• Trastorno por déficit de atención/hiperactividad• Trastorno específico del aprendizaje• Trastornos motores
Espectro de esquizofrenia y otros trastornos psicóticos	
Trastorno bipolar y trastornos relacionados	
Trastornos depresivos	
Trastornos de ansiedad	
Trastorno obsesivo-compulsivo y trastornos relacionados	
Trastornos relacionados con traumas y factores de estrés	
Trastornos disociativos	
Trastornos de síntomas somáticos y trastornos relacionados	
Trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos	
Trastornos de excreción	
Trastornos del sueño-vigilia	
Disfunciones sexuales	
Disforia de género	
Trastornos disruptivos, del control de los impulsos y de la conducta	
Trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos	
Trastornos neurocognitivos	
Trastorno de la personalidad	
Trastornos parafílicos	
Trastornos motores inducidos por medicamentos	
Otros problemas que pueden ser objeto de atención clínica	

1. Introducción

Como se puede apreciar en esta clasificación, la variedad de patologías incluidas bajo el concepto “trastorno mental” ocupa un rango muy amplio tanto en términos de síntomas y signos, como en etiología, pronóstico y tratamiento. Desde el punto de vista de la comunicación social, también estamos ante un grupo de patologías que tienen un interés variable para los medios. Algunas de estas enfermedades aparecen constantemente en los medios de comunicación mientras que otras apenas tienen presencia.

2. Objetivos y Metodología

Objetivos y Metodología

El Proyecto Quiral analiza cómo los medios de comunicación abordan temas relacionados con el ámbito médico y sanitario. Para ello se realiza un estudio detallado de la información que se ha comunicado durante el año anterior acerca de un tema en concreto, tratando de localizar aquellas prácticas o procedimientos que puedan mejorarse para favorecer una información de calidad que sea beneficiosa para la sociedad. Este año la redacción del informe se ha centrado en la comunicación pública de la Salud Mental por los siguientes motivos:

- La incidencia global de los trastornos mentales en los últimos años se ha visto incrementada de forma significativa, lo que ha propiciado que los medios deban informar sobre ello regularmente.
- Los medios de comunicación están considerados como responsables directos de la creación de estereotipos, una de las mayores cargas con las que tienen que convivir los afectados.
- Es necesario informar de forma rigurosa y adecuada a la población, porque solo una sociedad informada será una sociedad que respete a los grupos vulnerables.
- La Salud Mental abarca un grupo de patologías heterogéneas con mecanismos muy complejos, que dificultan el tratamiento de la enfermedad. El apoyo e integración social es clave para contribuir a la recuperación de los pacientes.
- A pesar de la notable mejoría que ha experimentado la comunicación de salud mental en los últimos años, quedan muchos aspectos a estudiar y mejorar.

El abordaje terapéutico en salud mental cuenta actualmente con tratamientos psicológicos y farmacológicos que ayudan a los pacientes a mejorar sus vidas. Sin embargo, sin una sociedad unida y concienciada que apoye a este numeroso colectivo que atraviesa este tipo de enfermedades, no se conseguirá un bienestar real de este grupo vulnerable ni, por consiguiente, de la sociedad general.

Los medios de comunicación son uno de los pilares sobre los que se debe sustentar el desarrollo de medidas enfocadas a crear una imagen positiva que ayude a mejorar las perspectivas sociales, culturales, económicas y laborales de pacientes, familiares y profesionales dedicados a salud mental.

Metodología

La metodología escogida para evaluar el tratamiento informativo en materia de salud mental por parte de los medios de comunicación ha sido el análisis de contenido. Dicha técnica se ha aplicado a una selección de noticias publicadas a lo largo de 2016 en diferentes diarios generalistas y especializados, de ámbito nacional e internacional, y que por su trayectoria, distribución y penetración, pueden considerarse susceptibles de generar impacto social. Así, el conjunto de medios de comunicación monitorizados puede consultarse en la siguiente tabla:

DIARIOS GENERALISTAS	DIARIOS ESPECIALIZADOS
<i>Diari ara.cat</i>	<i>Diario Médico</i>
<i>El País</i>	<i>Gaceta Médica</i>
<i>El Periódico</i>	<i>Redacción Médica</i>
<i>La Vanguardia</i>	
<i>The Guardian</i>	
<i>The New York Times</i>	

2. Objetivos y Metodología

Para realizar la selección de noticias objeto de análisis, se ha hecho uso de las herramientas de búsqueda de las versiones online de los medios de comunicación monitorizados. De este modo, puede asegurarse que todos los artículos estudiados fueron publicados, al menos, en las versiones digitales de los diarios, sin perjuicio de que hayan podido aparecer también en prensa escrita.

En el momento de monitorizar los medios de comunicación, con la intención de obtener una muestra lo más objetiva posible y eliminar sesgos en la selección, se han introducido siempre las mismas palabras clave. En este sentido, la búsqueda se realizó en función de las “etiquetas” bajo las que los medios de comunicación habrían podido clasificar sus publicaciones sobre salud mental, a saber: “salud mental”, “enfermedades mentales” y “trastornos mentales”, o “mental illness” y “mental health”, en los medios de comunicación extranjeros.

No obstante, dicha práctica ha resultado difícil de cumplir en todos los casos, ya que se ha podido observar que no existen criterios uniformes a la hora de clasificar las noticias sobre salud mental en los medios de comunicación analizados. Incluso en un mismo diario, pueden encontrarse diferentes etiquetas para agrupar noticias relacionadas con una misma temática: la salud mental.

Asimismo, en algunas secciones del informe, se realizó un análisis comparativo del tratamiento informativo del mismo acontecimiento en diferentes medios de comunicación, como sucedió en el apartado relativo a las noticias motivadas por las declaraciones de personajes populares. En estos casos, una vez conocido el hecho en sí, la búsqueda de las noticias en los diferentes canales de comunicación no se realizó utilizando las citadas etiquetas, sino acudiendo al buscador de los medios a monitorizar

e introduciendo el nombre del personaje popular para ver si habían cubierto dicha información.

Por otro lado, con el fin de examinar hasta qué punto las declaraciones de los personajes populares habrían supuesto un aumento generalizado de la producción de noticias sobre un determinado trastorno o enfermedad mental, también se realizó una búsqueda en Google del acontecimiento. Ello dio cabida a la lectura de algunos artículos relacionados con el tema en cuestión publicados en medios de comunicación distintos de los que se había decidido monitorizar en un primer momento. Es el caso, concretamente, de los siguientes diarios, por orden de mención en el informe: *Independent*, *El Español* e *Hipertextual*, así como de la revista *Scientific American*. Pese a que estas cabeceras no fueron monitorizadas en su totalidad, se ha considerado pertinente incorporar puntualmente al análisis sus noticias, ya que, por su tratamiento informativo o por el valor añadido que ofrecen a la comunicación en sí de las declaraciones del personaje popular, podrían representar un buen ejemplo de periodismo que apuesta por la visibilidad, la supresión de estigmas y la normalización de los colectivos que padecen algún trastorno o enfermedad mental.

Se ha hecho referencia también en este apartado a los portales digitales de algunas emisoras de radio y televisión, en los casos en los que las declaraciones de los personajes populares se habían hecho públicas inicialmente en estos medios audiovisuales, a saber: *BBC News*, *BBC World* y el programa *Today*, de la cadena de televisión estadounidense *NBC*.

Por lo que respecta a la sección sobre los avances de la investigación científica como fuente de noticias sobre salud mental, también se han incorporado dos referencias a las emisoras de radio regionales *SerCat* y *Onda Cero Catalunya*. En este caso, la decisión

2. Objetivos y Metodología

estuvo motivada ante la necesidad de reflejar la influencia de los criterios periodísticos de cercanía y proximidad geográfica en la decisión de generar noticias relacionadas con la publicación de nuevos estudios por parte de organismos e instituciones.

En el caso del apartado relativo al fotoperiodismo, además de las publicadas en los diarios monitorizados, se ha considerado oportuno incorporar imágenes del *diario.es*, *Cadena SER*, *El Mundo* e *infosalus*. La selección de medios se ha realizado acorde al posicionamiento de las noticias en internet intentando visibilizar ejemplos de buenas y malas prácticas.

En cuanto a la sección de medios especializados en salud, se han analizado las noticias presentes en los medios que han dado un mayor número de resultados a la introducción de las palabras clave “salud mental”, “enfermedades mentales” y “trastornos mentales”: *Diario Médico*, *Gaceta Médica* y *Redacción Médica*. FEAFES (2008).

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

La salud mental en los medios de comunicación

3.1 Introducción

El peso de los medios de comunicación en la percepción de las enfermedades mentales por parte de la población es de crítica importancia; por ello, es importante someter a un análisis intensivo la forma en la se divulga y comunica acerca de la salud mental. La imagen que se da del colectivo en ocasiones favorece su propia estigmatización, entendiéndose como estigma una condición o atributo de connotación negativa que sitúa a dicho colectivo en una situación de inferioridad sociocultural con respecto al resto de la población. Este rasgo negativo provoca en aquellos que lo padecen una dificultad añadida a la hora de alcanzar su inclusión laboral y cultural.

Los estigmas promovidos por los medios se ven reflejados en la sociedad en forma de estereotipos como la peligrosidad, la debilidad y la impredecibilidad. Estos atributos se convierten en etiquetas que se generalizan a todo el colectivo hasta llegar incluso a caracterizarlo. De esta forma, los estereotipos son incorporados y asimilados por la sociedad hasta tal punto que influyen en su modo de actuar. Este hecho se manifiesta en forma de prejuicios como el miedo, la discriminación o la desconfianza. Por ello es fundamental promover campañas de sensibilización enfocadas a desarraigar los prejuicios y acabar con los estereotipos favoreciendo así el bienestar del colectivo en cuestión.

Estos prejuicios nos pueden ayudar a entender el poder que tienen los medios de comunicación para ejercer una influencia directa en la forma de actuar

de la población. Las teorías iniciales sobre el poder o impacto social de los medios en su relación con el público señalaban a este último como un receptor pasivo al que los mensajes le eran “inyectados”, de acuerdo con el paradigma de la Aguja Hipodérmica desarrollado por el sociólogo Harold Lasswell en los años 20. Según este modelo, era el medio el que tenía el auténtico poder para influir sobre la sociedad a través de sus mensajes, mientras que el papel del receptor era prácticamente nulo: no se consideraban ni las diferencias entre los distintos receptores, ni su capacidad para interpretar la información de forma crítica en base a sus conocimientos (o en base a sus experiencias propias, su sistema de valores, etc.). Las teorías como la de la Aguja Hipodérmica fueron poco a poco relegadas en favor de otras que concedían al receptor un papel más activo en la selección e interpretación de mensajes. Es el caso de la teoría del Cultivo, propuesta a finales de los años 60 por los teóricos George Gerbner y Larry Gross, coincidiendo con el asentamiento de la televisión como medio de comunicación de masas.

Sin embargo, esta teoría sostiene también que el público, al exponerse a mensajes reiterados y consistentes, puede acabar percibiendo la realidad social de la manera en que la presentan los medios, de modo que estos “cultivarían” en la sociedad determinadas actitudes o impresiones que, por si fuera poco, adquirirían mayor peso cuanto mayor fuera la exposición a dichos mensajes.

En el campo de las enfermedades mentales, en tanto que su conocimiento no está generalizado y su incidencia puede resultar inadvertida por buena parte de la población que no convive con ellas (porque no las padecen, ni tampoco lo hacen las personas de su entorno), los medios de comunicación podrían suponer una ventana para darles visibilidad. En esta línea, analizar el tratamiento informativo que se hace de ellas serviría, en sentido positivo, para evaluar hasta qué punto los medios se comportan como agentes

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

activos en la conformación de un imaginario colectivo respetuoso, concienciado y bien informado en torno a la naturaleza clínica y social de estas patologías.

De hecho, la OMS, en el Informe sobre la Salud en el Mundo de 2001, dedicado a la salud mental, advirtió a este respecto que las barreras más importantes que hay que salvar en la comunidad son la estigmatización y la discriminación, y subrayó la función de los medios de comunicación en la consecución de este objetivo (OMS, 2001).

Pero estos, cada vez más apremiados por los criterios de actualidad e inmediatez informativas, podrían olvidar incluir en su agenda las cuestiones relacionadas con la salud mental, cuya atención y cobertura deberían ser constantes y atemporales. En no pocas ocasiones, se ha visto cómo los medios requieren de “ganchos” o “perchas” de actualidad que sirvan como justificación para incluir los temas de salud mental entre sus noticias más inmediatas.

La dificultad que supone comunicar sobre salud mental y la responsabilidad que ello conlleva han promovido que numerosas entidades y asociaciones hayan elaborado **guías de estilo** para ayudar a aquellos medios que quieran cooperar con esta noble tarea.

Los errores más frecuentes que cometen los medios de comunicación, según las guías de estilo de las asociaciones de afectados son:

- Titular de forma **alarmista y sensacionalista**, buscando la atención del lector sin contextualizar adecuadamente la noticia.
- Asignar **etiquetas** a personas con enfermedad mental, favoreciendo así la creación de estereotipos y estigmas.
- Ilustrar las noticias y artículos con **imágenes** oscuras que transmiten lástima, pena y aislamiento.

- **Infravalorar** a las personas con trastorno mental como fuente primaria de información.
- Vincular el entorno de la salud mental con **violencia y peligro**.
- Tratar a las personas con trastornos mentales con lástima y **paternalismo**.
- **Generalizar** casos concretos a todo el colectivo de salud mental.
- **Caracterizar a las personas por su diagnóstico** de salud mental.

Estas malas prácticas favorecen la aparición de ideas falsas que contagian a la sociedad de una percepción distorsionada de los trastornos mentales. En ocasiones, se nos presentan como “enfermedades irreversibles, intratables o contagiosas”, se acusa al propio afectado o a su familia como causante del trastorno, o se muestran como trastornos no compatibles con el desarrollo de una vida normal.

Existen una serie de directrices en las que los medios deben apoyarse para tratar de evitar estos errores, en su mayoría no intencionados. Dar más visibilidad a los logros obtenidos por el colectivo o de forma individual (inserción laboral, proyectos personales, mejoría con el tratamiento...), utilizar material gráfico adecuado que refleje aspectos positivos en lugar de imágenes que transmitan aislamiento y oscuridad, contar con la opinión y los testimonios de los afectados, señalar la falta de recursos, no emitir información sesgada que favorezca la creación de vínculos con estereotipos falsos y evitar utilizar términos de diagnóstico clínico (esquizofrénico, paranoico...) en contextos externos al ámbito médico para definir algo negativo, pueden ser hábitos periodísticos muy válidos para abordar los trastornos mentales.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

3.2 La salud mental en los medios generalistas

3.2.1 Principales temas de interés

Los temas sobre salud mental han creado siempre controversia y, en consecuencia, hacer una adecuada comunicación a la sociedad requiere de una formación específica.

Existen diferentes propuestas para estandarizar los planes de comunicación en este ámbito de la salud, debido a la especial sensibilidad que requieren.

Este apartado tiene la voluntad de dar una mirada general, siempre centrada en el ámbito de la comunicación, de algunas de las realidades en torno a la salud mental, que pueden despertar el interés de gran parte de la sociedad.

Las consecuencias de la crisis económica sobre la salud mental de la población

La recesión económica de estos últimos años ha contribuido en el diseño de nuevas políticas sanitarias orientadas hacia una perspectiva comunitaria, en consonancia con el modelo para la atención psiquiátrica y la salud mental, que establece la OMS. Este modelo ofrece una atención más holística del usuario y, se traduce en los correspondientes referentes legislativos a nivel europeo, nacional y autonómico.

Debido a este cambio de paradigma, surge la necesidad de difundir estos nuevos escenarios, con el objetivo de informar y concienciar al conjunto de la población, sobre estos nuevos servicios asistenciales.

Recientemente se cumplieron 30 años de la reforma psiquiátrica que cerró los antiguos manicomios, regidos por una normativa basada únicamente en la contención de los enfermos en los centros, sin valorar demasiado su diagnóstico y gravedad. Para conmemorar el aniversario, la *Confederación Salud Mental de España* ha elaborado una serie de reclamaciones por los incumplimientos que aún arrastra esta normativa. A nivel de gestión asistencial, tratan principalmente, de romper con la desigualdad que hay entre los territorios, mejorar la atención en los episodios de crisis del afectado e incrementar el número de profesionales. En cuanto a la vertiente comunicativa, su misión es ofrecer a la ciudadanía una visión positiva, que se acerque más al concepto “salud mental” y se vaya alejando del de “enfermedad mental”, interpelando directamente al conjunto de la sociedad con esta nueva mirada. Trabajan para mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias, defender sus derechos y representar al movimiento asociativo. Quieren estimular un modelo de atención de base comunitaria, proyectando interna y externamente un discurso normalizador del trastorno mental.

En referencia a la formación en comunicación de los profesionales dedicados a esta disciplina, es relevante mencionar el marco de trabajo establecido por el Ministerio de Sanidad donde se detallan las medidas a seguir en este ámbito. Esta normativa se recoge en el documento *Difusión de la Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud y formación de profesionales, 2016* y pretende orientar hacia un nuevo modelo de atención multidisciplinar de los pacientes.

Al centrar la mirada en las comunidades y, concretamente en Catalunya, vemos que la Generalitat ha destinado el mayor incremento presupuestario de su historia en el área de salud mental, tras advertir que este tipo de trastornos ha ido en aumento durante la crisis. Su propósito

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

es implantar un modelo comunitario de salud mental y trabajar en la prevención de este tipo de dolencias. El objetivo del Departament de Salut es que el 60% del presupuesto destinado a salud mental vaya dirigido al campo comunitario y el resto al hospitalario, en una proporción inversa a la actual.



Comín anuncia para 2017 la mayor inversión en salud mental de la historia (*La Vanguardia*, 08/10/16)

La salud mental se ha convertido en un objetivo primordial del sistema sanitario, ya que se estima que aproximadamente un 25% de la población padece o padecerá algún trastorno mental a lo largo de su vida.

Este nuevo modelo asistencial necesita de políticas transversales, con una implementación concreta en cada territorio donde se desarrollan. Hay que dirigir los esfuerzos hacia la aplicación de estrategias generales, que se puedan trasladar de manera específica en cada zona, según las necesidades requeridas.

Ejemplos de aplicación de estas políticas sanitarias las encontramos en Madrid y Barcelona, ciudades que han desarrollado un plan específico de salud mental, dando una atención más holística a los usuarios.

La Consejería de Sanidad de Madrid desarrolló el Plan estratégico de Salud Mental 2010-2014, en el

que se prioriza el avance en la humanización de la asistencia, así como el rechazo a la estigmatización y a la discriminación de este colectivo. También se destaca el empeño de las asociaciones de pacientes y de las familias, ya que son un pilar fundamental en el cuidado, tratamiento y rehabilitación de los pacientes. El objetivo prioritario de la Comunidad de Madrid es responder de la mejor manera posible a las expectativas de la ciudadanía y garantizar su bienestar.

En la misma línea, el Ayuntamiento de Barcelona también ha elaborado su Plan de Salud Mental específico, en el que prioriza las necesidades diferenciales de cada barrio, abordando los trastornos mentales desde 4 ejes principales: la salud, los derechos sociales, la ocupación y la vivienda. El plan de actuación se llevará a cabo a través del Consorcio de Salud de Barcelona y la Agencia de Salud Pública de la ciudad. Es la primera vez que se elabora un plan específico para la capital catalana, representando un punto de inflexión en el abordaje de la sanidad de Barcelona.



Barcelona tendrá su primer plan integral de Salud Mental en verano (*La Vanguardia*, 11/01/16)

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



Barcelona impulsa el primer Plan de Salud Mental con 51,2 millones de euros (*La Vanguardia*, 20/07/16).

Con el objetivo de paliar el impacto de la crisis actual sobre la salud mental de la población, la **Asociación Europea de Psiquiatría (EPA)** ha identificado dos posibles áreas en las que hay que intervenir:

- Sistemas de protección social
- Promoción y mejora de la atención en salud mental

Sistemas de protección social

Debido a que existe una relación estrecha entre pobreza y salud mental, hay que mejorar los sistemas de protección social para afrontar los efectos de una recesión de larga duración, con acciones adaptadas a cada etapa vital. En este sentido, la EPA recomienda una serie de estrategias para la contención de la problemática asociada a estos periodos económicos:

- Provisión de fondos: medidas para la caída de ingresos de las familias.
- Lucha contra el paro: implementando políticas activas de ocupación.
- Abordar la incertidumbre en la vivienda.
- Medidas para reducir las desigualdades sociales promoviendo la participación comunitaria y evitando el aislamiento.

Promoción y mejora de la atención en salud mental

En la mayoría de países europeos, la atención en salud mental es ineficiente e insuficiente debido a la falta de recursos que destina el gobierno. Para mejorar la asistencia, la EPA apunta una serie de recomendaciones:

- Acelerar los procesos asistenciales y optimizar recursos: con medidas como la creación de una red especializada de servicios comunitarios.
- Mejorar la coordinación entre la atención primaria y la especializada.
- Promoción de hábitos de vida saludables.
- Adoptar estrategias de soporte y comunicación.

La salud mental de los españoles es razonablemente buena si la comparamos con la del resto de países del entorno. Nuestra sanidad pública dispone de una red asistencial que ofrece una gran calidad en los servicios, aportando un trato multidisciplinar en el abordaje de los pacientes. Las principales líneas de actuación están centradas en la prevención del suicidio, del abuso de tóxicos y en el tratamiento precoz de las enfermedades. Se centran también en la educación a los menores en hábitos saludables como línea preventiva fundamental, permitiendo al sistema sanitario ahorrar a medio y corto plazo. Se promueven valores que les ayuden a desarrollarse y a mantener una vida equilibrada. En este sentido, nuestros parámetros culturales están empeorando en los últimos años, debido, en gran parte, a un cierto abandono de los menores a las tecnologías, ausentando en muchos casos a las familias de su rol de educadores.

A estas carencias, se les añade el déficit de profesionales que hay actualmente en la sanidad pública española. Se estima que hacen falta 1.800 profesionales para alcanzar el número de psiquiatras, psicólogos clínicos y personal de enfermería recomendado por la Sociedad

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Española de Psiquiatría. Se hace evidente que la situación en los últimos tiempos se ha deteriorado debido a los recortes producidos en sanidad.



La salud mental: el gran desafío (El Periódico, 03/04/16)



Salut mental: la gran desconeguda (Diari Ara, 08/06/16).

La depresión, entre las enfermedades mentales más frecuentes

Conmemorando el día mundial de la depresión el pasado 7 de abril, la OMS ha querido aprovechar para dedicarle una campaña durante todo el año, debido a su creciente prevalencia. Es una de las enfermedades mentales más frecuentes y en la actualidad, representa la segunda causa global de discapacidad



Más deporte y menos ansiolíticos (El País, 18/01/16)

Adolescencia y salud mental: un frágil equilibrio

Más del 50% de los trastornos mentales de la edad adulta se inician en la adolescencia. La prevención y detección precoz son elementos claves para su correcto abordaje.

Según las evidencias, las sociedades que se preocupan de la salud mental de su ciudadanía, tienen más recursos para sobreponerse a las adversidades y, por lo tanto, más capacidad para prosperar. Si nos centramos en los niños y adolescentes, este aspecto

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

toma especial relevancia, ya que representan etapas de la vida claves para su adecuado desarrollo. Estamos, pues, delante de una prioridad a nivel mundial



Child mental health crisis “worse than suspected” (The Guardian, 29/04/16).



Student mental health: a new model for universities (The Guardian, 02/03/16).



La falta de recursos pone en jaque la atención a la salud mental infantil (El País, 09/06/16).



Un cuento para disfrutar aquí y ahora (El País, 08/10/16)

Debido a esta creciente necesidad, se han diseñado centros específicos para la atención mental de niños y adolescentes: los *Centros de Salud Mental Infanto-Juvenil (CSMIJ)* en los que el porcentaje de menores diagnosticados de trastornos mentales

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

graves como la psicosis, trastorno bipolar, trastornos del espectro autista o esquizofrenia, se ha doblado en los últimos años. En consecuencia, los CSMIJ han tenido que organizarse para optimizar sus recursos y mantener la calidad en la atención del elevado número de episodios, muchos de ellos asociados al consumo de tóxicos.

Emociones, un nuevo idioma

Actuamos habitualmente de manera reactiva, sin disponer de estrategias que permitan anticiparse y prevenir determinadas situaciones de manera proactiva. Carecemos también, en muchos casos, de una adecuada gestión de las emociones, que nos ayudaría a afrontar las adversidades de la vida con mayor facilidad y detectar a tiempo las posibles señales de alerta.

Es importante, pues, capacitar y acompañar a los adultos hacia una correcta educación emocional, para que puedan establecer un vínculo sano y pedagógico con los menores.

La Declaración Internacional sobre Salud Mental, elaborada el año 2010 por la Asociación Internacional para la Salud Mental Joven, se presentó bajo el lema *“Imagina un mundo donde los jóvenes con problemas de salud mental reciban el soporte y la asistencia necesaria y, no hayan de soportar el rechazo, los prejuicios y la estigmatización”*.

Algunos de los adolescentes que participan en los diferentes talleres que se realizan por los centros educativos, explican que no acostumbran a hablar de sus emociones con sus padres, educadores o amigos.

Desde diferentes ámbitos socioeducativos y sanitarios, hace tiempo que se reclama que la alfabetización en salud mental y la educación emocional sean una asignatura en las escuelas.

Necesidad de una comunicación responsable para la supresión de estigmas

Estigma (del griego *stigma*, quiere decir marca que no se puede borrar): conjunto de características que, de manera aleatoria, se atribuye a un grupo de personas, a través de las cuales se las discrimina.

De manera general, la percepción social hacia la enfermedad mental está bastante distorsionada.

Los factores principales que contribuyen al estigma de la sociedad hacia los trastornos mentales son:

- No se tratan como una enfermedad por parte de la opinión pública.
- Se consideran una vergüenza o una debilidad de la voluntad.
- Lo desconocido provoca rechazo, con la correspondiente reacción humana que es la negación o estigmatización.

Si bien en los últimos años se perciben algunos avances en el tratamiento mediático en torno a estos temas, a nivel general, se sigue transmitiendo una imagen errónea y negativa del padecimiento mental, que afianza estereotipos y perjudica de manera directa, los derechos e inclusión social de este colectivo.

Desde la comunicación, uno de los principales desafíos es intentar no reproducir estereotipos, de manera consciente o inconsciente, en la presentación de la información. Brindar los contenidos de manera adecuada es fundamental para que se modifiquen actitudes que obstaculicen la inclusión social de este colectivo.

También se pretende dar herramientas para empoderar al colectivo afectado, sobre todo

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

para que superen el **autoestigma**, derribando las barreras del silencio y del tabú.

En la actualidad, según el Informe Mundial de la Salud 2001 de la OMS, “a la luz de los avances científicos y técnicos, de las reformas sociales y de las nuevas legislaciones en el mundo, no hay motivo ético o científico que justifique la exclusión de la persona con padecimiento mental”.



Ocho de cada diez catalanes con trastornos mentales sufre discriminación (La Vanguardia, 30/09/16)



El menosprecio que sufrimos es muy doloroso (La Vanguardia, 25/04/16)

3.2.2 Noticias sobre salud mental motivadas por las declaraciones de personajes públicos o la publicación de estudios científicos

A lo largo de 2016, buena parte de las piezas informativas sobre enfermedades mentales surgieron a consecuencia de la publicación de una investigación o de las declaraciones de un personaje popular relacionado con algún trastorno o enfermedad mental.

Personajes populares con trastornos mentales

En materia de salud mental, es observable que, con relativa frecuencia, determinado trastorno entra en la agenda de los medios de comunicación como resultado de que un personaje notorio esté vinculado con él, por ejemplo, cuando el personaje popular decide dar a conocer que sufre una determinada enfermedad mental.

Los personajes públicos, por su propia notoriedad, tienen interés informativo. A los individuos que conforman una sociedad les interesa conocer la vida de los personajes populares porque a menudo representan lo que les habría gustado ser o aquello en lo que aspiran a convertirse. Además, al formar parte del imaginario colectivo, generan una especie de nexo entre personas que en ocasiones marca la agenda social: orienta las conversaciones y favorece la identificación entre individuos. Ello explicaría por qué, en la mayoría de los casos, los medios de comunicación se limitan a difundir el comunicado o las declaraciones del personaje popular: que una cantante conocida internacionalmente padezca estrés postraumático se convierte por sí mismo en noticia.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Ahora bien, la vida y las acciones de las personas populares también pueden resultar atractivas por su capacidad de influencia sobre la opinión pública. En ocasiones, la cercanía o la empatía social que despiertan se convierten en herramientas útiles para transmitir mensajes que fomenten unas determinadas actitudes sociales o inviten a que otras sean modificadas.

Visibilidad

En el caso específico de las enfermedades mentales, la presencia de personajes populares vinculados a ellas podría contribuir a aumentar su visibilidad. En 2016, uno de los casos más representativos en este sentido fue el de la cantante Lady Gaga, que, el día 5 de diciembre, contó que sufría estrés postraumático como resultado de una violación a la que ya se había referido públicamente en anteriores ocasiones. Lo hizo durante una visita a un centro de jóvenes LGBT sin techo en Nueva York, a la que invitó a periodistas del programa *Today* (05/12/16), de la cadena de televisión estadounidense *NBC*. Su declaración fue directa y precisa: "Padezco estrés postraumático, una enfermedad mental". El 6 de diciembre, los medios de comunicación *The Guardian*, *The New York Times*, *La Vanguardia* y *BBC News* decidieron hacerse eco de la noticia replicando las declaraciones de la artista y explicando el contexto en que las realizó. Así lo hizo también el diario *El País*, en su caso, el día 8 de diciembre de 2016.

Es interesante advertir cómo en los mencionados diarios *The Guardian*, *The New York Times*, *El País* y *La Vanguardia*, la noticia es la comunicación por parte de Lady Gaga de que padece estrés postraumático y las razones que le generaron dicho trastorno. No se ahonda en la naturaleza clínica del estrés postraumático, sus causas,

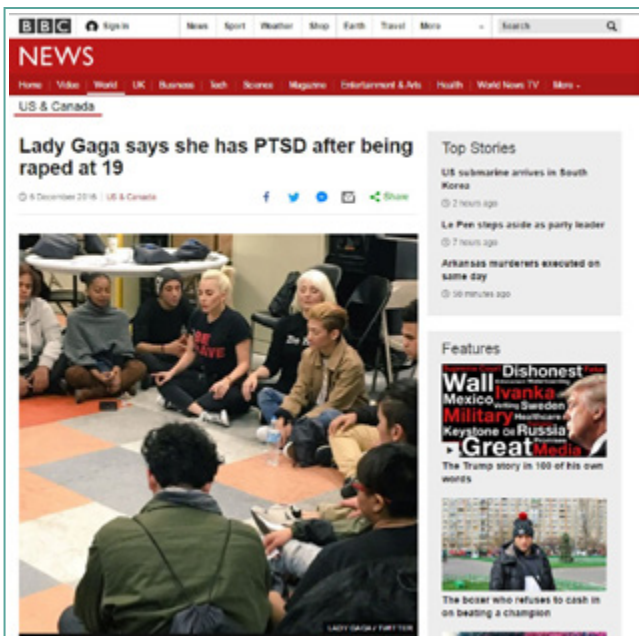
síntomas, dificultades que se derivan de él, posibles tratamientos, posibilidades de mejora, etc.

Al tratarse de una artista internacional con millones de seguidores, la información en sí misma es relevante. No hay duda de que responde a valores noticiosos como la novedad, la actualidad, la repercusión, el interés humano o la identificación psicológica, ya que, además de generar posiblemente empatía a nivel general, se entiende que la noticia podría llegar a personas que padecen su mismo trastorno.

Los medios de comunicación, al replicar las declaraciones de Lady Gaga, informan y favorecen, sin duda, la visibilidad del estrés postraumático en tanto que fomentan la difusión pública de la noticia y, con ello, que se hable del trastorno. Ahora bien, además de informar, ¿pueden contribuir los periodistas a generar un mayor conocimiento social acerca del trastorno mental que padece Lady Gaga?

Una propuesta interesante a este respecto es acompañar la noticia acerca del estado de salud del personaje popular con un despiece con información sobre el trastorno o enfermedad: en qué consiste, cuáles son sus causas y/o síntomas, posibles tratamientos, etc. En el caso de Lady Gaga, la noticia publicada el día 6 de diciembre en el portal online de la *BBC* es uno de los pocos ejemplos encontrados de esta práctica. Además del despiece informativo, incluye algunos enlaces a noticias publicadas con anterioridad en el portal al respecto de las posibles causas, el diagnóstico o los problemas que se derivan del trastorno del estrés postraumático.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



Lady Gaga says she has PTSD after being raped at 19 (BBC News, 06/12/16)



Lady Gaga tells group of LGBT youth, 'I suffer from a mental illness' (The New York Times, 06/12/16)



Lady Gaga reveals she has PTSD: 'I suffer from a mental illness' (The Guardian, 06/12/16)



Lady Gaga confiesa que sufre estrés postraumático por una violación (La Vanguardia, 06/12/16)

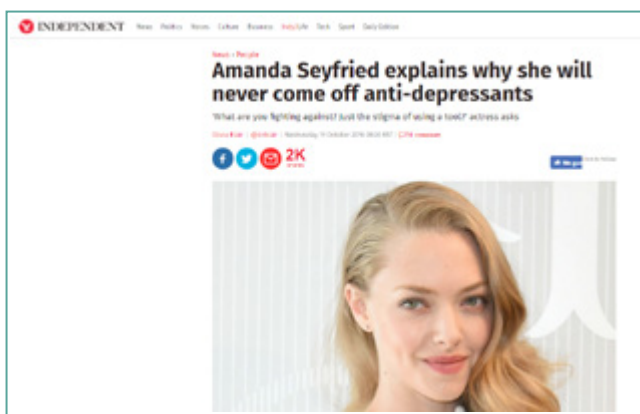
De este modo, además de informar sobre un determinado aspecto de la salud del personaje popular en cuestión, se trataría de piezas informativas que, de estar bien documentadas, sí podrían contribuir a dar visibilidad a un determinado trastorno, al ofrecer al público general un valor añadido: conocimiento sobre su realidad.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

De esta manera, se hace evidente cómo la comunicación pública de un personaje popular en un momento determinado marca la agenda de los medios, y cómo estos pueden servir de la salud mental de un personaje público para, en sentido positivo, profundizar y/o reforzar el conocimiento que la sociedad tiene acerca de un determinado trastorno.

El de Lady Gaga no es el único caso en el que la comunicación pública de un personaje popular sirve para introducir en la agenda informativa un trastorno mental. Solo dos meses antes, la actriz Amanda Seyfried contaba en el marco de una entrevista publicada en la revista *Allure* el 18 de octubre que tiene trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), con ansiedad y depresión asociadas, diagnosticado desde los 19 años.

Nuevamente, diarios como *The Independent* (19/10/16) o *La Vanguardia* (20/10/16) convirtieron en noticia esta parte de la entrevista a la actriz, decisión justificable en base a los mismos criterios noticiosos atribuibles a la situación de Lady Gaga: novedad, actualidad, repercusión, interés humano, identificación psicológica.



Amanda Seyfried explains why she will never come off anti-depressants (*Independent*, 19/10/16).

Normalización

La normalización de los trastornos mentales es un aspecto elemental en el camino hacia la eliminación de estigmas y el fin de la discriminación de las personas que los sufren.

En cuanto a las noticias sobre personajes populares con enfermedades mentales, añadir un carácter divulgativo a la información, por ejemplo, mediante textos que permitan conocer el trastorno en mayor profundidad, resulta indispensable no solo para favorecer su visibilidad, sino también porque, de esta manera, los medios de comunicación pueden contribuir a generar conciencia y a familiarizar a la sociedad con esta realidad.

Desde otra perspectiva, no obstante, los acontecimientos que los medios de comunicación elevan a la categoría de noticia constituyen al mismo tiempo un reflejo del estado de la sociedad. Además de los valores-noticia del interés humano, la repercusión o la identificación psicológica ya mencionados, cuando un diario, radio o televisión anuncia que un personaje popular padece una enfermedad mental, lo hace también en base a otros valores informativos, como la sorpresa, la expectación o la rareza... En este sentido, si el hecho de que un personaje popular tenga una enfermedad mental sorprende y, por ende, resulta noticioso, tal vez pueda ser interpretado como reflejo de que aún queda mucho camino por recorrer en relación con el grado de normalización social de las enfermedades mentales.

Tal consideración lleva a reflexionar en torno a la necesidad de hallar un equilibrio entre los riesgos y oportunidades de este tipo de noticias. En este sentido, frente a la función que desempeñan en términos de visibilidad y normalización, cabe prestar atención especial a peligros como la "espectacularización" o la banalización.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Por “espectacularización” ha de entenderse la atribución a la noticia de un aire asombroso, que genera gran admiración o extrañeza. Esta práctica estaría, por lo tanto, en las antípodas de una pretendida normalización. Además, de las sensaciones de sorpresa o asombro que despierta una noticia contada de manera espectacular, se deriva el riesgo de banalización del trastorno mental, observable, por ejemplo, en el tratamiento informativo de la depresión.

En el caso de esta enfermedad, debe tenerse en cuenta el uso generalizado de la palabra para referirse a un momento en que nos sentimos tristes o abatidos, de acuerdo a la cuarta acepción del Diccionario de la Real Academia Española de la palabra “deprimirse”, a saber: “producir decaimiento del ánimo”. Tal acepción no implica un diagnóstico de la enfermedad, la cual es referida en la séptima acepción de “deprimirse”, esto es: “en psicología y psiquiatría, padecer un síndrome de depresión”.

Con el fin de evitar una banalización de un trastorno mental serio, los medios de comunicación deberían tener especial cuidado a la hora de noticiar acerca de un personaje popular que dice “estar deprimido”. En marzo de 2016, el cantante Justin Bieber canceló los encuentros con sus fans que tenía programados a través de un mensaje que publicó en su cuenta personal de Instagram. En el comunicado, explicaba lo que sentía: “quiero hacer a la gente feliz, pero no a mi costa, y siempre acabo sintiéndome mental y emocionalmente exhausto, hasta el punto de la depresión”, ya que “la presión de cumplir con las expectativas de los fans sobre lo que se supone que debo ser pone más peso sobre mis hombros del que puedo manejar”.

Bieber tomó tal decisión tras un incidente con una de sus fans, que burló algunas medidas de seguridad. Por la repercusión internacional del artista, los medios de comunicación, como *The Guardian* o *El País*, dieron la noticia. Ahora bien,

podieron apreciarse en estos diarios dos posturas diferentes en sus enfoques informativos:



Justin Bieber cancels fan meet-and-greets after security scare (*The Guardian*, 23/03/16)



Justin Bieber está deprimido (*El País*, 23/03/16)

The Guardian publicó la noticia, pero no tituló aludiendo a la depresión, sino al percance con la seguridad que llevó al artista a decidir cancelar sus conciertos; es decir, que, aunque incorporó el mensaje de Instagram a su información, evitó utilizar la palabra “depresión” tanto en los titulares como en el cuerpo de la información.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

En sentido contrario, el diario *El País* llevó hasta el titular la idea de que Bieber “está deprimido”, a pesar de que se desconoce hasta qué punto el artista utilizó esa palabra según la acepción del diccionario número 4 (se refería a un estado de ánimo puntual motivado por un incidente desafortunado) o 7 (realmente padece una enfermedad mental diagnosticada).

Más aún, el riesgo de banalización y “espectacularización” se extiende aquí al hecho de que, en este caso, a pesar de que la información del comunicado de Bieber era la cancelación de su gira de conciertos, *El País* decidió llevar al titular y hacer noticia acerca de la supuesta depresión del artista.

Estigmas

Dentro de la mencionada búsqueda de un equilibrio entre oportunidades y riesgos de este tipo de noticias, cabe analizar si, en grado alguno, contribuyen a minimizar o no los estigmas existentes en torno a las enfermedades de salud mental.

En esta línea, el fallecimiento el pasado diciembre de la actriz Carrie Fisher, reconocida internacionalmente por haber dado vida a la Princesa Leia en la saga de *La guerra de las Galaxias*, constituye un ejemplo paradigmático.

Además de por su carrera profesional, la artista era conocida por las entrevistas que concedió a lo largo de su vida para hablar del trastorno bipolar que padecía, así como por haber escrito varios libros donde contaba sus experiencias conviviendo con la enfermedad. A su muerte, los medios de comunicación quisieron recordarla con noticias y obituarios en los que no solo se ofrecía un repaso a su carrera cinematográfica, sino a la parte de su vida y de su popularidad relacionada con su labor encaminada a dar visibilidad y eliminar los estigmas en torno al trastorno bipolar.



Los mejores momentos de la actriz y guionista Carrie Fisher, más allá de ‘Star Wars’ (*El País*, 29/12/16)

Merece atención especial, incluso, el hecho de que algunos diarios abordasen el fallecimiento de la actriz desde la sección de salud (psiquiatría), como lo hizo *El Español*.



El legado menos conocido de la princesa Leia: hacer visible el trastorno bipolar (*El Español*, 28/12/16)

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Por su parte, otros diarios, como ejemplo de las prácticas que los medios de comunicación pueden aplicar para aumentar la visibilidad y el conocimiento general acerca de un trastorno mental, además de resumir la trayectoria vital de Fisher, incorporaron datos sobre la naturaleza clínica, riesgos, incidencia, posibles tratamientos, etc. del trastorno bipolar, así como declaraciones de expertos en psiquiatría y en el estudio del trastorno, lo que permite al lector aproximarse en cierto grado a la realidad del mismo.



hipertextual
CULTURA

Carrie Fisher también fue pionera en la batalla contra las enfermedades mentales

Por Santiago Campillo 28/12/16 - 13:10

El trastorno bipolar de Carrie Fisher probablemente ha jugado un papel crucial en su fallecimiento. Pero aún así, Fisher consiguió vencer la batalla con naturalidad y sarcasmo. Esto es lo que nos ha enseñado en estos años.



2016 se está cebando con las vidas de personajes con los que las últimas generaciones hemos crecido. Si pensábamos que ya casi estábamos a salvo de la desgracia, en los últimos días, este año se ha cobrado nuevos tributos. Probablemente algunos de los más tristes de todo 2016: Vera Rubin y Carrie Fisher. Ambas figuras femeninas son un ejemplo indudable de entereza e injusticia. De la física ya os hablamos hace unos días. Pero la figura de Fisher, por desgracia, es un tanto desconocida más allá de la mítica Guerra de las Galaxias. Sin embargo, Fisher fue mucho más. Fue una gran scripter y guionista. Fue también una buena autora. Y fue aún un mejor ejemplo de superación. Fisher defendió durante toda su vida la posición de aquellos que sufren de una enfermedad mental, algo que ella misma padecía. Su ácida actitud y su jovialidad son solo la consecuencia de una lucha que duró hasta sus últimos momentos.

Carrie Fisher también fue pionera en la batalla contra las enfermedades mentales (Hipertextual, 28/12/16)



Carrie Fisher Put Pen and Voice in Service of 'Bipolar Pride'(The New York Times, 28/12/16)

Asimismo, en la cabecera *The Guardian*, se dio una situación particular, debido a que Fisher tenía una sección como columnista en el diario. En uno de sus artículos más recientes –apenas un mes antes de su muerte–, una lectora le pedía consejos para sobrellevar el trastorno bipolar. Este escrito, además de dar cuenta de la labor de Fisher dando visibilidad al trastorno, también refleja el compromiso del diario, al prestar una parte de su espacio para este tipo de acciones.

Ahora bien, si este caso representa un ejemplo paradigmático, es sobre todo porque, tras conocerse el fallecimiento de Carrie Fisher, las redes sociales estallaron en mensajes de apoyo y reconocimiento a esta faceta de la actriz, lo que da muestra del alcance real de la actividad mediática de la artista en materia de divulgación de la realidad del trastorno. Algunos medios de comunicación, como *The New York Times* o *BBC Mundo* también lo convirtieron en noticia.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



Fans Tweet About Mental Illness to Honor Carrie Fisher (*The New York Times*, 27/12/16).



"Yo también soy bipolar": cómo la muerte de Carrie Fisher, la legendaria Princesa Leia, inspiró a muchos a hablar públicamente de sus enfermedades mentales (*BBC Mundo*, 28/12/16).

Por último, cabe mencionar que el fallecimiento de Carrie Fisher puso realmente el trastorno bipolar en la agenda mediática, hasta el punto de que *Scientific American* publicó un artículo donde se analiza la posibilidad de que la defunción de la actriz hubiera estado (o no) en parte motivada por el hecho de que tuviera trastorno bipolar.



Did Carrie Fisher's Bipolar Disorder Contribute to Her Death? (*Scientific American*, 31/12/16)

Construcción del discurso

En lo que respecta a sensibilización y supresión de estigmas, es importante atender no solamente al discurso o enfoque de las informaciones, sino también a la manera en que estas son planteadas y difundidas. En general, tanto los medios generalistas como los especializados aplauden las iniciativas de personajes populares que se deciden a contar que padecen una enfermedad mental por la oportunidad ya comentada que ofrecen para darles visibilidad y normalizarlas.

Sin embargo, un análisis de buena parte de estas noticias permite observar algunas contradicciones entre el discurso de la noticia (qué se dice) y la construcción de dicho discurso (cómo se dice).

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Las noticias de 2016 dejan entrever avances en tal construcción del texto, por ejemplo, en cuanto a la manera de referirse a las personas con algún trastorno. Una persona con trastorno bipolar ya no es referida como “bipolar”, lo que supone un reconocimiento a una de las mayores reivindicaciones de las asociaciones de pacientes, así como un avance discursivo hacia la normalización, por cuanto al decir “persona con trastorno” está dejando de ponerse por delante la condición de “trastornado” con respecto a otras características de la persona.

Sin embargo, cuando estos personajes populares dicen padecer un trastorno, por ejemplo, cuando la actriz Kristen Bell, conocida por dar vida a la protagonista de la película *Verónica Mars*, comunicó que sufría depresión, el diario *El País* publicó la noticia con el siguiente titular: “La protagonista de Verónica Mars confiesa que sufre depresiones”.



La protagonista de Verónica Mars confiesa que sufre depresiones (*El País*, 10/05/2016)

Desde el punto de vista semántico, la palabra “confesar” adquiere connotaciones negativas, ya que suele asociarse a la revelación de un delito, un pecado o alguna otra acción inapropiada o

prohibida. En este sentido, este verbo resulta del todo inapropiado y, sin embargo, su uso se encuentra bastante generalizado a tenor del gran número de titulares construidos con él en este ámbito.

A pesar de que con estas noticias los periodistas normalmente aplauden la decisión de los personajes populares de hacer pública su enfermedad y la emplean como pretexto para tratar de dar visibilidad y normalizar la realidad de los problemas de salud mental, las contradicciones entre el discurso y su construcción reflejan el largo camino que aún queda por recorrer en cuanto a la normalización y eliminación de estigmas de las enfermedades y trastornos mentales en los medios de comunicación.

Los avances de la investigación científica como fuente de noticias sobre salud mental

Buena parte de las noticias sobre salud mental de 2016 tienen como fundamento los resultados de algún estudio sobre una determinada enfermedad o trastorno mental. Normalmente, dichos trabajos son publicados por universidades o centros de investigación, o por la propia Organización Mundial de la Salud.

En algunos casos, se observa la tendencia a destacar las investigaciones de organismos vinculados al área de cobertura principal del medio de comunicación en cuestión, lo que respondería a valores-noticia como la proximidad geográfica y la cercanía con el lector. Por ejemplo, en octubre, se hicieron públicos los resultados de un estudio liderado por profesionales de la sección de Adicciones y Patología Dual del Servicio de Psiquiatría del Hospital Vall d'Hebron de Barcelona y el Vall d'Hebron Institut de Reserca (VHIR). Dicho trabajo afirmaba que “7 de cada 10 pacientes tratados en centros de salud españoles por adicción a la heroína sufren, como mínimo, un trastorno psiquiátrico

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

asociado”. En radio, la noticia fue cubierta en las emisoras regionales *SERCat* y *Onda Cero Catalunya*



Heroïna i trastorns mentals, cada cop més lligats (*SERCat*, 24/10/16)

Por otra parte, son asimismo frecuentes los artículos que se centran en investigaciones publicadas en revistas científicas como *Nature* o *Science*. En estos casos, este dato suele aparecer destacado en las primeras líneas de la información, a veces incluso antes de explicar el descubrimiento. Así ocurre en una pieza del diario *El País*, publicada en marzo con motivo de una investigación sobre esquizofrenia patrocinada por el Instituto Nacional de Salud de Estados Unidos (NIH) y publicada en *Nature*.

Esta noticia arranca, en primer lugar, con una breve definición de la esquizofrenia. Después, se mencionan el patrocinador del estudio y la revista donde se ha publicado, antes de explicar la esencia del artículo, a saber, que se “ha conseguido relacionar una de las variantes genéticas asociadas con las anomalías cerebrales que se vinculan con el trastorno”.



Un estudio explica la esquizofrenia desde la genética hasta la fisiología (*El País*, 03/03/16)

En cualquier caso, de la tendencia a incluir en la agenda informativa los trastornos y enfermedades mentales como resultado de la publicación de estudios relacionados con ellos, puede deducirse la repercusión de los centros investigadores. Estos no solo aumentan el conocimiento en materia de salud mental, sino que también contribuyen a dar visibilidad a este campo a través de los medios de comunicación.

Ahora bien, este aspecto plantea algunas preguntas acerca de la función de los medios de comunicación. ¿Cuál es su grado de compromiso para con la salud mental: ejercen como meros transmisores del conocimiento que generan las publicaciones científicas y/o institucionales o, por el contrario, se esfuerzan en producir contenidos complementarios que aporten un valor añadido para la sociedad?

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

El apremio al que se ven sometidos los periodistas como resultado de los valores de inmediatez e instantaneidad que se han impuesto hoy en día en las redacciones, sobre todo, en el caso de los medios digitales, podría suponer un hándicap en el intento de ofrecer una mayor contextualización de las noticias. En ocasiones, los medios de comunicación se limitan a ofrecer un resumen de las conclusiones del estudio en cuestión que, en el mejor de los casos, es enlazado a través de un hipervínculo a la fuente de publicación original.

Un posible valor añadido a la relevancia de las conclusiones de un estudio reciente podría ser comparar sus resultados con otros anteriores y explicar en qué medida los nuevos hallazgos suponen un avance o resultan representativos. En este sentido, en los artículos digitales, es bastante frecuente la utilización de hipervínculos que permitan relacionar las noticias con informaciones de años anteriores.

De igual modo, posiblemente con el fin de acercar las conclusiones del estudio al lector y de hacerlas más tangibles, también suelen incluirse en estas noticias declaraciones del investigador principal del estudio.

Un ejemplo de estas dos alternativas lo proporciona un artículo del diario *The Guardian* publicado en diciembre: investigadores del King's College London, la Harvard Medical School y la OMS habían descubierto que, "incluso en los países ricos, solo una de cada cinco personas con depresión recibe el tratamiento adecuado". Para explicar la noticia, el periódico refleja las declaraciones textuales del investigador principal del estudio y compara los datos revelados por este estudio con los resultados de una investigación precedente, concretamente, del año 2008.



Tiny minority of people with depression get treatment, study finds
(*The Guardian*, 01/12/16)

En todo caso, también pueden encontrarse, tanto en los medios de comunicación internacionales como en los nacionales, algunos ejemplos de noticias en las que los periodistas aportan contenido propio. Como ejemplo, puede destacarse un artículo publicado en marzo por el diario *El País* a razón de la noticia de que "solo en Reino Unido, casi la mitad de los psicólogos, profesionales encargados de atender a la población con depresión, la padecen, según una encuesta de la British Psychological Society". La pieza se centra en explicar la metodología y las principales conclusiones del estudio británico, incluyendo citas textuales de los testimonios de algunas personas encuestadas.

Sin embargo, la noticia también incluye en el arranque una referencia a la OMS que permite

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

enmarcar los resultados en un plano global, al tiempo que la segunda parte del artículo trata de ofrecer un acercamiento a la realidad de los psicólogos de nuestro país. Para ello, incluye las consideraciones de representantes del cuerpo, como el presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría, Miguel Gutiérrez.

De esta forma, la representatividad de los resultados del estudio británico se explica tanto por su comparación con los datos globales que ofrece la OMS, como con la situación de otros países, en este caso, España, ya que se trata de una noticia publicada en un diario nacional. Se trataría de una estrategia del medio de comunicación para contextualizar las informaciones en función de valores noticiosos como la proximidad geográfica y la cercanía con el lector.



The screenshot shows a news article from EL PAÍS. The headline is "La mitad de los psicólogos dicen estar deprimidos" (Half of psychologists say they are depressed). Below the headline, it says "Un estudio de Reino Unido muestra el deterioro del bienestar emocional de estos profesionales" (A study from the UK shows the deterioration of the emotional well-being of these professionals). The author is M^a VICTORIA S. NADAL. The date is Madrid - 2 MAR 2016 - 19:34 CET. There is a photo of two female students in a classroom. Below the photo, it says "Dos alumnas asisten a clase en un aula de la Facultad de Psicología de la Universidad del País Vasco (UPV) en San Sebastián, en una imagen de archivo. JAVIER HERNÁNDEZ". At the bottom, there is a text box with the following content: "Más de 350 millones de personas en todo el mundo se sienten tristes, no pueden dormir, no son capaces de sentir placer, de concentrarse y, en muchas ocasiones, ni siquiera de encontrar un motivo por el que levantarse de la cama. Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), el 5% de la". To the right of this text box, there is a section titled "MÁS INFORMACIÓN" with the subtext "Salud mental y psiquiatría, una evolución necesaria" and "Cuando la mente es la que crea la".

La mitad de los psicólogos dicen estar deprimidos (*El País*, 02/03/16).

3.2.3 La producción de noticias propias sobre salud mental en los medios generalistas

Las noticias sobre nuevos avances en investigación o los estudios acerca de la prevalencia de un determinado trastorno o enfermedad mental despiertan, en ocasiones, el interés de los medios de comunicación por publicar sus propios contenidos en aras a fomentar el conocimiento general en torno a dichas enfermedades mentales.

Se trata, en este sentido, de piezas que adquieren carácter divulgativo y que podrían considerarse una puesta en práctica de la función formativa de los medios de comunicación, uno de los tres objetivos clásicos promovidos en sus orígenes por la cadena británica *BBC*, junto a informar y entretener.

En esta línea, cabe destacar la presencia y la repercusión informativas de los datos que proporciona la OMS. La organización no solamente marca la agenda de los medios de comunicación con sus comunicados, sino que estos sirven a menudo a los periodistas como pretexto para profundizar en torno a una enfermedad mental concreta. Por ejemplo, en junio, el diario *El País* publicó un artículo titulado "Ocho claves para prevenir y tratar la depresión", en el que se daba respuesta a ocho preguntas frecuentes sobre esta enfermedad: qué es, cuáles son sus síntomas, cuántos tipos hay o cómo prevenirla, entre otras. El arranque de la pieza informaba acerca del reciente vaticinio de la OMS de que "en los próximos 20 años, la población afectada por depresión superará a la que sufre cualquier otro problema de salud en el mundo occidental".

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



Ocho claves para prevenir y tratar la depresión (*El País*, 30/06/16)

Artículos como el anterior ponen de manifiesto el interés de los medios de comunicación generalistas por informar acerca de temas relacionados con la salud mental. No obstante, también permiten advertir la gran importancia que adquiere el criterio de actualidad, de modo que éste parece imponerse como un factor determinante para que un diario, radio o televisión informe sobre salud mental. Sin embargo, este campo debería ser motivo de atención y preocupación atemporal y continuado.

Tal reflexión plantea, por tanto, dos nuevos interrogantes:

- 1 ¿Se interesan los medios de comunicación por producir sus propios contenidos sobre salud mental?
- 2 ¿Está a su alcance generar noticias propias prescindiendo de los resultados de investigaciones, los comunicados de la OMS y/o de instituciones análogas, y de otras posibles “perchas” informativas que les sirvan como criterio de actualidad?

A la vista de los artículos analizados, no es frecuente hallar una noticia sobre salud mental sin una “percha” de actualidad clara. Sin embargo, se ha encontrado algún artículo que demuestra que sí hay cabida para hacerlo. *La Vanguardia*, por ejemplo, publicó en diciembre, en su suplemento Vivo, un artículo sobre el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) que aparentemente no respondía a la publicación de ningún estudio reciente, ni a ningún otro “gancho” informativo.

En dicha pieza se ofrecían datos sobre la incidencia del trastorno, así como un acercamiento a su naturaleza clínica, también con el fin de identificarlo sin confundirlo con otras inclinaciones personales, que no constituyen un trastorno de salud mental, como el perfeccionismo. Para ello, se citan hasta cinco fuentes de distintos perfiles y alcances: en el ámbito nacional, dos asociaciones de pacientes y dos clínicas de psiquiatría especializadas; como referencia internacional, se incluye información de la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales de Estados Unidos.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



Trastorno Obsesivo Compulsivo o cuando ser ordenado supera los límites (La Vanguardia, 25/12/16)

Por su parte, el diario británico *The Guardian* representa un buen ejemplo de cómo la producción de noticias propias en torno a salud mental sí puede estar al alcance de los medios de comunicación. Entre las noticias de 2016 clasificadas con la etiqueta “Mental health” de este diario, se han encontrado al menos tres formas diferentes de generar contenidos propios en torno a esta temática. En concreto, se trata de distintas secciones encaminadas a favorecer la visibilidad de las enfermedades mentales y la integración social de las personas que las padecen:

“Share your story” (“Comparta su historia”): esta sección invita al lector a contar al diario su experiencia respecto a un determinado trastorno mental o a las dificultades que le genera en un determinado ámbito. En este sentido, en 2016 se propusieron preguntas como: “¿Qué experiencias ha tenido con los servicios infantiles de salud mental?”,

“¿Cuál es su experiencia sobre la salud mental en su lugar de trabajo?”, “Desórdenes alimenticios: ¿en qué consiste el tratamiento aplicable donde usted vive?”

Esta sección, que se publica periódicamente en la versión online del diario, consiste en un breve formulario que el lector puede rellenar si desea compartir su testimonio. Cada cuestionario es precedido por una noticia breve en la que se aportan datos referentes a algún estudio publicado o sobre algún suceso ocurrido recientemente en relación con el tema a tratar.

Los resultados sirven para generar nuevos contenidos. Se trata de artículos que contrastan las conclusiones de los estudios que motivaron la consulta con los obtenidos a partir de la opinión de los lectores. Por ejemplo, una vez conocidas las experiencias de los lectores son los servicios de salud mental infantil, el diario publicó un extenso texto con el titular: “Los servicios de salud mental del NHS están fallando a los jóvenes, dicen los psiquiatras”.



What's your experience of children's mental health services? (*The Guardian*, 04/07/16)

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

the guardian

home opinion culture business lifestyle fashion environment tech travel

uk scotland wales northern ireland education media

NHS mental health services failing young people, say psychiatrists

Seven in 10 psychiatrists deem Child and Adolescent Mental Health Services to be inadequate at best, Guardian survey finds

A failure to give young people in crisis immediate help meant problems could become more chronic, said psychiatrists. Photograph: joetopphoto/Alamy

NHS services for the soaring numbers of children who have self-harmed, tried to end their life or are having a breakdown are woefully substandard and risk prolonging their suffering, according to their psychiatrists.

More than seven out of 10 (72%) consultant psychiatrists who specialise in treating children and adolescents say that NHS care for under-18s experiencing a crisis in their mental health is either inadequate (58%) or very inadequate (14%), according to a survey undertaken for the Guardian. Only 19% said NHS services were adequate and just 9% said they were good.

NHS mental health services failing young people, say psychiatrists (*The Guardian*, 26/12/16)

Opinión: *The Guardian* reserva un espacio para que personas que padecen algún trastorno o enfermedad mental puedan compartir sus experiencias, opiniones en torno a alguna investigación reciente o bien acercar a los lectores los aspectos clave respecto de su trastorno. En ocasiones, los autores son colaboradores del propio diario; otras veces, se utilizan los testimonios que los lectores han enviado a través de la sección “Share your story” para construir un artículo que aparece co-firmado por un redactor del diario y “los lectores de *The Guardian*”.

the guardian

home world sport football opinion culture business lifestyle fashion environment tech travel

uk general all sections

home > opinion > columns

Mental health

Opinion

I'm 43 and schizophrenic. According to the statistics, I'll be dead in 17 years

Joshua Gliddon

Schizophrenia isn't only hard to deal with for the individual that's affected, but for their families, and the doctors, police or carers too.

Share your story

Break: Donald Trump - The financial implications

From: Your Health, Come To Our Attention On 11 May In Google, Book, News

Y

we've got a choice. You can either have cigarettes, or get food to see you through the week. For most people it's a no-brainer. Of course you'd hear that, but if you're suffering from schizophrenia, living on the boundary support people and facing other psycho-social challenges, then the choice isn't so clear.

"Some of my patients will choose cigarettes over food," my clinical specialist once told me. "They also drink large amounts of coffee. I've even seen people eating dried coffee from the tin."

I'm 43 and schizophrenic. According to the statistics, I'll be dead in 17 years (*The Guardian*, 05/09/16)

the guardian

home world sport football opinion culture business lifestyle fashion environment tech travel

home > opinion > columns

Mental health

Opinion

'As boys, we are told to be brave': men on masculinity and mental health

New analysis found links between so-called masculine traits and depression and substance use. We asked men about gender stereotypes and mental health

Share your story

Sarah Marsh and Guardian readers

Thursday 24 November 2016 10:23 GMT

It's much harder to talk about life and your feelings than how many pints you drink over the weekend. Photograph: Alamy

E

fforts have been made to challenge traditional stereotypes, but there is still pressure on men to be strong, independent, stoical, competitive and tough. According to research published by the American Psychological Association, these "masculine traits" have been linked with mental health issues such as depression and substance abuse.

Joel Wong, who led the research team at Indiana University Bloomington, said: "In general, individuals who conformed strongly to masculine norms tended to have poorer mental health and less favourable attitudes toward seeking psychological help, although the results differed depending on specific types of masculine norms."

The research collated results of more than 70 US-based studies involving more than 19,000 men over 11 years. It focused on the relationship between mental

"Sexist" men more likely to have mental

'As boys, we are told to be brave': men on masculinity and mental health (*The Guardian*, 24/11/16).

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

“What is...? You asked Google – here’s the answer!” (“¿Qué es...? Preguntó a Google – ¡aquí está la respuesta!): en esta sección se ofrecen artículos en los que se da respuesta a algunas de las preguntas más frecuentes sobre asuntos complejos que los usuarios plantean en Google. Periódicamente, están relacionadas con cuestiones de salud mental. La información se apoya en fuentes contrastadas y, en ocasiones, en testimonios en primera persona que ofrecen un punto de vista más personal.



What is bipolar disorder? You asked Google – here’s the answer (The Guardian, 24/08/16)

En general, pueden destacarse, a propósito de los tres modelos de contenidos propios expuestos, los siguientes atributos que servirían como criterios de calidad informativa:

- 1 Los artículos están escritos con rigurosidad, huyen de un posible amarillismo o sensacionalismo, y sus discursos se construyen a partir de información procedente de fuentes diversas y contrastadas.
- 2 El contenido de las piezas que se incorporan en estas secciones da respuesta a una petición o necesidad social de información.
- 3 La elaboración de los textos a menudo implica a los colectivos que padecen enfermedades mentales y que, por tanto, pueden ofrecer un relato en primera persona acerca del trastorno mental que se trate.

Siendo así, tales apartados del diario destacan por cumplir una función que va más allá de la mera labor informativa, ya que servirían para dar voz y visibilidad a los colectivos de personas con problemas de salud mental, desde la perspectiva de la integración social y el compromiso periodístico por contribuir a la eliminación de estigmas.

3.3 Los trastornos y enfermedades mentales en los medios especializados en salud

Los medios especializados son una fuente de información consultada frecuentemente por el personal sanitario. Los medios especializados analizados enfocan la Salud Mental alejándose de la “espectacularidad” encontrada en algunos medios generalistas, aportando información objetiva y contrastada, y cooperando para mejorar los derechos, la atención y la situación actual de pacientes, familiares y profesionales.

Los temas más recurrentes en los artículos publicados hicieron referencia en 2016 a: a) la importancia de la prevención como herramienta fundamental en el abordaje terapéutico, b) la escasez de recursos

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

económicos y humanos, y c) la necesidad de someter a una evaluación constante los beneficios derivados de las inversiones en Salud Mental.



700 escolares participan en un programa de promoción de la salud mental (Redacción médica, 25/11/2016)

Iniciativa puesta en marcha por la Fundación Arguibide enfocada a estudiantes de entre 14 y 18 años. El objetivo es promover la importancia de la salud mental desde edades tempranas y prevenir el estigma asociado a personas que padecen trastornos mentales mediante dos sesiones de 55 minutos. En una de ellas se trabaja a partir del contacto directo con personas afectadas, estrategia que ha demostrado ser muy eficaz.

La noticia muestra la capacidad de las personas con trastorno mental de realizar un trabajo remunerado y prestar un servicio a la sociedad colaborando en las jornadas de promoción. Además, colabora con el conocimiento social de la enfermedad y recalca la importancia de actuar de forma preventiva en jóvenes. La imagen que acompaña la noticia favorece una percepción positiva y normalizadora de la Salud Mental.



Los pacientes piden terapias de salud mental en la cartera básica sanitaria (Redacción Médica, 14/12/16)

La Confederación Salud Mental España es protagonista de esta noticia, tomando la voz para solicitar una atención más individualizada, apoyo domiciliario y multidisciplinar, y estar presentes en la cartera básica de servicios públicos.

La noticia hace énfasis en derribar el estigma (social y laboral) y da voz al colectivo como fuente primaria de información. Además visibiliza la necesidad de elaborar estrategias sobre la promoción, la prevención, identificación temprana y recuperación de las personas con trastornos mentales.



El tratamiento en salud mental cuatricula en rentabilidad su coste (Redacción Médica, 13/04/16).

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Un estudio dirigido por la OMS y publicado por 'The Lancet Psychiatry' revela que la rentabilidad económica de invertir en tratamientos de ansiedad y depresión es muy elevada, de tal forma que por cada dólar invertido se consigue un retorno de cuatro, gracias a un mejor estado de salud del colectivo y una mayor productividad en el entorno laboral.

El enfoque económico de la noticia favorece que la comunidad médica sea consciente de la falta de recursos invertidos en Salud Mental y de la necesidad de incrementarlos de forma significativa debido a su rentabilidad social y económica. Recurrir a artículos publicados en revistas científicas y dar datos oficiales favorece, además, una visión objetiva y rigurosa de las personas con trastornos mentales



Salud Mental: se exigen más recursos y terapias acordadas con el paciente (Redacción Médica, 24/04/16).

El director de 'Programas, Evaluación e Investigación de la Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental' denuncia la falta de consenso con los pacientes a la hora de establecer el tratamiento y la poca implicación en los planes de recuperación.

El desconocimiento de la enfermedad como origen de la problemática relacionada con el estigma es uno de los temas denunciados en la noticia. Señala la necesidad de promover el conocimiento para luchar contra las etiquetas 'violento', 'contagioso',

'desconfianza' entre otras. De nuevo, hace una llamada al escaso presupuesto del que dispone el colectivo en comparación con el marco europeo. Se finaliza la noticia con un testimonio de un paciente, hecho que siempre beneficia y favorece al colectivo.



La gran mayoría de depresiones se cura (Psiquiatría y Salud Mental, 13/11/16)

La elevada prevalencia de la depresión en la sociedad hace de ella una enfermedad con gran impacto social y económico, de tal forma que supone un gasto del 1% del PIB derivado del alto grado de incapacitación asociado. La noticia señala que 'la depresión es un problema sanitario de primera magnitud' debido al elevado riesgo de suicidio en los pacientes: 'hablamos de la primera causa de muerte en personas menores de 40 años'. Sin embargo, recalca que la mayoría de depresiones sí que se curan y apunta la existencia de nuevos tratamientos farmacológicos y psicoterapéuticos reseñables.

El titular de la noticia señala la posibilidad de curación de la depresión, que, como enfermedad mental, en ocasiones se asocia erróneamente a la permanencia e imposibilidad de recuperación. De nuevo, se recurre a datos estadísticos oficiales para complementar la información y se hace una labor pedagógica en cuanto a pronóstico, etiología, objetivos de tratamiento, y perspectivas futuras de tratamiento.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

Sin embargo, en numerosas ocasiones a lo largo del artículo, se vincula la depresión con aspectos negativos: ‘incapacitación del paciente mientras la padece’, ‘gran discapacidad asociada’, ‘la complicación más temida es el suicidio’, ‘primera causa de muerte en menores de 40 años’, ‘la depresión es un problema sanitario’. Esta información podría no estar expuesta de la mejor forma posible para favorecer una visión positiva de los pacientes de depresión.



Los psiquiatras no ven bien la Estrategia Nacional de Salud Mental (*Psiquiatría y Salud Mental*, 20/10/16)

La Estrategia Nacional de Salud Mental fue presentada como un conjunto de recomendaciones no vinculantes con el objetivo de resolver los problemas de desigualdad y calidad de los servicios sanitarios de forma participativa y consensuada entre políticos, profesionales y usuarios. Su imagen se ha ido deteriorando debido a determinados errores, como considerar algunos trastornos mentales como ‘peligro para la salud pública’, el escaso rigor científico de algunas monografías y conflictos de interés con algunas farmacéuticas. Esto ha provocado una valoración negativa de la estrategia por parte de los psiquiatras.

El inapropiado trato humano recibido por las personas que padecen enfermedad mental históricamente es uno de los aspectos más reiterados en el artículo, cooperando de esta forma a subrayar la notoria

importancia de implementar los derechos del colectivo. El rechazo latente de los profesionales a contar con los pacientes de salud mental de una forma mas integral, haciéndoles partícipes de la elección de la vía terapéutica, la planificación y evaluación de los servicios, se ve reflejado en el texto de forma muy apropiada. El paternalismo médico y los prejuicios son señalados como agentes causales directos de la poca implicación que se les permite a los pacientes en su propio tratamiento.



La detección precoz psiquiátrica ‘devuelve’ 83 euros por cada euro invertido” *Psiquiatría y Salud Mental* (*Psiquiatría y Salud Mental*, 01/12/16).

La identificación de factores de riesgo, la prevención y la elaboración de bases de datos para racionalizar recursos son los objetivos principales del Proyecto Roamer. El tratamiento personalizado gracias a la posible identificación de biomarcadores y la reducción del estigma son también finalidades principales de este estudio aprobado recientemente por la Comisión Europea.

La importancia de la investigación y la inversión en ensayos clínicos es el tema principal de la noticia, promoviendo la necesidad de facilitar el avance científico como herramienta para prevenir, tratar y comprender mejor las patologías mentales. Este avance, que resulta de la investigación, es fundamental para ahondar en el conocimiento

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

de las enfermedades mentales y, por tanto, para mejorar la percepción y el entendimiento de la Salud Mental por parte la población general.



España no está a la altura de Europa en el abordaje de la enfermedad mental (*Gaceta Médica*, 30/09/16)

Los datos socioeconómicos relativos a la incidencia de trastornos mentales en nuestro país nos revelan su elevada presencia e importancia. En España, el 20% de la población se encuentra en riesgo de padecer un patología de este tipo, que acapara actualmente el 13% de la carga global de enfermedad en Europa. La ajustada inversión de recursos, su ineficaz distribución, y la necesidad de realizar estudios sobre el retorno económico que supone la inversión en salud mental, son los aspectos que requieren más atención y reconsideración.

De nuevo, el aporte de datos numéricos contrastados favorece la objetividad, ayudando al lector a hacerse una idea rigurosa de la magnitud y relevancia de la Salud Mental. La importancia de la prevención y el necesario estudio coste-efectivo de las inversiones,

la equitatividad en el reparto de medios disponibles y la información a pacientes y familiares sobre las posibilidades de percepción de ayudas son algunos de los aspectos acertadamente tratados en el artículo.

Además, se hace alusión al incremento en el consumo de fármacos antidepresivos sin una supervisión médica adecuada, visibilizando el problema que sufren algunos de las pacientes en relación al seguimiento y conveniencia de sus tratamientos farmacológicos.



El 93% de los profesionales tachan de insuficientes los recursos en patología dual (*Gaceta Médica*, 22/01/16)

La primera encuesta nacional realizada en España sobre la disponibilidad de recursos específicos para el tratamiento de patología dual revela que casi la totalidad de los profesionales sanitarios de España dedicados a este tipo de paciente considera insuficientes los recursos disponibles. Los programas ambulatorios específicos, seguidos por las unidades de desintoxicación, son los ámbitos que, según los profesionales, disponen de menos medios económicos para desarrollar sus funciones. Otra medida que se demanda desde el sector sanitario hace alusión a la necesidad de integrar las redes sanitarias públicas en una red asistencial única de salud mental.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

3.4 Fotoperiodismo. La Salud Mental en imágenes.

Las imágenes que tratan de representar al colectivo de Salud Mental son una poderosa herramienta a la hora de moldear la idea o la noción que la población tiene de la enfermedad mental.

Las imágenes que acompañan la información adquieren en ocasiones mucha más fuerza que el texto o el mensaje a la hora de transmitir una idea. Tienen una gran capacidad para formar estereotipos, o para romperlos; para crear estigmas, o para desmontarlos.

Encontramos en la prensa un elevado número de ejemplos de cómo el uso de imágenes puede complementar la información y a la vez cooperar para favorecer la situación de la Salud Mental. Sin embargo, también existe un número nada despreciable de ejemplos en los que las imágenes no contribuyen en absoluto a este fin.

En ocasiones, se utilizan imágenes con un matiz negativo o adverso para complementar un artículo de denuncia, en cuyo caso el uso de este tipo de imágenes podría estar justificado. Pero el uso de imágenes negativas u oscuras para complementar artículos informativos es innecesario, evitable y contraproducente.

En primer lugar, destacaremos aquellos artículos que, consideramos, han realizado una encomiable labor mostrando la mejor cara del colectivo de salud mental. Las vías son diversas y todas ellas son válidas. Visibilizar a personas con trastorno mental desarrollando actividades laborales, en un entorno familiar y de plenitud, y realizando actividades socioculturales ayuda a normalizar y enriquecer la situación de salud mental.



“El trastorno de papá y mamá” *El Periódico* (14/05/16)



“Carmen y Santi o cómo afrontar el trastorno mental desde el amor” *CadenaSer* (14/12/16)



“Entornos laborales que rompen con el estigma hacia el trastorno mental” *Eldiario.es* (09/10/16).

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



“Express yourself: how a charity is using dance to improve mental health”
The Guardian (18/10/16)



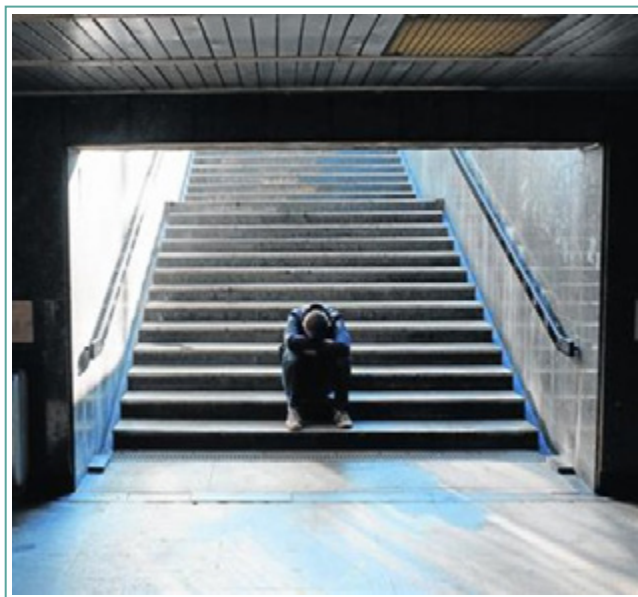
“Missed opportunities in UK mental Health services”
The Guardian (19/05/16)



“Mental illness is always a problema, so we will always need books about it”
The Guardian (23/02/16)



“Living With Schizophrenia: My Father’s Perfect Family”
New York Times (22/09/16)



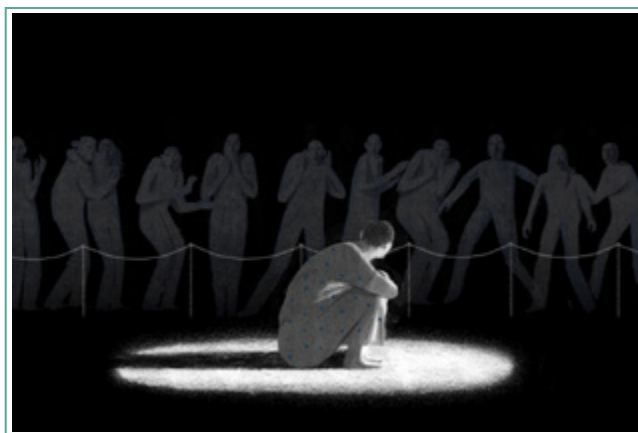
“Rompiendo el estigma en la salud mental” *El periódico* (12/01/16)

A pesar de los apropiados ejemplos anteriores, encontramos una gran cantidad de noticias ilustradas con imágenes que transmiten negatividad, oscuridad y aislamiento. En su mayoría son imágenes sin rostro que contribuyen a la creación innecesaria de estereotipos dañinos, incluso cuando acompañan artículos que tratan precisamente de romper estigmas.

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



“Las consultas por trastornos en adolescentes se disparan” *La Vanguardia* (28/01/16)



“Mental Illness Is Not a Horror Show” *New York Times* (26/10/16)



“El acoso escolar aumenta el riesgo de padecer trastornos mentales de adulto” *CadenaSer* (20/07/16)



“La mayoría de las personas que han sobrevivido a un cáncer padecer ansiedad y depresión” *InfoSalus* (28/12/16)



“El 70 % de los niños que sufre acoso escolar desarrolla un trastorno mental” *La Vanguardia* (27/10/16)

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016



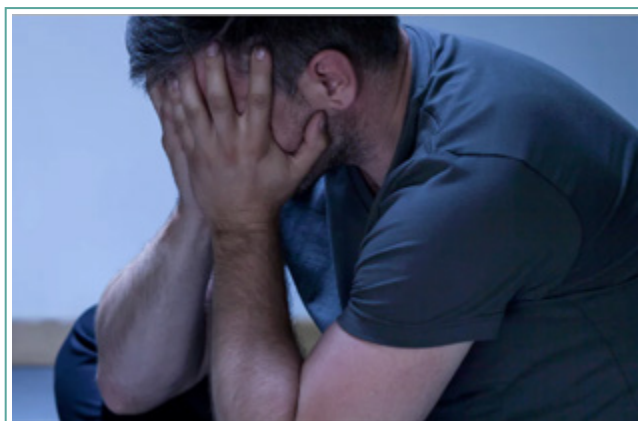
“Cómo detectar si tu hijo tiene un trastorno mental” *ABC* (03/06/16)



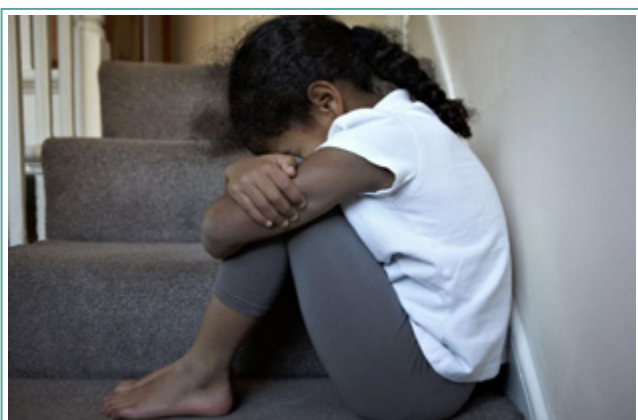
“I hate that a child has to be at high risk of suicide before we can help” *The Guardian* (08/12/16)



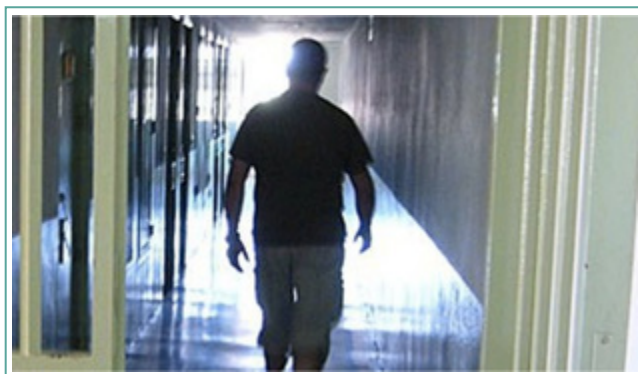
“Ocho de cada diez catalanes con trastornos mentales sufre discriminación” *La Vanguardia* (30/09/16)



“Tiny minority of people with depression get treatment, study finds” *The Guardian* (01/12/16)



“Cash to boost children’s mental health not getting through, says charity” *The Guardian* (21/12/16)



“Extremadura prepara su nuevo plan de salud mental para “desestigmatizar” a las personas enfermas” *Eldiario.es* (05/10/16)

3. La salud mental en los medios de comunicación a lo largo de 2016

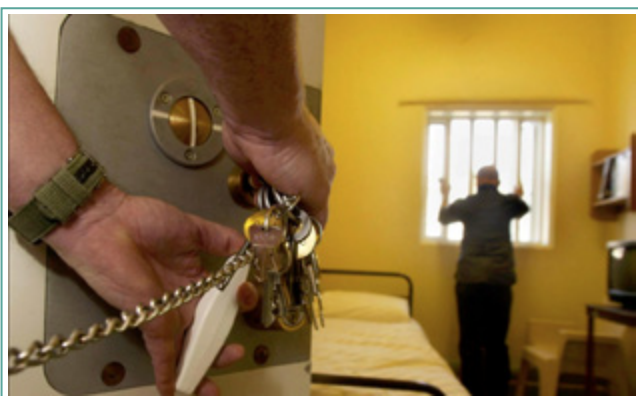


“Suicidal and detained for my own safety, I saw the mental health system failing” *The Guardian* (01/06/16)

En ocasiones, se utilizan imágenes que no favorecen la visión del colectivo, pero cuyo claro enfoque de denuncia podría justificar su uso:



“Living in hell’: mentally ill people in Indonesia chained and confined” *The Guardian* (21/03/16)



“Mentally ill people more likely to die after police use force” *The Guardian* (06/03/16)

4. Salud mental y búsquedas en Google

Salud mental y búsquedas en Google

En la actualidad el buscador Google forma parte de la vida de los españoles, entre otros motivos porque todos los que llevan un teléfono móvil en el bolsillo tienen el buscador Google al alcance de su mano. A diario consultamos cualquier necesidad de información que nos surge, búsquedas para encontrar un sitio web determinado, para informarnos de un producto que podríamos adquirir, o bien acerca de cualquier tema, ya sea buscando información general o específica.

El propio buscador nos ofrece datos agregados de estas consultas a través de sus servicios Google Trends y Google Adwords, permitiendo la extracción de estadísticas de búsqueda a nivel nacional o internacional tanto de temas generales como específicos. El servicio Google Adwords sólo permite recuperar datos de los 12 meses previos al momento de la consulta, mientras que la herramienta Google Trends ofrece retrospectivas de datos desde enero de 2004 hasta la actualidad. En el caso de esta última herramienta se ha seleccionado el periodo de “Últimos 5 años” para ver la evolución de búsqueda de determinados términos.

Para conocer el interés de la población española sobre diversos temas de salud mental hemos analizado las búsquedas aplicando dos tipos de análisis, por un lado un análisis de las principales enfermedades mentales, y por otro un análisis de las consultas en función de su vinculación a tres fases en la búsqueda de información, las relacionadas con la prevención, el diagnóstico, y el tratamiento, fase última que incluye la búsqueda de profesionales expertos. La combinación de ambos análisis muestra

cuáles son las principales preocupaciones de los españoles en cuanto a la salud mental se refiere.

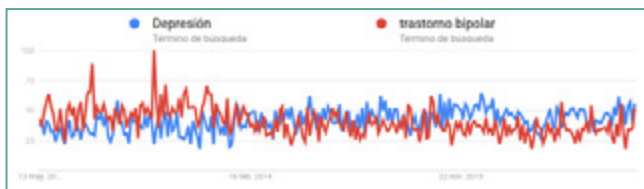
A través de Google Trends se ha realizado una investigación de tendencias de los últimos cinco años de las consultas más representativas de la salud mental y se ha analizado su evolución. La herramienta permite investigar la evolución en las búsquedas a nivel nacional o regional de cualquier palabra clave, mostrando datos relativos base 100, es decir, estableciendo un valor 100 para el periodo con un mayor volumen de búsquedas, y mostrando los valores proporcionales para el resto del periodo seleccionado.

En términos generales se puede observar que los términos relativos a las principales enfermedades mentales tienen una evolución dispar. En los últimos cinco años podemos encontrar casos con una clara tendencia creciente como en el caso de la depresión o la ansiedad, para otros términos se puede observar una evolución neutra o ligeramente ascendente como ocurre con la esquizofrenia, el autismo, el Alzheimer o el Parkinson, y también encontramos enfermedades que han perdido interés en el transcurso de este periodo como es el caso del trastorno bipolar.



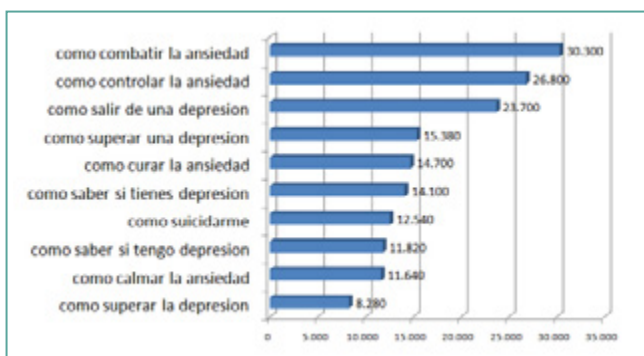
Evolución de las búsquedas ‘depresión’, ‘ansiedad’ y ‘esquizofrenia’ en España en los últimos 5 años.

4. Salud mental y búsquedas en Google



Evolución comparativa de las búsquedas 'depresión' y 'trastorno bipolar' en España en los últimos 5 años.

Por otro lado, de Google Adwords se ha extraído la frecuencia absoluta de los últimos doce meses (Abril 2016-Marzo 2017) de un conjunto de 6.216 consultas realizadas en España que corresponden a un total de 14.720.000 búsquedas únicas sobre salud mental. El 76% de estas búsquedas se centran en enfermedades mentales específicas mientras que el resto son consultas genéricas sobre salud mental o búsquedas sobre tratamientos específicos, y sólo el 7% incluye términos de profesionales de la salud mental o centros donde se puedan solucionar dichas enfermedades. En la muestra también se han detectado medio millón de búsquedas realizadas utilizando el lenguaje natural, es decir, términos de búsqueda que empiezan con 'cómo...', 'qué es...', 'cuáles son...', 'dónde buscar...' o similares. Las principales diez búsquedas de lenguaje natural fueron:

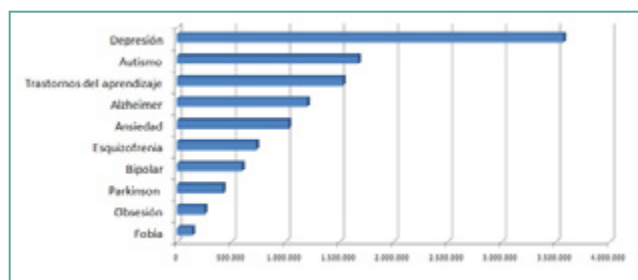


Las 10 principales preguntas en lenguaje natural consultadas a Google durante el periodo Abril 2016-Marzo 2017.

El análisis de las búsquedas se ha realizado en base a dos tipos de clasificación, por un lado las consultas que mencionan alguna de las principales enfermedades

mentales, y por otro en función de si el interés o la necesidad informativa a solventar está centrada en el diagnóstico, en el tratamiento o la prevención.

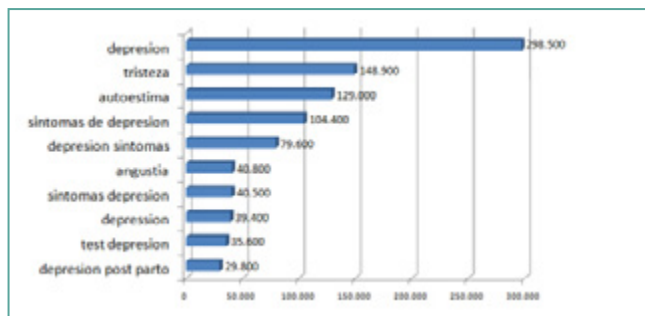
Como podemos observar en la gráfica, la enfermedad mental más buscada durante los meses de abril y marzo ha sido 'depresión' con un total de 3.574.080 búsquedas relacionadas, seguida por las consultas acerca del 'autismo' con 1.677.160 búsquedas, y por términos relacionados con 'trastornos del aprendizaje' con un total de 1.535.100 búsquedas.



Búsquedas de enfermedades específicas realizadas en España durante el periodo Abril 2016-Marzo 2017.

El grupo de consultas relacionadas con la depresión está compuesto por 1204 términos diferentes, entre los que destacan la búsqueda específica del término 'depresión' con 298.500 búsquedas este último año, y todas aquellas consultas que además incluyen términos como 'tratamiento...', 'síntomas...', preguntas de lenguaje natural del tipo 'cómo salir de...', 'cómo superar...', así como las consultas que incluyen el término genérico 'antidepresivos' o el nombre específico de algún medicamento. En este grupo, las principales diez búsquedas relacionadas con la depresión o alguno de sus síntomas fueron:

4. Salud mental y búsquedas en Google



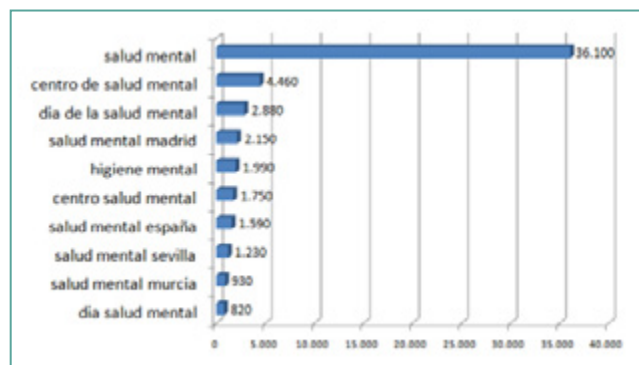
Las 10 principales búsquedas relacionadas con la depresión realizadas durante el periodo Abril 2016-Marzo 2017.

En el caso de la consulta ‘depresión’, merece especial atención el hecho que durante el mes de abril de 2017 se registró uno de los tres periodos de mayor búsqueda de los últimos 5 años, que coincide con la estadísticas recientes de incidencia ascendente de esta enfermedad. Si la comparamos al término ‘antidepresivos’ durante el periodo de doce meses observamos que a pesar de evolucionar en paralelo durante todo el año, las búsquedas de antidepresivos superan a las de la enfermedad durante las semanas previas a las Navidades y al inicio de la primavera. Dentro de este grupo destacan diversas búsquedas relacionadas con la depresión postparto con un total de 45.680 búsquedas y con una mayor frecuencia durante los meses de enero y marzo.

La segunda clasificación de las búsquedas se ha realizado en función de la tres diferentes fases e intereses en el proceso de búsqueda de información, y agrupa las consultas relacionadas con prevención, diagnóstico y tratamiento.

En un primer grupo se han clasificado un total de 299 búsquedas relacionadas con una fase de prevención en salud mental que acumulan una frecuencia total de 89.350 búsquedas. Entre ellas hemos incluido búsquedas genéricas sobre este tema como ‘salud mental’, ‘centro de salud mental’, ‘día de la salud mental’, ‘higiene mental’ o ‘oms salud mental’, así como otras relacionadas con congresos, asociaciones, fundaciones o servicios vinculados.

Las principales diez búsquedas relacionadas con la prevención en salud mental fueron:

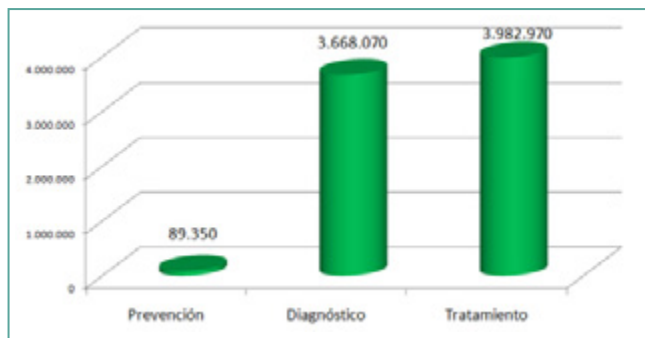


Las 10 principales búsquedas relacionadas con la prevención en salud mental realizadas en España durante el periodo Abril 2016-Marzo 2017.

En un segundo grupo se han clasificado los términos que indican la búsqueda de un diagnóstico, incluyendo las consultas genéricas sobre salud mental y sobre enfermedades específicas o su sintomatología, Entre ellas hemos acumulado un total de 1.046 consultas relacionadas con enfermedades como ‘depresión’, ‘esquizofrenia’, ‘ansiedad’, ‘trastorno bipolar’, así como las búsquedas que incluyen términos como ‘trastorno’, ‘síntomas’, ‘ataques’, ‘qué es...’, ‘cómo salir de...’, ‘cómo combatir...’ etc. Estas de consultas acumula un total de 3.668.070 búsquedas.

Por último, en un tercer grupo se han incluido las búsquedas pertenecientes a una fase centrada en la búsqueda de ayuda, en especial consultas que incluyen términos relativos a tratamientos o terapias. El total de consultas identificadas de este grupo es de 3.982.970 búsquedas realizadas durante los últimos 12 meses.

4. Salud mental y búsquedas en Google

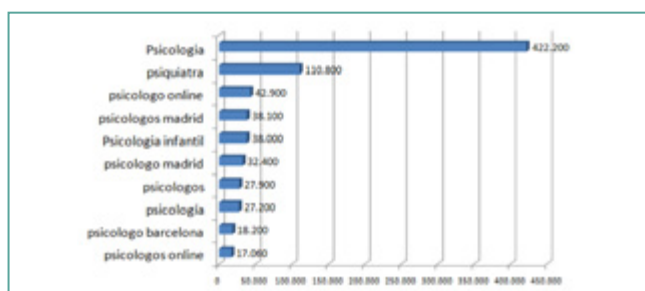


Búsquedas realizadas en España durante el periodo Abril 2016-Marzo 2017 en función de su intencionalidad.

Este tercer grupo, el más amplio, incluye dos subgrupos, uno formado por consultas relacionadas con **medicaciones o fármacos específicos** y otro en el que se han incluido búsquedas sobre terapias y tratamientos o profesionales de la **psicología**.

El primero de los subgrupos supone un total de 2.105.850 búsquedas y está compuesto por consultas genéricas de antidepresivos en un 18,5% de los casos, y por consultas de fármacos específicos en un 81,5%, entre los que destacan las búsquedas de lorazepam, alprazolam, escitalopram, sertralina y fluoxetina.

El subgrupo de búsquedas de terapias y tratamientos alcanza una frecuencia anual acumulada de 1.877.000 búsquedas, e incluyen las que hacen referencia a profesionales de la **psicología** en un 61%, y terapias o tratamientos específicos en el resto de casos. Las principales diez búsquedas de este grupo fueron:



Las 10 principales búsquedas relacionadas con profesionales de la salud mental realizadas durante el periodo Abril 2016-Marzo 2017.

Las conclusiones según el estudio del último año son que la depresión es el trastorno más buscado con diferencia respecto a las otras enfermedades y coincide con la incidencia a la alza de esta enfermedad en los últimos años según la OMS. Se observa que la búsqueda de información sobre antidepresivos y ansiolíticos sigue la misma tendencia ascendente que la depresión con máximos en periodos de cambio estacional.

Según las cifras observamos que las búsquedas relacionadas con tratamientos son superiores a las de diagnósticos o síntomas, mientras que las consultas centradas en profesionales de la salud mental no alcanza un tercio de las búsquedas totales sobre diagnósticos, lo que indica que las personas utilizan el buscador principalmente para informarse de los síntomas de su enfermedad y cómo curarla pero no tanto para buscar profesionales o centros donde hacerlo.

Por último, se puede apreciar que las personas que buscan información a cerca de Salud Mental consideran más adecuado saber cómo curar o qué son estas enfermedades antes de saber cómo prevenirlas. Esto podría ser debido a que sólo se realizan búsquedas cuando la patología ya es un hecho o el paciente sabe que la padece. La prevención, según los datos, no es una herramienta que se considere muy relevante para las personas que buscan información en buscadores a cerca de la Salud Mental. Este hecho podría explicarse por el poco desarrollo de políticas para programas preventivos y por la escasa divulgación entre la población sobre cómo detectar factores de riesgo y sobre la eficacia de la prevención en salud mental.

5. Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones y recomendaciones

El informe pretende dirigir, tanto a los medios como a la sociedad en su conjunto, hacia una comunicación responsable en el ámbito de la salud mental. Entre sus prioridades, se incluyen la de ofrecer orientación para poder discernir entre patología y trastorno mental, así como fomentar la utilización de un lenguaje libre de estereotipos que favorezca la inclusión e integración sociales de los colectivos afectados.

1 Buena parte de la producción de noticias sobre salud mental en 2016 estuvo motivada por la intervención de algún agente o factor externo al medio de comunicación, como las declaraciones de un personaje público, las publicaciones de estudios científicos o los comunicados de índole institucional. Tales artículos contribuyen a dar visibilidad a la salud mental, tanto más en los casos en los que los periodistas deciden ofrecer información sobre la enfermedad o el trastorno mental en cuestión complementaria al acontecimiento que ha suscitado la comunicación.

2 Dado que los medios de comunicación tienen una responsabilidad en la información general que dispone la sociedad respecto a cualquier tema, y más aún en salud, consideramos que es una buena práctica la información con carácter regular sobre este tema y no solo cuando se producen acontecimientos de estricta actualidad. La salud mental debe ser considerada como un aspecto de interés continuo. En este sentido, se valoran positivamente los esfuerzos de los medios de comunicación por dedicar una parte de su espacio a informar periódicamente sobre salud mental de acuerdo a sus propias ideas, recursos y fuentes, con independencia de las oleadas de noticias que se generan puntualmente cuando interviene algún agente o factor externo.

3 En cuanto al enfoque de las noticias sobre salud mental que generan los medios de comunicación, son notables las publicaciones cuyo discurso está encaminado a lograr la supresión de estigmas y la integración de las personas afectadas por algún problema de salud mental; sin embargo, aún se detectan algunas contradicciones en la manera en que se construye el discurso informativo, sobre todo, en lo relativo a expresiones utilizadas, como el uso generalizado del verbo “confesar” para referirse normalmente a algún personaje notorio que ha decidido dar a conocer públicamente que padece un trastorno o enfermedad mental.

4 Asimismo, no se justifica en ningún caso el uso de imágenes o titulares sensacionalistas. Por el contrario, existen numerosos ejemplos de noticias de éxito comunicativo basadas en mostrar la mejor versión de las personas con trastorno mental. Un buen artículo que narre una historia veraz y positiva es capaz de cautivar al público al tiempo que coopera con una labor social. Obviamente, tampoco se trata de dar una visión edulcorada de los problemas. El medio debe saber ofrecer una visión realista de la salud mental, sin fomentar con sus imágenes ni el sensacionalismo ni las falsas expectativas.

5 Los medios de comunicación modelan, en mayor o menor grado, la percepción que tiene la sociedad acerca del mundo que les rodea. Este aspecto conlleva una responsabilidad añadida cuando se trata de comunicar acerca de temas sanitarios. La evaluación continua de las metodologías y técnicas periodísticas es necesaria para analizar, corregir y mejorar en la medida de lo posible la calidad de las comunicaciones públicas sobre trastornos mentales, hasta conseguir hacer de los medios de comunicación uno de los apoyos fundamentales en los que se sustente el bienestar de las personas involucradas en Salud Mental.

6. Bibliografía

Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES) (2008). *Salud mental y medios de comunicación*. Guía de Estilo, 2º Ed.

Confederación Española de Agrupaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES) (2014). *Comunicar la salud mental*. Manual de Comunicación para entidades.

Confederación Salud Mental España:
<https://consaludmental.org/>

Difusión de la Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud y formación de los profesionales. Ministerio de Sanidad del Gobierno de España, 2014.

European Framework for Action on Mental Health and Wellbeing, 2016.

Federación Extremeña de Asociaciones de Familiares y Personas con Trastorno Mental (FEAFES Extremadura) (2013). *La salud Mental: "un estado de bienestar"*. Guía informativa.

Federación de Euskadi de asociaciones de familiares y personas con enfermedad mental (FEDEAFES) (2012). *Cómo abordar la salud mental en los medios de comunicación*. Guía de estilo.

Muñoz, Manuel et al. (2009). *Estigma y enfermedad mental: análisis del rechazo social que sufren las personas con enfermedad mental*. Madrid: Complutense.

Muñoz, Manuel (2011). "La enfermedad mental en los medios de comunicación: un estudio empírico en prensa escrita, radio y televisión". *Clínica y Salud*, 22(2), 157-173.

<https://obertament.org/es/medios-de-comunicacion/materiales-y-servicios-medios>

OMS (2001). "Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas". *Informe sobre la salud en el mundo*. Ginebra: OMS.

OMS (2013). *Plan de acción sobre salud mental 2013-2020*. Ginebra: OMS.

OMS (2017). *Trastornos mentales*. Nota descriptiva. Disponible en <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/es/>. Última consulta: 10/05/16.

Pla de salut mental de Barcelona 2016-2022. Ajuntament de Barcelona.

Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions. Generalitat de Catalunya, 2014.

Plan estratégico de Salud Mental 2010-2014. Consejería de Sanidad de Madrid.

Recomendaciones para informar sobre salud mental. Guía de Medios. Observatorio de salud mental y medios. Asociación Obertament (2015).

ESPAI
VoIART
BARCELONA

FUNDACIÓ VILA CASAS

ESPAI
VoIART2
BARCELONA

CAN
FRAMIS
BARCELONA

Oficines

Carrer Ausiàs Marc, 20, pral.
08010 Barcelona
Tel. +(34) 93 481 79 80
fundacio@fundaciovilacasas.com

CAN
MARIO
PALAFRUGELL

Espai Volart / Espai Volart 2

Carrer Ausiàs Marc, 22
08010 Barcelona
Tel. +(34) 93 481 79 85
espaivolart@fundaciovilacasas.com

PALAU
SOLTERRA
TORROELLA

Museu Can Framis

Carrer Roc Boronat, 116-126
08018 Barcelona
Tel. +(34) 93 320 87 36
canframis@fundaciovilacasas.com

Museu Can Mario

Plaça Can Mario, 7
17200 Palafrugell (Girona)
Tel. +(34) 972 306 246
canmario@fundaciovilacasas.com

Museu Palau Solterra

Carrer de l'Església, 10
17257 Torroella de Montgrí (Girona)
Tel. +(34) 972 761 976
palausolterra@fundaciovilacasas.com

www.fundaciovilacasas.com

Informe
Quiral
2016

Medicina,
comunicación
y sociedad