

Del estigma a la estima de la esquizofrenia

Mariel Anahí Pérez Rodríguez

¿Qué es la esquizofrenia?

La esquizofrenia es uno de los trastornos mentales con mayor estigmatización, temor y rechazo a nivel social y personal. A lo largo del tiempo ha recibido distintas concepciones y significados [1]. Se han considerado diversas teorías que no logran disponer de un modelo sobre la naturaleza de la esquizofrenia, ya que se desconoce su origen [2].

De la misma manera, la salud mental ha sido afectada por la discriminación y la estigmatización. En Latinoamérica los trastornos mentales son cada vez más incidentes [3], aumentando el número de pacientes hospitalizados, pero disminuyendo la aceptación a nivel social y personal. En este sentido, uno de los principales trastornos mentales que afecta a la población mundial es la esquizofrenia y la que mantiene mayor estigma [2]. Como consecuencia de este rechazo se encuentra un mayor deterioro mental, social y personal que van incrementando sustancialmente.

En México, se calcula que más de un millón de personas viven con esquizofrenia, y solamente el 19% reciben atención [3]. Las personas diagnosticadas con esquizofrenia se sienten estigmatizadas o han sido víctimas de discriminación, violencia o rechazo [2].

El estigma y los tipos de estigma

Para comprender mejor lo que es el estigma, será necesario que definamos su significado. La palabra proviene del latín *stigma*, que señala una marca en el cuerpo. Anteriormente, se marcaba con fuego la piel de esclavos, traidores o criminales para que estos quedaran identificados a primera vista ante el resto de la población [4]. Actualmente, el estigma sigue siendo una marca que duele al ser puesta, dejando una cicatriz aunque pueda no ser visible a simple vista. Con lo cual, el estigma se ha considerado un defecto y desventaja que perjudica a la persona estigmatizada y a su círculo social.

El estigma es un proceso social donde intervienen distintos componentes cognitivos, conductuales y emocionales que describiremos a continuación [4]; al mismo tiempo, en muchas ocasiones es inconsciente y con información colectivamente errónea. El *estigma cognitivo* compele estereotipos, lo cual conlleva una anticipación de las características preconcebidas que se fundamentan generalmente en poca, nula o errónea información [4]. El *estigma emocional* abarca los prejuicios, esto quiere decir que se tiene una actitud negativa apoyada en los estereotipos del estigma cognitivo [4]. Finalmente, el *estigma conductual* consiste en una conducta que encausa lo anterior en discriminación [4]. En este sentido, la conducta discriminatoria será la manera en cómo son tratadas las personas, de manera intencional o involuntariamente. Recordemos que la discriminación violenta los derechos humanos. Cada una de estas áreas se ven interconectadas, con lo cual el estigma, prejuicio, discriminación o estereotipo se relacionan repercutiendo gravemente a la persona estigmatizada.

¿Por qué se estigmatiza?

Pareciera que el ser humano puede ser por naturaleza excluyente, desechando todo aquello que es distinto a lo que conoce o considera normal, siendo así que se tiende a categorizar, aunque no seamos conscientes de ello. Además de lo anterior, la errónea o nula información [3] se puede



llegar fácilmente a estigmatizar. El estigma puede ocasionar agresión sobre algo o alguien. Otro aspecto significativo son los medios de comunicación, que juegan un rol sumamente importante en el ámbito del estigma hacia la esquizofrenia inculcando definiciones distintas y discriminatorias. Se genera un concepto violento sobre la esquizofrenia, aumentando conductas como violencia, rechazo, evitación o miedo. Las personas con esquizofrenia son devaluadas y discriminadas por ser etiquetadas como peligrosas para la sociedad [4].

Por ello, se ha vinculado a la esquizofrenia con la maldad y la violencia. Frecuentemente, el estereotipo de “locura” se sitúa como sinónimo de esquizofrenia, y esto repercute negativamente a las personas con esta condición. Como consecuencia provoca temor, evitan pedir ayuda profesional, incrementa el abuso de sustancias, aumenta la soledad, depresión y aislamiento, entre otras muchas cosas más [3].

Ahora bien, el estigma repercute y afecta en diversas áreas: familiar, personal, social, laboral y económica. Se violenta a la persona portadora del estigma; el rechazo o menosprecio que puede existir por parte de algunas instituciones encargadas de la salud mental también puede considerarse violencia para este sector. Todo esto deja a la persona en un estado susceptible a la violación de sus derechos humanos [2].

Cada persona es indispensable para el funcionamiento como sociedad, si un eslabón se excluye o se estigmatiza, estamos actuando en contra del propio ser humano. Las personas estigmatizadas intentan ocultar o encubrir a sus allegados situaciones vergonzosas o hirientes que han vivido. En relación con esto, si el estigma a la esquizofrenia continúa siendo reforzado en instituciones, consultorios, medios de comunicación, escuelas o trabajos, estaremos reduciendo el avance de la investigación, de la ciencia y de la humanidad.

Gauger considera que “el estigma social, otra carga que pesa sobre los afectados por la enfermedad, sigue siendo enorme. Las personas con esquizofrenia pasan por ser imprevisibles, peligrosas e incluso, a menudo, débiles mentales” [5].

En muchas ocasiones se dice que una persona con esquizofrenia es peligrosa, que puede hacer daño y que no es confiable. Se le priva de un trabajo digno, incluso de educación. La maldad o peligrosidad no es propia de una persona con esquizofrenia, es decir, que una persona puede ser peligrosa sin necesidad de tener esquizofrenia.

Para reflexionar

Si a la palabra *estigma* le eliminamos la *g*, quedaría conformada la palabra *estima*. Parece algo sencillo, pues depende de la escritura simplemente. El gran paso es poderlo realizar en sociedad, eliminar esa letra es eliminar nuestras propias conductas estigmatizantes, ser empáticos ante los trastornos mentales. Hay que informarse, pero no solo de la definición de esquizofrenia o trastorno mental definida por el diccionario, sino considerar al otro como semejante en tanto que comparte situaciones de la vida cotidiana y no solamente síntomas de una u otra enfermedad.

Llevar a la consciencia esas etiquetas que se han pegado inconscientemente en nuestros actos, prejuicios, temores, rechazo, evasión, entre otras cosas, no es tan simple. Las personas con esquizofrenia llevan una vida distinta a los demás, y no por los síntomas propios de la enfermedad, sino por la discriminación, rechazo y violencia que viven día con día. Las personas con esquizofrenia son más propensas a sufrir violencia y violación a sus derechos humanos. Darnos cuenta de que al referirnos a ellos como “esquizofrénicos” es etiquetarlos, porque primero son personas, como todos nosotros, sin importar un diagnóstico o una enfermedad. Ningún diagnóstico debe determinar el valor de una persona, ni definirla, estereotiparla o etiquetarla negativamente.

Existe una creencia errónea y mal fundamentada sobre la recuperación de las personas con esquizofrenia o algún trastorno mental, considerando el diagnóstico algo permanente e irrevocable. Pero no es así, la esquizofrenia y muchos trastornos mentales pueden ser llevados a una estabilización, por medio de tratamientos terapéuticos, medicamentos y primordialmente el

alojamiento empático de la sociedad. El trabajo y atención multidisciplinario beneficia sustancialmente a los pacientes y familiares en la recuperación, rehabilitación y mantenimiento.

El primer paso para poder contrarrestar y actuar ante la estigmatización en la esquizofrenia, consiste en empezar a detectar las conductas de rechazo que podemos ser propensos a tener (consciente o inconscientemente). Aunque pueda generar incomodidad sabernos estigmatizantes o estigmatizados, es sumamente importante identificar estas conductas y estereotipos para hacerlos conscientes. En el momento donde conscienticemos nuestros actos y estemos dispuestos a cambiarlos, lograremos avanzar en esta lucha contra la estigmatización en la esquizofrenia.

Referencias

1. Sandín B. *La esquizofrenia y otros trastornos psicóticos*. 1ª ed. Madrid: Sanz y Torres; 2023.
2. García Gonzales R. *Estigma social y autoestigma en la esquizofrenia* [Trabajo de fin de grado de Psicología]. España: Universidad de la Laguna; 2019. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/14585/Estigma%20Social%20y%20Autoestigma%20en%20la%20Esquizofrenia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Los%20resultados%20de%20este%20estudio,mayor%20%E2%80%9Cauto%2D%20estigmatizaci%C3%B3n%E2%80%9D>
3. Demos E, Martínez AC. Reciben atención especializada sólo dos de cada 10 con esquizofrenia en México. *La Jornada* [Internet]. 2022 [Citado 3 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.jornada.com.mx/notas/2022/05/13/politica/reciben-atencion-especializada-solo-dos-de-cada-10-con-esquizofrenia-en-mexico/>
4. Paolini San Miguel JP. *Programa de intervención para abordar el estigma asociativo en familiares de personas con enfermedad mental* [Trabajo final de Máster]. España: Universidad Jaume I; 2021. Disponible en: <https://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/196066>
5. Gauger K. *Mi esquizofrenia*. 1ª ed. Barcelona: Herder; 2019.

Maríel Anahí Pérez Rodríguez Licenciada en Psicología y maestra en Estudios Psicoanalíticos, Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Psicoanalista particular.
Contacto: 0839210x@umich.mx