



Definiciones de estigma y discriminación

1. ¿Qué es un estigma?

El estigma hace referencia a las actitudes y creencias que conducen a las personas a rechazar, evitar y temer a aquellos a quienes perciben diferentes. “Estigma” es una palabra de origen griego que en sus orígenes hacía referencia a un tipo de marca que consistía en un corte o quemadura en la piel. Esta marca identificaba a criminales, esclavos o traidores que eran rechazados.

2. ¿Qué tipos de estigma afectan a las personas que tienen una enfermedad mental?

Hay tres categorías principales de estigma de la salud mental: estigma público, estigma institucional y autoestigma.

3. ¿Qué es el estigma público?

El “estigma público” hace referencia a las actitudes y creencias que el público en general tiene en relación a las personas que tienen una enfermedad mental o sus familiares. Por ejemplo, el público puede suponer que las personas que tienen una enfermedad psiquiátrica son violentas o peligrosas.

4. ¿Qué es el estigma institucional?

El “estigma institucional” hace referencia a las actitudes y creencias negativas que forman parte de las políticas o cultura de una organización. Por ejemplo, el estigma suele verse reflejado en el uso de términos clínicos como “esquizofrénico”. Es preferible utilizar el “lenguaje que pone primero a la gente”, y definir a la persona como “una persona que tiene esquizofrenia”.

5. ¿Qué es el autoestigma?

El “autoestigma” tiene lugar cuando un individuo cree las ideas falsas que tiene la sociedad acerca de la salud mental. Al interiorizar estas creencias negativas, los individuos o grupos pueden experimentar sentimientos de vergüenza, ira, desesperanza o desesperación que hacen que no busquen asistencia social, empleo o tratamiento de su enfermedad mental.

6. ¿Qué es la discriminación?

Mientras que el “estigma” es una actitud o creencia, la “discriminación” es una conducta que se desprende de esas actitudes o creencias. La discriminación tiene lugar cuando los individuos o las instituciones privan injustamente a otros de sus derechos y oportunidades debido al estigma. La discriminación puede tener como consecuencia la exclusión o marginalización de personas y la privación de sus derechos civiles, como el acceso a opciones de vivienda justa, las oportunidades laborales, la educación y la plena participación en la vida cívica.

7. ¿Cómo se origina la discriminación?

La discriminación implica un “trato desigual o diferente” por tener una discapacidad. Por ejemplo, los grupos de vecinos suelen organizarse para impedir que las personas que tienen una enfermedad mental accedan a una vivienda. Este tipo de protesta “No en mi jardín” (también llamada “NIMBYismo”) puede negar oportunidades de vivienda. Además, casi un cuarto de los empleadores estadounidenses declaró en 1995 que despedirían a una persona que no haya revelado tener una enfermedad

mental. En estas situaciones, la intención discriminatoria se puede decir o inferir.

La discriminación también incluye la falta de acomodo razonable para la persona que tiene una discapacidad. Por ejemplo, los acomodos para trabajadores que tienen una discapacidad psiquiátrica pueden incluir cambios en el proceso de supervisión, ayuda de otra persona, modificaciones en el horario, cambios en los aspectos físicos del lugar de trabajo, reestructuración de las responsabilidades laborales y modificaciones de las políticas.

¡Queremos saber su opinión! Después de leer esta hoja informativa, por favor complete esta breve encuesta y dénos su opinión.

Versión en inglés:

<http://fs12.formsite.com/disabilityrightsca/form54/index.html>

Versión en español:

<http://fs12.formsite.com/disabilityrightsca/form55/index.html>

El Programa de política de reducción de estigma, discriminación y reducción para eliminar la discriminación (APEDP) está financiado por la Ley de Servicios de Salud Mental aprobada por votación (Prop. 63) y administrado por la Autoridad de Servicios de Salud Mental de California (CaIMHSA). Los fondos de la MHSa del condado apoyan a CaIMHSA, una organización de los gobiernos del condado que trabajan para mejorar los resultados de la salud mental para individuos, familias y comunidades. CaIMHSA ofrece servicios y programas educativos a nivel estatal, regional y local. Para obtener más información, visite <http://www.calmhsa.org>.

