



CONTRA L'ESTIGMA

ESTEREOTIPS, MITJANS DE COMUNICACIÓ I SALUT MENTAL

Laura L. David

Passen les tres del migdia del 6 de juliol de 2016 i el *Telediario* s'endinsa en la secció de successos. Titular: «Alliberat un jove que havia passat dos anys tancat pel seu pare». Ja al cos de la notícia, un veterà periodista d'investigació de TVE explica que el pare és «d'origen hindú» i que tenia «suposats problemes mentals». «A penes l'alimentava i els maltractaments eren habituals». A més a més, «alguns veïns –il·lustra el reporter– diuen que el pare era una persona conflictiva en el barri». No entrem a jutjar aquesta vegada si la procedència de l'home és rellevant per a entendre la notícia i ens detenim en els «suposats problemes mentals» o la «possible malaltia mental» a què tots els mitjans que han difós la notícia s'han referit. Aquesta informació que esmenta el suposat diagnòstic de l'agressor prové de fonts de la investigació policial i les redaccions no han gosat qüestionar aquesta versió. La notícia, dèiem, correspon al 6 de juliol del 2016, però podria ser d'un altre dia, perquè de notícies com aquestes els mitjans de comunicació en van plens. Es tracta d'una mostra recent escollida a l'atzar d'una mala praxi estesa i contínua. Així ho corroboren els informes de 2014 i 2015 de l'Observatori de Mitjans i Salut Mental, que llancen dades preocupants. Elaborats per l'entitat Obertament amb la col·laboració del Grup de Periodistes Ramon Barnils, ambdós informes se centren a enderrocar mites i estereotips sobre la salut mental i a fer veure com la premsa escrita, la ràdio o la televisió relacionen aquesta matèria de manera errònia amb els fets violents.

Del quasi miler de notícies de premsa escrita analitzades en 2014 que contenien mots clau sobre trastorns mentals, més de la meitat (51%) han maltractat la salut mental. I, d'aquestes, un quart estableixen una relació de causa-efecte entre el fets violents o criminals i el trastorn mental. Dos terços usen de manera pejorativa conceptes psiquiàtrics, per exemple amb titulars com ara «La ciutat experimenta una psicosis col·lectiva» o «S'hi viuen moments d'esquizofrènia» per descriure una situació o ambient d'intranquil·litat provocada per un succés usant com a metàfora de manera errònia un diagnòstic mèdic.

En el cas del 2015, s'estudiaren 945 notícies dels diaris *Ara*, *La Vanguardia*, *El Punt Avui*, *El País* i *El Periódico*. En l'informe d'aquest any s'hi afegí també com a experiència pilot l'anàlisi d'una selecció aleatòria de 97 peces de ràdio i 81 de televisió de Catalunya Ràdio, RNE, Rac1, COPE, Cadena Ser, Onda Cero, TVE, Antena 3, Telecinco, TV3 i BTV que contenien paraules clau sobre salut mental. Al 2015, el percentatge de les notícies negatives va ser un poc menor (47%) i les proporcions de relacions amb la violència (35%) o l'ús ofensiu (55,5%), semblants. Els termes *psicosi* i *esquizofrènia* amb un ús pejoratiu seguien, però, presents en qualsevol secció dels mitjans per explicar situacions com per exemple els atemptats a la sala Bataclan de París, que no tenen res a veure amb la salut mental.

«LA PREMSA ESCRITA, LA RÀDIO O LA TELEVISIÓ RELACIONEN DE MANERA ERRÒNIA LA MALALTIA MENTAL AMB ELS FETS VIOLENTS»

■ ALERTA AMB L'ÍNDEX D'ESTIGMA

De comparar el percentatge de les notícies valorades com a positives, negatives i neutres a Obertament, una plataforma que integra cinc entitats catalanes i lluita contra la discriminació que pateixen les persones a causa d'algun problema de salut mental, s'extreu el que denominem l'*índex d'estigma*. Al

2014, aquest índex se situà al 5,2 sobre 10, el que supera la barrera «gens recomanable» del 5 i trepitja la «zona perillosa» mitjana-alta, ja que tota puntuació superior a 0 denota, encara que sigui en menor mesura, l'existència d'estigma i indica que els temes de salut mental no es tracten prou bé encara. Al 2015 aquest índex era del 4,33, el que indica que no s'ha millorat substancialment respecte a l'any anterior. Però el que alarma més encara els autors de l'informe és que el percentatge de notícies positives hagi disminuït i hagi passat del 10% del 2014 al 7% del 2015. El fet que l'índex d'estigma hagi descendit un punt respecte a l'any anterior és perquè, tot i que les notícies negatives hagin descendit un pèl, les neutres –que tracten la salut mental sense estigmatitzar-la, però sense promoure valors positius– s'incrementaren.

Àngel Urbina és activista a temps complet d'Obertament i forma part de l'associació tarragonina de

| Cal evitar | És preferible | Per què? |
|---|---|---|
| Un <i>psicòtic</i> , un <i>esquizofrènic</i> , una <i>anorèxica</i> ... | Una persona que té o ha tingut <i>psicosi</i> , <i>esquizofrènia</i> , <i>anorèxia</i> ... o bé algú que té un diagnòstic de... | Les persones són més que el seu diagnòstic de salut mental. Aquest no les defineix. |
| Utilitzar els termes <i>esquizofrènic</i> , <i>bipolar</i> , <i>psicosi</i> , <i>depressiu</i> per descriure situacions o coses <i>caòtiques</i> , <i>irracionals</i> , <i>extravagants</i> . | Buscar recursos lingüístics o adjectius que no apel·lin a la salut mental. Ex: les declaracions de tal persona van ser <i>incoherents</i> . | Aquesta adjectivació negativa perpetua mites i estereotips. |
| Titulars alarmants o morbosos que inclouen el tema de salut mental de manera gratuïta per captar l'atenció. | Esmentar els problemes de salut mental només quan és imprescindible per entendre correctament la notícia i sempre de manera contextualitzada. | Tenir un problema de salut mental no és un factor causal de conductes violentes. |
| El malalt mental, la persona que pateix de malaltia mental, la víctima, l'aflició del malalt mental. | Persona amb problemes de salut mental, persones que tenen o conviuen amb trastorn mental. | Moltes persones amb problemes de salut mental viuen una vida plena i es recuperen. |
| <i>Reclusos</i> , <i>interns</i> , <i>tancats en manicomis</i> o <i>psiquiàtrics</i> . | Pacients, usuaris de centres de salut mental, ingressos hospitalaris i processos de rehabilitació. | Les persones són tractades en un hospital, no tancades en un manicomi (terme antiquat i ofensiu) ni a la presó. |
| <i>Boig</i> , <i>maniàc</i> , <i>tarat</i> , <i>llunàtic</i> , <i>pertorbat</i> , <i>dement</i> ... | Una persona amb un problema de salut mental, que té un trastorn mental. | Aquestes paraules solen estar vinculades a perillositat, comportament estrany o burla. |

Recomanacions del llenguatge per a periodistes realitzades per l'associació Obertament. Aquest tipus de connotacions negatives o usos pejoratius de termes psiquiàtrics apareix especialment en espais d'opinió televisius com tertúlies, on la immediatesa i la improvisació fa caure en estereotips i prejudicis. Davant fets violents, l'associació també recomana als periodistes preguntar-se què aporta a la història el fet que la persona tinga un trastorn mental i si és necessari destacar-lo en el titular o a l'inici de la informació, així com la rellevància de les declaracions de veïns que sovint es basen en suposicions i especulacions.

persones amb malaltia mental La Muralla. També és membre de la Federació de Salut Mental de Catalunya, a qui representa en la Confederación Salud Mental España. Un dia va aparèixer a TV3 com a portaveu d'Obertament i, arran d'això tothom el conegué. «La gent començà a apropar-se'm i preguntar-me. Se sorprenien un poc perquè el concepte que tenien d'una persona amb un problema de salut mental no corresponia amb la realitat. Em deien coses com “Mira, si tu ets normal!” i jo pensava, “però, què passa, que qui té un problema de salut mental té banyes i cua?”», recorda Urbina, que és enginyer industrial a Repsol a Tarragona, és casat i té una filla. Explicar el seu dia a dia a la televisió va tenir un impacte «molt positiu» per a ell, perquè li ha permès desenvolupar «capacitats que tenia i ser conegut per aquest problema», assegura l'enginyer, que explica que ara a l'empresa ja no és «un número» més, sinó l'Àngel Urbina, «que té un proble-

ma de salut mental», i serveix de referent per a moltes persones de la feina que tenen un problema de salut mental a casa.

■ LA PERTINÈNCIA D'ESMENTAR EL DIAGNÒSTIC

No obstant això, Urbina es queixa que a les notícies, «cada vegada que hi ha un problema, es magnifica» i que «està mal representat l'impacte de problemes de salut mental respecte a problemes d'ordre públic». Per això demana que els periodistes, quan parlen de salut mental, «simplement» reflecteixin la realitat. I que no es faci referència a la malaltia mental «si no és pertinent». Cal recordar, a més a més, que el diagnòstic mèdic és confidencial i que les dades sanitàries estan especialment protegides per la Llei Orgànica 15/1999, de Protecció de Dades de Caràcter Personal (LOPD), que les considera sensibles per la seva especial influ-

ència en la intimitat, els drets fonamentals i les llibertats públiques de l'individu.

Però, és correcte vincular la salut mental amb la violència? Des del punt de vista d'Enric Arquès, psicòleg clínic, terapeuta familiar i membre de la junta directiva d'Obertament, la resposta és no. «És clarament un prejudici cultural molt instaurat i profund, tot i que totes les aproximacions objectives i quantitatives que s'han fet a tot el món a diverses investigacions deixen clar que no hi ha associació», assenyala, tot apuntant que «només en el cas de l'autoviolència», és a dir, el suïcidi, les persones que pateixen un problema de salut mental exerceixen més violència que respecte a la resta de la població. També, explica, els malalts mentals «són més rebedors de violència» que la que provoquen en realitat. El problema, subratlla, és que l'associació de la malaltia mental a la violència, en tant que prejudici, és una idea «qualitativa».

«Si no hi ha un motiu que jo entengui, és que aquesta persona té un problema, perquè pensem que la nostra espècie no fa això, quan la història de la humanitat va plena d'històries de maldat», raona Arquès, que rebutja que sigui «tan fàcil» atribuir i determinar que un acte de violència ve lligat a un problema de salut mental, «fins i tot amb una persona que té un diagnòstic». La conducta d'aquella persona, diu el també president del Fòrum Salut Mental de Catalunya, hauria de tenir a veure «amb la confusió mental; amb haver perdut la facultat sobre ella mateix i no ser conscient dels seus actes». Ell, amb més de 35 anys d'experiència professional i uns 3.000 casos tractats, només n'ha vist la relació trastorn-violència en una ocasió.

■ PREJUDICIS CULTURALS PROFUNDS: EL «MONSTRE» I EL «POBRET»

«Dir que una persona està malament és una explicació plausible per a la nostra cultura. Si el mal és causal, ens estalviem moltes explicacions. És difícil d'entendre una cultura i una espècie que mata un amic per diners», reflexiona Arquès, per qui de vegades les rutines a què es veuen sotmesos els periodistes en la seua feina els porten a fer una mena d'exercici d'imaginació. «S'intenta explicar de manera simple la realitat, això ens porta a confondre'ns i tenim el risc de convertir en delinqüents un col·lectiu», conclou. Cal tenir en compte, a més, que definir socialment algú per un problema de salut mental és molt negatiu. «La mirada de l'altre és que tu ets un monstre», explica l'especialista, qui situa a l'altra banda dels prejudicis i els estereotips la visió «del pobret, del fràgil o de l'incompetent».

Però, tal i com explica Arquès, l'estigma cap als malalts de salut mental és «a tot arreu», no només dins la



Termes com *psicosi* o *esquizofrènia* són utilitzats de manera pejorativa i en molts casos en notícies que no tenen res a veure amb la salut mental. Després dels atemptats contra la revista satírica *Charlie Hebdo* a París o dels atemptats de novembre de 2015 en diversos punts de la capital francesa, els diaris van fer referència a la «psicosi terrorista». En les imatges, titular del diari *El País* del 20 de novembre de 2015 que destaca en l'entradeta: «El sentiment d'amenaça i la psicosis provocada per la possibilitat d'un nou atemptat terrorista [...] recorren París» i titulars d'altres capçaleres que empen la paraula *psicosi* com a sinònim de *pànic*.

«ELS TERMES 'PSICOSI' I 'ESQUIZOFRÈNIA' AMB UN ÚS PEJORATIU S'UTILITZEN PER EXPLICAR SITUACIONS COM ALS ATEMPTATS A LA SALA BATACLAN DE PARÍS, QUE NO TENEN RES A VEURE AMB LA SALUT MENTAL»

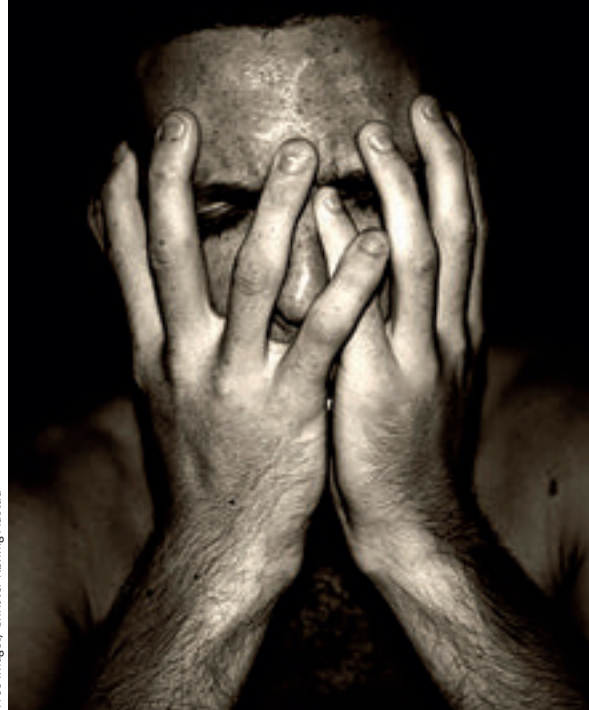
professió periodística. Així, mentre que per a la policia són «perillosos», en el camp mèdic, diu, possiblement es materialitza com a «paternalisme». Tot i que no és el cas d'Arquès, sí que hi ha alguns especialistes en salut mental que participen en tertúlies o com a font de la premsa de manera immediata quan es produeixen notícies com, per exemple, la de l'accident de Germanwings. La tragèdia, l'estavellament als Alps francesos d'un avió d'aquesta companyia alemanya que feia la ruta Barcelona-Düsseldorf i que va deixar 150 persones mortes, va donar molt a parlar a l'Observatori de 2015. Pràcticament tots els mitjans relacionaren el sinistre amb una acció intencionada del copilot Andreas Lubitz, de qui de seguida es va dir que havia estat en tractament per depressió, com a conseqüència dels seus problemes mentals. «No es pot fer un diagnòstic de salut mental en diferit i a 2.000 kilòmetres», es mostra categòric Arquès, que estima que aquestes aparicions fetes pels seus col·legues deixen als professionals de psicologia una responsabilitat «molt gran».

Segons l'estudi, «l'ús incorrecte del llenguatge és el factor que contribueix de manera més important a promoure l'estigma». Com per exemple, fer servir noms de trastorns mentals per descriure situacions negatives que no tenen res a veure amb la salut mental i utilitzar expressions populars que fan referència al trastorn mental de manera banal o frívola. Quan se'n fa aquest mal ús, alerten des d'Obertament, s'està contribuint «al fet que en l'imaginari col·lectiu la salut mental se situa a la part del que no és desitjable, fa por, no agrada o és motiu de burla».

Aquest estigma té també conseqüències negatives en la recuperació dels pacients d'unes patologies que no són irreversibles, i fa que molta gent no vulgui dir que té un problema de salut mental, ho amaga a casa i a la feina, i no demana ajuda per una malaltia que pot patir tothom. De fet, els investigadors del Centre d'Investigació Biomèdica en Xarxa de Salut Mental (CIBERSAM), organisme de l'Institut de Salut Carlos III, depenent del Ministeri d'Energia i Competitivitat, calculen que una de cada quatre persones a l'Estat espanyol pateix o patirà alguna malaltia mental durant la seua vida.

«Hi ha un altre mite: la gent pensa que una persona que té un problema de salut mental ha nascut amb ell i que és com una espècie de síndrome de Down, i no és així; amb trenta, quaranta o cinquanta anys pots patir un problema de salut mental. Això la gent ho desconeix i això és l'estigma», apunta Àngel Urbina, per qui el millor antídote és que les persones que pateixen algun trastorn mental expliquen la seva realitat als mitjans, denunciant les males pràctiques i donant la cara. «El primer de tot és trencar el tabú i això es fa parlant amb els altres. Ajudar altres persones és la major teràpia de totes. Les persones que hem passat per un problema de salut mental tenim la responsabilitat social de donar testimoni i

EL PODER DE LES IMATGES



Free Images/Christer Renning Aurstad

Newcast Online

Les imatges són un dels elements que més transmet l'estigma i, per tant, poden ser determinants per combatre'l o reforçar-lo. Per això, per il·lustrar informacions sobre salut mental, Obertament recomana no usar imatges –fixes o de vídeo– que reproduïen espais enfosquits, pasadissos d'hospitals desenfocats; persones que no miren a càmera; que s'amaguen o estan d'esquenes; que s'agafen el cap amb les mans; que neguen amb les mans o que mostren hostilitat; que estan aïlades, tristes o empipades; que tenen expressions o aparences extravagants; que estan despentinades o amb maquillatge corregut. Un clar exemple de manca de sensibilitat i empatia és –indica l'Observatori de 2014– la molt recurrent utilització del quadre d'Edvard Munch, *El crit*, per il·lustrar un article en què es fa un ús metafòric de la salut mental. En canvi, són recomanables escenes que mostren que es pot buscar ajuda professional per fer front al trastorn o ensenyen la importància de compartir la situació amb amics i familiars, perquè la vida de les persones que conviuen amb problemes de salut mental és, la immensa majoria del temps, semblant a la de les persones que no tenen problemes d'aquest tipus.

L. L. D.



Les males praxi periodístiques estan més influïdes per la immediatesa que no per falta de formació o informació. La funció social dels mitjans de comunicació els obliga a donar explicacions i a buscar-les activament, fet que sovint fa que es difonguin diagnòstics sense base o dades suficients.

mostrar la nostra realitat dia a dia, hem de demostrar que som persones absolutament normals per fer caure mites i estereotips», insisteix.

Tornant al camp de la informació, la importància de no caure a estigmatitzar persones que pateixen trastorns com esquizofrènia, depressió, trastorn per dèficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH), brots psicòtics o ansietat és sobretot un tema de responsabilitat per la projecció social que té el discurs dels periodistes, que arriba a més públic.

■ LA CLAU: LA DOCUMENTACIÓ I LA SALUT MENTAL COM A PROTAGONISTA

«Quan un periodista es pot documentar, no cau en l'estigma», assevera sense embuts el psicòleg clínic Arquès, que no considera que aquesta mala praxi sigui falta de formació o informació. Hi influeix més –segons els mateixos professionals de la informació han explicat a Obertament en diverses trobades de feina– la immediatesa a què estan sotmesos els periodistes i la funció social dels mitjans de comunicació, que els obliga a donar explicacions i a buscar-les activament. Una afir-

mació que es corrobora tant a l'estudi del 2014 com al corresponent al 2015, ja que quan la salut mental és el tema principal de la notícia les informacions es valoren en general més positivament, perquè construeixen «una visió normalitzada d'èxit» de persones amb problemes de salut mental. En el cas del 2015, a més, la ràdio se situa com el mitjà que millor tracta la salut mental i que l'aborda com a tema principal de les seues notícies en més del doble de peces en què la tracta com a assumpte secundari. Els exemples positius, recull l'anuari, són nombrosos: notícies ben documentades sobre la depressió o l'esquizofrènia en què el to i les fonts són correctes; tertúlies en què les opinions vénen de la mà de professionals, o reportatges basats en estudis provinents de centres de prestigi reconegut. Per contra, en el cas de la televisió, quan entra en joc l'espontaneïtat d'una tertúlia que no està centrada específicament en la salut mental és quan emergeixen ràpidament els estereotips negatius reproduïts de manera acrítica. ☺

Laura L. David. Periodista, València. Col·laboradora del Grup de Periodistes Ramon Barnils i de l'informe *Salut mental i violència* (Observatori de Mitjans i Salut Mental).

«UNA DE CADA QUATRE PERSONES A L'ESTAT ESPANYOL PATEIX O PATIRÀ ALGUNA MALALTIA MENTAL DURANT LA SEUA VIDA»