



TEN LOS HECHOS...

¡A continuación algunos de los más comunes mitos junto con hechos que prueban lo errado que están!

MITO: Los adolescentes no sufren de “verdaderas” enfermedades mentales; solo son temperamentales.

HECHO: Uno de cada diez niños y adolescentes sufren de enfermedades mentales. Las enfermedades mentales más severas inician en los años de adolescencia.

MITO: Los comentarios sobre suicidarse son amenazas vacías y no deben ser tomadas con seriedad.

HECHO: 90% o más de todas las víctimas de suicidio tienen una enfermedad mental y/o un problema de abuso de sustancias. Para personas entre 15-24 años, el suicidio es la segunda mayor causa de muerte.

MITO: Los problemas en la salud mental son realmente el resultado de malos padres y de falta de disciplina en casa.

HECHO: Las enfermedades mentales son usualmente heredadas de una generación a otra, y generalmente tienen poco o nada que ver con el cuidado de los padres. También pueden ser causadas por problemas durante el embarazo o por un trauma en la cabeza.

MITO: Las enfermedades mentales no son reales y no pueden ser tratadas.

HECHO: Los problemas mentales son diagnosticados de la misma forma que el asma, la diabetes y el cáncer. Los tratamientos para las enfermedades mentales son entre un 60% y 80% efectivos. Este rango alcanza o excede el rango de efectividad de los más nuevos tratamientos contra las enfermedades del corazón.

MITO: Somos buenas personas. Las enfermedades mentales no ocurren en mi familia.

HECHO: Uno de cada cinco americanos sufrirán, en algún punto de su vida, un problema de salud mental. TODOS estos americanos tienen antecedentes. No hay forma de predecir quien desarrollará una enfermedad mental.

MITO: La depresión es una parte normal de la vida que puede ser superada sin tratamiento.

HECHO: Las depresiones fuertes son reales, son una enfermedad tratable que afecta a 19 millones de adultos americanos cada año. Es la mayor causa de incapacidad en los Estados Unidos, inclusive más que los dolores de espalda, enfermedades del corazón, y falla del hígado.

MITO: Los seguros de salud privados no cubren servicios contra las enfermedades mentales.

HECHO: Alrededor del 90% de las compañías de seguro de salud cubren algunos cuidados contra las enfermedades mentales, pero usualmente en forma discriminatoria.

MITO: Aléjate de las personas con enfermedades mentales porque son violentos.

HECHO: Cada estudio virtualmente demostró que las personas con problemas mentales no son más violentas que cualquier otro americano, asumiendo que no están abusando del alcohol o de sustancias ilegales, y que reciben tratamiento. A menudo, las personas con enfermedades mentales son víctimas de violencia, estigmas y discriminación.

MITO: No hay esperanza para las personas que sufren enfermedades mentales.

HECHO: Las enfermedades mentales son exitosamente tratadas con una tasa más alta que muchas otras enfermedades crónicas, y aún más si son tratadas de forma temprana.

Esta lista es una compilación hecha por la Campaña de Concientización Nacional sobre Enfermedades Mentales, una organización dedicada a reducir el estigma asociado con las enfermedades mentales; reemplazando las ideas equivocadas con hechos que ayuden a los jóvenes a salir de la oscuridad del aislamiento hacia la luz del tratamiento y el bienestar.

