

## CONJUNTO DE HERRAMIENTAS PARA MEDIOS DE COMUNICACIÓN



### ¿CÓMO LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN PUEDEN FOMENTAR LA ADQUISICIÓN DE CONCIENCIA SOBRE LA SALUD MENTAL Y EL ABUSO DE SUSTANCIAS?

Como miembro de un medio de comunicación, cumple una función importante en ayudar a educar al público en temas relacionados con la salud mental y el abuso de sustancias.

La salud mental es simplemente eso, salud. Por lo tanto, una persona con una enfermedad mental no debería ser tratada de forma diferente de alguien con una enfermedad física, como cáncer, diabetes o incluso una gripe común. Las adicciones al alcohol y a las drogas son enfermedades complejas que a menudo requieren tratamiento médico y terapia conductual.

**QUÉ PUEDE HACER.** Cuando cubra eventos o escriba historias para su publicación, estación u organización, recuerde la siguiente información.

- Cualquiera puede **tener una enfermedad mental**.
- Usted probablemente **conozca a alguien que tiene una enfermedad mental** y no se da cuenta.
- Las enfermedades mentales son muy comunes y afectan **prácticamente a todas las familias en los EE. UU.**
- Aproximadamente **1 de cada 4 adultos/adolescentes estadounidenses** vive con una afección de salud mental que se puede diagnosticar.
- Si alguien tiene una enfermedad mental, eso **no significa que la persona sea incompetente, vaga, impredecible, delincuente o violenta**.
- De hecho, las personas con desafíos de la salud mental son **12 veces más propensas a ser víctimas de delitos** en lugar de perpetradores.
- El 50% de todas las enfermedades mentales aparece **antes de los 14 años** y el 75% antes de los 24.
- El 80% de los jóvenes con depresión severa **no reciben tratamiento o el tratamiento que reciben no es suficiente**.
- Pese a la eficacia de los tratamientos, existen **largos períodos, algunas veces décadas**, entre la primera aparición de los síntomas y cuando las personas buscan y reciben tratamiento.

**POR QUÉ ESTO ES IMPORTANTE.** Con demasiada frecuencia, las historias en los noticieros, los programas de televisión, las películas y otros medios representan las enfermedades mentales con un tono negativo, difundiendo estereotipos dañinos y conceptos erróneos y anticuados en el proceso. El resultado es el estigma y la discriminación de aquellos que deben afrontar problemas de salud mental y abuso de sustancias, lo que aleja a estas personas de la posibilidad de recibir el apoyo que necesitan. Si bien prácticamente todas las afecciones de salud mental son tratables, solo el 40% de las personas que enfrentan estos problemas buscan ayuda profesional.

Estamos encarcelando jóvenes con enfermedades mentales, algunos de solo 8 años, en lugar de identificar sus afecciones de forma temprana e intervenir con el tratamiento adecuado.

Al menos la mitad de los niños y jóvenes en el sistema de bienestar del menor tienen problemas de salud mental; el 85% de esos niños no reciben servicios.

Más del 50% de los estudiantes con trastornos conductuales y emocionales sin tratar abandonan la escuela secundaria; de los que permanecen en la escuela, solo el 42% obtiene su diploma.

- Cuando los niños con trastornos mentales sin tratar se convierten en adultos, utilizan más servicios de atención médica e **incurren en costos de atención médica más elevados** que otros adultos.
- Si los trastornos de **la niñez no se tratan, es probable que persistan** y tengan un efecto de caída libre que incluye el fracaso escolar, falta de oportunidades laborales u oportunidades limitadas, y pobreza durante la adultez. Ninguna otra enfermedad daña a tantos niños tan gravemente.
- El suicidio es la **segunda causa de muerte** para personas de 15 a 24 años (después de los accidentes y los homicidios).
- En las escuelas públicas de Buffalo, cerca del 30% de los estudiantes de la escuela secundaria indicaron sentirse tristes o desesperados hasta el punto de que **esto interfiere en sus actividades diarias**, y el 14% pensó seriamente en el suicidio.
- Más del 90% de los jóvenes que se suicidan sufrían depresión o alguna otra **enfermedad mental diagnosticable y tratable** al momento de su muerte.
- Un adolescente o adulto joven con depresión o adicciones **no está atravesando una fase** que desaparecerá sola.
- La adicción es una **enfermedad cerebral crónica, y algunas veces recurrente**, que provoca la búsqueda y el consumo de alcohol o drogas.
- De los niños de 9 a 17 años, **el 21% tiene un trastorno adictivo o de salud mental diagnosticable** que provoca al menos un deterioro mínimo.

- **No hay un solo factor** que pueda predecir si una persona será adicta a las drogas o al alcohol. El riesgo de adicción está determinado por una combinación de factores que incluyen la biología del individuo, el entorno social y la edad o la etapa del desarrollo.

**MUEREN MÁS ADOLESCENTES Y ADULTOS JÓVENES COMO CONSECUENCIA DEL SUICIDIO QUE COMO RESULTADO DE CÁNCER, CARDIOPATÍAS, SIDA, DEFECTOS CONGÉNITOS, ACCIDENTE CEREBROVASCULAR, NEUMONÍA, GRIPE Y ENFERMEDAD PULMONAR CRÓNICA COMBINADOS.**

- La identificación y el tratamiento tempranos **previenen la pérdida de años de desarrollo críticos** que no se pueden recuperar, y ayudan a los jóvenes a evitar años de sufrimiento innecesario.
- La prevención y las estrategias **de intervención temprana reflejadas en la práctica** permiten respaldar la resiliencia y la habilidad de niños y jóvenes de forma satisfactoria.

## TRABAJAMOS JUNTOS PARA SUPERAR EL ESTIGMA

Entendemos que la salud mental y el abuso de sustancias son problemas complejos, y los miembros de los medios de comunicación no son expertos en esta área. Si tiene preguntas acerca de cómo cubrir temas de salud mental y adicciones, no dude en comunicarse con nosotros.

JustTellOne.org,  
c/o Mental Health Advocates  
of WNY

1021 Broadway St., 5th Floor,  
Buffalo, NY 14212

716.245.6JT1 (6581)

JT1@JustTellOne.org

Visite [JustTellOne.org](http://JustTellOne.org) o llame al 716.245.6JT1 para buscar servicios disponibles en su área.



**Just Tell  
ONE.org**