

Guía para Cobertura Periodística de Salud Mental

Los periodistas y reporteros poseen una influencia importante en las actitudes del público acerca de los temas relacionados con la salud mental. El énfasis que las salas de redacción en los noticieros le ponen diariamente en noticias de última hora y otras crisis, puede generar una visión distorsionada y errónea acerca de aquellos individuos que viven con alguna condición mental, incrementando la posibilidad de la creación de percepciones erróneas que pueden generar perspectivas equivocadas o/ y discriminación hacia individuos .

Esta guía de estilo ofrece las formas apropiadas en las cuales, las salas de redacción en los noticieros pueden presentar en sus reportajes e historias, una imagen mucho más precisa, realista y correcta de los temas relacionados con la salud mental.

Las recomendaciones incluidas en esta guía encajan con los lineamientos establecidos en el Libro de Estilo de La Prensa Asociada (Associated Press) de periodismo sobre historias donde el enfoque y los sujetos involucrados están relacionados con algún aspecto de salud mental.

3 Preguntas importantes que considerar durante la cobertura de reportajes de Salud Mental

- 1. ¿Qué tan relevante es incluir a la enfermedad mental dentro del reportaje periodístico?** Si la enfermedad o condición mental no juega un factor importante o no está directamente relacionada con las causas o consecuencias del hecho noticioso, no hay necesidad de mencionarla. La mención de una enfermedad mental no debería utilizarse como un recurso dramático.
- 2. ¿Qué tan confiable e integradora es la fuente que establece el diagnóstico del sujeto en la historia?** Si la cobertura de una historia requiere de la mención de una condición o enfermedad mental, verifica que tu fuente conozca con certeza dicho diagnóstico. Evita a toda costa rumores u opiniones acerca de la condición.
- 3. ¿Cuál es la terminología y “tono” apropiado para cubrir la historia?** Evita el uso de palabras y términos denigrantes y ser lo más específico posible cuando te refieras a un individuo que viva con alguna condición o enfermedad mental; de esta manera se previene la creación de estereotipos negativos.



ÚNETE

Herramientas para Profesionales del Entretenimiento y Medios de Comunicación

El proyecto ÚNETE provee recursos y asistencia a los profesionales de las industrias del entretenimiento y la comunicación social para ayudarlos a elaborar noticias acerca de temas relacionados con la salud mental que incluyan términos y expresiones correctas y precisas.

866.284.9767

TEAMup@eiconline.org

www.eiconline.org/teamup

Definiciones y usos de términos relacionados con la salud mental

Abuso de Sustancias. Las adicciones pueden jugar un papel relevante en muchas historias relacionadas con temas de salud mental; Sin embargo, las adicciones no pueden ser tratadas a la ligera, son un tema muy complejo de analizar. Durante la cobertura de un reportaje sería incorrecto mencionar únicamente la expresión “abuso de sustancias”, dado que existen dos tipos distintos de adicciones: Las adicciones que involucran sustancias como drogas o alcohol y las que se relacionan con comportamientos, como las apuestas o el sexo. Además, no existen conclusiones definitivas acerca de como definir el abuso de sustancias. Algunos estudios indican que las adicciones pueden llegar a ocasionar condiciones o enfermedades mentales, mientras otros afirman que las mismas, constituyen desórdenes neurológicos crónicos que muchas de las funciones del cerebro.

Balance. El énfasis que la cobertura de “última hora” y eventos dramáticos puede con el tiempo, generar una percepción distorsionada de las condiciones y enfermedades mentales. Para balancear la preponderancia e influencia de aquellas historias donde se relacionan condiciones o enfermedades mentales con hechos violentos, se pueden utilizar los siguientes recursos:

- Incluir en esas historias las opiniones de expertos en salud mental que puedan proporcionar una perspectiva científica que incluya la data más actualizada y que genere un contexto más preciso de las mismas.

- Reportar historias que contengan hechos sistémicos y socio-económicos y culturales relacionados con la condición o enfermedad mental, tales como nuevos medicamentos, terapias, tratamientos y la información relacionada con los seguros de salud.

- Publicar/Transmitir perfiles de personas que a pesar de vivir con una condición o enfermedad mental, hayan logrado construir sus vidas satisfactoriamente y establecido

relaciones duraderas con otras personas y con su comunidad. Los perfiles deben enfatizar que los individuos que padecieron una enfermedad mental se han re-integrado adecuadamente a su familia y comunidad.

Ver también: **Recuperación.**

Causa. Las condiciones o enfermedades mentales, rara vez son causadas por un solo factor; las mismas son producto de la combinación de elementos genéticos o biológicos con experiencias traumáticas o ambientes estresantes a los cuales haya estado sometida la persona. Por ello es incorrecto atribuir la condición mental de un individuo a una causa específica y debe evitarse en la cobertura periodística.

Crimen. Hay que mantenerse alejado de la presunción de que un individuo cometió un crimen como consecuencia de una enfermedad mental. La mayoría de las personas que viven con una condición o enfermedad mental no cometen crímenes y la mayoría de las personas que cometen crímenes, no viven en dichas circunstancias. En los hechos violentos, las personas con problemas psiquiátricos son, con mucha más frecuencia, las víctimas y no los perpetradores.

Ver también: **fuentes y relevancia.**

Cultura y etnicidad. Nunca asumas que todas las culturas y grupos étnicos perciben, experimentan y tratan los temas relacionados con la salud mental de la misma manera y bajo una sola misma perspectiva; en la cobertura periodística se deben incluir las opiniones de expertos que sean conocedores de los factores culturales y étnicos de las personas que viven con condiciones o enfermedades mentales. Cada individuo/grupo dependiendo en su cultura, contexto en el que creció y sus valores percibirá la condición mental de la que reportas de una manera distinta.

Demente / Incompetente. Estos son términos legales y no diagnósticos que describen la habilidad de un individuo de discernir entre lo bueno y lo malo al momento que se cometió un crimen o de someterse a juicio como “defendido”. Calificar a una persona como demente o incompetente no debe incluirse como adjetivo calificativo durante un reportaje si el individuo no forma parte de un proceso de derecho penal.

Diagnóstico. Al menos que tengas en tu poder la determinación profesional y diagnóstico por parte de un psiquiatra o psicólogo de que el sujeto de una historia ha sido clínicamente diagnosticado con un trastorno mental, evita hacer especulaciones al respecto. Una condición o enfermedad mental debe ser descrita de forma muy específica, tal y como sucede con cualquier otra enfermedad. Cuando el diagnóstico existe, debes referirte con precisión a la condición o síntomas y no caer en generalizaciones como “una enfermedad mental”.

Ver también: **fuentes y enfermedad mental.**

Enfermedad mental / Trastorno mental. Una enfermedad mental es una condición de salud que afecta los pensamientos, sentimientos y comportamientos de una persona y por ende le produce altos niveles de estrés y le impide funcionar normalmente en las actividades regulares de su vida. Como cualquier otra condición de salud, las enfermedades mentales pueden ser severas en algunos casos y leves en otros. Las mismas no siempre son obvias para todos. En la cobertura periodística es siempre importante reconocer que los términos “enfermedad mental” o “trastorno mental” cubren una amplia gama de condiciones de salud y por ello hay que referirse al diagnóstico específico del individuo, en vez de utilizar simplemente el nombre de la condición. La condición mental no debe definir al individuo en la historia sino “con lo que vive” y afecta al individuo.

Esquizofrénico. Esquizofrénico no es una palabra que se debería de usar como adjetivo. La forma correcta de referirse al respecto es; “una persona que ha sido diagnosticada con esquizofrenia” o “una persona que vive con esquizofrenia”. Tampoco es correcto asociar el término con condiciones que no son de carácter psiquiátrico como las situaciones donde un individuo cambia rápidamente de humor o se muestra indeciso. Una vez más, el paciente vive con, no la enfermedad es el paciente.

Las mismas reglas aplican para otras palabras como; “psicótico”, “bipolar”, “anoréxico” y “ODC” (Siglas en inglés del Trastorno de Obsesión Compulsiva).

Etiquetas. Cuando necesites referirte a una persona que ha sido diagnosticada con una condición o enfermedad mental, debes identificarla como “una persona con un trastorno” y no etiquetarla con el nombre del trastorno. *Por ejemplo: Nunca digas; “ella es una anoréxica”. Prefiere siempre decir: “Ella fue diagnosticada con anorexia nerviosa”.*

Fotografías. El uso de fotografías y de los títulos que se usen para explicarlas, debe ser hecho con mucha sensibilidad social para evitar la perpetuación de estereotipos negativos acerca de las condiciones o enfermedades mentales. Por favor, evita a toda costa la publicación de fotografías que muestren a personas desaliñadas o que luzcan amenazantes. Considerando que miles de personas diagnosticadas con enfermedades mentales viven una vida normal y productiva, el utilizar títulos o fotos que las muestre como “fuera de control” o “peligrosas” fomenta los estereotipos de la prensa acerca de individuos con condiciones mentales.

Fuentes. No hagas caso de los rumores cuando vayas a hacer afirmaciones acerca de la condición mental de una persona. Si un vocero de una institución pública hace alguna referencia a una condición o enfermedad mental, siempre debes preguntar; “¿Cómo sabe usted eso?”. Si existe un diagnóstico clínico, hecho por un psiquiatra o un psicólogo y el mismo está relacionado con el

hecho que debes reportar, entonces, puedes decidir si incluirlo en tu historia o no. *En vez de decir; “su hermana dijo que él era bipolar” sin dar un mayor contexto, puedes decir; “los archivos de los tribunales muestran que el individuo fue tratado de un trastorno bipolar en una institución o clínica de salud mental local”.*

Loco; Psicópata; Demente; Lunático; Trastornado. Palabras como éstas son denigrantes y aparte de no describir correctamente la condición del sujeto, contribuyen a la creación de actitudes negativas en la sociedad y generan tal temor en aquellas personas que viven con una condición o enfermedad mental que los desanima a buscar apoyo de un proveedor de salud mental.

Si el uso de este tipo de vocabulario es esencial para el reportaje, se debe evitar el reforzamiento de los estereotipos negativos. Existen alternativas; por ejemplo: en vez de decir “loco” o “trastornado”, se puede usar “persona viviendo con una enfermedad mental”. De la misma manera, un reportaje con ética e informativo se puede lograr sin apoyarse en términos que degradan a personas con trastornos mentales.

Proveedores de salud mental.

Existen muchos tipos de profesionales de salud que se dedican a atender a las personas que experimentan retos de salud mental. Podemos contar entre ellos a psiquiatras, psicólogos, psicoterapeutas, trabajadores sociales, terapeutas matrimoniales, de familia y muchos otros. Cualquiera de ellos podría comentar en referencia a una historia en particular, sin embargo, las regulaciones del HIPAA (Siglas en inglés del Departamento de Salud y Recursos Humanos del Gobierno de los Estados Unidos), ponen un límite a la información que estos profesionales de la salud pueden compartir legalmente acerca de sus pacientes. Hablar de datos específicos del paciente solo se deben usar si la fuente es confiable y oficial además que con los detalles específicos del trastorno mental le permitirá

a la audiencia a entender el reportaje de una forma mas adecuada.

Proposición 63, Prop. 63. La Ley de Servicios de Salud Mental o Proposición 63, fue aprobada por los votantes de California en el 2004 y su propósito es el de proveer fondos a servicios comunitarios de salud mental; Estos servicios incluyen programas de prevención y de intervención temprana. Los programas son administrados localmente por los **Departamentos de Salud Mental Municipales** y conjuntamente, a nivel estatal, a través de la **Autoridad Estatal de los Servicios de Salud Mental de California (CalMHSA, por sus siglas en inglés).**

Estudios y encuestas han comprobado que la educación e intervención temprana juegan un papel importante para que individuos con trastornos superen su condición mental.

Recuperación/ tratamiento. La recuperación de una enfermedad mental es el proceso a través del cual los individuos mejoran su salud y bienestar, viven una vida independiente y se esmeran en alcanzar su máximo potencial personal y profesional. En el periodismo, se debe reconocer que un diagnóstico de enfermedad mental es algo de lo que una persona puede recuperarse y superar completamente y no una condición que lo acompañará para siempre. Las enfermedades mentales son tratables y la recuperación es posible. El compartir historias de personas que hayan buscado tratamiento, se hayan recuperado o estén manejando su condición de forma exitosa, es una manera muy eficaz de reducir las concepciones equivocadas del público acerca de las condiciones o enfermedades mentales. Un reportaje de salud mental no solo se debe producir cuando existen factores que terminaron en tragedia. Un periodista con interés humano y lograr cambio de percepción dentro una comunidad, debe de buscar las historias que inspiren y motiven a los demás que padecen síntomas de trastorno a buscar ayuda.

Relevancia. Como periodista, nunca asumas que existe un vínculo directo entre un evento que parezca irracional y la salud mental de un individuo involucrado en la historia. *Puedes relatar los hechos de forma precisa; en vez de decir: “Un hombre, cuyos vecinos afirmaron haberlo visto deprimido, dejó los irrigadores de su jardín encendidos por varios días, lo que produjo una inundación en su vecindario”;* puedes narrarlo de la manera siguiente: *“Las autoridades informaron que los daños en tres casas vecinas fueron producidos por irrigadores de jardín que estuvieron encendidos por más de 80 horas seguidas”.*

Recursos. Siempre que sea posible, incluye en tus historias los números telefónicos, sitios en línea o la información de centros locales donde se provean recursos para aquellas personas que quieran o necesiten obtener ayuda especializada. Actualmente, los medios principales de prensa carecen de indicar donde encontrar apoyo para la salud mental. Cuando citas o entrevistas a un experto en salud mental y provees la información de la institución que él o ella representa, creas una referencia precisa para que las personas busquen la asistencia que requieren.

Salud mental. La salud mental es considerada un estado mental que una persona trata de mantener sano al ser capaz de lidiar con el estrés de las actividades diarias mientras vive y trabaja desarrollando todo su potencial profesional y personal. Es importante recalcar que las diferencias culturales, las múltiples formas de evaluación y las distintas teorías de competitividad profesional afectan la definición de salud mental.

Síntomas. Nunca asumas que todo lo que una persona con una condición o enfermedad mental haga o las emociones que muestre, está relacionado o son el resultado del trastorno mental que la afecta. Entendiendo mejor los síntomas que vienen asociados con la condición o enfermedad mental en particular, así como

comprendiendo las reacciones emocionales ante eventos específicos, pueden ser iguales a las respuestas que tendría cualquier persona al experimentar los mismos hechos. Por ejemplo, cuando una persona que no ha sido diagnosticada con ningún trastorno mental llora incontrolablemente al terminar su relación con su pareja, se asume que el o ella “esta triste.” Sin embargo, una persona que ha sido diagnosticada con depresión y pierde a su pareja y llora incontrolablemente se podría asumir que la persona es “peligrosa o suicida.” Al escribir el reportaje, no se debe de incluir el trastorno mental si no se ha confirmado por un especialista si fue un factor en el acto del sujeto.

Suicidio. Existe evidencia que sugiere que ciertos estilos de cobertura noticiosa hecha por los medios de comunicación están vinculados a los incrementos de casos de suicidio (Este fenómeno se conoce como **suicidio por contagio**).

Cuando no se manejan con cuidado en la narración de la noticia, los siguientes elementos pueden llegar a producir un aumento al riesgo de casos de suicidio de personas que se ven provocadas a imitar lo que ven o escuchan a través de los medios:

—**Preponderancia noticiosa.** Si has determinado que el reportaje que involucra a un individuo con una condición mental tiene relevancia noticiosa, siempre evita dramatizarlo si se publica en la primera página o y considera los títulos que le daras si tomara un lugar prominente en la programación.

Evita el uso de títulos o encabezados que incluyan la palabra “Suicidio” (El uso de palabras como “murió” es apropiado).

—**Detalles.** Evita siempre la publicación de detalles acerca del lugar y método utilizado por una persona que cometio suicidio.

—**Fotos y videos.** Evita el uso de fotos o videos que describan el lugar y método utilizado por el sujeto en cuestión, así como de sus familiares y allegados que han sido afectados por el hecho o del servicio fúnebre.

—**Lenguaje.** Expresiones como “cometió”, “tuvo éxito” o “falló” son incorrectas. La

manera precisa de referirse al suicidio es: “alguien falleció por suicidio”, “se quitó la vida,” “termino con su vida,” o “ La descripción debe servir como un instrumento que explica la situación y el acto NO las características del resultado.

—**Nunca simplifiques lo hechos.** El suicidio es un hecho muy complejo donde intervienen muchos factores. Atribuir un suicidio a un sólo factor como por ejemplo a “problemas financieros” o “un pleito con su esposa”, será casi seguro, una percepción e información incorrecta.

Los suicidios ocurren cuando una confluencia de eventos y circunstancias hacen la vida temporalmente insoportable para una persona. Los trastornos mentales y/o el abuso de sustancias, están

relacionados con el 90 por ciento de los casos de suicidio; muchas veces, los familiares y allegados, no reconocen las señales de alarma o los problemas mentales que subyacen en la decisión de una persona de quitarse la vida.

Víctima; sufre de; afligido por. No asumas que sabes la manera que una persona con una condición o enfermedad mental vive su vida. Hay que evitar el uso de juicios de valor y se deben utilizar términos neutrales. *Por ejemplo; en vez de decir: “Ella sufre de ansiedad”, se puede decir; “ella ha sido tratada de un trastorno de ansiedad” o “ella ha sido diagnosticada con un trastorno de ansiedad”.*



Esta publicación se desarrolló a través de un proyecto administrado por la Oficina de Servicios de Salud Mental de California (CalMHSA) y se basa en las investigaciones más recientes de septiembre 2012. CalMHSA es una organización de gobiernos de los condados que trabaja para mejorar los resultados en salud mental para individuos, familias y comunidades. Los programas de Prevención e Intervención Temprana realizados por CalMHSA son financiados por los condados a través de la Ley de Servicios de Salud Mental (Propuesta 63), aprobada por los votantes y que ofrece la financiación y parámetros necesarios para expandir los servicios de salud mental a poblaciones anteriormente carentes de servicios en todas las comunidades diversas de California.

