

# Prejudecati despre boala mintala

Tulburarea mintală este un termen general, folosit pentru un grup de boli care au legatură cu perturbarea funcționării creierului. Astăzi medicina tratează tulburările mintale ca pe oricare alte afecțiuni care pot fi tratate, iar în unele cazuri complet vindecate. În România, ca peste tot în lume, 1 din 4 adulți are probleme durabile de sănătate mintală la un moment dat în viață. Deși atitudinea societății s-a schimbat mult în ultima perioadă, oamenii încă înțeleg greșit bolile mintale și încearcă sentimente de teamă și discomfort când au de-a face cu ele. Și aceasta pentru că există un decalaj imens între ceea ce știu experții despre bolile legate de creier și ceea ce cunosc oamenii. Lipsa informațiilor, este generatoare de teamă, iar teama favorizează apariția prejudecăților. Astfel de prejudecăți sunt prezentate mai jos.

## **1. Bolile mintale sunt contagioase**

***În realitate bolile mintale nu sunt contagioase.***

Această frică de contagiune este foarte răspândită în întreaga lume și determină la oameni, evitarea contactelor sociale cu aceia care au o boala psihica si excluderea lor de la viata sau munca alaturi de ceilalti din comunitate. Frica de contagiune poate de asemenea sa conduca la stigmatizarea membrilor familiilor, profesionistilor in sanatate mintala si a locurilor de tratament .

## **2. Bolile mintale sunt cauzate de forte ale raului sau de vrajitorie**

***In realitate acesta este un neadevar .***

In intreaga lume exista credinta gresita ca bolile mintale sunt cauzate de: actiunile spiritelor din vechime, de vrajitorii, de blesteme, sunt o pedeapsa a lui Dumnezeu pentru pacatele familiei sau pentru lipsa de credinta, sau sunt o forma posedarii demonice. Exista si alte credinte traditionale despre natura si cauza bolilor mintale cum ar fi: acestea sunt rezultatul frustrarilor in dragoste sau a citirii prea multor carti, se transmit prin respiratie sau sunt cauzate de masturbare. Aceste credinte gresite ii determina pe oamenii cu tulburari mintale sa caute ingrijire nu numai la profesionistii din sanatatea mintala dar si sa foloseasca practici eronate de vindecare, in paralel cu tratamentul medical.

## **3. Oamenii cu boli mintale sunt retardati**

***In realitate boala mintala nu este acelasi lucru cu retardul mintal.***

Retardul mintal se refera la capacitatea de invatare si este in general identificat in copilarie, la vârste fragede. Bolile mintale se instaleaza in adolescenta sau la adultul tanar. Ele pot afecta pe oricine, avand orice nivel de inteligenta asa cum persoanele cu retard mintal pot deveni bolnavi mintal .

## **4. Oamenii cu boli mintale ar trebui tinuti in spital**

***In realitate cercetarile recente au demonstrat ca tratarea in comunitate este mai putin costisitoare pentru societate si are***

***rezultate incontestabil mai bune in ceea ce priveste evolutia clinica a pacientilor si ameliorare vietii lor.***

**5. Oamenii cu boli mintale nu sunt capabili sa ia propriile decizii in ceea ce priveste tratamentul lor  
*In realitate ei pot fi implicati in tratamentul lor .***

**6. Oamenii cu boli mintale sunt adesea violenti  
*In realitate oamenii cu boli mintale nu sunt violenti.***

Cercetarile arata ca persoanele cu probleme de sanatate mintala nu sunt mai periculoase decat

persoanele sanatoase din aceiasi populatie. Mai putin de 3% din pacientii bolnavi mintal au un

potential de violenta, atunci cand nu se trateaza sau cand primesc un tratament inadecvat si cand

intervine consumul de alcool si droguri.

**7. Majoritatea oamenilor cu boli mintale nu pot muncii  
*In realitate ei pot muncii chiar daca au simptome .***

Munca ii ajuta pe oameni sa-si revina, incercand sa-si concentreze atentia spre altceva decat pe simptomele bolii, sa-si recastige stima de sine, sa-si creeze relatii si interactiuni sociale si astfel sa se integreze in comunitate, sa castige bani pentru a se putea intretine singuri.

**8. Bolile mintale nu se vindeca niciodata**

***In realitate bolile mintale sunt tratate și în unele cazuri sunt vindecate complet.***

In decursul vieții mulți oameni pot suferi de o forma mai gravă sau mai ușoară de tulburare mintală însă un procent mic de oameni suferă în mod frecvent de episoade repetate de boală. Chiar și oamenii care au fost afectați mult timp de tulburări mintale își pot reveni cu condiția tratării acestora.

**9. Sărăcia parinților sau educația dată copiilor cauzează boala mintală**

***In realitate cercetările nu au identificat nici o evidență care să arate că sărăcia părinților sau educația dată copiilor ar cauza boala mintală.***

**10. Închisoarea este un loc potrivit pentru bolnavii mintali**

***In realitate bolnavii mintali nu ar trebui ținuti în închisori pentru că nu reprezintă un pericol.***

Cercetarile au arătat că oamenii cu boli psihice devin violenti dacă sunt tratați cu violență sau limitați fără rost.