# ¿Quién es afectado por trastornos de salud mental?

**Famosos con trastornos de salud mental y de uso de sustancias de quienes usted probablemente ha escuchado hablar son:**

**Laura Lawless** (Señorita Arizona 2002)
Depresión Clínica

**Maurice Benard** (Actor)
Trastorno bipolar

**Yuri** (Cantante)
Trastorno bipolar

**Brooke Shields** (Actriz/Autora)
Depresión postparto

**Robert Carlos** (Cantante y compositor)
Trastorno obsesivo compulsivo

**Buzz Aldrin** (Astronauta)
Depresión y uso de sustancias

**Miguel Pizarro** (Actor)
Depresión y abuso de sustancias

**Michael Phelps** (Atleta Olímpico)
Trastorno de déficit de atención e hiperactividad (ADHD por sus siglas en inglés)

Estas serias condiciones de salud no son solo un reto para personas famosas, también pueden y son un reto para cualquier persona: su tía, su padre, su hermano, su hijo, su vecino, su compañero de trabajo, su jefe, su profesor…y, sí, incluso para USTED.

**Para más información acerca de cómo puede ayudar o involucrarse, por favor comuníquese con el comité para la reducción del estigma:**

Arizona Department of Health Services

**Departamento de Servicios de Salud de Arizona**
**División de Servicios de Salud Mental**
**(602) 364-4558**
www.azdhs.gov

# Únase al movimiento

Arizona Stigma Reduction

# Ayude a reducir el estigma en Arizona

## *Salud mental: ¡Todos la tienen !*

# Salud Mental

Las personas desarrollan trastornos de salud mental y de uso de sustancias por diversas razones:
Para algunos puede ser genético o biológico;
para otros puede ser ocasionado por una experiencia en la vida;
o puede ser el resultado de otra enfermedad, y algunas veces no sabemos por qué.

Éstos son problemas de "salud" así como lo son: la diabetes, la alta presión en la sangre, el cáncer o la artritis.
Sí, los trastornos de salud mental y de uso de sustancias son retos de "salud."

¿Por qué las personas con dichos retos a menudo son tratadas de manera diferente?

# Estigma

El estigma se refiere a actitudes negativas *(prejuicio)* y conductas negativas *(discriminación) hacia* personas que tienen trastornos de salud mental o de uso de sustancias.

# Hechos

Los trastornos de salud mental y de uso de sustancias son, de hecho, muy comunes,

**Cada año al menos 1 de 4 adultos en Arizona sufren de un trastorno mental diagnosticable***

# Recuperación

Hay una variedad de tratamientos disponibles.
Los tratamientos, de hecho **"sí"** funcionan, y las personas realmente se recuperan.
Desafortunadamente, el estigma frecuentemente se convierte en una barrera para las personas que buscan tratamiento y puede afectar seriamente su recuperación.
*Usted* puede ayudar en la lucha contra la discriminación y los prejuicios asociados con los trastornos de salud mental y de uso de sustancias

*Kessler RC, Chiu WT, Demler O, Walters EE. Prevalence, severity, and comorbidity of twelve-month DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). *Archives of General Psychiatry* 2005 Jun;62(6):617-27.SOV RCE Retrieved November 5, 2008 from http://www.nimh.nih.gov/health/publications/the-numbers-count-mental-disorders-in-america.shtml

Las personas con trastornos de salud mental y de uso de sustancias viven, trabajan, asisten a la escuela y son voluntarios en su comunidad, ellos son miembros de una familia, amigos y vecinos, ellos sirven a nuestro país y hacen significativas contribuciones a la sociedad.
Anime y ayude a las personas que sufren de trastornos de salud mental y de uso de sustancias en su recuperación, así como lo hacemos con personas que padecen de cualquier otra condición grave de salud.

# Usted puede ayudar

"Conozca los hechos"
"Eduque a otros"
"Elija sus palabras de manera cuidadosa"
"Esté alerta de sus propias actitudes y comportamientos"
"Sirva de apoyo y sea compasivo"
"Inclúyalos a todos en las actividades"

# ¡Juntos podemos vencer el estigma!