

Comunicado de Prensa

Contacto: Melonie Williams
Departamento de Salud del Distrito de Lake Cumberland
606-678-4761 ext. 1127

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

TEMA: Enfermedad Mental

Entender la Enfermedad Mental

El propósito de la siguiente información es proporcionar una comprensión general de lo que son las enfermedades mentales y presentar algunos hechos asociados con estos trastornos.

¿Qué es la enfermedad mental?

Las enfermedades mentales son condiciones médicas que alteran el pensamiento, la sensación, el estado de ánimo, la capacidad de relacionarse con los demás y el funcionamiento diario. Así como la diabetes es un trastorno del páncreas, las enfermedades mentales son condiciones médicas que a menudo resultan en una capacidad disminuida para hacer frente a las demandas ordinarias de la vida.

Las enfermedades mentales serias incluyen depresión mayor, esquizofrenia, trastorno bipolar, trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), trastorno de pánico, trastorno de estrés postraumático (TEPT) y trastorno límite de la personalidad.

Las enfermedades mentales pueden afectar a personas de cualquier edad, raza, religión o ingreso. Las enfermedades mentales no son el resultado de la debilidad personal, la falta de carácter o la mala educación.

Las enfermedades mentales son tratables. La mayoría de las personas diagnosticadas con una enfermedad mental grave pueden experimentar alivio de sus síntomas participando activamente en un plan de tratamiento individual.

Además del tratamiento con medicamento, el tratamiento psicosocial, como la terapia cognitivo-conductual, la terapia interpersonal, los grupos de apoyo entre pares y otros servicios comunitarios, también pueden ser componentes de un plan de tratamiento y ayudar a la recuperación.

La buena noticia sobre la enfermedad mental es que la recuperación es posible.

Algunos hechos sobre la enfermedad mental:

- Las enfermedades mentales son trastornos cerebrales. No pueden ser superados a través de la “fuerza de voluntad” y no están relacionados con el “carácter” o la inteligencia de una persona.
- Sin tratamiento, las consecuencias de la enfermedad mental para el individuo y la sociedad son asombrosas: discapacidad innecesaria, desempleo, abuso de sustancias, falta de vivienda, encarcelamiento inapropiado, suicidio y vidas perdidas; El costo económico de la enfermedad mental no tratada es de más de 100 mil millones de dólares cada año en los Estados Unidos.
- Con una medicación eficaz adecuada y una amplia gama de servicios adaptados a sus necesidades, la mayoría de las personas que viven con enfermedades mentales graves pueden reducir significativamente el impacto de su enfermedad y encontrar una medida satisfactoria de logro e independencia. Un concepto clave es desarrollar la experiencia en el desarrollo de estrategias para manejar el proceso de la enfermedad.
- El estigma erosiona la confianza de que los trastornos mentales son condiciones de salud reales y tratables. Hemos permitido que el estigma y una sensación injustificada de desesperanza causen barreras actitudinales, estructurales y financieras a un tratamiento y una recuperación eficaces.

También, es importante señalar que Kentucky es uno de los estados más de mala salud en nuestra nación; Pero, algunas opciones de estilo de vida saludables podrían cambiar esto. En primer lugar, comer alimentos nutritivos en porciones normales, incluyendo al menos cinco frutas y verduras al día para bajar del peso y reducir las enfermedades del corazón y la diabetes. Segundo, hacer ejercicio por unos 30 minutos al día puede disminuir la presión arterial. En tercer lugar, evitar el uso de productos de tabaco puede reducir varios tipos de cáncer. Finalmente, asegurarse que realice sus evaluaciones preventivas que se necesitan para detectar enfermedades temprano y aumentar su probabilidad de buena salud, y recibir sus vacunas recomendadas pueden prevenir enfermarse en primer lugar. Visite nuestro sitio web en www.LCDHD.org y haga clic en el banner “52 semanas para la salud” para aprender más sobre cada uno de estos temas.

Fuente: <https://makeitok.org/what-is-a-mental-illness/>