



¿Qué es la Enfermedad Mental?

Las personas que sufren de una enfermedad mental tienen un cambio en la manera en que piensan, en que sienten y en que se comportan. Esto significa que su manera de pensar, de sentir y de actuar se halla confundida. Esto tiende a interferir con sus relaciones, con su trabajo y con su gozo de la vida.

El tener una enfermedad mental puede ser difícil para el enfermo y también para su familia. Uno no debe avergonzarse a causa de ella.

¿Qué Causa La Enfermedad Mental?

Es importante saber que tener una enfermedad mental no es culpa de nadie. A veces se piensa que ésta se debe a “mala sangre,” a un castigo o al “mal de ojo.” Hoy en día los médicos creen que existe una serie de factores que pueden ser la causa de una enfermedad mental:

- Cambios químicos en el cerebro
- Tensión y problemas diarios
- Estar expuestos a situaciones de severa tensión.

Es difícil estar totalmente seguro sobre la causa de las enfermedades mentales. A veces la enfermedad física puede tener síntomas psiquiátricos.

¿Es Hereditaria La Enfermedad Mental?

Se ha comprobado mediante la investigación científica que algunas personas pueden tener una propensión genética a sufrir de enfermedad mental. Dado que muchos factores intervienen lo mejor que se puede hacer es hablar con el médico.

¿Es Contagiosa La Enfermedad Mental?

La enfermedad mental no es como el resfriado o el sarampión. No es contagiosa.

¿Cuáles Son Los Tipos Principales De Enfermedad Mental?

1. Desórdenes Debidos a la Ansiedad

Una persona puede sentir angustia, pánico o preocupación. Síntomas comunes: presión arterial elevada, aumento en la palpitación del corazón, malestar estomacal, temblores, tensión muscular, intranquilidad, pérdida de sueño.

2. Depresión

La depresión afecta el estado de ánimo de una persona.

Depresión Leve: Mucha gente siente este tipo de depresión en sus vidas. Puede sentir por ejemplo, tristeza, falta de ganas de hacer cualquier cosa, etc.

Depresión Severa: Los síntomas pueden incluir:

**AYUDA E INFORMACION ADICIONAL
ESTA DISPONIBLE EN PARK CENTER.**

LLÁMENOS AL:

FT. WAYNE: (260) 481-2700

LLAMADA GRATIS: 1-866-481-2700

BLUFFTON: (260) 824-1071

DECATUR: (260) 724-9669

WWW.PARKCENTER.ORG

- inmensa tristeza o desesperación
- pérdida de interés en hacer cualquier cosa, tal como: el trabajo, las aficiones, la higiene
- problemas para dormir
- pérdida de apetito
- pérdida de peso
- falta de energía
- impulsos suicidas
- sensaciones de culpabilidad
- desesperación
- sensación de no valer absolutamente nada

Ya sea la depresión leve o severa, puede ser el resultado de reacciones a eventos en la vida como la pérdida de una persona amada o la pérdida del trabajo. Sin embargo, también es posible que no tenga causas externas conocidas.

Si usted no está seguro sobre el grado de severidad de la depresión le rogamos que busque ayuda profesional.

3. Trastorno Bipolar (Enfermedad Maníaco Depresiva)

Esto afecta el estado de ánimo de la persona. Una persona puede tener cambios de ánimo extremos entre estados altos y bajos.

Los síntomas de un ánimo “bajo” pueden ser:

- sentimientos de fracaso y de falta de valor propio
- tendencias suicidas
- estado de ánimo deprimido
- problemas cuando se trata de dormir
- problemas relacionados con el apetito

Los síntomas de un ánimo “alto” pueden ser:

- irritabilidad
- habla confusa por hablar demasiado rápido
- impulsividad
- creer que uno es una persona importante o que posee poderes excepcionales.

Una persona con desorden Bipolar puede padecer de psicosis

Psicosis: Esto ocurre cuando una persona pierde el contacto con la realidad o no puede distinguir entre la realidad y la fantasía.

4. Esquizofrenia

Los síntomas pueden incluir:

- sentimientos confusos o deprimidos
- alejamiento de la familia o de los amigos, el contacto social disminuye
- oír voces de personas ausentes que nadie más puede oír
- creer que las otras personas le quieren hacer daño
- creer que uno es famoso o poderoso
- los pensamientos y los sentimientos no siempre están de acuerdo; por ejemplo: risa causada por un sentimiento triste o sin motivo alguno
- incapacidad para llevar a cabo tareas diarias, aseo personal o alimentación

El trastorno sicótico más común es la esquizofrenia.

¿Qué se puede hacer para ayudar a una persona afectada de Enfermedad Mental?

Las personas que presentan estos síntomas deben buscar la ayuda de un médico. Una enfermedad mental es como una enfermedad física.

La asistencia médica es importante para la recuperación del enfermo. El tratamiento oportuno puede contribuir a una recuperación más rápida.

Uno de los siguientes agentes o una combinación de ellos puede ayudar a la persona.

- 1. Medicamentos:** Pueden ayudar en el caso de algunas formas de enfermedad mental. Ayuda a controlar los síntomas.
- 2. Apoyo y orientación:** Es hablar con alguien acerca de la forma de tratar los problemas, para poder hacerle frente a la enfermedad y a los síntomas.
- 3. Grupos de Apoyo:** Consiste en reunirse y alternar con otras personas que sufren de enfermedad mental. Las familias que tienen entre sus miembros una persona que sufre de enfermedad mental se reúnen. Estas ocasiones permiten que la gente involucrada pueda compartir experiencias, aprender más acerca de la enfermedad mental y apoyarse mutuamente.
- 4. Rehabilitación y Desarrollo Personal:** Ofrece nuevas formas de afrontar los problemas de la vida diaria. Ayuda a las personas enfermas a que obtengan el mayor beneficio posible de sus puntos fuertes y de sus habilidades.

El objetivo de esto es traer de vuelta el respeto, la dignidad y la fe en sí mismo del enfermo mental.

¿Dónde Puedo Obtener Esta Ayuda?

Médico de Medicina General

El médico puede reconocer al paciente para cerciorarse de que el problema no tiene causas fisiológicas; puede prestar asistencia médica al enfermo mental; o bien referirlo a otros servicios apropiados.

Clínicas Comunitarias Para La Salud Mental

El personal consta de psiquiatras, psicólogos, enfermeros psiquiátricos, terapeutas ocupacionales, asistentes sociales, etc. Ofrecen diversas formas de ayuda tanto al enfermo como a sus familiares, incluida la asistencia en casos de crisis.

Hospitales Psiquiátricos

Si una persona está muy enferma es necesaria su hospitalización. En algunos casos dicha persona puede ser llevada al hospital en contra de su voluntad. Esto sucede en el caso de que el paciente pueda hacerse daño a sí mismo o a los demás. Una vez que ha sido admitido por el hospital su estado mental es objeto de evaluaciones efectuadas regularmente. El objetivo de la hospitalización es hacer que el paciente recobre su salud mental lo antes posible lo cual ha de permitir su pronto regreso al hogar.

Servicios No Gubernamentales

Estos servicios son administrados por las comunidades locales. Su meta es hacer que las personas que sufren de enfermedad mental puedan vivir de la manera más independiente posible. Pueden ayudar a encontrar amigos o, a veces, a brindar alojamiento. En estos centros no se trata médicamente ni se dan medicinas.

¿Permanecerá Confidencial Mi Problema?

Si usted tuviera que consultar a un profesional de la salud, la información que usted presente no podrá ser entregada a otra persona sin su consentimiento. Si usted necesitara un intérprete éste también debe mantener el carácter confidencial del caso.

Es importante que una persona que sufre una enfermedad mental reciba tratamiento para que se ponga bien. Cuánto más tiempo se tarde en llevar a cabo el tratamiento más tiempo ha de tomar la recuperación de la persona.