

# VIVENCIAS DEL ESTIGMA EN USUARIOS DE UNA COMUNIDAD TERAPEUTICA

Susana María González Conesa(1), María Carmen Blanco González(2), Lucía Cortés Martínez(1), Alma Arias Ramón(1), María Zapico Fernández(1).

1. Residentes de enfermería de salud mental de Asturias. Area III, IV.
2. Enfermera especialista en salud mental area III. SESPA

XII JORNADA ASTURIANA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL / AEESEME

## INTRODUCCIÓN

El **estigma** en trastornos mentales sigue siendo una barrera para el acceso a tratamientos y la inclusión social.

Se presenta como **discriminación externa** o autoestigma, **afectando la autoestima y recuperación.**

A pesar de esfuerzos institucionales, muchas personas aún enfrentan exclusión.

**Este estudio recoge las experiencias de usuarios de la Comunidad Terapéutica de Rehabilitación del Área III del Principado de Asturias.**

## OBJETIVO

Explorar las **percepciones y experiencias** relacionadas con el estigma en un grupo de personas con diagnóstico de salud mental.

## METODOLOGÍA

Estudio cualitativo con 7 usuarios de la Comunidad Terapéutica de Avilés.

Se aplicó un **cuestionario** con 6 preguntas abiertas sobre percepción de la enfermedad, discriminación, autoestigma y experiencias personales.

Las respuestas se analizaron mediante categorización temática.

## RESULTADOS

- Predominaron **emociones** como **tristeza, soledad, frustración y miedo.**
- Cinco de siete participantes reportaron **discriminación**, especialmente en entornos sanitarios.
- Reconocen la etiqueta social del diagnóstico, pero destacan: **“No soy solo un trastorno”.**
- Sus vivencias incluyen **AISLAMIENTO y RECAÍDAS**, sobre todo **RESILIENCIA y APRENDIZAJE.**
- Palabras asociadas: **“estigma”, “cansancio”, “infierno”, “experiencia única”, “crecimiento”.**

## DISCUSIÓN

Los hallazgos coinciden con estudios recientes que identifican el **autoestigma** como un **obstáculo central en la recuperación.** La discriminación en el ámbito sanitario refuerza el sentimiento de invalidez. Sin embargo, estrategias como el **contacto positivo**, la **participación activa de los usuarios** y la **formación del personal** sanitario han demostrado ser efectivas para **reducir el estigma y mejorar la atención sanitaria.**

## CONCLUSIONES

El **estigma persiste** y afecta profundamente la experiencia de la enfermedad mental. Sin embargo, las personas muestran una gran capacidad crítica y deseo de cambio. Incorporar sus voces en el diseño de servicios de salud más empáticos y humanos resulta clave para avanzar hacia una atención realmente centrada en la persona.

## BIBLIOGRAFÍA

