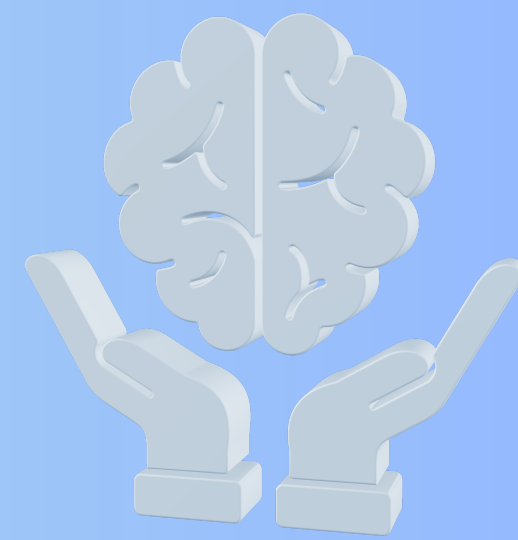




Estigma en profesionales sanitarios y pacientes: intervenciones enfermeras para su reducción

Autores: Noelia Galindo Martín, Borja Montero Carmona y Ángela Ramos Güemes



INTRODUCCIÓN

El estigma en salud mental constituye un fenómeno complejo caracterizado por actitudes negativas, estereotipos y conductas discriminatorias hacia las personas con trastornos mentales. Este fenómeno no solo se observa en la población general, sino también entre profesionales sanitarios, incluidos quienes trabajan en el ámbito de la salud mental. Entre los distintos tipos de estigma, destaca el autoestigma, que se traduce en sentimientos de vergüenza, culpa y miedo al juicio social. Este proceso afecta la búsqueda de ayuda, la adherencia al tratamiento y el bienestar psicológico. La literatura reciente señala que tanto el estigma profesional como el autoestigma influyen en la calidad de la atención, la relación terapéutica y los resultados en salud.

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión bibliográfica de artículos científicos publicados entre 2018 y 2025. Entre los estudios seleccionados se incluyen una revisión sistemática, un análisis bibliométrico, una revisión sistemática con metaanálisis, un protocolo de ensayo clínico aleatorizado, una scoping review sobre simulación en enfermería y una revisión sobre autoestigma y estigma por búsqueda de ayuda en profesionales. Se analizaron intervenciones dirigidas a profesionales sanitarios, estudiantes de enfermería y profesionales de atención primaria, así como estudios sobre actitudes estigmatizantes y autoestigma en el ámbito personal y profesional.

OBJETIVOS

- Definir el concepto de estigma y autoestigma en salud mental.
- Analizar su impacto en pacientes y profesionales sanitarios.
- Identificar intervenciones enfermeras eficaces para su reducción.

CONCLUSIONES

El estigma y el autoestigma continúan presentes incluso entre profesionales sanitarios, afectando tanto la calidad asistencial como el bienestar de pacientes y profesionales. La enfermería, por su cercanía al paciente y su rol educativo y comunitario, ocupa una posición estratégica para liderar intervenciones de reducción del estigma. Las estrategias con mayor respaldo científico incluyen programas formativos estructurados, simulación clínica en estudiantes, intervenciones en atención primaria y revisión crítica de actitudes en salud mental. Su implementación sistemática puede favorecer una atención más humanizada, equitativa y centrada en la persona.

DESARROLLO

El estigma se define como un conjunto de creencias y actitudes negativas que generan etiquetado, prejuicio y discriminación hacia personas con trastornos mentales. El autoestigma ocurre cuando los propios individuos internalizan estas actitudes, desarrollando vergüenza y miedo a ser juzgados, lo que puede limitar la búsqueda de ayuda profesional. El análisis bibliométrico muestra un aumento sostenido de publicaciones sobre estigma en enfermería desde 2018, lo que refleja su creciente relevancia científica. En los profesionales sanitarios, el estigma puede manifestarse mediante actitudes paternalistas o distantes hacia los pacientes, menor implicación terapéutica y barreras en el acceso y continuidad asistencial. En los pacientes, el autoestigma puede provocar reticencia a buscar apoyo o tratamiento. Asimismo, el autoestigma en profesionales sanitarios reduce la probabilidad de solicitar ayuda cuando la necesitan, incrementando el riesgo de burnout, ansiedad y deterioro del bienestar. Las estrategias más eficaces identificadas para la reducción del estigma incluyen la formación estructurada en salud mental, especialmente en atención primaria, y las intervenciones educativas basadas en evidencia, que mejoran conocimientos y actitudes hacia personas con trastornos mentales. Por otra parte, la simulación clínica en estudiantes de enfermería favorece la empatía y disminuye estereotipos. Además, las intervenciones dirigidas a equipos de salud mental permiten abordar actitudes estigmatizantes y el autoestigma profesional. En conjunto, la evidencia señala que la educación, el contacto directo y la reflexión crítica son clave para modificar actitudes y disminuir el autoestigma.

BIBLIOGRAFÍA

1. Martínez-Martínez C, Esteve-Claramunt F, Prieto-Callejero B, Ramos-Pichardo JD. Stigma towards mental disorders among nursing students and professionals: a bibliometric analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(3):1839. doi:10.3390/ijerph19031839.
2. Navarro-Gómez N, Trigueros Ramos R. Estigma en los profesionales de la salud mental: una revisión sistemática. *Psychol Soc Educ*. 2019;11(2):253–266. doi:10.25115/psye.v11i2.2268.
3. Durango JS, Jaramillo E, Garcia V, Uribe E, Galindo C. Autoestigma y estigma por búsqueda de ayuda en estudiantes y profesionales de la salud: una revisión de la literatura. *Rev Med Clin Las Condes* [Internet]. 2023 Nov-Dec;34(6):400–410. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864023000925> doi:10.1016/j.rmcl.2023.11.001.
4. Grandón P, Saldivia S, Vaccari P, Ramirez-Vielma R, Victoriano V, Zambrano C, Ortiz C, Cova F. An integrative program to reduce stigma in primary healthcare workers toward people with diagnosis of severe mental disorders: a protocol for a randomized controlled trial. *Front Psychiatry*. 2019;10:110. doi:10.3389/fpsy.2019.00110.
5. Zhamaliyeva L, Ablakimova N, Batyrova A, Veklenko G, Grjibovski AM, Kudaibergenova S, Seksenbayev N. Interventions to reduce mental health stigma among health care professionals in primary health care: a systematic review and meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2025;22(9):1441. doi:10.3390/ijerph22091441.
6. Thurman W, Nsengi C, Steindal SA, Albrecht S, Gaber SN, Mattsson E, Olaussen C, Van Royen K, Mariussen KL, Klarare A. Simulation-based learning in nursing education to counter stigma and discrimination: a scoping review. *Nurs Outlook*. 2025;73(5):102478. doi:10.1016/j.outlook.2025.102478.

