



Portadas para **NORTE de salud mental**

Nekane Sagasti Legarda

Psicólogo Clínico. Hospital de Galdakao.

*En un mundo servido sólo por
las palabras sería difícilísimo
mencionar las cosas (Eco, U.)*

De todos es conocido el gran poder que ejercen los medios de comunicación para influir en la percepción de la realidad de toda la sociedad, en su forma de ver e interpretar el mundo que nos rodea. Aunque la mejora en el trato recibido por la salud mental en los últimos años es reconocida, se sigue transmitiendo de forma sutil y algunas veces explícita, una imagen errónea y negativa de la enfermedad mental, que sin duda no es un buen reflejo de la realidad, ayuda a perpetuar estereotipos, prejuicios y falsas creencias, y que perjudica de manera directa a los derechos de las personas con problemas de salud mental y a su entorno. Sensibilizar a futuros profesionales de la publicidad sobre este tema puede ser un objetivo interesante a la hora de actuar contra el estigma.

Material

La revista **NORTE de salud mental** retoma y se presenta con el compromiso de impulsar la actividad científica, fomentar la reflexión, promocionar alternativas, debatir sobre las investigaciones más recientes y ser marco de expresión de inquietudes del acontecer en el campo de intervención de los profesionales, la salud mental de la comunidad.

Proyecto: **“Una portada para Norte”**

Desde su inicio, y señalando que la revista cuenta en su cabecera con un diseño de Eduardo Chillida se realiza una apuesta por la divulgación a través de sus portadas de la obra gráfica de jóvenes artistas. El interés suscitado

llevó a ampliar la iniciativa de una manera formal a los estudiantes de Diseño Gráfico de la Universidad del País Vasco.

Los trabajos recibidos hasta la fecha son 218 portadas a lo largo de 4 años. Una aportación cuantiosa que constituye el material a comentar.

OBJETIVOS

El propósito de estas líneas es comentar las imágenes que los estudiantes Asignatura Diseño Gráfico Publicitario (Profesor Iñaki Zaldunbide) de la Facultad Ciencias Sociales y de la Comunicación (Leioa), UPV-EHU. Ellos



y ellas han propuesto los proyectos de diseño e ideas para posibles portadas de la revista *Norte de salud mental*.

Se utiliza un **método descriptivo** que permita describir y evaluar las características y conocer como se presentan los contenidos y eventos que aparecen en las portadas propuestas y asimismo tener la posibilidad de realizar predicciones aunque sean muy rudimentarias.

COMENTARIOS

Una primera aproximación a las imágenes despierta en el observador la impresión de que se parecen entre sí y de que forman parte de un todo. Las imágenes se antojan como partes de una narración, viñetas o fotogramas que constituyen el guión de una historia incompleta, y que se presentan desordenadas.

En este relato la mayor parte se dedica a mostrar aspectos del conflicto, salpicados de intentos de soluciones fallidas, y búsqueda de nuevas alternativas, para terminar con un desenlace que no satisface a nadie ni resuelve el conflicto.

Os voy a contar una historia:

Con la primera mirada descubrimos el principio de la trama. Súbitamente aparece el protagonista, está solo, se ha quedado solo en la penumbra, su imagen atormentada se distorsiona y desdibuja, se rompe y desorganiza como un puzzle, su figura es solo una sombra para desvanecerse, y en su lugar queda una cabeza, una cabeza rota y después solo un cerebro. Se presenta ante el espectador como algo complejo e incomprensible, es la máquina de pensar con complicados engranajes. Después, es solo una masa de sesos. Lo ha perdido todo incluso el "sí mismo".

Perdido en el laberinto muchos ojos vigilan al protagonista, y él mira sin ver. La palabra no existe, cuando aparece una boca se halla

enmudecida con una mordaza. El oído tampoco es necesario, no hay nadie ni nada que escuchar.

Tiende sus manos, pero están vacías, no logra el contacto deseado, y se repite el gesto impotente.

Unos pasos, es posible que le lleven a un nuevo horizonte. Al final del largo camino, una luz, una puerta que quizás se abra y siempre, siempre, esa tremenda soledad.

Surgen en el camino pretendidas ayudas para resolver el drama, fármacos y pastillas por un lado, y la esperanza por otro de que la naturaleza obre su milagro con el mar, el cielo y el aire, el campo, el paisaje amigo, e incluso alguna alegre mariposa.

El protagonista reclama vivir entre otros resaltando la diferencia, y a pesar de ella.

Esta historia termina con el protagonista diferente y solo.

Pero, ¿es realmente diferente? ¿Está ciertamente sólo?

Es esta una historia de enfermedad y desolación escrita entre muchos para una revista dirigida a Profesionales de Salud Mental.

Lo presente:

Tipo de imágenes: Más de la mitad de las imágenes han sufrido algún tipo de manipulación para resaltar lo roto, desorganizado, distorsionado, desenfocado, confuso, sombras fantasmagóricas, límites imprecisos, el desorden, caos mental, laberintos sin solución... El uso de colores fríos, azules y grises acentúa estas percepciones.

La soledad. Es este un proceso que se presenta en el nivel individual, desde que se inicia el sujeto camina en solitario y en las



presentaciones aparece lo singular frente a lo plural. Cuando se encuentran varios elementos responden más a la perseveración que a la pluralidad. *Lo social y lo comunitario está ausente.*

La idea de Salud Mental se relaciona con algo que ocurre en la cabeza–mente de las personas. El 40% de las propuestas utilizan como motivo esta parte de la anatomía para referirse a ella.

Órganos de los sentidos: Los ojos (vista), 15% de las propuestas y las manos 6% (tacto) son motivos recurrentes utilizados de modo que queda manifiesta la ausencia de contacto. La palabra y el oído no aparecen en ningún caso. *La comunicación es imposible.*

Elementos con valor “terapéutico”, a los que se atribuye capacidad para reducir el malestar o que pueden producir efectos positivos o bienestar, se hallan presentes en el 25% de las presentaciones. Siendo esta una presencia amplia hay que destacar que el elemento humano esté ausente, se espera influyan en el desenlace aspectos de la naturaleza como el mar, el cielo, paisajes con prados y bosques, flores, mariposas... También se ofrecen como elemento terapéutico los fármacos (3 portadas con alusión a pastillas) y además la actitud persistente por parte del sujeto en la búsqueda del bienestar sin otros apoyos concretos. *El terapeuta humano no existe.*

Las grandes ausencias

Profesionales

En este “guión colectivo”, nadie ha logrado visualizar ni establecer la presencia del profesional experto, amigo, próximo, accesible y dispuesto a jugar un papel activo en los procesos de salud mental.

Rescatando el lema de una campaña lanzada por Sanidad (2005) “*Todos somos parte del tratamiento de una enfermedad mental*” y no podemos obviar que los profesionales que eli-

gen la Salud Mental como campo de actividad, sin lugar a dudas debieran serlo más.

Salud Mental

El recurso más utilizado para hacer referencia a la salud Mental es el de reflejar aquello que “no es” salud mental: tristeza, desolación, indefensión, aislamiento y nula interacción social...claro que, salud y enfermedad mental no son condiciones que permitan definir la una como ausencia de la otra sino que son un continuo en el que se reflejan diferentes grados o niveles de bienestar o deterioro psicológico. No se logra identificar los componentes principales de la salud mental: bienestar emocional, competencia, autonomía, aspiración, autoestima, funcionamiento integrado, adecuada percepción de la realidad, etc.

CONCLUSIONES

Es este un momento de aunar esfuerzos en la lucha contra el estigma.

Las observaciones realizadas pueden ser un buen punto de apoyo para renovar el compromiso de los profesionales de salud mental en el objetivo final de concienciar, informar, orientar y proporcionar recursos a los profesionales de los medios de comunicación para que puedan elaborar informaciones sobre la salud mental y su colectivo, que sean un reflejo real de lo que es la enfermedad mental, y para que las personas afectadas por una enfermedad mental reciban un tratamiento mediático justo y adecuado con una visión más integradora y normalizadora y menos estigmatizante.

Los medios de comunicación pueden contribuir de manera eficaz a la sensibilización y concienciación de la sociedad.

Finalmente expresar mi agradecimiento al trabajo de los jóvenes que me han proporcionado el material para esta reflexión.

