

CHAT DEL 23 DE NOVIEMBRE DEL 2009

Sobre el estigma en psiquiatría

23/11/2009 10:53:16 <BALDERRAMA> Buenos días. Pueden ir sugiriendo temas. Este es buen momento.

23/11/2009 10:54:41 <Kiki> Hola, que tal si nos cuentas como te fue en tú ponencia la semana pasada?

23/11/2009 10:59:01 <Laura> Buenos días!

23/11/2009 10:59:05 <BALDERRAMA> Desde luego. De hecho subiremos a la página en unos días las transparencias del trabajo que presenté.

23/11/2009 11:01:14 <Kiki> por que no se si fue mi impresión, pero parecía que en el chat del lunes pasado flotaba en la pantalla con un velo de no conformidad con los psiquiatras...

23/11/2009 11:02:14 <luth> buen día a todos

23/11/2009 11:02:31 <BALDERRAMA> En las diferentes agrupaciones de psiquiatras en el mundo, hay una preocupación por el problema generado por el "estigma" que "flota" (como notó Kiki) en cuanto a la psiquiatría,

23/11/2009 11:03:57 <Kiki> y tu B desde el otro lado podrías atribuírselo a algo? o es parte del imaginario colectivo

23/11/2009 11:05:49 <usuario328> PERDON QUE ES EL ESTIGMA?

23/11/2009 11:06:13 <BALDERRAMA> Esta "imagen" provoca resistencias y genera problemas diversos, menciono una parte

23/11/2009 11:06:29 <Kiki> una marca que te señala pero de una manera no muy agradable 328

23/11/2009 11:06:36 <BALDERRAMA> Estigma es una marca distintiva

23/11/2009 11:07:16 <usuario328> GRACIAS

23/11/2009 11:08:15 <Luis> Cuáles son algunos de esos problemas Doctor?

23/11/2009 11:08:23 <BALDERRAMA> En este caso habría que agregar que lo importante del estigma estaría son las creencias que lo acompañan y la conducta derivada de ellas, voy al ejemplo

23/11/2009 11:10:21 <BALDERRAMA> Solo los locos van al psiquiatra.

23/11/2009 11:11:23 <Luis> Ese es terrible, un estigma terrible

23/11/2009 11:11:43 <BALDERRAMA> Si esta afirmación se convierte marco de referencia, entonces acaba cumpliéndose,

23/11/2009 11:12:49 <BALDERRAMA> y al cumplirse se convierte en círculo vicioso que confirma la creencia

23/11/2009 11:13:25 <Kiki> y que papel juega el psiquiatra en alimentar esta percepción?

23/11/2009 11:14:46 <mariana> buenos días!

23/11/2009 11:15:04 <Laura> mariana, buen día 😊

23/11/2009 11:15:04 <Luis> Kiki, yo ampliaría la pregunta: qué papel juegan los profesionales de la salud, médicos e incluso psicólogos

23/11/2009 11:15:31 <Kiki> estoy explorando su autocritica L...

23/11/2009 11:15:32 <mariana> 😊

23/11/2009 11:16:02 <BALDERRAMA> Esto provoca que acudan solo cuando no hay otro remedio, esto significa con el problema avanzado y generalmente complicado

23/11/2009 11:16:40 <BALDERRAMA> por lo tanto con menores probabilidades de curación, y nuevamente se retroalimenta la idea

23/11/2009 11:17:38 <Luis> ok Kiki ;)

23/11/2009 11:18:00 <BALDERRAMA> Bueno, déjenme contarles que precisamente por esas razones me atreví a hacer el programa de radio

23/11/2009 11:18:27 <Martha> hola

23/11/2009 11:19:48 <BALDERRAMA> Cuando lo inicié (Radio Red 1983) no había psiquiatras conduciendo programas, pero mi objetivo era (y sigue siendo) modificar los prejuicios ante la intervención de psiquiatras y psicólogos

23/11/2009 11:20:25 <Luis> Antes de esos programas de radio yo creía que el psiquiatra era para casos extremos y que los medicamentos psiquiátricos eran nocivos y tenían muchas complicaciones

23/11/2009 11:21:37 <BALDERRAMA> Cuando lo inicié (con mucho miedo) temía principalmente a la crítica de mis colegas

23/11/2009 11:22:49 <Luis> Doctor, yo iba con una psicóloga que no creía en los beneficios de la psiquiatría. Por eso estuve varios años en tratamiento con ella sin avances sustanciales.

23/11/2009 11:23:01 <Kiki> y no encuentras paradójico que tu éxito y por lo que te aman tus oyentes es por que haces algo mas parecido a la psicoterapia (no hay manera de recetar por radio, desde luego) que por tus habilidades con los medicamentos (y no implico que no seas una estrella)

23/11/2009 11:23:32 <BALDERRAMA> pero estaba convencido que si seguíamos guardando silencio y esperando a modificar los prejuicios solo en los pacientes que acudían al consultorio,

23/11/2009 11:24:09 <BALDERRAMA> no resolveríamos el problema del estigma.

23/11/2009 11:26:45 <mariana> Doctor, ahora que lo dice, yo encuentro que Ud. pregunta al aire a quienes llama: ¿y ya consultó con un terapeuta? Por lo general, uno no acude a un profesional para resolver por ejemplo, un problema familiar. Pero ocurre que cuando uno decide acudir con alguien, es difícil dar con un buen profesionalista.

23/11/2009 11:27:46 <BALDERRAMA> Me pregunto que es lo que modifica el prejuicio?

23/11/2009 11:28:00 <mariana> También me llama la atención que Ud. pregunta de forma indistinta: ¿y ya consultó con un psiquiatra o psicólogo? ¿Un psiquiatra está calificado para atender un problema familiar?

23/11/2009 11:28:38 <BALDERRAMA> Por ejemplo si mis intervenciones modificaron algún prejuicio en ustedes, ¿qué fue lo que lo modificó?

23/11/2009 11:32:39 <mariana> Yo antes, habría considerado que acudir al psicólogo es sólo en casos de gran perturbación, pero a partir de sus programas encuentro que uno puede acudir al psicólogo en casos como, por ejemplo, tomar una buena decisión

23/11/2009 11:32:46 <Luis> en mi caso el conocimiento a través de sus programas me permitió eliminar los prejuicios, no solamente la exposición de los beneficios de la psiquiatría, sino los casos en vivo - aunque como dice Kiki no se puede recetar por radio- que señalan la lógica de seguir un tratamiento médico que atiende el problema emocional en particular

23/11/2009 11:32:49 <BALDERRAMA> Cualquier profesional estaría obligado a saber cual es el área en la que es competente y cuales no lo son y a informar al paciente si tiene algo que ofrecer o no.

23/11/2009 11:33:14 <Kiki> la primera vez que te escuche fue en un programa que titulaste "macho se escribe con M de mama", esa idea, darle la vuelta al microscopio y enfocarte de una manera novedosa fue lo que me engancho

23/11/2009 11:33:55 <mariana> Pero en mi caso ha sido trabajoso dar con un buen terapeuta.

23/11/2009 11:34:33 <marcela> doctor, como le hace para mantener el foco en como ayudar a la persona que consulta y no engancharse con prejuicios ??

23/11/2009 11:35:19 <mariana> Luego de varios "tropiezos", y con su ayuda, tengo a una excelente terapeuta.

23/11/2009 11:36:05 <marcela> en el caso de la semana pasada, muchas de las opiniones eran juicios y uno no sabe que opinar, pero usted encuentra una manera de opinar desde un ángulo insospechado para el resto...

23/11/2009 11:36:15 <BALDERRAMA> Ustedes dirían que el problema a vencer para modificar prejuicios es conocimiento o confianza?

23/11/2009 11:36:51 <Kiki> tacto para tratar a quien acude por primera vez

23/11/2009 11:36:55 <marcela> creo que primero estaría el conocimiento y eso te lleva a tener más confianza

23/11/2009 11:37:24 <Kiki> o sea que los ignorantes se arruinen...

23/11/2009 11:37:27 <Martha> Hola de nuevo, en mi se modifico la creencia de que el psiquiatra atiende a enfermos mentales sin esperanzas de mejoría

23/11/2009 11:37:28 <mariana> En mi caso, encontré que confié en la opción de ir a terapia y cuando experimenté con alguien con quien no lograba avanzar, me di cuenta que también hay que tener conocimiento, "con quién ir, con quién no".

23/11/2009 11:37:41 <R.> primero confianza, luego prejuicio ... luego existo

23/11/2009 11:38:08 <Martha> las dos

23/11/2009 11:38:22 <R.> corrijo: primero confianza, luego conocimiento... luego existo

23/11/2009 11:38:27 <marcela> o sea, que a investigar, estudiar, conocer...

23/11/2009 11:38:29 <Martha> conocimiento y con el conocimiento viene la confianza

23/11/2009 11:38:34 <mariana> Dr. ahora que Ud. dice lo del área de competencia, es frecuente que un terapeuta no te lo diga.

23/11/2009 11:39:21 <marcela> y lejos de verse mal para mi ese profesional se ve como tal..

23/11/2009 11:41:00 <Kiki> pero, que todos tenemos la obligación de saber como llegar a psiquiatra, que pasos seguir en una emergencia.... a don de ir.. Con quien acudir.... o como?

23/11/2009 11:41:41 <mariana> Como que el terreno de la psicoterapia puede ser tan abierto y tan ambiguo, que pareciera que "todo cabe", y también puede ser que uno llegue con expectativas poco realistas

23/11/2009 11:41:57 <Martha> Para el cambio y educación se involucra el terapeuta , su calidad, profesionalismo etc.

23/11/2009 11:42:31 <BALDERRAMA> Hace tiempo que pongo el foco en "aprender a pensar", más que en patología. Lo han notado?

23/11/2009 11:43:35 <marcela> como dice el doctor, si después de muchos intentos, ves que no te resulta, y te vives con angustia creo que es hora de acudir a un profesional en esta área, nosotros tenemos la suerte de conocer al Dr. Balderrama y su equipo, tenemos la obligación de recomendarlo

23/11/2009 11:43:47 <mariana> Sí, confirmo que su enfoque es como decía el psicólogo Francisco Gutiérrez, del canal 7, de que la terapia es un proceso donde uno se va re-educando.

23/11/2009 11:44:23 <BALDERRAMA> Con "aprender a pensar" me refiero a que ejercitemos la capacidad crítica, y cuestionamos paradigmas

23/11/2009 11:44:35 <Kiki> a veces creo que lo haces por que no es muy adecuado dar diagnostico por radio y sugerir usar el cerebro en lugar de las emociones es buen comienzo.....

23/11/2009 11:45:22 <marcela> yo pensaba que ponía el foco en "ayudar a esa persona" o "que seria lo mejor para esta persona" algo así, ya veo que su enfoque es simplemente (o complejamente) PENSAR

23/11/2009 11:45:28 <usuario767> una pregunta doctor como futuro(a) paciente que debo investigar en el psiquiatra para que me sea confiable ya que estoy en sus manos? i Que debo tomar en cuenta?

23/11/2009 11:45:31 <BALDERRAMA> Es que diagnóstico es una etiqueta y lleva implícito determinadas expectativas

23/11/2009 11:45:49 <mariana> Yo, por ejemplo, hasta hace poco sé que es útil saber qué enfoque tiene el terapeuta. Yo me lancé al psicoanálisis sin saber que sólo me la pasaría hablando sin que el terapeuta me cuestionara.

23/11/2009 11:46:10 <Kiki> a veces creo que das sugerencias que sabes que el que te consulta no hará, pero alguien mas si podría.....

23/11/2009 11:46:38 <Martha> Yo lo tomo como que me presiona para usar mi cerebro esquematizado

23/11/2009 11:47:41 <marcela> que ironía que lo que nos define sea que somos "pensantes" y con capacidad de elegir, y no lo utilizemos...

23/11/2009 11:47:53 <usuario774> yo creo que uno de los graves problemas es no querer darse cuenta de que tenemos prejuicios.

23/11/2009 11:48:06 <CARLOS> A mí si me sirven mucho sus consejos y sí los pongo en práctica, la verdad no sabe cuanto me han servido.

23/11/2009 11:48:20 <Kiki> quien en este mundo no tiene prejuicios 774?

23/11/2009 11:48:43 <marcela> serian innecesarios los psiquiatras o psicólogos si las personas pensáramos???

23/11/2009 11:49:08 <Kiki> solo sirven si pensamos M

23/11/2009 11:49:14 <BALDERRAMA> 767.- Diría Jorge Zárate..."que la queja que te aflige sea muy clara ..." Definir el problema. Dr. tengo este problema usted TIENEE ALGO QUE OFRECERME? ENTRA EN EL CAMPO DE SU ESPECIALIDAD? QUÉ PUEDO ESPERAR?

23/11/2009 11:50:02 <Martha> Es cierto, tenemos prejuicios y también tenemos la oportunidad de detenernos a cuestionarlos y decidir si nos funcionan para nuestras conveniencias .

23/11/2009 11:50:18 <BALDERRAMA> Marcela. No pero serían mucho mejor aprovechados

23/11/2009 11:53:04 <BALDERRAMA> Carlos.- Los consejos puestos en práctica los has seguido por obediencia o porque les has encontrado lógica?

23/11/2009 11:53:11 <Martha> Doctor , entonces como que infiero que tanto al publico como al terapeuta necesitamos lanzarnos por mas conocimientos y por mas calidad

23/11/2009 11:55:09 <marcela> de acuerdo doc., y de verdad que es atreverse a pensar, porque precisamente lucha uno contra sus prejuicios o paradigmas y los de los demás

23/11/2009 11:55:34 <marcela> temiendo al ridículo, o a la equivocación o a ser diferente....

11:56:32 <R.> Confianza: una de las empresas más vilipendiada del México es Telcel, pero es la que más clientes tiene, a tal grado que se ha convertido en un monopolio. Lo que me dice que el cliente INICIALMENTE tiene confianza y DESPUÉS tiene conocimiento. En el caso de los profesionales de la salud mental, puede pasar igual, quien hace PUBLICIDAD como los sacerdotes y videntes CREAN confianza primero.

23/11/2009 11:56:42 <R.> ya después : desengañan.

23/11/2009 11:57:14 <Kiki> de acuerdo R

23/11/2009 11:57:18 <BALDERRAMA> Ustedes perciben entre sus amistades algún cambio en cuanto a algunos de los estigmas, comparados con hace algunos años?

23/11/2009 11:57:24 <R.> en eso llevan más experiencia que los Psiquiatras y Psicólogos

23/11/2009 11:57:56 <CARLOS> Dr. Les he encontrado lógica, y me convenció en muchas ocasiones de cambiar de modo de pensar y me ha dado muy buenos resultados.

23/11/2009 11:58:17 <marcela> si, yo percibo mucha descalificación hacia los maestros por ejemplo, y antes eran casi intocables..

23/11/2009 11:58:36 <mariana> En mi caso, también me pregunto si he actuado correctamente cuando busco un terapeuta. En algunas etapas de mi vida, por ejemplo, de chamaca, creo que buscaba que el terapeuta me

diera la razón, por ejemplo, en mis deseos de "iniciarme sexualmente", ya que en mi casa nunca habría podido hablar de eso. O sea, que también buscaba como una aprobación o "el permiso de alguien" para lanzarme a algo

23/11/2009 11:58:41 <mariana> prohibido.

23/11/2009 11:59:48 <mariana> Pongo un ejemplo más extremo: en la tele, en un programa sobre sexualidad, donde invitan a una sexóloga, llama un chamaco para preguntar si es correcto acostarse con su tía.

23/11/2009 11:59:51 <Kiki> si te refieres a estigmas en cuanto a padecimientos psiquiátricos o neurológicos yo creo que es tan malo tenerlos hoy que hace 500 años

23/11/2009 11:59:57 <BALDERRAMA> Carlos.- Por lo tanto pudiste pensar y encontrar soluciones diferentes, en lugar de repetir indefinidamente algo que no resultaba

23/11/2009 12:00:53 <Kiki> es más fácil admitir que se tiene una minusvalía que depresión

23/11/2009 12:01:14 <R.> ya lo dijo una vez el Doc: seas lo que seas, tienes que venderte primero y ya vendido (novio, novia, mecánico, cocinera, amigo) te conocen y ... o te aceptan o te alejan

23/11/2009 12:01:36 <R.> K, claro, esa no sería culpa nuestra 😊

23/11/2009 12:02:04 <marcela> somos muchos los neuróticos sanos, con los que se trabaja no ???

23/11/2009 12:02:20 <Kiki> es mas aceptado admitir que se fuma "mari" a decir que se toma prozac, y si no pregúntenle a Clinton y a Fox

23/11/2009 12:02:23 <BALDERRAMA> Término metiendo ruido. El estigma, la marca que me hace diferente y que crea la expectativa, no es obligatoriamente negativa o por lo menos no para todo, por ejemplo

23/11/2009 12:02:50 <Kiki> San Francisco de Asís?

23/11/2009 12:03:14 <CARLOS> Así es Doctor todo lo que me enseñaron en la vida era algo muy diferente a lo que aprendí de Usted, y se da uno cuenta la cantidad de errores con que vive uno y pensando que actúa muy bien.

23/11/2009 12:04:11 <R.> K, muy sabia

23/11/2009 12:04:17 <BALDERRAMA> Un niño Down (mongolito) es identificado de inmediato como de menor inteligencia que lo usual, y dentro de los deficientes mentales el estigma lo protege e incluso provoca aceptación

23/11/2009 12:04:48 <marcela> a mi me gustan varias maneras de pensar de personas que admiro, se puede copiar formas de pensamiento o como decir, ¿que pensaría el doc., sobre esto?, para abrir líneas de pensamiento....???

23/11/2009 12:05:41 <mariana> Yo terminaría diciendo que agradezco sus programas y me gustaría que lleguen a más personas, porque al parecer no es suficiente quedarnos con nuestra educación familiar y religiosa. Ud. nos enseña a contemplar un mundo más diverso y democrático.

23/11/2009 12:06:36 <Kiki> y por cierto ya se pusieron de acuerdo en el precio radio Gob. de jal. Y tú?

23/11/2009 12:06:49 <BALDERRAMA> Marcela.- Y con ello aparecen tus propias ideas, porque lo "aprendido" es el permiso interno para cuestionar.

23/11/2009 12:06:50 <Kiki> Balderrama?

23/11/2009 12:07:16 <Martha> En mi caso y sobre este tema del estigma sobre enf. Psiquiátrica yo aprendí con usted doctor desde hace 12 años que lo empecé a escuchar y no fue por obediencia , por que muchas veces yo rechazaba sus conceptos

23/11/2009 12:08:58 <marcela> el pensamiento es un campo inagotable...

23/11/2009 12:09:51 <CARLOS> Gracias Doc. Por tus conocimientos.

23/11/2009 12:09:56 <marcela> por eso me doy esta cita, porque al pensar siento gran satisfacción...

23/11/2009 12:10:06 <BALDERRAMA> No han tenido comunicación conmigo porque la encuesta no ha terminado, pero antes de publicar la encuesta en mi página, ya les había ofrecido una temporada sin honorarios para poner a prueba el programa, estoy consciente de que gobierno reduce presupuestos en áreas de cultura y educación sin considerar el costo de la ignorancia

23/11/2009 12:10:45 <Kiki> y por que no vendes estampitas con novenas, que si no ya estarías subsidiado...

23/11/2009 12:10:49 <CARLOS> Tiene toda la razón

23/11/2009 12:11:14 <CARLOS> Dr.

23/11/2009 12:11:51 <BALDERRAMA> Así que dinero no sería el obstáculo. Gracias por su presencia. Hasta la próxima. Se quedan en su casa.

23/11/2009 12:12:10 <Martha> También de mi parte gracias por sus conocimientos y por ese afán hacernos pensar lo que nos ha cambiado la vida, al menos a mi

23/11/2009 12:12:34 <Laura> Dr. Miguel, gracias!

23/11/2009 12:12:40 <marcela> Si no me lo cuestiono, no pienso, simplemente escucho u obedezco...

23/11/2009 12:12:49 <usuario767> muchas gracias creo que este tema abarca para muchas especialidades médicas.

23/11/2009 12:12:53 <Kiki> chau B!

23/11/2009 12:13:15 <marcela> adiós y buen día a todos.