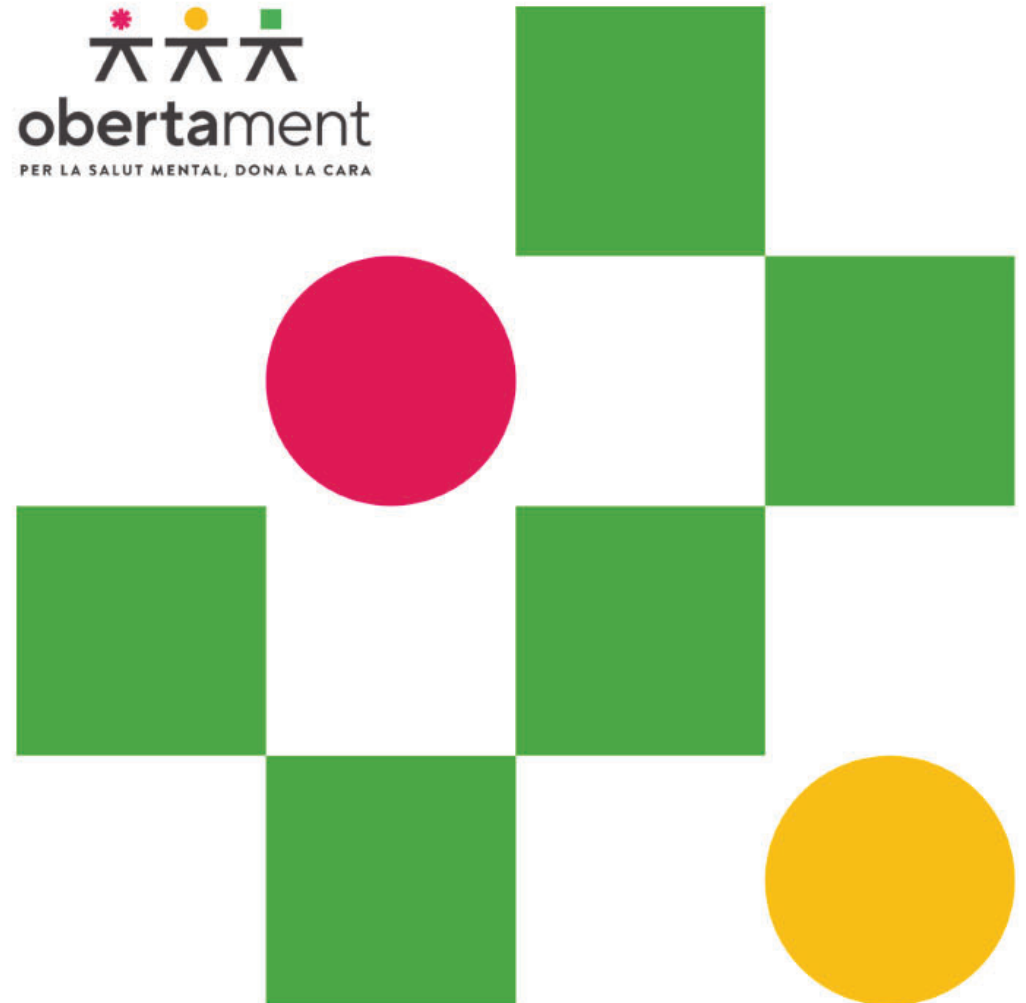


La lluita contra l'estigma i la discriminació en salut mental

23 de gener de 2026

www.obertament.org
[@obertament_sm](https://twitter.com/obertament_sm)



 Qui som

 obertament


obertament

 federació
veus

 SMC salutmental
Catalunya
Federació

 ActivaMent
Catalunya Associació

 EHLA UNIO
Associació d'Entitats Sanitàries i Socials

 fòrum
salut mental
i addiccions

 CSC
Consorci de Salut i
Social de Catalunya

Som una aliança àmplia del sector que, des del 2010, lluita contra l'estigma i la discriminació, amb el suport de la Generalitat de Catalunya i d'altres agents

Idees claus

- 1. L'estigma i la discriminació són un problema real, profund i estructural**
- 2. L'estigma i la discriminació tenen vigència actual**
- 3. Hi ha evidència científica sòlida sobre què funciona per reduir-lo**
- 4. Cal desenvolupar una estratègia nacional de lluita contra l'estigma i la discriminació en salut mental**

✿ 1. L'estigma i la discriminació són reals

L'estigma està compost per una sèrie d'elements



Estereotips

Problema de coneixements



Prejudicis

Problema d'actituds



Discriminació

Problema de comportaments

que operen a diversos nivells



Estigma social

Creences i actituds compartides



Estigma estructural

Lleis, polítiques i procediments restrictius



Individual

Autoestigma

✿ 1. L'estigma i la discriminació són reals

Educació

Baixes expectatives, segregació, assetjament

Treball

Dificultats d'accés, acomiadaments, manca de promoció

Salut

Barrera d'accés als serveis, estressor que empitjora la salut mental, eclipsament diagnòstic que empitjora la salut física



Justícia i interior

Respostes inadequades en situació de crisi, associació injustificada amb la perillositat

Drets socials

Mirada assistencialitzadora, pèrdua d'autonomia, barreres per accedir a l'habitatge

Mitjans

Relats simplificadors, associació errònia amb la violència

**Per moltes persones, l'estigma és pitjor que el propi trastorn en si.
L'estigma i la discriminació impedeixen l'exercici ple de la ciutadania.**

✿ 2. L'estigma i la discriminació són vigents

Malgrat que cada vegada se'n parli més, tant estudis internacionals com l'experiència de les persones amb trastorn mental confirmen que l'estigma i la discriminació persisteixen en àmbits clau com ara el sanitari, l'educatiu, el laboral, etc.



Encara avui hi ha por d'explicar un diagnòstic a la feina, de rebre un tracte paternalista o de ser excloses de decisions que afecten la pròpia vida.

3. Hi ha evidència per fer-hi front

The Lancet Commission on ending stigma and discrimination in Mental Health
Graham Thornicroft et al.
The Lancet, October 9, 2022

Mental health stigma and its consequences: a systematic scoping review
Anna Kågström et al.
The Lancet. November, 2025

Segons la literatura científica internacional més recent, les intervencions més efectives són aquelles que:

- Són **liderades o co-liderades** per persones amb experiència viscuda
- incorporen el **contacte significatiu** amb l'experiència viscuda
- es dirigeixen a **grups diana específics**
- combinen accions individuals amb **canvis estructurals**
- es despleguen de manera **sostinguda en el temps**
- aborden els tres components de l'estigma, però **sobretot s'adrecen a canviar comportaments**. La informació i la sensibilització no són suficients, cal posar l'accent en el canvi de pràctiques concretes.

La literatura alerta de no descuidar l'**estigma estructural i l'autoestigma**.

A Catalunya, Obertament aplica des de fa quinze anys aquestes recomanacions en col·laboració amb les administracions, demostrant que la reducció de l'estigma és possible.

4. Cal una estratègia nacional de lluita contra l'estigma i la discriminació

L'experiència d'Obertament:

- Projecte compartit del sector.
- Basat en evidència i amb impacte social demostrat.
- Amb presència territorial a través de les xarxes de les seves entitats mare.
- Amb vocació clara de servei públic.
- Amb una aposta decidida per la col·laboració públic-social amb l'administració.

No n'hi ha Prou.

- El finançament destinat a la lluita contra l'estigma no és estructural ni previsible:
 - Problemes per mantenir projectes que han demostrat impacte
 - Impossibilitat d'abordar nous àmbits on l'estigma i la discriminació són presents
- Els recursos per desplegar acció territorial són clarament insuficients.
- Amb excepció de Salut, no existeixen ni programes ni projectes als departaments de la Generalitat per lluitar contra l'estigma i la discriminació al seu àmbit.



4. Cal una estratègia nacional de lluita contra l'estigma i la discriminació

**Sense una estratègia nacional coordinada,
liderada per la Generalitat,
amb la implicació de tots els departaments
i amb participació del món local
i del teixit associatiu i de serveis representat per Obertament,
les accions continuaran disperses, fragmentades
i dependents de voluntats individuals,
impossibilitant el canvi estructural.**



4. Cal una estratègia nacional de lluita contra l'estigma i la discriminació

Departament d'Educació

Formar al professorat per acompanyar i no discriminar i prevenir activament l'assetjament

Departament de Salut

Abordar la discriminació en tot el sistema sanitari, especialment als serveis de SM, l'atenció primària i urgències generals

Dept. de Drets Socials

promoure l'autonomia, combatre pràctiques sobreprotectores i garantir condicions materials



Estratègia Nacional

Departament de Treball

Polítiques actives contra la discriminació laboral i promoure entorns laborals inclusius

Depts. de Justícia i Interior

Formar operadors jurídics i cossos de seguretat, garantir drets i evitar la criminalització

Transversal

Revisar tots els procediments que limiten drets pel sol fet de tenir un problema de salut mental

Aquestes són algunes de les intervencions que demana l'OMS que implementin els governs, amb objectius concrets de reducció de discriminació, inclosa l'estructural.

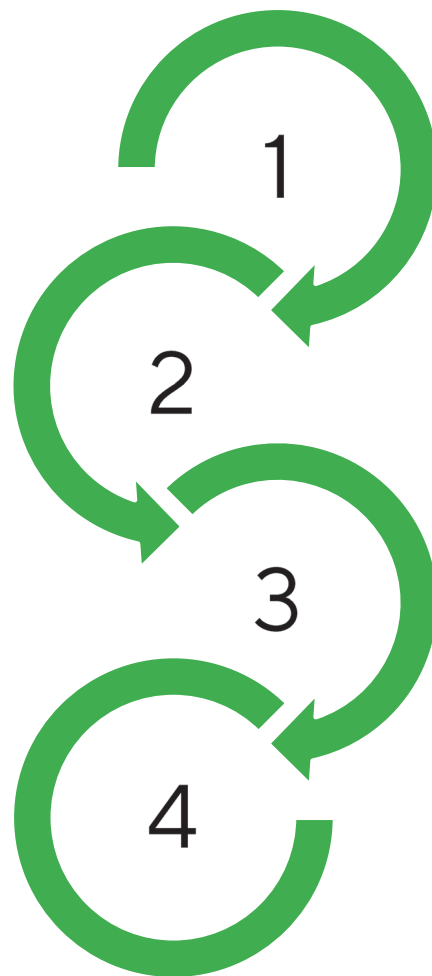
El camí a seguir és clar

Sabem el problema

L'estigma i la discriminació són un problema greu, mesurable, i estructural que danya la salut, vulnera drets i empobreix la societat

Sabem com abordar-ho

Sabem què funciona per reduir l'estigma i la discriminació, basant-nos en l'evidència, i tenim experiència en aplicar-la



Sabem la urgència

Malgrat els avenços, l'estigma i la discriminació encara avui impacten negativament en la vida de les persones

Sabem què ens falta

Sabem, què sense una estratègia coordinada, amb pressupost i objectius concrets, i en aliança amb la societat civil, no es produiran millores estructurals.

Gràcies

Miquel Juncosa
mjuncosa@obertament.org

www.obertament.org
@obertament_sm

