

Comunicat sobre l'abús de la paraula "psicosi" als mitjans de comunicació

L'abús de la paraula 'Psicosi' als mitjans de comunicació té una doble conseqüència: genera més inquietud i malestar emocional entre la població i, alhora, apunta les mites que estigmatitzen la salut mental

Durant els darrers dies una gran quantitat de portades de premsa han fet servir el terme psicosi per descriure l'extraordinària situació que estem vivint a tall global, fent referència a una mena de **suposat 'contagi emocional'** que patiria la població arran de l'aparició del COVID19. Les descripcions que produïm del que ens passa, del que pensem o experimentem no són innocents. Es produeixen en ocasions concretes i serveixen a determinats objectius. No totes les versions de la realitat social tenen el mateix pes o generen el mateix ressò.

Especialment en les circumstàncies difícils que vivim **demanem als mitjans un exercici de responsabilitat social**, també pel que respecta a vetllar per la salut mental dels consumidors i consumidores de notícies, que aquests dies, pot suposar la immensa majoria de la població.

Concretament, demanem als directors i directores de mitjans, caps de redacció i a tota la professió periodística que prenguin consciència del poder del llenguatge evitant l'ús de paraules com **'psicosi', 'bogeria' o 'histèria'**. Recomanem que posin especial cura en les paraules triades i que emprin una terminologia més acurada per descriure la situació d'**incertesa, inquietud, nerviosisme i malestar** col·lectiu que estem travessant i que, en termes generalitzats, en cap cas arriba al nivell de poder-se considerar una psicosi.

Especialment ara, que la sobre-exposició mediàtica de la població és més que evident, és quan es fa més necessari que mai exigir als mitjans que, pel bé comú i la salut mental col·lectiva, **rebaixin les exageracions, evitin les llicències poètiques i es limitin a informar sobre el que és estrictament factual**. Demanem als professionals de la comunicació que no abusin ni juguin amb el llenguatge ja que aquestes pràctiques contribueixen a generar més alarmisme alhora que encoratgen el desconcert, la mitologia i la visió estereotipada i errònia sobre la salut mental.

Els activistes que col·laboren amb Obertament, alguns d'ells havent experimentat episodis de psicosi al llarg de la seva vida, alerten de la ràpida expansió de l'ús inadequat del terme 'Psicosi' als mitjans catalans. Les persones que han viscut experiències literals, no metafòriques, veuen així com els mitjans (i en conseqüència tota la població) frivolitzen amb la terminologia psiquiàtrica per descriure unes circumstàncies d'alteració social que poc tenen a veure amb la simptomatologia d'una psicosi real. Les persones diagnosticades amb quadres psicòtics manifesten una sèrie de símptomes que no corresponen al significat de 'psicosi' promogut pels mitjans de comunicació.

Si bé estem tenint com a societat un nou escenari desconegut que pot desencadenar certs comportaments impulsius, absurds i inexplicables, tenim por i estem més alterats del que és habitual, per res considerem apropiat denominar com a 'psicosi' a aquest estat excepcional. Ens trobem per tant, una vegada més, davant una mostra de **sensacionalisme i ús efectista del llenguatge, que exagera i provoca més desconcert sobre el què és i no és un trastorn de salut mental**, quan ja hi ha, de base, prou desconeixement sobre la qüestió com per afegir-hi més confusió al respecte.

La tasca d'Obertament promou la lluita contra l'estigma també als mitjans de comunicació pel seu poder amplificador i per considerar-los **aliats essencials per combatre estereotips i falsos mites** que acaben comportant la discriminació de les persones en moments de crisi psicològica o emocional.

Prenent consciència i posant en pràctica aquestes recomanacions contribuïrem a mantenir una **atmosfera informativa més acurada, realista i saludable pel benestar comú** i, especialment, per la salut mental dels col·lectius més vulnerables.

I el que ens toca ara és cuidar-nos una mica millor tots plegats.

Comissió Antiestigma de la Taula de salut Mental de Granollers

Escrit autoria d'Obertament