



Campaña Nacional Católica de Salud Mental

Declaración introductoria

Arzobispo Borys Gudziak, Comité de Justicia Doméstica y Desarrollo Humano de la USCCB

Obispo Robert Barron, Comité de Laicos, Matrimonio, Vida Familiar y Jóvenes de la USCCB

Dios creó a los seres humanos a su imagen y semejanza para que sean fructíferos, felices y íntegros. En el Evangelio de Juan, después de su resurrección, nuestro Señor Jesús dice tres veces a sus discípulos “La paz esté con ustedes” (Jn. 20, 19. 21. 26). De manera similar, en el Evangelio de Mateo, él les dice: “No tengan miedo” (Mt. 28, 10). A la luz de la Palabra de Dios, fundamento de nuestra esperanza, la Iglesia enfrenta la grave crisis de salud mental que se extiende por los Estados Unidos, así como por el mundo.

Aunque la enfermedad mental es un aspecto generalizado y común de la vida humana, existe una escasez alarmante de recursos y proveedores de salud mental y conductual. Además, durante la última década, tanto antes como después de la pandemia del COVID-19, hemos visto un aumento alarmante de depresión y tendencias suicidas, especialmente entre los jóvenes. A pesar de su ubicuidad, las enfermedades mentales y los problemas de salud mental todavía se asocian a menudo con la vergüenza, pena, o culpa, que puede impedir que las personas busquen y reciban ayuda.

Semejante estigma contradice la compasión de Jesús y es contrario a los fundamentos de la Doctrina Social de la Iglesia. Como pastores, queremos enfatizar este punto a cualquier persona que sufra una enfermedad mental o enfrente problemas de salud mental: nadie ni nada puede alterar o disminuir su dignidad dada por Dios. Ustedes son hijos amados de Dios, un Dios de sanación y esperanza.

San Juan Pablo II nos recuerda que “quien padece una enfermedad mental ‘siempre’ lleva en sí la imagen y semejanza de Dios, como todo ser humano. Además, ‘siempre’ tiene el derecho inalienable no sólo a ser considerado imagen de Dios y por tanto como persona, sino también a ser tratado como tal”. Además, “Cristo cargó sobre sí mismo con todos los sufrimientos humanos, incluso las enfermedades mentales. Sí, incluso esta aflicción, que quizá parezca la más absurda e incomprensible, conforma al enfermo con Cristo y le hace partícipe de su pasión redentora”.¹ Miramos especialmente a la Eucaristía, que “nos da el amor de Jesús, que transformó una tumba de punto de llegada en punto de partida, y que de la misma manera puede cambiar nuestras vidas. Nos comunica el amor del Espíritu Santo, que consuela, porque nunca deja solo a nadie, y cura las

¹ San Juan Pablo II, Conferencia Internacional de Trabajadores de la Salud, sobre las Enfermedades de la Mente Humana (30 de noviembre de 1996).

https://files.ecatholic.com/31862/documents/2023/2/Mentally%20Ill%20in%20Gods%20Image_JPII_1996-2.pdf?t=1677368294000

heridas”.² Nuestro Señor está siempre con ustedes en su dolor, fragilidad, y sufrimiento, y Él llama a la Iglesia, Su Cuerpo aquí en la tierra, a amarlos, apoyarlos y defenderlos.

Humildemente buscamos seguir los pasos de nuestro Señor al rechazar el estigma y defender la dignidad de todas las personas. En respuesta a la crisis de salud mental, en nombre de los Comités de Justicia Doméstica y Desarrollo Humano (DJHD, por sus siglas en inglés) y de Laicos, Matrimonio, Vida Familiar y Juventud (LMFLY, por sus siglas en inglés) de la Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos (USCCB, por sus siglas en inglés), junto con el generoso apoyo de varias organizaciones y redes católicas nacionales³—escribimos para anunciar el comienzo de una Campaña Nacional Católica de Salud Mental.

Desde el principio, observamos que nosotros, como obispos, no somos profesionales de la salud mental, sino pastores con una preocupación urgente por el bienestar de nuestro rebaño y por todos los que sufren. Estamos tratando de seguir, con humildad y sinceridad, el llamado de San Pablo: “Ayúdense mutuamente a llevar las cargas, y así cumplirán la Ley de Cristo” (Gal 6, 2). Las enfermedades mentales y los problemas de salud mental son extremadamente comunes, quizás más de lo que muchos creen. Al final, estos desafíos afectan la vida de todos. Expresamos especial cercanía a todos los que sufren, ya sea directamente o con un ser querido, con especial compasión para las personas que han considerado el suicidio o han perdido a un ser querido a causa del suicidio. ¡No están solos! Son amados. Son bienvenidos en la Iglesia católica.

Con esta campaña, esperamos crear una mayor conciencia sobre este tema urgente, ayudar a eliminar el sentimiento de estigma o vergüenza de las personas que lo sufren, y promover un mensaje claro: todos los que necesitan ayuda deberían recibirla. Jesús enseña: “Porque donde está su tesoro, ahí estará su corazón” (Lc 12, 34). Ustedes son el tesoro de la Iglesia. La Iglesia vive para servirles.

La salud mental, como todos los aspectos de la salud y el bienestar, nos importa como católicos. En un mensaje a los trabajadores de la salud que atienden a personas que viven con enfermedades mentales, el Papa Francisco escribió sobre su “estima personal por los médicos y los trabajadores de la salud que se dedican a este delicado campo. Su compromiso de responder a las condiciones de quienes padecen trastornos mentales y ofrecerles un tratamiento adecuado es un gran bien para las personas y para la sociedad. Por lo tanto, es de suma importancia ser cada vez más conscientes de las exigencias profesionales y humanas necesarias para atender a estos

² Papa Francisco, Homilía en la Solemnidad del Santísimo Cuerpo y Sangre de Cristo (14 de junio de 2020). https://www.vatican.va/content/francesco/es/homilies/2020/documents/papa-francesco_20200614_omelia-corpusdomini.html

³ Un agradecimiento especial a Catholic Charities USA [Caridades Católicas de los Estados Unidos], la Asociación Católica de Salud, la Alianza Nacional Católica sobre la Discapacidad, la Sociedad Estadounidense de San Vicente de Paúl, la Federación Nacional Católica de Ministerio con Jóvenes Adolescentes, la Red Nacional Católica de Pastoral Juvenil Hispana, el Instituto Nacional de la Pastoral con Jóvenes Adultos, y la Association of Catholic Mental Health Ministers [Asociación de Ministros Católicos de Salud Mental], entre otras organizaciones nacionales, quienes han apoyado durante el desarrollo de esta Campaña.

hermanos y hermanas nuestros”.⁴ El Santo Padre continuó diciendo que “es deseable que, por un lado, se refuerce el sistema sanitario de atención a las enfermedades mentales... y por otro lado, promoviendo las asociaciones y organizaciones de voluntarios que acompañan a los enfermos y a sus familias...para que no le falte el calor y el afecto de una comunidad”. Destacó la importancia de “ayudar a superar plenamente el estigma con el que a menudo se ha marcado a la enfermedad mental”.⁵

Esta Campaña Nacional Católica de Salud Mental representa un modesto esfuerzo inicial de la USCCB, con el apoyo de colaboradores clave en el ministerio y la defensa, para abordar este enorme problema e iniciar conversaciones que pueden conducir a mayores acciones y cambios. Debido a la amplitud de los problemas de salud mental, ninguna declaración o recurso puede abordar todo lo relacionado con este tema. Como tal, la Campaña comenzará con tres componentes principales: (1) la Novena, (2) mesas redondas virtuales y (3) abogar por más recursos para que todos los que necesitan ayuda puedan obtenerla.

Primero, la Novena tiene una estructura de “Orar, aprender, actuar”, con diferentes temas para cada día. Buscará informar y alentar tanto a la oración como a la acción en respuesta a nueve de los muchos aspectos distintos de la salud mental.

En segundo lugar, la USCCB organizará mesas redondas virtuales, primero con obispos y luego con otros líderes católicos clave, para hablar sobre cómo las enfermedades mentales afectan la vida de cada persona, para oponerse a cualquier tipo de estigma y para discernir medidas proactivas para avanzar.

En tercer lugar, invitamos a todos los católicos y personas de buena voluntad a abogar por leyes y políticas bipartidistas que aborden la grave falta de recursos de atención médica para la prevención y el tratamiento de afecciones de salud mental. Juntos podemos trabajar por una sociedad más justa y compasiva.

A través de estos esfuerzos, nuestros colaboradores también podrán compartir la buena noticia de las numerosas instituciones y grupos católicos que están sirviendo de guía en esta área brindando ayuda, tanto profesionalmente como a través del acompañamiento pastoral, a las personas en nuestras parroquias y comunidades. Son una inspiración para todos nosotros. En la Novena se puede encontrar más información sobre varios de nuestros colaboradores.

Finalmente, deseamos alzar nuestras voces de afirmación y gratitud a todos dentro de nuestras comunidades católicas y a todas las personas de buena voluntad que ya están ofreciendo gran apoyo, atención y preocupación por las personas que necesitan ayuda. Oramos por la intercesión de Santa Dimpna y San Juan de Dios, los santos patrones de las personas que padecen enfermedades mentales, así como de San Lucas, el patrón del cuidado de la salud, para que nuestro trabajo dé grandes frutos en un punto de inflexión tan crítico en nuestra cultura hoy en día. Que el Señor, el Médico Divino, brinde ayuda y consuelo a todos los que sufren, inspire a las comunidades

⁴ Papa Francisco, Mensaje a los participantes en la Segunda Conferencia Nacional para la Salud Mental (14 de junio de 2021). <https://www.vatican.va/content/francesco/es/messages/pont-messages/2021/documents/20210625-messaggio-salutementale.html>

⁵ *Ibid.*

a ofrecer mayor apoyo a los enfermos y conceda sabiduría a los legisladores para que todos los que necesitan ayuda puedan recibirla.

APÉNDICE

Aunque no es un tratamiento exhaustivo del tema, algunas ideas clave sobre los datos relacionados con los problemas de salud mental pueden dar una orientación general:

Las enfermedades mentales son una parte común y generalizada de la vida humana, pero el estigma persiste

- En 2021, el 22.8% de los adultos estadounidenses, 57.8 millones de personas, fueron clasificados con una enfermedad mental. Esta clasificación de “cualquier enfermedad mental” incluye cualquier trastorno mental, conductual o emocional, cuyo impacto varía, desde ningún deterioro hasta un deterioro leve, moderado o grave.⁶
- En 2021, el 5.5% de los adultos estadounidenses, 14.1 millones de personas, fueron clasificados con una enfermedad mental grave. Esta clasificación incluye cualquier trastorno mental, conductual o emocional que interfiera sustancialmente o limite una o más actividades importantes de la vida.⁷ Con el tratamiento adecuado, estas enfermedades pueden controlarse para que las personas puedan llevar una vida significativa y productiva.⁸
- Los estudios que incorporan una variedad de trastornos mentales, incluidos los de las tres “familias” de trastornos más comunes (trastornos depresivos, trastornos de ansiedad y trastornos por uso de sustancias), encontraron que, a lo largo de la vida, aproximadamente entre el 60% y el 85% de los participantes experimentan un trastorno mental.⁹ En otras palabras, al menos alguna experiencia de enfermedad mental no es rara; más bien, es raro *no* experimentar alguna enfermedad mental en la vida. Al igual que las enfermedades físicas, las enfermedades mentales son una parte “normal” de la condición humana y deben tratarse como tales.

⁶ Instituto Nacional de la Salud Mental, “Mental Illness Statistics”

<https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/mental-illness>

⁷ *Ibid.*

⁸ Substance Abuse and Mental Health Services Administration, “Serious Mental Illness.”

<https://www.samhsa.gov/serious-mental-illness>

⁹ Consulte, por ejemplo, Jonathan Schaefer, et al., “Enduring Mental Health: Prevalence and Prediction”, *Journal of Abnormal Psychology* (febrero de 2017) (examina varios estudios longitudinales, incluida la cohorte de las Montañas Great Smoky y el estudio multidisciplinario de salud y desarrollo de Dunedin).

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5304549/>

- Sin embargo, el estigma es persistente. Una revisión de datos de 144 estudios de participantes de todo el mundo reveló que el estigma de las enfermedades mentales sigue siendo una de las principales barreras para acceder a la atención de salud mental.¹⁰

Los niveles de tristeza persistente, desesperanza y tendencias suicidas han aumentado entre los jóvenes

- Entre los jóvenes, en particular los de la “Generación Z” (nacidos entre 1997 y 2012 aproximadamente), el 57% dice haber experimentado un trauma; el 31% de los estudiantes universitarios y el 34% de los estudiantes de preparatoria informan que “no están prosperando en su salud mental”.¹¹
- Estamos en un momento en el que las enfermedades mentales son particularmente agudas en los adolescentes. Según un estudio reciente de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos, las enfermedades mentales son particularmente graves entre las niñas de la preparatoria y los estudiantes de la preparatoria que se identifican como miembros de la comunidad “LGBQ+”. Los CDC informan que en 2021, “casi el 60% de las estudiantes [de la preparatoria] experimentaron sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza durante el año pasado y casi el 25% hizo un plan de suicidio”.¹² La tasa femenina de sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza es casi el doble que el de los hombres.¹³ Es importante señalar, sin embargo, que entre 1975 y 2016, los hombres representaron aproximadamente el 80% de las muertes por suicidio y las mujeres alrededor del 20% entre los jóvenes de 10 a 19 años.¹⁴ Los CDC también informan que “[c]erca del 70% de los estudiantes LGBQ+ experimentaron sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza” y “casi el 25% intentaron suicidarse”.¹⁵
- Según los CDC, algunos estudiantes de color de la preparatoria también están experimentando tasas particularmente altas de intentos de suicidio y sentimientos persistentes de tristeza y desesperanza. Por ejemplo, en 2021, el 46% de los estudiantes hispanos y el 49% de los estudiantes multirraciales experimentaron sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza, en comparación con el 41% de los estudiantes

¹⁰ S. Clement, O. Schauman, T. Graham, F. Maggioni, S. Evans-Lacko, N. Bezborodovs, C. Morgan, N. Rüsch, J. S. L. Brown, and G. Thornicroft, “What Is the Impact of Mental Health-Related Stigma on Help-Seeking? A Systematic Review of Quantitative and Qualitative Studies,” vol. 45, núm. 1, 2015, págs. 11-27 <https://www.cambridge.org/core/journals/psychological-medicine/article/what-is-the-impact-of-mental-healthrelated-stigma-on-helpseeking-a-systematic-review-of-quantitative-and-qualitative-studies/E3FD6B42EE9815C4E26A6B84ED7BD3AE>

¹¹ Springtide Research Institute, “Mental Health and Gen Z: What Educators Need to Know” (21 de abril de 2022): 16. <https://www.springtideresearch.org/product/mental-health-gen-z-what-educators-need-to-know>

¹² Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, “Youth Risk Behavior Survey 2011-2021” (13 de febrero de 2023). https://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/YRBS_Data-Summary-Trends_Report2023_508.pdf (“Informe de los CDC de 2023”). Los CDC señalan que “evaluar los sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza” es una “medida indirecta de los síntomas depresivos.” *Ibid.*

¹³ *Ibid.*

¹⁴ Donna A. Ruch, PhD, et al., “Trends in Suicide Among Youth Aged 10 to 19 Years in the United States, 1975 to 2016”, JAMA Netw Open, vol. 2, 5, 2019. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31099867/>

¹⁵ *Ibid.*

blancos;¹⁶ el 14% de los estudiantes negros y el 16% de los estudiantes de la preparatoria que se identificaron como indios americanos o nativos de Alaska intentaron suicidarse, en comparación con el 9% de los estudiantes blancos.¹⁷ Según la American Academy of Child & Adolescent Psychiatry [Academia Estadounidense de Psiquiatría para Niños y Adolescentes], “las tasas de suicidio entre los jóvenes negros han aumentado más rápidamente que en cualquier otro grupo racial/étnico en las últimas dos décadas, con un incremento del 60% en los hombres negros de 10 a 19 años”.¹⁸

- Los datos de los CDC también muestran que casi todos los indicadores de mala salud mental entre los estudiantes de la preparatoria aumentaron durante la última década. En 2021, el 42% de los estudiantes experimentaron sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza, frente al 28% una década antes; el 22% consideró seriamente intentar suicidarse, frente al 16%; y el 18% hizo un plan de suicidio, frente al 13%.¹⁹
- Durante el punto más alto de la pandemia, el 58% de los jóvenes adultos de 18 a 29 años de edad experimentaron altos niveles de angustia psicológica, especialmente entre aquellos con ingresos familiares más bajos y aquellos que tienen una discapacidad o una condición de salud preexistente.²⁰ Otros estudios confirman que los jóvenes adultos de 18 a 34 años tenían la peor salud mental de cualquier grupo de edad; sin embargo, esta generación también es más probable que busque ayuda de un profesional de la salud mental.²¹

Existe una grave escasez de recursos y proveedores de atención de salud mental

- Menos de la mitad de los adultos con una enfermedad mental recibieron servicios de salud mental en 2021.²²
- Se prevé que la fuerza laboral de psiquiatras se reduzca hasta 2024, lo que provocará una escasez a nivel nacional de entre aproximadamente 14,000 y 31,000 psiquiatras.²³

¹⁶ *Ibid.*

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (AACAP), “AACAP Policy Statement on Increased Suicide Among Black Youth in the U.S.”, (marzo de 2022).

https://www.aacap.org/aacap/Policy_Statements/2022/AACAP_Policy_Statement_Increased_Suicide_Among_Black_Youth_US.aspx

¹⁹ Informe de los CDC de 2023, *supra* nota 12.

²⁰ Giancarlo Pasquini y Scott Keeter, “At least four-in-ten U.S. adults have faced high levels of psychological distress during COVID-19 pandemic”, *Centro de Investigaciones Pew* (12 de diciembre de 2022).

<https://www.pewresearch.org/short-reads/2022/12/12/at-least-four-in-ten-us-adults-have-faced-high-levels-of-psychological-distress-during-pandemia-de-COVID-19/>

²¹ Megan Brenan, “Americans’ Reported Mental Health at New Low; More Seek Help”, *Gallup* (21 de diciembre de 2022). <https://news.gallup.com/poll/467303/americans-reported-mental-health-new-low-seek-help.aspx>

²² Substance Abuse and Mental Health Services Administration, “Key Substance Use and Mental Health Indicators in the United States: Results from the 2021 National Survey on Drug Use and Health” (diciembre de 2022) (“Informe de SAMHSA de 2022”).

<https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/reports/rpt39443/2021NSDUHFFRRev010323.pdf>

²³ Anand Satiani, et al., “Projected Workforce of Psychiatrists in the United States: A Population Analysis”. *Psychiatric Services* vol. 69, 6 (2018): 710–713. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29540118/>

- Más de un tercio de la población estadounidense vive en zonas de escasez de profesionales de salud mental designadas por el gobierno federal.²⁴
- Entre los 57.8 millones de adultos con una enfermedad de salud mental en 2021, el 27.6%, o 15.5 millones de personas, percibieron una necesidad insatisfecha de servicios de salud mental. La razón más común para no recibir servicios fue el costo de la atención.²⁵

²⁴ KFF, “Mental Health Care Health Professional Shortage Areas (HPSAs)”. <https://www.kff.org/other/state-indicator/mental-health-care-health-professional-shortage-areas-hpsas/?currentTimeframe=0&sortModel=%7B%22colId%22:%22Location%22,%22clasificar%22:%22asc%22%7D>

²⁵ Informe de SAMHSA de 2022, *supra* nota 22.