

# La Enfermedad Mental y las Familias de Fe Creando Congregaciones Solidarias

## Un programa de cinco pasos

Basado en las investigaciones del Cirujano General de EEUU, acerca de la incidencia de enfermedad mental en nuestro país, sabemos que existe una persona con enfermedad mental en una de cada cuatro familias. Dado el estigma existente ante estas enfermedades, muchas de estas personas sufren en silencio.

Hay muchas maneras en que las congregaciones pueden iniciar o extender su ministerio apoyando a estas personas que viven con enfermedad mental y a sus familias. El modelo de congregaciones solidarias se enfoca en cinco pasos. Estos incluyen: educación, compromiso, acogida, apoyo, y abogacía.

Estos pasos no ocurren en forma lineal, sino que el proceso de transformación hacia una comunidad solidaria es dinámico y único en cada caso. Algunas congregaciones han desarrollado modelos de ministerio únicos, y enfocados a las necesidades de su comunidad. Con voluntad y optimismo, nuestras comunidades de fe podrán verse involucradas en un proceso de educación, compromiso, acogida, y apoyo. Para luego convertirnos todos en defensores de sus derechos y así lograr un sistema de salud mental más justo.

## 1. Educación

El primer paso en la creación de una comunidad solidaria es la educación. Si los ministros, sacerdotes, imanes y rabinos no se educan acerca de la enfermedad mental, no podrán reconocer los síntomas y tampoco podrán referir a las personas a los consejeros o terapeutas adecuados. Sugerimos lo siguiente:

- Obtener material educativo y una guía de referencia a instituciones líderes en el ramo como: NAMI (Alianza Nacional para la salud Mental), DBSA (Alianza para depresión y Bipolaridad), MHA (Salud Mental de América) y SAMHSA.
- Mostrar el DVD *Creando Congregaciones Solidarias*, disponible con una guía de estudio, a través de Ministerios de Salud Mental. [www.MentalHealthMinistries.net](http://www.MentalHealthMinistries.net).
- Invitar a algún conferencista u ofrecer un taller que explique que las enfermedades mentales son desórdenes del cerebro.
- Que alguna persona que vive con enfermedad

Mental ofrezca su testimonio.

- Diseñar una o varias clases, para estudio de las enfermedades mentales más severas y las formas en que las congregaciones pueden brindar su apoyo.
- Publicar boletines o desplegados para educar acerca de la enfermedad mental, especialmente durante “Mayo, mes de la Salud Mental” y “Octubre, mes de hacer conciencia acerca de la enfermedad mental”.
- Ofrecer un espacio en el que se puedan reunir para instruir acerca de la enfermedad mental y donde puedan operar grupos de apoyo.

## 2. Compromiso

Compromiso significa que la comunidad tenga la intención de buscar formas de convertirse en una comunidad solidaria. Quien inicia este proceso es frecuentemente una persona que ha estado expuesta a la enfermedad mental, ya que el clero se encuentra abrumado con sus responsabilidades.

Muchos programas exitosos inician “desde la base hacia arriba”. Las personas expuestas pueden asumir el liderazgo inicial y formar un destacamento para encontrar formas de brindar educación sobre la enfermedad mental a su comunidad.

El compromiso requiere establecer contactos, y hacer equipo con grupos comunitarios para educarles acerca de lo que las comunidades de fe pueden ofrecer para apoyar a las personas que viven con enfermedad mental y a sus familias.

- Involucre al clero y a otros grupos líderes para evaluar cuales son las necesidades de su congregación.
- Solicite a los líderes de la comunidad que adopten una actitud de apoyo a los programas de acercamiento y educación para integrar a las familias con enfermos mentales.
- Encuentre la manera de formar parte de “equipos de apoyo” para personas con enfermedad mental.

## 3. Acogida

Este tercer paso implica buscar maneras de integrar a las personas con enfermedad mental en la comunidad de fe. La hospitalidad es un valor esencial en todas las religiones principales... musulmana, judía y cristiana. Ser hospitalario significa tender la mano al prójimo, tocándole y acercándose lo suficiente para reconocer nuestra mutua vulnerabilidad ante la realidad de la vida. Entonces la barrera entre el “nosotros” y el “ellos” comienza a

desaparecer.

- Instruya a las personas que dan la bienvenida a los servicios, a acoger y apoyar a todas las personas a quienes reciben. Algunas comunidades cuentan con personas entrenadas para acompañar a otros al templo, para hablar con ellos, o simplemente para “estar allí” en caso de que se requiera un apoyo adicional.
- Escriba un mensaje de bienvenida en los panfletos que se entregan a quienes participan en los servicios religiosos.
- Sea incluyente de las personas con enfermedad mental en sus oraciones, en la liturgia o en los sermones.
- Haga equipo con organizaciones ecuménicas o interreligiosas para brindar transportación a los servicios religiosos a las personas que así lo requieran.

## 4. Apoyo

Hemos sido educados para ser personas fuertes, autosuficientes e independientes. Nos es difícil pedir ayuda y muchas veces reprimimos nuestras luchas internas. Pero Dios quiere que cuidemos unos de otros y permitamos que los demás nos cuiden en nuestros tiempos de flaqueza.

- Incluya a las personas con enfermedad mental en las actividades de la congregación. Sea amigable y acompañelos a las reuniones sociales y culturales, o invíteles a comer.
- Enseñe a las personas a brindar apoyo individual y personalizado practicando el ministerio de “estar presentes”.
- Encuentre la manera de acercarse y apoyar a los miembros de la familia.
- Tenga una guía de referencia de los servicios de salud mental que ofrecen en su comunidad. Trabaje en unión con los proveedores de salud mental para brindar apoyo a alguna persona en especial.
- Regale oraciones, canastas de productos básicos o algún otro gesto de apoyo a las personas que se encuentren internadas en el hospital o en una casa de medio camino para hacerles saber que no nos olvidamos de ellos.
- Brinde consejo y asesoría a través de programas ambulatorios o de cupones.
- Únase a un voluntariado al servicio del enfermo mental. Inicie algún programa nuevo que beneficie

particularmente a los enfermos mentales de su comunidad.

## 5. Abogacía

La enfermedad mental involucra temas de justicia social tales como acceso a servicios médicos, derecho a una vivienda digna y a un entrenamiento apropiado para trabajar. En el momento en que una congregación inicia su ministerio especial por el enfermo mental, está empezando también su labor de abogacía.

- Luche por combatir la disparidad existente entre los seguros de gastos médicos para enfermedades físicas y los de enfermedades mentales.
- Apoye los fondos para investigación de las enfermedades mentales severas.
- Esté alerta y pendiente de los avances de la legislación al respecto y únase a un grupo de abogacía aún cuando no tenga un familiar con enfermedad mental.
- Defienda los derechos de estas personas cuando encuentre publicidad negativa en los medios de comunicación.
- Póngase en contacto con el gobernador o miembros del gabinete para comunicarles su interés de promover mejores servicios para los enfermos mentales.
- Realice eventos comunitarios en apoyo a los enfermos mentales. Es importante que los proveedores de salud mental sepan el rol tan importante que puede tener la fe en el tratamiento y recuperación de una persona.

### — PARA MAYOR INFORMACIÓN —

American Association of Pastoral Counselors  
[www.aapc.org](http://www.aapc.org)

Congregational Resource Guide  
[www.congregationalresources.org/mentalhealth.asp](http://www.congregationalresources.org/mentalhealth.asp)

Depression and Bipolar Support Alliance (DBSA)  
[www.DBSAAlliance.org](http://www.DBSAAlliance.org)

FaithNet NAMI  
[www.FaithNetNAMI.org](http://www.FaithNetNAMI.org)

Mental Health America  
[www.mentalhealthamerica.net](http://www.mentalhealthamerica.net)

Mental Health Ministries  
[www.MentalHealthMinistries.net](http://www.MentalHealthMinistries.net)

National Alliance for Mental Illness (NAMI)  
[www.nami.org](http://www.nami.org)

Pathways to Promise  
[www.Pathways2Promise.org](http://www.Pathways2Promise.org)

## Recursos de Ministerios de Salud Mental

Recursos impresos disponibles en: Mental Health Ministries, [www.MentalHealthMinistries.net](http://www.MentalHealthMinistries.net)

Están disponibles videos y guías de discusión sobre los siguientes temas:

- Creating Caring Congregations
- Understanding Depression
- Teenage Depression and Suicide
- Overcoming Stigma, Finding Hope
- Gifts of the Shadow
- Addiction and Depression
- Eating Disorders
- Anxiety: Overcoming Fear
- Alzheimer's: Care and Support
- Mental Illness and Families of Faith
- Breaking the Silence: Postpartum Depression and Families of Faith
- Mental Health Mission Moments

### Books

- *In the Shadow of God's Wings: Grace in the Midst of Depression*
- *In the Shadow of God's Wings: Group Study Guide*

Las personas con enfermedad mental son nuestros vecinos. Son miembros de nuestras congregaciones, miembros de nuestras familias; están por todo el país. Si ignoramos su grito de auxilio, seremos cómplices de la misma angustia de la que surge esta súplica. Un problema de esta dimensión no va a desaparecer. Porque no desaparecerá y porque tenemos un compromiso espiritual y social ante ellos, estamos obligados a actuar al respecto.

—Rosalynn Carter

# La Enfermedad Mental y las Familias de Fe

## Creando Congregaciones Solidarias

**Mental Health Ministries**  
To Erase the Stigma of Mental Illness

**Rev. Susan Gregg-Schroeder, Coordinadora**  
[www.MentalHealthMinistries.net](http://www.MentalHealthMinistries.net)