

# FALSAS EXPRESIONES SALUD MENTAL

A continuación se mencionaran algunas de las expresiones mas comunes que no son ciertas y estigmatizan los asuntos de salud mental.

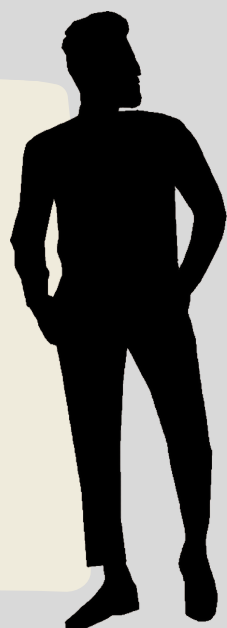


## El psicólogo es para locos

Es importante distinguir que hay muchos tipos de psicólogos, entre ellos el mas conocido; el clínico. Que no se encarga de atender "Locos" si no personas que por alguna situación están sufriendo o la están pasando mal y requieren de asistencia.

## Un verdadero hombre puede solo

Esta afirmación reproduce discursos nocivos para la salud, asignándole ciertas características a lo que estos deberían hacer y no, demarcando diferencias de género acerca de una masculinidad toxica y poco saludable.



## Hoy me siento bipolar - deprimido

Afirmaciones como estas son un uso y referencia errónea de lo que son estas enfermedades que desvalorizan el sufrimiento de quienes si padecen dichas enfermedades. Asi mismo, es importante recordar que NO SE ES lo que se padece.

Derribemos estas y otras frases y creencias que estigmatizan la salud mental!!

