



PAIMI

Programa de Protección y
Defensa de las Personas
con Condiciones Mentales

Los derechos del paciente mental
están protegidos.

*Defendiendo derechos,
promoviendo bienestar.*

*“Una sociedad
que informa,
incluye y apoya
es una sociedad
más fuerte.”*

SALUD MENTAL HOY

INFORMAR | ORIENTAR | INCLUIR | CONSTRUIR UNA MEJOR SOCIEDAD

EDICIÓN ESPECIAL

SAN JUAN, PUERTO RICO

OCTUBRE 2026

Mitos y realidades sobre la salud mental

Conoce la verdad. Infórmate. Rompamos el estigma.

La salud mental es parte fundamental de nuestra vida. Sin embargo, aún existen muchos mitos que pueden generar miedo, discriminación y distancia. Conocer la realidad nos ayuda a comprender mejor, apoyar a otros y promover una sociedad más inclusiva.

*“Hablar de
salud mental
también es
cuidar la vida.”*

MITOS

- ❌ Las personas con problemas de salud mental son violentas e impredecibles.
- ❌ Los niños no tienen problemas de salud mental.
- ❌ Los problemas de salud mental son señal de debilidad o falta de carácter.
- ❌ Las personas con condiciones de salud mental no pueden tener un trabajo.
- ❌ No hay esperanzas para las personas con problemas de salud mental.

REALIDADES

- ✅ La gran mayoría de las personas con problemas de salud mental no son violentas. De hecho, son más propensas a ser víctimas de delitos.
- ✅ Incluso los niños pequeños pueden presentar señales de advertencia. La mitad de los trastornos de salud mental comienzan antes de los 14 años.
- ✅ Los problemas de salud mental no son un signo de debilidad. Pueden ser causados por factores biológicos, psicológicos y sociales.
- ✅ Con el apoyo adecuado, las personas con condiciones de salud mental pueden trabajar, aprender y aportar a sus comunidades.
- ✅ Con tratamiento, apoyo y servicios adecuados, muchas personas mejoran y se recuperan por completo.



La recuperación es posible

Miles de personas viven, trabajan y se desarrollan plenamente con el tratamiento y apoyo adecuado. La salud mental no define quién eres. Tu historia también incluye esperanza, fortaleza y nuevas oportunidades.

Si necesitas orientación
o conoces a alguien que necesite
ayuda, contáctanos.

 **(787) 665-2120**

*Tu salud mental importa.
Tus derechos también.*



Oficina de Protección y Defensa
de las Personas con Impedimentos (OPDPI)
Centro Gubernamental Minillas
Torre Sur, Oficina 203, San Juan, PR



Lunes a Viernes
8:00 a.m. a 4:30 p.m.



info@opdpi.pr.gov



www.opdpi.pr.gov

*Más inclusión.
Más derechos.
Más bienestar.*