



## ID 99

### TÍTULO

ALMERÍA, TIERRA SIN ESTIGMA

### RESPONSABLES

El proyecto ALMERÍA, TIERRA SIN ESTIGMA es promovido por el CONSEJO PROSALUD MENTAL DE ALMERÍA constituido en octubre del 2011, con el objetivo de promocionar la salud mental de la población en Almería y trabajar conjuntamente en la mejora de su atención. Prestando especial atención a la disminución del estigma asociado a la enfermedad mental entre la población almeriense y a la defensa de los derechos de los usuarios.

En proceso de crecimiento, en la actualidad, lo componen:

1. Asociaciones de Usuarios, Familiares y Allegados\*:
  - Asociación Salud Mental Almería (ASMAL),
  - ATHIENDE (TDAH Almería),
  - Autismo Dárata,
  - BAO Indalo Almería y
  - Asociación El Timón-FEAFES Andalucía
2. Asociaciones de Científicas:
  - Asociación Andaluza de Profesionales de Salud Mental-AEN
  - Asociación para la Promoción de la Salud Mental de Almería (APSMA),
3. Servicios Sociales Especializados: Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental (FAISEM) y
4. Servicios Sanitarios Especializados: Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental de Almería (CH Torrecárdenas y Distritos de Atención Primaria de Almería y Poniente):

Cuenta con el apoyo de la Universidad de Almería, la Diputación Provincial, el Ayuntamiento de Almería y las Delegaciones Territoriales de Igualdad, Salud y Políticas Sociales y de Educación, Cultura y Deporte de Almería de la Junta de Andalucía.

\* Incluyen familiares y allegados de adultos, infantes y adolescentes.

### RESUMEN

El Consejo Pro Salud Mental de Almería, entre sus primeras actividades incluyó la puesta en marcha del proyecto "Almería, Tierra sin Estigma", con la finalidad de impulsar la integración de las personas con enfermedad mental, disminuyendo el estigma y el autoestigma tanto de los usuarios, como de sus familiares y de los profesionales que le atienden. Así declara en su manifiesto:

"A la sociedad almeriense, que consideramos hospitalaria y tolerante, y de la que formamos parte le PROPONEMOS, que desde la libertad y la creatividad, sumemos esfuerzos para, así entre todos, contrarrestar la imagen social negativa y la discriminación que sufren las personas con enfermedad mental.



Planteamos una reflexión en cada ámbito específico (sanitario, educativo, laboral, medios de comunicación....), que concluya con propuestas viables, generando espacios, cada vez más amplios, donde se implementen medidas que eliminen o disminuyan el estigma. "

En esencia se trata de una alianza entre usuarios, familiares y profesionales, que propone y recoge de la sociedad almeriense medidas para que cada vez haya más "zonas libres de estigma". Su ámbito de actuación pretende ser provincial, aunque actualmente se centra en los distritos de Almería y Poniente (más de 500.000 habitantes). Es un proyecto continuo y a largo plazo, que implica actuaciones multisectoriales básicamente de sensibilización, formación y de medidas concretas que faciliten la integración y el empoderamiento.

Durante estos tres años se han desarrollado estrategias antiestigma y de orientación hacia la recuperación en todos los ámbitos señalados, destacar (se pormenorizaran en el apartado correspondiente y se incluye zip con imágenes o programas de algunas de las actividades descritas):

Concurso del logotipo para el proyecto "Almería, Tierra sin Estigma".

#### ESTRATEGIAS DE SENSIBILIZACIÓN Y VISUALIZACIÓN DEL ESTIGMA

Organización de la Gala "Locos por la Música", que en un contexto lúdico durante dos años consecutivos ha reunido a miles de personas.

Fiesta Pro Salud Mental, para celebrar el Día Mundial de la Salud Mental desde 2012, con la participación conjunta de usuarios, allegados, profesionales de salud mental y ciudadanos.

Creación del Premio- Distinción "Almería, Tierra sin Estigma " con el que se reconoce a la organización, empresa, institución (pública o privada) y/o persona de la población almeriense que, durante ese año, haya llevado a cabo acciones encaminadas a conseguir espacios de integración para las personas con trastorno mental.

Producción de videos: en 2013 sobre Campañas Internacionales de Sensibilización al estigma y en 2014 un musical "Ponle Cara" (ver video) con difusión en las TV locales.

Exposiciones de fotografía, pintura..

Presencia frecuente en los medios de comunicación local, exponiendo actividades y propuestas.

#### FORMACIÓN

Coorganizador con la Universidad de Almería del 1er y 2do Congreso Nacional de Sensibilización al Estigma en Salud Mental.

Taller con Medios de Comunicación organizado conjuntamente con la Asociación de la Prensa (hay otro programado para 2015)

Taller con Fuerzas de Seguridad del Estado (hay otro programado para 2015)

Charlas en Asociaciones, Institutos y Universidad

El 95 % de los profesionales de la UGC de Almería han recibido formación, en talleres y jornadas, sobre estigma y recuperación.



## EMPODERAMIENTO

Participación de usuarios como docentes en la formación de profesionales de salud mental.

Mesa "Con otra Mirada" en la que las asociaciones de usuarios y familiares, como ponentes, expusieron sus opiniones e intercambiaron propuestas con más de cien profesionales de la UGC.

Potenciación de grupo de ayuda mutua.

Participación en marchas y actividades conjuntas, lúdicas y reivindicativas, o formativas de profesionales de salud mental y usuarios y allegados.

I Evento Deportivo: ALMERIA TIERRA SIN ESTIGMA. Encuentro Deportivo Europeo. "TIKI TAKA FOR MENTAL HEALTH". (ver pdf)

## VALORES

» ***Promueve el trabajo conjunto en red (entre asociaciones, servicios de salud mental, atención primaria de salud, de integración social, personas usuarias, familiares, profesionales, administraciones locales, centros educativos, fuerzas de seguridad, medios de comunicación, etc).***

o El trabajo en red es esencial en el proyecto y le da carta de naturaleza. El Consejo es, en sí mismo, una alianza entre usuarios, familiares y profesionales, y entre pacientes y servicios, lo que permite la sinergia de los proyectos de cada uno de los miembros y la potenciación de los propios.

o Se ha trabajado en proyectos conjuntos, ya señalados, con el Colegio de Médicos, la Universidad de Almería, la Diputación Provincial, el Ayuntamiento de Almería y las Delegaciones Territoriales de Igualdad, Salud y Políticas Sociales y de Educación, Cultura y Deporte de Almería de la Junta de Andalucía.

o Se ha favorecido investigaciones sobre el estigma en atención primaria realizadas por profesionales de salud mental

o Charlas de Sensibilización en Institutos.

o Taller con Fuerzas de Seguridad del Estado (hay otro programado para 2015)

o Taller con Medios de Comunicación organizado conjuntamente con la Asociación de la Prensa y la Universidad (hay otro programado para 2015)

» ***Da voz en primera persona a quienes tienen una enfermedad mental y/o a sus familias (explique cómo se ha llevado a cabo).***

o Son miembros natos del Consejo las asociaciones de usuarios y familiares y participan, lógicamente, en todas las decisiones.



o Participación como docentes en la formación de profesionales de salud mental. En varias Jornadas los usuarios han presentado ponencias. Un usuario presento como ponente su experiencia de recuperación personal en una sesión clínica general del Hospital Torrecárdenas y se han realizado tres sesiones clínicas en la UGC lideradas por pacientes y/o el grupo de ayuda mutua.

o Mesa "Con otra Mirada" en la que las asociaciones de usuarios y familiares, como ponentes, expusieron sus opiniones e intercambiaron propuestas con más de cien profesionales de la UGC (está prevista una nueva edición en 2015).

» ***Pone énfasis en que las personas afectadas son precisamente "personas".***

o Toda la filosofía del proyecto, que se orienta hacia la recuperación, incide en que los usuarios son personas con el derecho a tener un proyecto de vida propio. Los servicios sociales y sanitarios deben apoyar este proyecto de vida, acompañando al usuario en este camino y apoyando a la familia.

o En las ponencias, charlas, talleres, entrevistas, notas de prensa se incide en esta idea motriz: Persona no diagnóstico. Persona si proyecto de vida.

» ***Lucha contra las falsas creencias que rodean la enfermedad mental.***

o Tanto en las actividades formativas, como en los mensajes en los medios de comunicación (la Asociación de la Prensa apoya el proyecto), como en la propia practica del Consejo-el hecho de que los usuarios participan en las actividades que se programan- la imagen de la enfermedad mental se plantea desde una perspectiva científica y realista.

o Opinamos que la actitud de los medios se ha modificado notablemente desde que se inició el proyecto, con Taller específico para periodistas y múltiples contactos, lo que ha repercutido en la imagen que se trasmite de la enfermedad mental que a su vez se manifiesta, tanto en una mejoría de la propia imagen de la persona con enfermedad mental como en la visión general de la sociedad almeriense, aunque quede mucho por recorrer.

» ***Ofrece la oportunidad de escuchar y/o contactar con personas con enfermedad mental y permite conocer en primera persona su experiencia.***

Los usuarios participan en el Consejo a través de sus asociaciones y en las actividades como docentes/ artistas o discentes / espectadores y facilita el contacto entre usuarios, con profesionales y con la ciudadanía en general.

o Existen Grupos de Ayuda Mutua



- » ***Tiene enfoque de RECUPERACIÓN en salud mental, entendida como la construcción y el control de un proyecto de vida con sentido y satisfacción para la persona, que ella misma pueda definir de forma independiente de la evolución de los síntomas de la enfermedad.***

o Como se ha señalado toda la filosofía del proyecto se orienta hacia la recuperación. Resaltaríamos 2 aspectos:

? Mejora de la autoestima de los usuarios y demás implicados en el proyecto dado que adquieren protagonismo y se desarrolla una imagen de cooperación entre usuarios, profesionales, allegados y familiares en actividades antiestigma y orientadas a la recuperación, con repercusión social y exitosas.

? Se envía un mensaje desmitificador en diversos formatos a la sociedad que puede disminuir los obstáculos externos a desarrollar un proyecto de vida. A la vez que se le oferta la posibilidad de implicarse en el proyecto.

- » ***Destaca la necesidad de proteger los derechos de las personas con enfermedad mental y su dignidad en la sociedad.***

o Forma parte esencial de toda la filosofía del proyecto y está presente en todas sus producciones. (ver video, zip, pdf y actas congresos nacionales de sensibilización al estigma)

- » ***Tiene continuidad en el tiempo y no se trata sólo de una acción puntual o aislada.***

o El proyecto se inició hace tres años y no es un acuerdo puntual sino una alianza que pretende implicar en el proyecto a instituciones, organismos, organizaciones, asociaciones, empresas y al conjunto de la sociedad almeriense.

- » ***Es una iniciativa creativa e innovadora.***

o No conocemos una similar.

o Implica una alianza que produce sinergias entre los proyectos de cada una de los miembros y el proyecto común, facilitando la implicación progresiva de cada vez más sectores sociales en la sensibilización sobre el estigma.

o Incorpora elementos como la Actividad Formativa, la Gala, la Fiesta ProSalud Mental, la posibilidad de adherirse al proyecto con un acción concreta, el premio a la mejor iniciativa, la producción de material para difusión... que en conjunto generan un proyecto integrador y novedoso orientado hacia la recuperación.



» ***Otros valores de la iniciativa que considere que deben ser destacados.***

1. Premio- Distinción "Almería, Tierra sin Estigma ". En 2013 se le concedió el premio a Carrefour y en 2014 a COEXPHAL, en ambos casos por favorecer la formación y el empleo de personas con trastorno mental grave.
2. Se promueve la participación del conjunto de la ciudadanía en las actividades de sensibilización general como la Gala "Locos por la Música", a la que han asistido miles de almerienses, o la Fiesta Pro Salud Mental, a la que asisten varios centenares, y que se realiza en pleno centro de Almería. En ambas actividades participan como artistas usuarios de salud mental.
3. Video "Ponle Cara"
4. Congresos Nacionales sobre Sensibilización al Estigma en Salud Mental
5. I Evento Deportivo: ALMERIA TIERRA SIN ESTIGMA. Encuentro Deportivo Europeo. "TIKI TAKA FOR MENTAL HEALTH".

## ENLACES

Congresos Nacionales de Sensibilización al Estigma en Salud Mental  
<http://estigmadeporte.wordpress.com/>

BAO INDALO Almería: <http://baoindaloalmeria.blogspot.com.es/>

Autismo Dárata: <http://www.autismodarata.org/eventos>

TDHA Almería. Asociación ATHIENDE:

<http://tdahalmeria.blogspot.com.es/2013/11/gala-locos-por-la-musica.html>

CANAL FAISEM <http://www.faisem.es/index.php/es/actualidad/canal-faisem>