



## ID 115

### TÍTULO

MENTALIZATÉ-ZERO ESTIGMA

### RESPONSABLES

ASAENES: Asociación de Familiares, Allegados, y Personas con Trastorno Mental Grave.

### RESUMEN

Desde el año 2006, ASAENES realiza la campaña "Mentalízate – Zero Estigma" de sensibilización social sobre los trastornos mentales graves dirigida a la población escolar, al profesorado y a los familiares en CEIPS, IES y Universidades de Sevilla. La Campaña Mentalízate – Zero Estigma tiene la función de dar a conocer aspectos desconocidos por la sociedad sobre las personas con trastorno mental grave y sus familias, así como sus derechos y deberes, el estigma que sobre ellos recae, los mitos y verdades de los trastornos mentales graves, etc., con el único fin de sensibilizar y acercar a la población esta enfermedad y a este grupo diana de alumnos/as de enseñanza secundaria y primaria, de Sevilla y la provincia y algunas universidades, aumentando la información, reduciendo el estigma y promoviendo el asociacionismo y el voluntariado social. La metodología utilizada es una conferencia de una hora de duración realizada en primer lugar, por un profesional de ASAENES, que describe la enfermedad mental, sus síntomas y datos estadísticos, entre otros aspectos, en segundo lugar un familiar de una persona con trastorno mental grave contando su experiencia y cómo llegó la noticia de la enfermedad a ese hogar y por último una persona con trastorno mental grave que narra también su experiencia en primera persona, todas sus vivencias positivas y negativas y cómo les afecta el estigma y las actitudes discriminatorias de gran parte de la sociedad y la importancia de este tipo de campañas para luchar contra él desde edades tempranas. La realización de estas charlas es durante todo el año, acentuando los meses de curso escolar. Durante el transcurso de los 8 años que lleva en marcha la campaña, hemos realizado las conferencias en más de 135 centros educativos y universidades, con un público de más de 6.800 alumnos/as, más de 220 profesores, han participado más de 35 usuarios/as y unas 30 familias. Los resultados obtenidos durante estos años han sido siempre satisfactorios, debido a la implicación del alumnado en las conferencias, así como en la temática de las mismas. Los asistentes a las charlas se muestran al final de las mismas sensibilizados sobre los trastornos mentales graves y modifican sus creencias acerca de los mismos, influenciando en la desaparición del estigma que los acompaña y desmontando falsos míticos. La campaña se evalúa mediante un pre-test y un postest que se administra antes y después para ver el nivel de aprendizaje y corrección de mitos. Son muchos los alumnos/as que al finalizar la campaña se acercan a los ponentes para felicitarles y mostrarles su apoyo. Asimismo, muchos son lo que se interesan y llegan a contactar con la asociación para formar parte, de forma puntual por sus cortas edades, del voluntariado social de ASAENES.



## 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).***

Se intenta promover el trabajo en red y la coordinación con las siguientes instituciones y entidades: • Dispositivos sanitarios como Unidades de Salud Mental Comunitaria, Unidades de Rehabilitación de Áreas, Comunidades Terapéuticas, Unidades de Salud Mental Infanto Juvenil... • Consejería de Educación: CEIPS, IES de Sevilla y provincia. • Universidad de Sevilla y Universidad Pablo de Olavide • Plataforma de Voluntariado y Plataforma de Usuarios "En Primera Persona" • Recursos públicos y privados dedicados a la atención de personas con enfermedad mental y/o en riesgo de exclusión social: comedores sociales, albergues municipales... • Fundación Pública Andaluza para la Integración Social de Personas con Enfermedad Mental (FAISEM) • Federación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEAFES). • Instituto Andaluz de la Juventud, Consejería de Igualdad y Bienestar Social, Consejería de Salud, Ayuntamientos... • Familiares y voluntarios que ofrecen una coordinación constante.

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

En ASAENES, tanto a las personas con trastorno mental grave, como sus familiares tienen la voz y el voto que se merecen. En nuestra campaña de sensibilización social frente al Estigma que sufren estas personas realizada en CEIPS, IES y Universidades y dirigidas a la población estudiantil y profesorado, realizamos una conferencia de una hora de duración aproximada en la cual, tras la exposición técnica de la enfermedad por parte de un trabajador de ASAENES, son los propios familiares y usuarios quienes en primera persona, cuentan su experiencia de superación, cómo vivieron la llegada de la enfermedad y el proceso de rehabilitación, los apoyos con los que contaron, qué actitudes les ayudan de la sociedad y cuáles no, las redes sociales, los organismos y el movimientos asociativo que les ofreció orientación y apoyo en esta nueva etapa de la vida. En primera persona se desmonta los mitos que fomentan y mantienen el estigma de las personas con TMG.

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

En la campaña, se deja constancia desde el primer momento en que las personas con trastorno mental grave, antes que enfermos, son Personas. Explicamos que no debemos sustantivar los adjetivables, puesto que no son



esquizofrénicos sino personas con esquizofrenia. Hay que anteponer a la persona antes que a la enfermedad. Indicamos que cualquier persona, de cualquier edad, condición, sexo... puede padecer esta un trastorno a lo largo de su vida. Evitamos que haya diferencias entre el "nosotros" y el "ellos" ya que todos somos personas antes que otros condicionantes.

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

Se reitera mucho en la temática del Estigma Social y el Autoestigma que sufren las personas con enfermedad mental, haciendo referencia a las "etiquetas" que la sociedad coloca, las cuales suelen ser permanentes y despectivas y han desembocado en discriminación y estigmatización. Luchamos contra la utilización de términos ofensivos como loco, perturbado, manicomio... y sobre todo luchamos contra las falsas creencias y falsos mitos sobre la enfermedad y sobre las personas que la padecen; reforzando la utilización de términos adecuados y correctos, y aclarando y desmontando esos falsos mitos. Para ello invitamos a todo el público asistente a nuestras charlas que acudan a nuestro curso de voluntariado en Salud Mental.

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

En nuestra campaña de sensibilización contamos con la participación, como hemos indicado anteriormente, con familias y personas con enfermedad mental que voluntariamente quieren compartir su experiencia y vivencia de la enfermedad y su rehabilitación. Brindamos la oportunidad de que sean ellos mismo los que narren su historia en primera persona. Además contamos con varios familiares y varios usuarios/as que se prestan a estas colaboraciones, es decir, no son siempre las mismas personas las que cuentan sus experiencias, sino diversas, porque intentamos dar voz al mayor número posible de familiares y personas con trastornos mentales graves posibles, para que la riqueza de experiencias narradas sea amplia y vista de varios prismas.

» ***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.***

Uno de los puntos en el que más reiteramos a la hora de realizar estas conferencias es que las personas con trastorno mental grave PUEDEN rehabilitarse y recuperar el nivel de vida, la autoestima, independencia, autonomía... con la que contaban antes de la enfermedad. Ellos pueden elegir y decidir sobre su vida, sobre lo que quieren y no hacer a lo largo de ella, son libres y tienen el derecho de elegir como cualquier persona que no estuviera enferma, sintiendo satisfacción y aumentando su desarrollo personal por ello. Aprenden a convivir con la enfermedad sin que sea una traba para el estilo de



vida que elijan, recuperando progresivamente los hábitos más perdidos por la aparición de la enfermedad. Se intenta dar el mensaje de empoderamiento al usuario/a que participa para que pueda transmitir una experiencia humana, real, no trágica, a veces emotivas, y de recuperación y normalidad.

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

Las personas con enfermedad mental son especialmente vulnerables y sufren la violación de los derechos humanos, estigmatización y discriminación en varios sectores como laboral, vivienda... Por ello destacamos la importancia de defender estos derechos que poseen al igual que el resto de personas, reivindicando y sensibilizando a las autoridades competentes y a la sociedad en general para la creación de políticas y planes de apoyo, mejora de la atención socio-sanitaria, ampliación de recursos y profesionales que los atiendan, protección contra el trato degradante, implicarlos en su propia rehabilitación, aumentar la toma de conciencia social etc.

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

La actividad de sensibilización e información de esta campaña se realiza durante todo el año, haciendo mayor hincapié en los meses de curso escolar. No se trata de una actividad puntual ni aislada, pues la sensibilización social y la reivindicación de los derechos de las personas con TMG vulnerables es uno de los pilares en la entidad y un trabajo siempre constante en nosotros y así lo llevamos a cabo en esta campaña. Se lleva a cabo desde el año 2006 de forma ininterrumpida. Para su continuidad contamos con un convenio de colaboración con la Consejería de Educación que nos facilita los centros a los que acudir, así como con la participación de familiares y personas con trastorno mental grave, voluntarios/as, alumnos/as en prácticas de las universidades, equipo técnico y otros profesionales de la entidad. La Consejería de Salud ofrece apoyos puntuales a dicha campaña y también se cuenta con una colaboración de FAISEM.

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

Nuestra campaña se nutre de otras campañas a nivel europeo ZERO-ESTIGMA y nacional MENTALÍZATE, que después de ocho años de su puesta en marcha se ha ido adaptando. Es innovadora en tanto que es una Campaña que intenta que la persona con TMG y sus familiares sean los protagonistas de la misma. Es innovadora porque se crean lazos de unión y coordinación entre el Sistema Educativo y el Sistema Sanitario, mediante un trabajo en red. Es creativa porque tratamos de darle voz al alumnado que interactúa con los protagonistas de la campaña. Va orientada a la prevención y hasta ahora no conocemos en el movimiento asociativo, educativo ninguna actividad como ésta donde los protagonistas son los usuarios/as y familiares.



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

Las actividades de sensibilización que ASAENES lleva a cabo promueven diversos valores como la solidaridad, apoyo, defensa de los derechos, empatía, conocimiento, educación social, igualdad, respeto, paridad, cultura, tolerancia, no-indiferencia, no-discriminación, no-pasividad, NO ESTIGMA...