



TÍTULO

"Viaje imaginario a la ciudad de La Plata (Argentina)"

RESPONSABLES

Organismos, Servicios, Asociaciones, etc., participantes en la iniciativa

- AGS Serranía de Málaga - Taller Ocupacional San Rafael de Ronda y Serranía

RESUMEN

"Por un millón de pasos" es una actividad de la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía dirigida a asociaciones locales para que, mediante la práctica de paseos en grupo, alcancen un total de un millón de pasos en un mes. Entre sus objetivos se encuentran: promover la práctica de la actividad física y/o reforzar su mantenimiento, intervenir en los determinantes de salud vinculados a la práctica de actividad física (tanto salud física, como mental y social), evidenciar el potencial como "activos en salud" que tienen los participantes y las asociaciones y reforzar la vida asociativa con la realización de una tarea compartida y su cumplimiento. En 2010 se puso en marcha en Ronda con tal éxito, que este año se ha iniciado la segunda fase denominada "Viaje imaginario a La Plata (Argentina)", ciudad con la que se ha hermanado para este fin. El reto actual consiste en unir mediante pasos la distancia que separa ambas ciudades. Igualmente, La Plata se adhiere al proyecto realizando un "viaje imaginario" hasta Ronda. El plazo determinado para conseguir los pasos necesarios comenzó el 7 de Mayo y ha finalizado el 7 de Julio. El II PISMA establece en sus objetivos generales, entre otros, el fomento de hábitos de vida saludables en las personas con enfermedad mental, y específicamente, en quienes padecen un trastorno mental grave, y favorecer una mayor sensibilización social que contribuya a reducir el estigma de la enfermedad mental. Siguiendo sus recomendaciones, para esta segunda fase se ha incorporado a la actividad el Taller Ocupacional San Rafael de Ronda y Serranía, que se han unido al resto de las asociaciones participantes en el objetivo común de conseguir los pasos necesarios para realizar el viaje imaginario. Inicialmente se constituyó un grupo de 22 personas (17 usuarios/as, 1 monitora de taller, 1 monitora de casa-hogar, 1 trabajadora social, 1 enfermera y 1 técnica de promoción de salud). Finalmente han participado de forma más activa 10 de ellos y han conseguido realizar un total de 546.198 pasos: - Nº participantes: 22 - Nº hombres: 11 - Nº mujeres: 11 - Media edad-hombres: 41.36 - Media edad-mujeres: 36.9 - Media edad-total: 39.13 Se pretendía con esta actividad integrar a los usuario/as del taller en un proyecto comunitario y también promover el mantenimiento de la actividad. Los usuario/as la han valorado de forma positiva y han decidido continuar con las caminatas lográndose de este modo promover la realización de actividad física.



VALORES

Marque las características positivas en la lucha contra el estigma con que cuenta la iniciativa y explíquelas brevemente. (Máximo 100 palabras cada uno. Deje en blanco las que no se correspondan con la iniciativa).

X 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).

Promueve el trabajo en red al ser una actividad comunitaria en la que están implicadas varias asociaciones (incluyendo agupaciones de trabajadores de hospital y atención primaria) y apoyadas por el AGS y la Unidad de salud mental. Esta actividad ha tenido repercusión en los medios de comunicación.

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

En la sede del taller se realizó una charla informativa breve sobre el proyecto "por un millón de pasos" y se les ofreció la posibilidad de participar como asociación. Algunos miembros acudieron al acto de presentación a la ciudadanía de la segunda fase denominada "viaje imaginario". Estos miembros trasladaron al resto de usuario/as la información y decidieron participar.

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

Esta actividad se dirige a asociaciones, y aunque algunas de ellas están conformadas por personas con enfermedades o discapacidades, no se hacen diferencias a la hora de programar el plazo de inicio o finalización de la actividad o del número de pasos que deben alcanzar. El objetivo es común para todas las personas que participen, independientemente de las características personales de cada participante.

X Lucha contra las falsas creencias que rodean a la enfermedad mental.

Contribuye a desmitificar la enfermedad al incorporarse al proyecto como una asociación más. Además, favorece la modificación de las percepciones y actitudes estigmatizantes. Al hacerse difusión de la actividad en los medios de comunicación, se hace extensivo al resto de la comunidad.



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

La actividad permite que expresen sus experiencias. Al finalizar la actividad, el resultado de cada grupo será visible para el resto de los participantes por lo que todos conocerán la experiencia de los demás (número de pasos realizados, fotografías de las caminatas, número de participantes, etc, dificultades. En el acto estarán invitados todos los participantes en la actividad y podrán intercambiar experiencias, y pareceres, como ya se hizo en el acto de presentación de la segunda fase.

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.

Favorece la recuperación en el sentido de que este tipo de actividades contribuyen a mejorar el bienestar y la calidad de vida de la persona.

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

Incorporación del grupo a la actividad sin hacer distinción de las características personales de cada participante.

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

Va a tener continuidad porque se ha logrado el objetivo de incorporar los paseos como una actividad más del taller.

X Es una iniciativa creativa e innovadora.

X Otros valores de la iniciativa que considere que deben ser destacados.



Datos de una persona de Contacto:

Nombre:	Gema
Primer apellido	Díaz
Segundo apellido	Alonso
Institución/Asociación/etc	AGS Serranía de Málaga
Puesto:	Técnica de Promoción de la Salud
Correo electrónico	gema.diaz.ext@juntadeandalucia.es



CONVOCATORIA
PREMIO
A LA MEJOR INICIATIVA CONTRA EL ESTIGMA
DE LA ENFERMEDAD MENTAL EN ANDALUCIA



CONVOCATORIA
PREMIO
A LA MEJOR INICIATIVA CONTRA EL ESTIGMA
DE LA ENFERMEDAD MENTAL EN ANDALUCÍA



CONVOCATORIA
PREMIO
A LA MEJOR INICIATIVA CONTRA EL ESTIGMA
DE LA ENFERMEDAD MENTAL EN ANDALUCÍA



CONVOCATORIA
PREMIO
A LA MEJOR INICIATIVA CONTRA EL ESTIGMA
DE LA ENFERMEDAD MENTAL EN ANDALUCÍA

