



ID 84

TÍTULO

Un camino desde la ayuda mutua hasta la asociación

RESPONSABLES

Asociación de usuarios AMENSA y Hospital de Día de Salud Mental de Motril (AGS SUR DE GRANADA)

RESUMEN

Se trata de un Programa de Ayuda Mutua desarrollado entre la Asociación de Usuarios de la Costa (AMENSA) y la UGC de Salud Mental del Área de Gestión Sanitaria Sur de Granada. El programa dio los primeros pasos en 2010, pretende ser estable en el tiempo y va dirigido a usuarios de los servicios de salud mental de la costa granadina. Se han utilizado instalaciones de la USMC, del HD y de AMENSA. Si bien nos centramos en el citado Programa de Ayuda Mutua Individual para usuarios, es importante señalar que han existido otras actuaciones de ayuda mutua en grupo para usuarios y para familiares que se desarrollarán en los próximos meses. El programa tiene vocación de permanencia y de implicar a usuarios, familiares y profesionales de la UGC.

En 2010-11 arrancó el programa gracias a una experiencia piloto sobre ayuda mutua realizada en Granada, enmarcada en el II Plan Integral de Salud Mental de Andalucía y coordinada por la EASP y En Primera Persona (Federación Andaluza de Asociaciones de Personas con Enfermedad Mental).

A esta primera iniciativa se le ha dado continuidad con diferentes actuaciones hasta estos momentos. Tras la experiencia piloto, diferentes profesionales y usuarios de los servicios de salud mental de Motril deciden poner en marcha un proyecto de ayuda mutua individual en el año 2011 dirigido a usuarios de los servicios de salud mental del AGS Sur de Granada. Uno de los elementos más novedosos y enriquecedores de la segunda experiencia fue la creación de un equipo con usuarios que jugaban el papel de agentes de ayuda mutua y profesionales de diferentes estamentos de la USMC y del Hospital del HDSM.

A través de sesiones conjuntas de trabajo se va definiendo un proyecto y una forma de realizar la ayuda mutua individual de manera formal. Se acuerdan protocolos de actuación, aspectos prácticos de las entrevistas, consideraciones generales, sesiones de formación, desarrollo de las entrevistas, etc. (Se adjunta proyecto año 2011/2012).

La experiencia resultó muy positiva (ver en proyecto método de evaluación), tanto desde el punto de vista de los usuarios que reciben la ayuda mutua, como por parte de los profesionales y agentes de ayuda mutua integrados en el proyecto. A todos



nos ha ayudado a vivenciar diferentes aspectos del Modelo de Recuperación. La consolidación de este proyecto ha favorecido la revitalización de AMENSA (Asociación de Usuarios Mente Sana). Un grupo de agentes de ayuda mutua hemos decidido formar una nueva junta directiva en AMENSA y estamos impulsando la actividad asociativa (que pasaba por un mal momento) con el apoyo de profesionales de salud mental. La Asociación está llevando a cabo diferentes iniciativas como la realización de un GAM (Grupo de ayuda mutua), coordinación y participación activa en la federación EN PRIMERA PERSONA, así como en el consejo municipal de asociaciones de Motril.

En resumen, hablamos de un proyecto pionero de ayuda mutua individual coordinado con servicios sanitarios que debido a su buena acogida y funcionamiento deriva en la constitución de un nuevo grupo de usuarios que dinamizan una asociación local. Se trata de un proyecto vivo que ha ido cambiando a lo largo del tiempo y posee proyección de futuro, siempre apoyado como base fundamental en la ayuda mutua y el modelo de recuperación.

Esta iniciativa ha supuesto integrar en los servicios de salud mental una nueva forma de entender la recuperación de los usuarios desde su propio empoderamiento, de una forma innovadora por lo que supone el trabajo conjunto entre un grupo de usuarios y profesionales que trabajan desde la horizontalidad, favoreciendo que los usuarios sean parte activa del diseño e implementación de actividades que repercuten en su proceso de recuperación, favoreciendo la imagen positiva de los usuarios de salud mental como activos de salud.

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).***

El proyecto, desde sus inicios, ha estado planificado y gestionado por usuarios de salud mental y profesionales de varios dispositivos sanitarios (Hospital de Día de Salud mental de Motril y USMC de Motril). Posteriormente la colaboración existente se realiza con la asociación AMENSA. (Asociación de usuarios), dicha asociación está en permanente contacto y coordinación con los Servicios Sociales de la Comunidad así como con el consejo de asociaciones de Motril, servicios sociales y con la Federación de asociaciones "En primera persona".



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

La ayuda mutua consiste en dar voz y valor a la experiencia de las personas que tienen algún problema de salud mental, siendo los mismos usuarios los protagonistas en primera persona, además en este espíritu de colaboración entre agentes de ayuda mutua y profesionales, el Blog del Hospital de Día de Salud mental De Motril (Rompecabezas) reserva un espacio para la asociación para que pueda ser usado como altavoz de sus experiencias, actividades, funcionamiento, etc. así como poder realizar escritos y dar difusión de las experiencias de ayuda mutua, asociacionismo, etc.

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

Desde sus inicios los agentes de ayuda mutua hemos participado en la toma de decisiones del proyecto de ayuda mutua y en la formación de la nueva junta directiva de la asociación de forma autónoma e independiente, como personas que ponen su experiencia e ilusión en favorecer el proceso de recuperación de compañeros y que repercute en su propio proceso de recuperación.

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

Este proyecto de ayuda mutua y asociacionismo lucha contra falsas creencias que todavía existen en tres sectores fundamentales. En primer lugar, los propios compañeros que reciben la ayuda mutua se sorprenden de la ayuda formal que les brinda otro compañero, por otro lado, los profesionales recapacitan sobre el importante papel que pueden tener los agentes en el proceso de recuperación de forma activa, haciéndose visible el empoderamiento de los propios usuarios, y por otro lado la asociación permite difundir la capacidad de trabajo de personas que tiene algún problema de salud mental y dotarlos de visibilidad en la comunidad.

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

La ayuda mutua es poner en valor tu propia experiencia con la enfermedad mental, este proyecto ha podido poner en contacto a compañeros de diferentes dispositivos de salud mental a través de entrevistas de ayuda mutua individual y actualmente en los GAM (Grupos de ayuda mutua) de la asociación que se llevan a cabo de forma regular. A destacar la participación del presidente de la asociación en diferentes foros de formación de profesionales sanitarios (reuniones de formación para personal residente, participación en las II Jornadas de Hospitales de Día de Andalucía, Consejo de



participación ciudadana, etc.), permitiendo conocer su experiencia en primera persona.

- » ***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.***

Este enfoque se refleja claramente en todos aquellos agentes de ayuda mutua que empezaron este proyecto hace tres años y que a través del trabajo en grupo y de su empoderamiento han ido integrando en su proyecto de vida la ayuda mutua como parte de si mismos, incluso tomando las riendas de una asociación de usuarios para llevar a cabo un nuevo proyecto de vida independientemente de los síntomas de su enfermedad, dando sentido a su vivencia con una enfermedad mental.

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

Los agentes de ayuda mutua, a través de las entrevistas y a través de la asociación fomentamos el respeto de los derechos de las personas con problemas de salud mental y su papel activo dentro de la comunidad, esto se materializa por ejemplo en la pertenencia al consejo municipal de asociaciones de Motril, la inclusión del presidente de la asociación en un consejo de participación ciudadana de Motril, participación de la asociación en la feria de asociaciones de la comarca, etc. Siendo en estos foros donde defendemos nuestros derechos e informamos acerca de ellos.

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

El proyecto se inició en 2011 y aún hoy está vigente, actualmente el enfoque predominante es el fomento del asociacionismo, para lo cual algunos usuarios y profesionales del proyecto original continúan reuniéndose y coordinándose para mantener este proyecto vivo y ver futuras líneas de acción y de trabajo en equipo manteniendo la actividad de la ayuda mutua, es un proyecto dinámico que no tiene fecha de finalización. Se enriquecerá el proyecto con diferentes iniciativas:

- la ayuda mutua individual a través de las redes sociales y el teléfono
- La ayuda mutua individual y grupal dirigida a familiares



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

Creemos que cuando empezamos el proyecto allá en 2011 éramos pioneros en poner en marcha un proyecto de ayuda mutua individual formal realizado por usuarios y profesionales de forma tan horizontal e integrado dentro de un recurso sanitario, además nos parece innovador que una experiencia de ayuda mutua finalice en un impulso al tejido asociativo de salud mental, ya que puede ser extrapolable a otros lugares donde la acción asociativa todavía sea nula o escasa. Es un proyecto dinámico y creativo porque no podemos establecer todavía un fin a esta colaboración entre profesionales y usuarios ya que tenemos muchas ideas y trabajo por hacer conjuntamente.

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

Creemos que introducir a usuarios dentro de los equipos de trabajo sanitarios y profesionales es fundamental, al principio de este proyecto resultaba "chocante" reuniones periódicas en las instalaciones sanitarias entre agentes y profesionales, tanto usuarios como profesionales quedaron sorprendidos de estas colaboraciones y de sus resultados. Por otro lado, creemos que este proyecto y esta manera de trabajar puede ser el primer paso para dinamizar asociaciones en otros lugares, así como un modo operativo y real de implementar nuevas líneas de trabajo que actualmente están en auge como los cursos de formación de facilitadores de ayuda mutua "peer to peer" que actualmente están siendo impartidos a través de programas europeos.