



## ID 95

### TÍTULO

JORNADA MENTALCHEFF

### RESPONSABLES

AGS NORTE ALMERIA. UGC SALUD MENTAL  
FAISEM

### RESUMEN

En los últimos años la cocina y la restauración ha pasado de estar relegada en un segundo plano, a ser el centro de atención. En todos los medios de comunicación existe un espacio dedicado a este mundo, pasando de ser visto como “algo de mujeres o de cuestiones domésticas”, a un espacio relevante.

Aprovechando el filón de los programas de televisión en relación a la cocina, el Área de Gestión Sanitaria Norte de Almería junto con FAISEM apuestan por darle un giro a la visión del público de la enfermedad mental. Para ello, se plantea la iniciativa de realizar una Elaboración de una Receta de forma conjunta, dirigida por un Chef para 55 personas con enfermedad mental (usuarios de Unidades de Estancia Diurna de FAISEM y del Hospital de Día de Salud Mental) y profesionales del área.

Ello conlleva por un lado la interacción de los usuarios y de los profesionales, y en dicho espacio se ven cómo “alumnos” que adquieren nuevas habilidades.

Por otro lado, existe el aprendizaje grupal, motivador de cambio de nuestras expectativas, dificultades y proyectos de futuro.

Y por último, el hecho de crear con nuestras propias manos un arte como es una tarta o unas trufas de chocolate, implica no sólo la creatividad si no también el hecho de que podemos compartirlo con las familias.

No somos sólo sujetos enfermos o profesionales, no somos sólo etiquetas que nos marcan. El “Mentalcheff” pretende demostrar que somos más que lo que realmente ve, y que nuestros puntos positivos pueden aparecer y deben aparecer si se nos permite.

Para ello, hemos elaborado un resumen de NUESTRA PROPIA RECETA con los ingredientes autóctonos que consideramos imprescindibles para rebatir el estigma, que refleja la I Edición del día 6 de octubre de 2013, siendo la II Edición el 8 de octubre del presente año.



La valoración del año 2013 ha sido tan positiva que se ha repetido la actividad en el 2014, coincidiendo con la semana del Día de Salud Mental. La repercusión ha sido de 3 artículos de prensa, así como la participación de la Delegación de Salud, Igualdad y Bienestar Social.

## 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).***

TRABAJO EN RED: COORDINACIÓN CON FAISEM Y LA IMPLICACIÓN DIRECTA DEL ÁREA. ADEMÁS DE LA REPERCUSIÓN EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.

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

LAS PERSONAS INICIAN LA JORNADA DE MENTALCHEFF COMO SI ESTUVIERAN EN UN CONCURSO. Y SE SIENTEN COMO VERDADEROS COCINEROS, UNIFORMADOS, Y SIGUIENDO LAS INDICACIONES DEL CHEF. COMPARTEN UNA GRAN MESA Y UN ESPACIO COMÚN, Y COMPRUEBAN QUE EL RESULTADO ES GRATIFICANTE. EXPRESAN SU OPINIÓN A TRAVÉS DE LOS SENTIMIENTOS Y LA EMOCIÓN.

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

LA COCINA, QUE AUNQUE ES UNA HABILIDAD BÁSICA DE LA VIDA DIARIA, EN MUCHAS OCASIONES PUEDE CAPACITAR A LAS PERSONAS PARA EL CUIDADO PROPIO Y DE LOS DEMÁS. EN LAS PERSONAS QUE PARTICIPAN EN MENTALCHEFF SE DESPIERTA UN NUEVO INTERÉS, QUE LE REPERCUTE A ELLOS MISMOS Y A SU ENTORNO.

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

LA JORNADA SE LLEVA A CABO EN UNA SALA ABIERTA DEL HOSPITAL, EN SEMICÍRCULO, Y CON LA INTERACCIÓN DE LOS PARTICIPANTES DE FORMA DIRECTA.



ES UN ESPACIO DÓNDE LOS PROFESIONALES ABANDONAN EL ROL DEL MISMO Y SE UNEN A UN GRUPO DE COCINA: EL MENTALCHEFF

- » *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.*

LAS CAPACIDADES PARA LA VIDA DIARIA SE HAN MINUSVALORADO, Y UN PROYECTO DE VIDA SÓLIDO COMIENZA DESDE LOS CIMIENTOS. POR ESO, ES IMPRESCINDIBLE DARLE OTRO SENTIDO Y ES UNA EXPERIENCIA MOTIVADORA DE CAMBIO.

- » *Es una iniciativa creativa e innovadora.*

NO EXISTE UNA ACTIVIDAD IGUAL EN TODA ANDALUCÍA, Y ES LA CREATIVIDAD DE LOS PROFESIONALES Y DE LOS PACIENTES LO QUE HA TENIDO ÉXITO PARA CONSOLIDARSE EN II JORNADA MENTALCHEFF, Y POR SU PUESTO LA DISPOSICIÓN DEL COCINERO.

## ENLACES

MANDAMOS POR CORREO Y MENSAJERIA