



SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN I PREMIO CONTRA EL ESTIGMA

Si ha tenido dificultades para rellenar el formulario a través de la web, puede hacerlo en este documento y mandarlo cumplimentado a:

Escuela Andaluza de Salud Pública
Convocatoria de Premio *Mejor Iniciativa contra el estigma*
Secretaría de consultoría
Campus Universitario de Cartuja.
Cuesta del Observatorio, 4
Apdo Correos 2070 - 18080 Granada

TÍTULO

Compartiendo nuestras historias de vida: Clave para nuestra recuperación y eliminar el estigma.

RESPONSABLES

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

Responsable directo: Asociación Granadina de personas usuarias de salud mental Sapame (Salud Para La Mente) como promotora de la iniciativa aportando económicamente sus cuotas de socios/as tanto de personas usuarias como colaboradoras. COLABORADORES FAISEM que nos proporciona la infraestructura necesaria y un convenio económico que nos permite tener continuidad en el tiempo. A través de proyectos a los que nos presentamos para obtener recursos económicos enmarcados siempre dentro de nuestra iniciativa: Consejería de Salud, Igualdad y Bienestar Social y Gobernación y Justicia de la Junta de Andalucía. Diputación Provincial de Granada, Ayuntamiento de Granada, La Caixa y Caja Granada. La Escuela Andaluza de Salud Pública, La Fundación Escuela de Solidaridad, Activa Natura, Asociación Unión de las aguas termales de Santa Fe, Grupo 40 scouts de Granada.

RESUMEN

Explique de forma breve de QUÉ trata la iniciativa, A QUIÉN va dirigida, DÓNDE se realiza (local, provincial, municipio, barrio, centro de salud, educativo, etc...), CUÁNDO tuvo o tiene lugar, qué VALORACIÓN hacen de ella, si se ha evaluado, y en caso de tenerlos, aportar datos que lo ilustren.



Con frecuencia, las personas que sufrimos una enfermedad mental vemos asociada nuestra patología a una serie de aspectos negativos relacionados con el rol social al que quedamos relegados después del diagnóstico del T.M.G y con estilos de vida poco saludables como son: el sedentarismo, el aislamiento social, alimentación no saludable, tabaquismo... que contribuyen a fomentar el autoestigma y estigma social que nos rodea perjudicando así nuestra integración social, agravando nuestra salud mental y física cronificando el problema. Con el fin de contribuir a eliminar el estigma desde Sapame (asociación de personas usuarias de salud mental de Granada) llevamos a cabo desde el 2006 hasta la actualidad una iniciativa basada en el asociacionismo entre iguales y la ayuda mutua donde nos sentimos, reivindicamos y actuamos como actores principales de nuestras vidas; con capacidad de autonomía y decisión para la puesta en marcha de nuestro proceso de recuperación social entendido como: "La construcción de un proyecto vital con sentido y satisfacción para la persona". ACTUACIONES PARA LA RECUPERACION Y LA LUCHA CONTRA EL ESTIGMA Talleres impartidos, dirigidos y autogestionados por las personas usuarias para las personas usuarias como espacio de autorealización personal y participación (Informática, Pintura, Ayuda Mutua, Inglés, Lectura y Escritura, edición de la revista "Rosa de los Vientos"). Talleres impartidos por profesionales, demandados por las personas usuarias y basados en el modelo de recuperación (Psicoeducación, Habilidades Sociales, Crecimiento Personal y Desarrollo Emocional, Yoga, Alimentación Saludable, Práctica de deporte, Teatro y Expresión Corporal, Cultivo de Huerto Ecológico). Cursos en los que hemos participado: (Agentes de Ayuda Mutua, Formador de Formadores, Dinamización de asociaciones...) Grupos de Trabajo llevados a cabo por las personas usuarias: (Grupo de Derechos Humanos, Grupo de Visita a compañeros/as a las Unidades de Agudos). Autoorganización de Charlas, Actividades Culturales, Excursiones, Rutas de Senderismo, Viajes... donde invitamos a personas externas al colectivo, ya que sabemos que la mejor lucha contra el estigma y las falsas creencias es precisamente el contacto directo. Participación en Jornadas y Eventos. Algunos ejemplos: (Jornadas sobre Aspectos Éticos, Voluntades Antipadas, Derechos Humanos...) Además somos conscientes que nuestro proceso de recuperación forma parte de un todo más amplio que la propia persona afectada, por ello, esta iniciativa va dirigida: A personas con trastorno mental grave y personas de su entorno más cercano, profesionales de la salud mental, interlocutores sociales, instituciones y organismos oficiales y población en general. Para facilitar la integración social del colectivo así como posibilitar espacios de conocimiento y convivencia en la sociedad civil, que ayuden a eliminar el estigma que existe hacia nuestro colectivo. La iniciativa ha sido evaluada entre nuestro colectivo obteniendo los siguientes resultados de entre 250 personas: Un 75% está totalmente satisfecho. Un 20% está satisfecho. Un 3% está regular de satisfecho. Y solo un 2% no lo está.



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).

Trabajamos en red con todos los dispositivos de salud mental, Faisem, Bienestar social de la Diputación, Servicios Sociales del Ayuntamiento, Easp, Delegaciones de Salud, Bienestar, Gobernación...) enviándoles nuestras actividades. Asistimos cuando un dispositivo nos requiere para hablar con personas usuarias sobre nuestro proyecto y a las reuniones mensuales de la Comisión de Salud. Contamos con personas de la Fundación escuela de solidaridad, Activa Natura, Asociación Unión de las aguas termales de Santa Fe, Grupo de scout, familiares y entorno social cercano, para que se unan a nuestras actividades, ya que el contacto directo es la mejor herramienta de integración y lucha contra el estigma

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



La iniciativa de la que hablamos surgió del consenso entre todas las personas afectadas que formamos Sapame, para crear un espacio propio que nos diera voz en "Primera Persona". Nuestra Asociación nos presta un soporte jurídico, espacio de identidad y pertenencia a un colectivo que nos permite aunar fuerzas para defender nuestros derechos como ciudadanía, ser actores activos y referentes del modelo de asistencia socio-sanitaria que defendemos a través de nuestros representantes y en voz propia. Haciéndonos escuchar donde creemos necesario y donde se nos reclama (Jornadas, Encuentros, Eventos, Congresos, Instituciones, Dispositivos socio-sanitarios, Interlocutores sociales, Medios de Comunicación etc).

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

Cuando acogemos a una persona en nuestra asociación lo primero que tenemos en cuenta es el factor humano, nosotros somos ante todo personas, no somos ni un número ni un diagnóstico, como tantas veces nos han hecho sentir. Haciendo hincapié en que para recuperarnos tenemos que apreciarnos, respetarnos, aceptarnos, no estigmatizarnos ni permitir que los demás lo hagan, porque solo así podemos dirigir, controlar, elegir y determinar nuestro camino de recuperación, optimizando la autonomía, independencia y control de recursos con el fin de determinar nuestra propia vida.

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

Principalmente esta iniciativa lucha contra la falsa creencia que no podemos recuperarnos quedándonos relegadas a personas dependientes (emocionalmente, económicamente...) que ya no podremos tener una vida plena y con sentido, como espectadoras de nuestras vidas, controladas por aquellas que saben y nos dicen lo que tenemos que hacer, sin tener en cuenta; nuestras expectativas, aspiraciones, ilusiones, miedos, dificultades... Nosotros hemos experimentado que después del trastorno mental, existe la esperanza y podemos recuperarnos. Apoyándonos en nuestras fortalezas, podemos retomar los roles que han sido bloqueados en nuestras vidas y/o podemos comenzar nuevos roles (Ej., pareja, amigo/a, estudiante, empleado/a, padre, madre...)



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

Las personas que llegan a la asociación por primera vez, normalmente nos llegan derivadas de los dispositivos de salud mental, Faisem, la publicidad del escaparate, a través de nuestro blogs y un largo etc. Son acogidas por (personas usuarias con una trayectoria de recuperación) y tenemos con ellas una conversación de tu a tu, donde tienen la oportunidad de contarnos su experiencia vital con la enfermedad de forma libre y sin que se sientan interrogadas mediante la escucha activa por nuestra parte. A partir de ahí, las invitamos a formar parte del grupo, les apoyamos y acompañamos en su proceso de recuperación.

- 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 personas que llegan a la asociación por primera vez, normalmente nos llegan derivadas de los dispositivos de salud mental, Faisem, la publicidad del escaparate, a través de nuestro blogs y un largo etc. Son acogidas por (personas usuarias con una trayectoria de recuperación) y tenemos con ellas una conversación de tu a tu, donde tienen la oportunidad de contarnos su experiencia vital con la enfermedad de forma libre y sin que se sientan interrogadas mediante la escucha activa por nuestra parte. A partir de ahí, las invitamos a formar parte del grupo, les apoyamos y acompañamos en su proceso de recuperación.

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

Nuestra iniciativa está basada totalmente en el 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 a la evolución de los síntomas de la enfermedad. Además hacemos hincapié en que el factor decisivo es que la persona haya aprendido a (re)cobrar el control de su vida y ocupe un rol social valorado y activo.



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

Teniendo en cuenta, que según la OMS aproximadamente un 25% de la población mundial padece o se ve afectada en su vida por algún tipo de trastorno mental y que para el año 2020, los trastornos neurológico-psiquiátricos serán la causa más importante de discapacidad en la Unión Europea. Nuestra experiencia, el trabajo hecho y los logros conseguidos nos hacen plantearnos esta iniciativa como un proyecto de continuidad a largo plazo. Tampoco la concebimos como una actuación coyuntural con principio y fin. Sino como la creación y mantenimiento de sinergias necesarias para producir cambios mas profundos y estructurales en cuanto a la salud mental

X Es una iniciativa creativa e innovadora.

El elemento más creativo e innovador es la autogestión del propio colectivo como impulsores y creadores de esta iniciativa. Actuando a nivel de promoción de la salud mental, a nivel de integración y a nivel de lucha contra el estigma, con acciones dirigidas a recuperar el proyecto vital y personal de quienes tenemos problemas de salud mental grave con repercusiones sociales. Garantizado así, la atención social, reforzando las intervenciones y creando recursos específicos para nuestro colectivo en desventaja social y con una alta vulnerabilidad, ya que a nuestros problemas de salud se suma la carencia de apoyo social y el estigma.

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

Queremos destacar que la asociación Sapame fue la impulsora de una plataforma de Asociaciones de personas Usuarias de salud mental de Anadalucia. Materializandose esta iniciativa en 2010 como La Federeración Andaluza de Personas Usuarias de Salud Mental: "En Primera Persona" cuyo objetivo principal entre otros, es dar visibilidad a nuestro colectivo y lucha contra el estigma en primera persona.