



Congrés

**Activa't per la salut mental:**

**Més enllà del pilotatge**

22 i 23 de novembre de 2018 | [CosmoCaixa](#), Barcelona

## **Activa't per la salut mental: millora en la recuperació i apoderament de les persones i en la coordinació dels diferents serveis**

- El projecte, que s'emmarca en el Pla Integral d'Atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions, pretén aconseguir que persones amb problemes de salut mental i els seus familiars esdevinguin agents de salut actius en el seu procés de recuperació.
- El congrés, amb més de 400 assistents i un centenar de ponents, ha presentat els resultats avaluats de l'Activa't, que han mostrat millores en la recuperació de les persones i en l'experiència de cura de les famílies, participants en l'avaluació.
- S'han plantejat propostes de millora del model, que han de servir de base per a la seva implementació a tot el territori, amb l'exercici dels drets de la ciutadania i l'apoderament com a concepte clau en la recuperació i el model d'atenció comunitària en salut mental.
- El treball conjunt dels serveis de salut mental i les associacions del territori ha estat essencial, creant xarxa amb altres actors de la comunitat, així com el treball coordinat entre els departaments de Salut, Presidència i Treball, Afers Socials i Famílies.
- El projecte ha estat liderat la Federació Salut Mental Catalunya, la Generalitat de Catalunya i la Federació Veus, amb la implicació del Govern de la Generalitat, les 4 Diputacions, l'Ajuntament de Barcelona i la col·laboració de l'Obra Social "la Caixa", així com altres municipis.
- El projecte pilot, innovador a nivell internacional, ha comptat amb més de 4.600 persones beneficiàries, 21 associacions implicades, 150 professionals dels serveis públics de salut mental, més de 90 persones voluntàries, i 15 entitats finançadores, durant 4 anys en 12 territoris de Catalunya.

---

(Divendres 23 de novembre, Barcelona). Aquest matí s'ha presentat en roda de premsa el balanç del projecte **Activa't per la salut mental**, en el marc del [Congrés Activa't per la salut mental: Més enllà del pilotatge, resultats i propostes de futur](#), celebrat al CosmoCaixa el 22 i 23 de novembre. L'objectiu del congrés ha estat presentar els resultats del projecte Activa't i de les experiències pilot que s'han desenvolupat a Catalunya en els darrers 4 anys, amb implicació dels serveis de salut mental i les associacions dels territoris pilot.

L'objectiu del projecte ha estat aconseguir que les persones amb problemes de salut mental, o en risc de tenir-ne, i els seus familiars esdevinguin agents de salut actius en el seu procés de recuperació, millorar la seva qualitat de vida i enfortir la xarxa social i comunitària que fa possible aquest procés.

Així mateix, cal posar en valor el treball conjunt entre la xarxa social i la sanitària, que ha contribuït a promoure un nou enfocament en salut mental, apostant per la recuperació, posant a la persona al centre i treballant pel seu apoderament.

El projecte Activa't, en el marc del *Pla Integral d'Atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions*, ha funcionat durant quatre anys (2015-2018) com a fase pilot, que s'ha dut a terme en 14 municipis de Catalunya en coordinació amb els serveis de salut mental i entitats de persones amb problemes de salut mental i familiars, i els ajuntaments de cada territori

Activa't per la salut mental promou l'accés a la informació, la consciència dels drets i deures de la persona amb problemes de salut mental, el coneixement sobre el pronòstic i la seva evolució, ofereix estratègies de gestió quotidiana i eines que faciliten el procés de recuperació. Trencant així l'aïllament social que pateixen aquestes persones

El projecte s'ha articulat en un circuit que contempla :

1. Espai Situa't: servei d'informació i orientació especialitzat en salut mental dirigit a la ciutadania en general i específicament a persones amb problemes de salut mental i les seves famílies.
2. Psicoeducació: per a famílies (programa Proenfa) i persones amb problemes de salut mental greu (programa Klau de Re) desenvolupat per professionals dels serveis de salut mental.
3. Programa Prospect d'apoderament de la persona amb problemes de salut mental greu i de la família.
4. Grups d'Ajuda Mútua (GAM): espai de suport i acompanyament continuat entre iguals, per lluitar contra l'estigma i refer i/o enfortir la xarxa de suport social, així com per compartir estratègies de convivència amb els trastorns mentals. Existeixen GAM per a persones amb problemes de salut mental i GAM per a familiars. En ambdós casos, són les persones dins el mateix grup qui dinamitzen les trobades.

Durant els dos dies de **congrés**, que ha reunit a un centenar de ponents i més de **400 persones** de diferent procedència i implicació amb el projecte (associacions, professionals, famílies i persones amb experiència pròpia en salut mental i persones interessades), s'han treballat els diferents aspectes sobre la idoneïtat, l'aplicació, els beneficis a les persones, els resultats i les millores de cara a la seva implementació a tot el territori de Catalunya.

L'Activa't és un projecte innovador a nivell internacional, que aglutina diferents diverses bones practiques que ja han demostrat que funcionen, i les articula en un circuit integrat que, a més, és avaluat en la fase de pilotatge, abans de la seva implementació.

## **L'avaluació: l'Activa't té efectes positius en la recuperació de les persones i canvis en la percepció de càrrega de les famílies**

La **implementació i l'impacte** de l'Activa't per la salut mental ha estat avaluat per IVALUA, entitat experta en l'avaluació de polítiques públiques. És el primer cop que s'avalua a Europa un projecte d'aquestes dimensions de múltiples variables: recuperació personal, càrrega de cura del familiar referent, suport social i, finalment, ús de recursos sanitaris. Això ha permès identificar millores per la implementació del projecte Activa't.

De **l'avaluació de la implementació** se n'extreuen propostes i recomanacions que permetran millorar el programa Activa't, com per exemple, fer-lo més flexible i adaptat a les necessitats de les persones usuàries, ampliar o reduir determinats continguts, o propostes per aconseguir un millor nivell participació dels assistents i reduir la taxa d'abandonaments.

**L'avaluació de l'impacte** s'ha portat a terme comparant el grup de la intervenció (participant al circuit) i el grup de comparació (que s'ha mantingut al marge de la intervenció mentre es realitzava l'avaluació), després d'una aleatorització. Hi han participat 448 persones de 12 territoris de Catalunya, de 224 unitats familiars (integrades per persona amb trastorn mental sever –TMS- i familiar de referència).

Ambdues avaluacions han permès identificar fortaleses i punts de millora de l'Activa't de cara a futures edicions del programa. Els resultats indiquen que **la participació a l'Activa't té efectes positius en la recuperació de les persones amb un diagnòstic de TMS, els quals mostren avenços en el seu procés de recuperació.**

**Pel que fa als familiars participants al programa, tenen una percepció més positiva de l'experiència de cura, tant la seva pròpia com la de la resta de la família.** “Moltes famílies ens diuen que els ha canviat la vida, no entenen per que no se'ls havia ofert abans aquest tipus de iniciatives”.

Marisol Gracia, Participant a l'Activa't per la salut mental, Facilitadora de Prospect i voluntària a l'associació AFEM de Nou Barris: “Vaig tenir la sort de participar en una formació psicoeducativa abans de conèixer l'Activa't. Estava convençuda que era un protocol per a tothom, però em vaig adonar que no. Ara veig que m'havia tocat la loteria. És el valor de l'Activa't, que dona eines a les famílies. Que no falli mai i que arribi a tothom”.

Arturo Beltran, participant a l'Activa't per la salut mental, soci de l'Associació La Muralla, activista d'Obertament i facilitador de Prospect: “Conèixer el Klau de Re m'ha ajudat a apoderar-me, conèixer perquè estava malament i m'ha donat eines per sortir-me'n. Ara sóc facilitador de Prospect, faig d'activista, presentacions i participo en taules rodones”.

De totes les variables estudiades, hi ha algunes en les que no s'ha observat diferències. Els informes de resultats de l'avaluació, estaran disponibles properament al web d'IVALUA [www.ivalua.cat](http://www.ivalua.cat) i al web del projecte [www.activatperlasalutmental.org](http://www.activatperlasalutmental.org).

També s'han avaluat altres parts del circuit, com l'**Espai Situa't**, que va ser avaluat per **Dep Institut**, amb una valoració global dels usuaris d'un 9,2, i destacant aspectes com el treball en xarxa que fa amb altres entitats, l'accessibilitat del servei i facilitat d'ubicació, la proximitat, l'acompanyament de les persones dins el seu entorn, la utilitat de la informació i eines rebudes, entre d'altres.

## El futur de l'Activa't

Donats els resultats positius que es desprenen tant de l'avaluació com del pilotatge de l'Activa't per la salut mental, s'estudiarà des dels diferents departaments de la Generalitat la manera d'estendre el projecte a tot el territori de Catalunya.

Les conclusions del congrés es difondran properament en una publicació que resumirà les presentacions, reflexions i conclusions, i permetrà introduir les millores oportunes en l'Activa't abans d'estendre'l a la resta del territori.

## Més de 4.000 demandes d'informació i més de 4.630 participants

Els impulsors i els protagonistes de l'*Activa't per la salut mental* han explicat la feina feta en aquests 4 anys de recorregut, en els quals s'ha destacat alguns dels reptes assolits. L'objectiu establert a l'inici era arribar a les 1.700 demandes i els 1.300 participants. A la data de finalització del pilotatge, el projecte ja suma **4.630 persones beneficiàries**, més de **4.000 demandes d'informació** i assessorament ateses arreu de Catalunya i més de **2.000 participants en formacions i Grups d'Ajuda Mútua** de persones amb problemes de salut mental, familiars i també professionals

L'Activa't, a més, ha estat impulsor i promotor de grups de suport mutu, suport entre iguals, un aspecte cabdal per a generar suports informals i millorar les estratègies d'afrontament de les persones i les famílies, i vincular-les a entitats de la societat civil del territori.

Els 15 punts d'atenció, establerts a 14 municipis, i tot el circuit d'apoderament està implantat a totes les demarcacions de Catalunya en col·laboració de les associacions de persones amb problemes de salut mental i familiars, els serveis de salut mental, les regions sanitàries del CatSalut i nombrosos ajuntaments, sense els quals el projecte no hagués estat possible. En molts territoris, a més, s'ha trobat la complicitat i coordinació d'altres agents rellevants com ara els Centres d'Atenció Primària, els Serveis Socials, equipaments de treball, oci, joventut o culturals, així com amb centres penitenciaris i equips de justícia juvenil.

Els 14 municipis que compten amb Espai Situa't són: Amposta, Barcelona (Nou Barris i Serveis Centrals), Girona, Granollers, Igualada, La Garriga, Lleida, Manresa, Sabadell, Sant Boi de Llobregat, Santa Coloma de Gramenet, Tarragona, Tortosa i Vilanova i la Geltrú.

## El projecte també posa eines per a la recuperació a l'abast de tothom

Més enllà del desenvolupament del circuit, s'han elaborant i actualitzat materials per a les formacions (manuales per als professionals i voluntaris, anàlisi de necessitats, anàlisi documentals, guies...). Es va crear un *comitè d'experts per experiència* format per persones amb problemes de salut mental, familiars i professionals que van elaborar diferents eines d'informació: fulletons sobre com aprofitar millor la consulta, o com acompanyar millor en salut mental, continguts per al web [activatperlasalutmental.org](http://activatperlasalutmental.org), i la col·lecció de càpsules audiovisuals testimonials "**Veus com la teva**", un conjunt de 8 vídeos que mostren les vivències de persones que volen compartir la seva experiència i els seus reptes dels problemes de salut mental.

Entre els propers passos que proposen els impulsors del projecte hi ha la idea de fer les formacions *on-line*, obrir noves activitats per arribar a les famílies amb infants i joves amb problemes de salut mental, ampliar i donar més suport a la formació de voluntaris.

### **Per a més informació i entrevistes:**

Lydia Santín, premsa Federació Salut Mental Catalunya  
[comunicacio@activatperlasalutmental.org](mailto:comunicacio@activatperlasalutmental.org) - 657 747 595

Més informació a: [activatperlasalutmental.org](http://activatperlasalutmental.org) | [Web del congrés](#) | [Programa del congrés](#)

### **TESTIMONIS**

L'*Activa't per la salut mental* posa a la vostra disposició **portaveus per a entrevistes, tant de professionals com de participants en el projecte.**

---

**Federació Salut Mental Catalunya** va ser creada al 1996 per unir els esforços de les associacions que ja existien a Catalunya. Actualment, la Federació aglutina més de 60 entitats de tot Catalunya de persones amb problemes de salut mental, familiars i amics. Dóna serveis a les entitats federades, a la població en general, treballa per a la inclusió social i la defensa dels drets de les persones amb trastorns mentals, i per la millora de les polítiques públiques dirigides a aquest col·lectiu. [www.salutmental.org](http://www.salutmental.org)

---

**Veus (Federació Catalana d'Entitats de Salut Mental en 1a persona)** va ser creada al 2014 per aplegar el teixit associatiu de persones amb trastorn mental del nostre país. Som associacions creades i dirigides per les pròpies persones diagnosticades d'un problema de salut mental unides per promoure i enfortir el moviment associatiu en 1a persona, per la defensa dels nostres drets i per què la veu del nostre col·lectiu tingui influència en les polítiques públiques. [www.veus.cat](http://www.veus.cat)

---