

## Más de 6.000 personas con enfermedad mental han participado ya en el programa Vivir Salud-Hable-Mente

Enmarcada en la campaña *Toda una Vida para Mejorar*, es una iniciativa de Lilly con el aval de FEAFES y de la Sociedad Española de Psiquiatría

- Enseña hábitos de vida saludables a pacientes con enfermedad mental.
- El 60% de los participantes encuestados ha conseguido mantener o reducir su peso y el 34,6% ha experimentado un aumento en su motivación.
- Se celebra en Madrid la primera reunión de instructores, con la participación de más de 70 enfermeros, psicólogos y trabajadores sociales.

Madrid, 28 de mayo de 2009.- Un total de 6.075 personas con enfermedad mental grave han participado en el programa "Vivir Salud-Hable-Mente" desde su comienzo en 2006. Esta iniciativa, puesta en marcha por Lilly, con el aval de FEAFES y de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), incide en la importancia de los hábitos de vida saludables a través de las pautas de alimentación, actividad física y autoestima de los pacientes. Desde los últimos datos de noviembre, más de 1.000 personas se han adherido al programa.

"Vivir Salud-Hable-Mente" se ha desarrollado ya en 314 centros de toda España. Está enfocado a tres áreas: alimentación, ejercicio y autoestima, y se imparte en grupos, dirigidos por un instructor que puede ser un enfermero de salud mental, un psicólogo o un trabajador social.

Para el Dr. Jerónimo Saiz, Presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría, "un programa como Vivir Salud-Hable-Mente, que pretende modificar los hábitos de vida como la alimentación, el ejercicio físico y los cuidados de salud, es una iniciativa muy positiva e importante. El concepto de enfermedad mental no se limita en exclusiva a la faceta mental, sino que las personas afectas por este tipo de trastornos ven también perjudicada su salud física, tienen una supervivencia más limitada, así como una menor calidad de vida. Vivir Salud-Hable-Mente es un programa bien diseñado, eficiente y apropiado para los destinatarios".

"También me gustaría destacar la implicación de los profesionales de la enfermería", continuó el Dr. Saiz. "Como en otras ocasiones, los enfermeros han demostrado ser la persona más cercana y más capacitada para intervenir tanto en la parte física del programa, como en la modificación de los hábitos y la psicoeducación, demostrando de nuevo hasta qué punto la tarea de estos equipos es insustituible."

Para el movimiento asociativo FEAFES, el programa tiene un gran beneficio en las personas con enfermedad mental que participan en el mismo, y por tanto también en sus familias. "Desde el movimiento asociativo se ha constatado la necesidad de dedicar una especial atención a la salud física de las personas con enfermedad mental. El programa Vivir Salud-Hable-Mente es un instrumento válido para sentar las bases de un trabajo que se ha de desarrollar de forma transversal y para mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias", afirmó Patricia Quintanilla, de FEAFES-Castilla y León. "Hay que tener en cuenta que el hecho de que sentirse bien físicamente repercute positivamente en todos los aspectos relacionados con el tratamiento, la rehabilitación y la integración social y laboral".

"Cada vez somos más conscientes de nuestro compromiso para mejorar no sólo la enfermedad mental, sino la salud general de los pacientes", señaló la Dra. Inmaculada Gilaberte, gerente médico de Lilly en Neurociencias. "El objetivo de Vivir Salud-Hable-Mente es ayudar a las personas con enfermedad mental grave para que a través de la formación en hábitos alimentarios saludables y aumentando su actividad física puedan mejorar su calidad de vida y también su salud".

### Resultados positivos del programa

Los resultados de una encuesta realizada a 1.232 participantes y 129 instructores confirman que participar en programas psicoeducativos como los que componen "Vivir Salud-Hable-Mente" logra una mejora en la calidad de vida de las personas con enfermedad mental grave.

Según estos resultados, más del 60% de los participantes ha conseguido no aumentar de peso, de los cuales alrededor del 42% no sólo no lo han aumentado, sino que han conseguido reducirlo. Además, más de la mitad de los participantes (51,8%) ha conseguido cambiar sus costumbres alimentarias, frente a un 26,4% que no lo han hecho. También, el programa ha demostrado que logra mejorar la autoestima de los pacientes, aumentando la motivación del 34,6% los participantes, mientras que el 32% ha conseguido mejorar su confianza. También se ha experimentado un aumento de la relación social (18%) y una reducción de la ansiedad (18%) en un buen número de participantes.

Por otro lado, los instructores también valoran muy positivamente esta iniciativa, ya que el 99% considera que ayuda a mejorar la calidad de vida del paciente, mientras que un 96% considera que aumenta la autoestima del paciente. Igualmente, más del 97% de los instructores encuestados considera que el programa mejora la relación terapéutica con los pacientes.

Presentación de novedades y talleres prácticos

"Vivir Salud-Hable-Mente" celebra su primera reunión de instructores en Madrid, una jornada que reúne a 70 enfermeros, psicólogos y trabajadores sociales que conocerán de primera mano las novedades del programa y exponer sus propias experiencias prácticas con el mismo. Además, tendrán la posibilidad de participar en diversos talleres impartidos por especialistas.

Entre las novedades que se van a presentar se encuentra la nueva web: [www.vivirsaludhablemente.com](http://www.vivirsaludhablemente.com), en la que podrán encontrar información en abierto para apoyar de manera especial a los familiares de los pacientes que se encuentren integrados en el programa. De este modo, se les facilitará una serie de consejos sobre las tres áreas que abarca el programa, tales como diez reglas de oro de la alimentación y el ejercicio o ejercicios de mejora de habilidades cognitivas.

Además, los asistentes participarán en dos talleres prácticos: uno de alimentación, dirigido por el prestigioso chef Salvador Gallego, en el que aprenderán distintas técnicas y trucos de alimentación para sus sesiones prácticas; y otro de musicoterapia, en la que tendrán la oportunidad de conocer los beneficios que esta técnica tiene en las enfermedades mentales, experimentando de primera mano qué se siente durante una sesión.

### Toda una Vida para Mejorar

Desde 2006, Lilly colabora con la Confederación Española de Agrupaciones de familiares y personas con enfermedad mental (FEAFES) y con la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP) para concienciar y sensibilizar a la sociedad de la importancia de la funcionalidad y de la integración para la vida de las personas con esquizofrenia, trastorno bipolar y demás enfermedades mentales graves, y para sus familias. Toda una Vida para Mejorar ofrece un enfoque multidisciplinar novedoso y se articula a través del proyecto "Vivir Salud-Hable-Mente".

Otra parte destacada de Toda una Vida para Mejorar son los premios anuales, del mismo nombre, que reconocen la labor desarrollada en apoyo de los pacientes y familiares en categorías de medios de comunicación y de asociaciones de pacientes.

### Sobre Lilly

Lilly, una compañía líder en innovación, está desarrollando una creciente cartera de productos farmacéuticos primeros y mejores en su clase mediante la aplicación las últimas novedades científicas en sus laboratorios de todo el mundo y de su colaboración con diferentes organizaciones científicas de reconocido prestigio. Con su central en Indianápolis, Indiana (Estados Unidos), Lilly proporciona respuestas –a través de medicamentos e información– a algunas de las necesidades médicas más urgentes del mundo actual.

Para más información visite [www.lilly.es](http://www.lilly.es).

28-05-2009