

LAS JORNADAS QUE ABORDAN EL EMPODERAMIENTO

Castilla y León acoge sus jornadas Prospect



CERCA DE 50 PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL, FAMILIARES Y PROFESIONALES HAN CELEBRADO EN VALLADOLID LAS JORNADAS PROSPECT SOBRE "EMPODERAMIENTO" DE AFECTADOS POR TRASTORNOS MENTALES GRAVES Y SUS ALLEGADOS.

La singularidad de Prospect, programa promovido desde la Federación Europea de Familiares de Personas con Enfermedad Mental (EUFAMI) y que ya ha celebrado seis convocatorias en España, es que los participantes reciben la formación divididos en tres grupos: usuarios, familiares y profesionales, y cada formador pertenece a su propio grupo de iguales. Es decir, las personas afectadas dirigen las sesiones de personas con enfermedad, los familiares de los familiares, y los profesionales de los profesionales.

El "empoderamiento" supone ayudar tanto a las personas afectadas por una enfermedad mental como a sus allegados y cuidadores a encontrar por sí mismos los recursos y herramientas necesarios

para hacer frente y dirigir su propia vida desde todos los ámbitos posibles.

La filosofía que impregna este programa es romper el círculo de aislamiento social de las personas afectadas por la enfermedad mental grave, despertando las habilidades esenciales para saber convivir con la patología y recuperar la calidad de vida.

En el caso de la capital vallisoletana participaron alumnos de diez entidades distintas de Burgos, León, Palencia, Salamanca, Segovia, Zamora y Valladolid, y facilitadores de la Confederación FEAFES, de AVIFES y de EGUNABAR de País Vasco, de AFESA-Asturias-FEAFES, de APICES-Cartagena y de APAFENES de Cáceres.

Durante las jornadas formativas, los asistentes realizaron sesiones grupales en





las que se trabajó el fortalecimiento y la autonomía, una nueva visión de las personas con enfermedad mental, en el grupo de afectados; el concepto de ciudadanía y el papel del profesional como capacitador, en el de técnicos, o la identificación del estrés, las habilidades para el manejo activo de situaciones o el establecimiento de metas, en el caso del grupo de familias, así como un módulo común en el que se abordó la comunicación: barreras y puentes para poder superar los obstáculos.

Todos los participantes
calificaron
la experiencia
de "enriquecedora
y provechosa"

La evaluación de las Jornadas ha sido muy positiva y muy valorada por todos los participantes, que calificaron la experiencia de "enriquecedora y provechosa". En el grupo de afectados por una enfermedad mental se destacó en las conclusiones la importancia de la unión en el colectivo, de la información o de la normalización en todas las facetas vitales.

En el grupo de familia, se abordó desde múltiples enfoques la necesidad de facilitar la autonomía, la actividad, la autoestima y el tratamiento más adecuado; mientras que entre los profesionales se inició el curso con una reflexión acerca de los prejuicios, el proceso de "etiquetamiento" y la tendencia inconsciente de hacer que los usuarios "asuman nuestros objetivos y expectativas como propios".

El programa Prospect ha celebrado además una sesión del módulo común en el

Valentía y optimismo para una vida más digna

El curso celebrado en Valladolid ha sido una oportunidad para que, tanto personas con enfermedad mental (usuarios), familiares y amigos, como profesionales participásemos juntos, ofreciendo nuestros puntos de vista, ofreciendo opiniones y sugerencias, analizando causas de las todavía carencias que existen en nuestro colectivo, aportando posibles soluciones que pueden llevarse a cabo. En definitiva, una idea o propuesta que entiende que la participación de todos puede facilitar el hecho de que nosotros mismos, que en definitiva somos los más directamente afectados, podamos decir lo que pensamos y pasar a la acción con nuestra participación.

En lo que se refiere a las cuestiones administrativas, todavía quedan cosas por hacer en prevención, pues tratándose de una cuestión de salud tan importante es primordial la información a la población en general, como lo es así mismo una atención adecuada a cada enfermo y nuestra integración en la sociedad. Pero esto no es posible sin unos recursos económicos que, a la vista está, son escasos para la magnitud del problema. Unos recursos que pueden facilitar una mayor coordinación entre las propias administraciones, y entre éstas y los servicios de salud mental, asociaciones, etc...

Una ayuda a domicilio o una atención inmediata son muy importantes, y el que

haya más y mejores profesionales y centros de salud mental pueden proporcionarnos una mejor atención, tanto a nosotros como a nuestros familiares. También los programas de formación, que permitan un mejor acceso a los estudios o un acercamiento o un paso al mundo laboral, nos pueden llevar a una mayor independencia y a la integración.

Pero no tenemos que olvidarnos del entorno más cercano: la familia, amigos, etc.. Pues este entorno, nuestro entorno, puede facilitar aún más, si cabe nuestra recuperación. Es importante que este entorno nos transmita tranquilidad y que tenga paciencia, aunque sabemos que no es tan fácil y, por supuesto, eliminar los tabúes y los estigmas, el miedo al qué dirán. Desde luego, la recuperación no implica la curación, sino el hecho de hacer cosas que antes se hacían habitualmente con normalidad.

Pues bien, queridos compañeros, esta recuperación, incluso la curación, puede venir, en la medida que sea posible, de nosotros mismos y para eso hay que hacer un esfuerzo y ser conscientes de que podemos hacer cosas meritorias.

Con valentía y aceptando con el mayor optimismo posible lo que nos toca vivir podemos hacer que la vida de cada uno de nosotros sea más digna. ■

Marcelino Vicente Muñumer

Congreso de Rehabilitación en Psiquiatría que ha tenido lugar recientemente en Bilbao y está prevista una nueva edición completa también en la capital vizcaína

para el mes de enero de 2007, organizado por la Federación de Euskadi de Asociaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental (FEDEAFES). ■

