

Parlem amb Hèctor Sió, coordinador d'inserció comunitària del Grup CHM Salut Mental, per conèixer quin és la tasca que realitza l'entitat per tal de promoure la salut mental de les persones i lluitar contra els estigmes.

### **1. Quina és la missió de la vostra entitat?**

La nostra missió és atendre a les persones amb alguna experiència de malaltia mental des d'una perspectiva de salut mental comunitària. Fomentem una atenció a la salut mental tant des de la prevenció fins al tractament sanitari, aspectes socials o la incorporació laboral.

### **2. Que implica l'atenció des d'una perspectiva de salut mental comunitària?**

Tenir una concepció de salut on totes les relacions socials i la inclusió a la comunitat estiguin presents. No entenem una idea de salut mental en una persona que no estigui integrada en la societat, no només pel que fa a les relacions socials sinó també a les relacions amb l'entorn i els recursos comunitaris. Al final el que pretenem és que totes les persones a les quals atenem puguin exercir la seva condició de ciutadà amb les mateixes possibilitats que la resta.

### **3. La societat segueix tenint molts prejudicis sobre els trastorns mentals?**

Que hi ha problemes d'estigma sobre aquestes malalties no ho podem negar. Tot i així, veiem que amb els agents del territori cada vegada és més fàcil poder col·laborar. La nostra funció és poder acostar-nos a qualsevol altra entitat o espai comunitari per trencar aquests prejudicis i idees preconcebudes que moltes vegades són falses. No podem oblidar que hi ha molta feina per fer i molt desconeixement de la malaltia mental. Sembla que no vulguem ser conscients que és una experiència que, en el transcurs de la nostra vida, podem experimentar amb major o menor grau. A banda, la cultura del llenguatge ens influeix moltíssim. Utilitzem molt lliurement algunes expressions o adjectius dia a dia que accentuen aquest distanciament.

### **4. Quin paper juguen els mitjans en la creació o promoció d'aquests estigmes?**

Tenen un paper gairebé fonamental. Quan estem davant d'alguna notícia de gran impacte, d'una desgràcia, si hi ha algun element que determina que aquella persona pot tenir algun tipus de problema de salut mental això sempre surt en portada. Per exemple, mai sabrem si una persona amb diabetis ha assassinat a la seva dona, en canvi, si aquella persona patia una esquizofrènia sí que se'n faran ressò i establiran una relació. Hi ha un abús per part dels mitjans d'etiquetar les persones. Des de les entitats que treballem en persones amb malaltia mental lluitem contra això.

### **5. En quins àmbits de la vida quotidiana trobeu més dificultats?**

Les dificultats que poden tenir les persones amb malaltia mental són les mateixes que poden tenir la població general. És cert que moltes vegades es veuen accentuades per les mateixes dificultats que deriven de la malaltia o pels prejudicis que hi poden haver sobre aquest col·lectiu. Hem de tenir en compte que les persones amb malaltia mental són totalment diverses, no hi ha cap perfil, i per tant no totes tenen els mateixos impediments. A nivell d'institucions o d'entitats cada vegada veiem més ganes de col·laborar amb entitats com la nostra i caminar junts per lluitar pels drets d'aquestes persones.

### **6. Quines són les principals necessitats que tenen les vostres persones usuàries?**

A banda dels problemes psiquiàtrics o de la simptomatologia de cada patologia, una de les principals dificultats a la qual s'enfronten és l'aïllament social i relacional. Per això des del nostre Grup destaquem molt el paper de la comunitat, ja que tots som persones socials i la malaltia mental en molts casos el que fa és reduir la xarxa relacional de les persones i la seva participació i interacció a la comunitat. Perdre aquesta interacció provoca que no puguem parlar de salut mental.

### **7. Com s'aconsegueix tornar a crear aquesta xarxa social?**

Els nostres serveis tenen una vessant molt comunitària. Fem moltes activitats que impliquen molts agents de la

societat i no tan sols les fem a les nostres instal·lacions sinó que intentem externalitzar-ho en centres cívics per tal que puguin conèixer nous entorns i s'arrelin al territori. També treballem de manera més directe i personal les habilitats socials de cada persona i intentem capacitar-los amb les capacitats necessàries per tornar al que tenien abans. No tindria sentit traçar un pla de rehabilitació sense tenir en compte la part més humana, el vessant més social.

#### **8. Què significa el voluntariat per una entitat com la vostra?**

El voluntariat és una part més d'aquesta part de ciutadà que volem fomentar. Catalunya té una tradició molt ampla amb els temes de voluntariat i des del grup CHM creiem que les persones amb algun problema de salut mental, tot i poder tenir algun tipus de dificultat, també tenen molt a oferir a la resta de la societat. A través del nostre programa de voluntariat "Mans i Temps" volem potenciar aquest valor de la solidaritat i donar-los una via més perquè puguin sentir-se realitzats i empoderats per seguir endavant.

#### **9. Quin és l'objectiu principal del programa "Mans i Temps"?**

Amb aquesta iniciativa pretenem fomentar l'acció voluntària de la població a la qual atenem. La nostra principal prioritat és que els nostres usuaris puguin exercir accions de voluntariat, tot i que també comptem amb voluntariat extern. Una manera d'ocupar el temps de manera significativa és realitzant una tasca de voluntariat per això, pretenem donar sentit a aquest temps que moltes persones amb malaltia mental no poden ocupar sigui perquè no tenen feina o per qualsevol motiu personal. Tots podem aportar un valor a la societat.

#### **10. Quin és el principal repte de "MiT"?**

El gran repte del programa és poder transmetre el missatge de què tothom pot aportar alguna cosa positiva a la societat i que tenen la potencialitat de ser d'ajut i aportar valor. És un programa per fomentar l'ajuda mútua entre les persones, en format de voluntariat o acompanyant algú puntualment a fer una activitat o un encàrrec. A més, volem que això també s'entengui fora de la nostra entitat i que la societat acabi interioritzant que les persones amb salut mental tenen els mateixos drets.