

VOLUNTARIOS ASOCIACIÓN CÁNTABRA PRO SALUD MENTAL



Ascasam desarrolla en Colindres y Santander sus sesiones del programa de promoción de la autonomía personal. :: MARÍA GIL

Más autónomos, más fuertes

Ascasam desarrolla en Colindres un programa para la promoción de la autonomía en personas con problemas de salud mental

:: MADA MARTÍNEZ

Sheila toma la palabra: «Somos personas con problemas, sí, pero esto no tiene que ser tabú. Muchas personas con nuestros problemas tienen estudios, una carrera. Hay que romper el estereotipo de que no servimos (a la sociedad)». Algunos compañeros asienten. Entre todos forman un círculo y así, orbitando en torno al tutor, a hojas y bolígrafos, y a sus asuntos y a sus necesidades, enfrentan las sesiones que Ascasam desarrolla en la Casa de la Juventud de Colindres.

Las sesiones forman parte del 'Programa de Promoción de la Autonomía Personal', un proyecto anual e ininterrumpido al que acuden personas con problemas de salud mental grave o severo, que precisan un

empujón para su funcionamiento psicosocial y su integración. En Colindres reúne a once personas que se hacen aquí más fuertes, un poco más hábiles, mucho más autónomas. Son un grupo heterogéneo. Ocupar el tiempo es importante, recalca Serafín. «En casa la cabeza es un bombo. Aquí estás con otras personas, haces actividades». Justo hoy tienen un taller de memoria entre manos. En una de las paredes se proyectan diapositivas con escenas y diálogos; al cabo de un rato, entre todos tratan de recordar los detalles con la ayuda del psicólogo Gustavo Ayesa Arriola, que dirige las actividades los lunes (su compañera Sara Fernández Ruiz lo hace los jueves). Otros días forman palabras a partir de sílabas aleatorias; o trabajan en las cocinas de la Casa y practican con recetas de pizza, empanadillas o pimientos rellenos, o se afanan en la identificación de emociones: qué es la tristeza, por ejemplo, cómo comunicarla, qué reacciones implica. También se organizan salidas al exterior: caminatas, una parrillada en Berria, excursiones al Parlamento de Cantabria. El usuario José Antonio recuerda la magnífica marmita de la que dieron cuenta este verano.

LA FICHA

► **Programa:** Promoción de la Autonomía Personal de Ascasam. Se realiza en Santander y en Colindres. La Caixa lo subvenciona con 9.370 euros. Beneficiarios directos: 40 personas.

► **Objetivo:** Proporcionar los apoyos necesarios para que recuperen el máximo grado de autonomía, mejoren su funcionamiento psicosocial y la integración.

► **Requisitos.** Estar en proceso de solicitud del reconocimiento en Dependencia o trámite sociosanitario, y en lista de espera para acceso a un dispositivo de atención diurna. Estar atendidos y ser derivados desde los Servicios de Salud Mental o Servicios Sociales.



Obra Social "la Caixa"

Hoy está en el aula la psicóloga Belén Diez Carral, que coordina el programa en Colindres (el programa también se desarrolla en Santander). Belén se sienta entre los usuarios, pregunta cómo les va en casa, en clase, felicita a Laura por su 38 cumpleaños. Laura ha traído bombones para sus compañeros. «Es un programa voluntario, pero se ve mucha motivación. Muchos usuarios se desplazan desde otros municipios. Es un grupo heterogéneo, pero han conectado entre ellos». Ascasam puso en marcha el proyecto en Colindres el pasado año. ¿Por qué? La asociación quería paliar una situación de desatención en la zona oriental con un programa que ya estaba dando grandes resultados en Santander y que, además, avala el Plan de Salud Mental de Cantabria. «La puesta en marcha vino motivada por la necesidad de atención que precisaban las personas con problemas de salud mental de la zona oriental que, pese a tener en muchos casos reconocido un grado de discapacidad igual o superior al 65%, y haber obtenido el reconocimiento de la situación de dependencia no pueden acceder al Centro de Rehabilitación Psicosocial que gestiona la entidad, por es-

tar ocupadas todas las plazas y existir una amplia lista de espera. En la zona oriental no existía hasta mayo un programa de estas características, pero en Santander se había implantado desde 2013 y contaba con una experiencia muy positiva». En Ascasam preocupaba la ausencia de recursos al este de la región. «La realidad que se vive en la zona oriental de Cantabria impera y nos preocupa por la ausencia de más recursos de atención. Las plazas del CRPS de Colindres están completas y supone que un amplio número de personas con problemas de salud mental, de no recibir la atención que se plantea en este programa, se verán abocados al aislamiento, la exclusión y a un más que previsible empeoramiento de su enfermedad».

Así que se armó este proyecto. Pequeñas actividades que dan grandes resultados. «En salud mental, la prevención e intervención precoz es fundamental para una buena evolución de la enfermedad. Un programa de estas características puede contribuir a que mejoren esos aspectos».

Sheila da otra de las claves del éxito. «Nos echamos unas risas, y nos contamos nuestras cosas».