HOSPITAL DE LA SANTA CREU I SANT PAU
UNIVERSITAT AUTÒNOMA DE BARCELONA

Comunicació Corporativa
Tel 93 553 78 30
Fax 93 556 55 49
comunicacio@santpau.es

NOTA DE PRENSA
10 de octubre de 2018

Día mundial de la Salud Mental

Sant Pau pone en marcha, por primera vez en el España, un programa de ayuda mutua entre personas ingresadas en la Unidad de agudos de Psiquiatría del Hospital y personas con trastorno mental que han pasado por la misma experiencia

El programa consiste en la formación de grupos de diálogo entre los pacientes ingresados en la Unidad de agudos de Psiquiatría del Hospital y personas que conviven con trastorno mental fuera del entorno hospitalario

Los conductores de los grupos ofrecen su experiencia en el proceso de recuperación después de un ingreso hospitalario, compartiendo con los pacientes actualmente ingresados las mociones que puedan surgir durante este periodo

El mensaje clave que aportan los conductores a los pacientes ingresados es esperanza y confianza en la recuperación y al mismo tiempo ayuda para superar el estigma de la enfermedad mental

Los tests que pasan los pacientes ingresados después de participar en los grupos muestran una reducción del miedo ante la enfermedad mental y un cambio positivo en su actitud frente la enfermedad mental

El proyecto será el modelo que implantarán otros centros en Cataluña

Esta experiencia es fruto de la colaboración entre Sant Pau y Activament Catalunya Associació, colectivo activo de personas con experiencia en trastorno mental

Web de interés: www.activament.org

Barcelona, 10 de octubre de 2018. - Fruto de los proyectos iniciados el 2016 entre San Pablo y las asociaciones Federació Veus y Activament, que rediseñaron, en una primera fase, los espacios comunes de la Unidad de agudos de Psiquiatría del Hospital de Sant Pau y posteriormente organizaron un huerto terapéutico en el patio de la Unidad, en septiembre de 2016 se inició una experiencia piloto consistente en la implementación de un Grupo de Ayuda Mutua (los primeros viernes de cada mes) conducido por personas vinculadas al activismo en Salud mental y con experiencia propia en el trastorno mental. El proyecto se enmarca en las líneas estratégicas del Plan Director de Salud Mental y Adicciones que apuesta por la creación de grupos similares en toda Cataluña.

La experiencia ha sido medida en base a una encuesta test-retest que mide los cambios sobre la actitud de las personas ingresadas frente al trastorno mental y el estigma social que conlleva. Este test muestra una reducción del miedo ante la enfermedad mental y un cambio positivo en su actitud hacia la enfermedad mental.

La alta aceptación que tuvo el grupo de ayuda mutua entre las personas ingresadas en la Unidad de agudos de Psiquiatría de Sant Pau y los buenos resultados, antes mencionados, generó la confianza necesaria entre los profesionales asistenciales de la Unidad para permitir un buen funcionamiento de esta nueva experiencia.

Cómo funciona el grupo de ayuda mutua en Sant Pau

El grupo no tiene guión dado que cada día es diferente, ya que las personas ingresadas pueden ser otras y / o haber evolucionado en su proceso. Se puede hablar de cualquier tema.

El hecho de que personas que hayan pasado por el mismo proceso que los que están ingresados sean los que den esperanza y, de alguna manera, sean un modelo de recuperación, es la clave para transmitir este cambio de actitud positivo en el paciente de la Unidad .

Una experiencia en primera persona

Rosa M. García es la presidenta de Activament Catalunya Associació y conduce con Marta Díez, coordinadora del Equipo de Sensibilización Comunitaria en Activament Catalunya Associació, el Grupo de ayuda mutua que se organiza en la Unidad de agudos de Psiquiatría de Sant Pau, cada primer viernes de mes, con el apoyo de los profesionales asistenciales. Rosa y Marta hablan desde su experiencia personal, dado que ambas conviven con la enfermedad mental desde hace años y saben que significa estar ingresado en una unidad de agudos.

El trabajo de Rosa y Marta se centra en intentar transmitir esperanza y experiencias positivas. También quieren transmitir que se puede convivir con los síntomas de la enfermedad mental y, al mismo tiempo, vivir la vida.

Los grupos se organizan y abren el diálogo durante una hora. Las conversaciones deben girar en torno a la salud mental y en torno a todo aquello que le rodea:

- Las voces
- Las relaciones familiares
- Por lo que se encontrarán al salir del ingreso
- Miedo al estancamiento
- Las pérdidas
- La cronicidad
- Los fármacos: qué son y cómo ayudan
- Miedo a la soledad
- El estigma: miedo a ser señalados y juzgados por los demás
- La culpa

Todos estos temas se tratan durante el taller desde el respeto al momento que cada paciente está viviendo durante el ingreso.

Más información:

Abraham del Moral
Jefe de prensa
Hospital de la Santa Creu i Sant Pau
93 553 78 30 a 646.391.548
adelmoralp@santpau.cat