

Propostes per la millora de la salut mental del districte de Gràcia

Valoracions des de la Taula de Salut Mental

Barcelona, desembre de 2021



**taula
salut
mental**

Les visions expressades en aquest document de treball responen a les propostes de les persones participants a la Taula de Salut Mental del Districte de Gràcia i de l'estructuració de la Secretaria Tècnica de la Taula. Per tant, no necessàriament representen a l'Ajuntament de Barcelona o al seu equip tècnic.

1. Introducció

El document que es presenta és un document de treball fruit d'una sessió compartida amb els membres de la Taula de Salut Mental (TSM) del districte de Gràcia, anomenat Propostes per la millora en salut mental del districte de Gràcia. El seu objectiu és:

- Elaborar propostes (línies d'acció) per intervenir sobre l'estat de la situació actual de la salut mental al districte.

El que es presenta en aquest document no pretén donar solucions a tot i menys encara proposar totes les opcions de resposta possibles. El que sí que pretén és que les propostes que es recullen tinguin validesa i consens entre les persones membres de la Taula i que donin sortida a algunes de les necessitats detectades al districte de Gràcia.

Entenent que les propostes d'acció en salut mental que es podrien articular al districte de Gràcia no s'esgoten en aquest document, aquest informe mostra allò que ha emergit d'una sessió de treball i que s'ha consensuat de manera grupal. Així mateix, tampoc pressuposem que les propostes plantejades siguin una sortida a les necessitats de manera perpètua i immutable, ja que la realitat és canviant i, per tant, les necessitats i les seves sortides, també ho són.

Aquest informe pretén ser un punt de partida a l'hora de realitzar accions al districte per part de la Taula de Salut Mental a partir de la constitució de comissions operatives de treball.

2. Resum de les propostes:

1. Elaborar un directori de recursos de salut mental del districte
2. Conèixer els recursos que hi ha al districte per l'atenció a la gent gran
3. Crear aliances entre serveis i programes per atendre situacions multiproblemàtiques
4. Fer una jornada de formació i sensibilització del patiment professional
5. Millorar la difusió dels recursos de salut mental que hi ha per joves adults (18 – 25 anys)
6. Organitzar una formació per la prevenció del suïcidi
7. Crear un espai de coordinació entre serveis que atenen a famílies nouvingudes en situació de vulnerabilitat
8. Presentar el projecte “Veïnes per Veïnes” a la Taula de Salut Mental

3. Propostes d'acció

A continuació es presenten les 8 propostes d'acció en salut mental sorgides a la Taula de Salut Mental de Gràcia:

3.1. Elaborar un directori de recursos de salut mental del districte

Tant al districte com a ciutat hi ha recursos de salut mental disponibles per la població, ja siguin recursos públics com concertats, que també són gratuïts i accessibles. Però, en alguns casos, aquests recursos no són prou coneguts, no se n'ha fet prou difusió, no es coneixen les vies d'entrada, etc. de manera que poden estar infrautilitzats o estar mal coordinats amb els altres recursos o serveis.

En conseqüència, es proposa fer un **mapatge d'espais, equipaments i recursos de salut mental que hi ha al districte** per poder consultar, orientar i/o derivar entre professionals de manera més àgil i accessible.

Aquest mapatge tindria com a objectius:

- Fer un directori dels recursos comunitaris de salut mental disponibles per la població del districte.
- Compartir el coneixement d'aquests recursos entre professionals i altres agents de salut mental i millorar-ne la coordinació.

Més concretament, es proposa que aquest mapatge tingui en compte tant els recursos i serveis per infants i joves com per persones adultes de manera que podria ser una sola proposta o bé dividir-se en dues (mapatge de recursos per infants joves + mapatge de recursos per persones adultes).

Oportunitats del districte:

La Xarxa XP 12-21 potser ja disposa d'un directori de recursos per adolescents i joves del districte que podria servir com a punt de partida en el cas que es dugués a terme la proposta de fer un mapatge de recursos per infants i joves.

3.2. Conèixer els recursos que hi ha al districte per l'atenció a la gent gran

La Taula de Salut Mental de Gràcia mostra preocupació per la gent gran del districte que pateix **soledat no volguda** i es troba en **situació d'aïllament social**, situació agreujada per la Covid-19 amb el tancament de serveis i activitats i la por al contagi. Aquesta situació es veu agreujada quan hi ha **problemes de salut mental i/o deteriorament cognitiu**. Gràcia és un districte on hi ha molta població d'edat avançada, que es pot trobar en aquesta situació actualment o en el futur, i algunes d'aquestes persones no disposen de suport formal ni informal.

Davant d'aquesta situació es proposa elaborar alguna eina per conèixer els recursos que hi ha al districte per l'atenció a la gent gran en situació d'aïllament i/o problemàtica de salut mental. Per exemple, elaborar un mapatge dels recursos que hi ha al districte on quedin recollits tots aquells programes, serveis i iniciatives existents al districte relacionades amb la prevenció i l'abordatge de la soledat no volguda i l'aïllament que pateixen algunes persones grans.

Més concretament, dins d'aquest recull de recursos caldria identificar aquells que donen atenció, a més a més, al malestar emocional o problemàtiques de salut mental, si es detecten, per veure si s'està atenent, i com, la salut mental de les persones grans. En aquest sentit, es proposa contactar amb programes que ja funcionen al districte, com ara Radars, per veure de quina manera actuen quan es troben situacions de salut mental.

Oportunitats del districte:

- El programa Radars funciona bé al districte. Es podria partir de l'actuació que ja fan i veure com es podria millorar l'atenció quan troben persones gran amb problemàtica de salut mental.
- El programa Vincles BCN té grups de suport emocional per persones grans. Són grups online que compten amb acompanyament d'una figura professional.

3.3. Crear aliances entre serveis i programes per atendre situacions multiproblemàtiques

Els i les professionals del districte estan detectant un increment de casos complexos de salut mental i situacions multiproblemàtiques (trastorn mental, addicions, vulnerabilitat econòmica, manca de xarxa social, etc.). En aquests casos, la persona va passant d'un servei a l'altre, generalment no hi ha una resposta coordinada.

La proposta, per tant, va encaminada a crear un **espai de coordinació multiservei per treballar casos complexos amb multiproblemàtica i donar una resposta unitària**. S'apunten també els objectius específics i/o accions que podria tenir aquest espai de coordinació:

- Millorar el coneixement dels diferents serveis implicats en el treball de casos per tenir clar on i quan derivar en cada moment.
- Definir conjuntament quins són els "casos complexos" que es poden treballar i se'n pot millorar el seu abordatge.
- Identificar conjuntament a quins aspectes d'aquests casos complexos no s'està donant resposta i facilitar l'accés als recursos que hi puguin donar resposta.
- Conèixer els serveis especialitzats que ja existeixen per casos multiproblemàtics com ara l'EMESS (salut mental i sensellarisme) o el SAPPIR (salut mental i persones migrades).

Oportunitats del districte:

No es comenten.

3.4. Fer una jornada de formació i sensibilització del patiment professional

La situació de patiment dels equips professionals que està deixant la situació de pandèmia preocupa molt al districte, tal com es va veure també reflectit en l'informe de necessitats.

Es proposa organitzar una jornada de formació i sensibilització del patiment professional. Aquesta jornada podria constar de diferents càpsules per treballar els diferents aspectes del patiment professional. Hauria de servir, a més, per donar eines als equips professionals en cas de detectar patiment emocional o problemes de salut mental.

Oportunitats del districte:

No és un recurs que tingui específicament el districte però es podria comptar amb la participació de la Fundació Galatea, que ofereix tractament i orientació a professionals amb problemes de salut mental amb una llarga experiència.

3.5. Millorar la difusió dels recursos de salut mental que hi ha per joves adults (18 – 25 anys)

La franja de joves d'entre 18 a 25 es troba sovint en situacions complicades quan hi ha problemàtica de salut mental o patiment emocional. Per llei són persones adultes, de manera que s'han de desvincular d'alguns dels serveis que tenien disponibles com a menors d'edat. A més, són joves que sovint es troben fora del circuit educatiu formal i perden també aquest espai de socialització i de detecció de problemàtiques. Tot i així, hi ha serveis, programes i equipaments al districte als que podrien acudir aquests joves i on podrien trobar ajuda en cas de malestar emocional i psicològic (Aquí T'escoltem, Konsulta'm...).

Són joves que són difícils de "detectar" des dels serveis de manera que la proposta es basa en fer una **millor difusió dels recursos que ja existeixen per joves de 18 – 25 anys i que podrien servir per la millora de la salut mental i/o la prevenció de malestars més greus**. Es considera que per fer-ho caldria involucrar a agents i espais comunitaris: APC, espais joves (formals i informals), casals, escola d'adults, etc.

Aquesta proposta podria ser una continuació de la proposta 3.1 (directori de recursos).

Oportunitats del districte:

En el districte hi ha els serveis Konsulta'm i Aquí T'escoltem. També hi ha molts espais per joves que es podrien incorporar a l'hora de pensar com fer aquesta difusió de manera que arribi millor als joves, pensar canals que siguin més "amables" o més atractius.

3.6. Organitzar una formació per la prevenció del suïcidi

La situació de pandèmia ha fet augmentar els intents de suïcidi. Des d'alguns serveis i entitats estan notant aquest augment i la preocupació que hi ha associada.

Davant d'aquesta situació es proposa organitzar una formació de prevenció del suïcidi que tingui com a objectiu **donar coneixements i eines per afrontar situacions en la que hi hagi conducta suïcida** (ideacions, intents, etc.). La formació podria estar destinada a professionals de Serveis Socials, CAP, Guàrdia Urbana, personal d'equipaments públics (biblioteques, centres cívics), etc.

Oportunitats del districte:

No es comenten.

3.7. Crear un espai de coordinació entre serveis que atenen a famílies nouvingudes en situació de vulnerabilitat

Des d'algunes entitats de la Taula hi ha preocupació per les famílies nouvingudes que es troben en situació de vulnerabilitat ja que són persones que, sovint, no tenen xarxa social i que la vinculació als serveis és molt més difícil.

Es proposa, per tant, crear un espai de coordinació entre diferents serveis per millorar l'atenció a famílies nouvingudes del districte en situació de vulnerabilitat. Aquest espai hauria de servir també perquè els i les professionals coneguin els recursos que hi ha disponibles i als quals podrien orientar a aquestes famílies.

Oportunitats del districte:

Des del PIAD es comenta que coneixen recursos on poder orientar a aquestes famílies.

3.8. Presentar el projecte “Veïnes per Veïnes” a la Taula de Salut Mental

Veïnes per Veïnes és una xarxa comunitària formada per grups de dones professionals i voluntàries que actuem com agents actives per assolir barris lliures de violència vers les dones. El projecte impulsa formar i coordinar grups de dones que tinguin l'objectiu de sensibilitzar el veïnat i alhora acompanyar les seves veïnes en situació de violències masclistes en el seu procés de recuperació des d'una vessant d'empoderament comunitari. (<https://heliadones.org/project/veines-per-veines/>)

Es considera que és un projecte que està ajudant a moltes dones que pateixen violència masclista i que caldria presentar-lo a la Taula i fer-ne difusió.

