

# Propostes d'actuació en salut mental al districte de Sant Martí

Valoracions des de la Taula de Salut Mental

Barcelona, 30 de maig de 2019



**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 Sant Martí 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 i les membres de la Taula de Salut Mental (TSM) del districte de Sant Martí. 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 solució a totes les necessitats en salut mental i encara menys 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.

En aquest sentit, el valor rau en el fet de poder concretar propostes relacionades amb la salut mental al districte de manera conjunta, articulant i creant sinergies entre els diferents membres que operen a la Taula de Salut Mental. Per tant, es recullen aquelles propostes d'acció sobre les quals les persones participants estan d'acord vers el seu estat en el districte.

Es dona per suposat que les propostes d'acció en Salut Mental que es podrien articular al districte de Sant Martí 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 es pressuposa 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.

Finalment, cal senyalar que 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. Situacions de salut mental destacades

A continuació, es presenten les vuit propostes que la TSM de Sant Martí ha considerat adients per millorar algunes situacions problemàtiques que viu el districte o, de manera general, per afavorir la salut mental comunitària.

### **Proposta 1: Elaborar un catàleg de serveis i dispositius per abordar la prevenció del malestar en joves i adolescents del districte.**

Els/les adolescents i joves conformen un perfil de població que, en general, costa molt que es vinculi a la xarxa de serveis de salut mental. A més, en alguns casos, quan ja s'ha fet la detecció i s'ha establert el primer vincle, alguns/es joves es desconnecten de la xarxa assistencial i després és molt difícil tornar a vincular-los.

En aquest sentit, és molt important tenir bon coneixement sobre els serveis i dispositius del districte que es dediquen a detectar el malestar psicològic en joves i adolescents per poder reforçar la tasca de prevenció i de detecció dels primers símptomes.

La proposta, per tant, consisteix en elaborar un catàleg de serveis i dispositius que es dediquin a la prevenció i a la detecció del malestar psicològic en joves i adolescents del districte i fer-ne difusió. Les accions similars que ja s'estan duent a terme poden servir de base per a la creació d'aquest catàleg, com ara el Mapa d'Actius o les memòries de l'Agència de Salut Pública de Barcelona.

#### Objectiu general:

*Fer un mapatge de les eines, recursos i serveis del barri dirigits a joves i adolescents per tal de millorar la prevenció de la salut mental d'aquest col·lectiu.*

#### Objectius específics:

- *Conèixer els serveis que ja existeixen*
- *Donar continuïtat als serveis que funcionen*
- *Conèixer la xarxa del districte*
- *Establir uns criteris comuns per a poder identificar els serveis que s'adeqüen*
- *Fer un recull de tots els actius específics*
- *Fer difusió d'aquest recull a totes les entitats i serveis del districte*

#### Indicadors:

- *Elaborar aquest document*
- *Que totes les entitats i serveis hagin actualitzat la seva informació*
- *Augmentar el coneixement sobre serveis i dispositius que treballen la prevenció en salut mental de joves i adolescents*

Agents clau implicats: Gestor del Mapa d'Actius, ASPB.

#### Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 2.2. Oferir una atenció precoç, sensible a la diversitat de la ciutat, i recursos de suport a la població infantil, adolescent i adult jove, amb especial atenció a aquells col·lectius amb major vulnerabilitat.

## **Proposta 2: Protocol de detecció de conductes de risc en infants i joves de 6 a 16 anys.**

Aquesta proposta també està encaminada a la prevenció, en concret de la franja d'edat de 6 a 16 anys. En aquest cas, per tal d'afavorir la prevenció en salut mental d'infants i joves, es proposa crear un protocol de detecció de conductes de risc per poder oferir intervenció precoç i evitar així l'entrada dels menors en el circuit especialitzat de salut mental.

A més a més de l'elaboració d'aquest protocol, es proposa donar-lo a conèixer i fer-ne formació a tots els agents implicats en la detecció de conductes de risc: centres educatius, centres de salut primària, centres comunitaris i famílies.

Donat que "conductes de risc" és un concepte molt gran, que pot incloure moltes tipologies de conductes i molt diverses, es planteja l'opció de començar per un tipus de conducta (per exemple "consum de substàncies", "comportaments sexuals", etc.) i, si el protocol funciona, ampliar-ho a altres tipus de conductes tenint en compte les especificats de cada una i fent les modificacions que faci falta. D'aquesta manera seria més fàcil també veure quins protocols específics ja hi ha, quins serveis els fan servir, quines mancances poden tenir, etc.

També es posa sobre la taula que, en cas de crear una comissió de treball per a elaborar aquesta proposta, un primer pas hauria de ser el de problematitzar el concepte mateix de "conductes de risc" per tal de no partir de concepcions preconcebudes o estigmatitzadores sobre les actituds o conductes dels joves i decidir col·lectivament, i des de diferents posicions, quines són realment les conductes de risc.

### Objectiu general:

*Millorar la detecció precoç de les conductes de risc en infants i joves de 6 a 16 anys.*

### Objectius específics:

- *Evitar l'entrada a un circuit especialitzat d'intervenció en salut mental*
- *Revisió dels protocols que ja existeixen*
- *Creació d'un protocol d'intervenció o bé actualització/millora dels que ja hi ha disponibles*
- *Difusió dels protocols*
- *Formació per a tots els agents implicats en la detecció de conductes de risc.*

### Indicadors:

- *Creació d'un protocol de detecció*
- *Disminució de menors diagnosticats de 6 a 16 anys i la seva entrada al circuit.*
- *Nombre de persones que accedeixen a la formació.*

Agents clau implicats: Centres educatius de primària i secundària, centres de salut primària, centres d'àmbit comunitari i de la xarxa, famílies.

### Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 2.2. Oferir una atenció precoç, sensible a la diversitat de la ciutat, i recursos de suport a la població infantil, adolescent i adult jove, amb especial atenció a aquells col·lectius amb major vulnerabilitat.

### **Proposta 3: Difusió del Mapa d'Actius de l'Ajuntament de Barcelona.**

Aquesta proposta neix de la idea que el Mapa d'Actius ha de ser una eina accessible a tothom, no només als i a les professionals de la salut sinó també als usuaris/es i les famílies. D'aquesta manera els recursos socials i comunitaris de salut, com ara equipaments, cursos, activitats, etc., es podrien conèixer millor i no caldria, en alguns casos, acudir sempre als recursos sanitaris.

D'altra banda, augmentar el coneixement i difusió del Mapa d'Actius als i les professionals també es veu com una manera de facilitar el transdiagnòstic.

Per tal de fer efectiva aquesta difusió es proposen varies accions:

- En primer lloc, caldria que el contingut del Mapa d'Actius estigués actualitzat i donés compte de tots els recursos que hi ha en una zona. A més, la categorització dels recursos s'hauria de revisar per tal que sigui comprensible i accessible per a tothom (buscar una manera per a que sigui més fàcil d'utilitzar).
- Una vegada actualitzat el Mapa d'Actius, s'hauria de fer-ne difusió a de tots els dispositius socio-sanitaris del districte. Una manera que es proposa és a través d'una presentació (oral i presencial) als diferents serveis.
- Per donar-ho a conèixer a usuaris/es i famílies es proposa també realitzar accions de difusió específiques. Per exemple, posar pantalles a les sales d'espera de diferents equipament socio-sanitaris per tal que usuaris/es en pugui fer us.

Una vegada feta aquesta difusió també es planteja realitzar una avaluació del funcionament del Mapa d'Actius per part dels usuaris/es.

#### Objectiu general:

*Millorar el coneixement i l'ús del Mapa d'Actius per part dels serveis, professionals, usuaris/es i famílies.*

#### Objectius específics:

- *Actualitzar i fer més accessible el mapa d'actius*
- *Augmentar els agents que poden fer servir el Mapa d'Actius*
- *Difondre el Mapa d'Actius a professionals i usuaris/es de manera efectiva*
- *Millorar el transdiagnòstic*

#### Indicadors:

- *Número de presentacions del Mapa d'Actius realitzades a professionals i serveis*
- *Número d'accions de difusió del Mapa d'Actius realitzades a usuaris/es*
- *Augment de participants en els recursos socials i comunitaris del districte*
- *Avaluació del funcionament del Mapa d'Actius*

Agents clau implicats: Persones coneixedores del Mapa d'Actius.

#### Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 4.1. Potenciar la informació i el coneixement en salut mental a fi de donar suport a la formulació, seguiment i avaluació de les polítiques i programes específics.

## **Proposta 4: Creació d'un espai de coordinació interserveis per a l'abordatge de casos puntuals.**

Per tal de millorar la coordinació entre serveis, especialment entre els serveis de la xarxa de salut mental i serveis socials, es proposa crear un espai de coordinació per a l'abordatge de casos puntuals. En concret, la proposta és crear inicialment aquest espai només amb serveis de salut mental i serveis socials (per a casos que ja s'estiguin atenent en aquests serveis) i, progressivament, anar incorporant altres serveis que tinguin influència en el cas que s'està treballant.

Aquest espai pot replicar (o basar-se) en models i accions similars que ja existeixen, com ara:

- Reunió de circuit: reunions que es duen a terme en la xarxa de salut mental. Es tracta de reunions periòdiques entre tots els agents (rehabilitació, CSMA, aguts, etc.) per a tractar casos especials i elaborar una guia de casos.
- Interxarxes: xarxa de coordinació regular entre els serveis de salut, educació i serveis socials adreçats a la població infantil i les seves famílies, al districte d'Horta-Guinardó.
- Xarxa 03: experiència similar a Interxarxes però per als infants de 0 a 3 anys i les seves famílies, al districte de Sant Martí.

És important tenir en compte que, en cas de crear aquest espai, cal que tingui suport institucional i que tots els agents que hi estiguin implicats ho facin en hores de feina, amb la periodicitat que s'hagi establert. En aquest sentit, cal tenir en compte també que els serveis de salut i els serveis socials no tenen la mateixa estructura i que, per tant, pot suposar una dificultat en la coordinació que caldria treballar.

Una possible comissió de treball que sorgeixi d'aquesta proposta hauria de servir, per tant, per a promoure, planificar i crear l'espai. Una vegada creat l'espai la comissió de treball es dissoldria per tal de passar la coordinació i gestió de l'espai a uns altres agents.

### Objectiu general:

*Millorar la coordinació entre salut mental, serveis socials, educació i altres serveis que tinguin influència, per treballar en xarxa en casos de persones amb diagnòstic de salut mental.*

### Objectius específics:

- *Estudiar els models i accions similars que ja funcionen per tal de replicar-los o adaptar-los.*
- *Aconseguir suport institucional*
- *Crear un espai de coordinació interserveis per a casos puntuals.*

### Indicadors:

- *Creació de l'espai de coordinació, amb suport institucional*
- *Participació dels agents implicats en la periodicitat d'acords.*

Agents clau implicats: CSMA, Serveis Socials, CSMIJ, Educació, Rehabilitació.

### Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 2.1. Afavorir una millor resposta a les necessitats de les persones amb malaltia mental.

Objectiu 4.2. Impulsar la creació d'espais de consulta i d'intercanvi de coneixements per al foment de dinàmiques i xarxes de treball en salut mental.

## **Proposta 5: Creació d'un directori amb els actius accessibles en salut mental per a persones en situació administrativa irregular (“sense papers”).**

La proposta es centra en estudiar i analitzar les barreres que es poden trobar les persones en situació administrativa irregular (“sense papers”) a l'hora d'acudir als serveis de salut mental o altres agents que aborden la salut mental. La proposta es desplega en tres accions:

- Conèixer i determinar quins actius de salut mental tenen un accés “sense barreres”. És a dir, quins serveis o entitats atenen a persones sense papers, sense posar cap condició.
- Conèixer els serveis que estan oberts a atendre persones “sense papers” però tenen algun condicionant (per exemple, atenen a persones que tenen CIP, codi d'identificació personal de la Targeta Sanitària) Això serviria per determinar quines dificultats es poden trobar les persones sense papers si han d'acudir a aquests serveis
- Veure quines altres limitacions i barreres es troben les persones en situació administrativa irregular a l'hora d'acudir i ser tractades als serveis de salut.

A través d'aquest estudi es crearia un document que servis tant per a les pròpies persones “sense papers” com per als i les professionals. Es considera que, en alguns casos, és un tipus de coneixement que no tenen els i les professionals i que seria molt útil a l'hora de derivar, especialment per no enviar a persones a certs serveis si ja es coneix d'entrada que no les atendran.

### Objectiu general:

*Millorar l'accés als actius de salut mental per part de les persones en situació administrativa irregular.*

### Objectius específics:

- *Analitzar els dispositius que ja existeixen en funció de les limitacions i barreres que tenen.*
- *Estudiar altres possibles limitacions que es troben les persones “sense papers”*
- *Crear un directori d'actius disponibles en salut mental que mostri el nivell d'accessibilitat de cada un.*

### Indicadors:

- *Creació del directori*
- *Difusió del directori a professionals de l'àmbit i a col·lectius de persones interessades.*

### Agents clau implicats: ASPB

### Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 3.1. Defensar els drets i la igualtat d'oportunitats i lluita contra la discriminació de les persones amb malaltia mental a través de l'abordatge de l'estigma associat.



## **Proposta 6: Promoció de la salut mental a través de l'ús adient de les pantalles.**

Amb l'objectiu de millorar la salut mental d'infants i joves es proposa promocionar conductes alternatives a l'ús de les "pantalles lúdiques", per evitar així situacions de risc derivades d'un ús massa intensiu. Per a que sigui efectiu, es proposa acompanyar aquesta promoció de conductes alternatives d'una difusió de les evidències dels efectes nocius de les pantalles. A més a més, es considera que és una acció que ha de tenir lloc en tots els àmbits: escoles, famílies, serveis comunitaris, etc.

Per assolir l'objectiu és important implicar a les persones adultes referents de la família ja que aquestes també poden tenir un ús problemàtic de les pantalles. Cal que les persones adultes també es posin límits i que actuïn com a referents per als infants i joves.

Com a possibles estratègies es proposa utilitzar les xarxes socials per a buscar aquestes alternatives i conèixer les activitats que s'ofereixen en els barris, les entitats que ho fan, etc. D'aquesta manera es pot apoderar a les famílies per a que busquin les pròpies alternatives.

*(Nota: Ja que el consum excessiu de pantalles es pot considerar una conducta de risc en infants i joves, es posa sobre la taula la possibilitat d'ajuntar aquesta proposta amb la proposta 2: "Protocol de detecció de conductes de risc en infants i joves de 6 a 16 anys".)*

### Objectiu general:

*Millorar la salut mental en infants i joves.*

### Objectius específics:

- *Promoció de conductes alternatives a l'ús de les pantalles*
- *Informar dels efectes nocius amb evidències*
- *Empoderar a les famílies*

### Indicadors:

- *Enquesta sobre hores de pantalla lúdica x dia.*

Agents clau implicats: Escoles, instituts, esplais, casals, famílies.

### Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 1.1. Promoure la salut mental, la resiliència i el benestar emocional de la població al llarg de tot el seu cicle vital.

## **Proposta 7: Jornada de presentació i difusió dels serveis de salut mental del territori.**

Es proposa fer una jornada de presentació de tots els serveis de salut mental del districte amb l'objectiu que conèixer-nos i buscar sinergies. Aquesta jornada ha d'incloure serveis i entitats diverses, de tots els àmbits implicats en la salut mental, entenent la salut mental en termes amplis i més enllà del diagnòstic.

Es proposa que aquesta jornada s'organitzi a través de tres franges d'edat: "infància i joves", "persones adultes" i "gent gran".

En el cas que es creï una comissió de treball per a dur a terme aquesta proposta, aquesta comissió s'encarregaria d'organitzar tota la jornada: lloc, horaris, programa, etc.

Objectius:

- *Fomentar la difusió i coneixement de tots els recursos que existeixen al territori que actuen en la salut mental.*
- *Fomentar les sinergies i col·laboracions entre els serveis.*

Indicadors:

- *Realitzar una jornada de presentació dels recursos i treball conjunt.*

Agents clau implicats: Serveis i entitats que formin part de la comissió de treball.

Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 4.1. Potenciar la informació i el coneixement en salut mental a fi de donar suport a la formulació, seguiment i avaluació de les polítiques i programes específics.

Objectiu 4.2. Impulsar la creació d'espais de consulta i d'intercanvi de coneixements per al foment de dinàmiques i xarxes de treball en salut mental.

## **Proposta 8: Formació en Diàleg Obert als equips de salut mental.**

La teràpia o model de Diàleg Obert és un enfocament terapèutic que reforça la creació d'espais de diàleg com eina per a la disminució de símptomes psiquiàtrics i com a alternativa a l'ús de psicofàrmacs (per tal de reduir el seu consum). S'utilitza en molts països europeus per a acompanyar la psicosis, especialment (*Nota: es recomana veure el documental "Dialogo abierto" disponible a youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=4Xvp5vpwWf4>*)

Amics de la Salut Mental té un grup d'ajuda mútua setmanal que segueix aquest model. La proposta és que aquesta metodologia arribi als serveis de salut CSMA, CSIMJ, CAS i formar als i les professionals, que ja estiguin dins de l'equip.

Si es decideix formar una comissió de treball per a dur a terme aquesta proposta caldrà decidir, a l'inici, per quin/s serveis cal començar i després anar-los ampliant si és possible. També caldrà decidir quantes sessions ha de tenir el curs de formació, quin nombre de professionals hi pot haver en cada sessió, etc. En cas que hi hagi la possibilitat de fer aquesta formació, Amics de la Salut Mental podria impartir-la de manera voluntària ja que tenen a persones formades en el tema.

Objectius:

- *Formar als professionals d'equips de salut mental en Diàleg Obert.*

Indicadors:

- *Nombre de persones que han fet la formació*
- *Disminució del consum de psicofàrmacs.*

Agents clau implicats: Associació Emilia, Amics de la Salut Mental, Spora.

Objectiu del Pla de Salut Mental amb el que es relaciona la proposta:

Objectiu 2.1. Afavorir una millor resposta a les necessitats de les persones amb malaltia mental.