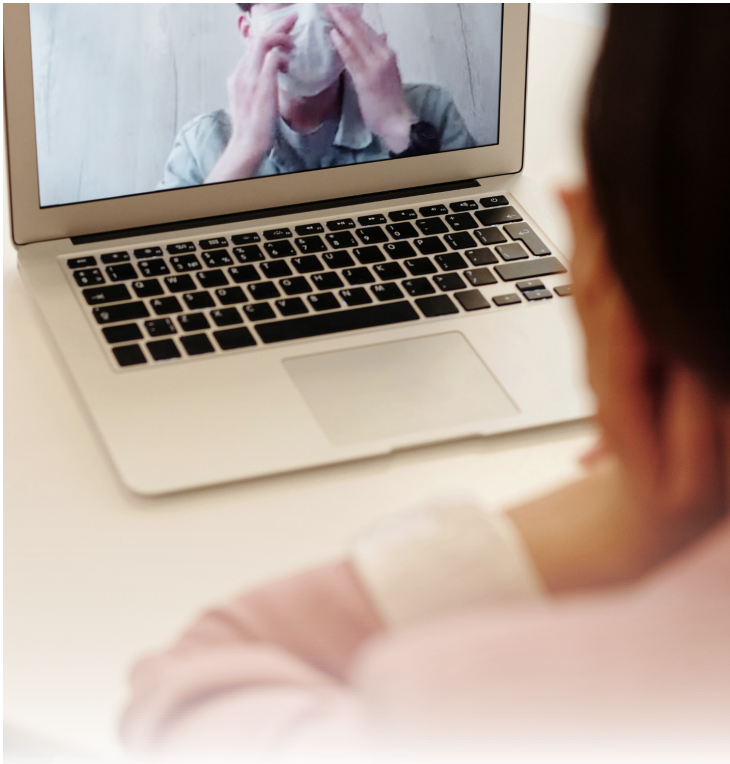


FUNDACIÓ PRIVADA SALUT MENTAL CATALUNYA



Seu social: Barcelona

Àmbit geogràfic: autònomic

Forma jurídica: fundació

26 persones treballadores

4 persones voluntàries

14 persones sòcies

Persones ateses

- 716 a serveis a persones amb problemàtica de salut mental

www.salutmental.org

Breu història de l'organització

La Fundació Privada Funamment neix en 2007 a instàncies de la Federació SMC (anomenada aquell any FECAFAMM) amb l'objectiu de promoure l'autonomia i la integració de les persones amb problemes de salut mental, i donar suport a les seves famílies.

La Fundació es constitueix per gestionar projectes, serveis i iniciatives, com els programes que es van engegar des dels seus inicis: les Sortides Respir i l'Acompanyament Comunitari i Atenció a Domicili.

El 2010 inicia la gestió dels Clubs Socials, que són 7 en l'actualitat:

- Club Social Gramenet de Santa Coloma (2007)
- Club Social El Llorer d'El Vendrell (2007)
- Club Social Tu Tries de Mataró (2010)
- Club Social Espai 3 de Cornellà (2011)
- Club Social La Llum de Mollet (2012)
- Club Social Egara de Terrassa (2015)
- Club Social El Far - La Garriga (2017)

L'any 2014 la Fundació s'integra en la marca Salut Mental Catalunya (SMC), juntament amb la Federació i AMMFEINA, i canvia el seu nom pel de Fundació Privada Salut Mental Catalunya.

Missió

La Fundació Salut Mental Catalunya (SMC) promou la millora de la qualitat de vida de les persones amb problemes de salut mental i dels seus familiars, afavorint la seva autonomia i integració social, i potenciant el seu desenvolupament personal en la comunitat.

Els seus àmbits d'actuació i activitats són: provisió de serveis socials; atenció personal i inclusió social; inserció laboral; recursos assistencials; estudi de metodologies i processos de millora en salut mental: formació, publicacions, recerca, etc.; i tot allò que ajudi en la millora situació i necessitats de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies.

Descripció activitat

Els principals programes són:

- ACOMPANYAMENT A LA VIDA INDEPENDENT: Acompanyen la persona amb trastorn mental a la seva llar i en el seu entorn durant el període de temps necessari per millorar aspectes de la seva autonomia personal i qualitat de vida.
- PROGRAMA D'HABITATGE: Ofereixen una llar i acompanyament professional per a facilitar la vida autònoma.
- RESPIR: Ofereixen un descans a la persona cuidadora i faciliten la inclusió social de la persona afectada en el seu medi social més proper.

- sortides per les persones amb trastorn mental
- sortides pels familiars, deixant un professional de suport a les llars.
- CLUBS SOCIALS: Ofereixen espais de lleure i relació, amb suport professional, adequats a les necessitats d'una persona amb problemes de salut mental.
Treballen la recuperació a través del lleure.
- XARXAJOVES: Acompanyen els joves amb problemes de salut mental, de 16 a 25, en el seu pas a la vida adulta amb un pla individual, activitats grupals i suport a les famílies.

DESCRIPCIÓ DE L'EXPERIÈNCIA

Acompanyament i gestió emocional telemàtics per a persones amb problemes de salut mental durant la COVID-19

Breu descripció

El programa d'Acompanyament i gestió emocional telemàtic durant la COVID-19 s'ha adreçat a persones amb algun diagnòstic de salut mental. Es tracta de persones a les quals ja donaven suport de forma presencial i a causa de la pandèmia han hagut d'adaptar la metodologia per seguir acompanyant-les en un moment clau i amb més necessitats de suport emocional. Han ofert una atenció personalitzada i flexible, amb un acompanyament terapèutic integral, per millorar la seva autonomia personal, i millorar la seva qualitat de vida i la relació amb el seu entorn.

Ens han adreçat a persones majors de 18 anys que estaven rebent un tractament de salut mental, vinculades a algun servei seu o que han vingut derivades d'algun recurs de salut mental del territori i que estaven interessades a participar en el programa d'acompanyament.

La COVID-19 ha augmentat el seu risc d'aïllament i dificulta el seu procés de recuperació i inclusió. Activitats que estaven fent (anar al centre cívic, o similars) s'han vist interrompudes. I sovint tampoc tenien els mitjans ni les habilitats per relacionar-se digitalment.

Es tractava de realitzar un acompanyament i seguiment integral de manera telemàtica, d'aquestes persones, per acompanyar-les en el seu projecte de vida, fomentant el vincle com a eina terapèutica per la millora de benestar i guanyar qualitat de vida. I ajudar-les a gestionar el malestar emocional afegit per la COVID-19.

En cada cas han fet una valoració individual i han identificat les necessitats de la persona, i han elaborat un pla d'intervenció individualitzat.

Han fet sessions periòdiques de seguiment i acompanyament, per videotrucada i trucades telefòniques amb la persona usuària i la família. I han realitzat un seguiment i avaluació continuat dels objectius previstos, per anar ajustant la intervenció i adaptar-nos a les necessitats de suport emocional que anaven sorgint en context de la pandèmia.

Aportació de valor de la iniciativa

- Aborden una necessitat no resolta: les persones amb problemes de salut mental, que ja tendeixen a l'aïllament i tenen dificultats per portar una vida autònoma, veuen agreujada la situació durant la pandèmia.
- Amb la seva intervenció, ofereixen suport emocional i acompanyament per gestionar el malestar provocat pel confinament i restriccions posteriors, i segueixen oferint suport a la persona per portar a terme el seu projecte de vida, en un moment que molts recursos interrompen el seu funcionament. També donen suport a l'entorn familiar si existeix.
- Calia oferir un recurs que s'adaptés a les noves circumstàncies, i a les necessitats de cada persona i família. Amb l'experiència i coneixement professional de la Fundació Salut Mental Catalunya i capacitat de coordinació amb altres entitats i serveis, van adaptar la tasca de suport per seguir acompanyant a les persones en un moment que ho necessitaven més que mai.

Principals objectius assolits

Han intervingut en un dels col·lectius vulnerables en la pandèmia, les persones amb un diagnòstic de salut mental.

S'ha gestionat el malestar derivat de la COVID-19 amb l'atenció a distància i seguiment preventiu. Els professionals han dut a terme una detecció de les situacions de risc, una reducció dels nivells d'estrès i ansietat, de solitud, d'aïllament social i de contenció emocional.

Durant el confinament, s'han centrat en la promoció de la salut i en mantenir a la persona en el domicili amb qualitat de vida, a partir de prevenir i detectar situacions de crisi, treballant perquè aquesta sigui agent actiu del seu propi canvi. S'ha treballat per evitar l'aïllament en el domicili amb un acompanyament periòdic i creant espais d'escolta i de contenció emocional on s'ha inclòs també a la família. S'ha donat informació clara i s'han resolt dubtes i angoixes relatives a la pandèmia i s'ha derivat a recursos comunitaris telemàtics com els Grups d'Ajuda Mutua virtual, per afavorir la continuïtat al domicili i augmentar el benestar personal.

Els objectius de la intervenció abans de la COVID-19, de millorar la qualitat de vida de la persona usuària i la família, la promoció de la salut, potenciar capacitats i habilitats personals i relacionals, i augmentar la participació social, també s'han abordat, si bé en alguns casos s'han treballat a partir del moment que va començar el desconfinament.

Principals resultats obtinguts

Han intervingut de manera integral amb la persona usuària i la família, que s'ha trobat amb dificultats afegides al seu rol de cuidador en el context de pandèmia.

D'ençà que es va iniciar el suport telemàtic 10 persones amb un diagnòstic de salut mental han estat derivades i vinculades des d'un servei i/o entitat de salut del territori. I 20 familiars han participat indirectament en el projecte.

Durant la pandèmia vam rebre un gran nombre de demandes i es va respondre de manera eficaç, fent també un seguiment proactiu

de les persones acompanyades. Hem treballat al ritme de cada persona, acompanyant-la en tot moment en les seves dificultats, limitacions, dubtes i angoixes i reconeixent els seus èxits.

La valoració per part de la persona afectada és excel·lent, ja que s'han sentit compreses i ajudades en el seu dia a dia.

“Gràcies al suport de la professional estic mantenint hàbits saludables a la llar i en la meva persona i m'aporta seguretat en les meves decisions”.

“En moments negatius o punts d'inflexió m'ajuda molt poder tenir algú al costat que m'escolti”.

En l'àmbit familiar ha representat un ajut real i efectiu en un moment tan complex per les famílies: algunes estaven a punt de claudicar, sobrepassades o desesperançades. L'acompanyament telemàtic ha estat un punt de suport per la persona afectada, s'han creat noves dinàmiques aconseguint una major autonomia de les persones afectades i una millora de la relació familiar.

Abast de l'experiència

El programa “Acompanyament i gestió emocional telemàtic durant la COVID-19” ha intervingut a Barcelona i les poblacions limítrofes i la comarca del baix Llobregat. Tot i que en fer suport telemàtic es podria donar cobertura a un territori més ampli, s'ha volgut acotar el territori per què quan ha estat possible hem tornat a fer atenció presencial o combinant les dues modalitats.

Hem acompanyat a 10 persones i 20 familiars.

Persones implicades en l'experiència:

Treballadores: 1

Membres equips directius: 1

Ateses: 30



Principals factors clau d'èxit

El trastorn mental sever afecta un 3% de la població total (1% diagnòstic d'esquizofrènia). El diagnòstic de trastorn mental provoca en la persona que el pateix i a la seva família un impacte emocional difícil d'elaborar i origina un trencament important en el projecte de futur de la persona que el pateix.

La situació de pandèmia, va fer augmentar la simptomatologia de les persones amb un diagnòstic de salut mental incidint en factors com l'aïllament social, falta de suport, estrès, ansietat o angoixa i per tant, una disminució de qualitat de vida.

L'èxit de la intervenció es deu al fet que va dissenyar-se i desenvolupar-se a partir de la necessitat detectada durant la COVID-19 i adaptant els nostres recursos i intervencions a un nou format per mantenir la continuïtat en l'atenció.

Ens vam adaptar a les circumstàncies de cada moment per oferir un suport personalitzat i flexible, i poder fer el seguiment i acompanyament de cada cas.

L'atenció telemàtica es va adaptar als mitjans de què disposava cada persona: telèfon, ordinador, etc. i se'ls va ajudar a vèncer les barreres digitals. Es va prioritzar sempre que era possible el contacte visual amb la persona.

Un altre factor clau és l'ampli coneixement dels professionals del programa en la detecció de necessitats, factors de risc, la capacitat de comunicació, elaborant un pla d'intervenció individualitzat i també en l'alta capacitat de coordinació amb altres entitats i serveis del territori.

Dificultats i reptes superats en el desenvolupament de la iniciativa

La COVID-19 va generar un gran malestar emocional en la població, amb un augment de la desconfiança, por, ansietat, angoixa o aïllament, entre d'altres, que en les persones amb un diagnòstic de salut mental es va sumar a les seves dificultats prèvies. Quan més necessitaven el nostre suport, va esdevenir més difícil accedir-hi. Vam haver de vèncer algunes dificultats per accedir i començar a treballar amb les persones que ens havien derivat. Però amb el coneixement, les habilitats i les capacitats dels professionals del programa per vincular a les persones usuàries, hem aconseguit crear i mantenir el vincle amb elles.

Els nostres programes d'acompanyament es caracteritzen per la presencialitat i l'acompanyament a la persona que li permeti millorar aspectes de la seva autonomia personal i qualitat de vida. Va ser tot un repte seguir treballant per aquests objectius sense cap contacte presencial. I també fer aquesta adaptació a un nou model telemàtic per part dels professionals i les persones usuàries en tan poc temps, per poder oferir el suport quan les persones més ho necessitaven i no interrompre l'atenció. Els professionals han hagut de potenciar les seves habilitats per interpretar correctament la comunicació no verbal, com el to de veu, realitzar escolta activa.

Algunes persones usuàries tenien dificultats d'accés al suport, sigui per manca de mitjans o per manca d'habilitats digitals. Es va treballar adaptant-nos a cada situació per vèncer aquestes barreres.

Elements innovadors que aporta l'experiència

L'experiència ha permès a la persona usuària poder quedar-se al seu medi natural, el domicili i intervenir de manera virtual en un moment que no hi havia altra possibilitat.

La persona usuària i la família han rebut una atenció continuada i integral per part del professional d'acord amb un pla d'atenció individualitzat. S'ha ofert una atenció telemàtica flexible i adaptada a les necessitats i restriccions de cada moment i de la persona.

La innovació principal ha estat poder donar una resposta àgil i adequada a les persones, en un moment que tots els suports i recursos comunitaris estaven aturats. Pocs recursos i serveis han mantingut la continuïtat en l'atenció o han atès a persones noves en aquesta fase. Hem ofert a les persones un suport especialitzat per incorporar i mantenir d'activitats en el domicili, rebaixar la simptomatologia negativa derivada del confinament i de la COVID-19 i identificar i oferir aquells suports necessaris, per tal que

la persona pogués viure de la manera més autònoma possible. I malgrat les restriccions, hem seguit treballant en coordinació amb altres entitats i serveis quan ha estat necessari.

En alguns casos, cal dir que el format telemàtic i les noves tecnologies inclús han facilitat la comunicació amb la persona, que potser mostrava més reticència a rebre un professional a la seva llar. Això ha estat així en perfils més joves especialment, més habituats a les noves tecnologies.

Aquest és un aprenentatge que hem fet, i ens fa repensar les nostres intervencions en un futur, per seguir combinant suport presencial i telemàtic. Ens permetrà adaptar-nos a les necessitats i preferències de la persona, i també optimitzar recursos i ser més eficients.

Principals factors que permeten la transferència i replicabilitat

Es tracta d'un programa on l'atenció i el pla de treball es construeix a mida i s'adapta a les necessitats de cada persona, proporcionant una intervenció individualitzada i personalitzada. D'aquesta manera, es treballa amb la persona aspectes essencials com el desenvolupament de les activitats de la vida diària, apoderament personal, l'assoliment d'hàbits saludables i potenciant habilitats i capacitats personals entre d'altres. Però alhora tenim uns protocols de treball i una metodologia d'intervenció sistematitzada. El procés inclou una primera entrevista de diagnosi i valoració, que permet valorar si la persona té el perfil per participar en el programa i establir el pla de treball individual. I a partir d'aquí es treballa de forma flexible, però orientats amb aquest pla de treball i els objectius que s'han definit.

Aquest model sistematitzat permetria que es pogués replicar aquest tipus d'atenció per part d'altres professionals o entitats.

Els factors clau que a tenir en compte per a replicar l'experiència són:

- la individualització de les intervencions,
- conèixer l'espai comunitari i la trajectòria de vida de la persona usuària,
- la utilització de la tecnologia, com a eina de comunicació i d'acompanyament durant les intervencions amb la persona usuària, la família,
- el perfil que han de tenir els professionals, formació i habilitats per portar a terme l'acompanyament però també habilitats digitals i competències en comunicació no verbal.
- El coneixement dels recursos i serveis del territori, per tal de poder intervenir de manera integral i holística i fer les derivacions oportunes.