



ASOFEM

Asociación Salud Mental Lorca

MEMORIA TÉCNICA

AÑO 2019

1. ÍNDICE:

CAPÍTULO 1: IDENTIDAD.

- 1.1. Qué es ASOFEM (Misión y fines).
- 1.2. Órgano Directivo.
- 1.3. Equipo Técnico.

CAPÍTULO 2: ACTIVIDADES.

- 2.1. Marco teórico.
- 2.2. Servicios y actividades.

CAPÍTULO 1: IDENTIDAD.

1.1. Qué es ASOFEM (Misión y fines).

Es una Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental – Asociación Salud Mental Lorca, creada en 1997 cuya Misión es la Defensa de los derechos de las personas con enfermedad mental y sus familias, siendo ésta un cauce para la participación de estas familias, con el fin de mejorar las condiciones de vida de la persona afectada y su entorno.

Son fines de ASOFEM:

- Procurar una asistencia eficaz a las personas con enfermedad mental y sus familias.
- Defender el justo desarrollo psicosocial de las personas con enfermedad mental.
- Reivindicar un tratamiento psiquiátrico y terapéutico orientado hacia la familia y la comunidad y no hacia el individuo aislado.
- Sensibilizar a la comunidad de cara a la integración social y aceptación de la persona con enfermedad mental.
- Promover la Inserción sociolaboral de las personas con enfermedad mental.

1.2. Órgano Directivo.

En la Asamblea General Extraordinaria celebrada el pasado 28 de mayo del año 2019, se renovó los cargos de la Junta Directiva de nuestra asociación, cuyos componentes son los siguientes:

Presidente:	D. José Antonio Ponce Díaz.
Vicepresidente:	D. Domingo Pérez Ruiz.
Tesorero:	D. Roque Mula Moya.
Secretario:	D. Juliana Sánchez Alcázar

Vocal: D. Guillermo Antonio Plata Ortín
Dña. Águeda Lario Cárceles.
Vicepresidente 2º: D. Roque Quiñonero Padilla.

1.3. Equipo Técnico.

Directora: Dña. Rosana Salas Román.
Coordinadora: Dña. M^a Dolores Reinaldos Oliva
Psicólogas: Dña. Águeda Méndez Baño.
Dña. M^a Dolores Reinaldos Oliva.
Trabajador Social: D. Pablo cegrí Antelo
Terapeuta Ocupacional: Dña. Laura Sánchez Oliva.
Enfermera: Dña, Celia Martínez Martínez.
Integradora Social: Dña. Mónica Munuera Navarro.
Auxiliar sociosanitaria: Dña. Natalia Ponce Giménez.
Monitor: Alberto Chamorro Pérez.
Cuidadores: D.Abel Martínez Bujaldón
Dña M^a Rocío Gómez Navarro.
Auxiliar de enfermería: Dña. Eva Pérez García.
Administrativa: Dña. M^a José Gallego Segura.

CAPÍTULO 2: ACTIVIDADES.

2.1. Marco teórico.

Las personas con problemas de Salud Mental graves y crónicos sufren un conjunto de problemáticas y necesidades que desbordan en muchas ocasiones el ámbito sanitario, psiquiátrico, familiar y social, presentando importantes dificultades en su funcionamiento psicosocial autónomo y en su integración en la comunidad.

Los rasgos que caracterizan la situación de la persona con problemas de Salud Mental en Lorca y su comarca son los siguientes:

- ✓ Desconocimiento de la Enfermedad Mental y su curso, así como de los recursos socio-sanitarios existentes en la Comarca para lograr una mejora de su proceso de Rehabilitación.
- ✓ Los ingresos hospitalarios se realizan en la Unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez.
- ✓ La atención a la persona con problemas de Salud Mental tiene como referencia el Centro de Salud Mental de Lorca y Unidad de Rehabilitación.
- ✓ Existencia de un dispositivo rehabilitador, ASOFEM.

Desde la Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental de Lorca y Comarca- Asociación Salud Mental Lorca, consideramos que son necesarios programas de rehabilitación en el ámbito social. Es decir, un programa de rehabilitación integral que ofrezca a la persona con problemas de Salud Mental grave y crónica, la oportunidad de integrarse en la sociedad.

Consideramos que urgen alternativas de rehabilitación social en Lorca y su comarca. Por las siguientes razones:

- Por un lado, debido a la escasez de éstas.
- Por otro lado, por su valor terapéutico.
- Y por último, por el elevado número de población afectada.

Por todo ello, el desarrollo de una red de recursos sociales en la comunidad y el desarrollo de programas y servicios que cubran las demandas de los afectados por un problema de salud mental constituye una actuación fundamental y prioritaria.

Así, desde ASOFEM se ofrecen los siguientes Servicios y Programas, dirigidos a las personas con problemas de Salud Mental, a la familia y a la comunidad como Centro de Atención a personas con discapacidad:

1. DIRIGIDOS A LA PERSONA CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SU FAMILIA:

1.1.- Servicio de acogida, asesoramiento, información, orientación, atención y derivación.

1.2.- Programa de respiro familiar.

1.3.- Programa de atención individualizada social y psicológica a personas con problemas de salud mental y sus familiares.

1.4 - Servicio de Acompañamiento Integral (SADEM).

1.5 – Programa Infanto-juvenil (Proyecto Puzzle).

2. DIRIGIDOS A LA PERSONA CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL:

2.1. Centro de Día/ Programa de Rehabilitación Psicosocial.

3. DIRIGIDOS A LA FAMILIA:

3.1. Programa de Intervención Psicosocial/ Grupos de Ayuda Mutua.

4. DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD:

4.1. Programa de Mantenimiento del Voluntariado.

4.2. Programa de Información y Sensibilización.

2.2. Servicios y Actividades.

1. DIRIGIDOS A LA PERSONA CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SU FAMILIA:

1.1 SERVICIO DE ACOGIDA, ASESORAMIENTO, INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN, ATENCIÓN Y DERIVACIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SUS FAMILIARES.

Este servicio tiene como finalidad la información, Orientación y asesoramiento a las personas que padecen algún tipo de enfermedad mental crónica, facilitando los medios para el acceso a los recursos sociales, así como su integración social y laboral.

Este servicio ha pretendido proporcionar a los usuarios una atención global, cubriendo así una demanda prioritaria de este colectivo y sus familiares.

□ **OBJETIVOS:**

✓ GENERALES:

- Mantener el servicio de acogida, que recoja las demandas de los usuarios canalizándolas de manera adecuada proporcionando atención, asesoramiento, orientación, información, y/o derivación a este colectivo.
- Informar y atender a los usuarios ante sus necesidades de salud, integrándolos en programas y servicios que cubran las necesidades de su situación problemática.

✓ ESPECÍFICOS:

- Potenciar el Servicio de Acogida y Atención como medio de contacto con los usuarios.
- Asesorar, Informar, orientar y/o derivar a los recursos socio-sanitarios de la Comunidad y /o a los Servicios y programas existentes.

- Informar sobre la enfermedad mental a través de la incorporación a los programas de rehabilitación, concienciando así de la necesidad de un proceso de rehabilitación o intervención tanto psicológico como social.
 - **ACTIVIDADES:**
- Recepción de demandas: un trabajador social y una psicóloga han acogido las demandas solicitadas, pudiendo presentar la demanda una persona con problemas de salud mental, un familiar o cualquier otra persona que esté interesada por la salud mental. Tras recoger los datos oportunos a cada uno de ellos se les informó sobre la documentación correspondiente a presentar así como las actividades y demás recursos de que dispone A.S.O.F.E.M.
- Valoración psico-social: tras una valoración de los casos por parte de todo el equipo técnico de A.S.O.F.E.M se presentan dos vías de partida;
 1. * si han sido admitidos: se les citan para una posterior Entrevista de Evaluación Psicosocial y se les recogen los documentos solicitados.
 2. si no han sido admitidos: Se derivan al dispositivo socio-comunitario correspondiente.
- Entrevista de Evaluación Psicosocial: el trabajador social y la psicóloga recogieron los documentos solicitados (Diagnóstico clínico, fotocopia del DNI, fotocopia de la tarjeta de la seguridad social y certificado de minusvalía). Seguidamente, continuaron con la entrevista de evaluación en la que recogieron los siguiente aspectos; sociolaborales, sanitarios, situación familiar, económicos, capacidades y recursos terapéuticos y genograma familiar.
- Diagnóstico Psicosocial: se ha llevado a cabo por el profesional que llevaba el caso y el equipo técnico de A.S.O.F.E.M, para la elaboración del PII (Plan Individualizado de Intervención) o el PIR (Plan Individualizado de Rehabilitación)
- Elaboración y Ejecución del PII o PIR: se han elaborado objetivos y actividades de intervención a largo y corto plazo. Su finalidad ha sido la de personalizar la atención al máximo para que sirviera para cubrir las

necesidades de atención de los usuarios y con ello mejorar su calidad de vida a través de la intervención directa (atención psicológica individualizada y atención social individualizada).

- Seguimiento y Evaluación del PII: se ha realizado un seguimiento personalizado en individualizado para evaluar el grado de consecución de los objetivos previstos.

* Si ha sido admitido el demandante (después de haber hecho un estudio de su caso) ha accedido a las actividades que se han llevado a cabo desde ASOFEM.

□ **BENEFICIARIOS:**

- Personas con problemas de salud mental.
- Familiares.
- Personas interesadas en la Salud Mental.
- Entidades públicas y/o privadas que requieran de información sobre Salud Mental.

□ **EVALUACIÓN:**

El número de demandas recibidas por ASOFEM durante el año 2019 han sido 13 y todas ellas de Familiares y Personas con problemas de salud mental que han sido informados, atendidos o derivados a los programas y/o servicios de ASOFEM y/o a otros servicios socio comunitarios.

De las 13 recepciones de demanda que hemos recibido este año, se ha atendido al 100%, y se han realizado 4 derivaciones a otros recursos.

Nº de atenciones a usuarios	13	100%
Nº de derivaciones	4	30,76%

1.2 PROGRAMA DE RESPIRO FAMILIAR:

Las familias, y de forma muy mayoritaria las mujeres, han venido desempeñando el papel de cuidadores, especialmente en países como el nuestro donde se mantiene todavía muy arraigada la certidumbre de que cuidar a las personas dependientes (Personas con un problema de salud mental) es una obligación moral y en el que los sistemas públicos de protección social presentan lagunas respecto a la asistencia y tratamiento de este tipo de situaciones. Esa función tiene altos costes físicos, psicológicos y económicos para las familias, especialmente cuando la atención que requiere la persona con un problema de salud mental son cuidados de larga duración.

En esta coyuntura social, surge el imperativo de instaurar sistemas de apoyos comunitarios de carácter institucional que contribuyan a compensar, complementar y, en determinadas situaciones excepcionales, suplir la labor de las familias respecto a la prestación de cuidados personales a aquellos que precisen asistencia para la realización de determinadas actividades de la vida diaria. Para ello se le ofrece periódicamente un momento de descarga en la labor que realiza para procurar que disponga de tiempo para sí misma y mantenga en lo posible, su círculo de relaciones, proporcionando así el auto cuidado y el alivio de la tensión emocional que padece.

□ OBJETIVOS:

✓ GENERALES:

- Aliviar la sobrecarga física, psíquica y emocional de los cuidadores familiares de personas con enfermedad mental.
- Favorecer la permanencia en su entorno habitual de las personas con una enfermedad mental, evitando o retrasando su institucionalización.

✓ ESPECÍFICOS:

- Proporcionar al cuidador principal un espacio de tiempo realmente liberado para atender el ocio, tiempo libre y vida social, supliendo a éste

en la atención a la persona con enfermedad mental a su cargo mediante personal cualificado.

□ **ACTIVIDADES:**

- Aseo, higiene personal y movilización.
- Administración de alimentos preparados previamente por los familiares.
- Administración oral de medicamentos, siguiendo pautas escritas del personal sanitario.
- Acompañamiento, supervisión y vigilancia en el hogar, que podrá incluir la realización de actividades de apoyo como lectura, juegos de mesa, etc.
- Cualquier otra implícita en el desarrollo de las anteriores.
- El acompañamiento fuera del hogar.
- El acompañamiento en Centros Sanitarios durante periodos de hospitalización del usuario, siempre que el cuidador hubiera sido perceptor con anterioridad al ingreso del Servicio de Respiración y no contara con la posibilidad de relevo para atender al paciente.

□ **BENEFICIARIOS:**

El recurso va dirigido a aquellas unidades de convivencia en las que se preste atención de forma continuada al menos a una persona en situación de dependencia funcional, residente en el mismo domicilio, siempre que tras la valoración técnica correspondiente, se determine que existe una situación de sobrecarga en el/ los cuidador/ es principal/es debido al desempeño continuo de este rol.

Para complementar esta valoración de la necesidad de apoyo institucional de la unidad de convivencia, se habrán de tener en consideración otras circunstancias familiares:

- Existencia de otras responsabilidades familiares añadidas: menores, discapacitados y/u otras personas dependientes.
- Existencia de un único cuidador sin posibilidad de relevo.

- La persona en situación de dependencia presenta un gran deterioro que exige atención constante.
- Todos los posibles cuidadores realizan actividad remunerada fuera del hogar.
- El/ los cuidador/ es principal/ es presenta/n problemas de salud que merman su capacidad de prestar cuidados personales a un tercero.

□ **EVALUACIÓN:**

3 personas con problemas de salud mental han sido beneficiarias del servicio de Respiro Familiar, a través de un convenio con el Ayuntamiento de Lorca que facilita una auxiliar de ayuda a domicilio para acompañamientos y apoyo en los domicilios de las familias socias de ASOFEM.

De los usuarios atendidos en el servicio, el 100%, han sido informados sobre los objetivos y actividades a desarrollar en el servicio.

El 100% de los usuarios han conseguido los objetivos propuestos.

Nº de atenciones a usuarios	3	100%
------------------------------------	----------	-------------

1.3 PROGRAMA DE ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA SOCIAL, PSICOLÓGICA Y PSIQUIÁTRICA A PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SUS FAMILIARES:

Atención Social (a usuarios y familiares que no tienen asignado el recurso de Centro de día a través de la ley de Dependencia):

Un Estado que lucha por el bienestar de sus ciudadanos no puede permitir que la dependencia funcional que sufren las personas con enfermedad mental a causa de sus problemas de salud genere una atención inadecuada en las mejoras de su calidad de vida, producidas por la incomprensión y el rechazo por parte de la sociedad que puede llevar a un proceso de retraimiento y exclusión social, considerándose el trato que reciben por parte de la sociedad

civil como un factor determinante en su proceso de recuperación. Es por este motivo que desde ASOFEM se lleva a cabo una atención social individualizada.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Atender las necesidades básicas y sociales de usuarios y familiares del Centro de Día de ASOFEM.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Informar y orientar sobre los recursos existentes.
- Gestionar ayudas sociales.
- Detectar factores sociales de riesgo.
- Contribuir a mejorar la calidad de vida de los usuarios y sus familias.
- Promover el desarrollo de las capacidades de los usuarios y sus familias para conseguir un mayor bienestar social.

□ **ACTIVIDADES:**

- Asesoramiento a usuarios y familiares sobre recursos, prestaciones sociales existentes y tramitación o derivación en los casos que lo requieran.
- Estudio y diagnóstico de la situación socio-familiar del usuario.
- Realización de visitas a domicilio del usuario con el objetivo de contactar con los miembros de la unidad familiar y observar la dinámica familiar.
- Colaboración, coordinación y apoyo en sus procesos de rehabilitación e Integración social.
- Seguimiento de la situación socio-familiar del usuario.
- Solicitudes, reclamaciones y valoraciones de Ley de Dependencia.
- Atenciones Sociales (individuales y familiares).
- Atenciones Psicosociales (individuales y familiares).
- Recepciones de Demanda (individuales y familiares).
- Intermediario entre usuarios y las instituciones locales y comunitarias:

- Coordinación IMAS-Oficina para la Dependencia.
- Coordinación IMAS-Dirección General de Personas con Discapacidad.
- Coordinación Salud Mental y Servicios Sociales.
- Visitas a Domicilio.

□ **BENEFICIARIOS:**

- Personas con problemas de salud mental.
- Familiares.
- Personas interesadas en la Salud Mental.
- Entidades públicas y/o privadas que requieran de información sobre Salud Mental.

□ **EVALUACIÓN:**

Se han atendido a 167 personas, tanto presencial como telefónicamente (66 usuarios y 101 familiares).

Nº de usuarios atendidos	66	39,52%
Nº de familiares atendidos	101	60,48%

Atención psicológica (a usuarios y familiares que no tienen asignado el recurso de Centro de día a través de la ley de Dependencia):

La enfermedad mental es el desorden de las ideas y de los sentimientos con trastornos del razonamiento, comportamiento, de la facultad de reconocer la realidad y de adaptarse a los retos normales de la vida. Dentro de todas las enfermedades mentales que existen, la Esquizofrenia es la de mayor repercusión personal, social y familiar.

Se trata de trastornos crónicos, graves, complejos e incapacitantes, perturbando la vida laboral, familiar y social.

Suelen cursar en brotes produciendo una degeneración progresiva de la calidad de vida de la persona y el núcleo familiar.

Muchas veces no presentan adherencia a un tratamiento farmacológico adecuado y desconocen su propia enfermedad, por lo que tanto el paciente como su familia no disponen de conciencia ni habilidades para el manejo de la misma, además de los recursos a los que pueden acceder que les puedan beneficiar.

Son personas que precisan de un apoyo psicológico importante para que tomen conciencia de la enfermedad mental que presentan, aprendan a manejarla adecuadamente, eviten crisis y recaídas, desaparezcan síntomas, disminuya la angustia, desmotivación y estados depresivos asociados, se incorporen en su comunidad, etc.... y en definitiva puedan llevar una vida lo más normalizada posible.

A su vez, sus familias precisan también de un apoyo psicológico que les ayude a aceptar la enfermedad de su familiar, aprender a manejarla, mejoren el clima familiar y que les afecte lo menos posible en su vida cotidiana.

Por todo ello, ASOFEM dispone del Servicio de Psicología para trabajar todos los aspectos mencionados a través de planes individualizados de intervención, tanto individuales como familiares.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Atender psicológicamente a la población afectada directa o indirectamente por un problema de salud mental grave, contemplando las características personales de cada caso particular.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Ofrecer atención psicológica a todas las personas con problemas de salud mental que lo soliciten y a sus familias.
- Realizar la evaluación clínica y funcional de cada caso.
- Mejorar la conciencia y aceptación de la enfermedad.

- Dotar de habilidades para el manejo de su enfermedad.
- Realizar seguimiento de casos.

□ **ACTIVIDADES:**

- Entrevista a usuarios y familiares para recabar información.
- Evaluación.
- Planificación de objetivos a conseguir de manera individual con cada uno de los casos que se atiendan.
- Elaboración del P.I.I. (Plan Individualizado de Intervención).
- Intervención directa a usuarios y familiares, estableciendo la periodicidad de las atenciones según las necesidades de cada caso.
- Seguimiento de los objetivos alcanzados y redefinición de los mismos.
- Servicio de Atención a Domicilio (Atención Integral)
- Coordinación con otros recursos socio-sanitarios (Centro de Salud Mental, Unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez y Servicios Sociales).
- Emisión de informes.

□ **BENEFICIARIOS:**

- Personas con problemas de salud mental.
- Familiares.
- Personas interesadas en la Salud Mental.
- Entidades públicas y/o privadas que requieran de información sobre Salud Mental.

□ **EVALUACIÓN:**

Se ha atendido a 185 personas, tanto presencial como telefónicamente (63 usuarios y 122 familiares).

Nº de usuarios atendidos	63	34,05%
Nº de familiares atendidos	122	65,95%

Atención psiquiátrica:

En ASOFEM se trabaja con enfermedades mentales severas, es decir, trastornos crónicos, graves, complejos e incapacitantes que en la mayoría de los casos perturban la vida laboral, familiar y social de la persona que lo padece.

Suelen cursar en brotes produciendo una degeneración progresiva de la calidad de vida de la persona y el núcleo familiar.

Muchas veces no presentan adherencia a un tratamiento farmacológico adecuado y desconocen su propia enfermedad, por lo que puede dar lugar a recaídas que conducen a un deterioro mayor y precisando un ingreso hospitalario en muchas ocasiones.

Por tanto, son personas que precisan de un seguimiento psiquiátrico continuado en el tiempo para un mayor control de la sintomatología de la enfermedad y evitar un mayor deterioro.

De ahí la importancia del Servicio de Psiquiatría del que dispone ASOFEM con el fin de ofrecer una atención óptima y mejorar la calidad de vida de la persona afectada y de sus familiares.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Ofrecer atención psiquiátrica a todas las personas socias con problemas de Salud Mental que lo soliciten y a sus familias.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Realizar la evaluación clínica, funcional, neuropsicológica y farmacológica de cada uno de los usuarios.
- Concienciar a los usuarios y familiares de la toma de medicación pautada.
- Realizar seguimiento de todos los casos y apoyo en crisis.
- Valorar los ingresos hospitalarios que se realicen.

□ **ACTIVIDADES:**

- Entrevista a usuarios y familiares para recabar información.
- Evaluación.
- Planificación de objetivos a conseguir de manera individual con cada uno de los casos que se atiendan.
- Intervención directa a usuarios y familiares, estableciendo la periodicidad de las atenciones según las necesidades de cada caso.
- Escucha activa.
- Seguimiento de los objetivos alcanzados y redefinición de los mismos.
- Coordinación con otros recursos socio-sanitarios (Centro de Salud Mental y Unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez).
- Emisión de informes.

□ **BENEFICIARIOS:**

- Personas con problemas de salud mental.
- Familiares.

□ **EVALUACIÓN:**

Se han realizado 101 atenciones psiquiátricas (94 atenciones a usuarios y 7 atenciones a familiares).

Nº de atenciones a usuarios	94	93,07%
Nº de atenciones a familiares	7	6,93%

1.4 SERVICIO DE ATENCIÓN PERSONAL Y DE VIDA AUTÓNOMA (SADEM):(a usuarios y familiares que no tienen asignado el recurso de Centro de día a través de la ley de Dependencia):

Las personas afectadas por un problema de salud mental grave, por ejemplo Esquizofrenia, presentan una serie de características entre las que destacan la “falta de conciencia de enfermedad” y “tendencia al aislamiento”, generando

ésta situación problemas de accesibilidad a los recursos de protección social generales y específicos.

Esta circunstancia se ve agravada por la presencia de otros síntomas tales como la pasividad, desmotivación, apatía, pérdida de capacidades funcionales y de autonomía personal, estigmatización social, personal y familiar, etc, que contribuye a que se produzcan situaciones de infrautilización de los recursos disponibles y por lo tanto de protección social.

Todo ello no hace más que agravar tanto la evolución de la enfermedad como la estabilidad de la familia, provocando con ello un retroceso de la patología y un deterioro a veces irrecuperable de la relación familiar. El nivel de accesibilidad referido anteriormente tiene en el momento actual una situación añadida, en cuanto que la red de dispositivos intermedios que contemplaba la reforma Psiquiátrica no ha sido contemplado, y el Servicio de Atención Domiciliaria incorpora una serie de actividades paliativas en este sentido. Con la Reforma Psiquiátrica ha quedado clara la necesidad de integración social de las personas afectadas por problemas de salud mental graves, pero se ha quedado descuidado el prestar servicios adecuados que permitan aliviar, además de reforzar la labor educativa y terapéutica que la familia se ha visto obligada a asumir.

Los beneficiarios de este Servicio de Atención Domiciliaria viven una situación totalmente degenerativa y estresante. Por un lado viven aislados de la sociedad ya que su principal problema generado por la enfermedad es su tendencia al aislamiento social. Y por otro lado es la falta de conciencia de la enfermedad, es decir, el desconocimiento ante ella, lo que se refleja en el número de recaídas que suele ser mayor cuanto mayor es su desconocimiento.

ASOFEM ofrece así un servicio prioritario para la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familias.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Facilitar los apoyos necesarios para la recuperación, la integración y el acceso de las personas con problemas de salud mental a los recursos socio-comunitarios con el objetivo de promover la autonomía personal, tratamientos integrales y mantener una calidad de vida digna.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Favorecer la implicación de la persona con problemas de salud mental en su propio proceso de recuperación.
- Fomentar la participación de la familia en el acompañamiento del proceso de recuperación de la persona con problemas de salud mental.
- Potenciar la utilización por parte de la persona con enfermedad mental de recursos sociales y sanitarios en la comunidad.
- Promover el conocimiento del programa en el entorno comunitario para difundir el servicio y establecer cauces de colaboración.

□ **ACTIVIDADES:**

El SADEM, “Servicio de Atención Domiciliaria” o también llamado “Acompañamiento Integral”, es un conjunto de prestaciones de carácter psicosocial especializado dirigido a personas con problemas de salud mental grave y a sus familias, desarrollado por personal cualificado que interviene a nivel **Preventivo** (Actúa evitando el agravamiento de la enfermedad en sus distintos niveles de prevención, es decir, prevención terciaria), **Educativo** (Actúa en la adquisición de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para afrontar la enfermedad mental) **y Rehabilitador** (Actúa sobre las capacidades perdidas o no adquiridas a consecuencia de la enfermedad mental). Con el fin de que se mantenga en su entorno comunitario con una calidad de vida digna. Este Programa consta de las siguientes fases:

FASE I - DIVULGACIÓN:

Se han repartido folletos informativos, por los distintos Centros de Salud, Hospital, Servicios Sociales, Concejalías, Farmacias y otras Asociaciones de la Comarca, con el fin de continuar con la coordinación existente actualmente, así como emprender nuevos contactos con otros organismos y/o entidades que puedan favorecer la ampliación de nuestras redes de apoyo para que estén al alcance de toda la población afectada. También se ha informado a los socios de ASOFEM de los nuevos servicios que presta la Asociación.

FASE II – RECEPCIÓN DE LA DEMANDA:

La recepción de la demanda, contempla la identificación del sujeto de actuación, ha sido realizada por la Trabajadora Social y/o la Psicóloga del Equipo Técnico de ASOFEM, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- a. Recepción.
- b. Procedencia: del propio usuario, de la familia, de los dispositivos sociales, de los dispositivos sanitarios y de otros.
- c. Motivo: carencia de asistencia sanitaria, carencia de Rehabilitación Psico – social, vivir sólo o con familiares no capacitados para su cuidado, predominio de síntomas negativos, existencia de factores de riesgo, riesgo de desintegración.
- d. Cumplimiento de estos requisitos: edad comprendida entre los 18 y 65 años, residir en el término municipal de Lorca o en su Comarca, que exista orientación / derivación sobre la necesidad del Servicio, observar y cumplir los reglamentos del Régimen Interno del Servicio, pertenecer a ASOFEM.

Se considera la recepción de la demanda como la primera intervención del Servicio de Ayuda a Domicilio, de la que deriva su resolución, que implica la continuidad o no del proceso metodológico.

Esta recepción fue efectuada a través de un primer contacto citando al usuario o familiar para una posterior entrevista personal.

FASE III. ESTUDIO INDIVIDUALIZADO:

Es realizado por la Psicóloga y la Trabajadora Social, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

1. Contacto con la persona afectada por un problema de salud mental y/o familiar para concertar cita.

2. Entrevista de evaluación. En dicho apartado se contempla los siguientes aspectos: A nivel individual: aspectos relacionados con: la enfermedad, el comportamiento, relaciones familiares, roles sociales, relación con el Servicio de Ayuda a Domicilio para personas con enfermedad mental (SAD). A nivel familiar: aspectos relacionados con la situación y posicionamiento familiar. A nivel Comunitario: aspectos relacionados con la situación y posicionamiento de la comunidad hacia la persona con enfermedad mental.

3. Visitas domiciliarias.

4. Estudio de los informes que aporta el beneficiario.

5. Reuniones de coordinación interna y externa.

La resolución de la demanda adoptó alguna de las siguientes modalidades: Admitido, Derivado, Lista de espera, No admitido.

FASE IV. PLAN INDIVIDUALIZADO DE INTERVENCIÓN (P.I.I.).

Este es el conjunto de actuaciones diseñadas a partir del estudio individualizado, que define: objetivos terapéuticos, actividades, temporalización de las actividades, profesionales del equipo (tutor, personal de atención directa, voluntarios, etc...), módulos y estrategias, coordinación interna y externa, evaluación de la eficacia y adecuación del programa, y evaluación individualizada.

FASE V. EJECUCIÓN.

Es la fase en la que se ejecutan directamente las actividades definidas en el P.I.I.:

A)LUGAR DONDE SE EJECUTA: prioritariamente en el propio domicilio de la persona con problemas de salud mental, para posteriormente conseguir la integración del usuario en las actividades de ASOFEM, que se han realizado en la sede de la asociación.

B)FRECUENCIA: Siempre en función de la gravedad del estado del usuario y de las necesidades que presente.

FASE VI. EVALUACIÓN.

La evaluación del Servicio de Ayuda a Domicilio/Acompañamiento Integral se establece como un proceso continuo y dinámico, contemplando: la evaluación General del Servicio y la evaluación Individualizada de cada usuario.

El diseño de la evaluación contempla: aspectos de evaluación, formas de evaluación y temporalización.

□ **BENEFICIARIOS:**

- Carencia de asistencia sanitaria y de rehabilitación psicosocial.
- Baja participación en actividades de la comunidad.
- Convivencia en un ambiente familiar que no favorezca la recuperación.
- Personas a quienes se les haya orientado desde algún servicio sanitario o social a este tipo de programa y no hayan accedido aún (ej. Personas con valoración de dependencia que no dispongan aún de servicios específicos del SAAD).
- Aislamiento social y/o actitudes negativas hacia la interrelación social y/o familiar.
- Personas con discapacidad en situación de dependencia.
- Mujeres, especialmente aquellas con discapacidad, con cargas familiares o que vivan solas.
- Personas que viven en el ámbito rural.
- Edad comprendida entre los 16 y 65 años.
- Residir en el ámbito de actuación de ASOFEM.

□ **EVALUACIÓN:**

El número de demandas recibidas para este año han sido 9 y todas ellas han sido atendidas en el Servicio de Acompañamiento Integral.

De las 9 demandas que hemos recibido este año, se han atendido a las 9 personas, es decir un 100%.

Nº de atenciones a usuarios	9	100%
Nº de demandas	9	100%

1.5 PROGRAMA INFANTO JUVENIL (PROYECTO PUZZLE):(a usuarios y familiares que no tienen asignado el recurso de Centro de día a través de la ley de Dependencia):

El proyecto Puzzle se enmarca dentro del Programa Infanto-Juvenil en salud mental.

El eje fundamental sobre el que se desarrolla este programa, se basa en el supuesto de que “puesto que hay un alto grado de continuidad entre los trastornos infantiles y adolescentes y los de la edad adulta, la intervención precoz, podría prevenir o reducir la probabilidad de discapacidad a largo plazo” (OMS 2005).

Por lo tanto, el pilar fundamental de este programa es la prevención, a nivel primario, secundario y terciario.

- Prevención primaria: orientada hacia la sensibilización de la población general y difusión de medidas de cuidado y protección de la salud mental de nuestros menores.
- Prevención secundaria: orientada a una prevención precoz incidiendo en grupos de riesgo y menores con progenitores diagnosticados.
- Prevención terciaria: se pone en marcha cuando la prevención primaria ha fallado o se detecta algún caso en prevención secundaria. Se basa en medidas de actuación destinadas a minimizar el impacto negativo de la enfermedad.

Con el proyecto Puzzle se pretende dar una atención integral y especializada, a aquellos menores que padezcan cualquier tipo de patología mental o que estén en riesgo de padecerla, favoreciendo un desarrollo físico y mental óptimo, mejorando así su pronóstico y evolución durante la edad adulta.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Prevenir la aparición o cronicidad de la EM en menores.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Asesorar a menores y sus familias sobre la EM.
- Promover la autonomía e integración de estos menores.
- Orientar a nivel social, psicológico y terapéutico, tanto a menores como a sus familias.

□ **ACTIVIDADES:**

Acogida, información y derivación.

- Recepción de demandas y derivaciones de otros recursos.
- Entrevista psicológica, social y de terapia ocupacional.
- Valoración del caso y estudio de necesidades.

Intervención Multidisciplinar (Social, Psicológica y Terapia ocupacional).

- Atención individualizada a menores y familias.
- Coordinación con otros recursos.

Dirigidos a la comunidad.

- Charlas informativas.

□ **BENEFICIARIOS:**

Puzzle es un proyecto destinado a menores entre 6 y 18 años que se encuadren en cualquiera de los tres apartados siguientes:

1. Menores diagnosticados de alguna EM.
2. Menores que pertenezcan a algún colectivo con riesgo de padecer EM.
3. Menores con algún familiar diagnosticado de EM.

□ **EVALUACIÓN:**

Durante el año 2019 se han realizado 24 atenciones entre menores y familiares.

Nº de atenciones	24	100%
-------------------------	-----------	-------------

Se han realizado reuniones de seguimiento de casos con la Unidad de Policía Tutor de forma continuada.

2. DIRIGIDOS A LA PERSONA CON ENFERMEDAD MENTAL:

2.1 CENTRO DE DÍA/PROGRAMA DE REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL:

SERVICIO DE REHABILITACIÓN.(Atención a usuarios con asignación de plaza a través de la Ley de Dependencia)

Los problemas de salud mental implican alteraciones en el ámbito cognitivo, funcional y social. La persona comúnmente presenta dificultades en el desarrollo de sus actividades de la vida diaria, implicando que haya un déficit en el proceso de realización de las mismas, poniéndose de manifiesto la necesidad de apoyo en su día a día.

Desde el centro de día, se ofrece el servicio de rehabilitación en el que se abordarán las carencias y se potenciarán las capacidades que se conserven, con la finalidad de mejorar la calidad de vida de la persona y por ende la de su entorno.

En relación a los servicios que ofrece el Centro, además encontramos:

- Servicio de Psicología.
- Servicio de Trabajo Social.
- Servicio de Psiquiatría.
- Servicio de Enfermería.
- Servicio de Terapia Ocupacional.
- Servicio de Transporte.
- Servicio de Comedor.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental.

✓ **ESPECÍFICOS:**

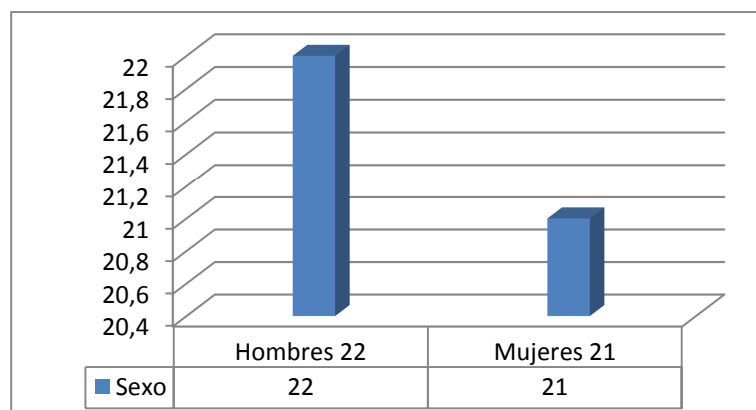
- Mantener y/o incrementar las capacidades cognitivas.
- Orientar y trabajar en estrategias y herramientas en su desarrollo a nivel social.
- Fomentar hábitos de vida saludables.
- Potenciar y/o mejorar las capacidades físicas.

□ **TALLERES:**

Beneficiarios

Usuarios con plaza en Centro de Día. (El siguiente gráfico muestra los usuarios a los que se ha atendido en el año 2019, tanto usuarios que han seguido en el centro de día como usuarios que se han dado de baja, sumando un total de 43 personas).

Género:



Edad media de 45,86 años.

Metodología

Para la consecución de dichos objetivos se ofrecen una serie de talleres, que se imparten en la sede de Asofem, en la piscina municipal del Pabellón del Barrio San Antonio del Municipio de Lorca y en las instalaciones deportivas de la Urb. Torre del Obispo de Purias.

Se muestra una tabla resumen con los talleres que se han realizado durante el año 2019.

Talleres	Nº de sesiones anual	Nº de participantes
Actividades ocupacionales	31	37
Educación para la salud	32	37
Psicoeducación/Relajación	32	37
Estimulación Cognitiva	32	37
Psicomotricidad fina	30	16
Lectura	29	37
Ocio	83	37
Deporte	27	37
Fútbol	32	13
Natación	30	14
Buenos Días	30	37
Ciclopaseo/Arreglo de Bicicletas	27	8
¡ CREA!	31	37
Senderismo	58	24

Los usuarios que se contabilizan en los talleres son 37 personas en total, ya que son las plazas ocupadas en centro de día. Por lo tanto se van a hacer los cálculos de los siguientes gráficos sobre 37 usuarios.

□ **EVALUACIÓN:**

La evaluación se ha efectuado a través de la observación directa en cada sesión, valorando los siguientes ítems:

- Calidad en la participación.
- Interés, motivación y comprensión respecto a los temas tratados.

A continuación se muestra una breve descripción de cada taller y actividades desarrolladas durante el año 2018.

- TALLER DE ACTIVIDADES OCUPACIONALES

Este programa ha tenido como finalidad proporcionar autonomía en las actividades de la vida diaria, ya que el propio grado de independencia para la ejecución de las Actividades de la Vida Diaria constituye en sí un destacado predictor del curso y pronóstico de la enfermedad, para conseguir llevar una vida lo más autónoma y normalizada posible lo que, a su vez, aliviaría la situación de muchas familias.

La mejoría en las AVD ha repercutido directamente en el aumento de autoestima de los usuarios, así como en la mejora del concepto que los demás tienen de ella, obteniéndose además una mayor y mejor competencia personal y social creando unos hábitos de vida adecuados, que aportan sin duda una mejor calidad de vida.

Los objetivos planteados:

- Mantener y /o mejorar el nivel de autonomía en las AVD's.
- Apoyar y asesorar en el desarrollo de AVD's.

Actividades realizadas:

- Actividades de la vida diaria:
 - Desarrollo de tareas de autocuidado: baño, vestido, higiene bucodental, aseo personal, peinado etc.
 - Pautas y recomendaciones para el cuidado personal.
- Labores de jardinería:
 - Riego y cuidado de plantas.
 - Limpieza del jardín.
- Mantenimiento del mobiliario:
 - Limpieza general de las furgonetas del centro.
 - Limpieza de talleres y salas comunes del centro.
- Decoración del centro según la festividad correspondiente
- Talleres de manualidades.

- Limpieza de las furgonetas del centro.

Nº de sesiones anual	31
Nº de participantes	37
% mujeres	51,35%
% hombres	48,65%

Conclusiones:

A través del taller de actividades ocupacionales se han obtenido beneficios en cuanto al desarrollo de las actividades de la vida diaria, trasladando muchas de estas tareas a los domicilios, de modo que formará parte de la programación de actividades del año 2020. Cabe añadir que el nivel de motivación es alto entre el grupo de trabajo.

- EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Se pretende dotar de conocimientos y habilidades que les permitan mejorar y manejar de modo autónomo e independiente una serie de variables de la vida como su aspecto físico, adherencia al tratamiento, alimentación, su salud física, mental, etc... y concienciar a los usuarios de la importancia en su proceso de rehabilitación, de lo necesario que resulta el adquirir conocimientos beneficiosos para la vida diaria.

Los objetivos planteados:

- Asesorar sobre hábitos de vida saludables.
- Apoyar el cuidado de la enfermedad a través del mantenimiento del estado físico y cognitivo.

Actividades desarrolladas:

- Trabajo en grupo respecto a temas en relación a: nutrición, hábitos de comida y consumo de líquidos, actividad y ejercicio, sueño, descanso, sexualidad, autoestima, asertividad, higiene, hábitos saludables y drogas legales, gripe, hipertensión, diabetes, hipertensión arterial, traumatismos, primeros auxilios básicos, cuidado del pie diabético, la digestión, la vejez...

Nº de sesiones anual	32
Nº de participantes	37
% mujeres	51,35%
% hombres	48,65%

Conclusiones:

Se considera necesario orientar en cuanto al cuidado de la enfermedad y hábitos saludables, para la mejora de la calidad de vida de los usuarios, siendo primordial el desarrollo de este taller durante el próximo año.

- **PSICOEDUCACIÓN / RELAJACIÓN**

La Psicoeducación consiste en aumentar el conocimiento por parte de los usuarios de los aspectos básicos referidos a la naturaleza de la enfermedad (diagnóstico, síntomas, etiología, curso y pronóstico) y a su tratamiento (implantación de la terapia farmacológica y mantenimiento de la misma, efectos principales y secundarios) para contribuir al cambio de creencias, actitudes y estrategias de afrontamiento para lograr la disminución de estrés, una mayor

adhesión al tratamiento y la prevención de recaídas, que les permita afrontar su enfermedad más efectivamente.

Con la relajación, se ayuda a eliminar o aliviar estas alteraciones, a disminuir los fallos de memoria. Reduce la tensión y relaja los músculos, mejora el estado de ánimo y nos ayuda a que nos sintamos más dispuestos y concentrados en nuestras tareas, es decir, mejora tanto el rendimiento físico como el intelectual.

Los objetivos planteados:

- Aumentar la conciencia y conocimiento del usuario sobre su propia enfermedad.
- Aceptación de la enfermedad.
- Aumentar el conocimiento sobre su tratamiento farmacológico.
- Adhesión al tratamiento farmacológico.
- Eliminar y/o aliviar las situaciones de tensión, ansiedad y estrés mediante ejercicios de relajación que ayuden además a mejorar las capacidades cognitivas y el estado de ánimo.
- Enseñar a los usuarios ejercicios de relajación para que los aprendan y puedan adquirirlos como un hábito diario para integrarlos en su quehacer diario para aprender progresivamente a relajarse eliminando así tensiones que puedan provocar otro tipo de trastornos.

Actividades desarrolladas:

- Dinámicas de crecimiento personal y autoestima.
- Charla coloquio sobre aspectos relacionados con la enfermedad mental.
- Técnica de Jacobson.
- Relajación un paseo por la playa.

- Masaje con pelotas.
- Mandalas.
- Relajación con aromas.
- Relajación guiada

Nº de sesiones anual	32
Nº de participantes	37
% mujeres	51,35%
% hombres	48,65%

Conclusiones:

El pilar fundamental para afrontar la enfermedad es adquirir conciencia de enfermedad, por lo tanto este taller se efectuará durante el año 2020 nuevamente.

- ESTIMULACION COGNITIVA

Lo que se ha pretende a través de este programa, es incidir de forma concreta sobre procesos cognitivos básicos, para una mejora en el funcionamiento social y de la autonomía del usuario, proporcionando un mantenimiento en las habilidades sociales adquiridas conanterioridad para así poder reforzarlas.

Los objetivos planteados:

- Valorar el deterioro cognitivo y las alteraciones relacionadas con él.
- Aliviar déficits cognitivos mediante el aprendizaje de estrategias compensatorias y de la estructura del entorno.
- Estimular las capacidades cognitivas de atención, memoria, concentración, percepción, razonamiento, lenguaje y funciones ejecutivas.

Actividades desarrolladas:

- Fichas para la estimulación de capacidades de atención, memoria, comprensión, expresión, cálculo, gnosias, praxias, orientación...
- Actividades cognitivas a través de ordenador.
- Sudokus.
- Pasatiempos.
- Dinámicas grupales: bingo musical, juegos con refranes, alto el lápiz, etc.

Nº de Sesiones anual	32
Nº de Participantes	37
% Mujeres	51,35%
% Hombres	48,65%

Conclusiones:

El mantenimiento de las capacidades cognitivas a través del taller de estimulación, favorece el enlentecimiento del deterioro asociado a la enfermedad. Por lo tanto, se seguirá trabajando en el próximo año.

- **PSICOMOTRICIDAD FINA / CREA**

La intervención a nivel motriz fina y gruesa se ha desarrollado a través de técnicas que potencian la habilidad y destreza, necesarias para el desarrollo de tareas rutinarias. Se pretende trabajar la psicomotricidad fina para mejorar sus habilidades manuales, la coordinación oculo-manual, las diferentes pinzas de los dedos, y mejorar los efectos secundarios provocados por la medicación.

Los objetivos planteados:

- Estimular hacia el desarrollo de intereses creativos.
- Potenciar las habilidades y destrezas finas a través del desarrollo de manualidades.

Actividades desarrolladas:

- Manualidades y actividades de motricidad fina: plantillas para ensartar aguja e hilo, recortar plantillas, fichas con punzones, pulseras con pajitas, papiroflexia, etc.
- Grafomotricidad.
- Juegos de habilidad.

MOTRICIDAD FINA

Nº de sesiones anual	30
Nº de participantes	16
% mujeres	50%
% hombres	50%

CREA

Nº de sesiones anual	31
Nº de participantes	37
% mujeres	51,35%
% hombres	48,65%

Conclusiones:

El hecho de potenciar y mejorar las habilidades y destrezas tanto manuales como del propio cuerpo y su globalidad, inciden en el incremento de la calidad de vida de la persona con enfermedad mental, de modo que dicho taller formará parte de las actividades del año 2020.

- TALLER DE LECTOESCRITURA

Leer y escribir, son excelentes actividades para detener el deterioro cognitivo progresivo de las capacidades cognitivas. Mientras leemos, obligamos a nuestro cerebro a pensar, ordenar ideas, ejercitar la memoria y a imaginar. A través de este taller se ofrece apoyo a aquellos usuarios que presentan dificultad en las tareas de lectura y escritura.

Los objetivos planteados:

- Estimular las capacidades cognitivas a través de la lectura.
- Promover hábitos de vida saludables en sus actividades de ocio y tiempo libre.

Actividades desarrolladas:

- Lectura y comprensión de textos.

Nº Sesiones anual	29
Nº Participantes	37
% Mujeres	51,35%
% Hombres	48,65%

Conclusiones:

A lo largo del año 2020 se llevará a cabo una campaña de fomento de la lectura, mediante las actividades programadas en el taller de esta manera el taller, continuará en la programación de actividades del año 2020 con el fin de animar a la lectura a los usuarios.

- TALLER DE OCIO

Se pretende conseguir un vínculo con la sociedad con una metodología basada en la participación en las actividades propuestas y en el entorno comunitario que la sociedad le ofrece. Conseguir, al fin, un medio donde la persona con enfermedad mental y sus familias puedan disfrutar, ocupar su tiempo libre. Ofreciendo paralelamente la posibilidad de respiro familiar. Las actividades de ocio y tiempo libre ayudan a minimizar los síntomas propios de la enfermedad, es decir, aumentan su autoestima, les ayuda salir del aislamiento, fomentan sus habilidades sociales, amplían sus relaciones sociales...

Los objetivos planteados:

- Ofrecer y desarrollar actividades de ocio y tiempo libre de forma grupal, y según sus intereses y motivaciones.
- Entrenar al usuario en la búsqueda de recursos existentes para fomentar el interés y la búsqueda de actividades de ocio.

Actividades desarrolladas:

- Feria de la salud.
- Feramur.
- Sepor.
- Salidas a Águilas
- Salidas la mercadillo
- Carnaval en CASER
- FESTIVARTE
- Desayunando con...
- Feria de medio día.
- Rutas de senderismo.
- Grabación de Corto.
- Brigada del pino.
- Salidas al Centro Comercial.

Nº de sesiones anual	83
Nº de participantes	37
% mujeres	51,35%
% hombres	48,65%

Conclusiones:

Las actividades de ocio serán un aspecto importante en la programación del año 2020 con el interés de ofrecer un amplio abanico de actividades culturales, deportivas, sociales y lúdicas.

- **NATACIÓN**

Proporcionar una autonomía básica en el medio acuático mediante el desarrollo de habilidades acuáticas básicas y específicas, y así poder disfrutar y desenvolverse en dicho medio.

Los objetivos planteados:

- Potenciar las habilidades y capacidades físicas en el medio acuático.
- Fomentar hábitos de vida saludables.

Actividades realizadas:

- Diferentes estilos de nadar
- Relajación.
- Ejercicios de tonificación en el agua.

Nº Sesiones anual	30
Nº Participantes	14
% Mujeres	44,85%
% Hombres	55,15%

Conclusiones:

Los beneficios a nivel físico que aporta la natación son primordiales para el mantenimiento de las capacidades físicas, de modo que el taller de natación continuará en el calendario de actividades del año 2020.

- **TALLER DE DEPORTE/ FÚTBOL/SENDERISMO/BICICLETA**

El taller de deporte se ha desarrollado dos veces a la semana en las instalaciones de la Urbanización Torre del Obispo y del propio centro, basándose en entrenamientos grupales y mediante la práctica de fútbol y otras modalidades de deporte. Una de las sesiones es impartida por un profesional de la educación física y la otra por el monitor/ entrenador del equipo de fútbol. Persiguiendo que las personas con enfermedad mental mantengan un hábito deportivo que favorezca los efectos beneficiosos que la actividad física ofrece; evitar el aumento de peso, prevenir enfermedades cardíacas, evitar o retrasar la aparición de hipertensión arterial, evitar el desarrollo de la diabetes, fortalecer músculos y huesos, mejorar el bienestar general y evitar la ansiedad, proporcionar más energía para todo el organismo, mejorar la digestión, aumentar la esperanza de vida y regular el sueño.

Los objetivos planteados:

- Fomentar un hábito deportivo y de higiene personal que favorezca los beneficios de la actividad física y el autocuidado.
- Mejorar la convivencia con el resto de compañeros y asociaciones de la región en cada jornada de liga.

Actividades que se desarrollan:

- Entrenamiento de fútbol para la participación en la liga de fútbol sala pro-salud mental iniciada a través de FEAFES.

- Práctica de otros deportes (baloncesto, voleibol, senderismo, balonmano, etc.)
- Ejercicios de calentamiento, flexibilidad, aeróbicos, resistencia, estiramientos...
- Técnicas y tácticas deportivas.
- Juegos populares grupales.
- Gimkanas y circuitos.
- Circuitos en bicicleta

DEPORTE

Nº Sesiones anual	27
Nº Participantes	37
% Mujeres	51,35%
% Hombres	48,65%

FUTBOL

Nº Sesiones anual	32
Nº Participantes	13
% Mujeres	15,38%
% Hombres	84,62%

SENDERISMO

Nº Sesiones anual	58
Nº Participantes	24
% Mujeres	52,5%
% Hombres	47,5%

BICICLETAS

Nº Sesiones anual	27
Nº Participantes	8
% Mujeres	62,5%
% Hombres	37,5%

Conclusiones:

El taller seguirá formando parte de las actividades del año 2020, ya que los participantes están muy motivados, además de mantener sus capacidades físicas y fomentar las relaciones sociales con compañeros de otras asociaciones en cada jornada de liga.

Además rememoran viejos tiempos al montar en bicicleta a la vez que mejorar las capacidades físicas y la coordinación.

- TALLER DE BUENOS DÍAS

El taller de Buenos Días, se realiza una vez por semana, en este, se pretende trabajar la orientación espacio-temporal, la motivación, los intereses personales... Mediante la lectura de noticias relevantes ya sea de periódico físico o informatizado, es un taller donde todos los usuarios participan y dan opiniones acerca de las noticias propuestas. Además se les da un té o infusión mientras que está transcurriendo el taller.

Objetivos planteados:

- Mejorar la orientación espacio-temporal
- Aumentar la comunicación tanto con compañeros como con profesionales
- Estar al día de las noticias más relevantes de nuestro país y comunidad.

Actividades que se desarrollan:

- Lectura de noticias del periódico
- Lectura de noticias del periódico digital
- Redacción de objetivos propuestos por cada usuario para cada mes

- Conocer el estado de ánimo de cada usuario al principio de semana.

Nº Sesiones anual	30
Nº Participantes	37
% Mujeres	51,35%
% Hombres	48,65%

Conclusiones:

El taller seguirá formando parte de las actividades del año 2020, ya que ha tenido una buena acogida durante el año 2019 por parte de los usuarios del centro. Aporta tanto beneficios cognitivos como a nivel social a las personas a las que se le imparte el taller.

3. DIRIGIDOS A LA FAMILIA:

3.1 PROGRAMA DE ESCUELA DE FAMILIAS / AYUDA MUTUA:

Dentro del enclave de la persona con problemas de Salud Mental, el principal recurso que posee es su entorno familiar más inmediato. La familia es una pieza clave para el cuidado y el soporte de las personas pertenecientes a dicho colectivo.

Las familias que conviven y tienen a su cargo a una persona con problemas de salud mental sufren una serie de dificultades, tensiones y sobrecarga y un peso tanto emocional como físico y económico, ya que un gran número de familias son de avanzada edad.

Esta carga familiar suele ser ocasionada por la gravedad de los síntomas de la Enfermedad Mental y de sus incapacitaciones en muchas esferas de la vida, como por ejemplo; el trabajo, el ocio, el afecto, los hábitos, las actividades de la

vida diaria y la socialización. Debido a estas tensiones, sobrecargas y dificultades para sobrellevar la situación, las familias tienen una serie de necesidades y problemáticas que, en la mayoría de las situaciones, no son atendidas.

Los principales cuidadores necesitan de un sistema de apoyo, atención y orientación para dar respuesta a la problemática que viven. Es importante evitar en las familias el retraimiento social en el que se encierran por temor a la vergüenza o al rechazo social.

De ahí la importancia de crear este programa de **ayuda mutua y escuela de familias** desde ASOFEM ante los déficits de alternativas de formación de las familias en materia de Salud Mental en la Comarca de Lorca, para que los familiares lleguen a asimilar y comprender sus sentimientos y adquieran una serie de habilidades psicosociales y pautas de actuación que favorezcan la rehabilitación de las personas afectadas por una enfermedad mental, y que a su vez, contribuyan a una convivencia familiar lo más estable y adecuada posible.

Desde el Hospital Rafael Méndez, contamos con la colaboración de profesionales para dar charlas a las familias y orientación en la enfermedad.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

▪ Apoyar a las familias o allegados/as de personas con problemas de salud mental contribuyendo al bienestar social y familiar de la persona con enfermedad mental.

✓ **ESPECÍFICOS:**

o Mejorar el conocimiento acerca de la enfermedad y de los recursos existentes para la recuperación.

o Mejorar las habilidades de afrontamiento de los familiares

o Mejorar la comunicación y el clima intrafamiliar.

o Incrementar la red social de la familia, promocionando el asociacionismo y los grupos de ayuda mutua.

□ **ACTIVIDADES:**

1. Determinación del calendario.
2. Elaboración y diseño del contenido, funcionamiento, programación y metodología del programa.
3. Evaluación y selección de los familiares para la escuela de familias.
4. Establecimiento de los grupos de escuela de familias.
5. Selección de los participantes de los grupos de ayuda mutua.
6. Establecimiento de los grupos de ayuda mutua.
7. Sesiones de grupo.
8. Actividades complementarias de convivencia y autoayuda.
9. Evaluación de seguimiento.
10. Evaluación final.

□ **BENEFICIARIOS:**

- Convivencia en un ambiente familiar que no favorezca la recuperación.
- Personas a quienes se les haya orientado desde algún servicio sanitario o social a este tipo de programa y no haya accedido aún.
- Aislamiento social y/o actitudes negativas hacia la interrelación social y/o familiar.
- Familias que conviven y ofrecen atención y cuidados a personas con discapacidad por enfermedad mental en situación de dependencia.
 - Familias monoparentales.
 - Mujeres con discapacidad.
 - Familias cuyo progenitor sea persona con discapacidad.
 - Familias del medio rural.

□ **EVALUACIÓN:**

El número de demandas recibidas para este año han sido 24 y todas ellas han sido atendidas en el programa de Psicoeducación.

De las 24 demandas que hemos recibido este año, se han atendido a las 24 personas, es decir un 100%.

Nº de participantes hombres	7	29,17%
Nº de participantes mujeres	17	70,83%

4. DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD:

4.1 PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO.

El Programa de Formación de Voluntariado tiene como finalidad la captación y preparación de aquellas personas que, debido a su solidaridad u otros motivos personales, están motivadas y dispuestas a prestar ciertos servicios, sin retribución económica, tanto en actividades propias de la asociación, como en actividades llevadas a cabo directamente con el usuario.

Desde ASOFEM somos conscientes de la necesidad de preparar a estos voluntarios, dada la importancia que su labor tiene tanto para la asociación como para las personas con problemas de salud mental, por lo que estamos dispuestos a organizar cursos de formación de voluntarios con la colaboración de profesionales (psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales, enfermeros y terapeutas ocupacionales) necesarios para conseguir una completa y satisfactoria formación de nuestros futuros voluntarios.

Puntualizar también la necesidad que los familiares de las personas con problemas de salud mental tienen de cualquier tipo de ayuda de personas ajenas al núcleo familiar que estén dispuestas a prestarles, por lo que no solamente es necesaria su preparación únicamente dirigida a la asociación y al

afectado por un problema de salud mental, sino también prepararlos en el trato directo con el familiar.

Ante la inexistencia de formación específica en salud mental para voluntarios, ASOFEM pone a disposición de la sociedad este recurso, recibiendo el apoyo de los distintos recursos comunitarios existentes en nuestra comarca (Servicios sociales, centro de salud mental, Hospital Rafael Méndez).

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Promover y reforzar el voluntariado en el ámbito de la salud mental.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Sensibilizar a la sociedad sobre la importancia del voluntariado social y del movimiento asociativo de personas con problemas de salud mental.
- Incorporar y mantener voluntarios a las asociaciones de familiares y personas con problemas de salud mental.
- Formar al voluntariado de las asociaciones.
- Promover la participación activa de los voluntarios y su pertenencia a redes.

□ **ACTIVIDADES:**

Fase I: **CAPTACIÓN DE VOLUNTARIADO Y DIVULGACIÓN DEL CURSO:**

Se han elaborado trípticos informativos con el contenido del curso y se han difundido por las Escuelas Universitarias de Trabajo Social, Pedagogía, Psicología y Enfermería de Lorca y Murcia, además de los distintos Centros Educativos que imparten Módulos Formativos relacionados con este campo (Integración Social, Auxiliar Educativo...) e I.E.S. que contemplan de asignatura optativa de Psicología. También han sido informados del Curso, prensa y radios locales, así como dispositivos sociocomunitarios y otras ONG's, los cuales derivan a personas interesadas en esta formación.

FASE II: PARTE TEÓRICA:

Esta parte consiste en dar un conocimiento básico a los participantes sobre la Salud Mental para poder actuar de forma adecuada en sus tareas de voluntarios en esta Asociación. Esta fase ha sido impartida por profesionales en el campo de Salud Mental que forman parte de los recursos comunitarios de Lorca y su comarca.

FASE III: PARTE PRÁCTICA:

En esta fase los participantes del curso han tomado contacto directo con las personas con problemas de salud mental en el Centro de ASOFEM y a través de una visita al centro de día y sus correspondientes instalaciones, observando la dinámica de funcionamiento en esta unidad.

Los voluntarios que han decidido participar en ASOFEM están asegurados mediante póliza, las actividades en las que han participado han sido las siguientes:

Hacia la sensibilización de la comunidad:

- Feria del voluntariado.
- Feria de la Salud
- Charla a estudiantes del curso Atención Sociosanitaria realizado por el SEF.
- Tqalleres ocupacionales
- Apoyo en AVD´s
- Apoyo en Ocio y Tiempo libre
- Acompañamiento

Hacia el usuario:

- Acompañamiento y apoyo en las actividades de Ocio y TiempoLibre (senderismo, cine, excursiones manualidades, y otras).
- Acompañamiento a recursos culturales y sociales.
- Apoyo en los talleres ocupacionales.
- Desarrollo de un taller de manualidades.
- Salidas a la sierra y salidas culturales.

Hacia ASOFEM:

- Colaboración en la Sede de ASOFEM

□ **BENEFICIARIOS:**

- Personas mayores de 18 años.
- Que sean responsables.
- Buenas habilidades de relación y comunicación.
- Comprometidas y constantes en la labor que se realizan.
- Discretas.
- Con capacidad para trabajar.
- Que hayan recibido la formación adecuada.

□ **EVALUACIÓN:**

El número de demandas recibidas para este año han sido 14 y todas ellas han sido atendidas en el programa de mantenimiento del voluntariado.

De las 14 demandas que hemos recibido este año, se han formado a las voluntarios, es decir un 100%.

Nº de participantes hombres	3	21,42%
Nº de participantes mujeres	11	78,58%
Nº de participantes total en curso	14	100%
Nº de voluntarios hombres	0	0%
Nº de voluntarias mujeres	2	100%
Nº de voluntarios/as total en activo	2	100%

4.2 PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN:

A lo largo de la historia la sociedad ha tenido una imagen social no deseada del colectivo de personas con problemas de salud mental y sus familias, favoreciendo la existencia de juicios negativos. Esto ha creado marginación,

rechazo y estigma social hacia estas personas, entorpeciendo con ello la integración en su entorno comunitario.

No debemos olvidar que la enfermedad mental es una enfermedad más, y por tanto debe ser tratada y aceptada como el resto.

En este contexto se plantea la **Sensibilización de la Comunidad**, entendida como una “Intervención social, que tiende a modificar, de forma consciente, el comportamiento en relación a las personas que padecen trastornos mentales”. Esto resulta imprescindible para que la imagen del colectivo de personas con problemas de salud mental, sus familias y asociaciones lleguen al gran público que es la sociedad de la forma más adecuada posible.

Desde nuestra Asociación consideramos de vital importancia que la sociedad reciba información sobre la enfermedad mental, como un modo de acercarse a ella comprendiéndola y cambiando los posibles esquemas de conocimiento erróneos que lamentablemente han heredado de generaciones anteriores.

Por todo ello, se hace un llamamiento a la sociedad, para que no sean simples receptores pasivos de información, y se les invita a que sean sujetos activos de la Integración Social de este colectivo. Por este motivo, desde ASOFEM se lleva a cabo éste programa de Información, Promoción y Sensibilización de la Salud Mental en la sociedad, con el fin de aumentar el reconocimiento social de las personas con problemas de salud mental, sensibilizar a los ciudadanos e introducir cambios positivos en la opinión pública, construir una imagen social deseada de este colectivo, proporcionar información sobre la igualdad de derechos y oportunidades de estas personas, etc... Y en definitiva, extender el conocimiento social sobre lo que es la salud mental.

□ **OBJETIVOS:**

✓ **GENERALES:**

- Informar, sensibilizar y concienciar a la población de Lorca y su comarca sobre la problemática de la salud mental.

✓ **ESPECÍFICOS:**

- Informar a la sociedad lorquina y su comarca sobre la enfermedad mental a través de medios de comunicación locales.
- Informar y concienciar a la población general a través de campañas de sensibilización de la Salud Mental.
- Implicar a los organismos públicos y privados de la sociedad lorquina y su comarca para su colaboración en la difusión de la realidad de la Salud Mental.

□ **ACTIVIDADES:**

Estas actividades se han realizado desde la asociación, con carácter tanto externo como interno, con la finalidad de implicar a la sociedad lorquina en la participación de las actividades que desarrolla A.S.O.F.E.M y concienciándoles del poder de reivindicación como medio para cambiar el entorno.

En todas las actividades de sensibilización realizadas se ha intentado mantener vivo el espíritu reivindicativo de las familias afectadas, así como concienciarles del fin principal a conseguir: “el bienestar de las personas con enfermedad mental “.

Las actividades de difusión y sensibilización realizadas en el 2019 han sido:

➤ **Información:**

- **10 Programas de radio:**

1. En el mes de junio se llevaron a cabo **2** programas en la radio local (Cadena Azul) donde se habló sobre ASOFEM y la salud mental, y por otro lado de la II Gala Solidaria “Por tí” a beneficio de ASOFEM. Esta actuación fue llevada a cabo por la psicóloga.
2. Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental se desarrollaron **1** en Cadena Azul y **1** en Cadena SER en Octubre.
3. Con motivo de nuestra Comida Solidaria e ASOFEM se participó en **1** entrevista en la radio local Cadena Azul y **1** entrevista en Cadena SER en Noviembre.
4. Con motivo del VIII Certámen de Cortos de la Federación Salud Mental región de Murcia, celebrado en Lorca, se han realizado **1** entrevista en Cadena Azul y **1** entrevista en Cadena SER Lorca en Diciembre.

5. Con motivo del Concurso “CINFA 50 Y MÁS”, en el que hemos participado y hemos sido galardonados situándonos dentro de los 50 primeros puestos a nivel nacional (1 entrevista en Cadena Azul en Septiembre, y 1 Cadena Cope Nacional en Diciembre)

Estas actuaciones han sido llevadas a cabo por la psicóloga y el Trabajador Social.

- Noticias actuales a diario en redes sociales: Facebook y Twitter.
 - 2 programas en TV:
 1. Se le ha dado difusión en televisión local (Comarcal TV - Junio) al cartel de la II Gala Solidaria “Por ti”
 2. Se ha participado en televisión local (Comarcal TV - junio) para retransmitir la II Gala Solidaria “Por ti” a beneficio de ASOFEM
 - 2 ruedas de prensa:
 1. En el mes de octubre con motivo del Día mundial de la Salud Mental y acompañados de la Corporación Municipal del Ayuntamiento de Lorca, participamos en 1 Rueda de Prensa en la que participación de medios de comunicación locales: El Gabinete de Prensa del Ayuntamiento de Lorca, Cadena Ser, Cadena Cope, y Comarcal TV.
 2. En el mes de Diciembre con motivo del VIII Certamen de cortos de la Federación Salud Mental Región de Murcia participamos en 1 Rueda de Prensa de medios de comunicación locales y regionales: El Gabinete de Prensa del Ayuntamiento de Lorca, Comarcal TV y 7 Región de Murcia
- Actualización de la página web de ASOFEM: www.asofem.org.

➤ **Actividades de Sensibilización:**

Durante el año 2019 se han desarrollado las siguientes actividades:

- Se han distribuido una media de + 2.400 trípticos informativos (en la feria del voluntariado en Murcia, en Feria de la Salud de Lorca, en las mesas informativas del Día Mundial de la salud Mental, en el Centro de Salud Mental, en la unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez, en la Casa de ONG´s y en Servicios Sociales de Lorca, en los Institutos de Lorca).

➤ **Campañas de Concienciación y Sensibilización sobre la Enfermedad Mental:**

Se ha conseguido la participación y asistencia de representantes políticos de Lorca (Excmo. Alcalde de Lorca, Concejal de Festejos, Juventud, Sanidad y Consumo y Participación Ciudadana. Concejal de Servicios Sociales, del Mayor y ONGs. y Representantes del Partido Popular de Lorca) en la Gala benéfica “ Por ti” a beneficio de ASOFEM en junio, En la Comida Solidaria de ASOFEM en Noviembre, en las mesas informativas en octubre y en el VIII Certamen de cortos de la Federación Salud Mental Región de Murcia en diciembre (con la participación en este certamen de los siguientes políticos: Excmo. Alcalde Lorca Don Diego José Mateos. Consejero de salud Don Manuel Villegas García. Directora general de Persona con Discapacidad Doña Conchita Ruiz caballero. Senadora por la Región de Murcia Doña Violante Tomás Olivares. Diputada Regional GP Popular Doña M^a del Carmen Ruiz Jódar. Diputada Regional GP Popular Doña Maruja Pelegrín. Diputado Regional GP Popular Don Antonio Calderón. Diputada Regional GP Popular Doña Sonia Ruiz. Diputada Nacional GP Socialista Dña Marisol Sánchez Jódar, Diputado Regional GP Socialista D. Jose Antonio Peñalver. Diputado Regional GP Socialista D. Emilio Ivars. Teniente Alcalde y Concejala de Servicios Sociales de Lorca Doña M^a Dolores Chumillas Martínez. Teniente Alcalde y Concejal de Sanidad, Festejos... de Lorca Don Jose Ángel Ponce Díaz. Concejala PP Lorca. Doña Mayte Martínez Sánchez. Concejal PP Lorca D. Francisco Javier Martínez.)

Se consiguió que Antonio Hidalgo (Presentador de TV de la Región de Murcia) haya sido el Padrino 2019 de nuestra comida Solidaria. Esta actividad la ha desarrollado la administrativa.

Se consiguió la participación gratuita y altruista del presentador de televisión/ locutor de radio, Jorge González en nuestra Comida Solidaria.

□ **BENEFICIARIOS:**

La población beneficiaria ha sido la población lorquina, no pudiendo cuantificar el número de oyentes, videntes o lectores ya que se ha propagado la información a través de entrevistas en radio, televisión, correo electrónico, Facebook, Twitter y noticias en prensa escrita, siendo imposible conocer el número exacto de oyentes, videntes o lectores.

□ **EVALUACIÓN:**

Se han conseguido en este programa los siguientes resultados:

Nº de programas de información en radio.	10
Nº de trípticos informativos distribuidos.	± 2400
Nº de campañas realizadas.	1
Nº de notas de prensa	9
Nº de participación en programas de T.V.	2
Nº de participación en prensa.	0
Nº de participación en redes sociales.	± 120
Nº de comidas solidarias realizadas.	1

El impacto o efecto de las actuaciones desarrolladas en éste programa no es cuantificable con exactitud debido a que va dirigido a la sociedad en general y no es posible conocer el número de personas que ha alcanzado.

En Lorca a 20 de mayo de 2020