



MEMORIA TÉCNICA ASOFEM

AÑO 2020

1. ÍNDICE:

1: IDENTIDAD.

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

2: ACTIVIDADES.

2.1. Marco teórico.

- 2.1.1 Servicios dirigidos a la persona con problemas de salud mental y su familia.
- 2.1.2 Servicios dirigidos a la persona con problemas de salud mental.
- 2.1.3 Servicios dirigidos a la familia.
- 2.1.4 Servicios dirigidos a la comunidad.

2.2. Actuaciones frente al COVID-19.

2.3. Servicios y actividades.

- 2.3.1 Dirigidos a la persona con problemas de salud mental y su familia.
- 2.3.2 Dirigidos a la persona con problemas de salud mental.
- 2.3.3 Dirigidos a la familia.
- 2.3.4 Dirigidos a la comunidad.

CAPÍTULO 1: IDENTIDAD.

1.1. Qué es ASOFEM (Misión, Visión y Valores)

MISIÓN:

Acompañar en la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y a sus familias, informando a la Sociedad sobre la salud mental y promoviendo la erradicación del estigma social.

VISIÓN:

Que las personas con problemas de salud mental tengan un plan de vida, un hogar, un trabajo, un futuro mejor junto a su familia.

VALORES DE ASOFEM.

- Autodeterminación:** La Asociación promueve la capacidad de las personas para decidir sobre su vida, promoviendo la máxima autonomía y capacidad propia individual.
- Democracia:** En la Asociación, la toma de decisiones se produce mediante el diálogo y el consenso, como estrategia previa a la votación.
- Eficiencia:** La Asociación realiza un uso racional de sus medios para el cumplimiento de sus objetivos.
- Justicia:** La Asociación defiende los derechos de las personas con problemas de salud mental y sus familias exigiendo las condiciones adecuadas para el ejercicio pleno de sus derechos, reconociendo de forma explícita, necesidades y expectativas diferentes, siempre desde el respeto y la defensa de la individualidad.
- Liderazgo:** La Asociación asume ser portavoz y representante de sus miembros, lo que supone lograr canales de participación, comunicación y acercamiento con el resto de la Sociedad.

- **Participación:** La Asociación promueve la colaboración de todos sus grupos de interés (personas con problemas de salud mental, familiares, amigos, voluntarios, profesionales, otros miembros del movimiento de la discapacidad y del tercer sector, etc.) para el cumplimiento de su misión y visión, promoviendo acciones y actitudes que garanticen la participación.

- **Solidaridad:** La Asociación entiende la solidaridad como emanación natural del trabajo en común y la promueve entre sus grupos de interés. Impulsa el apoyo y aprendizaje mutuos. Para ello pone a disposición su información, su conocimiento, sus formas de hacer y sus logros, de manera que puedan ser útiles y provechosos para personas y entidades del tercer sector. Asimismo, fomenta la solidaridad promoviendo y promocionando el voluntariado social

- **Transparencia:** la Asociación asegura una información completa y veraz en todos los aspectos relacionados con sus actuaciones internas y externas, dotándose de manera permanente de un sistema de gestión de calidad, en el que se contemplen las adecuadas auditorías internas y externas

1.2. Órgano Directivo.

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

Presidente:

Vicepresidente:

Vicepresidente 2º:

Tesorero:

Secretario:

Vocal:

1.3. Equipo Técnico.

Directora _____

Coordinadora _____

Psicólogas _____

Trabajador Social _____

Terapeuta Ocupacional _____

Enfermera _____

Integradora Social _____

Monitor _____

Cuidadores _____

Auxiliar de enfermería _____

Administrativa _____

Limpiadora _____

Mantenimiento _____

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:

2.1.1 SERVICIOS DIRIGIDOS A LA PERSONA CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SU FAMILIA:

- Servicio de acogida, asesoramiento, información, orientación, atención y derivación.
- Programa de respiro familiar.
- Programa de atención individualizada social y psicológica a personas con problemas de salud mental y sus familiares.
- Servicio de Apoyo a Personas con Discapacidad (SADEM).

2.1.2 SERVICIOS DIRIGIDOS A LA PERSONA CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL:

- Centro de Día/ Programa de Rehabilitación Psicosocial.

2.1.3 SERVICIOS DIRIGIDOS A LA FAMILIA:

- Programa de Intervención Psicosocial/ Grupos de Ayuda Mutua.
- Atención Familiar Urgente.

2.1.4 SERVICIOS DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD:

- Programa de Mantenimiento del Voluntariado.
- Programa de Información y Sensibilización.

2.2. Actuaciones frente a la COVID- 19

• ***Todas las actuaciones que se redactan en este documento se han desarrollado desde el 16 de marzo de 2020 (con todos los usuarios del Centro de Día) hasta la actualidad (con aquellos usuarios que por su vulnerabilidad todavía no han podido asistir presencialmente al Centro), siempre usando las EPI's necesarias.***

- Servicio de Manutención, a través de una entrega de comida diaria a los usuarios del CD que así lo han solicitado.

- Servicio de Seguimiento, que consiste en que cada tutor de los usuarios de Centro de Día se pone en contacto cada dos días para hacerle un seguimiento del estado emocional y la situación personal a sus tutorizados.

- Servicio de enfermería, se controla que no se olviden los inyectables, la enfermera, además, resuelve las dudas que tenga la familia sobre cuestiones de salud y/o alimentación.

- Servicio de psicología, tras detectar la necesidad psicológica, inmediatamente las psicólogas atienden al usuario y hacen las derivaciones psiquiátricas pertinentes.

Gracias a este seguimiento solo ha sido ingresada en psiquiatría, voluntariamente, una persona durante toda la pandemia.

Además, desde el día 30 de marzo 2020 hasta el 25 de mayo de 2020 nuestras psicólogas atendieron a las familias a través del número 900 que publicó la CCAA con un horario establecido de 09:00h a 19:00h.

- Servicio de Trabajo Social, Según se detectan necesidades sociales el trabajador Social atiende a las familias y deriva a los recursos pertinentes.

El día 27 de marzo de 2020 el T.S. contactó telefónicamente con todos los socios para comprobar su estado, confirmando que todos estaban bien y facilitándoles dos números de contacto para posibles situaciones de necesidad social o psicológica.

- Servicio de Apoyo a personas con discapacidad, se atiende bien telefónicamente o bien presencial, según la demanda de los beneficiarios de este servicio fuera de CD, para control y seguimiento de la situación de aquellas personas que se encontraban en aislamiento social antes de la pandemia.

- Servicio de información a la comunidad, se actualizan de forma frecuente las redes sociales, publicando además de las noticias propias de ASOFEM, las recomendaciones de la Confederación, de la Federación y otros de datos interés respecto al COVID- 19 con decretos oficiales.

- Talleres grupales por videoconferencia, Whatsapp, y papel.

- Atenciones en los domicilios, según las necesidades individuales, visita un profesional u otro. El trabajador social visita para comprobar las necesidades sociales, la enfermera para organizar medicación y dietas, la psicóloga para comprobar la estabilidad psicopatológica o el tutor para el ocio.

- Acompañamientos terapéuticos desde que permitieron salir a pasear, los tutores realizan senderismo rural o urbano.

- Acceso a las nuevas tecnologías, se han adquirido 20 tablet para facilitar el acceso a las actividades online para aquellas personas que no disponían de medios técnicos para tal fin.

- Actividades en papel para aquellas personas que no querían acceder a las tareas online.

- Adecuación del centro para conseguir un Centro Libre de COVID-19, hasta ahora no se ha producido ningún contagio, para ello se ha instaurado un Plan de Contingencia en el que se desarrollan las siguientes actuaciones: desinfección integral del centro por parte del Excmo. Ayuntamiento de Lorca, desinfección de los conductos del aire, desinfección diaria de las furgonetas, desinfección diaria de las estancias y equipamiento utilizados, creación de grupos burbuja por colores, distribución de salas de actividad, patios, zonas comunes y taquillas individuales entre los tres grupos burbuja, adquisición de puntos de desinfección de manos, papeleras con tapadera, pañuelos de papel..., alfombras desinfectantes, EPI,s, Instalación de infografías indicativas de las medidas de higiene, compra de material individual y mamparas en recepción, toma de temperatura y limitación de acceso a personas externas, adaptación de la grifería con sensor, adquisición de 3 medidores de CO2, entre otras.

(* SE ADJUNTA EL PLAN DE CONTINGENCIA ANTE EL COVID- 19)

2.3. Servicios y Actividades.

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

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, presencial o telefónicamente, 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 siguientes 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: 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 2020 han sido 9 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 9 recepciones de demanda que hemos recibido este año, se ha atendido al 100%, y se han realizado 2 derivaciones a otros recursos (ISOL y El Buen Camino).

Nº de atenciones a usuarios	9	100%
Nº de derivaciones	2	22,22%

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 dónde 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 cuidador principal 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 cuidador principal presenta problemas de salud que merman su capacidad de prestar cuidados personales a un tercero.

□ **EVALUACIÓN:**

1 persona con problemas de salud mental ha sido beneficiaria del servicio de Respiración 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.

Esta persona ha sido informada sobre los objetivos y actividades a desarrollar en el servicio.

Nº de atenciones a usuarios	1	100%
------------------------------------	----------	-------------

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 157 personas, tanto presencial como telefónicamente (55 usuarios y 102 familiares).

Nº de usuarios atendidos	55	35,03%
Nº de familiares atendidos	102	64,97%

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 139 personas, tanto presencial como telefónicamente (51 usuarios y 88 familiares).

Nº de usuarios atendidos	51	36,69%
Nº de familiares atendidos	88	63,31%

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 ha atendido a 37 personas, tanto presencial como telefónicamente

Nº de atenciones a usuarios	37	100%
------------------------------------	-----------	-------------

4.-SERVICIO DE APOYO A PERSONAS CON DISCAPACIDAD:

(Para 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 infrutilización 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 contemplada, 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.

□ **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:**

4 personas han sido visitadas en sus domicilios, por la psicóloga y la trabajadora social de ASOFEM, a través del programa de Acompañamiento Integral. (desde el 01 de enero de 2020 hasta el 14 de marzo de 2020, a partir de esta fecha las atenciones han sido telefónicas para no poner en riesgo a los usuarios y sus familias)

Nº de atenciones a usuarios	4	100%
Nº de demandas	4	100%

5.- PROGRAMA INFANTO JUVENIL

□ OBJETIVO:

- Prevenir la enfermedad mental atendiéndola a la población infanto-juvenil

□ EVALUACIÓN:

- Debido al confinamiento por Estado de Alarma durante el último periodo escolar 2019/2020, no fue posible finalizar el curso de manera presencial, ocasionando un desajuste emocional y educativo en todos los niños, especialmente en los niños con problemas de adaptación. El inicio del curso escolar 2020/21 tampoco ha sido propicio para conseguir su estabilidad, ya que ha sido una educación telemática, ocasionando un perjuicio a aquellas familias con escasos recursos económicos y a los alumnos que necesitan un apoyo escolar extraordinario, siendo para ellos muy difícil alcanzar los niveles mínimos exigidos por la Ley educativa, favoreciendo que exista una gran frustración por parte de los niños con estas necesidades y sus familias, haciendo que no solo perjudique a nivel educativo, sino también a nivel emocional, psicológico y social.

Es por esto por lo que ASOFEM ha trabajado con los colegios y los equipos de orientación para conseguir que 10 alumnos con problemas de adaptación accedan a clases de apoyo escolar proporcionadas por ASOFEM, impartiendo dichas clases en una sala perteneciente a un edificio municipal para que desde enero hasta julio de 2021 estos niños puedan conseguir los objetivos escolares fijados por los centros educativos.

2.3.2 DIRIGIDOS A LA PERSONA CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL:

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 o a través de plaza privada)

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.

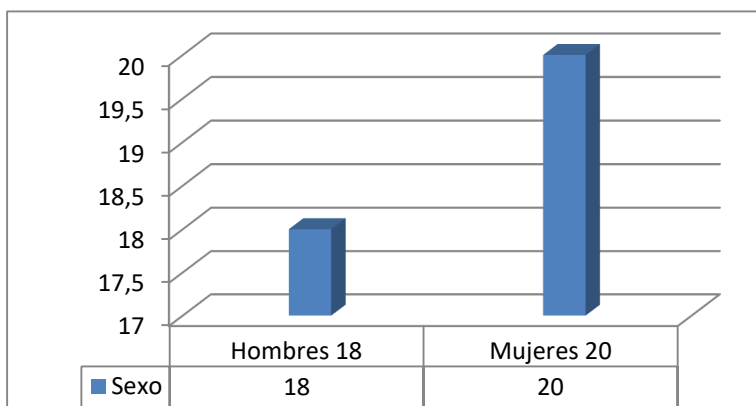
✓ **ESPECÍFICOS:**

- 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 2020, tanto usuarios que han seguido en el centro de día como usuarios que se han dado de baja, sumando un total de 38 personas). Género:



Edad media de 51,78 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 desde enero de 2020 hasta el 14 de marzo de 2020. Tras esta fecha y con la entrada de la pandemia provocada por la COVID-19, los talleres se formularon con diferente metodología que quedará reflejada en el punto siguiente.

Talleres	Nº de sesiones anual	Nº de participantes
Actividades ocupacionales	8	38
Educación para la salud	9	38
Psicoeducación/Relajación	9	38
Estimulación Cognitiva	8	38
Psicomotricidad fina	8	14
Lectoescritura	8	38
Ocio	10	38
Deporte	8	38
Fútbol	8	11
Natación	9	14
Buenos Días	9	38
Ciclopaseo/Arreglo de Bicicletas	6	6
¡ CREA!	8	38
Senderismo	19	38

Los usuarios que se contabilizan en los talleres son 38 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 38 usuarios.

□ **EVALUACIÓN:**

La evaluación de todos los talleres anteriormente mencionados se ha efectuado a través de la observación directa en cada sesión, además de, la cumplimentación de una escala tipo likert valorando los siguientes ítems:

- Asistencia a la actividad
- Motivación generada
- Comprensión de los contenidos
- Participación en la actividad
- Conductas disruptivas durante la evolución de la sesión.

A continuación, se muestra una breve descripción de cada uno de los talleres y actividades desarrolladas durante los tres primeros meses del año 2020.

- **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 (AVD) constituye en sí un destacado predictor del curso y pronóstico de los problemas de salud mental, 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.
- Fomentar el mantenimiento de las AVD´s en el domicilio.

Actividades realizadas:

- Actividades básicas de la vida diaria:
 - Desarrollo de tareas de autocuidado: baño, vestido, higiene bucodental, aseo personal, peinado etc.
 - Pautas y recomendaciones para el cuidado personal.
 - Actividades instrumentales de la vida diaria:
 - Actividades domésticas (poner y recoger la mesa, tirar la basura...)
 - 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
 - Limpieza de las furgonetas del centro.

Nº de sesiones anual	8
Nº de participantes	38
% mujeres	52,63%
% hombres	47,37%

Conclusiones:

A través del taller de actividades ocupacionales se han obtenido resultados positivos 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 2021. 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. Además, en este taller, la enfermera controla mensualmente el peso, la talla y la tensión arterial de forma individual a cada uno de los usuarios, de esta manera se lleva un control exhausto para prevenir posibles patologías.

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, COVID-19, donación de sangre y órganos, tiroides ...

Nº de sesiones anual	9
Nº de participantes	38
% mujeres	52,63%
% hombres	47,37%

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 2021

- **PSICOEDUCACIÓN / RELAJACIÓN**

La Psicoeducación consiste en aumentar el conocimiento por parte de los usuarios de los aspectos básicos referidos a la naturaleza del problema de salud mental (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	9
Nº de participantes	38
% mujeres	52,63%
% hombres	47,37%

Conclusiones:

El pilar fundamental para afrontar la enfermedad es adquirir conciencia de enfermedad, por lo tanto, este taller se efectuará durante el año 2021 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 con anterioridad 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 desarrolla:

- 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.
- Próximamente programa de estimulación cognitiva GRADIOR.

Nº de Sesiones anual	8
Nº de Participantes	38
% Mujeres	52,63%
% Hombres	47,37%

Conclusiones:

El mantenimiento de las capacidades cognitivas a través del taller de estimulación, favorece el enlentecimiento del deterioro asociado a los problemas de salud mental. Se pretende implantar para el próximo año 2021 el programa de estimulación cognitiva GRADIOR, por lo que se va a seguir desarrollando este taller.

- **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 óculo-manual, las diferentes pinzas de los dedos, y mejorar los efectos secundarios provocados por los fármacos.

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, hama etc.
- Grafomotricidad.
- Juegos de habilidad motriz fina.

MOTRICIDAD FINA

Nº de sesiones anual	8
Nº de participantes	14
% mujeres	57,14%
% hombres	42,86%

CREA

Nº de sesiones anual	8
Nº de participantes	38
% mujeres	52,63%
% hombres	47,37%

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 manera que le permiten desarrollarse de una forma más autónoma en su vida diaria, de modo que dicho taller formará parte de las actividades del año 2021.

- 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. Además, se trabaja la ortografía con todos los usuarios que participan en él.

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.
- Fomentar la correcta escritura
- Mejorar la ortografía y caligrafía

Actividades desarrolladas:

- Lectura y comprensión de textos.
- Realización de preguntas de comprensión lectora.

Nº Sesiones anual	8
Nº Participantes	38
% Mujeres	52,63%
% Hombres	47,37%

Conclusiones:

A lo largo del año 2021 el taller, continuará en la programación de actividades 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.
- Fomento del ocio responsable en la comunidad.

Actividades desarrolladas habitualmente:

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

Actividades desarrolladas 2020:

- Cine-Fórum
- Salidas al Centro Comercial
- Charla Protección Civil: RCP
- Mercadillo semanal
- Jornadas de liga
- Exposiciones culturales
- Convivencia con ISOL
- Carnaval CASER
- Dinámicas de grupo
- Brigada del pino

Nº de sesiones anual	10
Nº de participantes	38
% mujeres	51,35%
% hombres	48,65%

Conclusiones:

Las actividades de ocio serán un aspecto importante en la programación del año 2021 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, además de mejorar el estado y la forma física de los usuarios.

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	9
Nº Participantes	14
% Mujeres	57,14%
% Hombres	42,86%

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 2021.

- TALLER DE DEPORTE/ FÚTBOL/SENDERISMO/BICICLETA

El taller de deporte se ha desarrollado varias 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 problemas de salud 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.

- Fomentar los juegos y el trabajo en equipo.
- 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	8
Nº Participantes	38
% Mujeres	52,63%
% Hombres	47,37%

FUTBOL

Nº Sesiones anual	8
Nº Participantes	11
% Mujeres	27,28%
% Hombres	72,72%

SENDERISMO

Nº Sesiones anual	19
Nº Participantes	38
% Mujeres	52,63%
% Hombres	47,37%

BICICLETAS

Nº Sesiones anual	6
Nº Participantes	6
% Mujeres	37,33%
% Hombres	62,67%

Conclusiones:

El taller seguirá formando parte de las actividades del año 2021, 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	9
Nº Participantes	38
% Mujeres	52,63%
% Hombres	47,37%

Conclusiones:

El taller seguirá formando parte de las actividades del año 2021, ya que ha tenido una buena acogida durante el año 2020 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.

SERVICIO DE REHABILITACIÓN DURANTE LA PANDEMIA:

A partir de la pandemia, desde el 14 de marzo hasta la actualidad, los talleres se han impartido en diferentes modalidades, adaptándose a las necesidades individuales de cada uno de los usuarios.

Las modalidades establecidas han sido; modalidad on-line mediante la red social WhatsApp, a través de correo electrónico y videollamas, además de rehabilitación en papel que se ha repartido semanalmente en los domicilios de cada uno de los usuarios que lo han solicitado.

Los talleres que se han impartido en estas modalidades son:

Estimulación cognitiva

Psicoeducación/Relajación

Lectoescritura

Taller CREA

Buenos días

Motricidad fina

Deporte

Educación para la salud.

Todos ellos, han sido evaluados como se ha mencionado anteriormente, mediante una escala tipo Likert y con la opción de poner observaciones por parte de los diferentes profesionales que imparten dichos talleres y actividades.

A continuación, se muestra una tabla resumen con los 25 usuarios que han participado, los demás han recibido servicios de otro tipo:

TALLER	Nº DE SESIONES	Nº DE PARTICIPANTES	%MUJERES	%HOMBRES
Estimulación Cognitiva	24	24	54,17%	45,83%
Psicoeducación/Relajación	24	24	54,17%	45,83%
Lectoescritura	24	24	54,17%	45,83%
CREA	22	24	54,17%	45,83%
Buenos días	24	24	54,17%	45,83%
Motricidad Fina	24	24	54,17%	45,83%
Deporte	24	24	54,17%	45,83%
Educación para la salud	19	24	54,17%	45,83%

2.3.3. DIRIGIDOS A LA FAMILIA:

1.- PROGRAMA DE ESCUELA DE FAMILIAS / AYUDA MUTUA:

Durante la pandemia no hemos podido organizar la escuela de familias, puesto que no estaban vacunados y la mayoría eran vulnerables por edad o vivían con alguna persona vulnerable al COVID- 19, por lo que se optó a prescindir de este recurso durante el año 2020 y activarlo en 2021.

2.3.4 DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD:

1.-PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO.

Durante el año 2020 no hemos formado ni hemos incorporado voluntarios a nuestra Asociación, hemos querido ser prudentes y evitar actividades y eventos en los que necesitábamos a voluntarios y nos hemos ceñido estrictamente a la normativa ante el COVID-19 y al sentido común.

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 enfermedad 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 esta actividad de Información, Promoción y Sensibilización de la Salud Mental en la sociedad, con el fin de aumentar

el reconocimiento social de las personas con enfermedad 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

La persona responsable de esta actividad y representante en los medios de comunicación es la psicóloga. Esta profesional es la encargada de planificar las tareas y de derivar su ejecución a la administrativa del centro, tales como, la colocación de mesas informativas/ petitorias, campañas de sensibilización, cenas benéficas y manejo diario de redes sociales (página Web, Facebook y Twitter) por sus altos conocimientos de las redes sociales y por su fácil acceso a las empresas colaboradoras con ASOFEM en los eventos que organiza.

□ **ACTIVIDADES:**

Se han llevado a cabo 15 programas tanto en radio local como en prensa escrita donde se ha hablado sobre:

Programas de Radio: 11 intervenciones

* Lucha contra el estigma y servicios de ASOFEM (1 en Cadena SER Lorca-02/03/2020)

* COVID- 19 y Salud Mental (1 en Cadena Azul Lorca – 24/04/2020 y 1 en Cadena Ser Lorca -06/04/2020).

* Adaptación Servicios que presta ASOFEM en la nueva situación del COVID 19- (2 en Cadena Ser Lorca – 02/05/2020 y el 02/06/2020)

https://cadenaser.com/emisora/2020/06/02/radio_lorca/1591103480_307395.html

* Medidas adoptadas por ASOFEM para la prevención de posibles contagios por COVID-19 y adaptación del centro a las nuevas normativas (1 en Cadena Azul - 14/09/2020).

* Actuaciones a desarrollar por el Día Mundial de la Salud Mental (1 en cadena azul - 07/10/2020)

* Celebración del Día mundial de la salud Mental (1 en cadena azul, 1 en cadena ser y 1 en radiolorca online- 08/10/2020).



* Funcionamiento tras la adaptación al COVID-19 de los usuarios, tanto Atención presencial como telemática (1 en cadena Cope- 12/12/2020)

Prensa escrita: 4 artículos

* Entrega de llaves de dos pisos, cedidos por parte del Excmo. Ayuntamiento de Lorca a ASOFEM en el barrio de San Fernando, con el objetivo de crear dos viviendas tuteladas para personas con problemas de salud mental (1 cadena azul- 30/01/2020)

<https://www.cadena-azul.es/apandis-down-lorca-asofem-y-adisfilor-reciben-las-llaves-de-6-pisos-de-san-fernando/>

* Adaptación Servicios que presta ASOFEM en la nueva situación del COVID 19- (1 en Periódico El Lorquino– 24/04/2020)

<https://el-lorquino.com/ultimasnoticias/asofem-en-funcionamiento-durante-el-estado-de-alarma/>

* Día mundial de la Salud mental (1 en Periódico El Lorquino– 06/10/2020 y 1 en cadena Azul)

<https://el-lorquino.com/region-de-murcia/lorca/asofem-lorca-celebra-el-dia-mundial-de-la-salud-mental-2020-el-proximo-10-de-octubre/>

https://www.cadena-azul.es/el-programa-de-buena-manana-en-directo-desde-alameda-de-la-constitucion/?fbclid=IwAR1QrjpJfZBLr1lr5nl6s4FCsQDeS3NkXANgCulCzi0dmtR62Rj_nzsW3D4

Se han enviado 3 nota de prensa a los medios de comunicación local (prensa, radio y televisión).

A través del teletrabajo se envió una nota de prensa a todos los medios de comunicación locales.

- * “Entrega de llaves del piso tutelado”- (28/01/2020)
- * “ASOFEM en funcionamiento durante el Estado de Alarma”- (24/04/2020)
- * “Día Mundial de la Salud Mental”- (06/10/2020)

Se han distribuido una media de +700 trípticos informativos (en la feria del voluntariado en Murcia 26/02/2020, en el Centro de Salud Mental, en la unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez y en la mesa informativa del Día Mundial de la Salud mental celebrado el 08/10/2020).

FERIA DEL VOLUNTARIADO



DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL



* Debido a la pandemia no se han podido repartir tantos trípticos como se tenía previsto de manera presencial, por lo que los días 24/04/2020 y 01/07/2020 se hizo una campaña informativa a todos los socios a través del correo ordinario.

Se ha participado en una campaña Nacional/Regional (Confederación Salud mental España y Federación Salud Mental Región de Murcia) en la que el Lema principal ha sido “Salud mental y Bienestar, una prioridad Global” en la que se intentaba concienciar a la gente sobre la importancia de reivindicar la necesidad de invertir en Salud Mental para tener una atención de calidad global, gratuita y universal, así como la importancia de tener una educación inclusiva.



Se ha conseguido la participación de los políticos locales y regionales, de todos los grupos políticos (PSOE, PP, Ciudadanos y VOX) para la Cesión de dos pisos para la creación de una Vivienda Tutelada para personas con Problemas de Salud Mental.
30/01/2020

<https://www.cadena-azul.es/apandis-down-lorca-asofem-y-adisfilor-reciben-las-llaves-de-6-pisos-de-san-fernando/>

<https://www.laverdad.es/murcia/lorca/cuatro-asociaciones-reciben-20200131004127-ntvo.html>



Durante las actividades programadas por la Fundación Lorquimur dirigidas por Fran J. Martínez, Concejal de Cultura del PP de Lorca, programó una sesión abierta a todo el público, el día 21/02/2020, para la visualización de los cortometrajes realizados por ASOFEM.

<https://fundacionlorquimur.com/calendario/proyeccion-de-cortometrajes/>

Viernes 21 de Febrero.
 ASOFEM en Corto.
 18:00 h. Proyección de cortometrajes
 realizados por la Asociación Salud Mental
 Lorca.
 Palacio de los Irurita. Lorca
 Entrada gratuita.
**#Inclusión #salud #cortometrajes #Fundación
 #Lorca
 #cultura #cine**



El Excmo. Ayuntamiento de Lorca donó, a través de su Concejala de Servicios Sociales y ONG,s, diferentes de EPI,s adecuadas para la realización del Servicio de Ayuda a Domicilio. 20/04/2020

[https://www.facebook.com/asofem.org/posts/2891282690919326?__cft__\[0\]=AZUTBtF7g8yMqHlcZvetrxDiR4Ovm-ESh_2o1Wtrxti78WH-W75aRAFow2Mwt9VryVKzwDCjA8oEmC7idawGr3bZQrebw8fsVUHI mhN6Y_ZTszsSc4tRjqr2hGRtFMZxuAE&__tn__=%2CO%2CP-R](https://www.facebook.com/asofem.org/posts/2891282690919326?__cft__[0]=AZUTBtF7g8yMqHlcZvetrxDiR4Ovm-ESh_2o1Wtrxti78WH-W75aRAFow2Mwt9VryVKzwDCjA8oEmC7idawGr3bZQrebw8fsVUHI mhN6Y_ZTszsSc4tRjqr2hGRtFMZxuAE&__tn__=%2CO%2CP-R)



Toda la Corporación Municipal del Excmo. Ayuntamiento de Lorca participó en las mesas informativas del Día mundial de la Salud mental y dieron su opinión, en la Cadena Azul, sobre la importancia de una adecuada Salud mental, sobretodo en esta etapa de COVID-19. (08/10/2020)



Toda la Corporación Municipal del Excmo. Ayuntamiento de Lorca participó en la Campaña de Sensibilización a nivel nacional “Salud mental y Bienestar, una prioridad Global”, sujetando una camiseta con el lema del día Mundial de la Salud mental, publicando vídeos y fotos en las redes sociales para su difusión. (Durante el mes de octubre)



La Cofradía del Paso Morado de Lorca nos ha donó 60 mascarillas para que el personal y pacientes del Centro de Día de ASOFEM estuviéramos protegidos. (20/04/2020)



IP Securty donó 100 monos a ASOFEM para que el personal pudiera atender de forma segura en el domicilio a las personas de Centro de Día que lo precisaron durante el confinamiento (22/04/2020)



ALIA: El responsable del Departamento I+D de la Organización Empresarial ALIA realizó una donación de productos cárnicos sostenibles, que han desarrollado en el marco del Proyecto Europeo CIR4Life, para los usuarios y profesionales de ASOFEM. (17/06/2020)

[https://www.facebook.com/asofem.org/posts/3032192486828345?__cft__\[0\]=AZXat16vgDSKUaegswfHvoZ5oAWAJCRhc_YYQgwDE53_f0V_QIX5wYQueKWmyAUU38yaU564fagecT4L9u2faE-](https://www.facebook.com/asofem.org/posts/3032192486828345?__cft__[0]=AZXat16vgDSKUaegswfHvoZ5oAWAJCRhc_YYQgwDE53_f0V_QIX5wYQueKWmyAUU38yaU564fagecT4L9u2faE-)

[KM2LoIGixvEyDPjs9E1AjhpahIFCTFnoI3EQ13uRePhM&__tn__=%2CO%2CP-R](https://www.alia.es/donacion-de-productos-carnicos-sostenibles-a-asofem)

<https://www.alia.es/donacion-de-productos-carnicos-sostenibles-a-asofem>



Las redes sociales han sido actualizadas diariamente (excepto festivos). Durante el estado de alarma esta actividad se ha desarrollado de forma telemática por los profesionales de la asociación.

* Durante el mes de octubre, coincidiendo con la celebración del Día Mundial de la Salud Mental y con el número de actividades programadas, sobre todo la puesta en marcha y realización de la campaña “Salud mental y Bienestar, una prioridad Global”, contacto con políticos y ciudadanía para la entrega de la camiseta y la realización de la foto y el vídeo, además de concertar entrevistas con los medios de comunicación, preparación de la mesa informativa... se ha producido un desfase de un 0,96% sobre la previsión inicial, quedando reducida la inversión en el punto 2 de la memoria

económica y aumentando la partida en el punto 1, exactamente en el mes de octubre de D^a. M^a José Gallego Segura que ha sido la persona organizadora de estos actos.

En Lorca a 14 de mayo de 2021