



MEMORIA TÉCNICA ASOFEM

AÑO 2021

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.

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 1º

Vicepresidente 2º

Tesorero

Secretario

Vocal

1.3. Equipo Técnico.

Directora

Coordinadora

Psicólogas

Trabajador Social

Terapeuta Ocupacional

Enfermero

Integradores Sociales

Monitor

Cuidadores

Administrativo

Limpiadora

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:

- o Por un lado, debido a la escasez de éstas.
- o Por otro lado, por su valor terapéutico.
- o 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- Año 2021

PLAN DE CONTINGENCIA: FASE “NUEVA NORMALIDAD”

LEGISLACIÓN APLICABLE.

Orden conjunta de 27 de mayo de 2021, de la Consejera de Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias y Política Social y del Consejero de Salud, por la que se adoptan medidas sectoriales, de carácter temporal, aplicables a los centros y servicios de servicios sociales.

Quedan derogadas las órdenes de 15 de febrero y 26 de febrero por las que se establecían tramos de incorporación, en base, al nivel de alerta en el municipio.

NUEVAS MEDIDAS ADOPTADAS

Supresión de grupos burbuja

Obligación de mantener 1.5 metros de distancia.

Obligación de uso de mascarillas y medidas de desinfección e higiene

Todos los servicios se prestarán de forma presencial, con incorporación al centro del 100% de los usuarios.

En transporte podrán ocuparse el 100% de las plazas, procurando la máxima separación entre usuarios. El uso de mascarilla será obligatorio y se procurará garantizar la renovación continua de aire, preferentemente mediante ventilación natural abriendo las ventanillas.

El uso de zona de ocio mantendrá un aforo limitado a 8 personas, debiéndose desinfectar tras cada uso.

Se mantienen puestos fijos en zona de talleres, descanso y comida.

Se suprime el triaje telefónico y se mantiene el de entrada al centro, tanto a usuarios como profesionales y personal externo.

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 2021 han sido 10 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 10 recepciones de demanda que hemos recibido este año, se ha atendido al 100%, y se han realizado 2 derivaciones a otro recurso, ISOL.

Nº de atenciones a usuarios	10	100%
Nº de derivaciones	2	20%

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 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:**

Este proyecto no se ha desarrollado este año debido a que desde el Centro Municipal de servicios Sociales están esperando una reforma legislativa que hace que se paralice la atención en este programa

Nº de atenciones a usuarios	0	0%
------------------------------------	----------	-----------

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 147 personas, tanto presencial como telefónicamente (51 usuarios y 96 familiares).

Nº de usuarios atendidos	51	34,69%
Nº de familiares atendidos	96	65,30%

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 152 personas, tanto presencial como telefónicamente (51 usuarios y 101 familiares).

Nº de usuarios atendidos	51	33,55%
Nº de familiares atendidos	101	66,44%

Desde el 01 de abril de 2021 se habilitó un número de teléfono de ASOFEM para atender dudas y emergencias, en cuanto a Salud Mental, fuera de horario de Atención. Desde este número se informó a 56 personas sobre dudas individuales y se intervino con 7 personas de manera más continuada.

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 40 personas, tanto presencial como telefónicamente

Nº de personas atendidas	40	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 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 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 pérdidas 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:**

6 personas han sido visitadas en sus domicilios, por la psicóloga y la trabajadora social de ASOFEM, a través del programa de Acompañamiento Integral.

Nº de atenciones a usuarios	6	100%
Nº de demandas	6	100%

5.- PROGRAMA INFANTO JUVENIL

□ **OBJETIVO:**

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

□ **EVALUACIÓN:**

La actividad principal de este programa durante este año ha sido el asesoramiento y orientación a centros educativos con los cuales se ha mantenido estrecha coordinación y se le ha proporcionado la información y los materiales necesarios para una adecuada intervención con los niños con problemas de salud mental.

También se ha prestado asesoramiento y seguimiento de casos al proyecto de apoyo de educativo llevado a cabo por ASOFEM desde enero hasta junio de 2021, del cual se han podido beneficia 8 Familias.

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 una dificultad 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 dichas dificultades y se potenciarán y se mantendrán 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:**

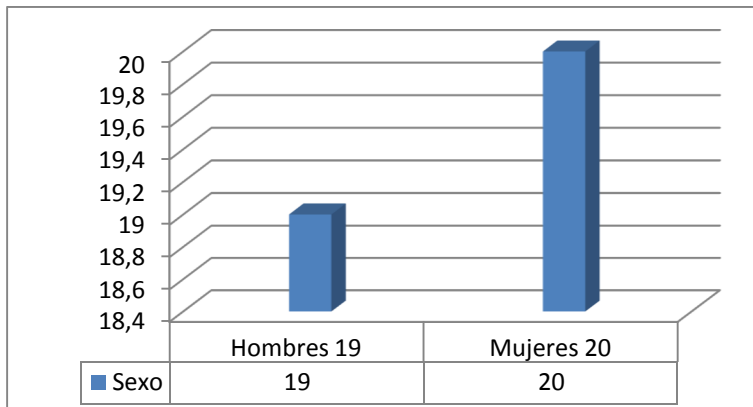
- Mantener y/o incrementar las capacidades cognitivas.
- Orientar y trabajar en estrategias y herramientas en su desarrollo a nivel social.
- Fomentar hábitos de vida saludables.
- Potenciar y/o mejorar las capacidades físicas.
- Adquirir nuevas habilidades para desarrollar actividades de la vida diaria.
- Fomentar las habilidades sociales básicas para que las personas puedan desenvolverse de manera adecuada en diferentes aspectos y situaciones de la vida diaria.

□ **TALLERES:**

Beneficiarios

Usuarios con plaza en Centro de Día. (El siguiente gráfico muestra los usuarios a los que se ha atendido en el año 2021, tanto usuarios que han seguido en el centro de día como usuarios que se han dado de baja o han cambiado de recurso sumando un total de 39 personas).

Género:



Edad media de 51,41 años

Metodología

Para la consecución de dichos objetivos se ofrecen una serie de talleres y actividades, que se imparten en la sede de Asofem, en la piscina municipal del Pabellón del Barrio San Antonio del Municipio de Lorca, en el huerto ecológico “La Vereda” y en las instalaciones deportivas de la Urbanización Torre del Obispo de Purias.

Talleres	Nº de sesiones anual	Nº de participantes
Actividades ocupacionales / Huerto ecológico	17	15
Educación para la salud	48	39

Psicoeducación/Relajación	46	39
Estimulación Cognitiva	49	39
Lectoescritura	33	39
Ocio	55	39
Deporte	47	39
Fútbol	26	12
Natación	16	15
Buenos Días	39	39
¡ CREA!	32	30
Senderismo	52	39
Musicoterapia	7	21
Habilidades Sociales	6	21

Se muestra una tabla resumen con los talleres que se han realizado durante el año 2021.

Los usuarios que se contabilizan en los talleres son 39 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 39 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 el año 2021:

- **TALLER DE ACTIVIDADES OCUPACIONALES/HUERTO ECOLOGICO**

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.

- Huerto ecológico:
 - Creación de mesas para el cultivo de variedades hortofrutícolas de la zona.
 - Cuidado y mantenimiento de este
 - Recolección y labranza de la tierra.

- 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.

HUERTO ECOLÓGICO

Nº de sesiones anual	17
Nº de participantes	15
% mujeres	13,33%
% hombres	86,67%

ACTIVIDADES OCUPACIONALES

Nº de sesiones anual	32
Nº de participantes	39
% mujeres	51,28%
% hombres	48,72%

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. Además, se ha incluido como novedad el taller del huerto ecológico, teniendo muy buena acogida por parte de usuarios y trabajadores, se pretende con ellos aprender oficios que puedan servir en un futuro para la realización de un puesto de trabajo en el sector agrícola. De modo que formará parte de la programación de actividades del año 2022. 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, el enfermero/a 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 y posibles complicaciones en enfermedades crónicas.

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, toma correcta de medicación, sueño, descanso, sexualidad, higiene, hábitos saludables, gripe, diabetes, hipertensión arterial, traumatismos, primeros auxilios básicos (RCP y Atragantamientos), cuidado del pie diabético, la digestión, la vejez, COVID-19, donación de sangre y órganos, tiroides, grupo sanguíneo, neumonía, accidentes cerebrovasculares, tipos de anestesia, anatomía de músculos y huesos más importantes del cuerpo humano, órganos más importantes de cuerpo humano...

Nº de sesiones anual	48
Nº de participantes	39
% mujeres	51,28%
% hombres	48,72%

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 2022.

- 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	46
Nº de participantes	39
% mujeres	51,28%
% hombres	48,72%

Conclusiones:

El pilar fundamental para afrontar la enfermedad es adquirir conciencia de enfermedad, por lo tanto, este taller se efectuará durante el año 2022 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.
- Programa de Estimulación Cognitivo GRADIOR

Nº de Sesiones anual	49
Nº de Participantes	39
% Mujeres	51,28%
% Hombres	48,72%

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. Durante el año 2021 se ha implantado el programa GRADIOR, teniendo muy buena acogida y aceptación por parte de los usuarios del servicio, por lo que durante el transcurso del año 2022 se va a seguir desarrollando este taller.

- **CREA (PSICOMOTRICIDAD FINA)**

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, todo ello realizando actividades manipulativas creativas.

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.
- Manualidades relacionadas con las festividades celebradas durante el año (Semana Santa, Navidad, Carnaval, Verano, Otoño, San Clemente...)

Nº de sesiones anual	32
Nº de participantes	32
% mujeres	59,38%
% hombres	40,62%

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 2022.

- 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.
- Aprendizaje de reglas ortográficas básicas (uso de b y v, uso de la h, uso de la g y la j ...)

Nº Sesiones anual	33
Nº Participantes	39
% Mujeres	51,28%
% Hombres	48,72%

Conclusiones:

A lo largo del año 2022 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 problemas de salud 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.

Actividades desarrolladas 2021:

- Cine-Fórum
- Salidas al Centro Comercial
- Charla Protección Civil: RCP
- Mercadillo semanal
- Jornadas de liga
- Exposiciones culturales y museos
- Proyección de cortos en Murcia
- Dinámicas de grupo

- Rutas de senderismo.
- Grabación de Corto.
- Brigada del pino.
- Salidas al Centro Comercial.
- Ruta al cejo de los enamorados
- Fiesta del Jamón
- Visitas al centro canino
- Salidas a piscina y playa
- Visita museos de semana santa
- Charla coloquio "Impacto Covid-19"
- Visita FERICAB, FERAMUR, SEPOR
- Castañada San Clemente
- Visita feria de la discapacidad

Nº de sesiones anual	55
Nº de participantes	39
% mujeres	51,28%
% hombres	48,72%

Conclusiones:

Las actividades de ocio serán un aspecto importante en la programación del año 2022 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	16
Nº Participantes	15
% Mujeres	60%
% Hombres	40%

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 2022.

- 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. Varias de las sesiones son impartidas por un profesional de la educación física y la otra por el monitor/ entrenador del equipo de fútbol, además de más profesionales que apoyan a estos. 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
- Ejercicios de Yoga
- Ejercicios de equilibrio

DEPORTE

Nº Sesiones anual	47
Nº Participantes	39
% Mujeres	51,28%
% Hombres	48,72%

FUTBOL

Nº Sesiones anual	26
Nº Participantes	12
% Mujeres	25%
% Hombres	75%

SENDERISMO

Nº Sesiones anual	52
Nº Participantes	39
% Mujeres	51,28%
% Hombres	48,72%

Conclusiones:

El taller seguirá formando parte de las actividades del año 2022, ya durante este año los participantes siguen muy motivados, además de mantener y mejorar sus capacidades físicas y fomentar las relaciones sociales con compañeros de otras asociaciones en cada jornada de liga.

- 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	39
Nº Participantes	39
% Mujeres	51,28%
% Hombres	48,72%

Conclusiones:

El taller, por motivos de modificación de horario en principio, no continúa en el año 2022, aunque si se tiene en cuenta para implantarlo de nuevo en siguientes modificaciones horarias.

- TALLER DE MUSICOTERAPIA.

A mitad del año 2021, se ha retomado tras varios años el taller de musicoterapia de manera quincenal intercalándose con el taller de habilidades sociales. El objetivo del taller de musicoterapia es impartir a las personas con problemas de salud mental valores como pueden ser la afectividad, la modificación de conducta, la personalidad, comunicación.... Todos estos utilizando como método de conducción la música. Es también una manera de mejorar el ritmo respiratorio y cardiaco y un método muy bueno de relajación.

Algunas de las actividades que se llevan a cabo en este taller son:

- Ritmos con percusión corporal
- Documentales musicales
- Estimulación auditiva
- Conocimiento de sensaciones y emociones
- Mensajes escondidos en canciones...

Nº Sesiones anual	7
Nº Participantes	21
% Mujeres	66,67%
% Hombres	33,33%

Conclusiones:

El taller de musicoterapia continuará de forma quincenal en la programación del año 2022, ya que los usuarios lo han retomado con motivación e interés.

- TALLER DE HABILIDADES SOCIALES.

Las personas con problemas de salud mental crónicos, se enfrentan a diario con dificultades a la hora de comunicarse con claridad con el entorno que los rodea, es por ello la necesidad de la impartición de este taller, en el que se trabajan el manejo de las habilidades sociales básicas, de esta manera estas personas podrán desenvolverse de una manera más autónoma y tener una mejor calidad de vida a la hora de comunicarse. Se retoma al igual que el taller de musicoterapia tras un tiempo sin realizarse. Como se ha mencionado anteriormente, se realiza de manera quincenal intercalándose con el taller de musicoterapia.

Algunas de las actividades que se han desarrollado tras la implantación del taller a finales del año 2021 son:

- Enumeración y aprendizaje de las habilidades sociales básicas y sus definiciones.
- Identificación de emociones y trabajo en la resolución de conflictos.

Dinámicas de grupo para trabajar el manejo de las Habilidades Sociales...

Nº Sesiones anual	6
Nº Participantes	21
% Mujeres	66,67%
% Hombres	33,33%

Conclusiones:

El taller de Habilidades Sociales continuará de forma quincenal en la programación del año 2022, ya que se ha demostrado interés y participación en el mismo con el objetivo de mejorar las relaciones en el entorno, en la familia, en la comunidad...

2.3.3. DIRIGIDOS A LA FAMILIA:

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:**

- o 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 15 y todas ellas han sido atendidas en el programa de Psicoeducación.

De las 15 demandas que hemos recibido este año, han participado a las 11 personas, es decir un 73%.

Nº de participantes hombres	4	36,36%
Nº de participantes mujeres	7	63,63%

2.3.4 DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD:

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 telemáticamente por motivos del COVID-19

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:

- Charla a estudiantes de la Universidad del Grado de enfermería

La atención directa con el usuario, este año se ha anulado debido al COVID-19

□ **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 20 y todas ellas han sido atendidas en el programa de mantenimiento del voluntariado.

De las 20 demandas que hemos recibido este año, se han formado a los voluntarios, es decir un 100%.

Nº de participantes hombres	10	50%
Nº de participantes mujeres	10	50%
Nº de participantes total en curso	20	100%
Nº de voluntarios hombres	6	54,55%
Nº de voluntarias mujeres	5	45,45%
Nº de voluntarios/as total en activo	11	100%

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.

□ **OBJETIVOS Y ACTIVIDADES:**

1- Nº de programas de información en medios de comunicación previstos:

- Se ha llevado a cabo 1 programa en la radio local donde se ha hablado sobre:

“Servicios que ofrece ASOFEM”, en Área Lorca Radio Online – 17/03/2021.



- Se han realizado **3 programa en la radio local** donde se ha hablado sobre:

“10 de octubre, Día mundial de la Salud Mental. Salud Mental, un derecho necesario. Mañana puedes ser tú”, en Onda Regional y Cadena Cope– 05/10/2021, en Área Radio Lorca- 07/10/2021.

Esta misma noticia fue retransmitida a través de la Cadena de televisión Local Comarcal TV en su sección de noticias

<https://www.orm.es/programas/tarde-abierta/tarde-abierta-asofem-programa-distintas-actividades-en-lorca-con-motivo-del-dia-mundial-de-la-salud-mental/>

https://www.ivoox.com/area-lorca-actualidad-07-10-21-audios-mp3_rf_76525860_1.html?fbclid=IwAR3McdL66OiQmNMwtjpoFggDUbCg5msZ9J7TVr_gRKAqdKb8xRRqeNml59yI

https://www.cope.es/emisoras/region-de-murcia/murcia-provincia/lorca/noticias/ayuntamiento-lorca-conmemora-junto-asofem-dia-mundial-salud-mental-20211005_1539805

- Se han enviado **6 notas de prensa** a los medios de comunicación local (prensa, radio y televisión).

Gracias al envío de estas notas de prensa hemos podido participar en 10 medios de comunicación locales entre prensa escrita y radio.

“Escuela de Familias/ Grupos de Ayuda Mutua”- (15/03/2021)

<https://el-lorquino.com/2021/03/15/region-de-murcia/lorca/asofem-lorca-organiza-la-escuela-de-familias-y-gam-adaptada-al-covid-19/113819/>

“Servicios que ofrece ASOFEM”- (17/03/2021)

https://www.ivoox.com/area-lorca-actualidad-18-03-21-audios-mp3_rf_67060531_1.html

“Promoción de la Autonomía Personal en Personas con Problemas de Salud Mental”- (07/06/2021)

<https://el-lorquino.com/2021/06/07/region-de-murcia/lorca/asociacion-salud-mental-lorca-desarrollara-el-proyecto-promocion-de-la-autonomia-personal-en-personas-con-problemas-de-salud-mental-cronicos/119074/>

https://www.laverdad.es/murcia/lorca/personas-enfermedad-mental-20210704000428-ntvo.html?fbclid=IwAR3akD0CqNC_QIMpFZm6D_YLhy7CUGj4i1Unzb0lfr3jC-dSk2eDnUMoK8- (05/07/2021)

[https://el-lorquino.com/2021/10/18/region-de-murcia/lorca/asofem-salud-mental-lorca-inicia-un-nuevo-proyecto-de-autonomia-personal-para-personas-con-problemas-de-salud-mental-cronicos/125977/-](https://el-lorquino.com/2021/10/18/region-de-murcia/lorca/asofem-salud-mental-lorca-inicia-un-nuevo-proyecto-de-autonomia-personal-para-personas-con-problemas-de-salud-mental-cronicos/125977/) (18/10/2021)

“10 de octubre, Día mundial de la Salud Mental. Salud Mental, un derecho necesario. Mañana puedes ser tú”- (04/10/2021)

Se emitió una Rueda de prensa en el Excmo. Ayuntamiento de Lorca los días 05/10/2021 y 07/10/2021, donde participaron diferentes medios de comunicación



2. Informar y concienciar a la población general a través de campañas de sensibilización de la Salud Mental.

Indicadores:

1- Nº de cuadrípticos informativos distribuidos/previstos:

- Se han distribuido una media de + 550 trípticos informativos, se han entregado en los siguientes puntos de Lorca: en la asamblea de socios a todos los presentes, en el Centro de Salud Mental, en la Unidad de Psiquiatría de Rafael Méndez, en Servicios Sociales de Lorca, en otras asaciones locales, en la Escuela de Adultos de Lorca y en la Campaña de sensibilización del Día mundial de la Salud Mental.



- Se han realizado 3 actividades a nivel Nacional/Regional. 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, un derecho necesario. Mañana puedes ser tú” en la que se intentaba concienciar a la gente sobre la importancia de una mayor inversión en Salud Mental, a través de pancartas reivindicativas.



- Se ha participado en una campaña Regional de manifestaciones semanales, en la puerta del Palacio de San Esteban, así como desde nuestros Centros, en la que el Lema principal ha sido “Más inversión en salud mental” con la intención de mejorar las condiciones en la Región de Murcia en cuanto a la Salud mental, a través de conseguir negociar con los políticos las propuestas realizadas por la Federación Salud Mental Región de Murcia.



- Hemos participado en una campaña de sensibilización en conmemoración del Día Internacional de la Discapacidad junto con otras Asociaciones (03/12/2021)



- (O.G.1) Objetivo 3:

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.

Indicador:

- 1- Nº de participación, por parte de representantes políticos, en las actividades de sensibilización que desarrolla ASOFEM (Participación en medios de comunicación, asistencia a mesas informativas...):
- Se ha conseguido la implicación de los políticos en 2 actividades organizadas por ASOFEM- Salud Mental Lorca

Se ha realizado una Rueda de prensa el día 05/12/21 con la participación del Gobierno local en el Excmo. Ayuntamiento de Lorca conmemorando junto a ASOFEM el Día Mundial de la Salud Mental". También han participado otros partidos políticos Municipales, así como varias ONGs de Lorca.



- Se ha conseguido que la Corporación Municipal del Excmo. Ayuntamiento de Lorca participara en las mesas informativas del Día mundial de la Salud mental.



- (O.G.1) Objetivo 4:

Informar a la sociedad sobre los problemas de salud mental a través de redes sociales

Indicador:

- 1- Nº de días que se actualiza y difunde información en las redes sociales:
 - Durante el estado de alarma esta actividad se desarrolló de forma telemática por los profesionales de la asociación.

En Lorca a 25 de mayo de 2022