



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TEL./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



ASOFEM

Asociación Salud Mental Lorca

MEMORIA TÉCNICA ASOFEM

AÑO 2023

ÍNDICE:

1. IDENTIDAD.

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

2. MARCO TEÓRICO.

- 2.1. Servicios del SAAD concertados con el IMAS:
 - 2.1.1. Centro de día
 - 2.1.2. SEPAP (Servicio de Promoción de la Autonomía Personal)
 - 2.1.3. Vivienda Tutelada
- 2.2. Centro de atención:
 - 2.2.1. Servicio de acogida, asesoramiento, información, orientación, atención y derivación.
 - 2.2.2. Programa de atención individualizada social y psicológica a personas con problemas de salud mental y sus familiares.
 - 2.2.3. Servicio de Apoyo a Personas con Discapacidad (SADEM).
 - 2.2.4. Programa infanto-juvenil.
 - 2.2.5. Escuela de Familias/ Grupos de Ayuda Mutua (adultos).
- 2.3. Servicios dirigidos a la comunidad:
 - 2.3.1. Programa de Mantenimiento del Voluntariado.
 - 2.3.2. Programa de Información y Sensibilización.

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 31 de mayo del año 2023, se renovaron los cargos de la Junta Directiva de nuestra asociación, cuyos componentes son los siguientes:

Presidente:	D. José Ponce Díaz.
Vicepresidente:	D. Carmen Baenas Jódar.
Vicepresidente 2º:	D. Roque Quiñonero Padilla.
Secretario:	D. Verónica Sicilia Cárcelos
Tesorero/vocal:	D. Domingo Pérez Ruiz.

1.3. Equipo Técnico

Dirección _____ Dña. Rosana Salas Román.

Coordinación CD _____ Dña. M^a Dolores Reinaldos Oliva.

Psicología CD _____ Dña. Águeda Méndez Baño.
Dña. M^a Dolores Reinaldos Oliva.

Trabajo Social CD _____ D. Pablo cegrí Antelo.
D. Pedro Lorca Millán.

Terapia Ocupacional CD _____ Dña. Laura Sánchez Oliva.

Enfermería CD _____ Dña. Miriam Manzano Moreno.

Integración Social CD _____ Dña. M^a Isabel Pérez Manzanares.
Dña. Natalia Ponce Giménez.

Equipo de Atención Directa CD _____ Dña M^a Rocío Gómez Navarro.
Dña Mónica Munuera Navarro.

Coordinación VT _____ D. Alberto Chamorro Pérez.

Psicología VT _____ Dña. Rocío Sánchez Egea.

Monitor VT _____ D. Alberto Chamorro Pérez.

Equipo de Atención Directa VT _____ D. Abel Martínez Bujaldón.
Dña Ángela Ruiz Ruiz.
D. Jose Miguel Gallego Tudela.

Dña. Caridad Abril Fernández.

Coordinación SEPAP _____ Dña. Rocío Sánchez Egea.

Psicología SEPAP _____ Dña. Rocío Sánchez Egea.

Integración Social SEPAP _____ Dña. Natalia Ponce Giménez.

Administración _____ Dña. M^a José Gallego Segura.

Limpieza _____ Dña. Alicia Nayara Meca Santiago.

Mantenimiento _____ D. Ángel Navarro García.

2. 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 del problema de Salud Mental y su curso, así como de los recursos socio-sanitarios existentes en la Comarca para lograr una mejora de su proceso de recuperación.
- ✓ 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 ASOFEM Salud Mental Lorca, consideramos que son necesarios programas de rehabilitación en el ámbito social. Es decir, un programa de rehabilitación integral que ofrezca a las personas con problemas de Salud Mental graves y crónicos, la oportunidad de integrarse en la sociedad.

Consideramos que urgen alternativas de recuperación 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, distinguiendo entre los Servicios pertenecientes al SAAD (Sistema para la Autonomía y atención a la dependencia) a través de plazas concertadas con el IMAS y los que ofrecemos como Centro de Atención:

2.1. SERVICIOS DEL SAAD CONCERTADOS CON EL IMAS (INSTITUTO MURCIANO DE ACCIÓN SOCIAL):

- 2.3.3. Centro de día
- 2.3.4. SEPAP (Servicio de Promoción de la Autonomía Personal)
- 2.3.5. Vivienda Tutelada

2.4. CENTRO DE ATENCIÓN:

Estos Servicios se dirigen tanto a las personas con problemas de salud mental como a la familia:

- 2.4.1. Servicio de acogida, asesoramiento, información, orientación, atención y derivación.
- 2.4.2. Programa de atención individualizada social y psicológica a personas con problemas de salud mental y sus familiares.
- 2.4.3. Servicio de Apoyo a Personas con Discapacidad (SADEM).
- 2.4.4. Programa infanto-juvenil.
- 2.4.5. Escuela de Familias/ Grupos de Ayuda Mutua (adultos).

2.5. SERVICIOS DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD:

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

1.2.1. SERVICIOS DEL SAAD CONCERTADOS CON EL IMAS



CENTRO DE DÍA



SEPAP



VIVIENDA TUTELADA



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TEL./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



2.1.1. CENTRO DE DÍA

C/ BERLÍN, Nº 2, URB. TORRE DEL OBISPO, DIP. PURÍAS- LORCA



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:

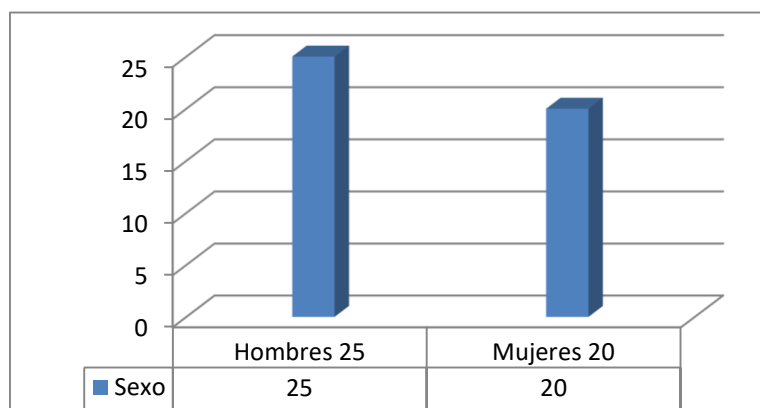
1. Mantener y/o incrementar las funciones cognitivas.
2. Orientar y trabajar en estrategias y herramientas para el desarrollo a nivel social de las personas que presentan un problema de salud mental.
3. Fomentar hábitos y estilos de vida saludables.
4. Potenciar y/o mejorar las capacidades físicas.
5. Adquirir nuevas habilidades para desarrollar actividades de la vida diaria.
6. 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

Los beneficiarios de los servicios anteriormente descritos, son personas con plaza en Centro de Día. (El siguiente gráfico muestra los usuarios a los que se ha atendido en el año 2023, 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 45 personas).

Género:



Edad media de 51,28 años

Metodología

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

Talleres	Nº de sesiones anual	Nº de participantes
Actividades ocupacionales	No se puede hacer estimación de nº de sesiones como tal, ya que las actividades	45

	ocupacionales se trabajan todos los días en el centro.	
Huerto ecológico	24	8
Educación para la salud	27	45
Psicoeducación/Relajación	29	45
Estimulación Cognitiva	37	45
Lectoescritura	23	45
Ocio	56	45
Deporte	29	45
Fútbol	28	9
Natación	27	20
¡ CREA!	38	25
Senderismo	58	45
Habilidades Sociales	16	17
Inglés	16	45
Turismo	17	45

Se muestra una tabla resumen con los talleres que se han realizado durante el año 2023.

Los usuarios que se contabilizan en los talleres y actividades de rehabilitación son 45 personas en total, ya que son las personas que han hecho uso del centro de día durante el año 2023. Por lo tanto, se van a hacer los cálculos de los siguientes gráficos sobre 45 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:

1. Asistencia a la actividad

2. Motivación generada
3. Comprensión de los contenidos
4. Participación en la actividad
5. Conductas disruptivas durante la evolución de la sesión.

A continuación, se muestra una breve descripción de cada uno de los talleres y actividades de rehabilitación desarrolladas durante el año 2023 y un pequeño gráfico con datos demográficos:

- **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.

Nº de sesiones anual	_____
Nº de participantes	45
% mujeres	44,55%
% hombres	55,55%

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 2023.

- HUERTO ECOLÓGICO:

Taller dirigido a al cultivo de un huerto ecológico en un invernadero. Es un método para la enseñanza de diferentes técnicas de cultivo, siembra, recogida, semillas y distintas labores con la tierra, además del cuidado de este de forma semanal. Es una manera de empezar la enseñanza en el ámbito laboral, para después ir formándose de una manera más cualificada. Produce muchísimos beneficios en las personas con problemas de salud mental, se fomenta la igualdad, la solidaridad, las habilidades

sociales y personales, el trabajo en grupo, la autoestima... Se pretende con ellos aprender oficios que puedan servir en un futuro para la realización de un puesto de trabajo en el sector agrícola. Cabe añadir que el nivel de motivación es alto entre el grupo de trabajo.

Nº de sesiones anual	27
Nº de participantes	8
% mujeres	0%
% hombres	100%



Conclusiones:

Debido a la buena acogida de este nuevo taller tanto por parte de profesionales como de usuarios de centro de día, es necesario seguir con su desarrollo durante el año 2023.

- EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Se pretende dotar de conocimientos y habilidades que les permitan a las personas usuarias del centro de día 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 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	27
Nº de participantes	45
% mujeres	44,55%
% hombres	55,55%



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 2024.

- **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.
- Relajación con aromas.
- Relajación guiada

Nº de sesiones anual	29
Nº de participantes	45
% mujeres	44,55%
% hombres	55,55%

Conclusiones:

El pilar fundamental para afrontar la enfermedad es adquirir conciencia de enfermedad, por lo tanto, este taller se efectuará durante el año 2024 nuevamente.

- ESTIMULACION COGNITIVA

Lo que se ha pretende a través de este programa, es incidir de forma concreta sobre procesos y funciones cognitivas básicas, 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 desarrollas:

- 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 NEURONUP.

Nº de sesiones anual	37
Nº de participantes	45
% mujeres	44,55%
% hombres	55,55%



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 2023 se seguido llevando a cabo el programa NEURONUP, el cual atrae y ha tenido muy buena acogida por lo que durante el año 2024 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.

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 Sesiones anual	23
Nº Participantes	45
% Mujeres	44,55%
% Hombres	55,55%

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, además de potenciar la motivación con la decoración del centro con los trabajos realizados. De modo que dicho taller formará parte de las actividades del año 2024.

- 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 de sesiones anual	38
Nº de participantes	25
% mujeres	60%
% hombres	40%



Conclusiones:

A lo largo del año 2024 el taller, continuará en la programación de actividades con el fin de animar a la lectura a los participantes.

- 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
- Convivencia en CASER
- FESTIVARTE
- Desayunando con...
- Feria de medio día.
- Rutas de senderismo.
- Grabación de Corto.
- Brigada del pino.
- Salidas al Centro Comercial.
- Navidad Roscón de reyes
- Fútbol playa

Actividades desarrolladas 2023:

- Cine-Fórum
- Salidas al Centro Comercial
- Demostración canina
- Mercadillo semanal
- Jornadas de liga
- Exposiciones culturales y museos
- Subida al cejo de los enamorados
- Jornadas intergeneracionales.
- Dinámicas de grupo
- Convivencia con voluntarios
- Viaje DEL IMSERSO
- Salidas a piscina y playa
- Certamen de cortos
- Convivencia con el San Juan Bosco
- Visita Belenes municipales
- Castañada
- Feria de la salud

Nº de sesiones anual	56
Nº de participantes	45
% mujeres	44,55%
% hombres	55,55%



Conclusiones:

Las actividades de ocio serán un aspecto importante en la programación del año 2023 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.
- Dinámicas de ejercicios en grupo
- Actividades lúdicas en el medio acuático.

Nº Sesiones anual	27
Nº Participantes	20
% Mujeres	35%
% Hombres	65%



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 2024.

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

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. 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



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TEL./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



- Ejercicios de Yoga
- Ejercicios de equilibrio

DEPORTE

Nº Sesiones anual	58
Nº Participantes	45
% Mujeres	45,55%
% Hombres	55,55%

FÚTBOL

Nº Sesiones anual	28
Nº Participantes	9
% Mujeres	22,22%
% Hombres	77,78%

SENDERISMO

Nº Sesiones anual	29
Nº Participantes	45
% Mujeres	45,55%
% Hombres	55,55%



Conclusiones:

El taller seguirá formando parte de las actividades del año 2024, ya durante este año los participantes siguen muy motivados, además de mantener sus capacidades físicas y fomentar las relaciones sociales con compañeros de otras asociaciones en cada jornada de liga.

-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.

Los objetivos planteados:

- Fomento de la utilización y puesta en marcha de las habilidades sociales básicas.

- Adecuar las acciones llevadas a cabo al contexto de situaciones de la vida cotidiana.

- Aprender a relacionarse mejor tanto con compañeros como con profesionales o en el propio ámbito familiar y comunitario.

Actividades desarrolladas:

- Conocimiento de las habilidades sociales básicas.

- Realización de role playing para simular situaciones reales.

- Actividades de autoconocimiento personal y conocimiento de los compañeros.

Nº Sesiones anual	16
Nº Participantes	17
% Mujeres	52,94%
% Hombres	47,06%

Conclusiones:

Mediante este taller, los participantes, han podido resolver de mejor manera situaciones que se presentan al largo de nuestra vida cotidiana como por ejemplo algo tan sencillo como que te atiendan en un comercio. Por lo que se pretende seguir con este taller a lo largo del año 2024.

-TALLER DE INICIACIÓN AL INGLÉS:

Con este taller se pretende que los usuarios adquieran conocimientos básicos sobre inglés a un nivel básico (colores, números, frases cortas, canciones en inglés...) De esta forma se fomenta la motivación que genera aprender cosas nuevas y novedosas para estas personas, lo que fomenta la autonomía y la autoestima personal.

Los objetivos planteados:

- Toma de contacto con nuevos idiomas.
- Adquisición de conocimientos básicos en inglés como colores y números.
- Mejora de la escritura.

Actividades desarrolladas:

- Actividades en papel
- Ensayo de canciones en inglés.
- Charla con personas nativas.

Nº Sesiones anual	16
Nº Participantes	45
% Mujeres	45,55%
% Hombres	55,55%

Conclusiones:

Con el desarrollo de este taller, las personas beneficiarias han adquirido conocimientos que nunca antes habían pensado aprender. Ha tenido muy buena acogida y la mayoría de los participantes presentaban un alto grado de motivación por los aprendido, es por ello, por lo que se pretende seguir con este taller a lo largo del año 2024.

-TALLER DE TURISMO:

El objetivo del taller de turismo es conocer diferentes lugares del mundo de una forma virtual. Es decir, cada semana se han trasladado hacia la capital de un país y han conocido el centro de la ciudad mediante google maps, las costumbres y tradiciones del lugar, la comida típica, los monumentos y patrimonio más importante de la ciudad y muchas otras cosas más sobre estos lugares.

Los objetivos planteados:

- Conocer nuevas ciudades y países del mundo.
- Conocer y empaparse de nuevas culturas y tradiciones.
- Fomentar la cultura y el ocio.

Actividades desarrolladas:

- Proyección de vídeos informativos y cuestionarios finales.
- Navegación con google maps

Nº Sesiones anual	17
Nº Participantes	45
% Mujeres	45,55%
% Hombres	55,55%

Conclusiones:

Con el desarrollo de este taller, las personas beneficiarias han adquirido nuevos conocimientos y han conocido ciudades y países que no conocían de forma virtual. Ha tenido muy buena acogida y la mayoría de los participantes presentaban un alto grado de motivación por los aprendido, es por ello, por lo que se pretende seguir con este taller a lo largo del año 2024.

2.1.2. SEPAP (Servicio de Promoción de la Autonomía Personal)

**C/ RAFAEL SÁNCHEZ CAMPOY, Nº 1, BLOQUE 3, ESCALERA 8,
BAJO B (FACHADA A TENOR MARIO GABARRÓN 1)- LORCA**



SERVICIO DE PROMOCIÓN Y AUTONOMÍA PERSONAL:

La atención proporcionada por ASOFEM a las personas usuarias del servicio SEPAP se basa en los principios de la atención centrada en la persona, y tiene como finalidad desarrollar y mantener la capacidad de la persona para controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar el desarrollo de las actividades de la vida diaria, de manera que todas las personas puedan llevar una vida lo más autónoma posible y esto se vea reflejado en una mejora de su calidad de vida y de su bienestar global. Para lograr dicho objetivo, se elabora junto a la persona el proyecto vital y se le proporcionan apoyos para conseguirlo.

Se lleva a cabo la atención a usuarios con asignación de plaza a través de la Ley de Dependencia, ya sea por concierto social o por prestación vinculada al servicio, o a través de plaza privada.

Según el acuerdo de concierto social, el SEPAP consta de dos modalidades, descritas en la **Orden 2519 del 20 de mayo** sobre la prestación del servicio de promoción de la autonomía personal en las modalidades de habilitación psicosocial y de apoyos personales, atención y cuidados en alojamientos de soporte a la inclusión comunitaria para personas con trastorno mental grave (CARM, 2022).

En el año 2023 se firmó entre el IMAS y ASOFEM un acuerdo de concierto social, con un total de 5 plazas, tres de ellas pertenecientes a la modalidad de habilitación psicosocial y los 2 restantes, a la modalidad de apoyos personales, atención y cuidados en alojamientos. Dicho concierto entró en vigor el 1 de julio de 2023. Entre enero y junio de 2023, todas las personas usuarias del servicio obtuvieron sus plazas a través de prestación vinculada al servicio.

SERVICIOS:

Además del servicio terapéutico de Psicología, con intervención individualizada con la persona cuando resulta necesario para mantener su estabilidad a nivel de psicopatología, se realiza una serie de actividades con los usuarios que se exponen a continuación.

OBJETIVOS:

GENERAL:

Proporcionar a las personas con problemas graves de salud mental los apoyos necesarios para lograr cumplir con su proyecto vital, para que mantenga la capacidad para controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias; y para facilitar el desarrollo de las actividades de la vida diaria, de manera que logren un adecuado grado de autonomía personal.

ESPECÍFICOS:

1. Prevenir situaciones de dependencia y mejorar las capacidades individuales (habilidades personales y sociales).
2. Facilitar la autonomía personal para favorecer la participación y desarrollo de las personas con discapacidad en el entorno familiar y comunitario.
3. Garantizar a las personas con problemas de salud mental la igualdad de oportunidades y la máxima integración dentro de los servicios ordinarios para todos los ciudadanos.
4. Crear un espacio social como punto de encuentro en el que se puedan reunir para compartir experiencias y realizar actividades de ocio saludable y promoción del tiempo libre.

BENEFICIARIOS:

Durante el año 2023 se firmó un acuerdo de concierto social con el IMAS, declarando 5 plazas de carácter concertado, además de existir un acceso al servicio a través de plazas por prestación vinculada al servicio. Ha habido 4 ingresos a lo largo del año y

han cursado baja tres usuarios del servicio por cambio de PIA (de SEPAP a Centro de Día), siendo el total de usuarios, 9.

Los beneficiarios del servicio fueron personas con diagnóstico de salud mental grave que presentan síntomas de la enfermedad que dificultad mantener un adecuado grado de autonomía.

El número total de usuarios durante el año 2023 fueron 9, de los cuales 4 eran mujeres y los 5 restantes, hombres, con edades comprendidas entre los 30 y los 63 años de edad (con media de edad de los varones de 58 años y de las mujeres de 51 años).

Nº total de participantes	9	
Nº de participantes hombres	5	55,55%
Nº de participantes mujeres	4	45,45%



ACTIVIDADES:

Las actividades desarrolladas durante el periodo de 2023, se engloban en cuatro tipologías distintas, y sus objetivos y actuaciones son presentadas a continuación. Salvo que se indique lo contrario en la descripción de las mismas, todos los usuarios del SEPAP han participado en algún momento en las actividades expuestas.

1. Servicios terapéuticos:

- Se trata fundamentalmente de atención psicológica individual para los usuarios del servicio, con el objetivo principal de mantener la estabilidad a nivel psicopatológico y poder intervenir para la mejora de determinados síntomas, condiciones o situaciones que impliquen un empeoramiento de la salud mental de la persona. La psicóloga también es la encargada de apoyar a la persona en la elaboración de su proyecto vital, para el logro de las metas y objetivos que se marque y que desee conseguir, teniendo en cuenta factores como la red de apoyos de la que dispone. También se analiza su situación en todas las áreas de la vida: situación sanitaria, familiar, social, habilidades personales, hábitos saludables y de ocio, y actividades de la vida diaria, de cara a conocer el estado de la persona a nivel global y poder actuar a este nivel para la mejora de su nivel de autonomía y de su calidad de vida.
- En caso de necesidad, se puede prestar a la persona atención social. La persona dispone del apoyo de un Trabajador Social para la realización de trámites administrativos, solicitudes de prestaciones, evaluaciones específicas, etc.

2. Rehabilitación psicosocial:

- Actividades de autocuidado y actividades básicas e instrumentales de la vida diaria: Tienen la finalidad de trabajar en aquellas dificultades que la persona pueda tener en el desempeño funcional de las actividades de la vida diaria y proporcionarles un mayor grado de autonomía, actividades tanto básicas como instrumentales, mediante tareas llevadas a cabo en el centro o en el domicilio (tareas del hogar), como son higiene personal, ducha, vestido, poner y quitar la mesa, lavar los platos o poner el lavavajillas, poner la lavadora... Desarrollando este tipo de actividades, se pretende que los usuarios disfruten de una vida lo más autónoma y normalizada posible tanto en el centro, como en sus domicilios, lo que

además de forma adicional mejoraría la situación de muchas familias y el clima de convivencia. La mejora en las AVD repercute directamente en el aumento de la autoestima y mejora la competencia personal y social de los usuarios, influyendo en una mejor calidad de vida.

- Estimulación cognitiva: Con la finalidad de intervenir sobre funciones cognitivas superiores que hayan resultado afectadas por los problemas de salud mental de las personas y que a su vez limitan la actividad generando dificultades para involucrarse en situaciones vitales, a través de esta actividad se pretende incidir de forma concreta sobre los procesos cognitivos y las funciones cognitivas básicas (atención, memoria, percepción, gnosias, razonamiento, asociación, resolución de problemas...) para mejorar el funcionamiento cognitivo, social y la autonomía del usuario, proporcionando el mantenimiento de las habilidades cognitivas adquiridas con anterioridad para reforzarlas y adquirir otras nuevas.

Durante el año 2023, para trabajar la estimulación cognitiva a través de dispositivos electrónicos se ha empleado la plataforma online NeuronUP. También se ha intervenido con fichas en papel y con actividades en formato oral.

- Psicoeducación: Esta actividad se lleva a cabo para aumentar el conocimiento por parte de los usuarios de los aspectos básicos referidos a la naturaleza de su problema de salud mental (diagnóstico, síntomas, etiología, curso y pronóstico) y a su tratamiento (implantación de la terapia farmacológica, adherencia al tratamiento, efectos principales y secundarios...) para contribuir al cambio de creencias, actitudes y estrategias de afrontamiento para lograr la disminución del estrés, una mayor adhesión al tratamiento y la prevención de recaídas, que les permita afrontar su enfermedad más efectivamente.

Durante el año 2023 el foco principal trabajado en psicoeducación ha sido el estrés: conceptualización, reconocimiento de factores estresantes y de protección, pautas para el manejo de estresores, etc.

- Relajación: Esta actividad se realiza con el objetivo de que la persona aprenda técnicas de relajación que pueda aplicar en su vida cotidiana cuando aparezcan síntomas de ansiedad o de estrés, síntomas que podrá

ser capaz de detectar de forma temprana a través de los conocimientos adquiridos en psicoeducación, actividad con la que está por tanto muy relacionada.

- **Gestión económica/manejo del dinero:** Dentro de las actividades instrumentales de la vida diaria, se interviene con los usuarios para desarrollar el adecuado manejo del dinero así como sobre aspectos relativos a la gestión económica. Se interviene para el reconocimiento de monedas y billetes, realizando simulaciones de compras, y reforzando el cálculo mental y en papel en este ámbito en concreto. Además, se llevan a la práctica real organizando salidas a comercios y al mercado municipal, donde las personas tienen que realizar los cálculos del dinero necesario in situ y pasar por caja. También se trabaja con los usuarios que lo requieran en la organización de necesidades y gastos, de forma que sean capaces de gestionar mejor el dinero del que disponen.

Aunque no ha sido necesario durante el ejercicio 2023, existe la posibilidad de realizar acompañamientos a entidades bancarias en caso de que el usuario requiera de apoyo.

- **Lectoescritura:** A través de esta actividad se ofrece apoyo a los usuarios que presentan dificultad en las tareas de lectura y escritura, y se encuentra muy relacionada con la estimulación cognitiva formando parte de la misma, ya que leer y escribir son excelentes actividades para detener el deterioro cognitivo progresivo de las capacidades cognitivas. Además de mejorar en el ámbito lector, es un instrumento de mejora de la autonomía personal, ya que les capacita para realizar mejor ciertas actividades de la vida cotidiana en que se ve implicada la lectoescritura, al ser capaces de entender lo que ven y leen.
- **Nuevas tecnologías:** Hoy en día el uso de las nuevas tecnologías es habitual y diario, utilizamos dispositivos como los teléfonos móviles con muchas finalidades distintas, y las personas que no son capaces de adaptarse a estas novedades, pueden llegar a sufrir limitaciones (contacto social, pérdida de oportunidades de ocio, etc.). Por ello, existe la necesidad de estas actividades, y se interviene para el aprendizaje del uso de dispositivos tecnológicos tales como teléfonos móviles, tablets y

ordenadores, desde su uso más básico (encendido y apagado, ajustar volumen, instalación de aplicaciones) hasta otro más avanzado (buscar información, como la cartelera del cine, o poner vídeos).

Todos los usuarios han hecho uso de tablets, pero tres de ellos al no disponer de Smartphone sino de teléfono móvil solo para llamadas, no han participado en las actividades para uso de smartphones.

- **Psicomotricidad Fina:** Se trabaja la psicomotricidad fina a nivel de miembros superiores para mejorar las habilidades manuales, la coordinación óculo-manual, las diferentes pinzas de los dedos y la mejora de los efectos secundarios provocados por los fármacos, todo ello, realizando actividades lúdicas y de entretenimiento además de creativas.
- **Entrenamiento en Habilidades Sociales y desarrollo en el entorno:** 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, por lo que dicha actividad pretende mejorar las competencias y habilidades relacionadas con la interacción social en los diferentes contextos y situaciones en las que se desenvuelve la persona: interacción socio-familiar, socio-laboral, de ocio y tiempo libre. De aquí surge la necesidad de entrenar este tipo de Habilidades, tanto en situaciones ficticias preparadas como entrenamiento como ejecutándolas en el propio entorno, por ejemplo, en comercios, locales de restauración o en el mercado municipal. De esta manera podrán desenvolverse de una manera más autónoma y tener una mejor calidad de vida a la hora de comunicarse, cuando lo hagan sin apoyo.
- **Actividades para la mejora de autoestima:** siendo una de las cualidades más importantes de las personas en lo que respecta a su influencia sobre la salud mental, que puede verse mermada o aumentar el riesgo de problemas en personas con baja autoestima o por el contrario, servir como factor de protección o de buen pronóstico en el caso de personas con un buen nivel de autoestima, se interviene directamente a través de dinámicas para su mejora o indirectamente dentro del desarrollo de otras actividades, como mejora de AVDs o práctica efectiva de Habilidades Sociales.



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TEL./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



3. Promoción del ocio y del tiempo libre

- Promoción del ocio saludable y el tiempo libre: Las personas con problemas de salud mental a menudo presentan restricciones en la participación social. A través de estas actividades pretendemos establecer 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. Lograr desenvolverse en el medio a veces es difícil para las personas con problemas de salud mental y sus familias, es por ello un objetivo fundamental para la mejora de la autonomía personal, lograr una adaptación y un uso efectivo de los recursos comunitarios. Además, las actividades de ocio y tiempo libre ayudan a minimizar los síntomas propios del problema de salud mental, es decir, aumentan su autoestima, les ayuda a disminuir el aislamiento, fomentan sus habilidades sociales, amplían y fortalecen las relaciones sociales...

Dichas actividades incluyen cine, salidas culturales a exposiciones de arte (pintura, escultura, fotografía) en función de oferta cultural del municipio, visita a museos como los de Semana Santa de Lorca, uso de la biblioteca municipal, y salidas de ocio a locales de restauración. Durante el año 2023 se ha asistido al cine, a exposiciones de pintura, a museos de semana santa e iglesias sedes de cofradías, visitas a belenes en navidad, jornada de liga de fútbol de las entidades de la federación salud mental Murcia, festival de artes escénicas festivarte en Caravaca de la Cruz, fiesta de carnaval, etc.

También incluye juegos de mesa, que, a diferencia de todas las demás que se realizan en el entorno, se llevan a cabo en la sede de Asofem.

- Gimnasio urbano y senderismo: Las actividades deportivas llevadas a cabo, en concreto, el entrenamiento en gimnasios urbanos del municipio y senderismo, persiguen 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.



4. Formación y orientación laboral:

- Las personas con problemas de salud mental pueden tener dificultades de acceso al mundo laboral y formativo, es por ello que a través de estas actividades se proporciona apoyo para la inserción laboral, durante la búsqueda activa de empleo, y a través de acciones de formación. Se realizan acompañamientos a las personas en esta situación a la sede del servicio de empleo y formación (SEF) y otros locales municipales donde se desarrollan programas laborales o se publican ofertas (como es el caso del Centro de Desarrollo Local de Lorca), se le apoya en la gestión de citas, en la elaboración o modificación del currículum. En lo que respecta a formación, se orienta en la búsqueda de formación cualificada y se proporciona apoyo en la realización de cursos online en la propia sede del servicio y bajo supervisión profesional. También entra dentro de esta actividad la enseñanza de técnicas de estudio a la persona que facilite la adquisición de conocimientos y su ejecución en posibles situaciones de examen.

Dicha área solo se trabaja junto a una usuaria que está en situación de búsqueda activa de empleo, con el apoyo proporcionado por el personal técnico de SEPAP, además de realizando formación, comenzando en 2023 con la formación “Cómo enfrentarte a una entrevista laboral” a través de la plataforma online Formacarm de la Región de Murcia.

EVALUACIÓN:

El número de demandas recibidas para este año han sido 9 y todas ellas han sido atendidas en el Servicio de Promoción de la Autonomía Personal.

Durante el primer semestre, la evaluación se realizó en función del logro de objetivos de cada una de las personas usuarias, así como de su participación y motivación en las actividades realizadas.

El 100% de los usuarios recibieron servicios terapéuticos, concretamente atención psicológica continua y atención social puntual, rehabilitación psicosocial y promoción del ocio y del tiempo libre. Las actividades en las que han mostrado una mayor

motivación han sido: salidas de ocio, estimulación cognitiva con Tablet, dinámicas grupales (para la mejora de la autoestima, acogida de nuevos usuarios, ocio), y el desarrollo de Habilidades Sociales en el entorno. Las actividades con peor acogida fueron nuevas tecnologías (ya que 3 de los 9 usuarios no disponían de Smartphone y no resultaba de su interés, por lo que terminaron no participando), algunas actividades deportivas (por suponer un esfuerzo físico importante) y psicomotricidad fina (algunos talleres en particular, como motivo principal destaca la frustración por no lograr el resultado esperado).

El 11% de los usuarios (una) ha participado en actividades de formación y orientación laboral, con alto grado de satisfacción con la formación, pero a su vez inquietud y malestar por no haber logrado un puesto de trabajo de forma inmediata tras las primeras entrevistas en el SEF.

A partir del segundo semestre y coincidiendo con la puesta en marcha del concierto social, comenzó la elaboración del nuevo modelo de proyecto de vida de cada usuario, que debe ser revisado de forma semestral, quedando emplazada esta evaluación al año 2024.

El grado de consecución de objetivos se evaluarán en una escala de 3 opciones: Nulo, en proceso, conseguido; y en función del resultado los objetivos se irán manteniendo, modificando o logrando con el paso del tiempo.

La asistencia, participación y motivación en las actividades, divididas en categorías, se evaluará en una escala de tipo Likert de 5 puntos, en la cual 1 es la menor puntuación y 5 la mayor puntuación valorando los ítems en positivo. Se destacarán aspectos importantes en Observaciones, para hacer una valoración cualitativa y no únicamente cuantitativa.

2.1.3. VIVIENDA TUTELADA

C/ RAFAEL SÁNCHEZ CAMPOY, Nº 6, 1ªA y 1ªB- LORCA



VIVIENDA TUTELADA:

Desde Asofem Salud Mental Lorca siempre hemos basado nuestra intervención en pro de la recuperación de capacidades de la persona y a su empoderamiento.

Hemos trabajado la Rehabilitación basada en la utilización de estrategias no farmacológicas dirigidas a personas con problemas de salud mental grave, siempre enfocándola hacia la recuperación y mantenimiento de las capacidades de la persona y de su entorno para conseguir un pleno control sobre su vida.

El proyecto de la Vivienda Tutelada arranca ofreciéndole las pautas necesarias para desarrollarse de manera independiente, descubriendo sus puntos fuertes y débiles (para reforzarlos) con la finalidad de que, a través de nuestro acompañamiento, en la distancia, sean capaces de equivocarse y rectificar para conseguir descubrir las necesidades de cada uno y que luchen por su felicidad como todos al fin al cabo hacemos diariamente.

OBJETIVOS:

GENERALES:

1. Facilitar los recursos necesarios para que los residentes de la vivienda puedan llevar a cabo su Proyecto de vida.
2. Ayudar a los residentes a construir un plan personal de recuperación y autogestión del bienestar.
3. Evitar posibles crisis o recaídas.
4. Desarrollar mecanismos que favorezcan la integración de las personas con problemas de salud mental dentro de la comunidad de manera normalizada.
5. Dotar de un recurso de alojamiento en un entorno comunitario
6. Crear las condiciones necesarias que permitan a las personas con esta problemática vivir de manera autónoma.
7. Ayudar en la creación de una red social de relaciones, potenciando la participación en actividades socioculturales y lúdico-deportivas.

8. Procurar un aumento en la calidad de vida.

ESPECÍFICOS:

1. Dotar de las habilidades necesarias para el desempeño de las ABVD (Actividades Básicas de la Vida Diaria).
2. Fomentar el análisis de la realidad desde su propia visión y reflexión para la resolución de problemas cotidianos.
3. Promover el uso de los recursos socio-sanitarios.
4. Favorecer el proceso de toma de decisiones.
5. Promover hábitos y conductas de salud e higiene personal.
6. Fomentar la interacción de las personas con enfermedad mental con otros grupos sociales.
7. Fomentar la identidad personal y relacional.
8. Estimular el conocimiento y aceptación de normas básicas de la comunidad/entorno.
9. Favorecer la adherencia al tratamiento.
10. Fomentar la conciencia de enfermedad.
11. Evitar en la medida de lo posible procesos de deterioro y/o institucionalización.

ACTIVIDADES:

Por un lado, se encuentran las actividades desarrolladas dentro de la VT, las cuales se basan en el desarrollo y mantenimiento del cuidado personal, limpieza y organización de los espacios comunes y privados de la VT, realización de AVDs (realizar la compra, comidas/cenas, recogida de medicación, asistencia a médicos...). Además, se llevan a cabo diferentes talleres de desarrollo psicomotriz, psicoeducación y estimulación cognitiva. Por otro, acuden cada mañana a las actividades de Centro de Día para continuar con su rehabilitación.

Además, contamos con un programa de ocio donde se planifican diversas actividades para el fin de semana con una serie de objetivos a cumplir:

- Crear y organizar actividades lúdicas y de desarrollo psicomotriz y/o psicosocial, para los usuarios de la vivienda.
- Crear y actualizar un cuadrante de actividades semanales o mensuales.
- Elaborar y proponer proyectos de ocio al coordinador.
- Coordinarse con el equipo técnico del centro de día y con el de otras asociaciones.
- Evitar el deterioro cognitivo, motor y social de los usuarios de la vivienda y estimularla creatividad y la autogestión.
- Actualizar la información relevante en Google Calendar.
- Comunicar al resto del cuerpo técnico, en especial al resto de cuidadores, las necesarias modificaciones o funciones a desarrollar por parte de cada uno de ellos en el ámbito lúdico y de desarrollo.



BENEFICIARIOS:

Desde el mes de julio de este año al que se refiere la memoria, son seis de las ocho plazas las beneficiarias de la prestación del servicio de Vivienda Tutelada.

Los seis usuarios, fueron derivados por Dependencia, con plazas concertadas con el IMAS, los requisitos que valoran para la entrada a este recurso son:

- Que sean residentes en la Región de Murcia, en la actualidad son cuatro personas vecinas de Lorca, una persona de Puerto Lumbreras y otra Persona de Alhama de Murcia.
- Según posición en la lista de espera o que sea de Urgente necesidad.
- Presenten déficits o discapacidades en su funcionamiento psicosocial que les impidan integrarse y funcionar en comunidad con total autonomía e independencia.
- Presenten una situación psicopatológica estabilizada y no estén en situación de crisis psiquiátrica en el momento de su incorporación a la vivienda.
- No presenten patrones comportamentales excesivamente agresivos o peligrosos para sí mismo o para los demás.
- No presentar drogodependencia o alcoholismo asociado o dominante, que imposibilite el trabajo de rehabilitación.
- Carezcan de enfermedades físicas graves o crónicas que exijan una asistencia médica o de enfermería especializada y continuada.
- Tener una necesidad de alojamiento y soporte y no disponer de un medio familiar por ausencia, inadecuación o imposibilidad.
- Descripción de algunas necesidades detectadas:
 - Familias en circunstancias de sobrecarga, tensión o desestructuración que hace necesaria su salida del entorno familiar para avanzar en su proceso de rehabilitación e integración;



- Padres con edad avanzada e imposibilidad de seguir asumiendo la responsabilidad del cuidado y convivencia con su hijo/a con problemas de salud mental.
- Viviendo solos, pero en situación de precariedad y riesgo de deterioro y marginación.
- Hospitalizados a la espera de una alternativa residencial idónea que permita su vuelta a la comunidad.
- Personas que viven en una residencia, con niveles adecuados de autonomía durante largo y precisan un recurso más normalizado.
- Personas solas con una situación de desarraigo familiar y social que les ha conducido a la marginación sin hogar y que tras los procesos de rehabilitación y apoyo necesitan un recurso de alojamiento y soporte que les permita avanzar en su itinerario de rehabilitación.

EVALUACIÓN:

A la espera de ocupar las 2 plazas restantes con las que cuenta la Vivienda Tutelada, Los 6 usuarios que ingresaron en la Vivienda Tutelada durante el mes de julio continúan en la misma, sin causar baja y adaptados perfectamente a la dinámica habitual del hogar.

Nº de participantes hombres	5	83,334%
Nº de participantes mujeres	1	16,667%



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TEL./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



2.2. CENTRO DE ATENCIÓN

**C/ RAFAEL SÁNCHEZ CAMPOY, Nº 1, BLOQUE 3, ESCALERA 8,
BAJO B (FACHADA A TENOR MARIO GABARRÓN 1)- LORCA**





2.2.1. 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 problema de salud mental, facilitando los medios para el acceso a los recursos sociales, así como su integración social y laboral.

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

OBJETIVOS:

GENERALES:

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

ESPECÍFICOS:

1. Potenciar el Servicio de Acogida y Atención como medio de contacto con las personas interesadas.
2. Asesorar, Informar, orientar y/o derivar a los recursos socio-sanitarios de la Comunidad y /o a los Servicios y programas existentes.
3. Informar sobre los problemas de salud 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.
4. Atender a las personas pertenecientes a la Asociación, a través de un teléfono de guardia con horario extraordinario del centro.

ACTIVIDADES:

1. 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 esta causa. 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 ASOFEM- SM LORCA
2. Valoración psico-social: tras una valoración de los casos por parte de todo el equipo técnico de ASOFEM- SM LORCA 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.
3. 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.
4. Diagnóstico Psicosocial: se ha llevado a cabo por el profesional que llevaba el caso y el equipo técnico de ASOFEM- SM LORCA para la elaboración del PII (Plan Individualizado de Intervención) o el PIR (Plan Individualizado de Rehabilitación)
5. 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).



6. Seguimiento y Evaluación del PII: se ha realizado un seguimiento personalizado e individualizado para evaluar el grado de consecución de los objetivos previstos.
7. * 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- SM LORCA.

BENEFICIARIOS:

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

EVALUACIÓN:

El número de demandas recibidas en ASOFEM durante el año 2023 han sido 50 y todas ellas de Familiares (28 personas) y Personas con problemas de salud mental (22 personas) que han sido informados, atendidos o derivados a los programas y/o servicios de ASOFEM y/o a otros servicios socio comunitarios.

De las 50 recepciones de demanda que hemos recibido este año, se ha atendido al 100%, y se han realizado 10 derivaciones a otros recursos.

Se ha atendido en el teléfono de guardia a 39 personas con presuntas sobre temas relacionados en salud mental

Nº de usuarios atendidos	50	100%
Nº de derivaciones	10	20%
Nº de usuarios atendidos en teléfono de guardia	39	100%

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

Atención Social:

Un Estado que lucha por el bienestar de sus ciudadanos no puede permitir que la dependencia funcional que sufren las personas con problemas de salud mental genere una atención inadecuada en las mejoras de su calidad de vida, producidas por la incompreensión 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:

- i. Atender las necesidades básicas y sociales de las personas atendidas y de sus familiares.

ESPECÍFICOS:

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



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TEL./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



ACTIVIDADES:

1. Asesoramiento sobre recursos, prestaciones sociales existentes y tramitación o derivación en los casos que lo requieran.
2. Estudio y diagnóstico de la situación socio-familiar.
3. Realización de visitas a domicilio con el objetivo de contactar con los miembros de la unidad familiar y observar la dinámica familiar.
4. Colaboración, coordinación y apoyo en sus procesos de rehabilitación e Integración social.
5. Seguimiento de la situación socio-familiar.
6. Solicitudes, reclamaciones y valoraciones de Ley de Dependencia.
7. Atenciones Sociales (individuales y familiares).
8. Recepciones de Demanda (individuales y familiares).
9. 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.

BENEFICIARIOS:

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

EVALUACIÓN:

Se han atendido a 143 personas, tanto presencial como telefónicamente (52 personas con problemas de salud mental y 91 familiares).



Nº de usuarios atendidos	52	36,36%
Nº de familiares atendidos	91	63,64%

Atención psicológica:

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 la persona con problemas de salud mental, así 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.



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURÍAS 30813 LORCA (MURCIA)
TELF./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



OBJETIVOS:

GENERALES:

1. 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:

1. Ofrecer atención psicológica a todas las personas con problemas de salud mental que lo soliciten y a sus familias.
2. Realizar la evaluación clínica y funcional de cada caso.
3. Mejorar la conciencia y aceptación de la enfermedad.
4. Dotar de habilidades para el manejo de su enfermedad.
5. Realizar seguimiento de casos.

ACTIVIDADES:

1. Entrevista al núcleo familiar para recabar información.
2. Evaluación.
3. Planificación de objetivos a conseguir de manera individual con cada uno de los casos que se atiendan.
4. Elaboración del P.I.I. (Plan Individualizado de Intervención).
5. Intervención directa a la persona con problemas de salud mental y a sus familiares, estableciendo la periodicidad de las atenciones según las necesidades de cada caso.
6. Seguimiento de los objetivos alcanzados y redefinición de los mismos.
7. Servicio de Atención a Domicilio (Atención Integral)
8. Coordinación con otros recursos socio-sanitarios (Centro de Salud Mental, Unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez y Servicios Sociales).
9. Emisión de informes.



BENEFICIARIOS:

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

EVALUACIÓN:

Se ha atendido a 148 personas, tanto presencial como telefónicamente (55 personas con problemas de salud mental y 93 familiares).

Nº de usuarios atendidos	55	37,16%
Nº de familiares atendidos	93	62,84%

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:

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

ESPECÍFICOS:

1. Realizar la evaluación clínica, funcional, neuropsicológica y farmacológica de cada una de las personas atendidas.
2. Concienciar a las personas con problemas de salud mental y a sus familiares de la toma de medicación pautada.
3. Realizar seguimiento de todos los casos y apoyo en crisis.
4. Valorar los ingresos hospitalarios que se realicen.

ACTIVIDADES:

1. Entrevista a la persona con problemas de salud mental y a sus familiares para recabar información.
2. Evaluación.
3. Planificación de objetivos a conseguir de manera individual con cada uno de los casos que se atiendan.
4. Intervención directa a la persona con problemas de salud mental y a sus familiares, estableciendo la periodicidad de las atenciones según las necesidades de cada caso.
5. Escucha activa.
6. Seguimiento de los objetivos alcanzados y redefinición de los mismos.
7. Coordinación con otros recursos socio-sanitarios (Centro de Salud Mental y Unidad de Psiquiatría del Hospital Rafael Méndez).



8. Emisión de informes.

BENEFICIARIOS:

1. Personas con problemas de salud mental.
2. Familiares.

EVALUACIÓN:

Se ha atendido a 45 personas, tanto presencial como telefónicamente

Nº de personas atendidas	45	100%
---------------------------------	-----------	-------------

2.2.3. SERVICIO DE APOYO A PERSONAS CON DISCAPACIDAD (SADEM):

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 del problema de salud mental 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:

1. 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:

1. Favorecer la implicación de la persona con problemas de salud mental en su propio proceso de recuperación.
2. Fomentar la participación de la familia en el acompañamiento del proceso de recuperación de la persona con problemas de salud mental.
3. Potenciar la utilización por parte de la persona con problemas de salud mental de recursos sociales y sanitarios en la comunidad.
4. 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 el problema de salud mental) **y Rehabilitador** (Actúa sobre las capacidades pérdidas o no adquiridas a consecuencia del problema de salud mental). Con el fin de que se mantenga en su entorno comunitario con una calidad de vida digna.

BENEFICIARIOS:

1. Carencia de asistencia sanitaria y de rehabilitación psicosocial.
2. Baja participación en actividades de la comunidad.
3. Convivencia en un ambiente familiar que no favorezca la recuperación.
4. 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).
5. Aislamiento social y/o actitudes negativas hacia la interrelación social y/o familiar.
6. Personas con discapacidad en situación de dependencia.
7. Mujeres, especialmente aquellas con discapacidad, con cargas familiares o que vivan solas.
8. Personas que viven en el ámbito rural.
9. Edad comprendida entre los 16 y 65 años.
10. 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%

2.2.4. PROGRAMA INFANTO JUVENIL:

La actividad principal de este programa durante este año ha sido la puesta en marcha de la primera Escuela de Salud Mental para familias de niños y adolescentes, centrada en proporcionar a las madres, padres y otros familiares o profesionales interesados, conocimientos acerca de factores que afectan a la Salud Mental de los menores, así como pautas de actuación para la mejora de la misma y prevención del desarrollo de problemas de Salud Mental graves en esta población (incluyendo prevención el suicidio, bullying y cyberbullying, agresividad, autoestima, estrés... entre otros). La escuela estuvo organizada y ejecutada por la psicóloga encargada del programa infantojuvenil de Asofem. La primera edición de la escuela se llevó a cabo entre octubre de 2022 y marzo de 2023, abarcando por tanto los tres primeros meses del periodo que comprende esta memoria, y dado que los resultados obtenidos motivaron la realización de una segunda edición de la Escuela para poder seguir formando a las familias, ésta se puso en marcha en noviembre de 2023 (la finalización será en marzo de 2024).

Además, se realizaron tres ponencias o charlas impartidas por la psicóloga en tres centros educativos de secundaria y bachillerato de Lorca y Puerto Lumbreras. Dichas intervenciones también fueron orientadas a la prevención de problemas de Salud Mental en esta población, proporcionando ciertas pautas generales de prevención a las madres y padres asistentes.

OBJETIVOS:

GENERALES:

Prevenir los problemas de salud mental en la población infanto-juvenil.

ESPECÍFICOS:

1. Aumentar los conocimientos de las familias en cuanto a Salud Mental en general. Dotar a las familias de conocimientos para la detección de problemas o trastornos que afectan a la Salud Mental de sus hijos. Proporcionar estrategias para la gestión y afrontamiento de dificultades que muestren sus hijos/as. Y con todo ello, mejorar el estado de bienestar de los menores de las familias participantes a través de la aplicación de las pautas y técnicas aprendidas.
2. Dar a conocer y sensibilizar acerca de las necesidades de los menores de cara a promover un buen estado de Salud Mental, y también acerca de diversas dificultades que afectan a esta población, a través de la realización de charlas para madres y padres en centros educativos.

ACTIVIDADES:

El programa llevado a cabo se dividió en dos subprogramas

1. Charlas informativas en los centros educativos.
2. Escuelas de Madres y Padres destinadas a familiares de niños y adolescentes de 4 a 16 años de edad centradas en materia de Salud Mental en población infantojuvenil.

**BENEFICIARIOS:**

1. Centros educativos interesados por la salud mental de sus alumnos.
2. Padres y madres interesadas por la salud mental de sus hijos.

EVALUACIÓN:

1. Se han realizado un total de tres charlas en tres institutos de Educación Secundaria, dos situados en Lorca y uno en Puerto Lumbreras, con una media de asistencia de 15 personas.
2. Se inscribieron 35 personas en el grupo de Adolescencia y unas 20 en Infancia, si bien asistieron a cada sesión de infancia una media de 10 personas y de adolescencia una media de 13. Según el feedback reportado por las familias, la Escuela resultó de utilidad para el logro de dichos objetivos.

Nº charlas realizadas	3	100%
Nº de asistentes a la escuela de familias	55	100%

2.2.5. 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 un problema de salud 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:

1. 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:

1. Mejorar el conocimiento acerca de la enfermedad y de los recursos existentes para la recuperación.
2. Mejorar las habilidades de afrontamiento de los familiares
3. Mejorar la comunicación y el clima intrafamiliar.
4. 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:

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



ASOFEM

C/ BERLÍN, Nº 2,
URB. TORRE DEL OBISPO
PURIAS 30813 LORCA (MURCIA)
TELF./FAX 968 47 11 80
asofem2003@hotmail.com



EVALUACIÓN:

Debido a la falta de financiación para desarrollar este proyecto durante el año 2023, no se pudo desarrollar la escuela de familias y los grupos de ayuda mutua como todos los años, aunque los participantes en ediciones anteriores, fueron atendidos en las consultas realizadas a la psicóloga, animándolos a quedar con otros familiares por su cuenta, para promocionar los grupos de ayuda mutua.

2.3. SERVICIOS DIRIGIDOS A LA COMUNIDAD



2.3.1. 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 la persona atendida.

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 organizamos 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 prestársela, por lo que no solamente es necesaria su preparación únicamente dirigida a la asociación y a la persona con 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:

1. Promover el voluntariado.
2. Reforzar los conocimientos de los voluntarios/as en el ámbito de la salud mental.

ESPECÍFICOS:

- 1 Sensibilizar a la sociedad sobre la importancia del voluntariado social y del movimiento asociativo de personas con problemas de salud mental.
- 2 Aumentar y mantener el número de voluntarios en ASOFEM.
- 3 Dar formación específica en salud mental a personas interesadas en hacer voluntariado.
- 4 Promover la participación activa de los voluntarios y su pertenencia a redes.

ACTIVIDADES:

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

Se ha difundido el tríptico realizado con la información del curso a realizar a los centros de la comarca que cursan módulos formativos relacionados con el ámbito sociosanitario. También en redes sociales, otras ONG's...

FASE II: **PARTE TEÓRICA:**

en esta parte teórica, se ha enseñado a los participantes, los conocimientos básicos sobre Salud Mental, y se le han dotado de las herramientas necesarias para poder actuar de forma adecuada en sus tareas como voluntarios. Las ponencias, con un total de ocho horas, han sido impartidas por cuatro profesionales del campo de la Salud Mental.

Esta fase ha sido impartida telemáticamente.

FASE III: PARTE PRÁCTICA:

Los participantes han realizado una visita al centro de día de ASOFEM y sus correspondientes instalaciones, con una duración de dos horas, han podido observar en primera persona el funcionamiento de la rutina diaria del centro y han podido participar activamente en actividades lúdico-deportivas dirigidas a personas con problemas de Salud mental. Han sido impartidas por la responsable y coordinadora del curso.

BENEFICIARIOS:

1. Personas mayores de 18 años.
2. Que sean responsables.
3. Buenas habilidades de relación y comunicación.
4. Comprometidas y constantes en la labor que se realizan.
5. Discretas.
6. Con capacidad para trabajar.
7. Que hayan recibido la formación adecuada.

EVALUACIÓN:

El número de demandas recibidas para este año han sido 50.

De las 50 demandas que hemos recibido este año, se han formado a 16 voluntarios, es decir un 32%.

Nº de participantes hombres	5	31,25%
Nº de participantes mujeres	11	68,75%
Nº de participantes total en curso	16	100%
Nº de voluntarios hombres	4	66,66%
Nº de voluntarias mujeres	2	33,34%
Nº de voluntarios/as total en activo	6	100%

1. Actividades de sensibilización.



2. Charlas en la Universidad de enfermería de Lorca.



2.3.2. PROGRAMA DE INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN:

Los problemas de salud mental son 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.

Se trata de problemas de salud mental que perturban la vida laboral, familiar y social.

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.

Habitualmente, precisan de un apoyo psicológico y social importante para que tomen conciencia de la enfermedad 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 y social que les ayude a aceptar el problema de salud mental de su familiar, mejorar el clima familiar, manejo de recursos y que les afecte lo menos posible en su vida cotidiana.

Se ha detectado que tanto las personas con problemas de salud mental como sus familias, necesitan más apoyo para sobrellevar esta situación sanitaria y psicológica, además de la crisis económica que les reducen los ingresos, ofreciendo el apoyo que necesitan ya sea presencial o telefónico.

OBJETIVOS:

GENERAL:

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

en general nuestro apoyo ante posibles apariciones de problemas de salud mental.

ESPECÍFICO Nº 1:

Informar a la sociedad lorquina y su comarca sobre las actuaciones a tener en cuenta ante casos de problemas de salud mental, a través de medios de comunicación locales.

Indicadores:

Nº de programas de información en medios de comunicación previstos.

Mínimo: 3 programas en radio al año – Máximo: 4.

Resultados Obtenidos:

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

“Programa Apoyo a Personas con Discapacidad” (27/01/2023)

“Escuela de salud mental para familias de niños y adolescentes” (21/03/2023)

“Día Mundial de la Salud Mental” (03/10/2023)

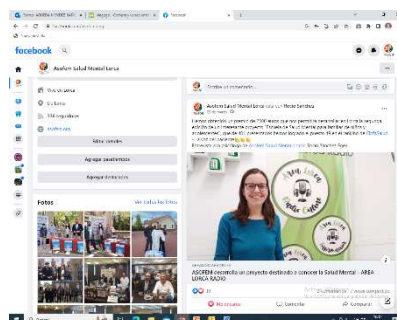
Se han realizado **4 programas de radio** en los medios de comunicación local.

“Programa Apoyo a Personas con Discapacidad” (30/01/2023)- Cadena Azul Radio

https://www.ivoox.com/de-buena-manana-30-1-2023-12h-audios-p3_rf_102252685_1.html

“Escuela de salud mental para familias de niños y adolescentes” (21/03/2023)- Área Lorca Radio

<https://arealorcaradio.es/index.php/2023/03/21/asofem-desarrolla-un-proyecto-destinado-a-conocer-la-salud-mental/?fbclid=IwAR1YGwmJEv-rh51Cr4NAKGq9BfWRpmONcbToaaXcwxVEE1jNZwyRKRkhAi0>



“Día Mundial de la Salud Mental” (04/10/2023)- Cadena Azul Radio

https://www.ivoox.com/de-buena-manana-4-10-2023-11h-audios-mp3_rf_117163723_1.html

“Día Mundial de la Salud Mental” (10/10/2023)- Onda Regional

<https://www.orm.es/programas/tarde-abierta/dolores-reinaldos-las-enfermedades-mentales-siguen-estigmatizadas/?fbclid=IwAR2cjMGY7UgyxUZGMikUk0TZQ6Jw7h1DQL7MQW57oVy6vGbS5HyCdAnQudE>

Se han llevado a cabo **2 publicaciones en prensa escrita** en los medios de comunicación local.

“Programa Apoyo a Personas con Discapacidad” (27/01/2023)

<https://el-lorquino.com/2023/01/27/ciencia/salud-1/asofem-desarrolla-el-programa-apoyo-a-las-personas-con-discapacidad-con-problemas-de-salud-mental/152501/?fbclid=IwAR0hOu0RqQW4CcK6zhjkcXVdTc-t3pv5cBwAojqhejbuZssZ2-Mk56zfEj0>

“Ciclo musical Madre Mía a beneficio de ASOFEM- SALUD MENTAL LORCA”

(16/04/2023)- Murcianoticias
<https://murncianoticias.es/conciertos/el-ii-ciclo-musical-madremia-lleva-8-conciertos-con-grupos-de-covers-y-tributos-a-las-plazas-y-bares-de-lorca/>

“Día Mundial de la Salud Mental” (04/10/2023)- Periódico el Lorquino
<https://el-lorquino.com/2023/10/03/region-de-murcia/lorca/asofem-lorca-conmemora-el-dia-mundial-de-la-salud-mental/167410/?fbclid=IwAR3U4GJdnxKL0iLKfmq1YiwvNZIOlixKnSoZFEdKreoZ6fQ2-6vutfpbQ5c>

Se ha **televisado 1 rueda de prensa** a nivel local

[“Ciclo musical Madre Mía a beneficio de ASOFEM- SALUD MENTAL LORCA” \(14/04/2023\)- Comarcal TV](#)

ESPECÍFICO Nº 2:

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

Indicadores:

Nº de cuadrípticos informativos distribuidos/previstos.

Mínimo: 340 – Máximo: 400

Nº de actuaciones regionales sobre la salud mental realizadas/ previstas.

Mínimo: 1 – Máximo: 2

Resultados Obtenidos:

Se han distribuido una media de $\pm$ **360 cuadrípticos informativos** (en la asamblea de socios, en la Unidad de psiquiatría de Rafael Méndez, en los 8 conciertos musicales solidarios a beneficio ASOFEM- salud mental Lorca, en las plazas de la ciudad, organizados por la Asociación Musical Madre Mía, en las Mesas Informativa del Día Mundial de la Salud Mental, en la Cena solidaria).

¿Me pueden ayudar?

Si, en **ASOFEM Salud Mental Lorca** te acompañamos en tu proceso de recuperación con un equipo completo de especialistas comprometidos con tu salud hasta alcanzar el control de tu vida y tu bienestar.

¿Qué ocurre con mi futuro?

El proyecto de vida de cada persona es muy importante, por ello trabajamos conjuntamente contigo tus objetivos, acompañándote y apoyándote para lograrlos.

ASOFEM
Asociación Salud Mental Lorca

C/ Berlín, 2, Urbanización Torre del Obispo, Dpto. Purías 30813 LORCA (Murcia)
www.asofem.org
Tel: 968 47 11 80 / e-mail: asofem2003@hotmail.com

Región de Murcia
Murciano
Instituto Murciano de Acción Social

Caminando juntos hacia tu bienestar

ASOFEM
Asociación Salud Mental Lorca

¿Qué me está pasando?

Si te han diagnosticado un problema de salud mental, debes saber que no sólo te ocurre a ti. El 25% de la población lo padece a lo largo de su vida, el 22% padece episodios de ansiedad y depresión, el 1% desarrolla alguna forma de esquizofrenia y hay 400 millones de personas en todo el mundo con un problema de salud mental.

¿Me puedo recuperar?

Con una adecuada intervención psicossocial integral, apoyo profesional y familiar, y siguiendo correctamente las pautas farmacológicas del médico Psiquiatra de tu Centro de Salud Mental, puedes llevar una vida plena y normalizada.

Confía en nosotros

En **ASOFEM** encontrarás un completo equipo de especialistas que te ayudarán en todo momento:

Profesionales de la Psicología, Trabajo Social, Psiquiatría, Terapia Ocupacional, Enfermería, del Deporte Educadores/as Sociales, Integradores/as Sociales, monitores/as y personal de Administración

Nuestro Centro de Día

Nuestro Centro de Día constituye un dispositivo terapéutico diseñado y organizado para ofrecer un espacio de Recuperación Psicossocial Integral dirigido a personas desde 15 años en adelante y a las familias, orientado a alcanzar la máxima normalización y calidad de vida e inclusión en la comunidad a través del empoderamiento, asegurando así su condición de ciudadanos y ciudadanas de pleno derecho.

Incluye servicios de Transporte y Catering.

Horario de apertura:
De Lunes a Viernes de 09h a 16:30h.

Vivienda Tutelada

Nuestra Vivienda Tutelada está diseñada para ofrecer un proceso de rehabilitación biopsicosocial que, conjuntamente contigo, trabajaremos para conseguir las mayores niveles de autonomía personal y vida independiente posibles.

Proporcionamos una alternativa normalizada de alojamiento integrada en la Comunidad.

Atención continuada (24 horas al día, 365 días al año)

Disponemos de 8 plazas concertadas con el IMAS (Instituto Murciano de Acción Social)

Otros Servicios

Servicio de apoyo a personas con discapacidad:
Estudiamos tus necesidades y te acompañamos de manera personalizada a conseguir tu recuperación, ya sea en tu domicilio (si vives en una situación de aislamiento) o en los recursos de tu entorno.

Escuela de familias / Grupos ayuda mutua:
Impartimos sesiones de formación en salud mental para las familias y grupos de apoyo con otros familiares.

Infanto-Juvenil:
Prevenimos la aparición de problemas de salud mental en los más pequeños y nuestros jóvenes. Y si la necesitan, intervenimos.

Atención familiar urgente:
Disponemos de un teléfono en horario fuera del centro, de atención precoz de necesidades psicológicas, económicas y/o sociales.

Ocio familiar:
Ofrecemos a la unidad familiar la participación en diversas actividades de ocio.

Se han desarrollado **2 actividades a nivel regional**, el Encuentro Regional de Familias. Este año ha sido organizados por la Asociación Salud mental Cartagena y la lectura del Manifiesto del Día Mundial de la Salud Mental en Murcia.

ESPECÍFICO Nº 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.

Indicadores:

Nº de participación, por parte de representantes políticos, en las actuaciones de sensibilización que desarrolla ASOFEM (Participación en medios de comunicación, asistencia a mesas informativas...).

Mínimo: 1 – Máximo: 2

Resultados Obtenidos:

Se ha conseguido que los políticos locales del Excmo. Ayuntamiento de Lorca participen en **5 eventos a beneficio de ASOFEM- Salud Mental Lorca.**



Rueda de prensa ciclo musical conciertos solidarios abril, mayo y junio de 2023



Mesas informativas 05/10/2023



Lectura manifiesto y encendido de luces en la Pasarela 09/10/2023



Colocación de la pancarta por la Salud Mental 10/10/2023



Cena solidaria de ASOFEM- SM Lorca 03/11/2023

ESPECÍFICO Nº 4:

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

Indicadores:

Nº de días que se actualiza y difunde información en las redes sociales.

Mínimo: 128 – Máximo: 150.

Resultados Obtenidos:

Las redes sociales han sido **actualizadas diariamente** (excepto festivos).

Actualización de la página WEB de ASOFEM- Salud Mental Lorca.

En Lorca a 10 de junio de 2024