

Document de resum i conclusions

WEBINAR

“La salut mental comunitària com a reacció envers la pandèmia”

Taules de Salut Mental Catalunya

25 de novembre de 2020



Introducció

La Federació Salut Mental Catalunya (SMC) va organitzar el 25 de novembre de 2020 el webinar Taules de Salut Mental sota el títol “La salut mental comunitària com a reacció envers la pandèmia”. La jornada, que va tenir lloc en format *online*, va comptar amb la participació de més de 140 persones a través de la plataforma Zoom i de la retransmissió en *streaming* a Youtube.

Aquesta **alta participació**, que va sorprendre als mateixos organitzadors, només fa evident l'interès d'aquesta eina tan valuosa que tenim a Catalunya que són les Taules de Salut Mental. I alhora també va servir per constatar novament, que som un sector altament feminitzat, ja que més del 80% de les inscrites al webinar érem dones.

Una jornada que tenia un **dobte objectiu**:

- compartir experiències, que era una demanda que ha anat sortint al llarg dels darrers anys,
- i veure com ens enfrontem als nous reptes que ens planteja la covid-19, on les Taules de Salut Mental i l'atenció comunitària tenen un paper rellevant.



A més, sabem que l'any 2021 la salut mental tindrà una rellevància encara més gran a nivell d'abast i d'emergència, i la jornada també volia explicitar que hem d'estar preparats per allò que ens vindrà a sobre.

Els continguts complets del webinar es poden recuperar [en aquest enllaç](#) amb els vídeos i les presentacions de les diferents intervencions i del debat entre les participants.



Conclusions

Les principals idees que des de la Federació Salut Mental Catalunya vam extreure de la jornada es poden sintetitzar en els següents punts:

- Les crisis, com la que significa la Covid-19, són també **oportunitats** de repensar i millorar en tots els sentits i àmbits, també a les Taules de Salut Mental. Ara ens cal prioritzar les persones més vulnerables, i ser conscients també que el volum de persones a atendre ha crescut. Tenim el repte com a Taules de Salut Mental de fer que aquesta atenció sigui el millor possible.

- Cal una **voluntat política** i una prioritització des de l'administració, sigui del nivell que sigui (local, comarcal, provincial o autonòmica). És doncs una decisió política que després s'ha d'articular a nivell tècnic.
- La Diputació de Barcelona seguirà donant **suport als ajuntament** que vulguin impulsar una Taula de Salut Mental a través de la mà de la Federació SMC i també ajudant els que vulguin tirar endavant un pla estratègic de salut mental a la seva població.
- L'ideal és que les Taules de Salut Mental tinguin un **pressupost** associat per tal de disposar dels recursos humans professionals necessaris per dinamitzar, treballar la metodologia i impulsar el treball conjunt.
- La realitat de les quasi 30 Taules de tot Catalunya és molt **heterogènia**. Està clar que a la jornada van tenir més protagonisme les Taules més actives i no van quedar tan paleses les dificultats de les Taules a qui costa més d'avançar. S'haurà de treballar perquè aquestes darreres puguin inspirar-se en els punts forts de les primeres.
- L'estat d'alarma va fer aturar quasi totes les Taules. A algunes, però, l'emergència va impulsar-les ben aviat a treballar més intensament, i la resta, poc a poc, a **diferents ritmes**, la majoria estan tornant a l'activitat. Tenim el repte d'acabar de reactivar-les totes per tal de continuar treballant cadascuna en el seu àmbit territorial.
- La possibilitat que els **compromisos** de les accions que les Taules de Salut Mental aprovin dur a terme es posin per escrit, per tal de donar-los més consistència i valor.



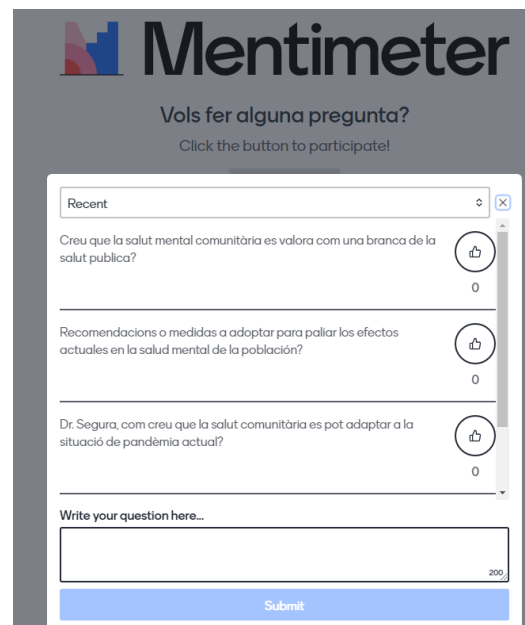
Resposta a la pandèmia

Dins la dinàmica del webinar es va preguntar sobre les **necessitats emergents** a partir de la situació de pandèmia:

- Calen noves estratègies de salut mental comunitària per seguir treballant quan hem de mantenir la distància social. Tenim el repte, especialment, d'ajudar a la gent gran, les persones aïllades i els joves.
- Hem de saber arribar a les persones que no saben accedir als recursos de manera *online* a causa de la bretxa digital.
- Solucionar els problemes de coordinació i dificultat d'adaptació a la nova situació d'algunes Taules de Salut Mental.
- Afrontar els canvis de rutines de les persones que ja tenien l'hàbit d'utilitzar els recursos.
- La necessitat de compartir recursos i treballar més en xarxa.

Seguidament es va fer una pregunta per recollir **propostes concretes** per donar resposta a les necessitats detectades. Les idees recollides són les següents:

- Caldria incorporar més agents a les Taules de Salut Mental perquè hi sigui representat tothom
- Fomentar el treball en xarxa per arribar més lluny.
- Crear espais (sales amb internet, per exemple) i formació per facilitar l'accés a les eines *online* a persones amb dificultats en aquestes habilitats.
- Crear espais de mentoria o suport de les Taules més grans i exitoses a les Taules més petites o menys actives.
- Fer reunions de treball entre totes les Taules de Salut Mental.
- Que les Taules recullin la visió de les persones amb experiència pròpia en salut mental.
- Cal demanar una flexibilització de les mesures preventives d'aïllament social per tenir cura de la salut mental, tot i tenir en compte el fet que algunes les persones amb diagnòstic de salut mental són molt més vulnerables i tenen més risc que la resta de població.
- Tenim el repte de treballar la prevenció en salut mental.
- Cal discutir la dimensió territorial de les Taules de Salut Mental.





A part de les aportacions fetes a través de les dues preguntes, també es van recollir els comentaris que es van fer a través del xat, del qual hi havia, més enllà de les felicitacions per la feina de les Taules, algunes idees més, com ara que s'obrin les portes de les Taules a la participació de la ciutadania.

Reptes

Encetem doncs un 2021 ple de reptes i també grans incerteses. Des de la Federació SMC creiem fermament en el model i volem continuar el treball per acompanyar i impulsar les Taules arreu de Catalunya, amb l'objectiu que millorin la seva **eficàcia** i participació.

I volem acompanyar especialment les **entitats** de persones amb problemes de salut mental i de familiars per tal que hi puguin participar cada dia d'una manera encara més activa i constructiva. Per això, al llarg del 2021, treballarem per potenciar la generació de coneixement compartit i l'intercanvi d'experiències, tot i respectant la singularitat de cadascuna de les Taules.

Agraïments

Per acabar aquest recull d'idees i conclusions de la jornada "La salut mental comunitària com a reacció envers la pandèmia" és imprescindible agrair a la Diputació de Barcelona el seu suport incondicional des de fa més de 4 anys i a tots els ajuntaments que hi aboquen temps, esforços i il·lusions.

I, evidentment, també és essencial agrair a tothom la seva implicació, sense totes les persones que hi participen, un número que podria aproximar-se al miler arreu del país, les Taules de Salut Mental no serien possible. Un gran reconeixement, doncs, per a totes, perquè som conscients que molta de la feina que es fa a les Taules surt d'hores de voluntariat de totes les implicades.

Amb la col·laboració de:



**Diputació
Barcelona**