



associació  
**SALUT MENTAL**  
Castelló (AFDEM)

## **MEMORIA ACTIVIDADES 2024**

## ÍNDICE

1-	DATOS DE LA ENTIDAD .....	3
2-	INTRODUCCIÓN .....	4
3-	POBLACIÓN BENEFICIARIA DEL SERVICIO .....	7
4-	ORGANIZACIÓN DE LA ASOCIACIÓN .....	8
4.1-	PERSONAL CONTRATADO EN EL CENTRO .....	8
4.2-	PROCESOS DE PARTICIPACIÓN .....	10
5-	OBJETIVOS Y FUNCIONES DE LA ASOCIACIÓN.....	11
5.1-	OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN .....	11
5.2-	OBJETIVOS ESPECÍFICOS: .....	11
5.3-	FUNCIONES DE LA ASOCIACIÓN:.....	11
6-	SERVICIOS, ACTIVIDADES Y PRORAMAS.....	12
7-	METODOLOGÍA.....	21
8-	TEMPORALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES.....	31
9-	EVALUACIÓN DE LOS SERVICIOS PRESTADOS .....	35
10-	CONCLUSIONES .....	37

## **1- DATOS DE LA ENTIDAD**

**NOMBRE:**

Associació Salut Mental Castelló (AFDEM)

**NIF:**

G-12385381.

**SEDE SOCIAL:**

Calle Obispo Salinas nº 10, bajo. 12003 Castellón de la Plana.

**TELEFÓNO:**

964 23 22 45 – 626 60 25 09

**PÁGINA WEB:**

[www.afdem.com](http://www.afdem.com)

**CORREO ELCTRÓNICO:**

[salutmentalcastello@hotmail.com](mailto:salutmentalcastello@hotmail.com)

**REDES SOCIALES**

**Instagram:** afdem\_castellon

**Facebook:** afdem.cs@hotmail.com

**HORARIO DE ATENCIÓN:**

De Lunes a Viernes de 9 a 17 horas.

## 2- INTRODUCCIÓN

Salut Mental Castelló (AFDEM) es una asociación sin ánimo de lucro, formada por Familiares de Personas con Trastorno Mental (PCEM). Se fundó con el fin de defender los derechos de las personas usuarias y su entorno social. Fue constituida el 1 de agosto de 1994, y registrada en el registro de Entidades, Centros y Servicios Sociales de la Comunidad Valenciana el 30 de enero de 1995, con el número de registro 1.057.

Los objetivos principales que pretende conseguir la Asociación son:

- La Defensa de los Derechos de las PCEM y sus familias,
- La mejora de la calidad de vida del colectivo,
- La representación del movimiento asociativo.

Para ello se identifican los siguientes fines:

- Exigir la adecuada atención sanitaria y social, así como estimular la investigación y la prevención.
- Promover la sensibilización y normalización social de la enfermedad mental.
- Coordinar las demandas y propuestas del colectivo.
- Recabar de los poderes públicos leyes y normativas que favorezcan sus intereses.
- Exigir la creación de servicios alternativos a la hospitalización y el establecimiento de sistemas sustitutorios a la familia.
- Desarrollar una constante y eficaz información hacia la sociedad a través de los medios de comunicación.
- Actuar conjuntamente con otros colectivos desfavorecidos de la sociedad para avanzar en el reconocimiento de sus derechos y alcanzar la plena ciudadanía en igualdad de condiciones.
- Iniciar y potenciar la inserción laboral del colectivo.

Los valores que definen nuestro movimiento asociativo son: el liderazgo, la universalidad, la participación, la democracia, la transparencia, la justicia, la eficacia, la solidaridad, la autodeterminación y la equidad.

El ámbito de actuación de Salut Mental Castelló (AFDEM) comprende Castellón de la Plana así como el resto de localidades y comarcas de la Provincia.

La asociación está integrada en las siguientes entidades nacionales y supra-nacionales:

- FEAFES-CV (Confederación FEAFES, EUFAMI,...).
- CERMI-CV (Comisión de Salud Mental).

- Fundació ISONOMIA (Universitat Jaume I).
- Plataformas Dependencia, de Salud Mental, entidades, organizaciones y empresas de inserción laboral.

Los servicios, actividades y programas que se llevan a cabo desde la Salud Mental Castelló (AFDEM) son:

1. Información y orientación.
2. Programa de asistencia social.
3. Sensibilización y Promoción de la Salud Mental.
4. Rehabilitación psicosocial.
5. Programa intervención familiar (Psicoeducación y Grupos de autoayuda).
6. Programa de atención domiciliaria.
7. Promoción, Captación y Formación del Voluntariado.
8. Respiro familiar.
9. Actividades de ocio y tiempo libre.

Debido al volumen de personas con enfermedad mental y la falta de recursos de atención a la salud mental, Salud Mental Castelló (AFDEM) se ve con la necesidad de ampliar sus servicios y viendo que en Burriana solo existe una USM se decidió crear una sede en el 2018.

Sobre esta falta de recursos en la comunidad AFDEM inició los trámites en 2018 para poder llevar a cabo un Centro de Día, siendo en abril de 2019 la apertura y puesta en marcha de dicho Centro de Día.

### **LAS PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL Y SUS FAMILIAS EN CASTELLÓN Y LA PROVINCIA**

La atención a las personas con trastorno mental siempre fue históricamente deficitaria. No hay que olvidar que algunas de las formas en que se ha hecho en el pasado forman parte de la ignominia humana, y siguen en el imaginario colectivo las asociaciones entre la enfermedad mental y miedo, vergüenza, violencia, o discriminación, por ejemplo, productos del estigma que acompaña a las personas con problemáticas en su salud mental.

Referente a los cambios en la atención psiquiátrica, quedan en evidencia la transformación en la asistencia a todos los niveles, en especial en los avances, la investigación y los tratamientos, sobre todo a nivel hospitalario. Sin embargo, a nivel extra-hospitalario o comunitario son más evidentes las deficiencias. En los equipos de Salud Mental falta personal de enfermería y de trabajo social en número y capacitación suficiente para hacer frente a las necesidades de las personas con trastorno mental; pues, no hay que olvidar que las necesidades del colectivo, en

sus formas más graves, son complejas y nunca podrán ser atendidas por un solo dispositivo. Incluyen la atención a la enfermedad y también el riesgo de exclusión social. Mención especial requieren las comarcas del interior de Castellón, donde la distancia a los dispositivos de atención especializada es mucho más amplia que en el caso de los entornos urbanos, a lo que hay que añadir el fenómeno de la despoblación, con una población dispersa, cronificada y envejecida.

La cobertura de las necesidades de las PCEM y sus familias requiere de una alta calidad técnica junto a una alta calidad humana, la diversificación de las competencias profesionales, de los recursos y de los itinerarios terapéuticos, junto a la personalización del tratamiento.

Conviene, pues, asesorarse sobre cuáles son las formas de tratamiento más eficaces, aquellas que promueven un tránsito más seguro desde la dependencia a la autonomía personal, desde el estigma y la exclusión a la normalización. En esto nos ayuda la investigación que es la fuente de innovación de la práctica.

Atendiendo a las estadísticas de prevalencia de la OMS, Federación Salud Mental España, así como las distintas Asociaciones de Profesionales, la provincia de Castellón contaría con 5000 personas con un Trastorno Mental Grave (Esquizofrenia, T.Bipolar, T.Personalidad), de los cuales 2000 están en la Capital de la Plana. Así pues, se trata de un colectivo muy numeroso y muy diverso, cuya afectación se extiende tanto a la persona que lo padece como a su familia.

Como es sabido, la mayoría de las personas con trastorno mental viven en el núcleo familiar, que no recibe las ayudas necesarias por lo que surgen infinidad de dificultades, aparte de ser personas con avanzada edad en numerosos casos, lo que condiciona los apoyos que puedan tener. La desinstitucionalización obligó a las familias asumir un papel para el que no están preparadas, por lo que necesitan información, apoyo, entrenamiento, recursos, entre otras habilidades.

El perfil del cuidador familiar es:

- Predominio de mujeres (madres) con 58 años de edad de media.
- Soportan doble carga familiar que la población en general.
- Todas han experimentado vivencias de angustia, tristeza y culpa.
- El 88% han sido víctimas del estigma y la discriminación.
- Muchas veces los profesionales han contribuido a ello.
- La calidad de vida de los familiares - cuidadores es menor que la de la población general.

Por todo lo anterior, desde Salut Mental Castelló (AFDEM) consideramos que hay 3 aspectos básicos que necesitan ser cubiertos prioritariamente:

- 1. Inserción socio laboral:** un alto porcentaje de las personas con trastorno mental grave reúnen las condiciones para incorporarse o retomar la actividad en el mercado laboral. Es la única manera de reinsertarlas en la sociedad y al mismo tiempo prevenir la exclusión social (no olvidemos que la mayoría de ellos son perceptores de una prestación económica). Las fórmulas más eficaces para ello son: los Centros Especiales de Empleo, las Cooperativas Socio-laborales, Empresas Sociales, Enclaves, el Empleo Ordinario con apoyos, o vacantes de empleo ordinario.
- 2. Alojamiento:** considerar prioritario mantener las intervenciones en el contexto social y familiar de las personas con trastorno mental grave; por el contrario y teniendo en cuenta las alternativas, en este sentido los datos avalan: Mini-residencias, Casas Hogar, Viviendas Tuteladas con distinto grado de supervisión, entre otros.
- 3. Los Programas de Continuidad de Cuidados:** sobre estar presentes distintas modalidades, básicamente consisten en Atención Domiciliaria continuada, Gestión de Casos y Tratamiento Asertivo Comunitario y Acompañamiento Terapéutico.

Finalmente, y a modo de conclusión, desde Salut Mental Castelló (AFDEM) consideramos que la mejora de la calidad de vida de las personas con trastorno mental grave y sus familias pasa necesariamente por la alianza de usuarios, familiares, gestores, profesionales y la sociedad en general. Es tiempo ya de visibilizar al colectivo, sacarle del sufrimiento y el anonimato, y devolverles su estatus de ciudadanas y ciudadanos de pleno derecho.

### **3- POBLACIÓN BENEFICIARIA DEL SERVICIO**

Las actuaciones de la asociación, así como los objetivos están vinculados a las familias de personas con trastornos mentales graves, siendo éstas las que se conforman la misma, no obstante, los participantes en actividades son las personas con enfermedad mental.

- Sexo: 6 mujeres y 27 hombres.
- Edad: 13 personas tienen entre 30 y 40 años, 13 personas entre 40 y 50 años y 7 entre 50 a 60 años.
- Certificado de discapacidad: 1 personas tienen un grado superior al 75%, 21 personas con un grado igual o superior al 65% y, 8 personas con un grado menor del 65% y finalmente 3 personas tienen la discapacidad pendiente de resolución.

- Diagnóstico: Trastorno Mental Grave, entre los que encontramos: Trastornos Psicóticos, Trastornos Graves de Personalidad, Trastornos del Estado de Ánimo graves y recurrentes (Trastorno de Depresión Mayor y Trastorno Bipolar), Trastorno Obsesivo Compulsivo.

En cuanto a la comorbilidad añadida al trastorno mental grave cabría añadir que muchos de ellos tienen otras patologías asociadas:

- Discapacidad intelectual, Trastornos del Espectro Autista, Trastornos por Déficit de Atención.

Las personas usuarias de la asociación conviven en su mayoría con sus padres y madre, aunque otros casos concretos residen en viviendas tuteladas o solos y solas:

- Número de personas usuarias que viven en una vivienda tutelada: 6
- Número de personas usuarias que viven solas o con sus parejas: 14
- Número de personas usuarias que viven con familiares con edades comprendidas entre 50 y 60 años: 3
- Número de personas usuarias que viven con familiares con edades comprendidas entre 60 y 70 años: 6
- Número de personas usuarias que viven con familiares con edades comprendidas entre 70 y 80 años: 5
- Número de personas usuarias que viven con familiares con edades mayores de 80: 2.

## **4- ORGANIZACIÓN DE LA ASOCIACIÓN**

### **4.1- PERSONAL CONTRATADO EN EL CENTRO**

Las funciones del personal que forma parte del centro son:

#### **a) Funciones del Psicólogo:**

- Gestión de personas usuarias y familiares: atención y orientación ante nuevas demandas, recepción de nuevas personas usuarias y/o familias e información de las normas de funcionamiento; coordinación en la planificación y ajustes de horarios, elaboración de informes, coordinación con la administración y demás recursos de Salud Mental, y elaborar y ejecutar las actividades grupales de psico-educación para las familias.
- Gestión personal: coordinación con el trabajador social para elaborar los objetivos terapéuticos individuales de las personas usuarias.

- Gestión de actividades: elaboración y prestación de documentos para la subvención anual, elaboración de proyectos y memorias sobre situación de plazas, informes a fiscalía por la situación de incapacitación.
- Coordinación general: coordinación con demás recursos y dispositivos de Salud Mental de la Provincia de Castellón; sensibilización comunitaria.
- Evaluación funcional y psicológica
- Intervención Individual: atención y seguimiento individual de las personas usuarias en situaciones de crisis.
- Intervención Familiar: Programa de intervención con familias, asesoramiento y Terapia Familiar.
- Trabajo comunitario: colaboración con psicólogos y psiquiatras de las Unidades de SM y Servicios Sociales, colaboración con el Director del Centro en la sensibilización comunitaria.

**b) Funciones del Trabajador Social:**

- Evaluación social y elaboración de informes sociales.
- Orientación y acompañamiento a las personas usuarias y familiares.
- Intervención individual: atención y seguimiento del caso.
- Intervención familiar: asesoramiento y orientación familiar.
- Trabajo en grupo: preparación e intervención en programas y talleres con las personas usuarias
- Trabajo comunitario: colaboración con los Trabajadores/as Sociales de las Unidades de SM, empresas de inserción laboral, entidades del tercer sector, y con los Servicios Sociales Generales.
- Búsqueda de recursos comunitarios, promoción de la participación social, sensibilización comunitaria.
- Elaboración y prestación de documentos para la subvención anual, elaboración de proyectos y memorias sobre situación de plazas, informes a fiscalía por la situación de incapacitación.

### c) **Funciones del monitor ocupacional.**

- Participación en la acogida y orientación de las personas usuarias y familiares.
- Favorecer la autonomía de las personas usuarias.
- Participar en el desarrollo y refuerzo de las habilidades psicosociales.
- Participar en educación para el ocio y gestión de tiempo libre.
- Reforzar la vinculación terapéutica del paciente y familia con el equipo de salud.
- Participar en los procesos de evaluación.
- Gestión de mecanismos de comunicación social y redes sociales.
- Programar y ejecutar las actividades de los programas terapéuticos.

## **4.2- PROCESOS DE PARTICIPACIÓN**

La asociación trabaja con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familiares y, es la manera utilizada para trabajar con este colectivo, resulta indispensable crear unos procesos de participación en donde tengan cabida todas las personas que forman parte.

En primer lugar se destaca la **Junta Directiva** de la asociación formada por un presidente, vicepresidenta, secretario, tesorero y 3 vocales, todas representantes de las familias asociadas. Dicho órgano se reúne de forma semestral para tratar las órdenes del día acordadas en la sesión anterior, en la que reflejan todas las inquietudes de las familias y/o personas usuarias de la asociación.

En segundo lugar se llevan a cabo las **Asambleas de Socios y Socias**, representando a las familias que conforman Salud Mental Castelló (AFDEM). Estas asambleas se llevan a cabo dos veces al año, una tiene lugar en el mes de Junio para aprobar las cuentas de la asociación y una al finalizar el año, en Diciembre para la aprobación de los presupuestos ejercicio del 2024.

Las **Asambleas de las Personas Usuaris** de los programas de Salud Mental Castelló (AFDEM), se desarrollan con una frecuencia mensual donde se trata las propuestas, inquietudes o valoraciones de las actividades de los programas, así como actividades externas organizadas por ellas mismas.

## **5- OBJETIVOS Y FUNCIONES DE LA ASOCIACIÓN**

### **5.1- OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN**

#### **OBJETIVO GENERAL:**

Establecer una red de apoyos para las familias de personas con enfermedad mental e integrarlas en la comunidad, proporcionando los apoyos necesarios y la gestión de recursos sociales del entorno.

Así mismo se establecen talleres para las personas usuarias para potenciar la adquisición de habilidades y competencias para la vida en la comunidad, intentando conseguir los mayores niveles de calidad de vida y normalización de las personas con trastorno mental grave.

#### **5.2- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

1. Prevenir el deterioro psicológico y cognitivo de las personas usuarias.
2. Potenciar la autonomía personal y social.
3. Favorecer y apoyar la integración en la comunidad.
4. Promover un estilo de vida saludable entre las personas con diagnóstico en Salud Mental para prevenir la comorbilidad a lo largo del ciclo vital.
5. Aliviar la carga familiar.
6. Orientar y asesorar a las personas con enfermedad mental crónica para la búsqueda activa de trabajo.

#### **5.3- FUNCIONES DE LA ASOCIACIÓN:**

- Prevenir la claudicación familiar y la institucionalización.
- Proporcionar actividades de ocio y ocupación del tiempo libre a aquellas personas que no pueden utilizar ningún otro recurso alternativo.
- Proporcionar un ambiente de convivencia estructurado alternativo al entorno relacional cotidiano de la persona usuaria.
- Fomentar la recuperación de destrezas, hábitos y capacidades funcionales que le faciliten su acceso a los programas de los Centros de Rehabilitación e Integración Social, o bien a programas de inserción laboral.
- Establecer espacios de socialización y redes de apoyos entre las personas usuarias, las familias y su entorno social.

## **6- SERVICIOS, ACTIVIDADES Y PRORAMAS**

### **INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN:**

A través de este servicio se persigue que las personas con trastorno mental grave y sus familias tengan la información básica para afrontar la Enfermedad Mental. Ofrece atención y orientación relativa a la Enfermedad Mental y a los recursos disponibles. Desarrolla tanto acciones reactivas como proactivas.

A lo largo del 2024 se atendió un total de 26 familias y 16 casos nuevos que contactaron por primera vez con la asociación, 10 de ellas se hicieron socios, de los que han continuado en los programas y se han mantenido, 7 personas.

### **PROGRAMA DE ASISTENCIA SOCIAL:**

Dicho servicio se encarga de la recepción, atención y análisis de la situación planteada por cada persona usuaria y/o familiar, a partir de la cual se dé informará, orientará y se asesorará sobre los recursos existentes tanto en el ámbito social, laboral, educativo, judicial o sobre el propio entorno.

Otro aspecto importante son las ayudas económicas existentes de las que puedan beneficiarse tanto las personas con trastorno mental grave, como sus familiares, y tramitarlas:

- Pensión No Contributiva.
- Renta Valenciana de Inclusión.
- Prestación Familiar Por Hijo a Cargo.
- Prestación por Orfandad (simple o absoluta)
- Incapacidad laboral.

### **SENSIBILIZACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL:**

El programa Sensibilización se puso en marcha a principios de este año, aprovechando la participación en el Programa Descubre, organizado por la Confederación de Salud Mental España, destinado a la población estudiantil de secundaria y el profesorado; con el objetivo de favorecer un conocimiento más adecuado sobre la enfermedad mental y un trato menos discriminatorio hacia las personas que la padecen, a la vez que promueve la salud mental de la población a la que se dirige.

En el programa participaron estudiantes de 3º y 4º de la E.S.O. y de primero de bachillerato, de Institutos públicos de Enseñanza Secundaria (IES) de la Provincia de Castellón.

El programa se llevara a cabo mediante una sesión educativa de dos horas de duración, con el fin de trabajar la sensibilización y visualización de la salud mental. El objetivo general de la sesión es valorar los cambios que la participación en la sesión producen en la reducción de estereotipos, prejuicios y en la propensión a mostrar conductas discriminatorias hacia las personas con enfermedad mental.

Participarán 20 centros educativos, cuya población diana serán unos 1.000 alumnos y 300 profesionales de los mismos, que cumplimentarán un cuestionario, antes de la realización de la sesión y otro unos meses después de la misma.

En la segunda parte del año desde Salut Mental Castelló (AFDEM), este programa de Sensibilización se ha implementado ampliando la población diana a la que va dirigida esta acción educativa y de sensibilización ya que aparte de impartirse estas charlas a población estudiantil de secundaria y profesorado de los IES de carácter público de la provincia, también se ha ofrecido a los siguientes colectivos: centros de educación primaria, centros de educación especial, centros de formación profesional, clubes deportivos, ayuntamientos, asociaciones de familias de alumnos/as de secundaria, fuerzas y cuerpos de seguridad del estado y entidades sociales. Estas acciones tienen una duración de unos 90 minutos llevada a cabo por un técnico/a acompañado por dos usuarios/as de la asociación que dan testimonio en primera persona de lo que supone padecer una enfermedad mental grave.

Además la asociación participa de forma periódica en los distintos medios de comunicación locales (prensa, radio y televisión) con el fin de sensibilizar a la población en general sobre la problemática de la enfermedad mental y de dar a conocer nuestra entidad, así como divulgar las actividades que hacemos a lo largo del año.

Lo que se trata des de este programa es mejorar la imagen social del colectivo e incrementar la presencia social del movimiento asociativo; además de reivindicar los derechos de las personas con enfermedad mental, así como visibilizar la salud mental y los problemas derivados de la estigmatización de las personas que padecen este tipo de trastornos.

#### **PROMOCIÓN, CAPTACIÓN Y FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO:**

Conjunto de acciones que persiguen el incremento de colaboradores y asegurar su capacitación para las tareas a desarrollar.

A este respecto Salut Mental Castelló (AFDEM) a lo largo del 2024, contó con el siguiente personal voluntario / colaborador:

- 1 prácticum del Grado de Psicología. UJI.
- 1 prácticum del Master de la UJI.

Por otra parte se dispone de personal voluntario para la implementación del programa de Huerto, en el que participa una persona encargada del mantenimiento de la parcela y las directrices de las actividades, en coordinación con las y los profesionales y una persona de apoyo (un psiquiatra) que participa activamente en las actividades con la frecuencia de un día cada dos semanas.

#### **PROGRAMA DE INTERVENCIÓN FAMILIAR:**

Persigue capacitar a las familias en el afrontamiento de la Enfermedad Mental, capacitar para una mejora de comprensión sobre la enfermedad mental y una mejora en la relación con los familiares que la padecen.

Tras décadas de olvido, la actividad de las familias ha pasado a ser un pilar básico de todo programa de rehabilitación que se precie. Esto ha propiciado un cambio fundamental en el enfoque de las intervenciones.

El esquema de trabajo de AFDEM sigue las directrices del Modelo de Intervención Familiar de FEAFES:

1. **Intervención en asesoramiento y apoyo unifamiliar:** a lo largo del 2024 se atendió en un formato individualizado 11 familias.

#### **PROGRAMA DE ATENCIÓN Y PSICOEDUCACIÓN FAMILIAR**

Desde Salut Mental Castelló (AFDEM) se ha implementado el programa de Atención y Psicoeducación Familiar. Este programa se articula en una serie de actividades que, conjuntamente pretenden establecer una red de apoyo entre las familias para así actuar de forma preventiva y sensibilizar, dar soporte e informar a las familias para favorecer la mejora del bienestar de las personas con trastorno mental grave, así como ofrecer un apoyo psicosocial continuado a las propias familias.

#### **RESPIRO FAMILIAR:**

Se trata de una estancia temporal de la persona con enfermedad mental fuera del entorno familiar que pretende aliviar una situación de sobrecarga y al mismo tiempo proporcionar un periodo vacacional a la persona usuaria de Salut Mental Castelló (AFDEM) y el Centro de Día.

Esta actividad permite a las familias liberarse de las responsabilidades y tareas de cuidados de la persona con trastorno mental grave unos días al año. No menos importante es que a la vez, se fomenta la autonomía y autoestima de los usuarios a través de actividades de ocio y gestión del tiempo libre.

Este año se han alojado en Sant Carles de la Ràpita. Los días han sido del 3 al 7 de Junio del 2024, acompañados y supervisados por 3 profesionales (2 monitores ocupacionales y un terapeuta ocupacional). En este viaje se han realizado diversas actividades programadas en las que la participación de las personas usuarias ha sido del 100%, sin aparecer ninguna incidencia que haya provocado cambios en la programación o adaptaciones en las propias actividades.

A este respecto Salut Mental Castelló (AFDEM) no dispone de dispositivos de descarga por lo que, la actuación en este ámbito se ciñe a una estancia temporal de una semana en diversos puntos de la geografía española.

#### **PROGRAMA DE ATENCIÓN DOMICILIARIA:**

Persigue mantener a la persona con enfermedad mental en su entorno y acercarlo a la red asistencial a través de acciones de rehabilitación individualizada y de apoyo a la familia desde el domicilio.

A lo largo del 2024 se han llevado a cabo los casos de atención domiciliaria de 2 personas usuarias.

Estas intervenciones son eficientes en la prevención de recaídas, fomento de la autonomía personal, adherencia al tratamiento farmacológico y conexión con la red de salud mental.

#### **ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE:**

El programa tiene un formato lúdico-cultural orientado a la socialización y ampliación de entorno de las personas con enfermedad mental, atendiendo sus motivaciones e intereses, mediante actividades externas en la que participen el máximo de personas atendidas desde la propia asociación. Para realizarlas se requiere el vehículo para AFDEM de 9 plazas que se solicita, de forma que las personas usuarias tengan acceso a escenarios delo entorno social normalizado, fomentando al desarrollo de habilidades que permitan a las personas gestionar de forma óptima el tiempo que no tiene ocupado, de esta forma se realizan actividades socioculturales, deportivas, ocupacionales.

La ejecución de las actividades se lleva a cabo con uno, dos o 3 profesionales, según requiera la ratio de atención.

- 12 de Enero: Asamblea de usuarios de la asociación.
- 19 de Enero: visita IES Ximen d'Urrea en Alcora, para llevar a cabo el programa de sensibilización "Hablemos de Salud Mental".
- 26 de Enero: Taller de lectura creativa en la biblioteca pública de Rafalafena.
- 2 de Febrero: visita guiada a la fábrica de Porcelanosa.
- 9 de Febrero: asistencia Taller de Sexualidad en el centro impartido por la Federació Salut Mental País Valencià.
- 16 de Febrero: visita i taller didáctico en el Espacio de Arte Contemporáneo de Castellón.
- 23 de febrero: Taller de Balonmano inclusivo en el CEIP Carles Salvador.
- 1 de marzo: taller de igualdad impartido por el Servicio Igualdad y Oportunidad ayuntamiento de Castellón.
- 8 de Marzo: acto Día de la Mujer.
- 15 de Marzo: visita Fallas Borriana.
- 22 de Marzo: Visita guiada Exposición de Sorolla en el Museo de Bellas Artes de Castellón.
- 12 de Abril: Exposición Display en el Paraninfo de la UJI.
- 19 de Abril: visita al cine en el CC La Salera.
- 26 de Abril: Asamblea de usuarios de la asociación.
- 3 de Mayo: visita i taller didáctico en el Espacio de Arte Contemporáneo de Castellón.
- 10 de Mayo: participación Torneo Balonmano Inclusivo, en Altea.
- 17 de Mayo: visita guiada a la Villa Romana de Vinamargo.
- 24 de Mayo: Audición del Programa de Musicoterapia.
- 31 de Mayo: Visita al parque de bomberos Municipal.
- 3 al 7 de Junio: Viaje Programa Respiro Familiar del IMSERSO, en Sant Carles de la Ràpita.
- 14 de Junio: Asamblea de usuarios de la asociación.
- 21 de Junio: paseo por el Parc del Litoral.
- 28 de Junio: jornadas de Deporte Inclusivo "En Moviment", en la UJI.
- 5 de Julio: Excursión a la Vía Verde de Benicàssim.
- 12 de Julio: taller de Balonmano Inclusivo y Programa de Sensibilización en el Centro Educativo Los Salesianos de Burriana.

- 19 de Julio: visita a las fiestas locales de Almazora.
- 26 de Julio: visita i taller didáctico en el Espacio de Arte Contemporáneo de Castellón.
- 6 de Septiembre: curso de Primeros Auxilios.
- 13 de Septiembre: Asamblea de usuarios de la asociación.
- 20 de Septiembre: salida a la playa.
- 27 de Septiembre: curso contra la brecha digital “Tú día a día des de el móvil”.
- 4 de Octubre: visita al parque acuático de Aquarama Benicàssim
- 11 de Octubre: celebración Día Mundial de la Salut Mental.
- 18 de Octubre: visita al cine en el CC La Salera.
- 25 de Octubre: excursión al paraje natural “El Termet de Villarreal”.
- 8 de Noviembre: exposición del Caixa Fórum en el Grao de Castellón.
- 15 de Noviembre: concierto de la banda municipal de Castellón, en la Basílica de la Virgen del Lidón.
- 22 de Noviembre: taller elabora tu pizza.
- 29 de Noviembre: acto de celebración del 25N contra la Violencia de Género.
- 13 de Diciembre: mesa informativa y Programa de Sensibilización en la Facultad de Ciencias de la Salud en la UJI.
- 20 de Diciembre: charla de educación vial.
- 23 de Diciembre: Comida de Navidad.

#### **PROGRAMA OCUPACIONAL DE AGRICULTURA ECOLÓGICA**

Se trata de un programa pre laboral que tiene la función de fomentar el empleo con apoyo en la ejecución de las tareas de las personas usuarias para que adquieran hábitos, aptitudes y habilidades laborales, para posibilitar la posterior derivación de los usuarios al mercado ordinario de trabajo.

En dicho programa participan 8 personas usuarias, que acuden al camino del Mas d’En Riera los martes de 10 a 12 horas el primer semestre del año un profesional externo para dinamizar las tareas de mantenimiento y ejecución de agricultura ecológica; y el segundo semestre, las sesiones son los miércoles y jueves de 9:30 a 12:00, con el apoyo de una persona voluntaria.

#### **REHABILITACIÓN PSICOSOCIAL:**

Persigue la recuperación de habilidades y competencias, pues las personas con trastorno mental grave necesitan pasar por una fase de rehabilitación psicosocial. Para cubrir esta carencia la asociación ofrece un servicio de rehabilitación que atiende a las personas usuarias que están en lista de espera o que son derivadas por dispositivos de la red pública. Así pues, la

rehabilitación psicosocial es un proceso integral que aborda el deterioro de las personas usuarias, en orden a la recuperación de sus capacidades y dirigido a conseguir el máximo nivel de ajuste, competencia social y autonomía.

Una vez recogida y analizada la información de cada caso, se desarrolla un Plan Individualizado de Rehabilitación por el que se le asigna a cada uno de los programas específicos que se desarrolla:

1. Programa de rehabilitación cognitiva.
2. Programa de psicoeducación y prevención de recaídas.
3. Programa de autocontrol y manejo del estrés.
4. Programa de entrenamiento en habilidades sociales.
5. Programa de sexualidad y relaciones afectivas
6. Programa de prevención de conductas suicidas.
7. Programa de intervención con familias.
8. Programa de Actividades de la Vida Diaria.
9. Programa de Ocio y Tiempo Libre
10. Programa de Inclusión Comunitaria
11. Programa de Atención Libre de Coerciones.
12. Programa de Musicoterapia (hasta abril)
13. Programa de Dinámicas Musicales (segundo semestre)
14. Programa de Piscina
15. Programa de Gimnasio Funcional
16. Programa de Cerámica
17. Programa de Cocina
18. Programa Balonmano Inclusivo
19. Programa de Huerto Social
20. Programa de Dibujo
21. Programa de Smartphone

Todos estos programas se llevan en un formato grupal de lunes a viernes.

A lo largo del 2024 se atendió a un total de 33 personas usuarias con los siguientes resultados:

- 25 completaron la totalidad del programa.
- 1 abandonaron el tratamiento.
- 2 se reinsertaron en el mercado de trabajo, 1 en un centro especial de empleo.
- 4 fueron derivados a programas de formación de LABORA.

Así mismo, y como complemento del programa de rehabilitación desde AFDEM se llevan a cabo las gestiones y las tareas de coordinación necesarias para propiciar una salida sociolaboral a los usuarios. En este sentido, la coordinación se lleva a cabo con:

- Servef.
- Federació Salut Mental Comunitat Valenciana.
- Cruz Roja.
- Fundación TOTS UNITS.
- Ayuntamientos.
- Diputación de Castellón.
- IVADIS.
- EPA.
- Cocenfe.
- Grupo Sifu.
- Acudim.
- Fundación Manantial.

#### **PROGRAMA DE REHABILITACIÓN A TRAVÉS DE LAS FALLAS**

Este programa que se lleva a cabo en Burriana pretende introducir en el mundo laboral a los usuarios que participan.

Participan en el programa 41 personas usuarias en 6 talleres falleros donde realizan prácticas no laborales; a parte este año se han contratado dos personas usuarias para coordinar las actividades de las y los compañeros y trabajar en los talleres falleros implicados en el programa.

En este programa los objetivos que se trabajan son:

- Trabajar habilidades afectadas por la enfermedad.
- Seguir instrucciones y normas enfocadas al mundo laboral.
- Mejorar la relación interpersonal.
- Mejorar la psicomotricidad tanto gruesa como fina.

#### **CENTRO DE DIA**

En este recurso especializado y específico para atender a personas con enfermedad mental crónica, se desarrollan programas de recuperación funcional y actividades de ocupación y tiempo libre.

En él los principales objetivos a trabajar son:

- Prevenir la claudicación familiar y la institucionalización.
- Proporcionar actividades de ocio y tiempo libre a PCEM.
- Fomentar la recuperación de destrezas, hábitos y capacidades funcionales.

En el Centro de Día se atienden a 20 personas usuarias, de las cuales a lo largo del 2024 ha habido 2 bajas y 2 altas.

El horario de atención del centro es de lunes a viernes de 9 a 17 horas. De enero a julio y de septiembre a diciembre.

Las Áreas que se trabajan desde el centro son las siguientes:

- Recuperación de las AVD-Básicas.
- Tratamiento especializado.
- Promoción de la salud.
- Actividades de convivencia, ocio y tiempo libre.
- Apoyo psicosocial.
- Apoyo y asesoramiento a la familia.
- Servicio de comedor.

Los nuevos programas que se ejecutan en los recursos de la entidad son:

- Programa de Sexualidad y Relaciones Afectivas.
- Programa de Psicoeducación y Prevención de Recaídas.
- Programa de Prevención de Conductas Suicidas.
- Programa de Autocontrol y Manejo de la Ansiedad.
- Programa de Inclusión Comunitaria.
- Programa de Atención Libre de Coerciones.

Programas que se están implementando desde el inicio del año 2023 se señalan a continuación:

- Programa de Rehabilitación Cognitiva.
- Programa de Intervención con Familias.
- Programa de Actividades de la Vida Diaria.
- Programa de Ocio y Tiempo Libre.
- Programa de Inserción Laboral.

Dada la implementación de los nuevos programas, en algunos que se están llevando a cabo, se reducen el número de sesiones, en aquellos cuya frecuencia es de 2 sesiones semanales, se reduce a una sesión por semana, de esta forma se encajan en el horario las nuevas actividades en el mes de Mayo.

## **7- METODOLOGÍA**

### **7.1- ÁREA DE INTERVENCIÓN COGNITIVA**

Esta área abarca un grupo de programas en los que se trabaja el déficit de habilidades cognitivas básicas, cuya finalidad es tratar de incidir en el uso de estrategias compensatorias e incidir sobre los procesos cognitivos básicos que repercuten el manejo social, ocupacional y laboral de las personas.

En esta área se han trabajado los siguientes programas:

- **Programa de Psicoeducación y Prevención de Recaídas:** El programa se conforma de una serie de estrategias y actuaciones cuya finalidad es potenciar las habilidades de autocuidado y la capacidad de prevención de situaciones de crisis de las personas con enfermedad mental crónica. Se proporcionará así información a las personas beneficiarias, de forma que puedan adelantarse, prever y afrontar las situaciones generadas por la sintomatología de la enfermedad; lo que mejorará su independencia y autonomía.

El programa de psicoeducación y prevención de recaída utilizan dos tipos de metodologías complementarias:

- El enfoque educativo para abordar los aspectos relacionados con la información
- El enfoque del aprendizaje con prácticas conductuales para los temas relacionados con las habilidades.

El programa puede ser desarrollado en formato individual o grupal. En el caso de las sesiones grupales, se organizarán de forma semanal de una duración de 60 minutos cada una, en 2 grupos de 10 participantes. Los contenidos informativos se plantean en base a discusiones y diálogos entre los miembros del grupo, complementando la exposición de la persona profesional. Se utilizará material de apoyo como prospectos de medicamentos, lecturas técnicas, videos, testimonios de usuarios recuperados, etc.

La clave de esta metodología es que se basa en un proceso acompañado, en todo momento, desde el inicio hasta el final con la idea de ir introduciendo conocimientos y capacidad de manejo de la enfermedad desde una perspectiva proactiva y preventiva.

En los temas relacionados con la adquisición de habilidades para la autonomía en el manejo de la medicación, se hace imprescindible la estrecha coordinación y trabajo conjunto con la familia, en cuanto que ésta debe ir traspasando progresivamente la responsabilidad sobre la medicación hacia al usuario.

- **Programa de Prevención de Conductas Suicidas:** Los participantes beneficiados de este programa serán muy diferentes entre sí, por lo que la metodología a desarrollar estará adaptada a las necesidades individuales de cada participante permitiendo que cada persona mejore su autoestima lo que beneficiara a los participantes de este programa.

La clave de esta metodología se basa en un proceso acompañado, en todo momento, desde el inicio hasta el final con la idea de ir solventando diferentes situaciones que puedan plantearse antes de que sean irreversibles.

Este programa no solo toma como punto de partida los conocimientos académicos de los participantes, si no que en este programa la clave para el trabajo son las competencias individuales de cada persona para desempeñar diferentes tareas, de forma que permitan una mejora y un enriquecimiento de estas y lleven a la persona a su integración socio laboral.

Es importante reseñar que, aunque sea una metodología flexible debido al difícil contexto que rodea a la salud mental, cada uno de los participantes seguirá unas pautas iniciales adecuándolas a la realidad que les rodea.

- **Programa de Autocontrol y Manejo de la Ansiedad:** El programa se ha implementado en 10 sesiones con atención grupal y atenciones individualizadas en caso de requerirlas. La duración es de 90 minutos si es grupal y 40 o 30 minutos si es individual.

La estructura básica de las sesiones consiste en:

- Revisión de pautas y autorregistros propuestos.
- Explicación y ensayo de nuevas estrategias.
- Propuesta de puesta en práctica de las nuevas estrategias aprendidas

Las acciones protocolizadas están dirigidas a las personas participantes de Salut Mental Castelló (AFDEM) con el fin de Proporcionar al paciente estrategias para el autocontrol

de sus niveles de ansiedad y así posibilitar el afrontamiento exitoso de los estímulos estresantes.

- **Programa de Rehabilitación Cognitiva:** Se configuran un conjunto de actividades con la finalidad de mejorar la actividad neurocognitiva, mediante ejercicios de estimulación cognitiva, emocional, psicosocial y de reinserción en la sociedad, para que la persona pueda desarrollar una vida lo más independiente posible. Es un programa específico para tratar el deterioro cognitivo leve o moderado que se presenta en esta enfermedad.

El programa consta de 76 sesiones de forma grupal para trabajar la memoria, atención, velocidad de procesamiento, funciones ejecutivas, toma de decisiones y resolución de problemas. Las sesiones se realizan en dos grupos (2 veces a la semana) con una duración de una hora. Se llevarán a cabo una vez por semana, los Lunes y Martes, empleando siempre la misma metodología. De este modo se crearán rutinas de trabajo facilitando así la adherencia al programa.

En todas las sesiones se reforzará positivamente por su dedicación al programa y realización de las tareas, en el caso de no realizarlas se le motivará y ayudará a su práctica. Además de ello, se informará y explicará al paciente realizando psicoeducación sobre las capacidades cognitivas que se van a trabajar, reduciendo de esta manera su nivel de estrés e incertidumbre, y se llevarán a cabo ejercicios tanto en lápiz y papel como de forma computarizada y actividades dinámicas, que irán aumentando su grado de complejidad a medida que avanza el programa.

- **Programa de Atención Libre de Coerciones:** programa tendrá como única línea de actuación, la dotación de información y conocimiento a todas las personas usuarias del centro la existencia de la “Guía Breve para Acabar con la Coerción y las Contenciones en los Servicios de Salud Mental “editada por “MHE (Mental Health Europe)” con el fin de abordar todas las prácticas de coerción que se llevan realizando desde los inicios de la psiquiatría sobre todo en el ámbito hospitalario.

La guía pretende proporcionar información a las personas que han sufrido crisis de salud mental y quienes los apoyan, puedan hacer oír sus voces y preferencias; para tomar, así, el control de su propio cuerpo y de sus vidas. Se han realizado 5 dinámicas en grupo.

## 7.2- ÁREA DE DEPORTE Y PSICOMOTRICIDAD

Dada la poca motivación por la práctica de ejercicio físico y la importancia de la coordinación del cuerpo y la toma de conciencia del esquema corporal, se realizan distintos programas en diversos medios. Intentando mejorar la capacidad motora de los las personas usuarias del centro y el desarrollo de hábitos para realizar ejercicio físico.

- **Programa de Gimnasio:** Estas actividades son necesarias para fomentar la actividad física y habituar a realizarla a las personas usuarias, trabajando diversos ejercicios en el en la Piscina Provincial de Castelló, tanto de forma individual como en grupo, todo ello llevado a cabo y supervisado por una monitora, impartiendo clases spinning, yoga o estiramientos en el que se propone dividir las actividades en dos grupos:
  - Spinning y Estiramientos: se realizan en salas diseñadas para dicho fin con un grupo reducido de personas.
  - Piscina: actividades acuáticas que combinan la natación con la gimnasia dentro del agua.
- **Programa de Senderismo:** Este taller se adapta según la época del año. Para llevarlo a cabo se realizan dos grupos según nivel físico y ritmo de cada uno. De mayo a septiembre el taller se realiza por el paseo marítimo del grao de Castellón, aprovechando el buen clima y las vistas que nos ofrece nuestra costa. Durante los meses de junio y julio no se realiza dicho taller, por las altas temperaturas de nuestra población. Ya en otoño e invierno adaptamos las rutas dentro del término municipal de la ciudad dejando a las personas usuarias la elección del recorrido semanal.
- **Programa de Balonmano Inclusivo:** Para llevarlo a cabo contamos con la ayuda de Balonmano Castellón y sus participantes constan de Salud Mental Castelló (AFDEM), coordinada con otros 7 recursos; el programa se originó para darle continuidad y se ha desarrollado a lo largo del 2023. Los entrenamientos se realizan en el estadio de Balonmano Castalia y son todos los miércoles. De forma excepcional, Se han organizado 4 partidos amistosos, aunque se plantea participar en torneos a corto plazo. Asimismo este año se han realizado 3 jornadas de sensibilización en centros educativos.

### 7.3- ÁREA OCUPACIONAL

En esta área es importante la ocupación del tiempo y el aprovechamiento y disfrute de éste; a través de los programas las personas usuarias han adquirido las habilidades y aprendizajes necesarios para mejorar las capacidades y calidad de vida de las personas usuarias de la asociación.

La ocupación debe ser rehabilitadora y tener un sentido para la persona usuaria, tanto en el manejo de las Actividades de la vida diaria Básicas, instrumentales como de Autonomía y de gestión.

- **Programa de Actividades de la Vida Diaria:** Las actividades se han llevado a cabo fundamentalmente mediante sesiones de 10 personas, de forma semanal. De este modo, se favorece el aprendizaje cooperativo mediante el refuerzo de las conductas positivas, tanto por parte del terapeuta como de sus compañeros, que les mostraran cuándo su trabajo está bien hecho.

El grado de dificultad de cada una de estas actividades ira en aumento a lo largo del desarrollo de las sesiones. Cuando el profesional vea que los participantes adquieran la conducta objetivo, deberá disminuir sus intervenciones.

Los refuerzos positivos a una conducta o respuesta serán continuos e inmediatos. Más tarde, para mantener la conducta, el refuerzo será intermitente hasta llegar a su desaparición. Este refuerzo se debe adaptar a las características personales de los participantes y a su contexto. Durante la aplicación de las sesiones del programa se registrarán las opiniones, gustos, preferencias y necesidades expresadas por los miembros de cada grupo, quedando reflejadas en las evaluaciones del programa realizadas tras la aplicación de este.

- **Programa de Agricultura Ecológica (Huerto Social):** Programa con mucha aceptación entre las personas usuarias de la asociación. En estas actividades contamos con el apoyo de 2 voluntarios, ambas personas socias de Salut Mental Castelló (AFDEM). Con ellos aprenden a realizar y llevar a cabo los distintos trabajos que se realizan en un huerto como quitar hierbas, plantar, atar matas, podar, recolectar, regar, etc. , adaptándonos a las necesidades de lo que tenemos plantado en el momento, dependiendo de la estación del año en que nos encontramos. En dicho taller tienen la posibilidad de llevarse a casa y degustar lo recolectado. Además el excedente se cede

al Banco de Alimentos con lo cual las personas usuarias pasan de ser receptoras de ayudas a ser parte activa. El las actividades del programa se realizan 1 día a la semana, adaptando el horario según la época del año en que se realiza, adelantando el horario los meses finales mayo, junio y julio, debido a las altas temperatura de nuestra población.

- **Programa de audiovisuales “Videofórum”:** En el programa de audiovisuales las personas usuarias eligen por votación la película, documental o corto que quieren ver, entre varias propuestas realizadas por ellos mismos. Se proyecta la película más electa y tras el visionado de ésta se trabaja mediante una dinámica en la que se expresa la opinión personal o se entra en debate, sobre todo si se trata de un tema apto para ello. Este taller se hace una vez a la semana a lo largo del año los viernes por la mañana.
- **Programa de Cocina:** Las actividades se desarrollan en la cocina de las instalaciones. El programa permite que las personas participantes adquieran conocimientos sobre los alimentos, la realización de la compra diaria y el manejo de electrodomésticos, así como otros utensilios. De esta forma, las personas usuarias ya conocen algunos trucos de cocina, además de aprender a planificar, comprar y conservar los alimentos.

Las personas de la asociación, una vez a la semana se dirigen al supermercado más próximo, acompañados del monitor ocupacional, con el fin de que ellos y ellas adquieran los hábitos de realizas las actividades cotidianas como hacer una lista de la compra, interactuar con otras personas externas a la entidad, o buscar alimentos que necesiten.

Una vez empiezan a realizar las tareas de la cocina, les enseñan a elaborar una receta con los alimentos que ellos mismos han comprado, con supervisión, las personas usuarias se encargarán de controlar y desarrollar los pasos para finalizar la receta que ellas mismas degustarán.

- **Programa de Autonomía:** El programa pretende reforzar las habilidades adquiridas, un mayor grado de autonomía personal, adaptación al entorno y una mejora en la calidad de vida e integración en la vida comunitaria. En las sesiones se trabaja el mantenimiento de la capacidad personal de controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar la ejecución de actividades básicas de la vida diaria apoyando también el papel de las

familias y/o personas cuidadoras. Las actividades del programa se han desarrollado en una frecuencia semanal a lo largo del año 2024.

- **Programa de Inserción Laboral:** Los participantes beneficiados de este programa estarán integrados en el mismo, según la demanda que tengan o las necesidades detectas, por lo que la metodología a desarrollar estará adaptada a las necesidades individuales de cada participante permitiendo que cada persona mejore su autoestima lo que beneficiara a los participantes en su inserción laboral.

La clave de esta metodología se basa en un proceso de acompañamiento, en todo momento, desde el inicio hasta el final con la idea de ir solventando diferentes situaciones que puedan plantearse antes de que sean irreversibles.

Este programa toma como punto de partida los conocimientos académicos y las competencias individuales de cada persona para desempeñar diferentes tareas, de forma que permitan una mejora y un enriquecimiento de estas y lleven a la persona a su integración socio laboral.

El eje central de actuación del programa ha sido acompañar y motivar a las personas usuarias en la construcción de su proceso de formación e inserción laboral, para poder promover los recursos, competencias y estrategias necesarias con objeto de garantizar una buena incorporación al mercado laboral y vida social.

El programa se gestiona desde septiembre a través de una sesión semanal los martes, atendiendo a un total de 7 personas. De estas personas, 5 han sido inscritos en cursos de formación prelaboral. Y 2 de ellas han entrado en el mercado laboral.

#### **7.4- ÁREA DE ARTE Y CREATIVIDAD**

Esta área se trabaja mediante la Arte terapia, un tipo de terapia que se utiliza como herramienta de estimulación cognitiva y de desarrollo personal, como proceso espontáneo y creativo y como forma de expresión y comunicación.

- **Programa de Dinámicas musicales:** Se trabaja la parte creativa, la expresión y la creatividad a través de la música y sus efectos sobre la mente, ya que influye en el estado de ánimo de una persona, y puede ayudarle a experimentar y procesar una amplia variedad de emociones, desde felicidad hasta entusiasmo, al igual que tristeza, tranquilidad y contemplación. El taller se ha impartido una vez semanalmente, aunque ha habido cambios en los musicoterapeutas, durante todo este año las sesiones se han desarrollado en las instalaciones de la asociación hasta el mes de septiembre, en el

que la dinámica cambia y, manteniendo la frecuencia y duración de las sesiones, las actividades se han desarrollado en el local de la empresa “So i Soroll” de Castelló.

- **Programa de Cerámica:** Las personas usuarias acuden semanalmente al Estudio de Cerámica Paqui Fuster. El objetivo principal de la actividad es trabajar la psicomotricidad fina y estimular la imaginación a través de la creación de figuras de cerámica a partir del trabajo con arcilla. La actividad se ha impartido por la propia profesora de la academia en dicho taller una vez semanalmente, utilizando las instalaciones y herramientas de las que dispone el estudio. Al ser instalaciones externas se limita la participación a 7 personas, puesto que por espacio y logística no permite el aumento de participantes en las actividades.

## 7.5- ÁREA DE HABILIDADES SOCIALES Y RELACIONALES

Es necesario entrenar las Habilidades Sociales y Relacionales. De esta manera también se aprende a modificar la sintomatología productiva mejorando así las habilidades para la comunicación no verbal, habilidades para el desarrollo emocional y las habilidades sociales básicas.

- **Programa de Habilidades Sociales:** El programa contribuirá en la mejora de las relaciones interpersonales y sociales de las personas que padecen trastorno mental grave y que se encuentran en el Centro de Día de Salut Mental Castelló (AFDEM), con el fin de incrementar su calidad de vida y favorecer su mantenimiento o retorno a la comunidad.

Se compone de 3 módulos que atienden a distintas necesidades de comunicación, relación e interacción social y los factores derivados de las mismas, concretamente en lo referente a la gestión y resolución de problemas. El primer y segundo módulo, tratan de entrenar aquellas habilidades que tienen que ver con las relaciones interpersonales, tales como las que posibilitan el hacer amistades, disfrutar de las relaciones íntimas, mostrar afectos, resolver problemas interpersonales, etc.

El tercer módulo está dedicado a habilidades más instrumentales que tienen como objetivo fundamental entrenar y capacitar a la persona para que obtenga independencia y beneficios materiales: manejo del dinero, vivienda, uso y conocimiento de servicios.

- **Programa de Intervención con las familias:** El programa de Intervención con las Familias de Salut Mental Castelló (AFDEM) se articula en una serie de actividades que,

por una parte, pretenden establecer una red de apoyo entre las familias para así actuar de forma preventiva y sensibilizar; apoyar e informar a las familias para favorecer la mejora del bienestar de las personas con enfermedad mental grave; y por último lugar dar cobertura a las necesidades detectadas y demandadas por la familia y a las personas usuarias, desde el propio contexto social.

La intervención con las familias se realizará desde dos vertientes, la primera de ellas a través de sesiones de psico-educación; mientras que la segunda, de forma será individual, atendiendo demandas, necesidades explícitas e implícitas de las familias, referentes a la atención y cuidado de las personas con enfermedad mental.

El programa, por una parte tiene un formato psicopedagógico orientado a la transmisión de conocimientos sobre la enfermedad mental y su tratamiento; al desarrollo de habilidades que permitan a los familiares ser más competentes en la resolución de problemas y en el logro de una adecuada relación de convivencia que, en definitiva, contribuya a la estabilidad y rehabilitación social de las personas con problemas de salud mental y a la normalización de su vida personal, familiar y social.

## **7.6- ÁREA DE CONVIVENCIA, OCIO Y TIEMPO LIBRE**

El tiempo de ocio es esencial para el bienestar y la calidad de vida de cualquier persona, siendo de gran importancia para la población con la que trabajamos. Este conlleva unos beneficios evitando de esta manera el aislamiento social. Mediante las actividades de ocio podemos disfrutar de un amplio abanico de experiencias, que en muchas ocasiones por la enfermedad no se llevarían a término sin el acompañamiento del equipo técnico del centro.

- **Excursión semanal:** Los viernes se realiza una salida a un destino elegido previamente por las personas participantes de la actividad, donde aprovechamos para visitar distintos lugares de la geografía de Castelló y la provincia, disfrutando de esta manera de los paisajes, gastronomía y enriqueciéndonos de la cultura de los pueblos de nuestra provincia. Para realizar esta actividad se precisa del vehículo de la asociación o el uso del transporte público, de forma que se proporcione la oportunidad de conocer y participar en espacios sociales normalizados. Estas sesiones se realizarán por la mañana, aunque cabe remarcar que en ocasiones, por funcionalidad y lejanía, abarcarán todo el día.
- **Visitas y participación en otros recursos externos:** estas actividades tienen el objetivo de conocer a las personas, el funcionamiento y la red de recursos psicosociales de la provincia, participando en actividades lúdicas y deportivas conjuntamente, aparte de

compartir celebraciones, festividades y aniversarios. Las actividades son respuestas a invitaciones de otros recursos sociales o psicosociales de eventos programados de forma externa, no obstante se ajustará a la programación del Centro de Día.

- **Programa de Agenda Cultural:** En estas actividades las personas usuarias pueden desplazarse a cualquier ubicación dentro de la provincia e incluso fuera de la comunidad a visitar monumentos, realizar visitas guiadas, visitar pueblos o ciudades para conocer la cultura y entornos, así como la el fomento de participación social.
- **Viaje de verano (Respiro Familiar):** Esta actividad se realiza la primera semana de junio. Consta de un viaje de una semana por la geografía española con destinos que incluyen playa, montaña y turismo rural y urbano. Los viajes duran 5 días, utilizándose instalaciones hoteleras y transporte colectivo de manera normalizada (bus, avión, tren, etc.). Los viajes incluyen estancias en hoteles, campings o albergues, seguro de viajes y acompañamiento por parte de monitores/as de la entidad. Como novedad, en el 2024 se han solicitado las plazas a través del IMSERSO, de esta forma el abanico de actividades se ha ampliado, así como la disposición del transporte en bus a lo largo de todos los días.

## 8- TEMPORALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

ÁREA	PROGRAMA	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES	Nº P.USUARIAS
ÁREA DE INTERVENCIÓN COGNITIVA	Programa de Rehabilitación Cognitiva.	Enero - Junio (Lunes y jueves) Junio - Diciembre (Lunes y martes)	36 sesiones 31 sesiones	8 9
	Programa de Psicoeducación y Prevención de Recaídas:	Mayo- Diciembre (Miércoles)	27 sesiones	10
	Programa de Prevención de Conductas Suicidas:	Este programa está implementado de forma continuada, aunque no se han detectado casos, se han realizado sesiones de prevención del suicidio de forma grupal.		4 Sesiones
	Programa de Autocontrol y Manejo de la Ansiedad:	Mayo- Diciembre	10 sesiones	10
	Programa de Atención Libre de Coerciones:	Mayo- Diciembre	5 dinámicas de grupo	11

ÁREA	PROGRAMA	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES	Nº P.USUARIAS
ÁREA DE DEPORTE Y PSICOMOTRICIDAD	Programa de gimnasio.	Enero- Julio (Jueves)	26 sesiones	8
		Septiembre- Diciembre (Jueves)	18 sesiones	6
	Programa de Piscina	Julio (Martes)	4	7
		Septiembre-Diciembre (Martes)	17	8
	Programa de senderismo.	Enero- Julio (Lunes)	22 sesiones	6
		Septiembre- Diciembre (Lunes)	11 sesiones	5
	Programa de Balonmano Inclusivo.	Enero – Julio (Miércoles)	26 sesiones	5
		Septiembre-Diciembre (Miércoles)	14 sesiones	8

ÁREA	PROGRAMA	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES	Nº P.USUARIAS
<b>ÁREA OCUPACIONAL</b>	Programa de Agricultura Ecológica (Huerto Social)	Enero – Julio (Miércoles y Jueves) Septiembre – Diciembre (Miércoles y Jueves)	22 sesiones sesiones	8 6
	Programa Audiovisuales “Videofórum”	Enero – Julio (Viernes) Septiembre – diciembre (viernes)	13 sesiones 4 sesiones	6 4
	Programa de cocina.	Enero- Junio (Jueves) Septiembre- Diciembre (Jueves)	20 sesiones 14 sesiones	6 6
	Programa de Actividades de la Vida Diaria:	Mayo- Julio (Miércoles) Septiembre- Diciembre (Miércoles)	15 12	10 10
	Programa de Autonomía:	Enero- Junio (Martes) Septiembre- Diciembre (Martes)	15 10	6 8
	Programa de Inserción Laboral:	Mayo- Julio (Lunes) Septiembre- Diciembre (Martes)	6 3	4 5

ÁREA	PROGRAMA	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES	Nº P.USUARIAS
<b>ÁREA DE ARTE Y CREATIVIDAD</b>	Programa de Musicoterapia	Enero - Julio (Miércoles) Septiembre - Diciembre (Miércoles)	19 sesiones 16 sesiones	9 9
	Programa de Cerámica	Enero- Julio (Jueves) Septiembre- Diciembre (Jueves)	22 sesiones 15 sesiones	7 7

ÁREA	PROGRAMA	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES	Nº P.USUARIAS
<b>ÁREA RELACIONAL Y DE HABILIDADES SOCIALES</b>	Programa de	Enero - Julio (Lunes)	18 sesiones	8
	Habilidades Sociales	Septiembre- Diciembre (Martes)	13 sesiones	6
	Programa de Intervención con las familias:	Enero- Julio (Lunes) Septiembre- Diciembre (Lunes)	6 4	10 familias 10 familias

ÁREA	PROGRAMA	TEMPORALIZACIÓN	Nº SESIONES	Nº P. USUARIAS
<b>ÁREA DE OCIO Y TIEMPO LIBRE</b>	Programa de Agenda Cultural	Enero- Julio (Viernes)	38 Salidas	10-15
		Septiembre – Diciembre (Viernes)	17 Salidas	10-15
	Visitas y participación en otros recursos externos:	Enero- Julio	9 sesiones	12
		Septiembre – Diciembre	4 sesiones	11
Viaje de verano (Respiro Familiar):	Semana del 3 al 7 de Junio.	Participan 21 personas		

## 9- EVALUACIÓN DE LOS SERVICIOS PRESTADOS

Los seguimientos de la adhesión al tratamiento, tanto en el presencial con las visitas a la consulta de la Unidad de salud Mental, como en aquellas personas que siguen tratamiento farmacológico, se ha observado que las intervenciones en este aspecto han sido exitosas, evitando ingresos hospitalarios. Por otra parte, se ha detectado una recaída en una de las personas usuarias que se resolvió con una consulta en psiquiatría y retomar la medicación.

Las personas usuarias han demostrado un gran nivel de autonomía; en lo referente a las Actividades de la Vida Diaria y las instrumentales, tienen un buen manejo en general, a lo que cabe añadir que algunas de ellas han adquirido nuevos conocimientos y han gestionado los cambios de forma óptima.

El programa de cocina ha tenido, desde sus inicios muy buena acogida y participación del 100% de las personas usuarias, consiguiendo a la vez el objetivo de mejorar la autonomía, el manejo de AVD, y proporcionar herramientas para vivir solos y solas. Las actividades de cocina están previstas para continuar el 2025, por el desarrollo que ha tenido y por petición de las personas beneficiarias.

Respecto a la prevención y promoción de la salud, (que se ha trabajado a través de los programas de balonmano inclusivo, piscina, gimnasio, y senderismo), hemos observado pequeñas mejoras en la salud física de distintos participantes. Dadas las patologías físicas de algunas personas usuarias debemos contemplar la aplicación de dichos programas durante un largo período de tiempo, para que produzcan los efectos deseados.

En cuanto al área de rehabilitación cognitiva, se han realizado dos sesiones por semana para dar cabida al mayor número de usuarios y usuarias de la asociación, ya que consideramos que es fundamental realizar este tipo de ejercicios sobre todo en personas que padecen una enfermedad mental. Se han utilizado todo tipo de recursos con la finalidad de hacer el más ameno posible el programa y así conseguir una mayor adherencia, y han sido los descritos a continuación: cuadernos especializados y específicos según niveles, juegos de mesa, libros, audiovisuales, entre otros.

La gestión del tiempo libre, se ha trabajado mediante las salidas culturales, excursiones y actividades externas a la asociación. Estas actividades han tenido muy buena acogida por las personas usuarias, con una participación plena de los diferentes grupos, a parte de las salidas extraordinarias, las cuales han aumentado en número y participación. Se han realizado todos

los viernes excursiones a diferentes puntos de la provincia de Castellón y la provincia, y las 2 salidas al cine.

El programa de huerto perdura entre las actividades ocupacionales, con buena participación, y este año, con dos grupos mixtos entre personas usuarias de la asociación y otros del Centro de Día, ha propiciado mejora en la dinamización y participación de los componentes de cada grupo, así como la mejora en las interrelaciones, trabajo colaborativo y productividad o asunción de responsabilidades entre las personas participantes.

En coordinación con la asociación Realment y el Banco de Alimentos de Castelló, se ha iniciado el voluntariado de algunas personas de Salut Mental Castelló (AFDEM), las cuales han participado un día a la semana 2 personas usuarias del centro de día y 3 de la asociación, con un índice de asistencia y participación muy alto. Cabe señalar que el voluntariado seguirá para el 2025 con mayor número de participantes por demanda de los mismos.

Los programas referentes a la creatividad se han organizado en Cerámica, Psicomotricidad Fina y Dinámicas Musicales, en la mayoría de casos con gran demanda y participación. Es en el caso de Cerámica en el que las faltas de asistencia han sido mínimas, con 7 participantes que han diseñado, elaborado y finalizado diversas piezas que se han llevado para sí mismos.

Dinámicas Musicales han proporcionado una coyuntura en la que dicho cambio se ha hecho cuando las personas usuarias estaban desmotivadas con las sesiones de musicoterapia; en cambio la participación y motivación en las actividades de dinámicas musicales ha aumentado, demandando las y los participantes su continuidad para el 2025, siendo un programa muy bien valorado.

También se ha trabajado con las TIC's (Tecnologías de la Información y Comunicación), a través de los programas de Smart-phone e informática. Los usuarios u usuarias del centro al principio mostraron cierta reticencia para inscribirse a los mismos, por desconocimiento de la temática y miedo a la frustración, pero con el paso de las semanas en número de participantes aumento claramente. Desde la asociación creemos que son programas básicos para luchar contra el fenómeno de la brecha digital que tanto afecta a las personas con enfermedad mental, para así reducir denominada "brecha social", que actúa como factor de exclusión tanto social como personal.

Lo positivo de leer, estimula las capacidades cognitivas, mantiene el cerebro activo, favorece la salud mental (atención, concentración, memoria), reduce el estrés, la angustia y la ansiedad, mejora el estado de ánimo, permite desarrollar empatía, aumenta nuestro vocabulario, y

facilita las relaciones sociales. En el programa de Comprensió Lectora, se ha conseguido que las y los participantes fomenten lo descrito, añadiendo el trabajo en equipo para desarrollar algunas actividades; asimismo nadie ha abandonado el programa.

Las personas usuarias de Salut Mental Castelló (AFDEM) tienen altas capacidades para desenvolverse en sus rutinas de forma autónoma, por lo que la implementación de los programas de Autonomía y Actividades Básicas de la Vida Diaria, han tenido buena acogida y alta participación, aparte de ser valorado de forma positiva por las personas asistentes, se ha dinamizado mucho gracias a la actitud proactiva de los grupos, fortaleciendo las habilidades de las que ya disponen y aprendiendo aspectos que no conocían, incluso extrapolando el contenido de lo aprendido.

## **10- CONCLUSIONES**

Hemos finalizado el año implementando los programas previstos, implementando la intervención y siendo acogidos por las personas usuarias y las familias de forma positiva. Cabe añadir que el hecho de ejecutar mayor número de programas, se puede considerar una mejora en la intervención en el proceso de rehabilitación, puesto que se trabajan las materias de forma más concreta y se añaden puntos de formación concretos, dando margen a trabajar con las personas de forma individualizada.

Proporcionar los soportes y la atención necesaria para las personas con enfermedad mental es una de las bases para su mejora psicosocial, de esta forma, facilita la participación social o el acceso al mercado de trabajo, generando espacios en los que ejerzan libremente sus derechos igual que el conjunto de la sociedad, derechos que no tienen adheridos por su etiqueta y condición de “enfermo mental”. Las personas de este colectivo han sido definidas históricamente por las limitaciones, más que por sus capacidades, a lo que cabe añadir la fuerza con la que el estigma social ha proporcionado barreras que, actualmente siguen presentes. Reconducir y recuperar o reforzar las capacidades y habilidades de las personas para fomentar la participación social, beneficiando a la persona y su entorno es fundamental para una sociedad inclusiva que pueda hacer frente a las desigualdades sociales que se acentúan cada vez ante las coyunturas y los cambios sociales.

Nos encontramos en una época de mejora de la Red de Salud Mental, aunque con carencias muy presentes, pero debemos diversificar los servicios, orientándolos a la recuperación y el respeto de los Derechos Humanos de las personas usuarias.

La desinstitucionalización de la atención de personas con trastorno mental puede generar espacios en los que la persona pueda participar activamente en la comunidad, facilitando a la vez capacidades de empoderamiento y por ende mejora en la calidad de vida de dicha persona y del contexto social.

Relativo a la salud mental, la visibilización es la base para que se normalice la conceptualización de los trastornos mentales graves, dotando a la sociedad de información sobre estas patologías, comprensión y acercamiento a la problemática que engloba a este colectivo de personas, asimismo rompe estigmas sociales, aparte de generar mecanismos de prevención en la sociedad.

A lo largo de este año 3 personas han encontrado trabajo, este objetivo se programará como uno de los ejes centrales para el 2025, con el fin de proporcionar medios y habilidades a las personas usuarias de la asociación para la búsqueda activa de trabajo y aumento de la empleabilidad en el colectivo de personas con trastorno mental.

Partiendo de la base de que la presencia del asociacionismo en las intervenciones psicosociales es emergente, desde Salud Mental Castelló (AFDEM), se fomenta la presencia de estas entidades con cercanía a las personas de la provincia de Castellón. De esta forma esta forma la intervención permite, no solo la participación de las personas con enfermedad mental o sus familiares, sino que incorpora la posibilidad de participación ciudadana.

Cabe remarcar que para el año 2025 se prevé ampliar el número de programas y reforzar las actuaciones de intervención cognitiva.

Consideramos que existen 4 áreas que debemos mejorar cara al futuro:

- Intervención temprana del TMG
- Inserción laboral
- Visibilización e información sobre salud mental Continuidad de Cuidados.

Salud Mental Castelló (AFDEM) lleva 29 años reivindicando y colaborando en la mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familiares.

Con todo, pensamos que ésta es una labor de todos, por lo que la coordinación, planificación y el trabajo en red se muestran como algo indispensable para acabar con la visión nihilista y catastrófica del TMG.

Las recientes coyunturas en el sistema de salud, ha puesto en evidencia carencias que han afectado la atención y continuidad de tratamientos de la ciudadanía, por lo que desde esta entidad se concluyen algunas propuestas presentadas a continuación:

- 1- Reforzar el sistema público en todos sus niveles, pero también la coordinación de todos los agentes intervinientes.
- 2- Tenemos que potenciar las formas de atención cercanas, en el domicilio o en los entornos normalizados, con una metodología lo más flexible posible.
- 3- Es el momento de “descentralizar” los cuidados para que se empapen del tejido social.
- 4- Vemos indispensable la creación de la figura del “ASISTENTE PERSONAL”, en particular para los casos más graves o los momentos de crisis.
- 5- Más que nunca tenemos que estar por lo público, la multidisciplinariedad, el trabajo en red y la participación de las personas usuarias, familias, profesionales e instituciones desde un modelo horizontal.
- 6- Hay que poner el foco en la persona y las necesidades no cubiertas, más que en la enfermedad o la discapacidad, sin obviar la perspectiva lega de quienes más saben de cómo vivir el miedo y la angustia en primera persona.

Finalmente remarcar la importancia de la actuación de Salut Mental Castelló (AFDEM), cuyas intervenciones y actividades proporcionan apoyo y ayuda a numerosas personas que han evitado la institucionalización o la exclusión social.

Y para que conste en los efectos oportunos firmo la presente, en Castelló de la Plana a 20 de Enero del 2025.

