



Sonia

## Manifiesto Reivindicativo

Manifiesto reivindicativo para que lo puedan contemplar y ayudarnos en la medida de lo posible.

1. Pedimos a la sociedad que elimine sus prejuicios al colectivo de usuarios de salud mental. Fuera estigmas y actitudes discriminatorias para una integración plena.
2. Que se garantice nuestra capacidad para decidir sobre nuestra propia vida.
3. Reivindicamos especialmente Cero Contenciones y el fin de la violencia y tortura en psiquiatría.
4. Queremos pedir nuestra participación directa y real en todas las decisiones políticas que nos afecten.
5. Exigimos una protección especial para la infancia y adolescencia.
6. Los medios de comunicación deberían ser más prudentes a la hora de dar sus noticias sobre los usuarios de Salud Mental (que no relacionen trastorno mental con agresividad y delincuencia).
7. Exigimos mayor dotación presupuestaria para las Personas con Discapacidad.
8. Derecho al trabajo y a la vivienda.
9. Pedimos a las Instituciones la creación de la figura del Promotor de Salud Mental en las unidades de salud mental (serían aquellas personas que han madurado y superado sus causas que la han motivado a perder las riendas de su vida).
10. - La subida de las pensiones a una cantidad suficiente para cubrir las necesidades básicas de las personas con diversidad, al menos a los 1000€, ya que con los actuales 417€ las personas de nuestro colectivo están en situación de exclusión social.
11. Por último, demandamos más profesionales en el ámbito de la Salud Mental. Esto es todo lo que queremos que tengan en cuenta con respecto a nuestras carencias y necesidades, muchas gracias por su atención, reciban un cordial saludo de parte de ESPIRAL.

Somos dueñ@s de nuestra vida y nuestra historia.



## FRASE

¡Sé igual con todos!

A no discriminar también se aprende, procura no sentirte grande con los pequeños, ni pequeño con los grandes.

MANTÉN SIEMPRE TU ESTATURA NORMAL. Adolfo

¿De qué sirve al hombre ganar el mundo entero, si arruina su vida?

## CHISTE

¿Cuál es el colmo de un abogado?

Que pierda el juicio

Adolfo



T	A	Q	A	R	U	D	R	O	C
M	R	S	I	O	R	I	E	C	A
L	O	I	D	E	D	S	P	V	I
O	D	B	S	M	Q	O	R	A	N
C	L	A	C	T	L	G	F	P	O
U	I	Z	L	N	E	H	A	G	M
R	P	C	B	L	T	Z	J	K	R
A	R	O	A	Z	N	Ñ	A	P	A
W	Y	M	I	Q	E	Q	R	T	Z
T	U	R	H	U	M	A	N	O	B

Sopa de letras

LOCURA  
TRISTEZA  
ARMONÍA  
MENTE  
ALEGRÍA  
HUMANO  
SER  
PÍLDORA  
CORDURA  
PAZ

CHIQUI

La Asociación Espiral no se hace responsable de los artículos y opiniones vertidas en esta revista.



Tengo que salir. He quedado. Me acuerdo del mindfulnessy empiezo a prepararme. Me concentro en lavarme los dientes, cepillo por aquí, cepillo por allá. Mira que limpios quedan. Ahora afeitarme. Rasurado total. La ducha. Me cae el agua caliente, me enjabono lentamente. Aclarado. Durante todo ese rato no he sentido miedo. Ya es todo un logro. Me visto y ya estoy preparado. Soy puntual como un reloj suizo. Salgo a la hora. Justo antes de salir me asalta la duda. ¿Seré capaz? Salgo de mi casa al zaguán. Empiezan a encenderse todas las alarmas. Es el momento de salir del portal. Abro la puerta lentamente y aparece la calle. Miro para todos lados disimuladamente. El enemigo no está a la vista. Por ahora estoy salvado. En un estado de excitación total empiezo a caminar. Cruzo la mirada con la gente, buscando el mal, parece que no está. Me concentro en caminar despacio, no es plan de salir corriendo. Poco a poco voy avanzando, me acerco a mi destino. Finalmente me encuentro con esa mirada conocida que me da confianza. Subo al coche. Prueba superada. Con la garganta seca, saludo. Hoy vamos al cine.

En la ciudad donde vivo, los cines se han ido a la mierda con esto de la pandemia. Solo hace poco han abierto algunos en los centros comerciales. Yo de estos "no lugares" siempre pienso lo que decía aquel grupo punk:

- No me gustan los centros comerciales porque no se por donde coño se sale.

Entramos en el centro comercial y me siento como la primera vez que vas a una ciudad grande. Todo es gigante y lleno de luces. Incluso los días entre semana están llenos de gente.

Aquí siento que el enemigo está cada vez más cerca. Es todo un laberinto. El oído empieza a agudizarse y oigo conversaciones aisladas. El murmullo se convierte en un sonido amenazante. Mi cerebro, pobrecito, hace lo que puede e intenta poner orden en ese caos. Lo que no entiende se lo inventa y así voy construyendo pequeñas conspiraciones, que junto a las miradas que se cruzan con la mía hacen que sienta terror. Finalmente llegamos al cine. Entramos y se apagan las luces. Por fin vuelve la calma.

Es una buena película. Me sumerjo. Me hundo. Trago agua. Me ahogo. Estoy muerto. Durante dos horas, vivo en otra piel. Otra vida. El mundo se para. Ya no hay enemigos. Todo está bien. Hasta que termina la película y se encienden las luces. Entonces el aire vuelve a mis pulmones. Vuelvo a ser yo. Miro extrañado a mi alrededor. Otra vez las miradas que se cruzan con la mía, otra vez el murmullo incómodo.

Nos sentamos a tomar algo en una terraza del centro comercial. La menos concurrida. Mi amiga me conoce. La película me ha dado mucho que pensar. Hablamos. Pero me distraigo con facilidad. Hay una mesa lejos en la que se están riendo.

- ¿Se estarán riendo de mí?
- ¿Se notará mi miedo?

Me oigo pensar.

Mientras, vamos comentando la película. Ha estado súper interesante y tiene muchos pequeños detalles que analizar.

Yo me bebo la coca cola a grandes sorbos. Quiero salir de allí lo antes posible.



Finalmente me despidió de mi amiga. Tiene cosas que hacer y me toca ir caminando a casa. Podría coger la guagua pero es muy estresante. Voy caminando, como siempre. A medida que me acerco al barrio, el terreno se hace más pantanoso y resbaladizo. Hay minas antipersona y francotiradores en las ventanas y me encuentro con algún borracho suicida, que te mete una puñalada cuando menos te lo esperas. Camino rápido, casi corro. Quiero llegar a casa lo antes posible. Por fin el portal. Entro y cierro la puerta detrás de mí rápidamente. Suspiro. Por fin estoy a salvo. Otro día que he burlado la muerte. Entro en casa. Calma total.

Son las once. El toque de queda me viene bien porque se vacían las calles y no se oye ningún ruido. El enemigo desaparece. Se ha ido a dormir. Todos duermen. Comienza otra noche de humo e insomnio y amanece el día. Tengo que salir. He quedado. Me acuerdo del mindfulness. Comienzo a prepararme...

Alberto

## TESTIMONIO FAMILIAR

*Recuerdo las charlas que teníamos durante algunas noches, cuando regresaba a casa temprano y estaba mi hermano, sobre la droga, sus efectos y como estaba perdiendo el control de su vida, a lo cual me contestaba "yo controlo", oí tantas veces la misma cantinela que ya era una mera repetición de hechos. Un día después de tener una de esas conversaciones y viéndolo muy alterado, me dijo lo mismo, pero al rato "pero contrólame tu", desde ese momento supe que lo estamos perdiendo.*

*La familia sin estar preparados y conscientes de la que se le venía encima, sin saber dónde pedir ayuda, ni dónde buscar ayuda para él y nosotros, pues algunos miembros ya estaban emancipados y no conocían el problema hasta que se manifestó en pleno, la principal prioridad era conseguir sus dosis, sin ser consciente del daño que estaba ocasionando. En la dinámica que nos vimos envuelto interviniendo emociones y vivencias contradictorias, entre el amor y el enfado, su bienestar y nuestro bienestar; el mayor impacto de la adicción en la familia fue la codependencia. La droga llegó a controlar la conducta de algunos miembros de la familia, se dividió la familia por la tensión y el estrés. Nos encontrábamos impotentes, la confianza empezó a erosionarse, no pidió ayuda, pasaba mucho tiempo fuera de casa, ponía en riesgo su integridad física y mental, todo para ocultar sus trastornos conductuales.*

*Por la falta de ayuda profesional la familia lo considero como un conflicto interno, pues ningún componente estábamos informado, ni preparado, para afrontar esta situación la familia procedió a sobre protegerle, la comunicación en la familia se hizo más confusa e indirecta, pues mis padres eran los interlocutores. Nuestros padres no vieron la evolución que experimento tras tener muchas vivencias y algunas negativas que le hicieron ver la realidad de la vida, la estaba perdiendo y empezó a plantearse, los cambios pertinentes para tener una vida plena y feliz con sus logros.*

*Culpaba a la sociedad de todos sus males, hasta que fue consciente que él era el responsable de todo lo sucedido y sus males, tuvo el apoyo de la familia y lo tendrá siempre, empezó a estudiar todo lo que le gustaba, a prepararse para poder ayudar a personas con problemáticas sociales, en definitiva, rehízo su vida y es feliz. Nuestros padres y hermanos desde el cielo le apoyan y son felices.*

Ángel

Usamos nombres o seudónimos

"No somos etiquetas, somos personas"



# SUPERANDO LAS ADVERSIDADES

El principal objetivo con mi exposición es contribuir al cambio de paradigma y mentalidad dentro de la atención y asistencia a las personas con una problemática psicosocial.

Hoy en día sigue existiendo un estigma a nivel social, sanitario, jurídico, laboral y dentro de la condición de igualdad y de género en las personas con problemas de salud mental. Esto viene acentuado por el auto estigma que sufren estas personas por la falta de información, formación y desconocimiento sobre lo que le está pasando. El sufrir y padecer un problema de salud mental sabemos que no tiene edad, escala social, ideología, profesión, ni creencias religiosas, cualquier persona puede perder las riendas de su vida.

Vivimos en una sociedad generadora de estados de estrés y angustias, donde unas familias controlan los poderes y no tienen empatía con los más desfavorecidos; motivo por el cual, muchas personas tienen sufrimientos; produciéndoles estrés, ansiedad, impotencia y rabia, por estar padeciendo estas condiciones y no encontrar una válvula de escape, por lo que vivir esta precariedad en la vida, le genera problemas mentales.

La salud mental provocada por un trauma infantil, la muerte de un ser querido, un conflicto familiar o laboral, un desenlace amoroso, la mala gestión de las emociones, por falta de identidad, por estar en contra de las costumbres, creencias y leyes etc., causan malestar emocional. Existen personas que estos estadios se lo sobre pasan con naturalidad y normalidad, pero encontramos otras personas más vulnerables que pierden las riendas de sus vidas y viven sufriendo estas situaciones. La falta de educación, aprendizaje, formación y madures para encausar estas realidades de la vida también componen la angustias y desesperación que, aparte de la población van y recuren a un profesional de salud. Sin embargo, para otros individuos recurriendo a un familiar, amigo o vecino y contándoles que es lo que están sufriendo y pasando por sus mentes disipan su problemática.

Hay personas con experiencias psicóticas que tienen alucinaciones donde creen que es un Dios, Jesucristo, una Virgen, profeta, millonario, político, en el más allá, etc., o piensan que les vigilan, que les leen el pensamiento, piensan en la transmisión mental, que oye voces, etc., todas estas creencias, alucinaciones y pensamientos crean unas conductas y síntomas perjudiciales para la salud, tendiendo a no descansar y perder el ritmo del sueño, a tener lluvias de pensamientos incontrolables, a estar fuera de la realidad, a alterar el orden social, al descuido alimentario y aseo personal, al aislamiento, etc.

Por lo general las medidas, protocolos y asistencia para estas personas con sufrimiento psicosociales son la sobre medicación, las terapias electro compulsivas, las contenciones mecánicas, los aislamientos hospitalarios y el diagnóstico de enfermo de salud mental; que le diagnostican de por vida, sin que haya más revisiones durante su vida, un enfermo mejora y se integra a la vida con normalidad después de seguir un tratamiento, menos los diagnosticado por salud mental y esto es ratificado por la legislación española, considerándolos ciudadano de tercera, fomentando y enriqueciéndose la industria farmacéutica.

En la actualidad parte de muchos profesionales de la salud mental cuestionan otras alternativas, métodos, técnicas y pautas más efectivas para desarrollar y poner en práctica a estas personas más sensibles a la vida, es hablar de la recuperación. No esas actitudes de otros profesionales e informes médicos donde emplean la palabra estable en su proceso de enfermedad para todos los afectados e incluso considerándoles graves y crónicos, sin profundizar y valorar el grado de evolución y superación de las causas que conllevó a esa persona perder las riendas de su vida.

Hoy en día se plantea un espíritu de pensamientos, actitud y aptitud para que las personas, el ser humano, con tiempo puede aprender a adaptarse y aceptarse, puedan recuperarse y encaminar sus vidas y dejar de sufrimientos constantemente.

Todos los seres humanos sin exclusión tenemos que poseer esa esperanza e ilusión por la vida, que los problemas que podamos tener en lo cotidiano se pueden superar o aprender a que no nos afecten en el día a día. Existen palabras mágicas que todas las personas, no solo las que sufren una problemática de salud mental sino, cualquier persona tiene que tener en sus mentes como, identidad, significado, ocupar un rol, tener un proyecto de vida, tener poder de resiliencia, etc.

Unas de las fortalezas que tenemos que desprender es la empatía y el asertividad por la persona. Ayudar, apoyar, acompañar, guiar y orientar en su proceso de vida.

En la actualidad hay países como Finlandia que utilizan terapias con el Dialogo Abierto o Noruega que ha abierto el primer Hospital Psiquiátrico donde no utilizan las contenciones mecánicas, ni la sobre medicación, informan a sus usuarios sobre los efectos secundarios que produce y si desean tomarlo. Le voy a plantear una observación, sobre las personas adictas a la ludopatía. Se genera entorno a éstas personas toda una serie de remedios como acudir a un psicólogo, a tener terapias individuales y colectivas para que abandonen esta conducta de estar encallados a las máquinas y dejen de gastarse su dinero en ellas donde hay adictos que pierden hasta sus propiedades por el vicio a jugar. Si analizamos con profundidad este mal nos damos cuenta que detrás de esta conducta, considerada como patología o enfermedad, existe todos unos intereses económicos para algunas empresas, las máquinas tragaperras tienen una patente, una exclusividad y un certificado de instalación y acceso, sólo se instalan en lugares autorizados por la Legislación Estatal Reguladora del Juego de Azar. Nos podemos preguntar si a estas personas se les instalan en su domicilio una máquina tragaperras, se les facilita una bolsa con monedas a que conclusión llegaríamos. Como podemos ver tanto en este caso como en el que nos ocupa, mientras generen dinero no se va a la raíz del problema para erradicarlo y se perpetua, en conclusión, no se les permite una integración plena por la economía que generan y no se les actualizan sus expedientes médicos.

Emilio



SERVICIO CANARIO DE LA SALUD  
DIRECCIÓN GENERAL  
PROGRAMAS ASISTENCIALES

EL SERVICIO CANARIO DE SALUD MENTAL NOS HA CEDIDO ESTE  
INFORME SOBRE COMO ESTÁ LA ATENCIÓN Y ASISTENCIA EN  
SALUD MENTAL EN LAS ISLAS CANARIAS EN LA ACTUALIDAD.



## INFORME DE ACTUACIONES EN LA RED DE SALUD MENTAL

Debo destacar que la Salud Mental ha sido una prioridad para esta Consejería de Sanidad en estos dos últimos años, incluso antes de irrumpir la pandemia de la Covid 19.

### MARCOS DE PLANIFICACIÓN

En la actualidad tenemos vigente el **Plan de Salud Mental 2019-2023**, Teniendo en cuenta que es un Plan muy ambicioso por su contenido y extensión, hemos tenido que realizar una priorización de las líneas estratégicas.

1. Salud mental infanto juvenil
2. Personas con Trastorno mental grave
3. Desarrollo del programa de prevención de la conducta suicida
4. Incremento de plantilla de profesionales de la Red de Salud mental
5. Mejora de infraestructuras

Por otra parte, de acuerdo a estas líneas estratégicas y teniendo en cuenta la situación generada por las consecuencias de la Covid 19 en nuestro territorio, se ha tenido que alinear con los objetivos establecidos dentro del **Pacto para la Reactivación Social y Económica de Canarias**, que están relacionados con Salud Mental.

Dentro de este Pacto y en el Marco de la **Prioridad Estratégica 2**, donde se hace referencia al **Refuerzo de las capacidades sanitarias y sociosanitarias y a la mejora de los programas de atención de salud mental, incluida la perspectiva psicosocial**, se plantea varias propuestas de acciones específicas de salud mental.

A todos estos marcos planificadores, se suma la aprobación de la nueva **Estrategia Nacional de Salud Mental 2022-2026**, de la que se desprenderá el **Plan de Acción 2022- 2024** que contribuirá en la mejora de la atención a la población con problemas de salud mental.

### ASPECTOS QUE RIGEN NUESTRA PLANIFICACIÓN EN ESTE PERIODO:

-Fortalecimiento del **Modelo de Atención Comunitaria**. Donde las Unidades de Salud Mental son eje central de la atención a la persona que tiene un Trastorno Mental Grave.

-En Salud mental se trabaja desde la perspectiva transversal y la atención integral a las personas con problemas de salud mental, ya que la persona puede tener afectadas varias o todas las áreas vitales, por lo

que se destaca la importancia de conformar equipos completos con todos los perfiles profesionales necesarios: psiquiatras, psicólogos clínicos, enfermeros especialistas en salud mental, trabajadores sociales etc., para atender las necesidades que van mas allá de lo puramente biológico de la persona. Hay que tener en cuenta la escasez de profesionales especialistas en las islas, en estos momentos.

-Acercamiento y desarrollo de dispositivos cercanos a la ciudadanía, dadas nuestras características de islas y la dispersión geográfica existente dentro de las mismas.

## PREVENCIÓN

Se precisa de la coordinación estrecha con todos los agentes implicados sobretodo en la infancia.

**Trabajo coordinado entre Salud Mental de la Dirección de Programas Asistenciales, Salud Pública y Educación** para el desarrollo de:

1. Grupo de trabajo con la Universidades Canarias con el objetivo de valorar el impacto del Covid en la infancia y adolescencia (terminado).
2. Se realizó una Campaña para la concienciación y prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria "Recetas para la Esperanza".
3. se ha llevado a cabo también una Campaña para la concienciación y prevención de la conducta suicida "Pide ayuda".
4. En estos momentos tenemos un Grupo de trabajo activo, dentro del programa de prevención de la conducta suicida en los adolescentes en las instituciones educativas.
5. Se ha comenzado también con el Grupo de trabajo para protocolo de actuación conducta suicida en urgencias hospitalarias.

**A pesar de las dificultades generadas por la pandemia, seguimos desarrollando acciones por islas y por hospitales, para mejorar la calidad asistencial.**

## ACTIVIDADES DE FORMACIÓN

El Servicio de Salud Mental de la Dirección General de PPAA, ha editado varias actividades formativas, en respuesta a la encuesta de necesidades formativas cumplimentadas por los profesionales de la red de Salud Mental en noviembre de 2020.

Los cursos se gestionaron a través de la ESSSCAN, excepto alguno que se organizó en otra plataforma, ofreciendo formación a más de 1.500 profesionales.

<b>Hospital de día: tratamiento intensivo para personas con sufrimiento psíquico severo.</b> Septiembre 2021
<b>Habilidades en Terapia Dialéctica Conductual.</b> Octubre 2021
<b>Acompañar la psicosis desde la mirada en primera persona.</b> Octubre 2021
<b>Atención Temprana: un enfoque transdisciplinar.</b> Noviembre-Diciembre 2021
<b>Promoción y abordaje de la salud mental en la pandemia por SARS-CoV-2 . 1ª edición.</b> Octubre 2021
<b>Promoción y abordaje de la salud mental en la pandemia por SARS-CoV-2. 2ª edición.</b> Noviembre 2021
<b>Promoción y abordaje de la salud mental en la pandemia por SARS-CoV-2. 3ª edición.</b> Diciembre 2021
<b>Prevención de la conducta suicida para profesionales de Atención Primaria del SCS.</b> Octubre 2021
<b>Prevención de la conducta suicida para profesionales de la red de Atención a las Drogodependencias.</b> Octubre-Diciembre 2021
<b>Evaluación e intervención en la conducta suicida para profesionales de Salud Mental del Servicio Canario de la Salud.</b>  Mayo-Junio 2022
<b>Regulación Emocional Minfulness para profesionales de Salud Mental y Atención Temprana del Servicio Canario de la Salud.</b>  Junio 2022
<b>Atención Temprana: un enfoque transdisciplinar. 2ª Edición</b> Junio - Julio 2022

## INFORMACIÓN DETALLADA INFRAESTRUCTURAS Y RECURSOS HUMANOS

### TENERIFE

#### Hospital Ntra. Sra. de Candelaria (HUNSC)

- En Febrero 2020, Se llevó a cabo el traslado de la Unidad de Salud Mental Comunitaria de Adeje al edificio de Seguridad Ciudadana, cedido por el Ayuntamiento de Adeje .
- En marzo 2020 se creó la Unidad de Salud Mental Comunitaria de Adultos en Güímar.
- Creación de la primera Unidad de Atención Temprana, para atender a niños de 0 a 6 años con dificultades en el desarrollo.
- Contratación de dos psicólogas clínicas para la USM de Santa Cruz- Salamanca para reforzar la asistencia a través del Plan Aborda.



- **Acciones Futuras HUNSC:**
  - Creación de un equipo de Hospitalización Domiciliaria
  - Aumento de la plantilla de profesionales de la Red

### Hospital Universitario de Canarias (CHUC)

- Obra en ejecución del Centro de Salud del Cristo.
- Se dotó con una psicóloga clínica, un enfermero y un trabajador social al Equipo de Trastornos de la Conducta Alimentaria del HUC.
- En la USM de La Vera-Puerto de la Cruz, se ejecutaron unas obras de mejora y rehabilitación de la unidad.
- En noviembre 2020 se contrató a dos Trabajadoras Sociales más, para USM infantil y USM CHUC.
- **Acciones Futuras CHUC:**
  - Unidad de Hospitalización Infanto-Juvenil para menores de 18 años.
  - Adaptación del espacio específico para urgencias psiquiátricas.
  - Pendiente Creación de Hospital de Día de Adultos polivalente.

### LA PALMA

#### Hospital General de La Palma

- Se ha contratado en 2021 un equipo complementario a la USMC de Atención Domiciliaria compuesto por una enfermera y una trabajadora social.
- Incorporación de un Psicólogo Clínico en comisión de servicio, para coordinar la atención psicológica intra e interinstitucional hasta octubre 2022.
- Creación de la Unidad de Atención Temprana para niños de 0-6 años con dificultades en el desarrollo.
- **Acciones Futuras:**
  - Aumento de la plantilla de profesionales de la Red
  - Crear una Unidad de Media-Larga Estancia, que se ha incluido en el Plan de infraestructuras 2021-2023. Pendiente de infraestructura en San Andrés y Sauces

### LA GOMERA

#### Hospital Ntra. Sra. de Guadalupe

- Contratación de una psicóloga Clínica para la USM para infanto- juvenil en 2020.
- Creación de la Unidad de Atención Temprana.

### EL HIERRO

#### Hospital Ntra. Sra. de Los Reyes

Se han reorganizado los recursos de Salud Mental en El Hierro:

- Creación de un espacio específico para urgencias psiquiátricas en el servicio de urgencias del hospital.
- Asignación de una habitación específica de Hospitalización al Servicio de Psiquiatría.
- Creación de un Equipo de Atención Domiciliaria con un enfermero y un trabajador social.
- Creación de la Unidad de Atención Temprana.

## GRAN CANARIA

### Complejo Hospitalario Universitario Insular-Materno Infantil. Red Infanto - Juvenil:

- Se creó en febrero 2021 la Unidad de hospitalización infantil para menores de 18 años, con 14 camas disponibles. Mejora de infraestructura en 2022.
- Creación del Equipo de Hospitalización domiciliaria de Adultos para dar atención intensiva en domicilio evitando el ingreso en el Hospital. Comienzo 1 de Diciembre 2021.
- Creación de un Equipo de Atención Domiciliaria Infanto-Juvenil compuesto por psiquiatra, enfermero y Trabajador social. Está aprobado pero no hay profesionales para ponerlo en marcha, se espera poder ponerlo en marcha este año 2022.
- Creación de la 1ª y 2ª Unidad de Atención Temprana de Canarias, para atender a niños de 0 a 6 años con dificultades en el desarrollo.
- Sectorización funcional de todo el personal de la Atención Infanto-juvenil en el CHUIMI.
- **Acciones Futuras CHUIMI:**
  - Creación de la Unidad de Salud Mental Comunitaria Infanto-Juvenil de Las Palmas.
  - Implementar el personal de los equipos de las USM infantil.
  - Creación de la 3ª Unidad de Atención Temprana de Gran Canaria.

### Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín

- Realizado el traslado de la Unidad de Salud Mental Adulto e Infanto juvenil Bañaderos al Centro de Salud de Costa Ayala, en noviembre de 2021.
- Puesta en Marcha en septiembre de 2021, del Programa de Atención a las personas con Trastornos Límite de Personalidad con un equipo específico compuesto por psicólogo, psiquiatra y enfermero, en 2022 se aumenta el equipo con 2 psicólogos clínicos más y un enfermero.
- **Acciones Futuras en el CHUGCDN:**
  - Mejoras en infraestructuras del Hospital de Día para personas con trastornos de personalidad en el Hospital Juan Carlos I.
  - Traslado de los dos Centros de Rehabilitación Psicosocial del Juan Carlos I al edificio de calle Mesa de León. Actualmente se está redactando el proyecto.
  - Creación de una USMC en el Centro de Salud de Tamaraceite.
  - Creación de USMC en Maspalomas.

## LANZAROTE

### Hospital Dr. José Molina Orosa

- En 2020 se puso en marcha el Equipo Comunitario Asertivo para aquellos casos que no tienen adherencia a la unidad de salud mental ni a los servicios de psiquiatría.
- **Acciones Futuras:**
  - Aumento de la plantilla de profesionales de la Red
  - Creación del Hospital de Día para de adultos para TMG.
  - Ampliación de camas de la Unidad de Internamiento Breve, obra nueva.
  - Creación de la UAT de Lanzarote.

## FUERTEVENTURA

### Hospital General de Fuerteventura

- En 2021, se creó el Equipo Comunitario Asertivo.
- En marzo de 2022, comenzó a funcionar la Unidad de Media y larga Estancia.

- Creación en 2021, de la Unidad de Atención temprana.

#### Acciones Futuras:

- Aumento de la plantilla de profesionales de la Red

#### TABLA DE CONTRATACIÓN POR UNIDAD Y CATEGORÍAS PROFESIONALES EN 2021:

Profesional	Número
F.E.A Psiquiatría	6
Psicólogo/a Clínico/a	4
Enfermero/a Especialista SM	14
Auxiliar Administrativo/a	2
Trabajador/a Social	4
TCAE	5
Celador/a	5
<b>TOTAL</b>	<b>40</b>

#### TABLA DE CONTRATACIÓN POR UNIDAD Y CATEGORÍAS PROFESIONALES EN 2022:

Profesional	Número
F.E.A Psiquiatría	7
Psicólogo/a Clínico/a	9
Enfermero/a Especialista SM	23
Trabajador/a Social	5
Terapia ocupacional	2
TCAE	13
Auxiliar Administrativo/a	3
Celador/a	1
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>



## UNIDADES CONVIVENCIALES DE PATOLOGÍA DUAL

El Cabildo de Tenerife ha puesto en marcha en 2022, varias unidades convivenciales para personas con Patología Dual en el que el Servicio de Salud mental de la dirección General de programas Asistenciales hemos colaborado, en coordinación con el servicio de drogodependencias de Salud Pública y ONG para establecer el circuito de acceso y programa de atención.

## ACCIONES DESARROLLADAS ESPECÍFICAS PARA LA PANDEMIA COVID19

Además de las acciones propias del Servicio de Salud Mental y su red de recursos, el Servicio Canario de la Salud ha desarrollado acciones específicas durante la pandemia, dirigidas a la población, a los pacientes y familiares, y a los profesionales sanitarios.

Durante la pandemia de la COVID-19, el Servicio de Salud Mental de la Dirección General de Programas Asistenciales, junto con el 012, el 112 y en colaboración con el Colegio Oficial de La Psicología de Las Palmas, creó el **Servicio Telefónico de Apoyo Psicológico del Gobierno de Canarias**. Éste servicio se abrió el 4 de abril 2020 con varios equipos de psicólogos, uno del Colegio Oficial de la psicología de Las Palmas para atender a la población general y otro de psicólogos clínicos de la Red de Salud Mental del SCS de Tenerife y Gran Canaria, para intervenir específicamente con los profesionales sanitarios. Se atendieron 1400 llamadas aproximadamente, principalmente por estrés y ansiedad, miedo al contagio, duelos, etc. A los 2 meses por disminución en el número de llamadas recibidas, el 30 de mayo 2020 se decide finalizar el servicio.

Se puso en marcha la creación de un **Servicio de Acompañamientos Terapéuticos en el Hospital de Día Infanto-juvenil del Hospital Insular materno Infantil**, para atender a los niños que necesitaban una mayor asistencia y que por diferentes situaciones no podían acudir al hospital. Se Gestionó con la Gerencia para contratar personal infanto juvenil durante al menos un año de contratación.

Se mantuvo el contacto continuo con los diferentes jefes de servicio de psiquiatría de los hospitales de las islas y se puso en marcha diferentes **programas de atención a los profesionales sanitarios de primera línea (servicios críticos como UVI, urgencias etc.)**

El Servicio de Salud Mental de la Dirección General de Programas Asistenciales se coordinó con la Dirección General de Salud Pública para realizar **las pruebas de COVID 19, PCR, a todas las residencias sociosanitarias de salud mental** incluyendo usuarios y profesionales y a los pacientes que estaban en los recursos de media y larga estancia.

El Servicio de Salud Mental de la Dirección General de Programas Asistenciales participó con profesionales de psiquiatría de la **Australian National University "Centre for Mental Health Resarch"**, para la publicación de dos artículos acerca de las medidas que se implantaron en Canarias, ya que siendo la primera comunidad autónoma con el primer caso de Covid 19, fue de las menos afectadas en los inicios de la pandemia.

[https://www.researchgate.net/publication/344179049\\_Rapid\\_response\\_to\\_crisis\\_Health\\_system\\_lessons\\_from\\_the\\_active\\_period\\_of\\_COVID-19](https://www.researchgate.net/publication/344179049_Rapid_response_to_crisis_Health_system_lessons_from_the_active_period_of_COVID-19)

[https://www.researchgate.net/publication/344179316\\_International\\_experiences\\_of\\_the\\_active\\_period\\_of\\_COVID-19\\_-\\_Mental\\_health\\_care](https://www.researchgate.net/publication/344179316_International_experiences_of_the_active_period_of_COVID-19_-_Mental_health_care)

Para saber el impacto que La COVID-19 iba a producir en la población canaria **se añadió un ítem en el RECAP** que recoge el motivo de consulta por COVID-19, tanto en las primeras veces como las consultas de seguimiento y urgencias y otro ítem con las consultas telemáticas. La explotación de estos registros, nos permitirán conocer la incidencia de problemas de salud mental en hombres y mujeres, además de las consecuencias de la COVID 19, evaluando los datos con perspectiva de género.

En Tenerife, a 30 de noviembre de 2022

Natalia González Brito  
Responsable de Salud Mental

Dirección General de Programas Asistenciales.



## **\*Nada es imposible\***

No es difícil, conseguir aquello que crees inalcanzable. Si crees en ti y trabajas duro, lo utópico, e inviable puede florecer. Puedes flaquear, no te rindas, lucha cuál Titán.

\*Que tú fuerza y vigor no decaigas jamás.

\*TODO ES POSIBLE SI LO INTENTAS.

\*TODO ES POSIBLE SI LO INTENTAS.

\*Nada, ni nadie son obstáculos para ti.

\*A la dificultad has de resistir.

\*Sueña y visualiza el camino a la victoria y llega a la meta de pie...

\*TODO ES POSIBLE SI LO INTENTAS.

(BIS)

Juan Luna

Si tú no haces por ti, nadie va a hacer por ti.  
Solo espero que la muerte me coja vivo.  
Si entras por la puerta a chantajearme, yo salto por la ventana.  
Somos el reflejo de nuestros miedos.  
No hay después, es ahora.

Fran

La vida, porque vivir?

El suicidio no es la solución.

Comprobado en mis carnes siempre vienen tiempos mejores, las tormentas son pasajeras y por ello no hay que decidir suicidarnos.

La vida es cíclica, a veces estamos arriba y otras abajo.

Pero la vida sigue, continua, te animo a ello si estás pasando una tempestad.

Sé fuerte, siempre vienen tiempos mejores.

Silvia



# Legado de Montijo



120x80 cm

Adquisición donativo: 295€



60x40 cm

Adquisición donativo: 75€



80x60 cm

Adquisición donativo: 195€

## El legado de Aikaide a la Asociación Espiral

Don José Luis Montejo Canga, más conocido como Aikaide fue un reconocido pintor asturiano que nació en Langreo en 1948 y murió en Gijón, también Asturias en 2017.

Aikaide sufría de una discapacidad Psicosocial y su rama artística era el impresionismo bruto de la simulación compulsiva.

Antes de morir comunicó a su mejor amiga Reyes Elosúa que deseaba que sus obras fueran destinadas a asociaciones sin ánimo de lucro con fines sociales de todo el territorio español, siendo la Asociación Canaria de Integración de Salud Mental Espiral la única asociación canaria que recibió su legado.

Su legado fue de 30 obras de sus pinturas.

Para donación en la adquisición de cualquier obra de Aikaide:

Ponerse en contacto con el compañero Emilio: 683 268 563

## **Participantes y Colaboradores de la Asociación Canaria de Integración de Salud Mental ESPIRAL:**

Participan familiares, vecinos, amigos y colaboradores que respetan nuestra forma de organizarnos. Estamos en contacto en la red de salud mental a través del PIRP (Plan Insular de Rehabilitación Psicosocial), con apoyo informativo y formativo. Estamos en contacto con Inserción Canaria S. L. colabora con nosotros. Por otro lado, colaboramos con el Ayuntamiento de Las Palmas de G. C. en la Concejalía de Gobierno de Barrios y Participación Ciudadana en el área de diversidad funcional, Ayuntamiento de Mogán con la Concejalía de Asuntos Sociales, Ayuntamiento de Moya con la Concejalía de Cultura, asociaciones de vecinos. Asociaciones de profesionales como Asociación Canaria de Neuropsiquiatría y Salud mental, Asociación Canaria de Rehabilitación Psicosocial y la Sociedad para el Fomento de la Investigación en Salud Mental Doctor Negrín. Participamos con charlas informativas de concienciación y sensibilización en la ULPGC, Institutos de Enseñanza Secundaria y Centros Cívicos.

Participamos con voz y voto en el CIRPAC (Consejo Insular de Rehabilitación Psicosocial y Acción Comunitaria) y COMASAM (Comisión Asesora en Salud Mental).

Nuestra asociación está en contacto con otras asociaciones en el territorio nacional.



Hace unas semanas un rayo de sol me acarició la cara en plena calle, uno de esos momentos que vale más mirar de recelo y dejar correr. La enfermedad golpea duro. El sol es sentido como demoníaco, te quema la cara, tal si procediera del infierno. No había experimentado la luz de esa manera desde que tuve una experiencia con hongos mágicos en un caserón a las afueras de la ciudad danesa de Roskilde hace ya más de veinte años. Y esa vez creí haberme vuelto loco: *un rayo de sol me está quemando los ojos!*

Son momentos de plena lucidez, tal si anunciaran la incipiente llegada de la más completa degeneración y locura. Dan pavor, parecen avisos desagradables. La conciencia los margina deliberadamente y los esquiva, pare evitar el momento en el que quizá lleguen a invadir todo su espectro para siempre y después... La muerte como liberación, sin remisión. La nada para poner fin a tan largo proceso de sufrimiento.

Algo parecido ocurre con las pesadillas. Acechan en las madrugadas, su contenido es difuso, apuntan a algo ignominioso. Recuerdo uno en que me despertaba creyendo que vomitaba mis propias entrañas.

Hace unos meses me ocurrió algo parecido al amanecer. Desperté con una lucidez especial, casi podría decirse que sobrenatural, y oí voces en la cocina. Y me dije: *“Levántate, y ve a hablar con los muertos”*

Hay otros momentos en los que se sueña con acontecimientos que ocurrirán, deformados, al día siguiente. Y también son sueños atroces. La tradición de los sueños proféticos es antiquísima...

La vigilia es saludada con veneración e infinito alivio. Tal vez son las pesadillas una mirilla por las que espiar con cautela la enfermedad. Borges habría escrito que las pesadillas son una antesala del infierno.

En cualquier caso, la conciencia hace bien en obviar esos momentos.

Y persisten

Nacho Word

### La camisa

Como última prueba de concordia ofrezco mi camisa. Es lo último que se pierde. Esta camisa lo ha soportado todo: los embates del amor-odio, los fríos polares y los calores insoportables de las llamas. Acabo de ver aquí en Facebook que Santa está arruinado. Que peligran los regalos de la noche del 24 de diciembre. Esta noticia venía acompañada de una imagen terrible: Santa sin renos y sin camisa. Hay una oportunidad de solucionarlo. La talla es muy probable que le sienta bien XXL.

En caso de que la rechace, no sé cómo se lo tomará pues se dedica a hacer regalos y no a recibirlos, en tal caso digo, se puede usar en Carnavales, en algún asadero o en los próximos Halloween. Eso sí. No puedo garantizar su exclusividad porque a lo largo del tiempo he perdido otras camisas como esta, igual de resistentes y de voluntariosas que a saber dónde han ido a parar. Y de momento esto es todo.

Un cordial saludo y una feliz Navidad para todos.

Manuel

### El consejero

Era esa dimensión de la vida la que no quería ver. La que lo tiene todo de lucha cruel y de contienda. La que obliga a un pressing permanente sobre el prójimo. Él prefería pensar en alguna clase de acuerdo. De arreglo pacífico y dialogado. Traté de poner en guardia a Enrie. Yo le repetía con frecuencia esta verdad: algunas situaciones o arreglos dialogados contienen una violencia larvada que acaba por ser insoportable.

Ahora que Enrie ya no está, que se lo han llevado por delante sin miramientos, soy yo el que lo duda: ¿Debí abrir la boca para decir sólo eso? Para no ser otra cosa que un agorero triste.

Fui testigo de cómo malinterpretó los indicios de que algo no iba bien. En realidad, las cosas iban muy mal, a pesar de las apariencias, de los cumplidos palaciegos y de la adulación de su entorno. Una semilla que arruinó su vida política y personal.

Pero también fui testigo de su tranquilidad casi oriental ante su defenestración. Pensaba que había hecho lo correcto y se mantuvo en sus posiciones sin ver venir los golpes. Y cuando estos llegaron, resistió con calma hasta el final. Suspender la asignatura de la táctica en favor de unos principios o valores en los que realmente crees: ¿Es algo así malo o condenable?

Ahora soy yo el que se lo pregunta y no tengo la respuesta

Manuel

"La Revista de Salud Mental Espiral, sus artículos y contenidos están elaborados por personas con una problemática psicosocial, entrevistamos a profesionales de la Red de Salud Mental y participa algún familiar con su testimonio".



ASOCIACIÓN CANARIA DE INTEGRACIÓN DE SALUD MENTAL

“ESPIRAL”

### ACTIVIDADES DE ESPIRAL Y ABILAP

Asociación Espiral: Centro Cívico Doramas  
Los Martes:  
Grupo de Apoyo Mutuo de 11:00 a 12:30 horas  
Asociación ABILAP  
Los Viernes a las 18.00 – 19:30  
Centro Cívico Virgen de Fátima

Los Miércoles:  
Salidas a visitar Museos, Tomar un café, ir a Centros Comerciales.

Domingo: 17:00 – 19:00 Centro Cívico Doramas  
Actividades recreativa, culturales y charlas y a charlar con los compañeros.

Sábado: Excursiones una vez al mes y Asaderos.

<https://asociacion-bipolar-de-las-palmas.blogspot.com/>

Teléfono de contacto ABILAP: 634585869  
de lunes a jueves de 17:00 a 20:00 horas.



Gestionamos el:  
Teléfono de la Alegría: 636 01 01 07



**PÁGINA WEB**  
[www.asociacioncanariaespiral.org.es/](http://www.asociacioncanariaespiral.org.es/)



CALENDARIO:  
2022

Elaboramos y redactamos  
una revista en Salud mental.

Parque Juan del Río Ayala  
(Edificios Madera y Corcho)

Actividades de Fútbol  
Actividad de Teatro



ASOCIACIÓN BIPOLAR  
DE LAS PALMAS  
(ABILAP)



Nos pueden Donar a la cuenta:  
IBAN: ES3201824951160201691305



Asociación canaria integración salud mental espiral

E-MAIL: ocioytiempolibre2018@gmail.com

E-MAIL: ABILAP@gmail.com

E-MAIL: saludmentalespiral@gmail.com

Los Poetas: Francisco Lezcano e Ina Molina nos han ofrecido los "Beneficios - Donación" de sus obras poéticas: Poemario de la Madre, "Carmen" y "Las Esquinas del Tiempo" respectivamente, a los cuales les estamos muy agradecidos por su colaboración con La Asociación Canaria de Integración de Salud Mental Espiral.

Para cualquier colaboración, nuestro N° de cuenta bancaria:

BBVA IBAN: ES32 0182 4951 16 0201691305

**TU APORTACIÓN Y COLABORACIÓN ES IMPORTANTE**

**AYUNTAMIENTOS colaboradores**



Ayuntamiento  
**Villa de Moya**  
Gran Canaria



Ayuntamiento  
de **Mogán**