



La puertita del amor infinito

(Masu)

Manifiesto

MANIFIESTO DEL ORGULLO LOCO DE CANARIAS DE 2020

Un año más, los gritos silenciados nos juntamos y salimos a la calle de forma conjunta en muchos lugares del mundo. Un año más, con mucho cariño, esfuerzo y dedicación las personas “locas” seguimos insistiendo que estamos muy cuerdas en este sistema enfermo.

Un año más, gritamos nuestro sufrimiento producto de un mundo inhumano, que nos enfrenta, nos aísla, nos explota a nosotros y a la naturaleza. Un sistema capitalista, colonial, neo-colonial, racista, patriarcal, religioso y heteronormativo.

Un año más queremos dejar de ser síntomas y diagnósticos para ser sujetos de pleno derecho. Ante el tratamiento involuntario, los electroshock, la sobre-medicación, la contención, el aislamiento y el resto de medidas coercitivas demasiado naturalizadas...

EXIGIMOS: que nuestras voces sean escuchadas y tenidas en cuenta y que éstas sean las que marquen la ruta de nuestros proyectos de vida y determine nuestro bienestar.

EXIGIMOS: garantizar la “Convención de las Naciones unidas sobre los derechos de las Personas con Discapacidad”, ratificada por más de 170 países entre ellos España.

EXIGIMOS: información comprensible, suficiente y veraz que tenga que ver con todos los ámbitos de nuestra vida.

EXIGIMOS: decidir sobre nuestras propias vidas y nuestros tratamientos.

EXIGIMOS: ser protegidos contra técnicas psíquicas como físicos, es decir, cero contenciones, cero aislamientos, cero ingresos involuntarios, cero imposiciones y cero sobre-medicación.

EXIGIMOS: que la salud mental sea una prioridad política, porque las consecuencias de las condiciones materiales, producto de un sistema capitalista se patologizan, y así se medica el estrés laboral en vez de mejorar las condiciones de trabajo. A este respecto es necesario reforzar la idea (informe relator Especial de la ONU 2017) de que “las crisis de salud mental no deberían gestionarse como crisis de los trastornos individuales, sino cómo crisis de los obstáculos sociales que impiden el ejercicio de los derechos individuales”. Las políticas de

salud mental deberían abordar los “desequilibrios de poder” en lugar de los “desequilibrios químicos”.



EXIGIMOS: la eliminación de la cuádruple opresión que sufren las mujeres psiquiatrizadas por ser mujer y por ello y en general más sensible que el hombre, sujeto colonizado, pobre y loca.

EXIGIMOS: la despatologización de la infancia y la adolescencia y su consecuente psiquiatrización.

EXIGIMOS: la humanización de la psiquiatría y si eso no es posible, su eliminación como terapia de salud, pues la historia demuestra que es todo lo contrario. Así también en la actualidad, donde todos los días miles de personas son anuladas como sujetos de derechos, otras tantas encerradas contra su voluntad.

EXIGIMOS: una pensión mínima por discapacidad de 1080 euros y un complemento mínimo para las personas con diversidad funcional con dependencia, independiente del grado que padezca igual al salario mínimo interprofesional, para que la persona que sea elegida por la discapacitada-dependiente tenga un salario mínimo digno.

EXIGIMOS: medidas económicas y sociales para que las personas “locas” ejerzan su derecho al trabajo, teniendo en cuenta sus ritmos, capacidades y peculiaridades. Tanto de forma autónoma, por cuenta ajena, en forma colectiva y especialmente en cualquier categoría de la función pública.

EXIGIMOS: el derecho a la vivienda y a elegir como, con quien o quienes convivir, negando el negocio de las residencias que terminan siendo cárceles encubiertas.

EXIGIMOS: el derecho a ser tratadas fuera del Estado Español, cuando deseamos otro tipo de terapias (sin contenciones, sin medicación) y que éstas sean cubiertas por el estado español.

EXIGIMOS: a igual trabajo; igual categoría salarial e igual salario.

EXIGIMOS: la ilegalización de todos los partidos e instituciones fascistas por ir en contra de la diversidad de la vida.

EXIGIMOS: el derecho a un ambiente y alimentación sana, libre de tóxicos, variada y omnívora, respetando así la sabiduría y experiencia de todos los pueblos del mundo que se alimentan al margen de modas e imposiciones del mercado agro-industrial capitalista.

POR ÚLTIMO: exigimos el respeto y la dotación presupuestaria a los derechos sociales, previendo en lo que nos afecta vía de protección específica a las personas con diversidad mental.

Por este motivo y porque celebramos nuestra diversidad, nos unimos a la llamada del día del Orgullo Loco, para desmitificar, en primera persona, el estigma que llevamos soportando demasiado tiempo las personas con diversidad funcional en salud mental.

El próximo 24 de mayo, por tercera vez en Canarias, junto con las diferentes Comunidades Autónomas, nos adherimos al movimiento internacional del Orgullo Loco.

Como movimiento en Primera Persona de Salud Mental, llamamos a todas las organizaciones civiles y personas a apoyar, celebrar con nosotras esta iniciativa. Queremos llenar nuestra ciudad de Las Palmas de Gran Canaria de manifestaciones, gozo y diversos actos sociales y culturales.

Somos dueñ@s de nuestra vida y nuestra historia.

Ni culpa ni vergüenza: ¡Orgullo!

NUEVAS TENDENCIAS PSIQUIÁTRICAS.



Viviendo realidades, según mi experiencia.

LAS ASOCIACIONES DE SALUD MENTAL.

¿Por qué en la actualidad hay tantas asociaciones de Salud Mental?

Esto se debe a que en la sociedad española existe actualmente un tanto por ciento muy elevado de personas con afecciones psíquicas y esto ha hecho que surjan y estén surgiendo decenas de asociaciones de Salud Mental.

Donde todas ellas batallan para conseguir que se ejerzan sus derechos.

Derechos que se contemplan actualmente en la Declaración de Derechos y Deberes de la ONU, contemplados y asumidos en su totalidad, estos derechos y deberes, en todo el Estado Español y en todas las Comunidades Autónomas.

¿Por qué batalla una sociedad para que se le respete eso de lo que está en su derecho?. Batalla porque si no lo hace se le muere la dignidad, se le muere la ilusión por vivir y las ganas de ello.

Se lucha por una integración social de los afectados, con total tolerancia y respeto. Para ser considerados como uno más, asumiendo todos los derechos y deberes y para integrarnos totalmente en la sociedad actual.

Cuando esto no ocurre, a veces al individuo se le desmorona la vida, no encuentra salida ni apoyo, aunque lo haya. Pudiendo llegar así al estado de desolación del que a veces es tan difícil salir. No ve salida porque no se siente comprendido ni por la familia, ni por los profesionales de apoyo, ni por la sociedad en su conjunto, ni por él mismo en muchísimos casos.

Las asociaciones de Salud Mental nos relacionamos entre nosotras por las redes sociales, internet, en foros y congresos nacionales y a veces internacionales, consiguiendo así darnos ideas y soportes para conjuntamente con los profesionales que nos apoyan y dirigen, como son psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales y pedagogos, conseguir nuestra meta de ser escuchados y llegar a tener unas terapias más humanas, y con más tiempo para el afectado y su especialista. Donde el psiquiatra pueda llegar al paciente con toda su empatía, cariño y amor tan necesario para el paciente. Lo que le servirá a este último para retomar las sendas de su vida y superar resilientemente todos los avatares que la vida le depare, saliendo así del estado de desolación para comenzar con ilusión, imaginación y fantasía el camino hacia el comienzo del retomar de su vida, de una vida nueva llena de esperanza, de encontrar la luz de salida, de dirigirse hacia la puerta de su liberación, hacia su empoderamiento.

EMPODERAMIENTO: *Se conoce como el proceso por medio del cual se dota a un individuo, comunidad o grupo social de un conjunto de herramientas para aumentar su fortaleza, mejorar sus capacidades y acrecentar su potencial. Entonces el individuo y o el grupo consiguen la seguridad de sí mismo, aplicando las capacidades y el potencial para que sus acciones y decisiones afecten a su vida positivamente, mejorando sus condiciones de vida.*

No debemos de olvidar que si no aplicamos resiliencia al superar los problemas; se puede conseguir el empoderamiento, pero no es un empoderamiento firme si no que se tambalea, está desequilibrado, ya que el

individuo sabe hacerlo pero no adquiere la seguridad personal necesaria como para dominar totalmente su situación.



RESILIENCIA: *Es la capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas o adversas, y que le enseña a adaptarse positivamente y con realismo a todas las circunstancias de su vida.*

Esto significaría en términos generales “saber defenderse totalmente de las adversidades que surjan en su día a día”. Y esto sólo se consigue aplicando dicha resiliencia al solucionar sus problemas, cada problema por pequeño que sea. Dicho coloquialmente uno, va “quemando etapas” en la superación de sus problemas, hasta la superación de sí mismo, hasta llegar a la recuperación total que es nuestro principal objetivo de trabajo con uno mismo y nuestro principal objetivo de vida.

También las Asociaciones de Salud Mental, intentamos relacionarnos con las entidades públicas para así buscar apoyo y ayudas, tanto en lo que concierne a los posibles cambios en la Ley de Salud Mental como a la manutención y para el empoderamiento de los afectados, y de sus familiares con respecto al afectado.

Intentamos también estar al día en todos los apoyos y colaboraciones que ofrecen las entidades públicas y las privadas, además de buscar financiación de estas mismas entidades para proyectos relacionados con la realización y ejecución de nuestros objetivos.

Siendo siempre la meta final la estabilidad psíquica y la integración social del afectado.

Que él retome su vida mejorado en todo lo que concierne a su persona y a como se desenvuelva en la sociedad que le toca vivir.

Y me despido como en el cuento:

“SE DIRIGIÓ HACIA ELLOS, CON LA CABEZA BAJA, PARA DEMOSTRARLES QUE ESTABA DISPUESTO A MORIR. FUE ENTONCES CUANDO VIÓ SU REFLEJO EN EL AGUA: EL PATITO FEO SE HABÍA CONVERTIDO EN UN ESPLÉNDIDO CISNE BLANCO...”

Hans Christian Andersen (1.805 – 1.875). Cuento “El patito feo”.

Masu

FRASE DEL MES

"La Libertad es como un Arma, hay que saber manejarla".

Adolfo

NARRACIÓN

continuación de la anterior revista extraordinaria nº5

Hoy amanecí escritora psíquica en mi visión... Y aparto la cortina para tener más luz...

LO primero fue salir a la calle para comprar los víveres necesarios para afrontar la mañana... ¡Que brillante estoy!, voy hacer arroz... para comer...

Hoy.... Otro día de esa semana. Casi sin haberme quitado las legañas, aunque creo que me lavé la cara, pero cosas que pasan no te las quitas del todo bien y no despierta a tope... lo que tienes que hacer, por tu interés; tenía que ponerme un inyectable para mi enfermedad psíquica... y resulta que cuando iba de camino al ambulatorio me di cuenta que no llevaba la

caja de tamaño considerable en mi bolso (y como sabéis, mis compañeros, si no lo llevas "el inyectable" no te lo puedes poner, como norma general) ...¿Donde esta el inyectable? El inyectable lo dije: esta en la radio.... ¿Pero la radio no se pincha!



Comentando esto, tiempo más tarde, me dijeron el enfermero y varias personas más: "¡Ese es el toca discos!" ja, ja, ja Ahora me río. Y me enfade conmigo misma; con la radio, por haber tenido ese descuido "y ella apagadita" sin avisar....

Cuando ya salí del ambulatorio después de haber ido casi dos veces caminando y malhumorada estaba, me dije interiormente esta vez: Estoy algo espesa por la mañanas...

¡Hoy no tengo ni idea que comeré!... he echado media mañana en la consulta...Se te van las primeras horas ... no tienes todo el tiempo del mundo y parece que lo hechas en falta y te paraliza el transcurrir.... Y comes cualquier cosa...

¡Y ME ATERRA LA IDEA DE COMER PALOMA-PERRO o PERRO- PALOMA... O DISCUTIR O REÑIR CON ESTE GENERO!. Como muchas veces dicen que en los chinos se come carne de rata, de perro etc. Lo más probable es que esto sean bulos de la gente; porque yo creo que la comida esta controlada, por lo menos en España y eso seguro que son bulos, además a mi me encanta la comida china y no quiero hacer ascos a comida tan deliciosa...Eso es lo que yo he oído"Oh quizás, ya que estamos por hablar y exagerar un poco; echen a la cazuela cualquier bicho vivo o ser que simbolice PAZ" ... A la "Paz" nos conduce la Tolerancia ... Y entre la gente que integran una sociedad debe existir la tolerancia en gran medida... ¡Porqué las personas con diversidad funcional somos igual de válidas y tenemos mucho que decir, todos tenemos un cometido !...

¡Qué horror Señor, Señora!.... HE OIDO EN LA RADIO QUE HAY GENTE QUE LE MOLESTA, LA VIDA Y PROCREAR DE LAS PALOMAS LOCAS así les llaman, debe ser porqué se ponen en medio de la carretera, como si no fuera con ellas...¡Insensatas! -¡Pobres irracionales! ...¿Las medicamos?....

Y CONTROLAN SU POBLACIÓN PUES LES LLAMAN PLAGA... - LO MÁS PROBABLE ES QUE HA ESE FOCO, LE HAYAN PUESTO UNA DENUNCIA...

Mis palomas irracionales: ¡ Volar y sigue tu camino, aquí o en cualquier lugar, el mundoruada contigo trasformas el mirar !... "Seguir siendo razón y libertad... Mis valientes ánimas en la ciudad y afronta tu caminar en los designios de la vida Paloma loca; das belleza y vistosidad en ti se posan, nostalgias y enseñanzas de vida"... -Pero si te pudiera buscar una familia que te adoptara y te quisiera y te cuidaran... más te sacarán a pasear para que no te pasará nada... como aquel perrito tan querido que finalmente vi, por "Dicha", te buscaríamos una familia..."Paloma loca y querida" -... Y yo soy una "Paloma"...¡Paloma loca, en el Orgullo Loco!...Yepa....

Vanessa Dolores

DESCOMUNICADOS

Siendo las asociaciones de usuarios de salud mental en muchos casos las que garantizan las relaciones sociales de las personas con esta dificultad, que en su mayoría vienen huyendo de situaciones de aislamiento o de conflictos familiares que se airean dando un paseíto y ante su cierre repentino por causa de la covid19 el colectivo se ve de repente enfrentándose a sus miedos en soledad, con unas

pensiones de risa, que no sacan a las personas de la pobreza y fomentan su dependencia a familiares o grupos de ayuda. En esta situación pueden aparecer viejos demonios que parecían ya estar superados.



Dicen que la soledad es la madre de la locura y el miedo podría perfectamente ser su padre. Hay infinidad de trastornos mentales pero todos ellos tienen algo en común y es que mejoran con las relaciones sociales. Muchos ciudadanos que creían hasta ahora ser personas estables emocionalmente, se han visto sorprendidos por sentimientos o pensamientos propios de patologías mentales desde la obsesión compulsiva por la limpieza, hasta la paranoia, pasando por trastornos del sueño o preocupaciones excesivas así como irascibilidad o cambios de humor bruscos. Todos estos son algunos síntomas que padece a diario la población con problemas mentales. Se podría pensar que nosotros estamos acostumbrados a estas situaciones de estrés, pero varía mucho según la persona y su particularidad.

De lo que no cabe duda, es de que en una situación en la que el otro puede ser un peligro para ti y que es mejor no relacionarse con nadie por tu seguridad y la de tus seres queridos. Y en la que tu mismo puedes ser un peligro, sin saberlo, ayuda a situarse en un estado de alarma, que como he dicho antes empeora con el aislamiento.

El confinamiento puede tener sus efectos beneficiosos contra la pandemia pero sin duda tiene efectos negativos en otros muchos aspectos. En ellos hay que ponerse a trabajar desde ya para que tengan el menor impacto posible, uno de ellos es la salud mental.

Alberto

LA SOLEDAD

La soledad es inocua, en si misma no es ni positiva ni negativa. Sentirse solo es el problema, porque ahí entran más factores. Cuando nos sentimos tristes o tenemos miedo, el sentimiento de soledad aumenta, pero este es un sentimiento más de incompreensión. Como siempre se dice... te puedes sentir solo estando acompañado, porque sientes que no conectas con las personas que tienes a tu alrededor, por eso es tan importante rodearte de gente que te entienda, que comparta tus inquietudes, a las que poder escuchar y aprender de ellas y que a la vez, te escuchen y te valoren.

Alberto

Reflexión...

Todos/as estamos expuestos al riesgo de padecer, o sufrir a lo largo de nuestras vidas, un desmoronamiento emocional. Derivando todo ello en una patología de carácter mental. Sea esta leve, o severa. Nadie está libre de caer. Más aún debido a la competitividad social. Es un salto sin red. Nadie te prepara para una caída al abismo. Depende del poder de resiliencia, saldrás del bache con estoicismo. De lo contrario te tocará pasar por un calvario que convertirá tú vida en una aventura llena de incertidumbre. Yo he aprendido algo en esta última década de relativa lucidez. Sabes que!...Se feliz con lo que te hace feliz. Sentido del humor "a tope". No te comas la bola. Sal, disfruta de lo mucho, o lo poco que tengas. No odies. Sin envidia, ni rencor y pon mucho amor a todo lo que hagas...

Autor... Juan Luna

ARTÍCULO DE UNA COMPAÑERA

Mis circunstancias de salud me cambio la vida para bien porque mis oportunidades me vinieron con ese cambio de salud, como me decía mi hermano, la vida está sometida a un cambio constante.

Como a muchos de nosotros, a mi me vino la crisis debido a circunstancias del entorno social, mis emociones y estar en un ambiente demasiado protector.

En mi primera crisis, observe como me miraba mi familia y yo me hice una reflexión a mi misma y saque una conclusión, pensé puedo ser víctima o hacer un cambio aprovechando la oportunidad que se me ofrecía en la vida.



Cuando acudía a mis profesionales para superar mis crisis, algunos me aconsejaban que no estudiara porque me iba a descompensar o estresarme, a pesar de todo yo tenía mucha determinación en estudiar la carrera de enfermería que era vocacional y muy importante para mí. Poco a poco con un poco de constancia, voluntad y perseverancia fui alcanzando mis objetivos.

Primero conocí mis síntomas y con el tiempo un control de mis emociones (como un caballo desbocado, que no sabe en qué dirección ir, fui enfocando estas emociones y el cauce de ellas.)

Después alcance mi objetivo a nivel profesional que para mí personalmente debería ser vocacional desde mi humilde opinión. Y en mi cuarentena conocí a mi actual marido y nos independizamos.

Yo me levanto todos los días por una lucha de superación para mí y me he dado cuenta con el paso de los años que los límites se los pone uno, no hay que dejarse llevar por lo que terceras personas dicen de ti o intentan aconsejarte o lo intento una vez, dos y hasta tres veces y como soy un poco cabezota, a veces consigo mis objetivos y otras veces reconozco cuando uno es muy grande para mí.

Todos debemos tratarnos con respeto cariño y afectividad. Ánimo a todos los que se sientan con un poco de fuerza a que hagan una introspección sobre sus vidas y emprendan un camino nuevo con sus éxitos y dificultades. Elige el sabor de tu paladar, no dejes que nadie camine con tus zapatillas.

Isabel

Entrevista a un compañero.

1_¿Qué significa para ti la asociación Espiral?

Es un lugar de reunión y encuentro, dónde comentamos nuestros problemas y nos ayudamos unos a otros.

2_¿Te sientes identificado con su filosofía?

Sí, porque a mí personalmente, me ha dado la oportunidad de compartir y ver diferentes puntos de vista que desconocía.

3_ ¿Qué destacarías del colectivo?

La humanidad de un grupo de personas, decididas a luchar, romper con el estigma, las etiquetas y a colaborar en mejorar su vida.

4_ Te sientes integrado?

En este momento no lo estoy.

5_ ¿Cómo conociste la asociación Espiral?

Gracias a otras personas, que como yo padecen de mi misma patología, o similar a ella y acudiendo a reuniones.

6_ Te ha ayudado en algo asistir a la asociación Espiral?

Si, a aclarar mi mente y despejar la cabeza.

7_ Crees que los objetivos de Espiral son posibles de llevar a cabo?

Se está luchando por ello con ahínco y perseverancia.

8_ Si pudieras aportar algo para mejorar las actividades de Asociación Espiral, ¿qué harías?
Daría clases de yoga.

9_ Eres consciente de la problemática, que sufren las personas con alguna patología mental?...

Si, por experiencia propia.

10_ ¿Has aprendido a valorar la importancia y repercusión, de una asociación sin ánimo de lucro como Espiral en la vida de personas que llegan desubicadas y faltas de comprensión y cariño?

Si, Espiral es una base sólida, sobre la que se desarrollan herramientas para aprender a sociabilizarse y salir adelante en la vida en la sociedad.



ENTREVISTA AL DR. FRANCISCO RODRÍGUEZ PULIDO

Preguntas para el Dr. Francisco Rodríguez Pulido. Profesor Titular de Psiquiatría y Presidente de ACN/AEN CANARIAS.

-¿Quiénes tienen la decisión, para cuándo y qué condiciones tiene que haber para que, los responsables de los distintos dispositivos de la Red de Salud Mental en la Comunidad de Canaria implanten puertas abiertas, cero contención mecánicas, la mínima dosis de fármacos efectiva, no se ejerza la terapia electrónico compulsiva?.

Lo que plantean conlleva un cambio cultural y de valores en las políticas sanitarias en salud mental. Un cambio cultural no puede producirse por un golpe en la mesa requiere de ir tomando medidas escalonadas y de forma decidida en esta dirección. Las competencias en materia sanitaria están transferidas a las Comunidades Autónomas. Las condiciones para un cambio requieren un amplio consenso en el sector, una voluntad política, y unas acciones presupuestadas para construir una alternativa que permita un espacio nuevo relacional. Los derechos humanos en el sector de la salud mental y en las políticas sociales es la ruta del siglo XXI, no por capricho, es un consenso internacional, que aún a nivel local a muchos les parece algo extraño. Los efectos desagradables de las tecnologías deben ser minorizado o no empleado en caso justificado y en su caso recomendar su no uso, En Asturias la plataforma cívica sobre el TEC es un buen ejemplo de ello, como la ciudadanía en un sentido amplia también se responsabilizó de evaluar su uso, y crear una opinión propia que ocasionó su impacto en las decisiones públicas. O el uso de telemedicina, hay que realizarlo con consentimiento informado, con unos criterios para su uso porque muchas veces vulnera la intimidad y muchas personas no la desean ni reúnen los medios adecuados, Este siglo lo marcan el diálogo, las relaciones entre iguales, y la participación en las decisiones, El movimiento de primera persona ya es relevante y lo será aún más, y los aspectos psicosociales pasarán a un primer plano, por el agotamiento del discurso biológico.

-¿Cree usted importante y necesario, la promoción y formación por parte de las Universidades de la Comunidad de Canaria, el reconocimiento de las distintas Instituciones de Canaria en la incorporación del Usuario Experto o Promotor en Salud Mental en los distintos dispositivos de la Red de Salud Mental, en el acompañamiento, apoyo, guía y orientación a otros usuarios en crisis.?.



Si la finalidad es que personas que se han recuperado de sus experiencias psicóticas, puedan ser contratadas en los servicios de salud mental, como cualquier otro trabajador sanitario, requiere de un proceso de formación acreditado por sanidad, y educación. Esta acreditación formativa institucional reglada como “promotor de la salud mental o social ‘ es la que facilitaría el acceso a las ofertas de empleo público en el sector sanitario, En Estados Unidos, y en muchos países europeos, estas experiencias se ha. implementando, extendiendo y se están evaluando sus beneficios y dificultades. Estoy radicalmente en contra que se utilice al movimiento de usuario como mano de obra barata en los servicios que la administración pública tendría que ofrecer en sus cartera de servicios y también para “maquillar” otras cosas y darse un barniz de postmodernidad A nadie se le esconde que este es un proceso complejo y necesita un esfuerzo sistemático de todos los implicados, Abrir estos procesos no es algo extraño, aunque tiene sus resistencias, en otros países ya se cuenta con experiencias, formación de programas y procedimientos con acreditaciones oficiales reconocidas. No podrá haber cambio cultural en la salud mental si las personas que lo sufren ocupan todos los espacios, sus espacios, como adultos responsables de sus vidas.

-Dr. Pulido, ¿qué opina usted, los problemas de Salud Mental son generados por las creencias, costumbres, formas de vida, traumas, por conflicto familiares e injusticias sociales, personas más sensible e inmaduras que otras o es por bichos que se nos instalan en el cerebro?.

Bueno lo de los bichos en el cerebro nadie lo ha demostrada, Los sistema de salud americanos han estado más de una década investigando sobre el cerebro y realmente ha sido decepcionante Todo este esfuerzo de inversión, tampoco se ha traducido a la práctica clínica, Y es más ellos mismo, en cuanto al auge de las terapias basadas en el evidencia científica, se han dado cuenta que el 95% de los servicios de salud mental en América, no han sido implementadas en las prácticas asistenciales, debido a que las condiciones en las que se crearon estos estudios eran condiciones ideales que en nada se corresponde con la práctica clínica habitual. Por lo tanto son muy difícil de reproducir en los contextos clínicos del día a día, Ahora están llevando a cabo un programa de formación especial para corregir la brecha del 95%, que es como denominan los americanos ha este hecho. La locura forma parte de la esencia del ser humano, y la misma no puede entenderse sin las dimensiones Contextuales y Relacionales. No puede reducirse de forma mecánica lo que nos identifica como humanos a unas células y órganos, Nuestro cerebro y nuestra mente han adquirido un protagonismo para la supervivencia, la adaptación y la creación,

-¿Qué consejo o consejos nos daría en general a las Asociaciones?

Bueno en las historias de las asociaciones hay momentos mejores y peores, Momentos de unidad y de división, y así si recorremos la propia historia del movimiento de supervivientes, de usuarios o primera persona. lo podemos comprobar. Hay posiciones heterogéneas, y esto debe enriquecernos. El mundo de hoy es el de la diversidad, Pero no puede haber crecimiento sin toma de posición ante lo que se observa. Me parece que la diversidad de sensibilidades es un valor y debe ser cuidado. Así mismo tener una ruta más o menos clara y coherente para cada periodo histórico, y ejercer desde el asocianismo

un ejercicio de Libertad, empoderamiento y ciudadanía, independiente de tutelajes interesados. Por ellos las asociaciones de primera persona, como recoge la carta de Naciones Unidas, son tan valiosas, porque son espacios grupales para construir entre todos un futuro mejor para hoy y mañana, En la consideración que el asocianismo como lugar comunitario enriquece y nos permite ejercer un liderazgo sin tutorías, y con voz propia, de exigencia exigir a los poderes públicos, y también como ejercicio de una ciudadanía responsable, que desea una vida digna.



-¿Qué futuro le ve usted a las Asociaciones de Salud Mental que existen actualmente en España?

Ahora todas las entidades están sufriendo profundos debates. Abriéndose más brecha entre unas posiciones defensivas y otras posiciones más abiertas, que incluso pueden llegar a cuestionar en cada movimiento asociativo a sus directivos, si las contradicciones emergentes no se resuelven y el sectarismo se hace presente, En este momento se necesita mucho diálogo entre todos los miembros de las asocianismo para clarificar sus posiciones antes nuevos modelos asistenciales, nuevos cuestionamientos de palabras que tienen profundo significado, de nuevas atribuciones de responsabilidades, y nueva relaciones con el poder, cuando las desigualdades son mayores entre comunidades y países, entre personas y entre géneros.

-¿Cambiaría cosas o actitudes de estas Asociaciones de Salud Mental?.

Cada asociación es independiente y cada una dibuja su futuro, su ruta y su toma sus decisiones. La mejor brújula es estar en contacto con la sociedad de nuestro tiempo. Quizás enfatizar el carácter reivindicativo de las mismas, ha ido perdiendo tono e intensidad, a favor de la gestión de recursos. Siempre he considerado que las Asociaciones no deben sustituir a la administración en los cartera de servicios que esta debe ofrecer y que su papel tiene un carácter de complementariedad. Se que esto no sienta bien, pero es lo que siempre he pensado. La responsabilidad del estado no puede caer en unos familiares o usuarios que ya tienen bastante con su carga, El neoliberalismo intenta rebajar la responsabilidad del estado y atribuir a las persona la responsabilidad de sus cuidados. El estado siempre garantizar el bien común: unos servicios públicos gratuitos y universales y la continuidad de sus servicios una vez los toma como suyos, Las asociaciones en primera persona juega y jugara un papel fundamental en este siglo. Véase el papel jugado en la iniciativa en el parlamento de Navarra sobre las contenciones cero. Un papel en Libertad no puede ejercerse si depende su sostenibilidad del estado, hay que ser inventivo en esta campo, apoyándonos en la cooperación entre la ciudadanía. Ni tampoco puede ejercerse la Libertad si se está a la espera de la consigna “que hay de lo mío”. La relación con la administración es contradictoria por su naturaleza no puede ser de otra manera, Y esto hay que entenderlo y es lo natural.

-¿Qué cree usted de los avances en psiquiatría que se está llevando a la práctica en Europa como en Finlandia, Noruega y otros países?

El diálogo abierto no es un servicio ni una actitud nueva de los profesionales, es un nuevo sistema atención que ha requerido su implementación muchos años, con un plan de formación específico dirigido a todos los profesiones en terapias Familiar sistémica y bases psicodinámicas. La pregunta que me haría es si nuestras islas tienen las condiciones

para otro modelo alternativo propio y que se nutra de las experiencias de Soteria o de Laponia o Trieste. Mi respuesta es que si con una ruta bien trazada y compartida. Nunca he sido partidario de las copias miméticas, sino conocer bien el terreno propio y las experiencias de otros lugares, para construir procesos significativos. En nuestro país, en lugar de construir una alternativa desde la raíz, lo que conlleva, cuestionar el poder establecido, se adultera otros fecundos procesos, utilizando terminologías vacías y descontextualizadas para tranquilizar las conciencias propias.



Visión particular de la Trabajadora Social del Programa Insular de Rehabilitación Psicosocial (PIRP)

A principios de este año 2020 comenzaban a aparecer en los medios de comunicación las primeras noticias sobre la existencia de un nuevo virus, que provocaba enfermedades respiratorias graves llevando hasta la muerte en muchos casos, y que estaba cambiando las formas de relacionarse y de vivir de las personas habitantes del continente asiático, especialmente de China, país donde supuestamente comenzó a expandirse la pandemia. En España el primer caso del que tenemos conocimiento aparece en la isla de La Gomera el día 31 de enero. Ya en febrero, y especialmente en marzo, comenzaron a aparecer más casos en el resto del territorio español.

Tras la declaración del estado de alarma por parte del Gobierno Español, el sábado 14 de marzo, da comienzo la incertidumbre, mucha preocupación y cierto temor debido a las noticias llegadas desde el resto del estado, especialmente Madrid y Barcelona, donde la COVID-19 se había extendido de forma virulenta entre las personas alojadas en residencias, tanto de mayores como de discapacitados.

Ya desde la primera semana de marzo, antes de decretarse dicho estado de alarma, desde nuestro servicio, el PIRP, se comienza a tomar medidas para evitar la propagación del virus. Las miniresidencias de Salud Mental como el centro sociosanitario El Pino, la residencia San Juan de Dios o la miniresidencia Ojos de Garza, aplican sus propios protocolos y normativas para mantener a las personas residentes libres de contagio.

Y en lo referente a las personas que reciben el servicio de alojamiento alternativo, se hacía necesario organizar la nueva situación: restaurantes a los que acudían diariamente a comer cerrados, personas que atendían a los usuarios en situación de ERTE, servicios de lavandería también cerrados, prohibición de salir a la calle que conllevaba cambios en los modos de vida de estas personas, muchos de los cuales solo hacían uso de la pensión para el aseo y el sueño. En esta primera fase cabe destacar la labor muy importante de las monitoras de las diferentes entidades prestadoras del servicio, que se adaptaron y dieron respuesta inmediata y eficaz a todas y cada una de las situaciones novedosas que se iban produciendo.

Desde el PIRP se establecen varios canales de comunicación con los distintos organismos públicos: Cabildo Insular de Gran Canaria, Consejería de Sanidad, diferentes Ayuntamientos, para coordinar los servicios que se prestan e ir dando respuesta a las situaciones. A partir del lunes 16 de marzo, desde la dirección del PIRP se diseñó una tabla epidemiológica y una línea telefónica para ir dejando recogidas cada una de las incidencias que se iban produciendo, así como escritos y documentos oficiales (órdenes, decretos...).

Durante el periodo de alarma provocado por la COVID-19, todo el personal que conforman el PIRP ha venido a trabajar diariamente de forma presencial a nuestras dependencias, en el Hospital Juan Carlos I, en horario de mañana de 8 a 15 horas, y disponibilidad telefónica y por

correo electrónico tardes y fines de semana. Era preciso dar respuesta a las nuevas situaciones que se iban dando en cada uno de los dispositivos. Además de esto, también se hacían necesarias las llamadas telefónicas a aquellas personas que estaban solas en sus casas, que son frágiles y vulnerables, y que no cuentan con el apoyo de familiares o amigos.



En lo referente a la percepción personal de la crisis sanitaria, en un primer momento la viví con incertidumbre ante lo desconocido, y sin saber muy bien qué repercusiones podría traer a las personas que reciben nuestros recursos. Aparte de esto, se hacía necesario ir cambiando hábitos cotidianos de la actividad de la vida diaria: mantener la distancia física de mis compañeros, el lavado de manos con frecuencia, el hacer uso de las escaleras en vez del ascensor...

Si bien durante el confinamiento la situación fue difícil y compleja, cabe destacar que no lo es menos la vuelta a la nueva normalidad y funcionamiento de los distintos recursos. Se hace necesario establecer una batería de medidas de protección para evitar la propagación del virus, los temidos rebrotes, y hay ocasiones en que materializar dichas medidas se vuelve muy complicado.

Desde el trabajo social se realiza una intervención proactiva con la población que presenta factores de riesgo para la salud, así como una coordinación con los diferentes organismos oficiales prestadores de servicios: pensión no contributiva, ley de dependencia, centro base, discapacidad, diferentes distritos municipales y servicios sociales municipales, Seguridad Social (INSS), IASS del Cabildo de Gran Canaria, decanato de Las Palmas... También destacar la coordinación con los responsables de los centros que se han abierto en la ciudad de Las Palmas de Gran Canaria y de Telde para acoger a las personas sin hogar.

Al cumplirse el sexto mes del brote vírico, se ha alcanzado en todo el mundo la cifra de 10 millones de casos y de 500 mil muertos por la COVID-19. Debemos seguir en la lucha y en tomar toda clase de medidas de precaución. Desde la Organización Mundial de la Salud, su director general Tedros Adhanom Ghebreyesus nos recalca que “Esto ni siquiera está cerca de terminar... Ya hemos perdido mucho, pero no podemos perder la esperanza”, “Este es un momento para que todos nosotros reflexionemos sobre el progreso que hemos logrado y las lecciones que hemos aprendido, y para volver a comprometernos a hacer todo lo posible para salvar vidas”, “hace seis meses ninguno de nosotros podría haber imaginado cómo nuestro mundo y nuestras vidas se verían afectadas por este nuevo virus”.

Fátima del Carmen Quintan Castellano

Trabajadora Social del Programa Insular de Rehabilitación Psicosocial de Gran Canaria

30 de junio de 2020



ASOCIACIÓN CANARIA DE INTEGRACIÓN DE SALUD MENTAL

“ESPIRAL”

La Asociación Canaria de Integración de Salud Mental, no se hace responsable de los artículos y opiniones en dicha revista.

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, asociaciones de vecinos como AA VV Doramas. 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.

ACTIVIDADES DE ESPIRAL:

Los Martes:
Tenemos Grupo de Ayuda Mutua de 11:00 a 12:30 horas.

Un Sábado al mes: 9:30 – 18:30 horas. Ocio y Tiempo Libre, Dedicado a Visitas Culturales, Excursiones, Asaderos.

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

Domingo: 16:30 – 19:30
Charlas, Asamblea, celebramos cumpleaños, Juegos de Domino, Juegos de Ajedrez, Juego de Cartas.

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



PÁGINA WEB: www.asociacioncanariaespiral.es

Domicilio Local: Plaza de Juan del Río Ayala, Cívico Madera y Corcho

CALENDARIO: 2019 - 2020



Elaboramos y redactamos una revista en Salud mental.



Asociación canaria integración salud mental espiral



E-MAIL: ocioytiempolibre2018@gmail.com



E-MAIL: saludmentalespiral@gmail.com

Para cualquier colaboración, nuestro Nº de cuenta bancaria:

BBVA IBAN: ES32 0182 4951 16 0201691305

TU APORTACIÓN Y COLABORACION ES IMPORTANTE

Colabora

AYUNTAMIENTO DE MOGÁN
Concejalía de Asuntos Sociales

Boro





La Asociación Espiral ha sido la única entidad sin ánimo de lucro de las Islas Canarias beneficiaria de parte de la obra de este gran pintor.

Gracias a la donación de Aikaide, la Asociación ESPIRAL ha recibido un lote de 30 cuadros de mediano formato pintados con acrílico sobre tablilla. Los responsables de la asociación han recibido el lote de obras que hasta llegar a Las Palmas de Gran Canaria han realizado un viaje largo, en tres etapas que suman más de 2.300 kilómetros.

La primera de las etapas fue desde Allence, una aldea del municipio asturiano de Pravia, hasta a Segovia. En la ciudad del acueducto se le entregaron las obras a un galdense que viajó en coche hasta Huelva. En la ciudad andaluza embarcó y tras dos días de larga travesía, llegó con los cuadros hasta Las Palmas de Gran Canaria.

El pintor José Luis Montejo, Aikaide, era de la localidad asturiana de Langreo, murió el 10 de agosto de 2017 a los 69 años de edad de forma silenciosa y repentina. El artista siempre le había dicho a su mejor amiga, Reyes Elosúa, que cuando él faltase quería que sus obras pasaran a manos de entidades sin ánimo de lucro con fines sociales, que se donasen para ayudar a recaudar fondos para la consecución de los proyectos que tuviesen en marcha. La Asociación Canaria de Integración de Salud Mental ESPIRAL, está de enhorabuena y no es para menos porque es una de las asociaciones beneficiarias, y de momento la única de Canarias. Hasta ahora también han recibido lotes de cuadros la asociación de esclerosis lateral amiotrófica de Asturias, ELA Principado, la asociación de enfermos neuromusculares de Asturias, ASEMPA, las asociaciones de ostomizados de Pontevedra, Cartagena y Mallorca, ASEII, AOCT y ABACCO respectivamente, así como la asociación de enfermedad inflamatoria intestinal de Cáceres, ACCU, o la asociación de pacientes con enfermedad mental Amanecer, de Segovia y el Club deportivo de integración de personas con enfermedad mental SAMO, de Oviedo, entre otras.

Aikaide no dijo nunca qué asociaciones debían de ser las receptoras, pero sí quería que su obra fuera a parar a manos de entidades sin ánimo de lucro minoritarias, por entender que lo tienen más complicado para conseguir fondos económicos. Los amigos de Aikaide se pusieron manos a la obra para repartir su legado de más de 3.000 obras de arte. Otras personas con ganas de colaborar se han ido uniendo al movimiento ya denominado "Legado Aikaide".

Aikaide firmaba sus obras bajo el acrónimo de su seudónimo, AIK, y en la mayoría de los casos no las databa por considerar que no era algo importante. En las piezas de Aikaide se recoge el expresionismo bruto de la simulación compulsiva. En sus obras se denota su locura, su sufrimiento psicosocial, sus brotes, alegrías y tristezas. Sus buenos y malos momentos, sus sentimientos, sus ganas vivir y luchar contra su problemática de salud mental. El pincel de Aikaide se movía al ritmo de su salud mental, con una paleta repleta de colores vivos y cálidos, pero también fríos y tristes como el azul, el gris o el negro.

En su obra hay varias colecciones, entre las que no falta la de toros, porque le apasionaban y además su signo del zodiaco era tauro, pero a Aikaide le encantaban todos los animales, las flores, el campo, el mar... en definitiva todo lo que sugiera libertad, la libertad de poder hacer lo que quería en cada momento y, eso se refleja en su obra. Y así vivió siempre, haciendo lo que quiso tal y como él mismo relata en el documental sobre su vida; "Fuera de la Norma", del director Rogelio Rionda que, se estrenó en el Centro Cultural Oscar Niemeyer de Avilés, el 7 de diciembre de 2012 y que se puede ver en el siguiente enlace: <https://vimeo.com/61925276>, en definitiva los

temas en los que se ambientan los cuadros donados a la asociación Espiral encontramos: Aves y otros animales, Seres/Cuerpos Aikropomorfos, Mundo Aik Flora, Paiksajes, Retratos y Toros/Tauromaikia.



Ahora, gracias a la página [facebook.com/AikaideAIK](https://www.facebook.com/AikaideAIK) y a la web www.aikaide.es que recogen imágenes de su legado, así como a la generosidad del artista, y a las asociaciones beneficiarias de su obra, las piezas están viajando por toda España. El sueño del artista de que sus piezas lleguen a todos los rincones del país se está cumpliendo haciendo así que se le recuerde a través de sus cuadros llenos de fuerza y, que siempre quedarán en la retina de todo el que tenga la oportunidad de contemplarlas.

En el museo de Bellas Artes de Langreo existe obra de Aikaide desde hace muchos años y recientemente acaban de aceptar la donación de dos obras más.

Al igual que le ocurriera el pintor galdense Antonio Padrón, Aikaide no era muy conocido fuera de Asturias, como no lo era Antonio Padrón fuera de Gran Canaria. Pero si gozaba al igual que el de un gran prestigio pictórico en el caso de Aikaide, él no era un pintor con estudios de Bellas artes, pero su obra está considerada de las mejores dentro denominado circuito "off side" (pintores no académicos).

Del maestro Alejandro Mieres, reconocido dentro y fuera de Asturias podemos encontrar esta crítica.

"«De la estirpe de los pintores-pintores. De los que se expresan a través del color, de la forma y de la expresión y no por gusto sólo o divertimento, y si por necesidad de ofrecer a los demás, y en primer lugar a sí mismo, la imagen interior de lo que se es y necesita decirse para clarificar en qué y cómo se es hombre. Al fin y al cabo, como decía Ortega en "Papeles sobre Velázquez": ser pintor es una manera de ser hombre.

No estaría descaminado pensar que desde la llamada prehistoria hasta hoy – sería mejor decir desde la prehistoria de la prehistoria -, cuando el hombre empieza a trazar la primera raya, que todavía no era línea, comienza el primero de los lenguajes humanos, la pintura, para ir diciendo a través de milenios quien es el hombre, qué hace aquí y que anhela subjetivamente, pero quiere verlo objetivamente representado para sí y para los otros, como mensaje presente y para el futuro. No estaría descaminado pensar que además del primer lenguaje, lo que hizo y estamos haciendo es a la vez la gran terapia de lo humano. En la pintura, en todas las artes, el hombre se expresa y se reconoce colectivamente. Su validez es permanente desde entonces hasta hoy. Si queremos saber del hombre en todas las culturas terrestres miremos la pintura y lo sabremos.

Hay quien pinta ángeles, como el Angélico, no es el caso de AIK, quien pinta desde el muy interior cosas muy diferentes pero no menos ciertas y con una definición de pintura-pintura que ya se hacía necesaria en este tiempo, como todos, de confusión. Enhorabuena, al más expresionista de los pintores españoles contemporáneos.». Además los medios de comunicación se han hecho eco de la noticia de la donación de las obras, en todos los lugares en los que se han producido donaciones, basta con poner Aikaide en google para encontrarlas. Les ofrecemos también el enlace a un vídeo que hizo la televisión autonómica asturiana

<https://www.youtube.com/watch?v=0hnR57xMJRg>





Medidas: 120x80 cm.

Adquisición por donativo: 295€ c/u. para el Proyecto de la Asociación Espiral



Medidas: 80x60 cm.

Adquisición por donativo: 195€ c/u. para el Proyecto de la Asociación Espiral



Medidas: 60x40 cm.

Adquisición por donativo: 75€ c/u. para el Proyecto de la Asociación Espiral

Para donación en la adquisición de cualquier obra de Aikaide :

Ponerse en contacto con Emilio: 683 268 563